

대학생이 지각한 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성의 관계: 거절 민감성 및 인지적 유연성의 순차적 매개효과

허 혜 진¹ | 전 혜 성^{1*}

¹ 단국대학교

* 교신저자: 전혜성
(hsjeon@dankook.ac.kr)

초 록

본 연구는 대학생이 지각한 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성의 관계에서 거절 민감성과 인지적 유연성의 매개 경로를 확인하기 위해 수행되었다. 이를 위해 수도권 소재 4년제 대학에 재학 중인 대학생 300명을 대상으로 온라인 설문조사를 실시하여, 응답이 불성실한 사례를 제외한 총 284부를 최종 분석에 사용하였다. 자료 분석은 IBM SPSS Statistics 26과 Hayes(2017)의 PROCESS macro (ver. 4.2) Model 6을 사용하였다. 주요 연구 결과로, 첫째, 모의 심리적 통제 수준을 높게 지각할수록 대학생 자녀의 대인관계 유능성이 낮아지는 경향이 파악되었다. 둘째, 거절 민감성과 인지적 유연성은 모의 심리적 통제와 대학생의 대인관계 유능성의 관계를 유의하게 매개하는 것으로 나타났다. 셋째, 거절 민감성과 인지적 유연성은 모의 심리적 통제와 대학생의 대인관계 유능성 간의 관계에서 순차적 매개효과를 보였다. 모의 심리적 통제는 거절 민감성을 증가시키고, 이는 인지적 유연성의 저하를 통해 대인관계 유능성을 감소시키는 경로가 유의하였다. 이러한 결과는 대학 차원에서 인지·정서·행동을 아우르는 상담 및 교육 체계를 구축하고, 고위험군 조기 발굴과 가족 상담 연계를 포함한 심리적 안전망을 마련할 필요가 있음을 시사한다.

주요 용어: 대학생, 심리적 통제, 대인관계 유능성, 거절 민감성, 인지적 유연성

알기 쉬운 요약

이 연구는 왜 했을까? 대학생 시기는 가족으로부터 점차 독립하면서 친구나 동료 등 다른 사람들과 친밀하고 원만한 관계를 형성하는 능력을 발달시켜야 하는 중요한 시기이다. 이에 본 연구는 대학생이 지각한 모의 심리적 통제가 대인관계 유능성과 어떠한 관련이 있는지 살펴보고, 그 과정에서 거절에 대한 정서적 반응인 거절 민감성과 상황을 유연하게 바라보고 대처하는 인지적 유연성이 어떠한 역할을 하는지 확인하고자 수행되었다.

새롭게 밝혀진 내용은? 모(어머니)의 심리적 통제를 높게 지각할수록 대학생의 대인관계 유능성이 낮아지는 경향이 나타났다. 또한 모의 심리적 통제를 높게 지각할수록 거절 민감성이 높아지고, 높아진 거절 민감성은 인지적 유연성을 낮추며, 이는 다시 대인관계 유능성의 저하로 이어지는 순차적 매개효과가 확인되었다. 즉, 양육 경험 자체뿐 아니라 그 경험에 대한 정서적 반응과 인지적 대처 과정을 함께 살펴볼 필요가 있음을 보여준다.

앞으로 무엇을 해야 하나? 대학생의 대인관계 유능성을 높이기 위한 상담에서는 먼저 거절에 대한 지나친 민감성과 부정적인 해석을 다루고, 이후 인지적 유연성을 높이는 개입을 고려할 필요가 있다. 또한 모의 심리적 통제를 경험한 대학생들을 상담할 때는 개인의 심리적 특성뿐 아니라 어머니와 자녀의 관계적 맥락을 함께 살펴볼 필요가 있다. 나아가 대학 차원에서 인지·정서·행동을 아우르는 상담 및 교육 체계를 구축할 필요가 있다.

이 논문은 허혜진의 석사학위
논문을 수정·보완한 것임.

IRB No. DKU 2025-07-02
3-002

■ 투 고 일: 2026. 01. 26.
■ 수 정 일: 2026. 06. 11.
■ 게재확정일: 2026. 08. 14.

I. 서론

1. 연구의 필요성과 목적

대학생은 성인기로 접어드는 초기 단계에 있으며, 이 시기에는 타인과 친밀한 관계 형성 능력을 발달시키는 것이 중요한 발달과제이다(Havighurst, 1972). 최근 실태조사에 따르면 청년의 94.7%가 ‘좋은 대인관계’를 삶의 핵심 가치로 인식하고 있으며(국무조정실, 2025), 상담 현장에서도 대인관계 문제는 가장 높은 비중(46.6%)을 차지한다(이주연, 김동민, 2023). 이는 많은 대학생이 대인관계에서 어려움을 경험하는 가운데, 대인관계 능력의 중요성을 인식하고 있음을 시사한다.

대학생의 대인관계 유능성 발달은 개인의 내적 요인뿐 아니라 성장 과정에서 경험한 환경적 요인과 크게 관련된다. 예컨대 또래 관계는 사회적 기술 습득과 정서적 지지를 통해 대인관계 능력 발달에 중요한 역할을 하며, 가족의 정서적 지지와 안정적인 애착 경험은 대인관계 형성의 기초를 제공한다(Laursen & Bukowski, 1997; Bowlby, 1988). 또한 대학 환경에서의 교수 및 또래와의 상호작용을 포함한 교육적 맥락 역시 개인의 사회적 적응과 대인관계 유능성 발달에 영향을 미치는 중요한 요인으로 이해될 수 있다(Pianta, 1999). 이와 같은 다양한 환경적 요인 중에서도 모의 양육 방식은 자녀의 발달 초기부터 지속적으로 영향을 미치는 핵심 요인으로 간주된다. 특히 어머니의 심리적 통제(이하 모의 심리적 통제)는 자녀의 정서와 인지 과정에 직접적으로 개입하여 자율성 발달을 저해하고, 대인관계 형성 방식에 중요한 영향을 미치는 것으로 보고되어 왔다(Barber, 1996; Soenens & Vansteenkiste, 2010). 이러한 점에서 심리적 통제는 대인관계 발달을 설명하는 데 있어 중요한 환경적 변수로 주목받고 있다(Barber & Harmon, 2002). 따라서 본 연구에서는 다양한 환경적 요인 중에서도 어머니의 심리적 통제를 중심 변수로 선정하였다. 모의 심리적 통제는 자녀의 심리적 영역에 지나치게 개입하는 양육 방식으로(Barber, 1996), 한국의 성취 중심 문화와 결합하여 성인기까지 과도한 정서적 의존을 지속시키기도 한다(한국여성정책연구원, 2015; Barber & Harmon, 2002). 이러한 통제적 환경에서 성장한 자녀는 감정 표현 능력이 약화하고, 갈등 상황에서 관계 회피 전략을 사용하게 됨으로써, 대인관계 유능성이 저하되는 경향을 보인다(Barber, 1996; Lazarus & Folkman, 1984; Sifneos, 1973; Steinberg, 1990).

한편, 기존 선행 연구들은 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성 간의 직접적 관계를 규명하거나, 거절 민감성과 같은 정서적 변수와 인지적 유연성과 같은 인지적 변수를 대인관계 적응과 관련된 매개 또는 보호 요인으로, 각각 개별적으로 탐색하는 데 초점을 두어 왔다. 그러나 정서적 요인인 거절 민감성과 인지적 요인인 인지적 유연성을 하나의 통합된 과정으로 설정하고, 두 변수가 순차적으로 작용하는 매개 구조를 검증한 연구는 상대적으로 부족한 실정이다(Cassidy, 2001; Downey & Feldman, 1996; 김미란 외, 2025; 김지윤, 진미경, 2019; 장하은, 이운경, 2025). 이에 본 연구는 모의 심리적 통제라는 초기 환경 요인이 거절 민감성(정서적 반응)과 인지적 유연성(인지적 처리)을 순차적으로 거쳐 대인관계 유능성에 영향을 미치는 과정을 통합적으로 검증하였다는 점에서 기존 연구와 차별성을 지닌다. 특히 정서 및 인지 변수를 단일 수준이 아닌 단계적·연속적 과정으로 파악함으로써, 대인관계 유능성 형성의 심리적 기제를 더 정교하게 설명하고, 이론적 및 실천적 측면에서의 확장 가능성을 제시하고자 하였다. 또한, 주요 변수 간의 부적 인과관계에 긍정적 변화를 줄 수 있는 인간의 내적 심리 기제와 자원을 매개 변수로 포함한 연구는 드물다. 이에 본 연구는 ‘인지적 유연성’이라는 긍정적 심리 기제에 주목하여, 모의 심리적 통제와 대학생의 대인관계 유능성의 관계에서 인지적 유연성을 매개 변수로 적용하여 기존 연구의 한계를 보완하고자 하였다.

이러한 견지에서 본 연구는 대학생의 대인관계 능력과 관련된 가족적 요인, 개인의 정서적 불안정성 및 인지적 자원의 상호작용을 통합적으로 이해하기 위해, 모의 심리적 통제를 독립변수로, 대학생의 대인관계 유능성을 종속

변수로 설정하였다. 또한, 이 두 변수의 관계에서 거절 민감성과 인지적 유연성을 매개 변수로 설정하여, 통계적으로 검증된 매개 경로를 갖는지 확인하고자 하였다. 이를 통해 가족 상담 및 심리치료 현장에 모의 양육 태도와 자녀의 대인관계 능력의 실질적인 연관성을 설명하고, 나아가 모자 관계의 분화와 자녀의 정서적·인지적 재구조화를 중심으로 한 상담 전략 수립에 기초적 자료를 제공하고자 하였다.

이를 위한 연구 문제는 다음과 같다. 첫째, 대학생이 지각한 모의 심리적 통제, 거절 민감성, 인지적 유연성, 대인관계 유능성의 관계는 어떻게 나타나는가? 둘째, 대학생이 지각한 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성의 관계에서 거절 민감성의 매개효과는 어떠한가? 셋째, 대학생이 지각한 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성의 관계에서 인지적 유연성의 매개효과는 어떠한가? 넷째, 대학생이 지각한 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성의 관계에서 거절 민감성과 인지적 유연성은 순차적 매개효과가 나타나는가?

II. 이론적 배경

본 장에서는 연구 모형을 토대로 모의 심리적 통제, 거절 민감성, 인지적 유연성, 대인관계 유능성의 개념을 고찰하고, 각 변인 간의 관계에 대한 이론적·경험적 근거를 검토하였다. 이를 바탕으로 모의 심리적 통제가 대인관계 유능성에 미치는 영향력을 확인하고, 이들의 관계에서 거절 민감성과 인지적 유연성의 순차적 매개효과를 규명하고자 하였다.

1. 모의 심리적 통제

모의 심리적 통제는 자녀의 인지적·정서적 영역에 개입하여 부모가 의도한 방향으로 행동을 조종하려는 양육 방식이다(이규원, 박은영, 2022). 이는 자녀의 내면을 통제하기 위해 애정 철회, 죄책감 유도, 비난 및 수치심 유발 등의 기제를 동원한다는 특징이 있다. 애정 철회는 자녀의 행동에 따라 사랑과 관심을 조건적으로 제공함으로써 정서적 불안을 유발하는 방식이며, 죄책감 유도는 부모의 기대를 충족하지 못할 경우, 자녀가 스스로 비난하도록 만드는 특징을 지닌다. 또한 비난과 수치심 유발은 자녀의 자존감에 부정적인 영향을 미치며, 사고와 감정에 대한 과도한 개입은 자율적 의사결정을 제한하는 요인으로 작용한다(Barber, 1996; Barber & Harmon, 2002; Vansteenkiste et al., 2005; 전해경, 2015; 박혜원 외, 2023). 이러한 통제 기제들은 자녀가 부모의 조건적 수용을 내재화하게 만들으로써 정서적 자율성을 저해하고 자기 인식을 왜곡시켜 결과적으로 내면화 문제와 대인관계 부적응을 야기한다(Barber, 1996; Barber & Harmon, 2002).

2. 대인관계 유능성

대인관계 유능성은 타인과의 효과적인 상호작용을 도모하고 긍정적인 관계를 유지하는 데 필요한 역량으로 정의된다. 다양한 대인 관계적 요인을 포괄적으로 이해할 수 있는 유용한 프레임을 제공한다는 점에서 해당 개념의 중요성은 지속적으로 강조되었다(조현재, 2024). 사회적 교류를 인간 발달의 중심축으로 간주하는 시각에 바탕을 둔 대인관계 유능성은 Thorndike(1920)의 사회 지능 연구를 기점으로 체계적인 탐구가 이루어졌다. Thorndike(1920)는 사회 지능을 자신과 타인의 심리적 상태 및 동기를 파악하여 상황에 맞게 대처하는 능력으로 보았다. 이후 학계에서는 이를 보다 구체화하여 맥락에 적합한 언어 사용 능력인 '의사소통 유능성', 대인관계 장면에서의 적절한 행동 표출을 뜻하는 '사회적 유능성', 상호 만족스러운 관계 형성 및 유지를 강조하는 '관계적

유능성' 등으로 다각도에서 정의해 왔다(Burns & Farina, 1984; Hansson et al., 1984; McCroskey, 1982; 위효지, 2022).

3. 거절 민감성

거절 민감성은 타인의 거절 가능성을 과도하게 예상하고 이에 대해 정서적·인지적으로 과민 반응하는 성격적 성향을 의미한다(Downey & Feldman, 1996; 이윤구, 조현철, 2024). 거절 민감성이 높은 사람은 모호한 단서에도 부정적 의미를 부여하기 쉬워 위축, 조심스러운 행동, 질투 등 다양한 부정적 정서를 경험하며, 때로는 예상되는 거절에 대한 분노가 공격적 반응으로 이어지기도 한다(Ayduk et al., 2003; Downey et al., 2000; Impett et al., 2005; Romero-Canyas et al., 2010; 윤혜지, 2024). 특히 대인관계를 시도하기 전부터 거리를 두거나 회피함으로써, 자신의 부정적 예상이 틀렸음을 확인할 기회마저 차단하는 악순환을 경험할 수 있다(London et al., 2007; 이영아, 이인혜, 2016). 이러한 특성은 단순한 개인적 기질이 아니라, 양육 환경과 관계 경험 속에서 형성된다(김희경, 2016).

4. 인지적 유연성

인지적 유연성은 환경적 변화를 인지 및 조절할 수 있다는 개인의 신념을 바탕으로, 새로운 상황에 부합하는 대안적 전략을 모색하고 적응해 나가는 능력 및 태도를 의미한다(여미정, 2022). 고도의 인지적 유연성을 지닌 개인은 직면한 상황을 다각적인 관점에서 재해석하고 사고를 유연하게 전환함으로써 문제를 창의적으로 해결하는 특성이 있다. 이러한 대처 기제는 스트레스나 갈등 상황에서 효과적인 정서 조절을 가능하게 하며, 궁극적으로는 불안 및 우울을 감소시키고 대인관계 속에서 긍정적인 상호작용을 촉진하는 동인으로 작용한다. 반면, 인지적 유연성이 결여된 개인은 인지적 경직성으로 인해 부정적 정서에 취약해지기 쉽고, 문제 해결 및 관계 유지 기능의 저하를 겪으며 심리적 부적응을 나타낼 가능성이 높다. 요컨대, 인지적 유연성은 대인 관계적 갈등을 완화하고 개인의 심리적 안녕감을 증진하는 핵심적인 요인이라 할 수 있다(Fiske et al., 2009; 김종운, 김남희, 2018; 정선영, 2019; 정옥분 외, 2008; 이승희, 2024).

5. 변인 간의 관계

1) 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성

모의 심리적 통제는 대학생의 대인관계 유능성을 저해하는 주요 위험 요인으로 보고되며, 국내 대학생을 대상으로 한 연구에서도 대인관계 적응 및 사회적 유능성과 유의한 부적 연관성이 있는 것으로 나타났다(남정이, 2021). 모의 심리적 통제는 자녀의 관계성 욕구를 방해하여 대인관계 유능성을 약화하는 요인으로도 작용할 수 있다. 통제적인 환경에서 자란 자녀는 주변의 평가에 민감해지고 관계 형성 과정에서도 안정감을 느끼기 어렵다(Ryan & Deci, 2002; 문혁준, 최윤희, 2024). 또한, 모의 심리적 통제는 자녀가 관계에서 자신을 편안하게 드러내기 어렵게 하고, 타인의 반응을 부정적으로 해석하도록 하는 경향을 강화하여 대인관계 유능성을 저해한다(주혜원, 배희분, 2020). 이러한 관련성은 성인 초기까지 이어져 대학생 시기에도 나타나며, 통제적 양육을 경험한 자녀는 관계 형성에 어려움을 겪게 되는 반면 자율성을 지지받은 자녀는 또래 관계에서 긍정적인 상호작용을 경험하는 경향이 있다(박금란, 2012).

2) 모의 심리적 통제와 거절 민감성

모의 심리적 통제는 자녀의 거절 민감성을 높이는 핵심 요인으로 확인되며, 이러한 관련성은 성인기까지 이어져 대학생의 대인관계에서도 중요한 심리적 기반으로 작용하는 것으로 보고된다(Goss et al., 1994; 박은경, 설희연, 2018; 이해림, 안명희, 2021). 모의 통제적 양육은 자녀의 정서적 자율성과 개별성 발달을 제약하며, 자신이 존중받지 못한다는 인식을 형성하게 한다(Costa et al., 2015; Ryan & Deci, 2000; 하수진, 2017). 특히 어머니가 자신의 기대에 부응할 때만 관심과 애정을 제공하는 조건적 양육 태도를 사용할 경우, 자녀는 자신의 가치가 타인의 인정 여부에 따라 달라진다고 느끼며 조건적 자존감이 강화된다(배연아, 2016; 이신현, 최윤정, 2021). 이러한 경험은 일상적 상황에서도 위협을 쉽게 감지하거나 상대의 행동을 실제보다 부정적으로 해석하는 경향을 높인다. 예컨대 사소한 상황에서도 자신이 거절되었다고 받아들이는 반응이 나타날 수 있다(김소정, 한기백, 2024).

3) 거절 민감성과 대인관계 유능성

거절 민감성과 대인관계 유능성 간의 긴밀한 연관성은 국내 다수의 연구에서 일관되게 보고되고 있다(이주연, 2021). 인지적 맥락에서 볼 때, 높은 거절 민감성은 사회적 정보 처리에 있어 해석 편향을 야기한다. 이는 타인의 행동을 편향되게 왜곡하여 받아들이는 현상으로, 거절 민감성이 높은 이들은 대화 상대방의 말투나 표정, 반응 속도 같은 불분명한 단서들을 확정적인 거절로 단정 짓는다. 그 결과 발생하는 과도한 긴장감과 방어적 태도는 자기 개방을 어렵게 만들어 깊이 있는 유대 관계 형성을 방해하는 요인으로 작용한다(송아윤, 송현주, 2021). 결국 거절에 민감한 개인은 내면의 정서와 생각을 온전히 표현하지 못한 채 관계의 표면만을 걸돌 가능성이 농후하다. 이에 더해 감정 조절 기능의 저하와 관계 회복력의 부재는 일상적인 갈등 상황에서의 유연한 대처를 저해함으로써, 대인관계를 안정적으로 유지하는 데 요구되는 심리적 회복력을 약화시킨다(김주희, 2020).

4) 모의 심리적 통제와 인지적 유연성의 관계

모의 심리적 통제는 자녀의 인지적 유연성을 취약하게 만드는 대표적인 위험 요인이며, 양자 간에는 밀접한 부적 상관성이 존재함이 입증되었다(조주연, 유금란, 2020). 모의 심리적 통제 성향이 강할 때 자녀는 새로운 맥락에 대처하여 사고를 유연하게 전환하거나 타인의 시각을 수용하는 능력이 저하되는 모습을 보인다. 구체적으로 어머니가 죄책감을 유발하거나 비판적인 방식으로 정서적 통제를 가하면, 자녀는 당면한 과제나 갈등 앞에서 판단을 융통성 있게 조율하기보다 단일한 문제 해결 방식에 고착되기 쉽다. 이와 같은 인지적 억압 경험은 문제 해결을 위한 선택의 폭을 좁히고, 신규 정보를 수용하거나 기저의 인지 구조를 조정하는 과정을 저해한다(Barber, 1996; Barber & Harmon, 2002; 조한솔, 김정민, 2017). 아울러 심리적 통제는 자녀의 자율적 주체성을 약화시키고 정서적 필요성을 억누르게 유도한다. 이로 인해 독립성과 정서적 안정성을 적절히 확립하지 못한 자녀는 내면의 감정을 인식하고 이를 언어로 표출하는 데 기능적 한계를 보이며, 자아의 내적 경험에 대한 조망 능력을 상실하게 된다(장수지, 남숙경, 2022).

5) 인지적 유연성과 대인관계 유능성

사고의 유연성이 높은 개인일수록 사회적 상호작용 과정에서 발생하는 불필요한 긴장을 완화하고 원활한 관계 형성을 도모하는 대인관계 유능성이 높은 것으로 반복 보고되었다(송향미, 2022; 현다운, 2024). 이 같은 특성은 정서적 불안을 상쇄하고 자아존중감을 고양함으로써 궁극적으로 관계의 안정성을 공고히 하는 데 기여한다.

인지적 유연성은 구조적으로 두 가지 핵심 하위 요인으로 구분된다. 첫째는 다각적인 가능성을 검토하고 혁신적인 해결책을 탐색하는 역량인 ‘대안’이며, 둘째는 순간적인 충동이나 고착화된 습관적 반응을 억제하고 맥락에 부합하도록 인지 및 행동을 조율하는 능력인 ‘통제’이다. 이 두 요인은 모두 인지적 유연성의 본질적 구성 요소로서 개인이 발휘하는 관계적 역량을 증진시키는 역할을 수행한다. 특히 ‘통제’ 요인의 경우, 가용한 대안적 방안을 유효하게 선택하고 실행하는 동역학적 과정과 직결되어 있어 대인관계 유능성에 보다 직접적이고 유의미한 영향력을 미치는 것으로 확인되었다(정우진, 2017; 임정하 외, 2016).

6) 거절 민감성과 인지적 유연성의 관계

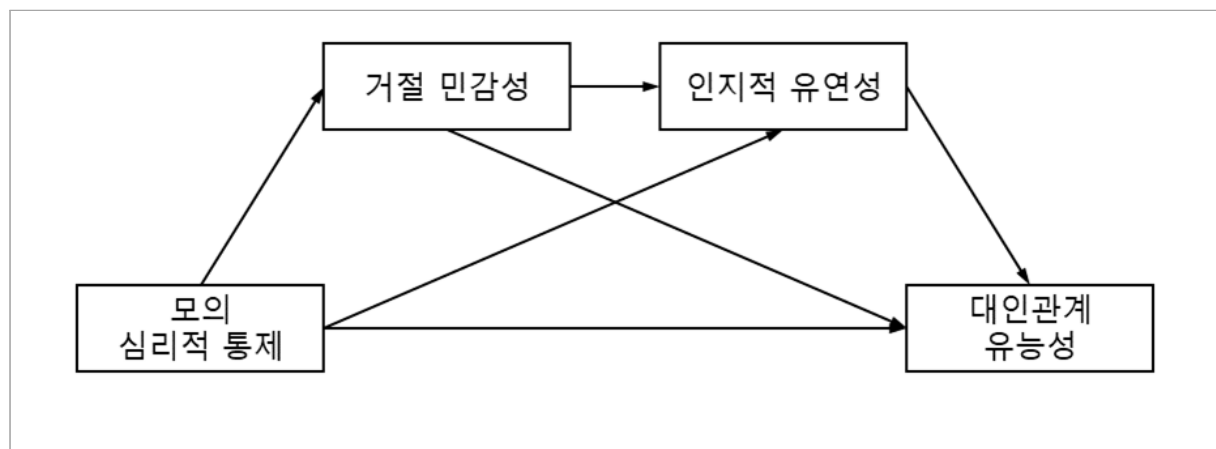
최근 학계의 연구 결과들은 거절 민감성이 인지적 유연성을 예측하는 유의미한 변인임을 보여준다(Mor & Inbar, 2009; Pietrzak et al., 2005). 거절에 과민한 이들은 타인으로부터 수용되지 못할 가능성을 감정적으로 과대평가하며, 이로 인해 유발된 불안과 초조는 인지적 시야를 좁혀 거절 자극에만 과도하게 주의를 집중시키는 기제로 작용한다. 이러한 주의 편향은 중립적이거나 모호한 타인의 표현을 거절 의도로 왜곡하여 수용하는 해석 편향으로 귀결된다. 이는 단순한 일시적 인지를 넘어 왜곡된 형태로 뇌 내에 기억·저장되는 과정을 거치며, 궁극적으로 개인이 지닌 부정적 신념이나 정서에 치우친 정보 처리 체계를 고착화시킨다(이민선, 노안영, 2018). 이처럼 사고가 특정 가능성에 함몰되는 인지적 고착 현상은 다양한 대안적 해결책의 탐색을 원천적으로 차단하여 인지적 유연성의 저하를 초래한다. 대조적으로 거절 민감성 수준이 낮은 개인은 거절에 대한 불안 수준이 낮아 높은 심리적 안녕감을 확보할 수 있으며, 이 같은 안정적 내면 상태는 인지적 유연성을 포함한 적응적 자원의 확충 및 발달을 견인하는 긍정적 요인으로 작용한다.

III. 연구 방법

1. 연구 모형

본 연구는 대학생이 지각한 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성의 관계에서 거절 민감성과 인지적 유연성을 매개로 하는 통계적 모형을 가정하였다. 이를 검증하기 위해 [그림 1]과 같이 연구 모형을 제시하였다.

그림 1. 연구 모형



2. 분석 자료

본 연구의 자료 수집은 2025년 10월 3일부터 11월 4일까지 진행되었으며, 수도권 소재 4년제 대학에 재학 중인 학부생 300명을 대상으로 하였다. 연구 대상자는 대학생 커뮤니티 및 온라인 채널을 통한 편의표집 방법을 통해 모집되었으며, 구조화된 온라인 설문 플랫폼을 활용하여 자료를 수집하였다. Fritz와 MacKinnon(2007)이 제시한 매개효과 검증 기준에 따르면, 부트스트랩 방법을 활용한 이중 매개 효과 분석에서 80%의 충분한 검정력을 확보하기 위해서는 최소 162명의 표본이 필요하다. 또한 Hair 외(2010)은 구조방정식 모형(SEM)의 안정적인 모수 추정을 위해 최소 200명의 표본을 확보할 것을 권장한다. 이에 본 연구는 이와 같은 통계적 검정력과 모형 안정성의 이론적 기준들을 종합적으로 고려하였으며, 불성실 응답 및 결측치 발생 가능성을 고려하여 최종적으로 300명을 표본 크기로 설정하였다. 설문은 총 111문항으로 구성되었으며, 응답 시간은 약 15분이었다. 해당 연구는 단국대학교 생명윤리위원회(IRB)의 승인을 받은 과제(IRB NO. DKU 2025-07-023-002)로, 참여자들은 통계법 제33조(비밀보호)에 따라 연구 목적과 윤리 지침을 안내받고 자발적으로 동의하였다. 회수된 설문지 중 무응답이 있거나 응답이 불성실한 사례를 제외한 후 284부가 최종 분석 대상으로 선정되었다.

3. 분석 변수

1) 종속변수: 대인관계 유능성

본 연구의 종속변수는 대인관계 유능성이며, Buhrmester 외(1988)이 제안하고 한나리와 이동귀(2010)가 번안하고 타당화한 대인관계 유능성의 한국판 척도(Interpersonal Competence Questionnaire; K-ICQ)를 사용하였다. 이 척도는 총 31개의 문항으로, 관계 형성 및 개시, 권리 주장과 불쾌감 표현, 타인에 대한 배려, 갈등 상황의 처리, 그리고 자기 개방의 적절성이라는 다섯 가지 하위 영역을 포함한다. 각 항목은 5점 Likert 척도(잘 못한다=1, 그저 그렇다=2, 괜찮다=3, 잘 한다=4, 매우 잘한다=5)로 구성되었다. 점수가 높을수록 대인관계 유능성이 우수함을 의미한다. 본 연구에서 대인관계 유능성 척도의 전체 신뢰도는 .90으로 나타났다. 척도 점수는 문항 점수의 평균값(mean score)을 산출하여 분석에 활용하였다.

2) 독립변수: 모의 심리적 통제

본 연구의 독립변수는 모의 심리적 통제이며, Barber(1996)가 개발한 심리적 통제 척도(Psychological Control Scale-Youth Self Report; PCS-YSR)의 한국어판(최명진, 김은정, 2018)을 사용하였다. 총 16개의 문항으로 구성된 본 척도는, 언어적 표현 제약, 감정 무효화, 개인적인 공격, 죄책감 유도, 애정 철회, 그리고 기괴한 정서적 행동 등 여섯 가지 하위 요인을 중심으로 그 구조가 설계되었다. 응답은 5점 Likert 유형 척도(전혀 그렇지 않다=1, 그렇지 않다=2, 보통이다=3, 그렇다=4, 매우 그렇다=5)를 기반으로 한다. 본 연구에서 심리적 통제 척도의 전체 신뢰도는 .91로 나타났다. 척도 점수는 문항 점수의 평균값(mean score)을 산출하여 분석에 활용하였다.

3) 매개 변수: 거절 민감성 및 인지적 유연성

본 연구의 매개 변수는 거절 민감성과 인지적 유연성이다. 거절 민감성은 Downey와 Feldman(1996)이 개발한 거절 민감성 척도(Rejection Sensitivity Questionnaire; RSQ)를 기반으로 하여, 이복동(2000)이

한국어로 변안 및 타당화한 도구를 활용하였다. 부모·친구·교수·연인 등 18가지 대인관계 상황을 제시한 뒤, 각 상황에서 거절 불안과 수용 기대를 평가하는 두 문항씩, 총 36개 문항으로 구성된다. 모든 항목은 동일한 6점 Likert 척도(전혀 그렇지 않다=1 ~ 매우 그렇다=6)로 응답한다. 본 연구에서 거절 민감성 척도의 전체 신뢰도는 .93으로 나타났다. 척도 점수는 문항 점수의 평균값(mean score)을 산출하여 분석에 활용하였다.

인지적 유연성은 Dennis와 Vander Wal(2010)이 개발한 인지적 유연성 척도(Cognitive Flexibility Inventory; CFI)를 기반으로, 허심양(2011)이 국내 상황에 맞게 변안하고 타당성을 검토한 도구를 활용하였다. 이 척도는 대안 요인과 통제 요인으로 구성된다. 총 20문항으로 구성되며, 각 문항은 Likert 7점 척도(전혀 그렇지 않다=1, 거의 그렇지 않다=2, 약간 그렇지 않다=3, 보통이다=4, 약간 그렇다=5, 거의 그렇다=6, 항상 그렇다=7)로 평정한다. 인지적 유연성 척도에서 높은 점수를 받은 경우, 해당 개인의 유연성 수준이 상대적으로 높다고 해석할 수 있다. 본 연구에서 인지적 유연성 척도의 전체 신뢰도는 .88로 나타났다. 척도 점수는 문항 점수의 평균값(mean score)을 산출하여 분석에 활용하였다.

4. 분석 방법

본 연구에서 자료 분석을 위해 IBM SPSS Statistics 26과 Hayes(2017)가 개발한 PROCESS macro (ver. 4.2)를 사용하여 분석하였으며, 구체적인 시행 절차는 다음과 같다. 첫째, 연구 대상의 일반적인 특성을 파악하기 위해 빈도분석을 실시하였다. 둘째, 측정 도구의 신뢰도 검증을 위해 내적 일치도 계수인 Cronbach's α 를 산출하였다. 셋째, 주요 변수인 모의 심리적 통제, 대인관계 유능성, 거절 민감성, 인지적 유연성의 수준과 분포를 확인하고자 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 등의 지표를 활용하여 기술통계를 산출하였다. 넷째, 변수 간의 상관관계를 검증하기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 다섯째, 대학생이 인식하는 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성의 관계에서 거절 민감성과 인지적 유연성의 병렬 매개효과 및 순차적 매개효과를 검증하고, 간접효과 크기와 통계적 유의성 여부를 판단하기 위해 Hayes(2017)가 제안한 부트스트랩 검증(Bootstrapping)을 실시하였다. PROCESS macro (ver. 4.2)의 순차적 매개효과 모형인 Model 6을 활용하였다.

IV. 연구 결과

1. 분석 대상의 일반적인 특성

분석 대상자들의 일반적인 특성은 <표 1>과 같다. 전체 표본은 총 284명이며, 성별은 남자 105명(37.0%), 여자 179명(63.0%)으로 여자가 약 2배가량 참여한 것으로 확인되었다. 연령은 평균 20.98세였는데 19세 이하가 72명(25.4%)으로 가장 많았으며, 다음으로 20세 63명(22.2%), 21세 49명(17.3%), 23세 39명(13.7%), 22세 33명(11.6%), 24세 이상 28명(9.9%) 순으로 나타났다. 거주지역은 수도권이 215명(75.7%)으로 가장 많았으며, 다음으로 충청권 30명(10.6%), 영남권 18명(6.3%), 호남권 13명(4.6%), 강원 3명(1.1%), 기타 3명(1.1%), 제주 2명(0.7%) 순으로 나타났다. 본 연구에서 거주지역의 '기타' 범주는 국내 지역 구분에 포함되지 않는 해외 거주자(유학생 등)를 의미한다. 형제자매 수는 1명인 경우가 185명(65.1%)으로 가장 높았으며, 다음으로 2명인 경우가 51명(18.0%), 없음인 경우가 38명(13.4%), 3명 이상인 경우가 10명(3.5%) 순으로 나타났다. 부모와의 동거 경험은 '고등학교 졸업 이후에도 부모와 동거하는 경우

가 124명(43.7%)으로 가장 많았으며, 다음으로 대학교 입학 후 독립인 경우가 100명(35.2%), 혼자 살아본 적 없는 경우가 39명(13.7%), 기타가 21명(7.4%) 순으로 나타났다. 부모 중 더 영향력이 크다고 느낀 양육자는 어머니가 135명(47.5%)으로 가장 많았으며, 다음으로 양쪽 모두 비슷 126명(44.4%), 아버지 23명(8.1%) 순으로 나타났다.

표 1. 분석 대상의 일반적인 특성

(N=284)

변수	구분	빈도(n)	비율(%)	평균(표준편차)
성별	남자	105	37.0	-
	여자	179	63.0	
연령	19세 이하	72	25.4	20.98±1.90
	20세	63	22.2	
	21세	49	17.3	
	22세	33	11.6	
	23세	39	13.7	
	24세 이상	28	9.9	
거주지역	수도권	215	75.7	-
	충청권	30	10.6	
	영남권	18	6.3	
	호남권	13	4.6	
	강원	3	1.1	
	제주	2	0.7	
	기타	3	1.1	
형제자매 수	없음	38	13.4	-
	1명	185	65.1	
	2명	51	18.0	
	3명 이상	10	3.5	
부모와의 동거 경험	고등학교 졸업 이후에도 부모와 동거함	124	43.7	-
	대학교 입학 후 독립	100	35.2	
	혼자 살아본 적 없음	39	13.7	
	기타	21	7.4	
부모 중 더 영향력이 크다고 느낀 양육자	어머니	135	47.5	-
	아버지	23	8.1	
	양쪽 모두 비슷	126	44.4	

2. 주요 변수 기술통계

본 연구의 주요 변수들의 특성에 관한 결과는 <표 2>와 같다. 종속변수인 대인관계 유능성의 평균은 3.27(표준편차=0.56)로 나타났다. 독립변수인 모의 심리적 통제의 평균은 1.79(표준편차=0.66)로 나타났다. 매개변수인 거절 민감성의 평균은 8.40(표준편차=4.32)으로 나타났고, 인지적 유연성의 평균은 5.03(표준편차=0.65)으로 나타났다. 자료의 정규성 가정 충족 여부를 확인하기 위해 왜도와 첨도를 점검한 결과, 왜도는 ±2 미만, 첨도는 ±7 미만으로 확인되어 정규성 가정을 충족하였다.

표 2. 주요 변수 기술통계

(N=284)

변수	가능 범위	평균	표준편차	왜도	첨도
모의 심리적 통제	1~5	1.79	0.66	1.05	1.00
거절 민감성	1~36	8.40	4.32	1.03	1.32
인지적 유연성	1~7	5.03	0.65	-0.27	-0.27
대인관계 유능성	1~5	3.27	0.56	0.08	-0.01

3. 주요 변수 간 상관관계

주요 변수 간의 상관관계를 분석한 결과는 <표 3>과 같다. 모의 심리적 통제와 거절 민감성은 유의한 정적 상관을($r=.409$, $p<.001$), 인지적 유연성과는 유의한 부적 상관을 보였다($r=-.284$, $p<.001$). 또한 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성은 유의한 부적 상관을 보였다($r=-.166$, $p<.01$). 거절 민감성과 인지적 유연성 간에는 유의한 부적 상관을 보였고($r=-.391$, $p<.001$), 거절 민감성과 대인관계 유능성 간에는 유의한 부적 상관을 보였다($r=-.447$, $p<.001$). 인지적 유연성과 대인관계 유능성 간에는 유의한 정적 상관을 보였다($r=.509$, $p<.001$).

표 3. 주요 변수 간 상관관계

(N=284)

	모의 심리적 통제	거절 민감성	인지적 유연성	대인관계 유능성
모의 심리적 통제	1			
거절 민감성	.409***	1		
인지적 유연성	-.284***	-.391***	1	
대인관계 유능성	-.166**	-.447***	.509***	1

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$.

4. 매개 모형 검증

본 연구 대상인 대학생이 인식하는 모의 심리적 통제, 거절 민감성, 인지적 유연성, 대인관계 유능성 간 영향 관계를 확인하고, 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성 간 관계에서 거절 민감성과 인지적 유연성의 매개효과를 검증하기 위해 PROCESS macro (ver. 4.2)를 통해 도출된 경로별 회귀계수와 통계적 유의성을 확인하였다. 회귀계수 유의성을 검증하기 전에 다중공선성 진단을 한 결과, 모든 예측 변수의 VIF는 1.21에서 1.33, 공차 한계는 0.75에서 0.83 사이로 나타났다. 이는 통상적인 기준(VIF 10 이하, 공차 한계 0.1 이상)을 충족하여 다중공선성의 우려는 크지 않은 것으로 판단하였다. 그 외에도 정규성, 선형성, 등분산성 가정을 검토한 결과 유의한 위배가 나타나지 않아 분석의 적합성이 확보되었다. 그리고 통제 변수를 포함한 분석 결과에서도 통계적 유의성에는 차이가 나타나지 않아, 모형의 간결성과 해석의 명확성을 위해 최종 분석에서는 통제 변수를 제외하였다. 이에 대한 결과는 <표 4>에 제시하였다.

먼저 모의 심리적 통제가 거절 민감성에 미치는 관계를 검증한 결과, 회귀 모형의 설명력은 약 16.8%였고, 모의 심리적 통제는 거절 민감성으로 향하는 회귀계수가 유의하게 나타났다($\beta=.409$, $p<.001$). 즉, 모의 심리적 통제 정도가 높을수록 거절 민감성도 높은 경향을 보이는 것으로 해석할 수 있다.

다음으로 모의 심리적 통제와 거절 민감성이 인지적 유연성에 미치는 관계를 검증한 결과, 회귀 모형의 설명력은 약 17.2%였고, 모의 심리적 통제는 인지적 유연성으로 향하는 회귀계수가 유의한 부적 값을 보였으며($\beta = -.149, p < .05$), 거절 민감성도 인지적 유연성으로 향하는 회귀계수가 유의하게 나타났다($\beta = -.330, p < .001$). 즉, 모의 심리적 통제 수준이 높을수록 인지적 유연성이 낮으며, 거절 민감성 수준이 높을수록 인지적 유연성이 낮은 경향을 보이는 것으로 해석할 수 있다.

그리고 모의 심리적 통제, 거절 민감성, 인지적 유연성이 대인관계 유능성에 미치는 관계를 검증한 결과, 회귀 모형의 설명력은 약 33.6%였다. 모의 심리적 통제는 직접 경로에서는 대인관계 유능성에 유의한 관계를 보이지 않았지만, 거절 민감성은 대인관계 유능성으로 향하는 회귀계수가 유의한 부적 값을 보였고($\beta = -.321, p < .001$), 인지적 유연성은 대인관계 유능성으로 향하는 회귀계수가 유의한 정적 값을 보였다($\beta = .406, p < .001$). 즉, 거절 민감성 수준이 높을수록 대인관계 유능성이 낮으며, 인지적 유연성 수준이 높을수록 대인관계 유능성이 높은 경향을 보이는 것으로 해석할 수 있다.

표 4. 대학생이 지각한 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성의 관계에서 거절 민감성과 인지적 유연성의 매개효과

단계	종속변수	독립변수	<i>B</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>R</i> ²	<i>F</i>
1	거절 민감성	모의 심리적 통제	2.690	.357	.409	7.533***	.000	.168	56.742***
2	인지적 유연성	모의 심리적 통제	-.147	.058	-.149	-2.507*	.013	.172	29.126***
		거절 민감성	-.049	.009	-.330	-5.551***	.000		
3	대인관계 유능성	모의 심리적 통제	.069	.046	.081	1.494	.136	.336	47.334***
		거절 민감성	-.042	.007	-.321	-5.713***	.000		
		인지적 유연성	.351	.046	.406	7.587***	.000		

* $p < .05$, *** $p < .001$.

대학생이 지각하는 모의 심리적 통제가 거절 민감성과 인지적 유연성을 거쳐 대인관계 유능성에 미치는 간접효과 크기를 추정하고 간접효과의 통계적 유의성 여부를 판단하기 위해 Hayes(2017)가 제안한 부트스트랩 검증을 실시하였다. PROCESS macro (ver. 4.2)의 매개효과 모형인 Model 6을 적용하였고, 부트스트랩 표본 수는 5,000, 신뢰수준은 95%로 하여 통계적 유의성을 검증하였다. 이에 대한 결과는 <표 5>와 같다.

모의 심리적 통제가 거절 민감성을 거쳐 대인관계 유능성에 미치는 간접효과 크기는 -.131이었고, 이의 95% 신뢰구간은 -.214 ~ -.063으로 0을 포함하지 않아, 간접효과는 부적으로 유의하였다. 즉, 모의 심리적 통제가 높을수록 거절 민감성이 높아지고, 거절 민감성이 높아짐으로써 대인관계 유능성은 낮아지는 간접 경로가 통계적으로 유의한 것으로 해석할 수 있다.

모의 심리적 통제가 인지적 유연성을 거쳐 대인관계 유능성에 미치는 간접효과 크기는 -.061이었고, 이의 95% 신뢰구간은 -.119 ~ -.010으로 0을 포함하지 않아, 간접효과는 부적으로 유의하였다. 이는 모의 심리적 통제가 높을수록 인지적 유연성이 낮아지고, 인지적 유연성이 낮아짐으로써 대인관계 유능성도 낮아지는 간접 경로가 통계적으로 유의한 것으로 해석할 수 있다.

모의 심리적 통제가 거절 민감성과 인지적 유연성을 순차적으로 거쳐 대인관계 유능성에 미치는 간접효과 크기는 -.055였고, 이의 95% 신뢰구간은 -.086 ~ -.030으로 0을 포함하지 않아, 간접효과는 부적으로 유의하였다. 즉, 모의 심리적 통제가 높을수록 거절 민감성이 높아지고, 거절 민감성이 높음으로써 인지적 유연성

이 낮아지며, 인지적 유연성이 낮음으로써 대인관계 유능성도 낮아지는 것으로 해석할 수 있다.

결과적으로 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성 간 관계에서 거절 민감성과 인지적 유연성은 매개 역할을 하는 것으로 볼 수 있고, 앞서 모의 심리적 통제가 직접적으로 대인관계 유능성에 영향을 미치지 못했기 때문에, 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성 간 관계에서 거절 민감성과 인지적 유연성은 직접 경로가 유의하지 않고 간접 경로만 유의하여, 통계적으로 완전 매개 패턴을 보였다.

표 5. 부트스트래핑을 활용한 매개효과 검증 결과

경로	간접 효과	표준 오차	95% 신뢰구간	
			하한	상한
모의 심리적 통제 → 거절 민감성 → 대인관계 유능성	-.131*	.039	-.214	-.063
모의 심리적 통제 → 인지적 유연성 → 대인관계 유능성	-.061*	.028	-.119	-.010
모의 심리적 통제 → 거절 민감성 → 인지적 유연성 → 대인관계 유능성	-.055*	.014	-.086	-.030

* 95% 신뢰수준에서 유의함.

V. 논의 및 제언

1. 논의

본 연구는 대학생을 대상으로 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성의 관계를 살펴보고, 이 관계에서 거절 민감성과 인지적 유연성의 순차적 매개효과를 확인하고자 하였다. 이를 위해 관련 선행 연구를 바탕으로 연구 모형을 설정하고 매개 변수들의 관련성을 살펴보았다.

연구 모형 검증을 위해 수도권에 소재한 4년제 대학에 재학 중인 학부생 300명을 대상으로 온라인 설문 플랫폼을 활용하여 설문조사를 실시하였고, 무응답이 있거나 응답이 불성실한 사례 16명을 제외한 284명의 자료를 최종 분석하였다. 자료 분석은 IBM SPSS Statistics 26과 PROCESS macro (ver. 4.2) Model 6을 활용하여 빈도분석과 기술통계, Pearson 상관분석, 매개효과 분석을 실시하였다.

본 연구 결과에 따른 주요 논의는 다음과 같다. 첫째, 변수 간의 상관을 검토한 결과, 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성은 유의한 부적 상관을 보여, 모의 심리적 통제 수준이 높을수록 대학생 자녀의 대인관계 유능성이 낮아지는 경향이 파악되었다. 이는 모의 심리적 통제를 높게 지각할수록 부정적인 대인관계 도식이 형성되며, 이러한 도식이 타인과의 원만한 관계 형성 및 유지 능력을 저해한다는 선행 연구 결과와 일관된 맥락이다(구현주, 문혁준, 2023; 남정이, 2021; 조주연, 유금란, 2020). 다만, 본 연구에서 매개 모형을 검증한 결과, 모의 심리적 통제가 대인관계 유능성에 미치는 직접 경로는 유의하지 않은 것으로 나타났으며, 이는 기존 연구와 부분적으로 차이를 보인다. 선행 연구에서는 통제적 양육이 자녀의 사회적 적응 및 대인관계 문제에 직접적인 영향을 미친다고 보고되었으나, 본 연구에서는 이러한 직접 경로가 유의하지 않고 매개 변수를 통한 간접 경로만이 유의하게 나타났다. 이러한 결과는 발달적 맥락에서도 설명될 수 있다. 대학생 시기는 모로부터의 심리적 독립이 이루어지고 자기조절 능력이 강화되는 성인 초기 단계로, 과거의 양육 경험이 행동에 직접적으로 영향을 미치기보다는 내면화된 정서 반응과 인지 전략을 통해 간접적으로 작용할 가능성이 높다. 따라서 본 연구에서 나타난 직접

효과의 비유의성은 양육 경험의 영향이 발달 과정에서 '직접적 영향'에서 '내면화된 매개 과정'으로 전환되는 양상을 반영한다고 볼 수 있다. 본 연구 결과는 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성 간의 관계를 단선적인 인과관계로 설명하기보다, 정서적 취약성(거절 민감성)과 인지적 자원(인지적 유연성)이 상호작용을 하는 다층적 구조로 이해할 필요가 있음을 제시한다. 이는 가족 환경 변수가 개인의 사회적 기능에 영향을 미치는 과정에서 정서와 인지 변수를 통합적으로 고려해야 함을 시사한다.

둘째, 대학생이 지각한 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성의 관계에서 거절 민감성의 매개효과가 유의한 것으로 나타났다. 이는 모의 심리적 통제가 대인관계 유능성에 직접 경로를 형성하기보다, 자녀가 지각한 모의 심리적 통제가 높을수록 거절 민감성이 높아지고, 이 경로를 거쳐 대인관계 유능성이 저하되는 간접 경로가 유의함을 보여준다. 이는 통제적 양육이 거절에 대한 과민 반응을 증가시킨다는 선행 연구를 지지하는 결과이며, 모의 심리적 통제가 높을수록 거절 민감성이 증가한다는 기존의 연구 결과를 뒷받침한다(김수연, 2022; 이정미, 박주희, 2016; 하수진, 2017). 또한 모의 심리적 통제 경험이 있는 자녀가 반복적인 거절 경험을 통해 거절 민감성이 증가하는 내적 작동 모델을 형성한다는 연구(신애규, 2018)와 맥락을 같이한다. 나아가 거절 민감성이 높은 개인은 거절에 대한 두려움이 높아져 부정적 인지와 정서가 강화되고 사회적 관계 형성에 어려움을 겪는다는 연구 결과와도 일치한다(김주희, 2020; 황선아, 2022).

셋째, 대학생이 인식한 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성의 관계에서 인지적 유연성이 매개 변수로서 유의하게 작용하는 것으로 확인되었다. 이는 모의 심리적 통제가 대인관계 유능성에 직접 경로를 형성하기보다, 모의 심리적 통제가 인지적 유연성을 저하시켜 대인관계 유능성이 저하되는 간접 경로가 유의함을 보여준다. 선행 연구에 따르면 모의 심리적 통제가 높을수록 자녀의 인지적 유연성이 낮아지고(조한솔, 김정민, 2017), 이는 곧 대인관계 문제 수준을 높이는 결과로 이어진다(문혁준, 최윤희, 2024). 한편, 인지적 유연성은 후천적 학습을 통해 충분히 향상될 수 있다는 가능성이 제기되고 있으며, 실제로 상담적 개입을 통해 대인관계의 어려움을 완화할 수 있음이 보고된 바 있다(손미남, 2024; Dennis & Vander Wal, 2010). 즉, 인지적 유연성이 높을수록 융통성 있는 사고가 가능해지고, 이는 갈등 상황에서의 효과적인 대처와 관계 조율 능력의 향상으로 이어지며, 결과적으로 대인관계 유능성의 증진에 기여할 수 있다(여미정, 김완일, 2020).

넷째, 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성의 관계에서 거절 민감성과 인지적 유연성은 유의한 순차적 매개효과를 보였다. 구체적으로, 모의 심리적 통제가 높을수록 거절 민감성이 증가하고, 이는 다시 인지적 유연성의 저하로 이어져 대인관계 유능성이 감소하는 경로가 확인되었다. 이러한 결과는 거절 민감성이 높은 개인이 부정적 해석 경향을 강화하고, 이는 인지적 유연성 감소 및 관계 적응의 어려움으로 이어진다는 연구와 일치한다(강선주, 김나리, 2024). 또한 거절에 대한 두려움이 관계 회피 행동으로 이어진다는 연구 결과 역시 본 연구 결과를 지지한다(민병남, 김완일, 2016). 나아가 거절 민감성과 대인관계 유능성 간의 관계가 인지적 조절 전략을 통해 간접적으로 연결된다는 연구 결과와도 맥락을 같이한다(정우진, 2017; 장성미, 2015).

이러한 결과는 모의 심리적 통제가 대인관계 유능성에 영향을 미치는 과정이 단일 경로가 아니라, 거절 민감성을 통한 정서적 반응의 활성화, 그리고 인지적 유연성을 거쳐 행동적 적응으로 이어지는 단계적 심리 과정임을 시사한다. 이는 정서-인지-행동이 연속적으로 연결되는 구조 속에서 대인관계 문제가 형성된다는 점을 보여준다. 따라서 상담 개입에 있어서는 정서적 안정화, 인지적 재구성, 행동적 연습을 단계적으로 적용하는 통합적 접근이 필요하다.

더불어, 본 연구에서 확인된 순차적 간접 경로는 대학생의 거절 민감성과 인지적 유연성이 대인관계 유능성을 예측하는 중요한 변수임을 제안하면서 두 변수를 단계적으로 조절하거나 강화하는 개입이 대인관계 유능성 향상에 효과적일 수 있음을 시사한다. 이는 대학생 시기의 발달적 특성과도 맞물리는데, 성인 초기에는 심리적 독립성과 자기조절 능력이 강화되는 시기이므로(이예지, 이송이, 2023), 과거의 양육 경험이 곧바로 행동에 드러나기보

다는 내면화된 정서 반응과 인지 전략을 통해 대인관계에 반영된다. 따라서 본 연구 결과에서 제시된 완전 매개 관계는 이러한 발달적 특성을 상당 부분 지지하며, 대학생의 대인관계 유능성을 설명할 때 정서적 요인과 인지적 요인을 함께 고려할 필요가 있음을 제안한다. 모의 심리적 통제를 높게 지각하더라도 거절 불안을 줄이면 타인의 행동을 부정적으로 해석하는 경향이 감소하고, 그 결과 인지적 유연성이 향상되어 대인관계 유능성도 높아짐을 알 수 있다. 즉, 같은 양육 환경을 경험했더라도 개인의 정서적 민감성과 사고의 경직성에 따라 대인관계 적응은 달라질 수 있는데, 이는 경험 자체보다 그 경험을 어떻게 해석하고 처리하느냐가 실제 관계 능력을 결정하는 요인임을 보여준다. 대학생 시기에 모의 심리적 통제가 가족 체계 안에서 완화되는 것이 바람직하지만, 그렇지 않더라도 이를 인식하고 조정하는 방식에 따라 대인관계 유능성은 달라질 수 있는 것이다.

본 연구의 시사점은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성 간의 관계를 단순한 변수 간 연관성을 넘어 하나의 통합적 이론 틀에서 이해하였다는 점에서 의의가 있다. 애착 이론과 인지 행동적 관점을 통합적으로 적용함으로써, 초기 양육 환경에서 경험한 심리적 통제가 거절 민감성이라는 정서적 취약성을 형성하고, 이러한 정서적 반응이 인지적 유연성이라는 인지적 처리 과정을 통해 조절되어 최종적으로 대인관계 유능성에 영향을 미친다는 구조를 제시하였다. 이는 정서와 인지의 상호작용을 기반으로 개인의 관계 적응을 설명하는 통합적 관점을 제공하며, 본 연구의 순차적 매개 모형을 이론적으로 뒷받침한다.

둘째, 본 연구는 기존 선행 연구들이 모의 심리적 통제가 유발하는 부정적 정서에 주로 초점을 두었던 것에서 확장하여, 인지적 유연성이라는 긍정적 심리 자원을 매개 변수로 포함하였다는 점에서 이론적 의의를 지닌다. 특히 모의 심리적 통제가 거절 민감성을 증가시키는 과정에서, 인지적 유연성이 정서적 취약성을 완화하고 대인관계 유능성으로 이어지는 경로를 확인하였다. 또한 매개 모형 검증 결과, 직접 효과는 유의하지 않고 간접효과만이 유의한 완전 매개 구조가 확인됨에 따라, 모의 심리적 통제가 대인관계 유능성에 미치는 영향은 정서적 반응과 인지적 조절 과정을 경유하여 나타남을 밝혔다. 이는 부정적인 양육 경험에도 불구하고 인지적 유연성이 관계 적응을 촉진하는 보호 요인으로 작용할 수 있음을 시사한다.

셋째, 본 연구는 모의 심리적 통제가 거절 민감성과 인지적 유연성을 순차적으로 매개로 하여 대학생의 대인관계 유능성에 영향을 미치는 구조적 경로를 규명함으로써, 상담 실재에 적용 가능한 시사점을 제공한다. 정서적 취약성과 인지적 자원이 연속적으로 작용하는 과정을 확인함에 따라, 상담 장면에서 개입의 우선순위를 체계적으로 설정할 수 있는 근거를 제시하였다. 구체적으로 초기 단계에서는 거절 민감성과 관련된 정서적 및 인지적 왜곡을 인식하고 수정하는 개입이 요구되며, 이후 단계에서는 인지적 유연성을 강화하여 다양한 관점을 수용하고 정서 반응을 조절하도록 돕는 접근이 필요하다. 이러한 단계적 개입은 내담자의 정서 및 인지 조절 능력을 향상시키고, 궁극적으로 안정적이고 적응적인 대인관계 형성을 촉진하는 데 기여할 수 있다.

본 연구의 결과는 대학생의 대인관계 유능성 증진을 위한 상담 및 교육 현장에서 다음과 같은 실천적 함의를 제공한다. 첫째, 거절 민감성이 높은 내담자에게 조력할 때, 사회적 상황에 대한 '부정적 해석 편향'을 완화하는 구체적인 인지적 개입이 우선적으로 고려되어야 한다. 거절 민감성이 높은 대학생은 모호한 사회적 자극을 잠재적 위협이나 거절로 방어적으로 예상하고 과도하게 반응하는 경향이 있다(송아윤, 송현주, 2021). 특히 긍정적인 사회적 상황조차 위협으로 지각하거나 평가절하하는 경향은 사회불안을 가중하는 핵심 기제가 되는데(한빛나, 박기환, 2013), 이는 발달 과정에서 내면화된 통제적 양육 방식이나 원가족 맥락에서 형성된 경직된 사고 패턴의 결과일 가능성이 높다. 따라서 상담 장면에서는 내담자가 타인의 반응을 부정적인 것으로 단정하기 전 대안적 가설을 검토할 수 있도록 인지적 유연성 훈련을 병행해야 한다. 인지적 유연성은 상황의 수용 및 긍정적 재구성을 통해 거절 민감성이 대인관계 부적응으로 이어지는 경로를 완화하는 데 관여하며, 궁극적으로는 사회적 위협 지각을 낮추고 관계 만족도를 높이는 심리적 기제로 작용할 수 있기 때문이다(고은영, 김미경, 2020; 류혜라,

박기환, 2014).

둘째, 대학생의 대인관계 유능성 향상을 위한 상담 개입에서 개인 상담과 가족 상담을 통합적으로 병행할 필요성이 제기된다. 특히 애착 이론의 관점에서 모의 심리적 통제가 대인관계에 미치는 영향을 고려할 때, 개인의 내적 변화뿐만 아니라 가족 관계의 맥락을 함께 다루는 것이 더 효과적일 수 있음을 시사한다. 따라서 개입 과정에서는 모와의 관계에서 형성된 정서적 반응과 경직된 사고 패턴을 재인식하고 재구성하는 작업을 중요하게 다룰 필요가 있다. 이는 내담자가 애착 대상과의 관계에서 반복적으로 경험해 온 관계 방식과 정서 반응을 점검하여 수정할 기회를 제공하며, 결과적으로 대인관계 적응 역량을 강화하는 기반이 될 수 있다. 이처럼 가족 체계를 포함하는 개입을 통해 모의 양육 태도와 상호작용 방식이 자녀의 정서 및 인지적 특성에 연결되는 과정을 탐색함으로써, 내담자가 자신의 경험을 보다 통합적으로 재해석하도록 지원할 수 있다. 이러한 통합적 접근은 내담자가 현재의 대인관계 어려움을 개인의 능력 부족으로 간주하기보다 발달 과정에서 형성된 관계 경험의 산물로 이해하도록 돕는다는 점에서 의미가 있다. 이는 자기 이해를 확장하고 변화에 대한 수용성을 높여, 보다 지속적이고 안정적인 관계 변화를 가능케 하는 중요한 토대가 될 것으로 기대된다.

셋째, 대학 차원에서는 학생들의 사회적 적응 역량을 제고하기 위해 인지·정서·행동을 아우르는 다차원적 상담 및 교육 체계를 구축할 필요가 있다. 단순히 개별적인 사고 기술을 전수하는 단편적인 수준을 넘어, 건강한 사회적 관계를 형성할 수 있는 실질적인 활동을 교내 상담센터 프로그램에 통합하여 운영해야 한다. 특히 거절에 대한 불안한 기대를 완화하고 사회적 위협 지각을 감소시킬 수 있는 인지 행동적 개입 프로그램을 적극 활용할 것을 제안한다. 나아가 고위험군 학생을 조기에 발굴하여 문제를 예방할 수 있는 심리적 안전망을 강화함으로써, 대학생들이 더욱 건강한 대인관계 유능성을 확보하여 성숙한 사회인으로 이행하는 데 실질적인 기여를 할 수 있을 것으로 기대된다. 이러한 노력을 통해 대학은 단순히 지식을 전달하는 장소를 넘어, 학생들이 관계적 어려움을 극복하고 심리적 성장을 이룰 수 있는 통합적인 발달 현장으로서의 역할을 수행해야 한다.

2. 제언

본 연구가 지닌 제한점 및 향후 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 연구설계와 관련된 한계이다. 본 연구는 횡단적 설계를 활용하여 변수 간의 순차적 간접 경로가 유의함을 확인하였으나, 시간의 흐름에 따른 인과적 변화 과정을 명확히 설명하는 데는 한계가 있다. 모의 심리적 통제와 같은 양육 경험은 지속적인 발달 과정에서 내면화되므로, 후속 연구에서는 종단 연구를 통해 모의 통제 경험이 거절 민감성 유발 및 인지적 유연성 발달에 어떤 양상으로 나타나는지를 추적 관찰하여 본 연구 결과의 타당성을 확보할 필요가 있다. 또한 본 연구는 표본 수집 지역이 수도권 소재 대학에 재학 중인 학생들로 한정되어 있다는 점이 제한적이다. 이처럼 조사 대상의 지역적 편향과 특정 연령대에 국한되는 특성이 발생하여, 연구 결과의 일반화 수준을 높이는 데 한계가 따른다. 최종 분석에 사용된 표본 284명은 통계적 검정력 확보에는 충분하였으나, 한국 사회의 다양한 문화적 및 지역적 맥락을 반영하기에는 부족하였다. 그러므로 후속 연구에서는 수도권을 넘어 다양한 지역과 생활환경을 포함하고, 대학생뿐 아니라 여러 연령층과 직업군을 아우르는 표본을 확보할 필요가 있으며, 앞서 언급된 통제 변수들을 실제 분석에 포함하여 더욱 엄밀한 검증을 수행할 필요가 있다. 이러한 확장은 본 연구의 결과를 더 폭넓게 일반화하는 데 기여할 것이다.

둘째, 본 연구는 자기 보고 방식의 구조화된 설문 도구를 사용하여 자료를 수집하였기에 응답자 편향이 발생할 여지가 있다. 즉, 응답자의 개인적인 인식이나 방어적 태도가 결과에 개입되었을 가능성을 배제하기 어렵다. 특히 거절 민감성이 높거나, 모의 심리적 통제와 같은 양육 태도를 내면화한 참여자는 정서 억압으로 인해 자신의 정서 및 양육 경험을 객관적으로 평가하는 데 어려움을 겪을 수 있고, 단일한 자기 보고 방식만으로는 정서적

취약성, 인지적 경직성, 사회적 적응의 복잡한 과정을 충분히 포착하기 어렵다. 따라서 후속 연구에서는 자기 보고 방식에만 의존하지 않고, 심층 면접, 친밀한 타인의 평가, 행동 관찰 등을 병행하여 연구 결과의 신뢰도와 타당성을 높일 필요가 있다. 이는 대인관계 유능성을 측정할 때 자기 인식뿐 아니라 친밀한 관계를 맺는 타인의 평가를 함께 수집하면 더욱 입체적인 정보를 확보할 수 있기 때문이다.

셋째, 본 연구는 대학생의 대인관계 유능성에 영향을 미치는 다양한 환경적 요인 중 모의 심리적 통제에 초점을 두었다는 점에서 제한이 있다. 실제로 대인관계 유능성은 모의 양육 방식 외에도 부의 양육 행동(예: 부의 심리적 통제, 방임), 또래 관계의 질(예: 또래 수용, 친밀 우정의 경험), 학교·대학 환경(예: 교수·학생 관계, 학업 스트레스), 사회경제적 배경(예: 가족 소득, 주거 안정성), 외상 및 역경 경험(예: 학교폭력, 부모 갈등 노출)과 같은 다양한 환경적 요인에 의해서도 영향을 받는다(Laursen & Bukowski, 1997; Pianta, 1999). 후속 연구에서는 부모 양측의 양육 방식과 또래 및 교육 환경 요인을 함께 포함한 다층적 모형을 검증하여, 대인관계 유능성을 더 포괄적으로 이해할 필요가 있다.

또한, 연구 결과의 일반화 가능성을 높이기 위해 모의 학력, 직업, 문화적 요소 등 다양한 환경적 및 인구통계학적 변수를 포함하여 분석해야 한다. 나아가, 심리적 통제 연구의 이론적 정교화를 위해 모의 심리적 통제라는 변수의 질적 단순성을 극복하고 하위 유형별 영향력에 주목할 필요가 있다. 즉, 후속 연구에서는 의존 지향적 통제 및 성취 지향적 통제와 같은 심리적 통제의 하위 유형을 구체적으로 측정하고 그 영향력을 검증함으로써 논의의 깊이를 확보할 수 있을 것이다.

넷째, 후속 연구에서는 변수들의 이론적 역할과 기능을 더 깊이 살펴볼 필요가 있다. 본 연구가 인지적 유연성이 라는 긍정적 자원에 주목했다는 점을 고려할 때, 인지적 유연성이 거절 민감성이나 모의 심리적 통제와 대인관계 유능성의 관계에서 부정적 영향을 완화하는 조절 변수로도 작용하는지를 탐색해야 한다. 이러한 검증을 통해 인지적 유연성이 어떤 역할을 하는지 더 명확히 확인할 수 있을 것이다. 그뿐만 아니라, 본 연구에서 인지적 유연성이 긍정적 요인으로 작용하였듯이, 거절 민감성이 대인관계 유능성에 미치는 부정적인 관련성을 조절할 수 있는 다른 긍정적인 심리적 자원을 추가로 탐색해야 한다. 자기효능감, 자아존중감 같은 내적 심리 자원 또는 사회적 지지와 같은 환경적 자원을 추가하여 조절 효과를 검증하는 후속 연구가 필요하다. 이러한 변수 간 관계와 조절 가능성에 대한 탐색은 대학생의 대인관계 유능성 증진을 위한 상담 개입 전략 수립에 기초 자료를 제공한다는 점에서 의의가 있다. 한편, 본 연구는 인지적 유연성의 매개효과를 검증하는 데 초점을 두었으나, 이론적으로 인지적 유연성은 거절 민감성과 대인관계 유능성 간의 관계에서 부정적 영향을 완충하는 보호 요인으로 기능할 가능성도 있다. 이러한 가능성을 포함한 후속 연구가 축적된다면, 대학생의 대인관계 유능성에 관한 이해를 보다 정교히 하는 데 기여할 수 있을 것으로 기대된다.

허혜진은 단국대학교 가족 상담학 석사학위를 받았으며, 상담센터와 가족센터에서 아동·청소년 및 가족을 대상으로 상담 실무를 담당해 왔다. 주요 관심 분야는 부모 양육 태도와 부모-자녀 관계, 정서 및 인지 과정, 대인관계 적응이며, 현재 가족치료와 인지 행동적 접근을 바탕으로 한 대인관계 심리치료 등을 연구하고 있다.

(E-mail: gpwls8910@gmail.com)

전혜성은 단국대학교 행정법무대학원 가족 상담학과에서 교수로 재직 중이다. 주요 관심 분야는 가족, 아동·청소년, 정신건강, 적응, 위기 가족 지원 등이며, 가족 체계 관점에 기반한 상담과 개입에 관심을 두고 있다. 현재 부부 및 가족치료, 정신건강 상담, 적응 등을 중심으로 연구를 수행하고 있다.

(E-mail: hsjeon@dankook.ac.kr)

참고문헌

- 강선주, 김나리. (2024). 대학생의 거부민감성이 대인관계 유능성에 미치는 영향: 자기자비와 인지적 유연성의 순차적 매개효과. *청소년학연구*, 31(11), 119-143. <http://doi.org/10.21509/KJYS.2024.11.31.11.119>
- 고은영, 김미경. (2020). 거부민감성과 이성관계 만족의 관계에서 인지적 정서조절과 갈등해결전략의 이중매개 효과. *한국심리학회지: 학교*, 17(2), 181-198. <http://doi.org/10.16983/kjsp.2020.17.2.181>
- 구현주, 문혁준. (2023). 부모의 심리적 통제와 대학생의 대인관계 유능성의 관계에서 사회적 지지의 매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 23(5), 337-350. <http://doi.org/10.22251/jlcci.2023.23.5.337>
- 국무조정실. (2025). 2024년 청년의 삶 실태조사 [보도자료]. <https://www.opm.go.kr/opm/news/press-release.do?mode=view&articleNo=158583>
- 김미란, 민경화, 장여옥. (2025). 대안학교 청소년이 지각하는 부모의 거부적 양육태도가 대인관계문제에 미치는 영향: 내면화된 수치심과 거부민감성의 순차적 매개효과. *청소년시설환경*, 23(2), 1-12. <http://doi.org/10.55063/KIYFE.2025.23.2.1>
- 김소정, 한기백. (2024). 거부 민감성과 정서적 안녕감의 관계: 사회적 위축과 자기주장의 순차적 매개 효과. *심리유형과 인간발달*, 25(1), 1-19. <http://doi.org/10.52745/KAPT.2024.25.1.1>
- 김수연. (2022). 대학생이 지각한 부모의 심리적 통제와 소외에 대한 두려움의 관계: 거부민감성과 자기개념 명확성의 매개효과 [석사학위논문, 경남대학교 대학원].
- 김중운, 김남희. (2018). 대학생의 스트레스가 심리적 안녕감에 미치는 영향: 사회적 지지와 인지적 정서조절 전략의 매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 18(14), 253-275. <http://dx.doi.org/10.22251/jlcci.2018.18.253>
- 김주희. (2020). 거부민감성이 대인관계유능성에 미치는 영향에서 자기노출과 자아탄력성의 매개효과 [석사학위논문, 대구대학교 대학원].
- 김지윤, 진미경. (2019). 대학생이 지각한 부모양육태도와 대인관계문제의 관계에서 거부민감성의 매개효과. *청소년학연구*, 26(4), 355-378. <http://doi.org/10.21509/KJYS.2019.04.26.4.355>
- 김희경. (2016). 남녀청소년이 지각한 부모의 심리적 통제와 우울 및 공격성의 관계 [석사학위논문, 숙명여자대학교 교육대학원].
- 남정이. (2021). 부모의 심리적 통제가 고등학생의 대인관계 유능성에 미치는 영향 [석사학위논문, 대전대학교 일반대학원].
- 류해라, 박기환. (2014). 대학생의 거부민감성이 우울증상에 미치는 영향에 대한 인지적 정서조절의 중재효과. *한국심리학회지: 건강*, 19(1), 203-218. <http://doi.org/10.17315/kjhp.2014.19.1.011>
- 문혁준, 최윤희. (2024). 대학생이 지각한 어머니의 심리적 통제가 대학생의 대인관계문제에 미치는 영향: 완벽주의를 매개로. *한국산학기술학회논문지*, 25(3), 261-267. <http://doi.org/10.5762/KAIS.2024.25.3.261>
- 민병남, 김완일. (2016). 청소년의 거부민감성과 대인관계문제의 관계: 인지적 유연성의 매개효과. *청소년학연구*, 23(10), 431-450. <http://doi.org/10.21509/KJYS.2016.10.23.10.431>
- 박금란. (2012). 어머니의 자율성 지지 및 심리적 통제가 대학생의 또래관계 유능성에 미치는 영향 [석사학위논문, 이화여자대학교 대학원].
- 박은경, 선혜연. (2018). 거부민감성 관련 국내 연구동향 분석. *학습자중심교과교육연구*, 18(14), 735-754. <http://doi.org/10.22251/jlcci.2018.18.735>
- 박혜원, 조혜영, 김혜원. (2023). MZ세대 성인기 자녀가 지각한 모의 심리적 통제가 대인관계문제에 미치는 영향: 정서양가성의 매개효과. *청소년시설환경*, 21(1), 25-34. <http://doi.org/10.55063/KIYFE.2023.21.1.3>
- 배연아. (2016). 청소년이 지각한 부모의 조건적 관심이 자기개념명확성과 자존감에 미치는 영향 [석사학위논문, 한양대학교 교육대학원].
- 손미남. (2024). 지각된 부모의 심리적 통제와 대인관계문제의 관계: 정서인식명확성과 인지적 유연성의 이중매개효과. *한국콘텐츠학회논문지*, 24(6), 625-639. <http://doi.org/10.5392/JKCA.2024.24.06.625>

- 송아윤, 송현주. (2021). 거부민감성 집단의 모호한 사회적 상황에서의 해석편향: 온라인, 오프라인 상황을 중심으로. *인문사회* 21, 12(5), 1771-1786. <http://doi.org/10.22143/HSS21.12.5.125>
- 송향미. (2022). 관계외상이 대인관계유능성에 미치는 영향 [석사학위논문, 한국상당대학원대학교].
- 신애규. (2018). 자녀가 지각하는 어머니의 심리적 통제가 아동의 공격성에 미치는 영향 [석사학위논문, 인천대학교 교육대학원].
- 여미정. (2022). 대학생의 정서인식 명확성과 대인관계 문제의 관계: 공감능력과 인지적 유연성의 이중매개효과 [박사학위논문, 상지대학교 대학원].
- 여미정, 김완일. (2020). 대학생의 정서인식명확성과 대인관계 유능성의 관계에서 인지적 유연성의 매개효과. *청소년학연구*, 27(6), 215-234. <http://doi.org/10.21509/KJYS.2020.06.27.6.215>
- 위효지. (2022). 대학생의 의사소통 능력과 정서인식명확성, 온오프라인의 사회적 지지가 대인관계 유능성에 미치는 영향 [석사학위논문, 신라대학교 교육대학원].
- 윤혜지. (2024). 거부민감성과 사회불안의 관계: 정서표현억제의 매개효과 [석사학위논문, 대구대학교 대학원].
- 이경미, 박주희. (2016). 부모의 심리적 통제가 남녀 아동의 관계적 공격성에 미치는 영향과 거부민감성의 매개효과. *아동학회지*, 37(4), 31-46. <http://doi.org/10.5723/kjcs.2016.37.4.31>
- 이규원, 박은영. (2022). 부모의 심리적 통제가 대학생의 사회불안에 미치는 영향: 자기불일치와 타인에 의한 타당화의 매개효과. *스트레스연구*, 30(1), 45-51. <http://doi.org/10.17547/kjsr.2022.30.1.45>
- 이민선, 노안영. (2018). 대학생의 거부민감성과 연애관계 만족도와와의 관계에서 인지적 정서조절과 자기침묵의 이중매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 30(4), 1175-1192. <http://doi.org/10.23844/kjcp.2018.11.30.4.1175>
- 이복동. (2000). 성인애착과 이성 관계 만족: 거절민감성과 귀인양식의 매개 효과를 중심으로 [석사학위논문, 고려대학교 대학원].
- 이승희. (2024). 대학생의 대인관계 유능성과 심리적 부적응의 관계에서 인지적 유연성의 매개효과. *재활심리연구*, 31(2), 33-52. <http://doi.org/10.35734/karp.2024.31.2.003>
- 이신현, 최윤정. (2021). 청소년이 지각한 부모의 조건적 관심과 청소년의 조건적 자존감의 관계에서 자기자비와 자기비판의 매개효과. *한국명성학회지*, 11(1), 41-60. <http://doi.org/10.23250/kjm.11.1.202102.003>
- 이영아, 이인혜. (2016). 남녀 대학생에서 거부민감성과 사회불안 간의 관계: 주의초점의 매개효과와 주의전환의 조절효과. *한국심리학회지: 건강*, 21(3), 641-660. <http://doi.org/10.17315/kjhp.2016.21.3.010>
- 이예지, 이송이. (2023). 부모로부터 독립에 대한 대학생의 주관성 연구. *한국산학기술학회논문지*, 24(11), 429-440. <http://doi.org/10.5762/KAIS.2023.24.11.429>
- 이윤구, 조현철. (2024). 청소년의 성격과 거부민감성 간 관계에서 자기격려의 매개효과. *한국과 세계*, 6(4), 311-340. <http://doi.org/10.22743/kwr.2024.6.4.311>
- 이주연. (2021). 대학생의 대인관계 유능성에 대한 연구 동향 분석 [석사학위논문, 중앙대학교 교육대학원].
- 이주연, 김동민. (2023). 대학생의 대인관계 유능성에 대한 연구 동향 분석. *교육문화연구*, 29(2), 227-251. <http://doi.org/10.24159/joec.2023.29.2.227>
- 이해림, 안명희. (2021). 부모의 심리적 통제가 연인관계 정서표현양가성에 미치는 영향: 내면화된 수치심과 거절민감성을 매개로. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 33(1), 345-365. <http://doi.org/10.23844/kjcp.2021.02.33.1.345>
- 임정하, 조은영, 오연경, 윤원영. (2016). 대학생의 감사형성과 인지적 유연성이 대인관계 유능성에 미치는 영향. *한국청소년연구*, 27(2), 93-120. <http://doi.org/10.14816/sky.2016.27.2.93>
- 장성미. (2015). 대학생의 거부민감성이 대인관계 유능성에 미치는 영향: 적응적인 인지적 정서조절전략을 매개변인으로 [석사학위논문, 대구대학교 대학원].
- 장수지, 남숙경. (2022). 중학생이 지각한 부모의 심리적 통제와 자살생각의 관계: 감정표현불능증(alexithymia)과 자아존중감의 조절된 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 34(1), 159-178. <http://doi.org/10.23844/kjcp.2022.>

02.34.1.159

- 장하은, 이운경. (2025). 대학생이 회상한 부모의 거부적 양육태도가 대인관계문제에 미치는 영향: 거부민감성과 정서표현 양가성의 매개효과. *인간발달연구*, 32(2), 69-91. <http://doi.org/10.15284/kjhd.2025.32.2.69>
- 전혜경. (2015). 어머니의 심리적 통제가 대학생의 성인애착에 미치는 영향: 인정욕구의 매개효과. *한국청소년연구*, 26(3), 165-193. <http://doi.org/10.14816/sky.2015.26.3.165>
- 정선영. (2019). 대학생의 우울감과 심리적 안녕감의 관계에서 인지적 유연성의 매개효과. *인문사회* 21, 10(5), 313-324. <http://doi.org/10.22143/HSS21.10.5.23>
- 정우진. (2017). *대학생의 거부민감성과 대인관계 유능성의 관계* [석사학위논문, 한양대학교 대학원].
- 정옥분, 임정하, 정순화, 박연정, 김정은. (2008). 대학생의 부모에 대한 애착과 부모됨의 동기 및 부모역할인식에 관한 연구. *인간발달연구*, 15(4), 67-91.
- 조주연, 유금란. (2020). 지각된 부모의 심리적 통제와 대학생의 학업지연행동에 미치는 영향: 내면화된 수치심과 인지적 유연성의 매개효과. *청소년문화포럼*, (64), 199-231. <http://doi.org/10.17854/ffyc.2020.10.64.199>
- 조한솔, 김정민. (2017). 부모의 심리적 통제, 인지적 유연성 및 우울이 청년의 기본심리욕구만족에 미치는 영향: 가정과 삶의 질 연구, 35(3), 67-80. <http://doi.org/10.7466/JKHMA.2017.35.3.67>
- 조현재. (2024). 대인관계유능성과 대학생생활적응의 관계에서 자기수용의 매개효과. *정서·행동장애연구*, 40(3), 479-494. <http://doi.org/10.33770/JEBD.40.3.21>
- 주혜원, 배희분. (2020). 부모의 심리적 통제와 대학생 자녀의 대인관계문제에서 완벽주의적 자기제시와 부적응적 인지적 정서조절의 매개효과. *한국가족관계학회지*, 25(2), 41-62. <http://doi.org/10.21321/jfr.25.2.41>
- 최명진, 김은정. (2018). 심리적 통제척도(PCS-YSR)의 타당성 연구: 대학생을 중심으로. *정서·행동장애연구*, 34(2), 51-69. <http://doi.org/10.33770/JEBD.34.2.3>
- 하수진. (2017). *청소년이 지각한 부모의 심리적 통제와 관계적 공격성에 관한 연구: 거부민감성의 매개효과를 중심으로* [석사학위논문, 한양대학교 대학원].
- 한국여성정책연구원. (2015). 2015년 가족실태조사 분석 연구. 여성가족부.
- 한나리, 이동귀. (2010). 한국 대학생의 대인관계 유능성 척도 타당화 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(1), 137-156.
- 한빛나, 박기환. (2013). 긍정적인 사회적 상황에 대한 해석편향과 사회불안의 관계: 타인기준-자기 효능감 불일치의 매개효과. *인지행동치료*, 13(3), 329-345.
- 허심양. (2011). *완벽주의와 심리적 부적응의 관계에서 인지적 유연성의 역할* [석사학위논문, 서울대학교 대학원].
- 현다윤. (2024). *대학생의 자기초점주의가 대인관계 유능성에 미치는 영향* [석사학위논문, 단국대학교 대학원].
- 황선아. (2022). 대학생의 거부민감성, 회복탄력성이 대인관계 유능성에 미치는 영향. *인문사회과학연구*, 30(1), 276-293. <http://doi.org/10.22924/jhss.30.1.202202.013>
- Ayduk, O., May, D., Downey, G., & Higgins, E. T. (2003). Tactical differences in coping with rejection sensitivity: The role of prevention pride. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(4), 435-448. <http://doi.org/10.1177/0146167202250911>
- Barber, B. K. (1996). Parental psychological control: Revisiting a neglected construct. *Child Development*, 67(6), 3296-3319. <http://doi.org/10.2307/1131780>
- Barber, B. K., & Harmon, E. L. (2002). Violating the self: Parental psychological control of children and adolescents. In B. K. Barber (Ed.), *Intrusive parenting: How psychological control affects children and adolescents* (pp. 15-52). American Psychological Association. <http://doi.org/10.1037/10422-002>
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Buhrmester, D., Furman, W., Wittenberg, M. T., & Reis, H. T. (1988). Five domains of interpersonal competence in

- peer relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(6), 991-1008. <http://doi.org/10.1037/0022-3514.55.6.991>
- Burns, G. L., & Farina, A. (1984). Social competence and adjustment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 1(1), 99-113. <http://doi.org/10.1177/0265407584011006>
- Cassidy, J. (2001). Truth, lies, and intimacy: An attachment perspective. *Attachment & Human Development*, 3(2), 121-155. <http://doi.org/10.1080/14616730110058999>
- Costa, S., Soenens, B., Gugliandolo, M. C., Cuzzocrea, F., & Larcan, R. (2015). The mediating role of experiences of need satisfaction in associations between parental psychological control and internalizing problems: A study among Italian college students. *Journal of Child and Family Studies*, 24(4), 1106-1116. <http://doi.org/10.1007/s10826-014-9919-2>
- Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy and Research*, 34(3), 241-253. <http://doi.org/10.1007/s10608-009-9276-4>
- Downey, G., & Feldman, S. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1327-1343. <http://doi.org/10.1037/0022-3514.70.6.1327>
- Downey, G., Feldman, S. I., & Ayduk, O. (2000). Rejection sensitivity and male violence in romantic relationships. *Personal Relationships*, 7(1), 45-61. <http://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2000.tb00003.x>
- Fiske, A., Wetherell, J. L., & Gatz, M. (2009). Depression in older adults. *Annual Review of Clinical Psychology*, 5, 363-389. <http://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.032408.153621>
- Fritz, M. S., & MacKinnon, D. P. (2007). Required sample size to detect the mediated effect. *Psychological Science*, 18(3), 233-239. <http://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2007.01882.x>
- Goss, K., Gilbert, P., & Allan, S. (1994). An exploration of shame measure-I: The other as shamer scale. *Personality and Individual Differences*, 17(5), 713-717. [http://doi.org/10.1016/0191-8869\(94\)90149-X](http://doi.org/10.1016/0191-8869(94)90149-X)
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Pearson.
- Hansson, R. O., Jones, W. H., & Carpenter, B. N. (1984). Relational competence and social support. In P. Shaver (Ed.), *Review of personality and social psychology: Vol. 5. Emotions, relationships, and health* (pp. 265-284). Sage.
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental tasks and education*. David McKay.
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Publications.
- Impett, E. A., Gable, S. L., & Peplau, L. A. (2005). Giving up and giving in: The costs and benefits of daily sacrifice in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(3), 327-344. <http://doi.org/10.1037/0022-3514.89.3.327>
- Laursen, B., & Bukowski, W. M. (1997). A developmental guide to the organization of close relationships. In W. M. Bukowski, A. F. Newcomb, & W. W. Hartup (Eds.), *The company they keep: Friendship in childhood and adolescence* (pp. 16-41). Cambridge University Press.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- London, B., Downey, G., Bonica, C., & Paltin, I. (2007). Social causes and consequences of rejection sensitivity. *Journal of Research on Adolescence*, 17(3), 481-506. <http://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2007.00531.x>
- McCroskey, J. C. (1982). Communication competence and performance: A research and pedagogical perspective. *Communication Education*, 31(1), 1-7. <http://doi.org/10.1080/03634528209384654>

- Mor, N., & Inbar, M. (2009). Rejection sensitivity and schema-congruent information processing biases. *Journal of Research in Personality*, 43(3), 392-398. <http://doi.org/10.1016/j.jrp.2009.01.001>
- Pianta, R. C. (1999). *Enhancing relationships between children and teachers*. American Psychological Association. <http://doi.org/10.1037/10314-000>
- Pietrzak, J., Downey, G., & Ayduk, O. (2005). Rejection sensitivity as an interpersonal vulnerability. In M. W. Baldwin (Ed.), *Interpersonal cognition* (pp. 62-84). Guilford Press.
- Romero-Canyas, R., Downey, G., Berenson, K., Ayduk, O., & Kang, N. J. (2010). Rejection sensitivity and the rejection-hostility link in romantic relationships. *Journal of Personality*, 78(1), 119-148. <http://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2009.00611.x>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept. *Psychological Inquiry*, 11(4), 319-338. http://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_03
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2002). Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. In E. L. Deci & R. M. Ryan (Eds.), *Handbook of self-determination research* (pp. 3-33). University of Rochester Press.
- Sifneos, P. E. (1973). The prevalence of alexithymic characteristics in psychosomatic patients. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 22(2-6), 255-262. <http://doi.org/10.1159/000286529>
- Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2010). A theoretical upgrade of the concept of parental psychological control: Proposing new insights on the basis of self-determination theory. *Developmental Review*, 30(1), 74-99. <http://doi.org/10.1016/j.dr.2009.11.001>
- Steinberg, L. (1990). Interdependency in the family: Autonomy, conflict and harmony. In S. S. Feldman & G. R. Elliott (Eds.), *At the threshold: The developing adolescent* (pp. 255-276). Harvard University Press.
- Thorndike, E. L. (1920). Intelligence and its uses. *Harper's Magazine*, 140, 227-235.
- Vansteenkiste, M., Simons, J., Lens, W., Soenens, B., & Matos, L. (2005). Examining the motivational impact of intrinsic versus extrinsic goal framing and autonomy-supportive versus internally controlling communication style on early adolescents' academic achievement. *Child Development*, 76(2), 483-501. <http://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2005.00858.x>

The Relationship Between Perceived Maternal Psychological Control and Interpersonal Competence of University Students: The Sequential Mediating Effects of Rejection Sensitivity and Cognitive Flexibility

Hur, Hae Jin¹ | Jeon, Hye Seong^{1*}

¹ Dankook University

* Corresponding author:
Jeon, Hye Seong
(hsjeon@dankook.ac.kr)

Abstract

This study was conducted to examine the mediating paths of rejection sensitivity and cognitive flexibility in the relationship between perceived maternal psychological control and interpersonal competence among university students. To this end, an online survey was conducted with 300 university students attending four-year universities in the Seoul metropolitan area, and 284 cases were used for the final analysis after excluding insincere responses. Data were analyzed using IBM SPSS Statistics 26 and Hayes' (2017) PROCESS macro (ver. 4.2) Model 6.

The main findings were as follows. First, the higher the level of perceived maternal psychological control, the lower the interpersonal competence of university students. Second, rejection sensitivity and cognitive flexibility significantly mediated the relationship between maternal psychological control and university students' interpersonal competence. Third, rejection sensitivity and cognitive flexibility showed a sequential mediating effect in the relationship between maternal psychological control and university students' interpersonal competence.

Maternal psychological control increased rejection sensitivity, and the path through which this reduced interpersonal competence via a decrease in cognitive flexibility was significant. These findings suggest the need to establish counseling and educational systems encompassing cognitive, emotional, and behavioral dimensions at the university level, and to build a psychological safety net that includes the early identification of high-risk students and linkage to family counseling.

Keywords: University Students, Psychological Control, Interpersonal Competence, Rejection Sensitivity, Cognitive Flexibility