

교육학석사 학위논문

부모의 기대 및 비난과 비자살적 자해 간 관계 :
내면화된 수치심의 조절효과와 경험회피의 매개효과

Relationship among Parental expectations, criticism
and Nonsuicidal Self-Injury

: Moderating effect of Internalized shame and
Mediating effect of Experiential avoidance

2020년

울산대학교 교육대학원

상담교육전공

김 은 실

석사학위 청구논문

부모의 기대 및 비난과 비자살적 자해 간 관계 :
내면화된 수치심의 조절효과와 경험회피의 매개효과

Relationship among Parental expectations, criticism
and Nonsuicidal Self-Injury

: Moderating effect of Internalized shame and
Mediating effect of Experiential avoidance

지도교수 최 현 주

이 논문을 교육학석사 학위논문으로 제출함.

2020년

울산대학교 교육대학원

상담교육전공

김 은 실

김은실의 교육학석사 학위논문을 인준함

심사위원장

정종원



심사위원

최현주



심사위원

신지영



울산대학교 교육대학원

2020년 1월

목 차

I. 서론.....	1
1. 연구 목적 및 필요성.....	1
2. 연구 문제.....	4
II. 이론적 배경.....	5
1. 부모의 기대 및 비난.....	5
2. 수치심.....	7
3. 경험회피.....	9
4. 비자살적 자해.....	11
III. 연구방법	13
1. 연구대상 및 연구절차.....	13
2. 측정도구.....	14
3. 분석방법.....	20
IV. 연구결과	21
1. 연구대상자의 비자살적 자해 기술적 통계.....	21
1)성별차이 검증.....	21

2)연령차이 검증.....	22
3~10)ISAS 문항분석.....	23
2. 비자살적 자해 예측 모형.....	30
1)기술통계 및 t검정.....	30
2)관련변인들의 상관분석 결과.....	31
3)로지스틱 회귀분석 결과.....	31
3. 비자살적 자해의 내적 기능과 사회적 기능.....	33
1)변인들의 기술 통계치.....	33
2)경험회피의 매개효과.....	36
3)내면화된 수치심의 조절효과.....	39
4)자해의 사회적 기능에 대한 최종모형.....	41
V. 논의 및 제언	43
1. 연구 결과 요약 및 논의.....	43
2. 연구의 의의.....	46
3. 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언.....	47
참고문헌.....	48
부 록.....	58

< 표 목 차 >

<표 1> 연구대상자의 인구 통계학적 특성.....	13
<표 2> 다차원적 완벽주의척도(FMPS)의 요인별 문항 구성과 신뢰도.....	14
<표 3> 내면화된 수치심(ISS)척도의 요인별 문항 구성과 신뢰도.....	15
<표 4> 한국판 다차원적 경험회피 척도(K-MEAQ-24)의 요인별 문항 구성과 신뢰도.....	17
<표 5> 비자살적 자해 척도(ISAS)의 요인별 문항 구성과 신뢰도.....	19
<표 6> 비자살적 자해에 대한 성별 차이 검증.....	22
<표 7> 비자살적 자해에 대한 연령 차이 검증.....	22
<표 8> 연간 자해 빈도.....	23
<표 9> 자해의 시작 연령.....	24
<표 10> 최근 자해를 한 시기.....	24
<표 11> 자해 시 신체적 고통의 여부.....	25
<표 12> 자해 시 혼자 있는지의 여부.....	26
<표 13> 자해 충동 후 실행까지의 시간.....	27

<표 14> 자해 시 멈추고 싶은 여부.....	28
<표 15> 비자살적 자해를 하는 이유.....	29
<표 16> 자해/비자해 집단 평균 차이 검증 결과.....	30
<표 17> 자해/비자해 집단 상관분석 결과.....	31
<표 18> 자해 여부 로지스틱 결과.....	32
<표 19> 주요 변인들의 기술통계.....	34
<표 20> 매개모형1.....	37
<표 21> 매개모형2.....	37
<표 22> 매개효과의 Bootstrapping 결과.....	38
<표 23> 조절모형.....	39
<표 24> 조절효과의 Bootstrapping 결과.....	40
<표 25> 경험회피의 매개모형과 내면화된 수치심의 조절모형.....	42
<표 26> 매개효과와 조절효과의 Bootstrapping 결과.....	42

< 그림 목 차 >

[그림 1] 경험회피모델의 모형.....	10
[그림 2] 연간 자해 빈도.....	23
[그림 3] 자해를 시작한 연령.....	24
[그림 4] 최근 자해를 한 시기.....	25
[그림 5] 자해 시 신체적 고통의 여부.....	26
[그림 6] 자해 시 혼자 있는지의 여부.....	27
[그림 7] 자해 충동 후 실행까지의 시간.....	28
[그림 8] 자해를 멈추고 싶은 여부.....	29
[그림 9] 매개모형 1.....	36
[그림 10] 매개모형 2.....	36
[그림 11] 조절모형 1.....	39
[그림 12] 조절모형 2.....	39
[그림 13] 내면화된 수치심의 조절효과 검증 그래프.....	40
[그림 14] 최종 모형.....	41

국문초록

최근 청소년들의 자해 행동은 급증하고 있으며 자살과의 관련성도 나타나고 있으나 그 심각성에 비해 관련 연구는 미흡한 실정이다. 그리하여 본 연구는 부모의 기대 및 비난과 비자살적 자해 간의 관계를 살펴보고, 부모의 기대 및 비난과 비자살적 자해 간의 관계에서 내면화된 수치심의 조절효과와 경험회피의 매개효과를 확인하고자 하였다.

이를 위해 울산광역시에 소재한 중학교와 고등학교에 재학 중인 남녀 학생을 대상으로 완벽주의 척도 중 하위요인인 부모의 기대 및 비난, 내면화된 수치심 척도, 경험회피 단축형 척도를 포함하는 자기보고식 설문지를 배포하여 설문조사를 실시하였으며, 총 484건의 자료를 SPSS 21.0과 Hayes(2018)의 The PROCESS macro 3.3을 활용하여 분석하였다.

본 연구의 주요 결과는 다음과 같다.

첫째, 연구대상자의 비자살적 자해에 대한 전체적인 기술적 통계를 실시한 결과 성별에 따라 비자살적 자해를 하는 여부는 통계적인 차이가 발견되지 않았지만 자해 유형을 충동적 자해(자신에게 상처를 입히고자 하는 칼로 손목 긋기, 불로 지지기, 뽀족한 것으로 찌르기 등이 포함)와 강박적 자해(반복적이 자아 이질적인 행동으로 머리카락 뽑기, 손톱 물어뜯기, 피부 뜯기 등이 포함)로 구분하여 성차를 검증한 결과 남학생 집단보다 여학생 집단에서 신체에 심각한 손상을 입힐 수 있는 충동적 자해를 빈번하게 하는 것으로 나타났다. 또한 연령에 따른 비자살적 자해 여부의 인원수에 차이가 있는지 분석을 한 결과 13~14세에 자해를 가장 빈번히 하고 점차 안정되었다가 고등학교 입학하여 적응하는 17세에 다시 자해를 하는 수가 올라가는 양상이 발견되었다.

둘째, 비자살적 자해와 관련된 주요변인인 부모의 기대 및 비난, 내면화된 수치심, 경험회피 간의 관계를 알아보고 비자살적 자해행동의 유무를 예측하는지 검증하였다. 비자해 집단과 자해 집단을 나누어 검증한 결과, 관련 변인들 중에서 부모의 기대 및 비난과 내면화된 수치심에서 집단 간 차이가 유의하게 나타났다. 또한 부모의 기대 및 비난이 높을수록, 내면화된 수치심이 클수록 자해행동을 할 확률이

높아졌으며 경험회피는 자해 행동의 유무에 미치는 영향이 유의하지 않는 것으로 나타났다.

셋째, 비자살적 자해를 내적 기능(개인에 초점을 둔 기능)과 사회적 기능(사회적 관계에 초점을 둔 기능)으로 나누어 부모의 기대 및 비난 간의 관계에서 경험회피의 매개효과를 검증한 결과, 자해의 내적 기능과 사회적 기능 모두 부분 매개하는 것으로 나타났다. 또한 내면화된 수치심은 자해의 사회적 기능에만 조절효과를 나타냈다. 하지만 매개변인과 조절변인을 모두 투입하였을 때는 조절효과의 영향력으로 경험회피의 매개효과가 유의하지 않는 것으로 나타났다. 이는 내면화된 수치심이 자해와 깊은 관계에 있으며, 중고등학생들이 부모로부터 기대와 비난을 많이 받았을지라도 내면화된 수치심이 낮으면 사회적 기능으로서 자해를 하는 빈도가 줄어든다는 것을 의미한다.

본 연구에서는 중고등학생들의 비자살적 자해의 원인으로 부모의 기대 및 비난이 직접적으로 영향을 준다는 것을 검증하고 부모의 양육태도나 부모교육의 필요성이 중요하다는 것을 확인하였다. 또한 중고등학생들의 비자살적 행동을 이해하는데 정보를 제공하고 치료적 개입 시 보다 구체적이고 정확한 접근이 가능할 것으로 생각된다. 그리고 부모의 기대 및 비난이 비자살적 자해에 직접적인 영향을 주지만, 내면화된 수치심의 수준을 낮춰준다면 자해행동이 감소한다는 증거를 제시하였기 때문에 추후 내면화된 수치심을 조절해주는 프로그램 개발의 필요성에 대한 근거자료가 될 것으로 기대한다.

주제어 : 부모의 기대 및 비난, 내면화된 수치심, 경험회피, 비자살적 자해

I. 서론

1. 연구 목적 및 필요성

비자살적 자해(Nonsuicidal Self-Injury; NSSI)는 자살 의도 없이 고의적으로 자신의 신체에 약하지만 고통스러운 상해를 반복적으로 가하는 것으로 정의된다(American Psychiatric Association; APA, 2013). 자해는 주로 청소년과 초기 성인기에 나타나고 평생 유병률은 13.9~21.4%에 이른다고 보고되고 있다(Nock & Favazza, 2009). 국내 한국청소년상담복지개발원(2013)에서 발표한 상담경향 분석 보고서에 따르면 자살 및 자해 시도 상담은 2008년 0.5%, 2009년 0.7%, 2010년 2.8%, 2011년 1.0%, 2012년 3.1%로 5년 사이 6배 이상 증가한 것으로 나타났다. 그리하여 교육부에서 매년 1학기 초 전국 중·고등학교 1학년을 대상으로 하는 ‘학생정서·행동 특성검사’ 항목에 2017년부터 ‘자해’를 넣기 시작했다. 조사 첫해 중학생의 8.3%, 고등학생의 5.9%가 ‘자해한 적이 있다’고 답했다. 지난해에는 중학생 7.9%, 고등학생 6.4%가 자해 경험을 고백했다(교육부, 2018). 자해 청소년들은 자해를 은밀하고 개인적으로 실행하며, 흔적을 감추려는 속성이 있어 치료를 받는 경우가 드물기 때문에(Nock, 2010), 실제로 청소년들의 자해 경험 비율은 더 높을 수 있다.

DSM-5에서도 자해연구의 중요성을 인식하고 추가 연구가 필요한 진단적 상태로써 자살행동과는 다른 ‘자살의도가 없는 자해’(비자살적 자해, Nonsuicidal Self-Injury; NSSI)를 정신장애로 규정하고 있으며 진단명을 위한 기준들을 제시하는 등 노력을 기울이고 있다. DSM-5에서 제시하는 진단 기준은 지난 1년간 5일 또는 그 이상, 신체 표면에 고의적으로 출혈, 상처, 고통을 유발하는 행동(예, 칼로 긁기, 불로 지지기, 찌르기, 과도하게 문지르기)을 자신에게 스스로 가하며, 이는 경도 또는 중등도의 신체적 손상을 유발할 수 있는 자해행동을 하려는 의도에 의한 것으로 자살 의도가 없어야 한다고 되어 있다.

청소년의 자해 동기는 다양하며 여러 가지 기능을 한다. 정서적 확대, 약물의존, 섭식장애, 낮은 자존감이나 완벽주의와 같은 심리적 특성을 포함하여 과거 심리적

외상이나 학대경험이 종종 자해와 관련 되어 있는 것으로 알려져 있다(Martinson, 2002). 선행 연구에 따르면 비자살적 자해에 영향을 미치는 위험요인에는 아동기의 불안정한 양육환경, 정서조절의 어려움, 자기비하, 정신의학적 상태, 심리사회적 요인이 있다(김수진, 2017). 본 연구에서는 비자살적 자해에 영향을 미치는 변인으로 아동기의 불안정한 양육환경에 주목하였다. D'Onofrio(2007)는 아동기에 경험된 외상을 위험요인으로 설명하였는데, 외상에는 만성적인 아동학대와 방임, 충격적인 신체적/성적 외상, 부모의 이혼/분리로 인한 상실경험, 비수인적(invalidating) 양육환경이 관련된다고 하였다. 특히 양육자가 정서적으로 냉정하고 비난을 많이 하게 되면 양육자와 유사한 태도로 학습하게 되고 결국 자신을 향해서도 주로 비난을 하는 완벽주의적 태도를 갖게 되고, 이는 자해와 연결된다는 것이다. 부모의 비난과 자녀에 대한 높은 기준이 비자살적 자해와 어떤 관계가 있는지 연구해 볼 필요가 있다.

한편, 비자살적 자해의 보다 직접적인 원인으로 경험적 회피를 들 수 있다. 경험적 회피란 한 사람이 신체적 감각, 정서, 사고, 기억, 행동적 경향성 등과 같은 특정한 사적 경험들에 접촉하여 머물지 않고, 부정적으로 평가하면서 회피하거나 제거하려는 의도적인 노력이다(Hayes, 2004). Chapman, Gratz와 Brown (2006)은 경험 회피 모델을 통해 비자살적 자해와 경험회피 간 관계를 설명한다. 일반적으로 한 개인이 정서반응을 불러일으키는 자극들에 의해 분노, 수치, 슬픔, 좌절 등 부정적이고 강렬한 감정을 겪게 되면, 고통을 견디거나 정서조절 기술 등을 적용하여 정서적 각성 수준을 낮추고자 한다. 그런데 고통 감내력이 낮거나 정서조절 기술이 부족하여 이것이 불가능해지면, 정서적 각성 경험 자체를 회피하려 하고 이때 선택할 수 있는 행동 중 하나가 비자살적 자해라는 것이다. 비자살적 자해는 당면한 부정적 정서를 일시적으로 완화시키는 기능을 하는데, 그로 인해 부정적 감정을 해소하기 위해 자해를 하는 악순환을 반복하기에 이른다.

그러나 선행연구에 따르면 경험적 회피는 역설적 효과를 지닌다는 점에서 장기적으로 부정적인 결과를 가져온다(Purdon & Clark, 2000; Forsyth & Elfert, 2005). 여기서 역설적 효과란 원치 않는 사고나 기분, 느낌, 감각 등과 같은 심리 상태를 조절하려는 노력이 오히려 원치 않는 사고와 행동들이 침투적으로 발생하거나 재현될 수 있는 것을 의미한다(Wegner, 1987). Hayes 외(2004)는 혐오적이고 불쾌한 사적 경험들을 부정적으로 평가하거나 의도적으로 멀리하고 피하려는 통제노력을

지나치게 기울일수록 원치 않는 경험들은 감소하는 것이 아니라 오히려 증가하는 역설적 결과를 낳는다고 하였다.

이러한 경험 회피는 부모의 양육태도와도 관련이 있는 것으로 나타난다(홍수연, 이승연, 2013). 부모가 자녀를 이해하거나 수용하지 않고 비난과 책망을 가하며 자녀의 노력을 과소평가하는 경우, 자녀는 부정적인 정서를 회피하려는 경향을 보였다(허영재, 김희와, 2018). 부모의 과잉기대 역시 문제에 대한 회피적 태도를 형성하게 하는 것으로 나타났다(이혜진, 2002). 이를 통해 부모의 과도한 기대 및 비난은 경험회피를 매개로 자녀의 비자살적 자해 행동에 영향을 미칠 수 있음을 추론해 볼 수 있다.

더불어 본 연구에서는 부모의 과도한 기대 및 비난과 비자살적 자해 간 관계에 개입하는 또 다른 요인으로 내면화된 수치심을 고려해 보고자 한다. 내면화된 수치심이란 전체자기(entire self)가 문제시되는 경험으로, 자기에 장애, 중독, 섭식, 사회불안 등 다양한 심리장애의 핵심역동으로 간주된다(이인숙, 최해림, 2005). 특정 상황에서 일시적으로 경험하는 상태 수치심은 이후 비슷한 상황에서 보다 나은 수행으로 긍정적인 자기상을 회복하고자 접근적인 행동을 이끌어 내기도 하는데(Leeming & Boyle, 2004), 이는 이후의 상황이나 유발된 정서를 자신이 통제할 수 있을 것이라는 생각이 전제되어야 한다. 반면 수치심이 내면화된 개인은 자신에 대한 부적절감, 무가치감이 만연해있기 때문에 부모의 높은 기대를 만족시키기 어렵다고 판단되는 경우, 자기차별 및 자기파괴와 같은 부적응적 행동으로 이어질 가능성이 높다(안현희, 장진이, 조하나, 2009). 이러한 점을 고려해 볼 때, 내면화된 수치심은 부모의 기대 및 비난과 비자살적 자해 간 관계를 조절할 것으로 예상된다. 그러나 이들 두 변인 간 관계에 있어 내면화된 수치심의 역할을 검증한 연구는 아직까지 찾아보기 어렵다. 이에 본 연구에서는 부모의 기대 및 비난이 비자살적 자해에 영향을 미치는 과정에서 경험회피의 매개효과와 내면화된 수치심의 조절효과를 확인하고자 한다. 본 연구를 통해 비자살적 자해에 대한 이해의 폭을 넓히고 나아가 치료적 개입에 있어 시사점을 제공할 수 있을 것이라 기대한다.

2. 연구 문제

본 연구에서는 청소년을 대상으로 부모의 기대 및 비난이 비자살적 자해간의 관계를 알아보고, 경험회피와 내면화된 수치심의 효과를 살펴보기 위하여 다음과 같은 연구 문제를 설정하였다.

1. 청소년의 비자살적 자해의 현황은 어떠한가? 자해 여부는 성별과 나이에 따라 어떠한 차이가 있는가?
2. 비자해 집단과 자해 집단에 따라 부모의 기대 및 비난, 내면화된 수치심, 경험회피에 유의한 차이가 있는가?
3. 부모의 기대 및 비난과 내면화된 수치심, 경험회피가 비자살적 자해의 경험 여부를 예측하는가?
4. 내면화된 수치심은 부모의 기대 및 비난과 비자살적 자해 간의 관계를 조절하는가?
5. 경험회피는 부모의 기대 및 비난과 비자살적 자해 간의 관계를 매개하는가?

II. 이론적 배경

1. 부모의 기대 및 비난

사전적 정의에 의하면 기대는 과거의 경험과 현재의 상황에 비추어 어떠한 현상이나 사건 등이 일어날 것을 예견하고 기다리는 행동의 준비상태를 말한다. Haller(1968)는 기대의 개념을 자신에 대해 다른 사람이 갖는 태도 또는 목표라고 언급했다. 아동학이나 가족학에서는 기대의 개념을 부모-자녀 관계에서 자녀에 대한 부모의 기대와 관련짓고 있다. Colins(1992)는 기대를 사고, 행동, 다른 사람의 행동에 대한 지각과 해석에 영향을 미치고 관계 내에서의 행동과 반응을 이끄는 정서의 복합적 도식으로 규정했다. 부모의 기대란 자녀를 양육하면서 신체, 인지, 사회 발달 영역에서 성취해야 할 발달 과업에 대해 현실적인 상황을 고려하여 자녀의 행동, 성취, 능력에 대해 미래지향적인 소망을 가지는 것이다(박은희, 2004). 부모의 기대와 자녀의 능력은 상호호혜적인 관계에 있으므로 부모의 정확한 판단에 의한 적절한 기대는 자녀의 정상적인 발달에 긍정적으로 작용하게 된다(김은아, 2013). 그러나 자녀에게 부적절한 과잉기대를 할 경우 이들은 스트레스, 불안 등과 같은 심리적 부적응을 겪게 되고(박은희, 2003), 자녀를 무기력하게 만드는 원인이 될 수도 있다(안기준, 2001). 또한 부모가 자녀에게 도달할 수 없는 높은 기준을 설정하고 만일 그것을 하지 못하게 되면 자녀는 부모의 인정과 사랑을 잃게 되리라는 암시를 받게 된다. 그리하여 부모의 기대와 평가에 큰 가치를 두는 완벽주의자로 성장할 가능성이 크다(Burns, 1980b; Hamachek, 1978; Hollender, 1978; Hollender, 1965; Pacht, 1984).

완벽주의적 성격의 발달에 대해서 학자들은 대부분 부모와의 상호작용을 중요한 요인으로 간주하고 있다(Frost, Lahart, & Rosenblate, 1991). 부모가 자녀에게 비난적이며 요구적일 때, 자녀는 계속해서 부모의 기대와 욕구를 충족시키고 자 노력하게 되며 완벽함에 대한 추구를 내면화한다는 것이다(장미정, 2005). 완벽주의 발달에 관한 이론들 가운데 Missildine(1963)는 부모가 자녀들의 노력에 대해서 수용하거나 보상을 해주는데 어려움을 느끼고, 자녀의 행동에 대해 인정해주기보다 더 잘하도록 다그치는데, 이렇게 되면 자녀들이 부모로부터 수용을 받지 못하므로 자신의 행동에 대해 만족할 수 없게 된다.

Barrow와 Moore(1983)는 완벽주의 사고의 발달을 가져오는 4가지 조건을 제시했다. 첫째, 부모의 과도한 비판과 요구가 있을 때, 둘째, 부모의 비판이 간접적으로 수행의 기대와 기준을 암시할 때, 셋째, 명확한 기준이 없을 때, 넷째, 완벽주의 부모가 완벽주의적 성향과 행동의 모델이 될 때 완벽주의 사고가 발달한다고 하였다. 부모에 의해서 부과된 과도한 요구들과, 완벽주의의 모델로서 부모의 역할이 자녀의 완벽주의적인 성격의 형성에 있어서 중요한 요인으로 작용한다고 할 수 있다.

Frost와 그의 동료들(1990)은 완벽주의를 높은 기준을 설정하여 자신을 과도하게 비판적으로 평가하려는 경향성이라고 정의하고, 6요인 척도를 개발하였다. 6요인에는 자신을 향한 완벽주의의 네 가지 측면-실수에 대한 염려(concern over mistakes), 수행에 대한 의심(doubts about actions), 개인적 기준(personal standards), 조직화(organization)-과 자기에 대한 부모의 요구의 인식을 반영하는 두 가지 측면-부모의 기대(parental expectations), 부모의 비난(parental criticism)-을 평가한다. 이 중 부모의 요구의 인식을 반영하는 부모의 기대는 부모가 그들에게 품는 높은 기대에 대한 지각을 의미하고, 부모의 비난은 부모가 그들의 실수나 실패에 대하여 과도하게 비판적이라고 인식하는 경향이다.

부모의 기대와 비난이 높을수록 사회부과적 완벽주의의 범주에 속하기 쉽다. 사회적으로 부과된 완벽주의(Socially Prescribed Perfectionism)란 중요한 타인이 자신에게 비현실적으로 높은 기준을 가지며 엄격하게 평가하고 완벽하도록 압력을 주고 있다고 믿거나 지각하는 것이다. 이러한 것들이 과도하고 통제할 수 없다고 지각되기 때문에 분노, 불안, 그리고 우울과 같은 정서 상태와 실패 경험을 하게 된다. 따라서 다른 차원의 완벽주의에 비해 신경증, 정신분열증, 알코올 중독 등 각종 정신병리와 높은 상관을 보인다(Hewitt&Flett, 1991a).

2. 내면화된 수치심

수치심은 타인에게 실제 혹은 가상의 부정적 판단을 받았다고 느낄 때 경험되는 불쾌한 정서(Ausubel, 1995)이자 자신의 존재에 공허감과 부적절감을 포함하는 정서이다(이인숙, 최해림, 2005). 수치심은 인생의 초기에 누군가에게 노출되고, 멀리 받은 경험들로 인해 발생할 수 있다(Moore & Fine, 1990). 수치심은 ‘자기가 없어졌으면’하는, ‘취구멍이라도 있으면 들어갔으면’ 하는, 자기 존재에 대한 공허감과 부적절감을 포함한다(이인숙, 최해림, 2005).

수치심에 관한 초기 연구들에서는 수치심과 죄책감을 구분하는 데에 초점을 두었다(이인숙, 최해림 2005). 수치심과 죄책감은 모두 부정적인 자기평가를 수반하는 부정적 정서라는 공통점이 있지만, 수치심은 자기 전체에 초점을 두고 부정적인 평가를 하는 반면, 죄책감은 특정한 행위에 초점을 두어 평가를 내린다는 차이가 있다(남기숙, 2002; 홍지선, 김수임 2017; Lewis, 1971). 또한 수치심이 죄책감에 비해 정서적으로 더 고통스럽고 다양한 심리적 부적응과 관련되는 것으로 보았으며 대인관계에서 타인을 비난하는 경향성과 관련이 있는 것으로 나타났다(남기숙, 2002). 수치심이 죄책감과 구분되는 자의식적 정서로 부각되면서 수치심에 대한 보다 정교화 된 이해가 필요하게 되었고, 수치심을 상태적으로 측정할 것인지, 특질적으로 측정할 것인지에 대한 문제가 제기되었다(이인숙, 최해림, 2005).

수치심을 두 종류로 나누어 보았을 때, 상태수치심은 어떤 특정한 상황에서 일시적으로 수치심을 느끼고 그 상황이 종료되면 사라지는 것을 의미하는 반면, 내면화된 수치심은 더욱 광범위하고 개인 내면에 정체성으로 자리 잡아 성격 특성으로 존재하는 정서를 의미한다(Goss et al., 1994). 자신의 존재에 대해 열등하고 공허하며 자신이 생각하는 내적인 기준에 부합하지 못한다고 여김으로 느끼게 되는 고통스러운 자기 초점적 정서이기도 하다(최인선, 최한나, 2013).

수치심에 대하여 현대 정신 역동가들은 수치심이 초자아의 기능에서 나타나는 정서로 이상적인 자아를 내포하고 있는 개념이라고 하였다. 즉, 이상적인 자아의 기대에 못 미쳤을 때 수치심이 발생한다고 여겼다(Singer, 2003). 인지 이론가 중 Lewis(1995)는 수치심이란 정서는 그것이 발생한 상황에 대한 해석으로 일어난다

고 보았다.

내면화된 수치심은 숨겨진 정서(hidden emotion)로 직접적으로 드러내기 어려울 뿐만 아니라 개인이 혼자서는 다루기 힘든 정서로(Lewis, 1995) 중독, 애착, 섭식 장애, 자기애적 성격장애 등 많은 병리현상과 관련이 있다(Cook, 2001). 또한 내면화된 수치심이 높을수록 가족, 친구, 연인관계와 같은 대인관계에서 외로움을 더 많이 경험하고(이인숙, 최해림, 2005), 우울(김창숙, 2012 이인숙, 이지연, 2009 Harder, Cutler, & Rockart, 1992 Tangney, Wagner, Fletcher, & Gramzow, 1992) 등의 문제와 관련이 있는 것으로 연구되고 있다.

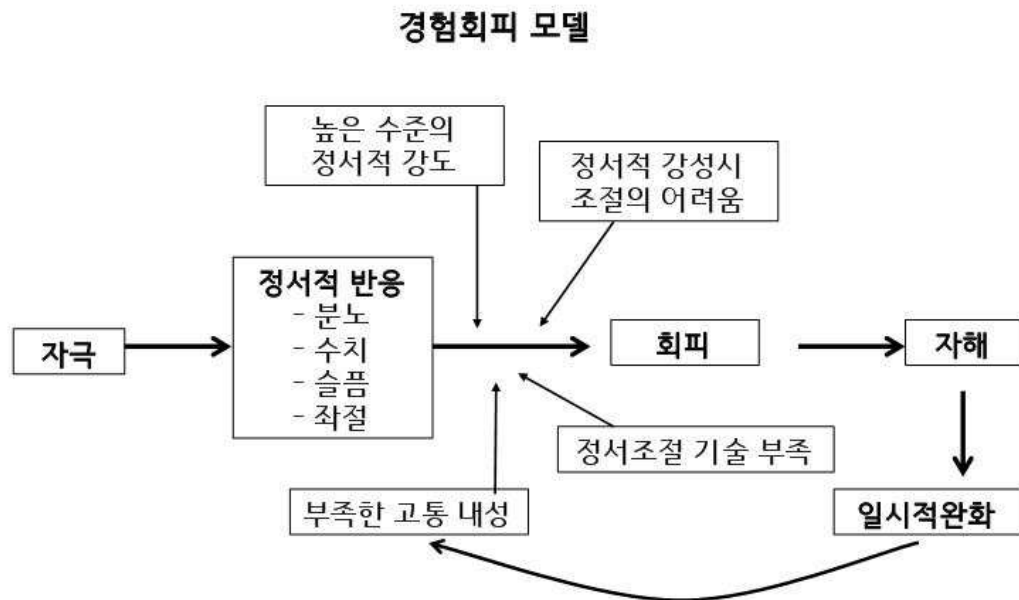
3. 경험회피

경험적 회피란 개인이 부정적으로 평가하는 신체 감각, 정서, 사고, 기억 등의 사적 경험을 회피, 억제 또는 변화시키려는 시도를 의미하며, 이러한 시도에 의해 발생하는 고통에도 불구하고 이를 지속적으로 유지하려는 것이다(Hayes et al., 1996). 경험적 회피에는 억제와 상황적 회피라는 두 가지 주요형태가 있다. 억제는 원치 않는 생각, 감정, 기억 또는 신체적 감각과 같은 부정적인 사적 사건의 즉시적인 경험을 제거하거나 통제하려는 적극적인 시도이고 상황적 회피는 원하지 않는 사적 경험이 일어나는 상황을 바꾸려는 것이다(Hayes, Strosahl, Wilson, & Bissett, 2004).

Hayes 등(2004)은 원치 않는 사적 경험들의 경우 비록 불쾌하다 하더라도 그 자체로는 해롭지 않으나, 이러한 사적 경험들을 과도하게 부정적으로 평가하거나 의도적으로 멀리하고 피하려는 통제노력을 지나치게 기울일수록 원치 않는 경험들이 오히려 증가하는 역설적인 결과를 가져온다고 하였다. 이러한 경험회피의 역기능성은 여러 연구들에서 직접적·간접적으로 확인되었다(Gross, 1998 Wegner, 1994 Wegner & Zanakos, 1994). 또한 회피적인 태도는 당장은 혐오스러운 경험을 피해 불쾌함을 감소시키는데 효과적일 수 있지만 오랜 시간 융통성 없이 적용될 경우 가치 있는 목적을 향해 움직이는 것을 방해하고 현재의 경험과 접촉하는 것에 어려움을 준다(Hayes et al, 2004 Kashdan, Barrios, Forsyth, & Steger, 2006). 뿐만 아니라 한정된 에너지를 소비하게 함으로써 자아의 힘을 감소시키며(Brenner, 1974), 부정적인 경험을 통해 얻을 수 있는 개인의 성장 기회를 박탈한다(Greenberg & Safran, 1987).

Hayes 등(2004)은 경험회피를 병리적인 과정 중 하나로 보고 강박장애, PTSD, 경계선 성격장애, 물질 남용 및 의존 등 여러 가지 정신 병리 및 심리적 부적응과 관련이 있다고 주장하였고 많은 연구자들이 경험회피가 불안 관련 병리의 발생과 유지에 중요한 역할을 할 수 있다고 제안하였다(Feldner, Zvolensky, Eifert, & Spira, 2003; Karekla, Forsyth, & Kelly, 2004; Kashdan, et al., 2006). Kashdan 등(2006)의 연구에서 경험회피와 사회불안, 우울증상 간의 정적 관련성이 있음을

보였으며, 김혜선(2016)의 연구에서는 대학생들을 대상으로 한 평가염려 완벽주의와 사회불안의 관계에서 경험회피가 부분매개함을 확인하였다. 이 외에도 경험회피가 불안증상, PTSD 및 우울 증상과 정적 상관을 보인다는 연구 결과들이 있다(윤성민, 신희천, 2007; 박철욱, 2009; 송정선, 2012; 장영호, 2012; 황안나, 2012). 경험회피 모델에서는 원치 않는 정서적 각성을 감소시키거나 제거를 위한 목적으로써 행하는 비자살적 자해 동기의 부적 강화 기능에 초점을 맞추고 있다. 그 내용은 [그림 1]과 같다.



[그림 1] 비자살적 자해의 경험회피 모델(Chapman, Gratz, & Brown, 2006)

4. 비자살적 자해의 개념과 특성

비자살적 자해(nonsuicidal self-injury; NSSI)는 직접적인 자기 파괴적 행동의 대표적인 사례로, ‘죽고자 하는 의도 없이, 직접적이고 고의적으로 자신의 신체를 훼손하는 행위’로 정의되어왔다(Nock, 2009; 2010). 최근 개정된 『정신장애의 진단 및 통계 편람 제 5판』에서는 비자살적 자해를 추가 연구가 필요한 진단적 상태(conditions for further study)에 포함하여 관련된 연구를 촉진시키고 있다. 과거에는 비자살적 자해행동을 경계성 성격장애의 하위 진단범주로 보았지만, 최근에는 경계성 성격장애와의 독립성을 강조한다(Selby, Bender, Gordon, Nock, & Joiner, 2012; Selby, Kranzler, Fehling, & Panza, 2015).

또한, 비자살적 자해행동은 우울, 불안, 감정표현 불능증, 외상 후 스트레스 장애, 섭식장애, 자살행동 등 다양한 정신과적 문제에서 빈번하게 동반이 되는 증상이며(Andover, Pepper, Ryabchenko, Orrico, & Gibb, 2005; Asarnow et al., 2011; Nock, Joiner, Gordon, Lloyd-Richardson & Prinstein, 2006; Selby et al., 2012; Wilkinson & Goodyer, 2011; Zlotnick et al., 1996), 특히 우울, 이전 자살시도 경험 등 자살 행동을 예측하는 다른 주요 변인들보다 자살 행동을 가장 강력하게 예측하는 변인이기도 하다(Asarnow et al., 2011; Guan et al., 2012).

Kagan 등에 따르면 자해행위는 직접적이며, 치사성이 낮고, 반복적인 행동으로 정의되며 주요 자기-신체(major self-mutilation)행위는 직접적이며, 치사성이 낮은 점에서 자해행위와 유사하지만, 반복적이지 않는 점에서 구별된다.

Muehlenkamp(2014)에 의하면 자살과 비자살적 자해는 동시에 나타나는 경우가 많고 대부분 같은 원거리 위험요인을 공유한다. 그러나 비자살적 자해는 자살에 비해 갑작스럽게 증가하다가 감소하는 경향이 높고, 상대적으로 유병률이 높고, 문화적/지역적 특수성에 더 적은 영향을 받는 경향이 있으며, 임상적 수준에서 정신질환을 보이지 않는 경우에도 쉽게 나타난다.

비자살적 자해의 유병률은 연구 간에 격차가 큰 편이지만 임상집단의 경우 21~61% 사이로 나타나며(Briere & Gil, 1998; Jacobson & Gould, 2007), 비임상 집단의 경우 10~40% 사이의 높은 유병률을 보였다(Cerutti, Manca, Presaghi, &

Gratz, 2011; Giletta, Scholte, Engels, Ciairano, & Prinstein, 2012). 비자살적 자해행동은 보통 14~15세에 처음 발생하며(Baetens, Claes, Muehlenkamp, Grietens, & Onghena, 2011; Heath, Toste, Nedecheva, & Charlebois, 2009, Baetens et al., 2014), 1년 유병률도 14세에 증가하기 시작한다(Baetens et al., 2014; Hankins & Abela, 2011). 약 22%의 청소년들이 적어도 한 번 이상의 비자살적 자해행동을 시도하였다(Hankin & Abela, 2011; Lloyd-Richardson, Perrine, Dierker, & Kelley, 2007; Nixon, Cloutier, & Jansson, 2008). 국내 연구에서는 청소년의 경우 자해나 자살 사망률은 십만 명 당 22.1명으로 전년도 20.2명에 비해 크게 증가하였고, 20대의 경우 자해나 자살은 사망원인 중 1위로 십만 명 당 40.7명으로 전년도에 비해 크게 상승하였다(통계청, 2010)

이동귀 등 (2016)은 청소년의 자해행동을 이해하기 위하여 여중생을 대상으로 자살적 자해와 비자살적 자해의 차이를 검증하였다. 그 결과, 자해 경험이 있는 여중생은 비(非)자해 여중생에 비해 가정 및 학교생활에서 만족도가 낮고 우울과 스트레스 수준이 유의하게 높았다.

우리나라에서는 자해행위와 자살간의 구분이 정확히 이루어지지 않고 있으며 자해에 대한 구체적인 논의가 현재 없는 상태이다. 따라서 우리나라 청소년의 자해행동을 제대로 이해하고 그에 따른 예방 및 개입 방안에 논의가 시급한 상황이다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상 및 연구절차

본 연구는 부모의 기대 및 비난과 청소년의 비자살적 자해 간의 관계를 알아보고 경험회피와 내면화된 수치심의 영향을 알아보기 위해 울산광역시에 소재한 중·고등학교에 다니는 남녀 고등학생을 대상으로 설문조사를 실시하여 자료를 수집하였다. 본 연구를 위해 제작된 설문지는 자기보고식 방법을 사용하였으며 총 600부의 설문지를 배부하였고, 이 중 531부를 회수하였다. 회수된 설문지 중에서 모든 문항을 일괄 응답한 것이나 무응답 등 불성실하게 응답한 경우를 제외하고 최종적으로 총 484부를 분석 자료로 사용하였다. 연구 대상자 총 484명 중 성별 구성은 남자 247명(51%), 여자 235명(48.5%), 무응답 2(0.5%)이고, 연령별로는 13~14세 195명(40.3%), 15~16세 130명(26.8%) 17세 159명(32.9%)의 비율로 구성되었다. 본 연구에 참여한 대상의 인구 통계학적 특성은 <표 1>와 같다.

<표 1> 연구대상자의 인구 통계학적 특성

(N=484)

	집단구분	빈도	백분율(%)
성 별	남자	247	51.0
	여자	235	48.5
	무응답	2	0.5
연 령	13세~14세	195	40.3
	15세~16세	130	26.8
	17세	159	32.9
총 계		484	100.0

2. 측정도구

본 연구에서는 부모의 기대 및 비난, 경험회피, 내면화된 수치심이 비자살적 자해에 미치는 영향을 분석하기 위하여 4가지 척도를 사용하였다. 구체적인 내용은 다음과 같다.

1) 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale : FMPS)

부모의 기대 및 비난의 정도를 측정하기 위해서 Frost 등(1990)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도(FMPS; Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990)를 정승진(2000)이 변안한 것을 사용하였다. FMPS 척도는 완벽성을 다차원적 특성을 가진 구성개념으로 보고, 실수에 대한 염려, 개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비난, 수행에 대한 의심, 조직화의 6개의 하위차원으로 구성되어 있다. FMPS는 총 35문항으로 구성되어 있고 각 문항은 5점 Likert형 척도로 평정되어 있으며 점수가 높을수록 부모의 기대 및 비난이 크다고 지각하는 것을 의미한다.

본 연구에서는 부모와 관련된 하위 영역-부모의 기대(나의 부모님은 나에게 대해 매우 높은 기준을 지니고 계시다, 나의 부모님은 모든 면에서 내가 최고이길 바라셨다 등), 부모의 비난(어렸을 때 일을 완벽하게 해내지 못해서 야단맞은 적이 있다 등)-을 선택하여 분석하였다. 정승진(2000)의 연구에서 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 부모의 기대 .78, 부모의 비난 .80로 나타났으며 본 연구에서는 부모의 기대 .84, 부모의 비난 .80으로 나타났다. 문항구성과 신뢰도 계수는 <표 2>와 같다.

<표 2> 다차원적 완벽주의척도(FMPS)의 요인별 문항 구성과 신뢰도

(N=484)

하위영역	문항수	문항번호	Cronbach's α
부모의 기대	4	1,11,20,26	.84
부모의 비난	5	3,5,15,22,35	.80
전체	9		.85

2) 내면화된 수치심 척도(Internalized Shame Scale: ISS)

내면화된 수치심의 측정을 위해 Cook(1988)이 개발, 국내에서 이인숙, 최해림(2005)이 타당화한 척도(Internalized Shame Scale: ISS)를 사용하였다. 내면화된 수치심 척도는 수치심을 측정하는 24문항과 반응 편향성을 막기 위한 Rosenberg의 자존감 척도 6문항을 포함해 총 30문항으로 구성되어 있다.

이인숙, 최해림(2005)이 국내표본을 대상으로 하여 요인분석 한 결과에 따르면 4개의 요인구조로 구분되었는데, 부적절감(나는 스스로 꽤 괜찮다고 느낀 적이 한 번도 없다 등) 10문항, 공허감(나는 내 신체와 감정에 대한 통제감을 잃어버린 것처럼 느껴진다 등) 5문항, 자기차별(나는 완벽을 추구하지만 늘 부족함을 볼 뿐이다 등) 5문항, 실수불안(다른 사람들이 나에게 대해 어떻게 볼까 불안하다 등) 4문항으로 구성되었다. 반응척도는 ‘그런 경우가 없다(1점)’에서 ‘거의 항상 그렇다(5점)’으로 Likert식 5점 척도로 표기되었으며 점수가 높을수록 수치심이 높음을 의미한다. 본 연구에서는 자존감을 측정하는 6문항을 제외하고, 24문항의 합계로 분석하였다. 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 이인숙, 최해림(2005)의 연구에서 .74~.89의 범위였고, 본 연구에서 전체 신뢰도 계수는 .97이었다. 하위요인별 신뢰도 계수는 <표 3>에 제시하였다.

<표 3> 내면화된 수치심(ISS)척도의 요인별 문항 구성과 신뢰도

(N=484)

하위영역	문항수	문항번호	Cronbach's α
부적절감	10	1,2,3,4,6,7,8,9,10,19	.95
공허함	5	18,21,22,23,24	.93
자기차별	5	12,14,16,17,20	.88
실수불안	4	5,11,13,15	.88
전체	24		.97

3) 한국판 다차원적 경험회피 척도 단축형(K-MEAQ-24)

경험회피의 정도를 측정하기 위해 Gámez 등(2011)은 Hayes 등(1999)이 제안한 바와 유사하게 경험회피를 심리적 고통과 관련된 행동, 정서, 생각, 기억, 감각 등의 내적 경험을 회피하려는 일반적인 경향성이라고 정의하고 이와 같은 정의에 기반을 둔 다차원적 경험회피 척도(Multidimensional Experiential Avoidance Questionnaire, MEAQ)의 문항들을 개발하였다. MEAQ척도는 다차원적인 측면에서 경험회피를 측정한다는 장점이 있지만 문항의 수가 많아 단축형 개발의 필요성을 제기하며 원칙도 개발자들이 단축형 척도를 개발하였으나 단축형이 다차원적인 요인구조 대신 단일요인으로 구성되었다는 한계점이 있었다. 이에 이주연, 유성은(2017)은 MEAQ의 다차원적인 요인구조를 유지하면서 사용이 용이한 한국판 다차원적 경험회피 척도 단축형(K-MEAQ-24)을 개발하였다. 본 연구에서는 이주연, 유성은(2017)이 한국판 다차원적 경험회피 척도를 타당화하고, 단축화한 K-MEAQ-24 척도를 사용하였다.

다차원적 경험회피 척도 단축형(K-MEAQ-24)은 문항의 길이가 적절하면서 경험회피의 다차원적인 측면을 보유하고 있다. K-MEAQ-24는 1~6점 척도로 24문항 중에서 6개의 하위 요인-고통혐오(정서적인 고통에 대한 거부적인 태도, 예를 들어 행복한 삶의 비결은 어떠한 고통스러운 감정도 느끼지 않는 것이다 등), 고통감내(고통이 있더라도 자신의 목표나 가치에 전념하는 행동을 할 수 있는 능력, 예를 들어 고통과 불편함이 있더라도 내가 원하는 일은 해나간다 등), 억압/부인(명백한 의식적인 회피는 아니지만 무의식적으로 회피의 기능과 유사한 기능을 제공하는 것들, 예를 들어 나는 무슨 감정을 느끼고 있는지 잘 모르겠다 등), 지연행동(자신을 불편하게 하는 일을 미루는 행동, 예를 들어 나는 하기 싫은 일은 가능한 끝까지 미룬다 등), 회피행동(불편한 상황이나 스트레스 상황에서 회피하려는 외현적인 행동을 측정하는 문항, 예를 들어 나는 기분이 나빠질 것 같은 일들은 하지 않는다 등), 주의분산/억제(의도적으로 생각을 억제 하려는 경향성, 예를 들어 화가 나는 기억이 떠오르면 다른 일에 집중하려고 노력한다 등)이 포함되어 있다. 이주연, 유성은(2017)의 연구에서 전체 척도의 신뢰도는 .82로 나타났고, 본 연구에서는 전체 신뢰도 계수(Cronbach's α)가 .86로 나타났으며 하위영역별 문항번호와 신뢰도는 <표 4>에 제시하였다.

<표 4> 한국판 다차원적 경험회피 척도(K-MEAQ-24)의 요인별 문항 구성과 신뢰도
(N=484)

하위영역	문항수	문항번호	Cronbach's α
고통혐오	4	1,7,13,19	.80
고통감내	4	2,8,14,20	.79
억압/부인	4	3,9,15,21	.80
지연행동	4	4,10,16,22	.85
회피행동	4	5,11,17,23	.57
주의분산/억제	4	6,12,18,24	.83
전체	24		.86

4) 비자살적 자해 척도(ISAS)

자해척도(Inventory of Statements About Self-injury, ISAS)는 비자살적 자해를 측정하기 위해 Klonsky와 Glenn(2009)에 의해 개발된 자기보고식 질문지로서 크게 세 부분으로 구성되어 있다. 첫 번째는 자해행동, 두 번째는 자해의 기능, 세 번째는 서술식의 형태로 선택하여 쓸 수 있는 2가지의 질문이 이에 포함되어 있다.

첫 번째, 자해 행동에 관한 문항은 7문항으로 구성되어 있는데, 1번 문항은 “다음의 각 항목을 읽고 귀하가 현재까지 자살의 의도 없이 고의적으로 행한 자해행동의 횟수를 추정하여 적어주십시오”라는 질문과 13개의 자해행동에 대한 횟수를 적도록 되어 있다. 13개의 자해행동은 ‘자살의 의도 없이 고의적으로 행한 행동’인 12개와 기타 자해행동을 적도록 되어 있다. 12개의 비자살적 자해행동은 베기/긋기, 심하게 핏자국 내거나 긋기, 깨물기/물어뜯기, 자신을 때리거나 머리를 벽에 부딪히기, 불로 지지기/화상 입히기, 상처 회복에 도움이 되지 않는 행동하기, 글자나 상징을 새기기, 자신의 피부를 울퉁불퉁한 곳에 문지르기, 꼬집기, 바늘(뽕족한 것)로 찌르기, 머리 잡아 뜯기, 위험한 물질 삼키기로 구성되어 있으며, 각 행동을 수행한 횟수를 직접 기입할 수 있게 되어 있다. 2~7번 문항은 자해에서 주로 하는 행동, 발병 연령, 신체적 고통 경험, 자해가 단독으로 수행되었는지, 자해 충동과 행동 사이의 시간, 스스로 멈추고 싶었는지에 대한 여부를 평가한다.

두 번째 부분은 자해의 13가지 기능을 평가하는 39개의 문항으로 구성되어 있다. 자해의 내적인 기능을 평가하는 5개의 하위요인에는 정서조절(문항의 예로는 ‘자신을 진정시키려고’ 등), 해리방지(문항의 예로는 ‘고통을 야기함으로써 무감각한 감정을 그만 느끼려고’ 등), 자살방지(문항의 예로는 ‘자살시도하고 싶은 충동을 피하려고’ 등), 고통감 표현(문항의 예로는 ‘나의 정서적 고통이 현실이라는 것을 나 자신에게 증명하려고’ 등), 자기처벌(문항의 예로는 ‘나 자신을 벌하기 위해서’ 등)이 있으며 자해의 사회적 기능을 평가하는 8개의 하위요인에는 자율성(문항의 예로는 ‘내가 감정적으로 다른 사람에게 의지하지 않고 독립적이라는 것을 확인하려고’ 등), 대인관계 경계(문항의 예로는 ‘나와 타인의 관계에서 경계를 설정하려고’ 등), 대인관계 영향(문항의 예로는 ‘내 정서적 고통을 다른 사람이 알았으면 해서’ 등), 동료유대(문항의 예로는 ‘주변 사람들과 유대감을 느끼고 싶어서’ 등), 복수(문항의

예로는 ‘다른 사람에게 양껏 하려고’ 등), 자기 돌봄(문항의 예로는 ‘상처 치료에 집중하게 되는 것이 즐겁고 만족스러워서’ 등), 자극추구(문항의 예로는 ‘흥분이나 환희/쾌감을 위한 무언가를 하기 위해’ 등), 강인함(문항의 예로는 신체적 고통을 감수 할 수 있다는 것을 보여주려고 등)이 있다. 각 기능별 3개의 문항으로 구성되어 있고, 각 기능은 비자살적 자해 경험에 대해 “0점- 전혀 관계가 없다”, “1점- 어느 정도 관련이 있다”, “2점- 매우 관련이 있다”의 0-2점까지의 범위로 점수가 산출된다.

세 번째 부분은 주관식으로 자신의 경험을 더 잘 표현하는 진술이나, 추가 되어야 할 표현에 대해 직접 기재할 수 있도록 하였다. 추은정, 이영호(2018)가 한국판으로 ISAS 척도를 번안 및 타당화 연구를 하였으며 전체 신뢰도는 .83으로 나타났다. 본 연구에서는 추은정, 이영호(2018)가 한국판으로 번안한 ISAS 척도를 사용하였고, 전체 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .94이고 하위영역별 문항번호와 신뢰도는 <표 5>에 제시하였다.

<표 5> 비자살적 자해 척도(ISAS)의 요인별 문항 구성과 신뢰도

(N=144)

하위영역		문항수	문항번호	Cronbach's α
개인 내적 기능	정서조절	3	1,14,27	.91
	해리방지	3	5,18,31	
	자살방지	3	6,19,32	
	고통감 표현	3	11,24,37	
	자기처벌	3	3,16,29	
사회적 기능	자율성	3	13,26,39	.93
	대인관계 경계	3	2,15,28	
	대인관계 영향	3	9,22,35	
	동료유대	3	8,21,34	
	복수	3	12,25,38	
	자기 돌봄	3	4,17,30	
	자극 추구	3	7,20,33	
	강인함	3	10,23,36	
전체	39		.94	

3. 분석방법

본 연구에서는 부모의 기대 및 비난과 청소년의 비자살적 자해 간의 관계를 알아보고 경험회피의 매개효과와 내면화된 수치심의 조절효과를 살펴보기 위해 SPSS 21 통계 프로그램과 Hayes(2018)의 The PROCESS macro 3.3을 활용하여 분석하였다. 구체적인 분석 절차는 다음과 같다.

첫째, 연구대상의 인구통계학적 배경의 특성을 확인하기 위해 빈도분석을 실시하였고, 왜도와 첨도를 통해 기술적 경향성을 알아보기 위해 기술통계분석을 실시하였다. 또한 측정도구의 내적 합치도를 검증하기 위해 신뢰도 분석을 실시하여, 신뢰도 계수(Cronbach's α)를 산출하였다.

둘째, 비자살적 자해를 하는 집단의 일반적 특성을 알아보기 위해 성별과 연령에 따라 어떠한 차이가 있는지 교차분석을 실시하여 검증하였고, 비자살적 자해 척도(ISAS)의 항목에 대해 기술통계분석을 실시하였다.

셋째, 비자해 집단과 자해 집단 각각에 대해 부모의 기대 및 비난, 내면화된 수치심, 경험회피에 대한 집단 간 차이를 t검정을 통해 살펴보고, 주요 변인 간의 관계를 알아보기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 또한 주요 변인들이 비자살적 자해의 경험 유무를 예측하는지 알아보기 위해 로지스틱 회귀분석을 실시하였다.

넷째, 부모의 기대 및 비난과 비자살적 자해 간 관계에서 경험회피의 매개효과를 알아보기 위해 Hayes(2018)의 The PROCESS macro Model 4를 활용하여 분석하고, 부트스트래핑(Bootstrapping) 방법을 사용하여 간접효과 유의성을 검증하였다.

다섯째, 부모의 기대 및 비난과 비자살적 자해 간 관계에서 내면화된 수치심의 조절효과를 알아보기 위해 Hayes(2018)의 The PROCESS macro Model 5를 활용하고, 부트스트래핑(Bootstrapping) 방법을 사용하여 조절효과 유의성을 검증하였다.

Ⅲ. 연구결과

1. 연구대상자의 비자살적 자해 기술 통계

본 연구에서 최근 1년간 비자살적 자해 경험이 있다고 응답한 사람은 143명으로 전체 조사 대상자 484명 중에 29.6%로 나타났다. 143명이 응답한 비자살적 자해 척도인 Inventory of Statements About Self-injury, ISAS 설문지를 분석하여 성별차이, 연령차이, 연간 자해 빈도, 자해 시작연령과 최근 자해행동 날짜, 자해 수행 시 고통을 느끼는 여부, 비자살적 자해가 단독으로 수행되었는지의 여부, 자해 충동과 실행 사이의 시간, 스스로 멈추고 싶었는지에 대한 응답을 기술하였다.

1) 성별차이 검증

본 연구에서는 연구대상자의 성별에 따른 비자살적 자해의 여부와 충동적 자해의 인원수에 차이가 있는지 알아보기 위해 교차분석을 실시하였다. 그 결과는 <표 6>과 같다. 성별에 따라 비자살적 자해를 하는 여부는 143명 중에서 남학생 76명(53.1%), 여학생 67명(49.6%)으로 통계적인 차이가 발견되지 않았다, $\chi^2=0.29$, $p>.05$. 자해 유형은 충동적 자해(자신에게 상처를 입히고자 하는 일화적 욕구, 손상 행동을 하기 전의 통제력 상실, 손상 행동 직후의 만족감을 얻는 칼로 손목 긋기, 불로 지지기, 뽀족한 것으로 찌르기가 포함)와 강박적 자해(고조된 불안을 경감시키고자 도저히 참을 수 없고 수행할 수밖에 없는 반복적이고 자아 이질적인 행동으로 머리카락 뽑기, 손톱 물어뜯기, 팔뚝이나 등, 목, 허벅지 등을 할퀴기, 피부 뜯기 포함)로 구분할 수 있다(Favazza, 1996; Favazza & Rosenthal, 1990; Favazza & Simeon, 1995; Simeon & Favazza, 2001에서 재인용). 이러한 구분에 따라 성차를 검증한 결과, 충동적 자해의 경우 남학생 16명(40%), 여학생 24명(60%)였으나, 강박적 자해의 경우 남학생 60명(58.3%), 여학생 43명(41.7%)으로 다른 양상을 보였다. 이는 근소한 차이로 통계적 유의성을 만족하지 못하였다, $\chi^2=3.86$, $p=.05$. 그러나 충동적 자해는 남학생보다는 여학생 집단에서 빈번하게 나타나며, 강박적 자해는 남학생이 다소 많거나 성별에 따라 큰 차이가 존재하지는 않는 경향이 있을 것으로 추측해 볼 수 있다.

<표 6> 비자살적 자해에 대한 성별 차이 검증

자해 여부	남 (n=247)	여 (n=235)	χ^2
비자해 (n=339)	171 (50.4%)	168 (49.6%)	.29
자해 (n=143)	76 (53.1%)	67 (49.6%)	
충동적 자해 여부	남 (n=76)	여 (n=67)	χ^2
충동적 자해 (n=40)	16 (40%)	24 (60%)	3.86 [†]
강박적 자해 (n=103)	60 (58.3%)	43 (41.7%)	

[†] $p = .05$

2) 연령차이 검증

본 연구에서는 연구대상자의 연령에 따른 비자살적 자해의 여부의 인원수에 차이가 있는지 알아보기 위해 교차분석을 실시하였다. 그 결과는 <표 7>과 같다.

연령에 따라 비자살적 자해를 하는 여부는 144명 중에서 13~14세는 75명(52.1%), 15~16세는 12명(8.3%), 17세는 57명(39.6%)으로 중학교에 입학하여 자해를 많이 하고 점차 안정되었다가 고등학교에 입학하여 다시 자해를 하는 학생의 수가 올라가는 양상이 발견된다, 이 결과의 χ^2 (카이제곱)의 값은 36.099 ($p < .001$)로 유의한 차이가 나왔다.

<표 7> 비자살적 자해에 대한 연령 차이 검증

자해 여부	13세~14세 (n=195)	15세~16세 (n=130)	17세 (n=159)	χ^2
비자해 (n=340)	120 (35.3%)	118 (34.7%)	102 (30%)	36.099***
자해 (n=144)	75 (52.1%)	12 (8.3%)	57 (39.6%)	

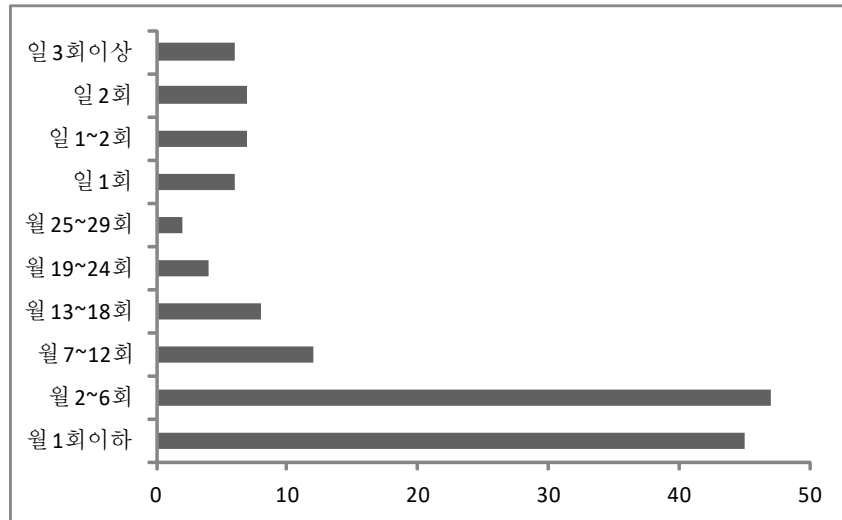
*** $p < .001$

3) 연간 자해 빈도

1년 동안 자해를 하는 횟수를 <표 8>에서 살펴보면 월 2~6회가 47명(32.6%)으로 제일 많았고, 월 1회 이하가 45명(31.3%)으로 그 다음이었다. 월 7회 이상으로 자해를 하는 경우는 점차 줄어들다가, 일 1회 이상 자해를 하는 경우는 다소 상승하는 양상이 나타났다.

<표 8> 연간 자해 빈도

전체	월 1회이하	월 2~6회	월 7~12회	월 13~18회	월 19~24회	월 25~29회	일 1회	일 1~2회	일 2회	일 3회이상
144 (100%)	45 (31.3%)	47 (32.6%)	12 (7.6%)	8 (5.6%)	4 (2.8%)	2 (1.4%)	6 (4.2%)	7 (4.9%)	7 (4.9%)	6 (4.2%)



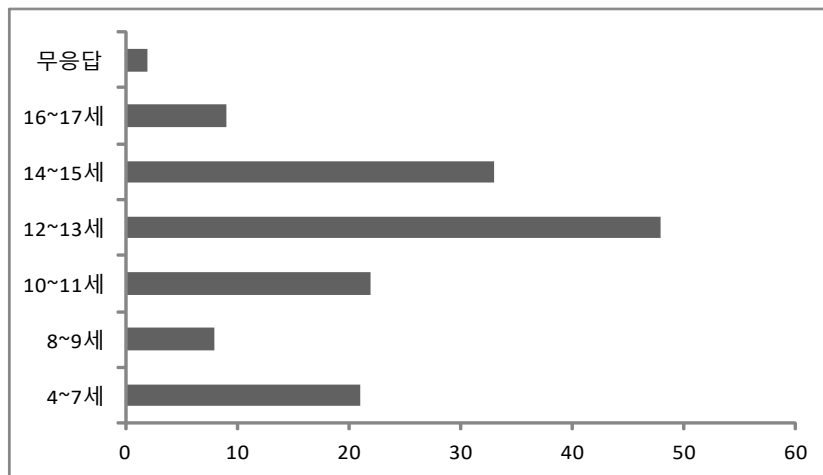
[그림 2] 연간 자해 빈도

4) 비자살적 자해의 시작 연령

비자살적 자해행동을 시작한 연령을 <표 9>에서 살펴보면 12~13세가 48명(33.3%)으로 제일 높고, 14~15세가 33명(22.9%)로 높게 나왔다. 이러한 결과는 자해가 보통 12세에서 14세에 시작되며, 청소년 시기에 가장 높은 유병률을 보이고 있다는 연구(Laye-Gindhu & Schonnet-Peichl, 2005) 결과를 지지한다.

<표 9> 자해의 시작 연령

전체	4~7세	8~9세	10~11세	12~13세	14~15세	16~17세	무응답
144 (100%)	21 (14.6%)	8 (5.6%)	22 (15.3%)	48 (33.3%)	33 (22.9%)	9 (6.3%)	2 (1.4%)



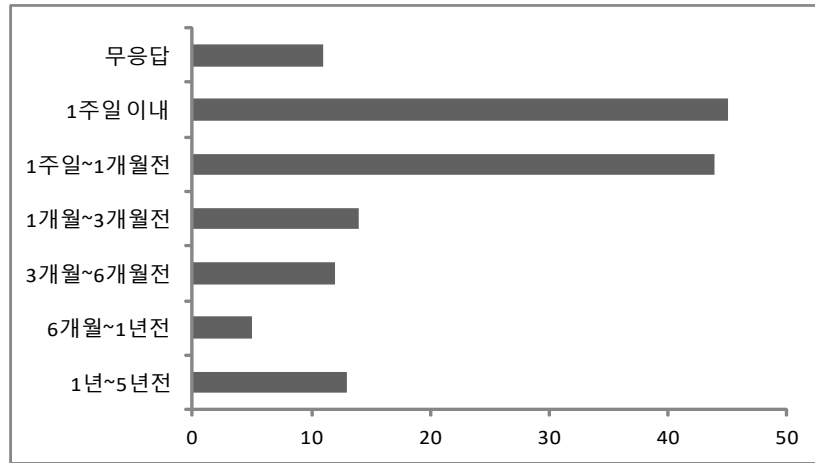
[그림 3] 자해를 시작한 연령

5) 최근 자해행동 날짜

최근 비자살적 자해 행동을 한 시기를 <표 10>에서 살펴보면 1주일 이내와 1주일~1개월 전이 45명(31.5%), 44명(30.8%)으로 자해한 학생의 60% 이상이 최근 자해 행동을 한 시기가 1개월 이내라는 것을 알 수 있다.

<표 10> 최근 자해를 한 시기

전체	1년~ 5년 전	6개월~ 1년 전	3개월~ 6개월 전	1개월~ 3개월 전	1주일~ 1개월 전	1주일 이내	무응답
144 (100%)	13 (9.1%)	5 (3.5%)	12 (8.4%)	14 (9.8%)	44 (30.8%)	45 (31.5%)	11 (7.7%)



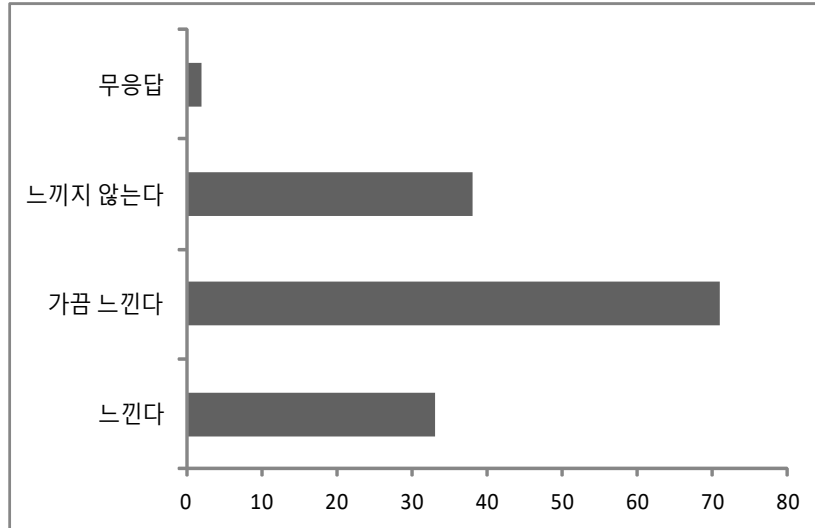
[그림 4] 최근 자해를 한 시기

6) 자해 수행 시 고통을 느끼는 여부

비자살적 자해행동 시 신체적 고통을 느끼는지를 <표 11>에서 살펴보면 가끔 느낀다가 71명(49.3%)로 제일 많은 비율이 나왔지만 고통을 느끼지 않는 학생도 38명(26.4%)으로 적지 않은 인원이 비자살적 자해행동 시 신체적 고통을 느끼지 않는 것을 알 수 있다.

<표 11> 자해 시 신체적 고통의 여부

전체	느낀다	가끔 느낀다	느끼지 않는다	무응답
144	33	71	38	2
(100%)	(22.9%)	(49.3%)	(26.4%)	(1.4%)



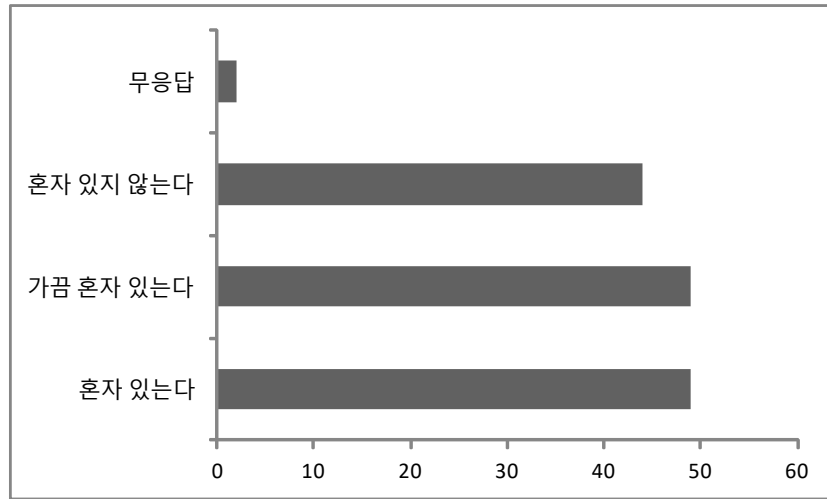
[그림 5] 자해 시 신체적 고통의 여부

7) 비자살적 자해가 단독으로 수행되었는지의 여부

자해행동을 할 때, 혼자 있는 여부를 <표 12>에서 살펴보면 혼자 있거나 가끔 혼자 있는 경우가 각각 49명(34%) 나왔다. 자해를 할 때 혼자 있지 않는다는 학생도 44명(30.6%)으로 적지 않은 비율이 나왔다.

<표 12> 자해 시 혼자 있는지의 여부

전체	혼자 있다	가끔 혼자 있다	혼자 있지 않는다	무응답
144 (100%)	49(34.0%)	49(34.0%)	44(30.6%)	2(1.4%)



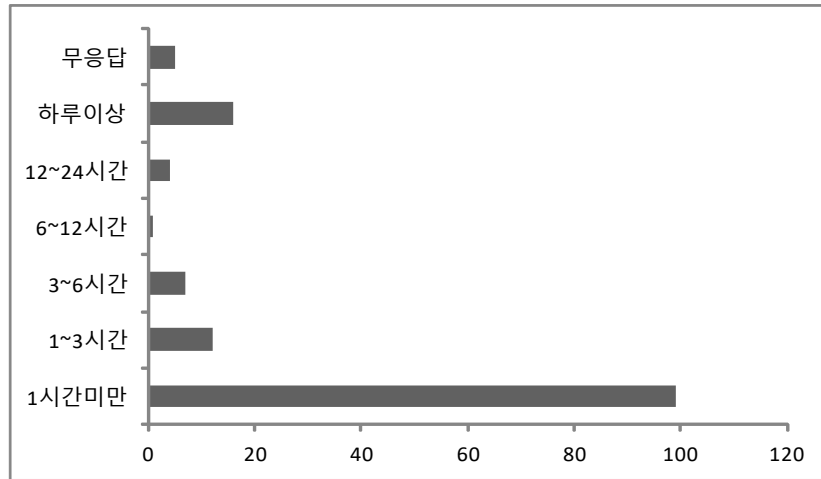
[그림 6] 자해 시 혼자 있는지의 여부

8) 자해 충동과 실행 사이의 시간

자해 충동이 생긴 후 실행에 옮기는데 까지 걸리는 시간을 <표 13>에서 살펴 보면 1시간 미만인 99명(68.8%)으로 충동이 생기면 빠른 시간 안에 자해 행동을 실행하는 것을 알 수 있다. 자해 충동이 생긴 후 3시간이 지나고 실행하는 빈도는 점차 줄어들다가, 자해 충동이 하루 이상 지났을 때 자해를 하는 경우는 다소 상승하는 양상이 나타났다.

<표 13> 자해 충동 후 실행까지의 시간

전체	1시간 미만	1~3시간	3~6시간	6~12시간	12~24시간	하루 이상	무응답
144 (100%)	99 (68.8%)	12 (8.3%)	7 (4.9%)	1 (0.7%)	4 (2.8%)	16 (11.1%)	5 (3.5%)



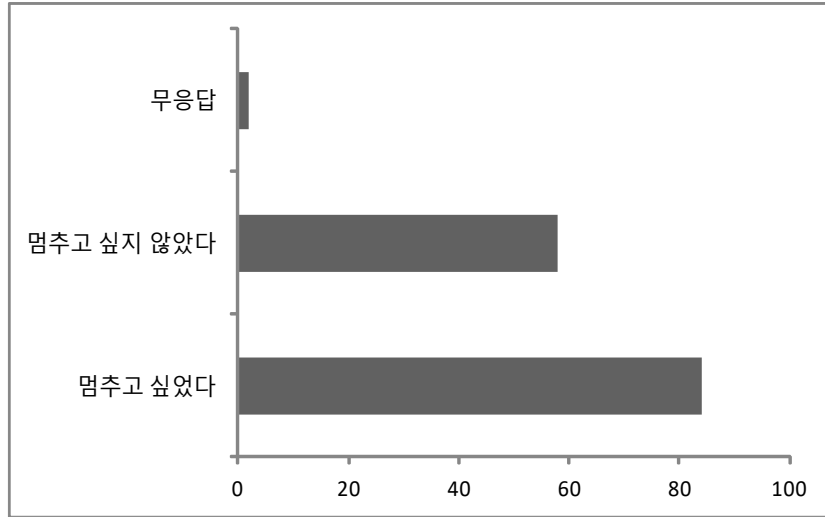
[그림 7] 자해 충동 후 실행까지의 시간

9) 자해 시 멈추고 싶은 여부

자해하는 행동을 스스로 멈추고 싶은 여부를 <표 14>에서 보면 멈추고 싶었다가 84명(58.3%)으로 과반수 이상의 학생들이 자해행동을 중단하고 싶어 하는 것을 알 수 있다. 하지만 자해 행동을 할 때 멈추고 싶지 않지 않다고 응답한 학생도 58명(40.3%)으로 적지 않은 인원이 응답한 것으로 나타났다.

<표 14> 자해 시 멈추고 싶은 여부

전체	멈추고 싶었다	멈추고 싶지 않았다	무응답
144 (100%)	84 (58.3%)	58 (40.3%)	2 (1.4%)



[그림 8] 자해를 멈추고 싶은 여부

10) 비자살적 자해를 하는 이유

비자살적 자해를 하는 이유에 대한 항목에서는 <표 15>와 같이 ‘자신을 진정시키려고’ 자해를 하는 학생의 비율이 가장 높았고, 그 다음은 ‘마음 속에 쌓인 감정적인 압박감을 완화하려고’ 자해를 한다고 응답하였다.

<표 15> 비자살적 자해를 하는 이유

문항 내용		빈도	백분율(%)
자해를 하는 이유	자신을 진정시키려고	77	53.8
	마음 속에 쌓인 감정적인 압박감을 완화하려고	72	50.3
	불안, 좌절, 분노 또는 다른 압도적인 정서들을 줄여보려고	57	39.9
	어리석은 나 자신에게 분노를 표현하려고	56	39.2

2. 비자살적 자해 예측 모형

본 연구의 주요 변인인 부모의 기대 및 비난, 내면화된 수치심, 경험회피가 비자살적 자해의 경험 유무를 예측하는지 알아보기 위해 로지스틱 회귀분석을 실시하였다. 로지스틱 회귀분석에 앞서, 우선 주요 변인 간의 관계를 알아보기 위해 비자해 집단과 자해 집단 각각에 대해 주요 변인에 대한 집단 간 차이를 검증해 보고, Pearson 상관분석을 실시하였다.

1) 기술 통계 및 t검정

다음으로, 본 연구에서는 비자해 집단과 자해 집단에 따른 부모의 기대 및 비난, 내면화된 수치심, 경험회피에 유의한 차이를 살펴보기 위하여 독립표본 t검정을 실시하였다. 그 결과는 <표 16>과 같다. 전체 집단($N=483$)에서 비자해 집단은 70.3%($N=340$), 자해 집단은 29.6%($N=143$)이다. 관련 변인들 중 부모의 기대 및 비난($t = -4.01, p < .001$)과 내면화된 수치심($t = -5.07, p < .001$)에서 집단 간 차이가 유의하게 나타났다. 반면, 경험회피($t = .57, p > .05$)는 두 집단 간 차이가 유의하지 않은 것으로 나타났다. 따라서 자해 집단은 비자해 집단에 비해 더 높은 부모의 기대 및 비난과 내면화된 수치심의 정도가 크다는 것을 알 수 있다.

<표 16> 자해/비자해 집단 평균 차이 검증 결과

	전체 집단 ($n=483$)		비자해 집단 ($n=340$)		자해 집단 ($n=143$)		t
	M	SD	M	SD	M	SD	
	부모의 기대 및 비난	22.32	7.26	21.45	7.01	24.37	
내면화된 수치심	47.07	22.62	43.52	20.66	55.50	24.82	-5.07***
경험회피	86.58	18.67	86.26	18.42	87.32	19.25	-.57

*** $p < .001$

2) 관련 변인들과의 상관분석 결과

먼저, 비자해 집단을 살펴보면 <표 17>에 제시된 바와 같이 부모의 기대 및 비난은 내면화된 수치심($r=.281, p<.01$)과 경험회피($r=.183, p<.01$)에서 유의한 정적 상관을 보였고, 내면화된 수치심과 경험회피 사이에도 유의한 상관이 나타났다($r=.281, p<.01$). 자해 집단 또한 부모의 기대 및 비난과 내면화된 수치심($r=.363, p<.01$), 경험회피($r=.241, p<.01$)에서 유의한 정적 상관을 보였고, 내면화된 수치심과 경험회피 사이에도 유의한 상관이 나타났다($r=.456, p<.01$).

결과적으로 두 집단 모두 주요 변인 간 유의미한 정적상관이 있는 것으로 나타났으나 상관계수 강도에 있어서는 집단 간 차이가 관찰되었는데, 부모의 기대 및 비난이 높을수록 내면화된 수치심에서 비자해 집단에 비해 자해 집단의 상관계수가 다소 큰 경향을 보였다.

<표 17> 자해/비자해 집단 상관분석 결과

	비자해집단	부모의 기대 및 비난	내면화된 수치심	경험회피
자해집단				
부모의 기대 및 비난			.281**	.183**
내면화된 수치심		.363**		.225**
고통회피		.241**	.456**	

* 대각선 위는 비자해 집단, 대각선 아래는 자해 집단 ** $p<.01$

3) 로지스틱 회귀분석 결과

자해의 유무를 예측하는 모형을 구성하기 위해 부모의 기대 및 비난, 내면화된 수치심, 경험회피를 독립변수로 하는 로지스틱 회귀분석을 실시하여 살펴보고 그 결과를 <표 18>에 제시하였다.

우선 χ^2 통계량에 대한 적합도(Goodness of fit) 유의확률을 통해 볼 수 있듯이 가정한 모형이 타당한 것으로 판단되었다($\chi^2 = 40.85, p = .058$). 이는 3개의 예측 변수들이 자해행동 유무를 유의하게 구별해 줌을 의미한다. 더불어 부모의 기대 및 비난과 내면화된 수치심은 자해행동의 유무 변량 중 약 11.6% 정도를 설명하는 것

으로 나타났다(Nagelkerke $R^2=0.116$).

예측변수별 유의성을 구체적으로 살펴보면, 우선 부모가 기대와 비난이 높을수록 ($B = .040, p < .01$), 내면화된 수치심이 클수록($B = .021, p < .001$) 자해행동을 할 확률이 높아졌다. 반면, 경험회피는 자해 행동의 유무에 미치는 영향이 통계적으로 유의하지 않았다.

<표 18> 자해 여부 로지스틱 결과

준거변수	예측변수	B	S.E,	Wald	Exp(B)
자해 행동의 유무	부모의 기대 및 비난	.040	.015	6.747**	1.040
	내면화된 수치심	.021	.005	18.453***	1.021
	경험회피	-.008	.006	1.955	.992
	상수항	-2.083	.555	14.098***	.125
-2log likelihood				542.15	
χ^2				40.85	
Goodness of fit 유의확률				.058	

*** $p < .001$ ** $p < .01$

주. 비자해 집단 = 0, 자해 집단 = 1으로 코딩됨.

3. 비자살적 자해의 내적 기능과 사회적 기능

비자살적 자해를 경험한 적이 있는 144명을 대상으로, 부모의 기대 및 비난, 경험회피, 내면화된 수치심이 자해의 내적 기능과 사회적 기능과 어떠한 관계를 지니는지 분석해 보았다. 자해의 내적 요인은 정서조절과 같이 자신에게 초점을 둔 기능을 말하며, 사회적 요인은 동료나 친구관계에서의 유대감 추구와 같이 타인에게 초점을 둔 기능을 나타낸다(Nock & Prinstein, 2004). 즉 개인 내적 기능은 개인에게 중점을 둔 정서조절, 해리방지, 자살방지, 고통감 표현, 자기차별의 5개의 기능들이 포함되어 있다. 또한 사회적 기능은 사회적 관계에 초점을 두는 기능을 나타내며 자율성, 대인관계 경계, 대인관계 영향, 동료 유대, 복수, 자기돌봄, 자극추구, 강인함의 8개의 기능이 포함되어 있다(추은정, 이영호, 2018).

1) 변인들의 기술 통계치

우선 본 연구의 연구문제를 위한 기초 통계자료로서 주요 변인인 부모의 기대와 비난, 내면화된 수치심, 경험회피, 비자살적 자해의 수준을 확인하기 위하여 전체 및 하위요인들의 총점과 최소값, 최대값, 평균 및 표준편차, 왜도와 첨도를 구하고 <표 19>에 제시하였다. 구체적인 내용을 살펴보면, 비자살적 자해의 내적 기능은 0~2점 기준에 전체 평균은 1.76(SD=0.58)으로 나타났으며 하위요인 중에서 정서조절이 평균 .72(SD=.68)로 가장 높은 것으로 나왔고, 자해차별(평균 .45, SD = .57), 자살방지(평균 .38, SD = .61), 해리방지(평균 .34, SD = .53), 고통감 표현(평균 .30, SD=.45)순으로 나타났다. 비자살적 자해의 또 다른 기능인 사회적 기능에서는 0~2점 기준에 전체 평균은 1.13(SD=0.25)으로 나타났으며 하위요인 중에서는 대인관계 영향이 가장 높은 평균을 보였다(평균 .19, SD = 35).

부모의 기대 및 비난의 기술통계를 살펴보면 전체는 평균 2.71(SD = .83)이고, 부모의 기대 평균은 3.06(SD=1.02), 부모의 비난 평균은 2.44(SD = .90)로 나타났다. 내면화된 수치심의 평균은 2.32(SD=1.03)으로 나타났으며, 각 하위 요인인 부적절감의 평균은 2.21(SD = 1.08), 공허함의 평균은 2.27(SD = 1.17), 자기차별의 평균은 2.24(SD = 1.06), 실수불안의 평균은 2.74(SD = 1.19)로 나타났다. 마지막으로 경험회피의 평균은 3.67(SD = .79)으로 나타났으며, 각 하위 요인인 고통혐오의 평균은 3.76(SD = 1.36), 고통감내의 평균은 4.08(SD = 1.16), 억압부인의 평균은 2.70(SD=1.21), 지연행동의 평균은 3.50(SD=1.27), 회피행동의 평균은

4.05(SD=1.10), 주의분산억제의 평균은 3.94(SD=1.24)로 나타났다.

<표 19> 주요 변인들의 기술통계

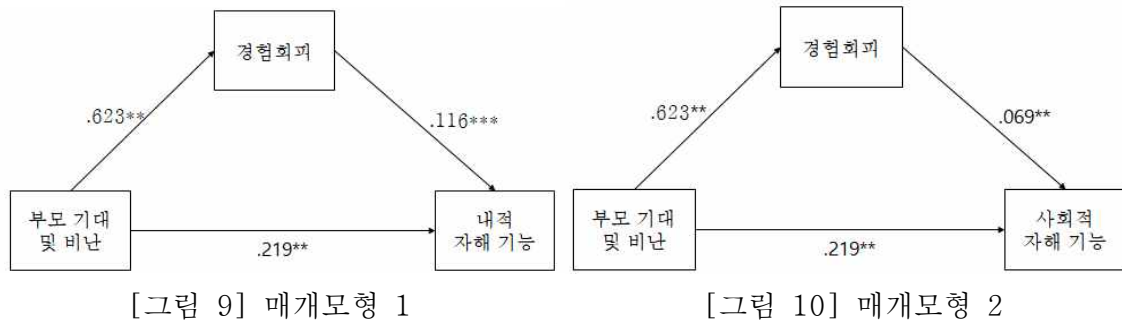
(N=144)

	Min	Max	M	SD	왜도	첨도
내적 기능	0	1.73	.44	.47	.96	-.049
정서조절	0	2	.72	.68	.49	-1.08
해리방지	0	2	.34	.53	1.58	1.50
자살방지	0	2	.38	.61	1.53	1.07
고통감 표현	0	1.67	.30	.45	1.51	1.40
자해처벌	0	2	.45	.57	.99	-.13
사회적 기능	0	1.42	.13	.25	3.25	11.45
자율성	0	2	.10	.32	3.80	15.62
대인관계 경계	0	2	.16	.37	2.70	7.35
대인관계 영향	0	2	.19	.35	2.30	5.90
동료유대	0	1.33	.06	.23	4.31	18.56
복수	0	1.67	.07	.27	4.37	20.40
자기돌봄	0	2	.18	.36	2.50	7.02
자극추구	0	1.67	.14	.31	2.70	7.55
강인함	0	1.67	.15	.34	2.49	5.80
부모 완벽주의	1	5	2.71	.83	.16	-.21
부모기대	1	5	3.06	1.02	-.10	-.72
부모비난	1	5	2.44	.90	.46	-.09
내면화된 수치심	1	5	2.32	1.03	.51	-.54
부적절감	1	5	2.21	1.08	.78	-.18
공허함	1	5	2.27	1.17	.59	-.59
자기처벌	1	5	2.24	1.06	.49	-.65
실수불안	1	5	2.74	1.19	.20	-.99

경험회피	1	5.29	3.67	.79	-1.01	2.24
고통혐오	1	6	3.76	1.36	-.24	-.72
고통감내	1	6	4.08	1.16	-.56	.13
억압부인	1	5.75	2.70	1.21	.29	-.72
지연행동	1	6	3.50	1.27	-.27	-.50
회피행동	1	6	4.05	1.10	-.55	.52
주의분산억제	1	6	3.94	1.24	-.50	-.05

2) 부모 기대 및 비난과 자해의 기능 간의 관계에서 경험회피의 매개효과

부모의 기대 및 비난과 자해의 기능 간의 관계에서 경험회피의 매개효과를 확인하고자 Hayes(2018)가 제안한 The PROCESS macro for SPSS의 Model 4를 활용하여 분석하였으며 경로계수는 [그림 9]와 [그림 10]에 제시하였다.



먼저 매개모형 1은 자해의 내적 기능에 대한 부모의 기대 및 비난의 총 효과에 대한 회귀모형은 통계적으로 유의하였으며($p < .001$), 19%로 설명력을 나타내었다. 구체적으로 살펴보면, 부모의 기대 및 비난은 자해의 내적 기능에 대해 정적으로 유의한 영향을 미쳤다($B = .22, p < .01$). 즉, 부모의 기대 및 비난이 높을수록 자해의 내적 기능이 더 높게 나타났다. 다음으로 부모의 기대 및 비난을 독립변수로 하고 경험회피를 종속변수로 하는 회귀모형도 통계적으로 유의하였으며($p < .01$) 6%로 설명력을 나타내었다. 구체적으로 살펴보면, 부모의 기대 및 비난은 경험회피에 대해 정적으로 유의한 영향을 미쳤으며($B = .62, p < .01$) 경험회피 또한 자해의 내적 기능에 대해 정적으로 유의한 영향을 끼치는 것으로 나타났다($B = .12, p < .001$). 즉, 부모의 기대 및 비난이 높을수록 경험회피가 상승하고 경험회피가 상승할수록 내적 기능으로서 자해를 하는 빈도를 증가시키는 것이 관찰된다.

다음으로 매개모형 2를 살펴보면 자해의 사회적 기능에 대한 부모의 기대 및 비난의 총 효과에 대한 회귀모형은 통계적으로 유의하였으며($p < .001$), 15%로 설명력을 나타내었다. 구체적인 모형경로는 부모의 기대 및 비난은 자해의 사회적 기능에 대해 정적으로 유의한 영향을 미쳤다($B = .22, p < .001$). 즉, 부모의 기대 및 비난이 높을수록 자해의 사회적 기능이 더 높게 나타났다. 또한 자해의 사회적 기능에 대해서도 경험회피가 정적으로 유의한 영향을 끼치는 것으로 나타났다($B = .07, p < .01$). 즉, 부모의 기대 및 비난이 높을수록 경험회피가 상승하고 경험회피

가 상승할수록 사회적 기능으로서 자해를 하는 빈도를 증가시키는 것이 관찰된다. 또한 매개모형 1과 2에서 경험회피의 매개효과를 비교해보았을 때, 자해의 사회적 기능보다 내적 기능에서 매개효과가 더 높은 것을 확인할 수 있다. 자세한 검증 결과는 <표 20><표 21>에 제시하였다

<표 20> 매개모형1: 부모 기대 및 비난 → 경험회피 → 내적 자해 기능

독립변수	종속변수: 경험회피 $R^2=.06, p<.01$			종속변수: 내적 자해 기능 $R^2=.19, p<.001$		
	<i>B</i>	<i>S.E.</i>	<i>t</i>	<i>B</i>	<i>S.E.</i>	<i>t</i>
부모 기대 및 비난	.62	.21	2.95**	.22	.07	2.99**
경험회피				.12	.03	4.11***
상수	72.15	5.39	13.39***	-8.93	2.73	-3.28**

*** $p<.001$ ** $p<.01$

<표 21> 매개모형2: 부모 기대 및 비난 → 경험회피 → 사회적 자해 기능

독립변수	종속변수: 경험회피 $R^2=.06, p<.01$			종속변수: 사회적 자해 기능 $R^2=.15, p<.001$		
	<i>B</i>	<i>S.E.</i>	<i>t</i>	<i>B</i>	<i>S.E.</i>	<i>t</i>
부모 기대 및 비난	.62	.21	2.95**	.22	.66	3.32***
경험회피				.07	.03	2.70**
상수	72.15	5.39	13.39***	-8.22	2.46	-3.34***

*** $p<.001$ ** $p<.01$

또한, 부모의 기대 및 비난과 자해의 기능 간에 미치는 경험회피의 매개효과가 통계적으로 유의한 여부를 알아보기 위해 The PROCESS macro for SPSS의 Bootstrapping 방식을 통해 검증하였다. 본 연구에서 Bootstrapping으로 재추출된 표본 수는 총 5,000개였으며 매개모형 1의 계수 값은 0.07이었다. 95%의 신뢰구간에서 간접효과 계수의 하한값 0.02와 상한값 0.13 사이에서 0이 포함되지 않음을 통해 경험회피의 매개효과가 통계적으로 유의함을 알 수 있다. 매개모형 2의 계수 값은 0.04였고, 95%의 신뢰구간에서 간접효과 계수의 하한값 0.01과 상한값 0.10

사이에서 0이 포함되지 않음을 통해 매개모형 2에서도 경험회피의 매개효과가 통계적으로 유의함을 알 수 있다. 경험회피의 매개효과 검증결과는 <표 22>에 제시하였다.

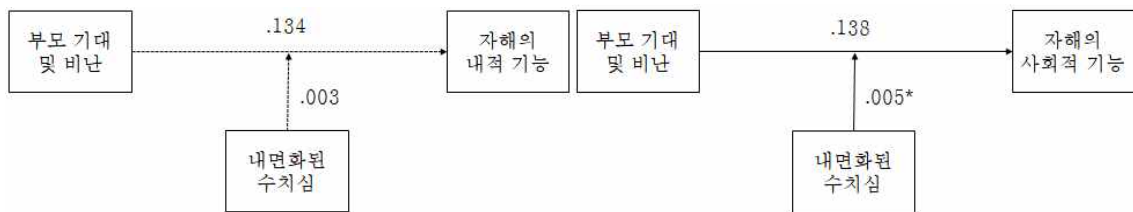
<표 22> 매개효과의 Bootstrapping 결과

매개 경로	매개효과(b)	Boot. S.E	95% CI	
			하한값	상한값
매개모형1				
부모 기대 및 비난 → 경험회피 → 내적 자해 기능	.07	.03	.02	.13
매개모형2				
부모 기대 및 비난 → 경험회피 → 사회적 자해 기능	.04	.02	.01	.10

*** $p < .001$ ** $p < .01$

3) 부모 기대 및 비난과 자해의 기능 간의 관계에서 내면화된 수치심의 조절효과

부모의 기대 및 비난과 각 기능에 의한 자해의 관계에서 내면화된 수치심의 조절 효과를 알아보기 위해 Hayes(2018)가 제안한 The PROCESS macro for SPSS의 Model 1를 활용하여 분석하였으며 경로계수는 [그림 11]과 [그림 12]에 제시하였다. 조절효과의 유무를 확인한 후에는 그 양상을 파악하기 위해 단순 기울기 검증과 존슨-나이만(Johnson-Neyman) 검증을 실시하였다.



[그림 11] 조절모형 1

[그림 12] 조절모형 2

먼저, 부모의 기대 및 비난이 비자살적 자해행동에 미치는 영향에 대한 내면화된 수치심의 조절 효과를 알아보기 위해 자해의 기능을 종속변인으로 하여 분석한 결과를 <표 23>에 제시하였다. 그 결과 자해의 내적 기능에는 내면화된 수치심의 조절이 유의하지 않게 나타났고, 자해의 사회적 기능에서 내면화된 수치심의 조절효과가 유의하게 나타났다($B = .01, p < .05$). 또한 22%로 설명력을 나타내었다. 이는 부모의 기대 및 비난과 사회적 동기에 의한 자해의 관계가 내면화된 수치심의 수준에 따라 유의하게 달라짐을 의미한다.

<표 23> 조절모형: 부모 기대 및 비난과 자해 기능 간 관계에서 내면화된 수치심의 조절효과

독립변수	종속변수: 내적 자해 기능 $R^2 = .43, p < .001$			종속변수: 사회적 자해 기능 $R^2 = .22, p < .001$		
	B	S.E.	t	B	S.E.	t
부모의 기대 및 비난	-.09	.13	-.70	-.12	.14	-.85
내면화된 수치심	.09	.06	1.44	-.06	.06	-1.03
상호작용항 (부모의 기대 및 비난×내면화된 수치심)	.00	.00	1.51	.01	.02	2.39*
상수	-.66	.31	-.20	1.90	3.40	.56

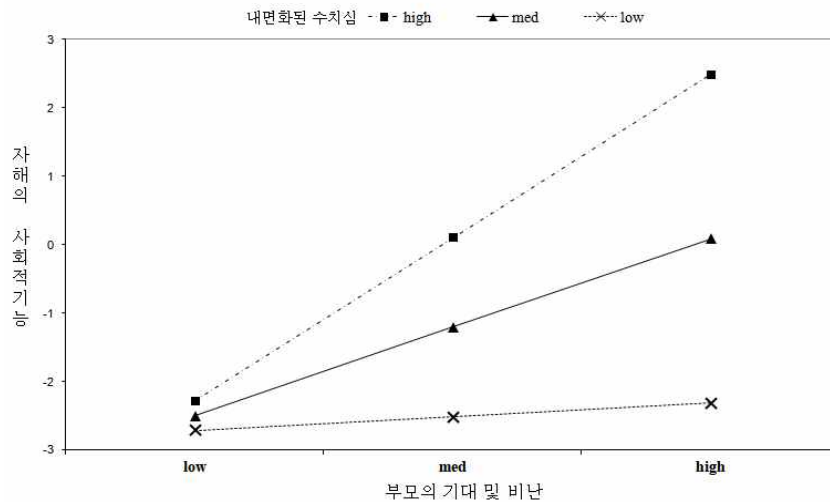
* $p < .05$

또한, 부모의 기대 및 비난과 자해의 기능 간에 미치는 내면화된 수치심의 조절 효과가 통계적으로 유의한 여부를 알아보기 위해 The PROCESS macro for SPSS의 Bootstrapping 방식을 통해 검증하여 <표 24>에 제시하였다. 검증 결과, 내면화된 수치심의 수준이 낮을 때(-1 SD)의 기울기는 유의하지 않았으며($B = .03, t = .37, p > .05$), 내면화된 수치심의 수준이 높을 때(+1 SD)의 기울기가($B = .31, t = 3.52, p < .001$) 내면화된 수치심이 평균 수준일 때의 기울기($B = .18, t = 2.77, p < .01$)에 비해 가파르게 나타났다. 이는 내면화된 수치심을 많이 느낄수록 부모의 기대와 비난이 사회적 기능에 의한 자해에 더 많은 영향을 미치며, 내면화된 수치심이 낮은 경우일수록 부모의 기대 및 비난이 사회적 기능에 의한 자해에 영향을 미치지 않는 것으로 해석할 수 있다. 이와 같은 결과를 시각적으로 살펴보기 위해 정서조절곤란의 조건부 조절효과를 도식화하여 [그림 13]에 제시하였다.

<표 24> 조절효과의 Bootstrapping 결과

조절변인	<i>B</i>	<i>Boot. S.E</i>	<i>t</i>	95% <i>CI</i>	
				하한값	상한값
내면화된 수치심	-1SD	.03	.37	-.14	.20
	평균	.18	.07	.05	.31
	+1SD	.31	.08	.13	.48

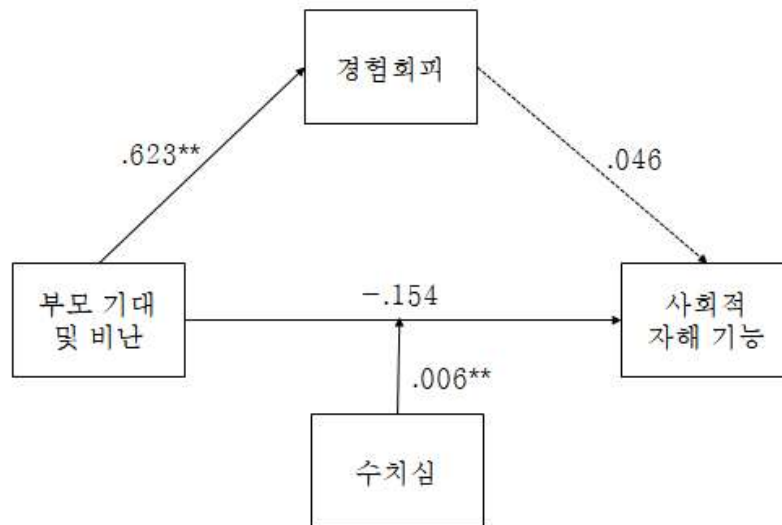
*** $p < .001$ ** $p < .01$



[그림 13] 내면화된 수치심의 조절효과 검증 그래프

4) 자해의 사회적 기능에 대한 최종 모형

부모의 기대 및 비난과 청소년의 비자살적 자해 간의 관계에서 경험회피의 매개 효과와 내면화된 수치심의 조절효과를 검증하기 위해 Hayes(2018)가 제안한 The PROCESS macro for SPSS의 Model 5를 활용하여 분석하였으며 최종 모형을 [그림 14]에 제시하였다. 결과를 구체적으로 살펴보면, 부모의 기대 및 비난이 경험회피에 미치는 영향은 유의하게 나왔다($B = .62, p < .01$). 하지만 내면화된 수치심이 조절변인으로 투입되었을 때 사회적 기능으로 자해를 하는데 있어서 경험회피가 매개변인으로 유의미하지 않게 나왔다($B = .05, p > .05$). 내면화된 수치심의 조절효과는 최종 모형에서도 유의하게 나타났으며($B = .00, p < .01$), <표 25>에 제시하였다.



[그림 14] 최종 모형

<표 25> 경험회피의 매개모형과 내면화된 수치심의 조절모형

독립변수	종속변수: 경험회피 $R^2=.05, p<.01$			종속변수: 사회적 자해 기능 $R^2=.23, p<.001$		
	<i>B</i>	<i>S.E.</i>	<i>t</i>	<i>B</i>	<i>S.E.</i>	<i>t</i>
부모의 기대 및 비난	.62	.21	2.95**	-.15	.14	-1.11
경험회피				.05	.03	1.70
내면화된 수치심				-.09	.06	-1.44
상호작용항 (부모의 기대 및 비난×내면화된 수치심)				.00	.00	2.60**
상수	72.16	5.39	13.40***	-.38	3.63	-.10

*** $p<.001$ ** $p<.01$

또한, 부모의 기대 및 비난과 자해의 기능 간에 미치는 경험회피의 매개효과와 내면화된 수치심의 조절효과가 통계적으로 유의한 여부를 알아보기 위해 The PROCESS macro for SPSS의 Bootstrapping 방식을 통해 검증한 결과를 <표 26>에 제시하였다. 먼저, 경험회피의 매개효과는 95%의 신뢰구간에서 간접효과 계수의 하한값 .00과 상한값 0.8 사이에 0이 포함되어 있어 경험회피의 매개효과가 통계적으로 유의하지 않다는 것을 알 수 있다. 내면화된 수치심의 조절효과는 내면화된 수치심의 정도가 올라갈수록 95%의 신뢰구간에서 하한값과 상한값 사이에 0이 포함되어있지 않아 조절효과가 통계적으로 유의한 것으로 나타났다.

<표 26> 매개효과와 조절효과의 Bootstrapping 결과

매개 경로	매개효과(b)	<i>Boot.</i> <i>S.E.</i>	95% <i>CI</i>	
			하한값	상한값
부모 기대 및 비난 → 경험회피 → 사회적 자해 기능	.03	.02	.00	.08

조절변인	<i>B</i>	<i>Boot.</i> <i>S.E.</i>	<i>t</i>	95% <i>CI</i>		
				하한값	상한값	
내면화된 수치심	-1SD	.01	.09	.11	-.16	.18
	평균	.17	.07	2.63**	.04	.30
	+1SD	.30	.09	3.56***	.13	.48

V. 논의 및 제언

1. 연구 결과 요약 및 논의

본 연구에서는 중고등학생을 대상으로 비자살적 자해에 영향을 미치는 변인을 아동기의 불안정한 양육환경에 주목하며 부모와의 관계에서 부정적인 양육태도가 자해에 영향을 미치는 중요한 요인으로 보고, 부모의 기대 및 비난과 자해의 관계를 검증하였다. 또한, 내면화된 수치심은 부정적인 정서로 자해에 영향을 끼치는 변인으로 예측하여 부모의 기대 및 비난과 비자살적 자해 간의 관계에서 내면화된 수치심의 조절효과를 검증하였고, 비자살적 자해의 모형 중에 하나인 경험회피가 부모의 기대 및 비난과 자해의 관계에서 매개하는 변인으로 예측하여 매개효과를 검증하였다. 본 연구의 주요 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 자해 경험이 있다고 응답한 사람은 484명 중 143명으로 전체의 29.6%를 차지하는 것으로 나타났다. 이는 2018년 교육부에서 발표한 자해 경험 비율(중학생 9.77%, 고등학생 6.42%)과 큰 차이를 보이는데, 최근 경증의 자해 행동까지 포함한 선행연구를 살펴보면 자해를 경험한 비율이 41%까지 올라가는 것을 볼 수 있다(김수진, 2019). 본 연구에서도 ‘꼬집기’ 등과 같은 약한 정도의 자해 행동을 포함하여 나온 결과로 자해의 경험율이 높게 나옴을 알 수 있다.

성별에 따라 비자살적 자해를 하는 여부는 통계적인 차이가 발견되지 않았다. 하지만 자해 유형을 충동적 자해와 강박적 자해로 구분하여 성차를 검증한 결과 충동적 자해는 남학생보다 여학생 집단에서 빈번하게 나타났고, 강박적 자해는 남학생이 다소 많거나 성별에 따라 큰 차이가 존재하지 않게 나타났다. 신체에 심각한 손상을 줄 수 있고, 생명에 치명적인 영향을 미치는 충동적 자해를 여학생이 남학생에 비해 빈번하게 한다는 결과는 자해의 방법으로 여성의 경우 신체의 일부를 베는 방법을 가장 많이 사용했고, 남성은 자신 스스로를 때리는 방법을 많이 사용하는 것(Bresin & Schoenleber, 2015)으로 조사된 선행연구와 같은 맥락을 취한다. 또한 연령에 따라서 비자살적 자해 여부의 인원수에 차이가 있는지 교차분석을 실시하였는데, 그 결과 13~14세에서 자해를 가장 빈번하게 하고 점차 안정되었다가 고

등학교에 입학하여 다시 자해를 하는 학생의 수가 올라가는 양상이 발견되었다. 연간 자해를 하는 횟수를 빈도 분석한 결과 월 2~6회로 자해를 하는 학생의 수가 가장 많았다. 비자살적 자해의 시작 연령은 12~13세가 제일 높게 나왔다. 이러한 결과는 최근 이동귀, 함경애, 배병훈(2016)의 연구결과에서 최초 자해 시점의 경우 평균 12.43세로 대부분 초등학교 6학년과 중학교 1학년 시기부터 자해행동이 시작된다는 선행연구와도 일치한다. 최근 자해를 한 시기는 1개월 이내로 응답한 학생의 수가 가장 많았고, 자해행동 시 신체적 고통을 느낀다고 응답한 비율이 높게 나왔지만 신체적 고통을 느끼지 않는다고 응답한 경우도 26.4%로 적지 않은 인원이 응답했다. 신체에 손상을 입히는 자해행동이 신체적인 고통을 느끼지 않을 정도의 다른 감각이 느껴지는 것인지 자세히 탐색해 볼 필요가 있다. 또한 자해행동을 할 때 ‘혼자 있거나 가끔 혼자 있다’라고 응답한 학생의 비율이 컸지만, ‘혼자 있지 않는다’는 학생도 30% 이상으로 응답해 또래 집단을 이루어 자해행동을 하는지에 대한 여부를 파악할 필요가 있다. 자해 충동이 생긴 후 실행에 옮기는 시간은 1시간 미만이 약 70%로 충동이 생기면 빠른 시간 안에 자해 행동을 실행하는 것을 알 수 있었다. 자해 시 스스로 멈추고 싶은 여부는 과반수 이상으로 응답하여 비자살적 자해를 하는 학생에게 중단할 수 있는 치료적 방법을 모색할 필요가 있으며 멈추고 싶지 않다고 응답한 경우, 자해를 지속하고 싶게 만드는 원인을 찾아 해결방안을 마련하는 것이 시급하다고 볼 수 있다. 또한 비자살적 자해를 하는 가장 큰 원인은 ‘자신을 진정시키려고’ 자해행동을 하는 것을 알 수 있었다.

둘째, 본 연구의 주요 변인의 비자해 집단과 자해 집단 간 차이를 검증해 보고, Pearson 상관 분석을 실시하였다. 또한 주요 변인이 비자살적 자해의 경험 유무를 예측하는지 알아보기 위해 로지스틱 회귀분석을 실시하였다. 그 결과, 관련 변인들 중 부모의 기대 및 비난과 내면화된 수치심에서 집단 간 차이가 유의하게 나타나고 경험회피는 두 집단 간 차이가 유의하지 않은 것으로 나타나 자해 집단은 비자해 집단에 비해 더 높은 부모의 기대 및 비난을 받고 내면화된 수치심의 정도가 크다는 것을 알 수 있었다. 주요 변인들과의 상관분석 결과, 비자해 집단과 자해 집단 모두 부모의 기대 및 비난, 내면화된 수치심, 경험회피에서 유의미한 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 그러나 상관계수 강도에 있어서는 집단 간 차이가 관찰되었는데, 비자해 집단에 비해 자해 집단에서 부모의 기대 및 비난이 높을수록 내면화된

수치심의 상관계수가 다소 큰 경향을 보였다. 자해의 유무를 예측하는 모형을 구성하기 위해 부모의 기대 및 비난, 내면화된 수치심, 경험회피를 독립변수로 하는 로지스틱 회귀분석을 실시하여 살펴본 결과 가정한 모형이 타당한 것으로 판단되었다. 구체적으로 부모가 기대와 비난이 높을수록, 내면화된 수치심이 클수록 자해행동을 할 확률이 높아졌으며 경험회피는 자해 행동의 유무에 미치는 영향이 통계적으로 유의하지 않았다.

셋째, 부모의 기대 및 비난과 비자살적 자해의 하위요인인 내적 기능, 사회적 기능 간 관계에서 경험회피의 매개효과를 검증해보았다. 분석결과, 경험회피는 부모의 기대 및 비난과 자해의 내적기능, 사회적 기능 간 관계를 부분매개 하는 것으로 나타났다. 이는 부모의 기대 및 비난이 직접적으로 자녀의 자해(내적 기능, 사회적 기능)에 영향을 주기도 하지만, 자녀의 경험 회피를 높임으로써 간접적으로도 자해빈도를 높일 것임을 의미한다.

넷째, 부모의 기대 및 비난과 비자살적 자해의 하위요인인 내적 기능, 사회적 기능 간 관계에서 내면화된 수치심의 조절효과를 검증한 결과, 내면화된 수치심은 자해의 사회적 기능에만 조절효과를 나타냈다. 이는 부모의 기대 및 비난을 많이 받더라도 내면화된 수치심이 낮으면 사회적 기능의 자해를 하는 것에 영향을 덜 미친다는 것으로 해석된다.

마지막으로 부모의 기대 및 비난과 비자살적 자해의 내적 기능, 사회적 기능 간에 내면화된 수치심의 조절효과와 경험회피의 매개효과를 함께 검증한 결과 경험회피의 매개효과는 유의하지 않았고, 자해의 사회적 기능에만 내면화된 수치심의 조절효과가 유의미하게 나타났다. 이는 자해의 내적인 기능과 사회적 기능에 부모의 기대 및 비난이 직접적으로도 영향을 주고, 경험회피를 통해 간접적으로 영향을 주지만 내면화된 수치심의 조절효과를 함께 검증하면 경험회피의 간접적 영향이 사라지는 결과가 나타났다. 결국 사회적 기능으로 자해를 하는 중고등학생들은 경험회피보다는 내면화된 수치심이 중요한 영향을 끼친다는 것을 알 수 있었다.

2. 연구의 의의

본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 부모의 기대와 비난이 비자살적 자해에 직접적으로 영향을 준다는 근거자료를 제시해 주었다. 이는 불안정한 양육환경이 비자살적 자해에 영향을 준다는 선행연구들(D'Onofrio, 2007; 김수진, 2017; Linehan, 1993)의 결과를 지지하였으며, 자녀들의 심리적 및 행동적 문제들의 원인들 중 부모의 양육태도와 깊은 관련성이 있음을 확인하고 부모교육의 필요성에 대한 보충적 근거자료를 제시하였음에 그 의의가 있다.

둘째, 현재 비자살적 자해에 대한 국내 선행연구에서는 대부분 대학생들을 연구 대상으로 하여 연구하고 분석한 것이 대부분인데, 본 연구에서는 중고등학생을 대상으로 실시하여 청소년의 비자살적 자해행동을 이해하는데 중요한 정보를 제공하였다.

셋째, 비자살적 자해척도를 최근 추은정, 이영호(2018)가 번안한 ISAS를 활용하였는데, 기존 자해척도는 내적 기능과 사회적 기능으로만 측정하였다면 ISAS 척도는 자해의 내적 기능을 6개, 사회적 기능을 8개 하위요인으로 세분화하여 분석하여 자해의 문제를 호소하며 상담실을 방문하는 청소년들의 치료적 개입 시 보다 구체적이고 정확한 접근이 가능할 수 있을 것으로 생각된다.

넷째, 부모의 기대와 비난이 비자살적 자해에 직접적인 영향을 끼치지만, 자해의 행동을 조절하는 변인으로 내면화된 수치심의 효과를 검증하였다. 이러한 결과는 내면화된 수치심의 수준을 낮춰준다면 자해행동이 감소한다는 중요한 증거를 제시하였으며 내면화된 수치심을 낮추는 프로그램 개발의 필요성을 밝힌 데에 그 의의가 있다.

3. 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 편의적 표집방법을 하여 연구대상에 고등학교 2,3학년 학생들이 포함되지 않았고, 울산에 소재한 중학생과 고등학생들을 표집대상으로 제한하였기 때문에 연구 결과를 전체 중고등학생에게 일반화하기는 어렵다는 한계가 있다.

둘째, 본 연구는 자기보고식 설문지를 사용하여 각 변인들을 측정하였기 때문에 방어적이거나 불성실하게 응답했을 가능성이 있고, 척도에 사용된 어휘에 대한 이해도가 낮아 문항에 대한 답을 적절하게 응답하지 못하였을 가능성도 있다. 따라서 후속 연구에서는 중고등학생들을 대상으로 할 경우, 연구자가 직접 설문에 대한 설명과 함께 관찰하는 방식으로 설문하여 피검자의 특성을 보다 정확하게 파악할 필요가 있다.

셋째, 비자살적 자해의 사회적 기능은 왜도와 첨도 분포를 고려해 볼 때 정규분포 가정을 충족하지 못하는 것으로 판단된다. 이러한 경우, 통계적 추론 결과를 확인하기 어려우므로, 결과 해석 시 이러한 제한점을 감안할 필요가 있다.

넷째, 내면화된 수치심의 조절효과가 자해의 사회적 기능에서만 유의하게 나타났는데, 부모의 기대 및 비난과 비자살적 자해의 내적 기능 간의 관계에서 내면화된 수치심의 효과에 대한 추가적인 탐색이 필요하다.

다섯째, 본 연구에서는 부모의 기대 및 비난과 비자살적 자해 간의 관계에서 내면화된 수치심의 조절효과와 경험회피의 매개효과를 살펴본 결과, 내면화된 수치심을 조절변인으로 투입하였을 때 경험회피의 매개효과가 유의하지 않게 나왔다. 내면화된 수치심과 경험회피의 관계를 보다 면밀히 분석해보고, 두 변인의 사이에 작용하는 다른 변인들에 대해 추가적인 연구가 필요하다.

참 고 문 헌

- 구민정, 임수정, 김지윤, 이동훈(2019). 한국 성인의 비자살적 자해: 자해 방법 및 기능에서의 성차를 중심으로. **상담학연구**, 20(5), 41-62.
- 구훈정, 우성범, 이종선(2015). 외상적 사건과 자해의 관계에서 부적응적인지조절의 매개효과와 적응적 인지조절의 조절효과. **한국심리학회지: 임상**, 34(1), 173-198.
- 권경인, 양정연(2014). 상담 분야 혼합연구 동향분석. **교육연구논총**, 35(1), 103-124.
- 권경인, 정미정(2017). 부모의 정서적 학대가 초기 성인기 대인관계문제에 미치는 영향: 자기체계 손상과 부적응적 분노대처행동의 매개효과. **상담학연구**, 18(4), 389-407.
- 권혁진(2014). **비자살적 자해에 영향을 미치는 정서적·인지적 요인의 탐색**. 서울대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김나은(2019). **부모의 정서적 학대가 청소년의 자해행동에 미치는 영향: 정서조절 곤란의 매개효과 및 또래갈등의 조절효과**. 명지대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김미라, 이지연, 이인숙(2011). 초등 교사의 기능적 완벽주의 성향과 소진의 관계: 교사 효능감의 매개효과를 중심으로. **한국심리학회지: 학교**, 8(1), 1-15.
- 김 란(2014). **우울장애 청소년이 위험행동 유형과 자살시도의 관계**. 가톨릭대학교 석사학위 논문.
- 김소영(2013). **대학생의 수치심과 경험회피 및 우울의 관계**. 경북대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김수진(2015). 비자살적 자해와 애착 연구 개관: 국외 연구를 중심으로. **인간발달 연구**, 22, 1-24.
- 김수진(2016). **비자살적 자해의 시작과 중단에 대한 내러티브 탐구**. 숙명여자대학교 박사학위 논문.
- 김수진(2017). 비자살적 자해의 위험요인과 보호요인 개관. **청소년학연구**, 24(9), 31-53.
- 김수진. (2019). 청소년의 충동성이 자해에 미치는 영향: 사회적지지의 조절효과를 중심으로. **미래사회복지연구**, 10, 273-298.
- 김수진, 김봉환(2015). 청소년 내담자의 반복적 자해행동의 의미탐색. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 27(2), 231-250.

- 김영석(2008). **완벽주의, 수치심, 우울과의 관계**. 서강대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 김윤, 희서, 수균(2008). 완벽주의에 대한 고찰: 평가와 치료. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 20(3), 581-613.
- 김창숙(2012). **지각된 부모양육태도와 우울의 관계: 내면화된 수치심과 자기불일치의 매개효과**. 서강대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 김초롱, 이승환, 장혜인(2018). 우울증 환자 집단에서 비자살적자해가 자살시도에 미치는 영향. **Korean Journal of Clinical Psychology**, 37(4), 465-478.
- 남기숙(2008). **수치심, 죄책감 경험과 대처가 심리 증상에 미치는 영향**. 서울대학교 대학원 박사학위 논문
- 박성연, 이은경, 송주현(2008). 부모의 심리적 통제유형이 청소년의 의존심, 자아비난 및 우울에 미치는 영향. **아동학회지**, 29(5), 65-78.
- 박철옥, 안현의(2009). 상담일반: 새터민의 대인관계적 외상 경험, 용서, 경험회피와 외상후 스트레스 증상간의 관계. **상담학연구**, 10(4), 1891-1905.
- 백보겸, 김지인, 권호인(2019). 자의식적 부정정서가 비자살적 자해에 미치는 영향: 정서조절전략의 매개효과를 중심으로. **한국콘텐츠학회논문지**, 19(3), 385-395.
- 서윤아(2014). **비자살적 자해에 영향을 미치는 복합외상 및 복합외상 증후군의 탐색**. 충북대학교 석사학위 논문.
- 서영숙, 김진숙(2009). 부모의 양육태도, 부적응적 완벽주의 및 심리적 부적응과의 관계에서 수치심과 대처방식의 매개효과 연구. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 21(3), 661-682.
- 서재삼, 황순택(2006). 한국형 성격장애 진단검사의 개발과 타당화. **한국심리학회지: 임상**, 25(1), 273-288.
- 성나경, 강이영(2016). 청소년의 일상적 스트레스와 자해행동 :인지적 정서조절전략의 조절효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 28(3), 855-873
- 신미옥(2015). **학교스트레스 및 자기 통제력이 청소년의 자살생각 및 자해시도에 미치는 영향**. 단국대학교 석사학위 논문.
- 신민섭(1992). **자살 기제에 대한 실증적 연구: 자기 도피 척도의 타당화**. 연세대학교 대학원 박사학위 논문.
- 안영신(2015). **청소년의 비자살적 자해에 관한 연구**. 서울여자대학교 특수치료전문

- 대학원 석사학위 논문.
- 안영신, 송현주(2017). 청소년의 비자살적 자해행동에 관한 연구. **정서·행동장애연구**, 33(4), 257-281.
- 안현의, 장진이, 조하나(2009). 자기체계의 손상으로 본 복합외상증후군. **한국심리학회지: 일반**, 28(2), 283-301.
- 양재원(2019). **성별에 따른 대학생의 감정표현불능성향과 비자살적 자해 간 관계에서 충동성의 매개효과**. 홍익대학교 대학원 석사학위 논문.
- 예덕해(2012). **청소년 우울증에서 비자살적 자해에 영향을 주는 심리 사회적 요인**. 관동대학교 석사학위 논문.
- 오영아, 정남운(2011). 불확실성에 대한 인내력 부족과 걱정의 관계: 경험적 회피의 매개효과 검증. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 23(3), 671-691.
- 우종필(2012). **우종필 교수의 구조방정식모델 개념과 이해**. 서울 : 한나래 아카데미.
- 윤성민, 신희천(2007). 내현적 자기애가 사회적 상호작용 불안에 미치는 영향: 경험회피의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 19(4), 967-982.
- 윤재원(2009). **학교 부적응과 부모의 기대수준이 청소년의 자살충동에 미치는 영향: 사회적 지지의 매개효과와 관련하여**. 한양대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이동귀, 함경애, 배병훈(2016). 청소년 자해행동: 여중생의 자살적 자해와 비(非)자살적 자해. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 28(4), 1171-1192
- 이동훈, 양미진, 김수리(2010). 청소년 자해의 이해 및 특성에 대한 고찰. **청소년상담연구**, 18(10), 1-24.
- 이소연, 오인수(2015). 평가염려 완벽주의와 내현적 자기애가 대학생의 발표불안에 미치는 관계: 사회적 자기효능감과 부정적 평가두려움의 매개효과. **청소년학연구**, 22(8), 53-75.
- 이승희, 이동혁(2014). 완벽성향 척도 개정판 (APS-R) 의 구인타당도. **교사와 교육 (구 교육논집)**, 32, 27-40.
- 이용승(2000). **강박사고 억제 의 역설적 효과**. 서울대학교 대학원 박사학위 논문.
- 이인숙, 최해림(2005). 내면화된 수치심 척도 (ISS)의 타당화 연구-애착, 과민성 자기애, 외로움과의 관계. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 17(3), 651-670.
- 이재호, 조운영, 전정운(2018,11,10). 중고생 7만 여명 “자해경험” 우리 아이는 상

관 없다고요? **한겨레**21, 검색일 3월 4일, 2019년, 출처 <http://www.hani.co.kr/arti/PRINT/869668.html>

- 이정원(2015). 군에서의 분노와 자해표현행동과의 관계에서 이차적 분노가 미치는 영향에 관한 연구. **한국위기관리논집**, 11(7), 245-265.
- 이주연(2016). **경험회피와 비자살적 자해의 관계: 신체적 불편감 감내력 부족의 조절효과**. 충북대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이주연, 유성은(2017). 한국판 다차원적 경험회피 척도 (K-MEAQ)의 타당화 및 단축형 (K-MEAQ-24) 개발. **인지행동치료**, 17(2), 181-208.
- 이지연(2008). 상담일반: 내면화된 수치심과 방어유형, 정서표현의 관계. **상담학연구**, 9(2), 353-373.
- 이태영, 심혜숙(2011). 아동기 외상경험이 초기 성인기 대인관계문제에 미치는 영향에서 내면화된 수치심의 매개효과. **상담학연구**, 12(6), 2273-2291.
- 이혜림(2013). **청소년의 처벌 민감성과 강화 민감성이 불안, 우울, 자해행동에 미치는 영향: 스트레스와 통제가능성 귀인의 역할**. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이화수(2014). 정서표현성이 대인관계문제에 미치는 영향: 내면화된 수치심을 조절 변인으로. 한양대학교 대학원 석사학위 논문.
- 임선영(2014). 부정 긴급성, 부정 정서 및 정서조절곤란이 폭식과 자해행동에 미치는 영향: 다차원적 충동성 이론을 중심으로. 가톨릭대학교 대학원 박사학위 논문.
- 임혜령, 이영순(2017). 내면화된 수치심과 분노표현양식의 관계에서 고통감내력의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 29(1), 159-178.
- 장영호(2012). 성인애착과 사회불안의 관계에서 경험회피의 매개효과. 가톨릭대학교 석사학위 논문.
- 장윤숙(2016). **내면화된 수치심이 분노표현 양식에 미치는 영향: 경험회피의 조절효과**. 건국대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 전경구, 최상진, 양병창(2001). 통합적 한국판 CES-D개발. **한국심리학회지: 건강**, 61(1), 59-76.
- 정남, 운유, 은영(2015). 내면화된 수치심의 임상적 타당성: 자기통제력, 공격성 및 중독가능성과의 상관을 중심으로. **한국심리학회지: 문화 및 사회문제**, 21(3), 481-496.

- 정승진, 연문희(2000). 완벽성 감소를 위한 인지행동 집단상담 프로그램 개발. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 12(2), 147-167.
- 조영혜(2017). 기질과 지각된 부모양육태도가 성인초기 경험회피에 미치는 영향. 덕성여자대학교 문화·산업대학원 석사학위 논문
- 진선주(2019). **자해 청소년의 특성과 관련 변인 연구**. 한양대학교 대학원 박사학위 논문.
- 추은정(2019). 부정정서가 비자살적 자해에 미치는 영향 : 자해갈망의 매개효과와 인지적 정서조절전략, 감정표현불능증, 의도적 통제의 조절효과를 중심으로. 가톨릭대학교 대학원 박사학위 논문.
- 추은정, 이영호(2018). 자해 척도(ISAS)의 한국판 타당화 연구. **한국청소년학회지: 청소년학연구** 25(11), 95-124
- 최은영, 안현의(2011). 여대생의 아동 청소년기 대인간 외상 경험과 자기역량 손상의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과. **한국심리학회지: 여성**, 16(3), 285-302.
- 한국청소년상담복지개발원(2013). 2012 상담 경향보고서. 서울 : **한국청소년상담복지개발원**
- 한덕웅, 이장호, 전경구(1998). 한국판 상태-특성 분노 표현 척도 (STAXI-K). **한국심리학회지: 건강**, 3(1), 18-32.
- 한주연, 박경(2011). 대학생의 부적응적 완벽주의와 우울과의 관계에서 수치심과 인지적 정서조절 전략의 매개효과. **청소년학연구**, 18(9), 169-188.
- 홍수연, 이승연(2013). 아동기에 경험한 정서적 학대와 성인기 경계선 성격장애 성향의 관계: 정서인식의 명확성과 경험적 회피의 매개효과. **상담학연구**, 14(5), 3003-3021.
- 허영재, 김희화(2018). 부모의 과보호 및 거부적 양육태도가 청소년의 걱정에 미치는 영향-부정적 문제 지향 및 경험회피의 매개효과. **청소년시설환경**, 16(3), 15-25.
- American Psychiatric Association.(2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorder (5th ed.)*. Washington, DC.: American Psychiatric Press.
- Bendig, A. W.(1956). The development of a short form of the Manifest Anxiety Scale. *Journal of Consulting Psychology*, 20, 384
- Brent, D.(2011a). Nonsuicidal self-injury as a predictor of suicidal behavior in

- depressed adolescents. *American Journal of Psychiatry*, *168*, 452-454.
- Briere, J., & Gil, E.(1998) Self Mutilation in a clinical and general population samples: Prevalence, correlates and functions. *American Journal of Orthopsychiatry*, *68*, 609-620.
- Chawla, N., & Ostafin, B. (2007). Experiential avoidance as a functional dimensional approach to psychopathology: An empirical review. *Journal of clinical psychology*, *63(9)*, 871-890.
- Chapman, A. L., Gratz, K. L., & Brown, M. Z. (2006). Solving the puzzle of deliberate self-harm: The experiential avoidance model. *Behaviour research and therapy*, *44(3)*, 371-394.
- Choi, J. W. & Lee, Y. H.(2014). Validation of the Korean version of the Portrait Values Questionnaire-Revised(PVQ-R). *Korean Journal of Psychology: General*, *33*, 553-590.
- Cook, D. R. (1988). Measuring shame: The internalized shame scale. *Alcoholism treatment quarterly*, *4(2)*, 197-215.
- Dahlström Ö, Zetterqvist M, Lundh LG, Svedin CG.(2015). Functions of nonsuicidal self-injury: exploratory and confirmatory factor analyses in a large community sample of adolescents. *Psychological Assessment*. 2015 Mar;*27(1)*. 302-13
- Favazza, A. R.(1996). *Bodies under siege: Self mutilation and body modification in culture and psychiatry (2nd edition)*. John Hopkins University Press.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L.(2002). *Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues*.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Oliver, J. M., & Macdonald, S.(2002). *Perfectionism in children and their parents: A developmental analysis*.
- Fornell, C., & Larcker, D. F.(1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, *18*, 39-50.
- Glenn, C. R. & Klonsky, E. D.(2011). One-year test-retest reliability of the Inventory of Statements About Self-injury(ISAS). *Assessment*, *18*,

357–378.

- Gratz, K. L.(2001). Measurement of deliberate self–harm: Preliminary data on the Deliberate Self–Harm Inventory. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 23*, 253–263.
- Hawton, K., Hall, S., Simkin, S., Bale, L., Bond, A., Cood, S. & Stewart, A.(2003). Deliberate self–harm in adolescents: a study of characteristics and trends in Oxford, 1990–2000. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 44(8)*, 1191–1198.
- Hayes, S. C., Strosahl, K., Wilson, K. G., Bissett, R. T., Pistorello, J., Toarmino, D., ... & Stewart, S. H. (2004). Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working model. *The psychological record, 54(4)*, 553–578.
- Jacobson, C. M. & Gould, M.(2007). The epidemiology and phenomenology of non–suicidal self–injurious behavior among adolescents: A critical review of the literature. *Archives of Suicide Research, 11*, 129–147.
- Klonsky, E. D., & Glenn, C. R. (2009). Assessing the functions of non–suicidal self–injury: Psychometric properties of the Inventory of Statements About Self–injury (ISAS). *Journal of psychopathology and behavioral assessment, 31(3)*, 215–219.
- Klonsky, E.D., Oltmanns, T.F. & Turkheimer, E.(2003). Deliberate self–harm in a non–clinical population: Prevalence and psychological correlates. *American Journal of Psychiatry, 160*, 1501–1508.
- Klonsky, E.D.(2007). The functions of deliberate self–injury: A review of the evidence. *Clinical Psychology Review, 27*, 226–239.
- Klonsky, E.D. & Muehlenkamp, J.J.(2007). Self–injury: A research review for the practitioner. *Journal of Clinical Psychology: In Session, 63*, 1045–1056.
- Klonsky, E.D. & Glenn, C.R.(2008). Resisting urges to self–injure. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy, 36*, 211–220.
- Klonsky, E.D. & Glenn, C.R.(2009). Assessing the functions of non–suicidal self–injury: Psychometric properties of the Inventory of Statements About Self–injury (ISAS). *Journal of Psychopathology and Behavioral*

Assessment, **31**, 215–219.

- Linehan, M. M., Comtois, K. A., Brown, M. Z., Heard, H. L., & Wagner, A. (2006). Suicide Attempt Self-Injury Interview (SASII): Development, reliability, and validity of a scale to assess suicide attempts and intentional self-injury. *Psychological Assessment*, **18**, 303–312.
- Leeming, D., & Boyle, M. (2004). Shame as a social phenomenon: A critical analysis of the concept of dispositional shame. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, **77**(3), 375–396.
- Lloyd, E. E., Kelley, M. L., & Hope, T. (1997). *Self-mutilation in a community sample of adolescents: Descriptive characteristics and provisional prevalence rates*. In annual meeting of the Society for Behavioral Medicine, New Orleans, LA.
- Mars, B., Heron, J., Crane, C., Hawton, K., Lewis, G., Macleod, J., Tilling, K., et al. (2014). Clinical and social outcomes of adolescent self harm: Population based birth cohort study. *BMJ*, **349**, g5954.
- Muehlenkamp, J. J. (2005). Self-injurious behavior as a separate clinical syndrome. *American Journal of Orthopsychiatry*, **75**, 324–333.
- Muehlenkamp, J. J., & Gutierrez, P. M. (2007). Risk for suicide attempts among adolescents who engage in non-suicidal self-injury. *Archives of Suicide Research*, **11**, 69–82.
- Nock, M. K., & Prinstein, M. J. (2004). A functional approach to the assessment of self-mutilative behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **72**, 885–890.
- Nock, M. K., & Kessler, R. C. (2006). Prevalence of and risk factors for suicide attempts versus suicide gestures: Analysis of the National Comorbidity Survey. *Journal of Abnormal Psychology*, **115**, 616–623.
- Nock, M. K., Joiner, T. E., Gordon, K. H., Lloyd-Richardson, E., & Prinstein, M. (2006). Non-suicidal self-injury among adolescents: Diagnostic correlates and relation to suicide attempts. *Psychiatry Research*, **144**, 65–72.
- Nock, M. K., Holmberg, E. B., Photos, V. I., & Michel, B. D. (2007). The Self-Injurious Thoughts and Behaviors Interview: Development,

- reliability, and validity in an adolescent sample. *Psychological Assessment, 19*, 309–317.
- Nock, M. K.(2009). Why do people hurt themselves? New insights into the nature and functions of self–injury. *Current Directions in Psychological Science, 18*, 78–83.
- Nock M. K, Favazza A. R.(2009). Nonsuicidal self–injury: definition and classification. In M .K .Nock(Ed.), *Understanding nonsuicidal self–injury: Origins, assessment, and treatment*. pp. 9–18. Washington DC.: American Psychological Association.
- Purdon, C., &Clark, D. A. (2000). White bears and other elusive intrusions: Assessing the relevance of thought suppression for obsessional phenomena. *Behavior Modification, 24*(3), 425–453.
- Radloff, L. S.(1977). The CES–D Scale: A self–report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement, 1*, 385 - 401.
- Reynolds, W. M.(1987). *Suicidal Ideation Questionnaire (SIQ)*. Odessa, Florida: Psychological Assessment Resources.
- Ross, S. & Heath, N.(2002). A study of the frequency of self–mutilation in a community sample of adolescents, *Journal of Youth and Adolescence, 31*, 67–77
- Schwartz, S. H., Cieciuch, J., Vecchione, M., Davidov, E., Fischer, R., Beierlein, C., Konty, M.(2012). Refining the theory of basic individual values. *Journal of Personality and Social Psychology, 103*, 663–688.
- Skegg, K.(2005). *Self–harm. The Lancet , 366*(9495), 1471–1483.
- Tangney, J. P., Wagner, P., Fletcher, C., &Gramzow, R. (1992). Shamed into anger? The relation of shame and guilt to anger and self–reported aggression. *Journal of personality and social psychology, 62*(4), 669.
- Terry–Short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D., &Dewey, M. E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and individual differences, 18*(5), 663–668.
- White, V. E., Trepal–Wollenzier, H., & Nolan, J. M.(2002). College students

- and self-injury: Intervention strategies for counselors. *Journal of College Counseling, 5*, 105-113.
- Whitlock, J., & Knox, K. L.(2007). The relationship between self-injurious behavior and suicide in a young adult population. *Archives of Pediatric Adolescent Medicine, 161*, 634-640.
- Wichstrøm, L.(2009). Predictors of non-suicidal self-injury versus attempted suicide: Similar or different? *Archives of Suicide Research, 13*, 105-122.
- Zila, L. M., & Kiselica, M. S. (2001). Understanding and counseling self - mutilation in female adolescents and young adults. *Journal of Counseling & Development, 79(1)*, 46-52.

부 록

부록 1-1. 비자살적 자해 척도(ISAS) 설문지

1-2. ISAS 서술형 문항의 응답내용

부록 2. 완벽주의 척도 설문지

부록 3. 내면화된 수치심 척도 설문지

부록 4. 한국판 경험회피 단축형 척도 설문지

부록 1-1. 비자살적 자해 척도(ISAS) 설문지

◆ 설문지 응답을 시작하기 전 아래의 빈 칸에 귀하의 성별과 나이를 기입해주시기 바랍니다.

성별: 남 여
나이:

◆ 다음 질문지는 죽고자 하는 의도 없이 하는 자해인, 비자살적 자해(Non-Suicidal Self-injury)의 방법 및 빈도, 목적 등에 관해 조사하는 설문지입니다. 개인의 정보가 노출되는 일은 없으므로, 각 문항을 잘 읽고 최대한 솔직하게 답변해주시기 바랍니다.

의도적으로 자신의 신체를 훼손하기 위해 다음에 제시된 바와 같은 행동들을 한번이라도 한 적이 있습니까? 있다면 횟수를 적어 주십시오. (예. 0, 3, 10, 80, 500회 등 대략적으로 적어주십시오)

- | | |
|----------------------------------|--|
| ③ (신체 일부분을)베기/긋기 ___회/ 1년 | ② (자신의 신체를)심하게 할퀴거나 긁기 ___회/ 1년 |
| ③ (신체 일부분을)깨물기/물어뜯기 ___회/ 1년 | ④ 자신을 때리거나 머리를 벽에 부딪히기 ___회/ 1년 |
| ⑤ (신체를)불로 지지기/ 화상입히기 ___회/ 1년 | ⑥ 상처 회복에 도움이 되지 않는 행동하기 ___회/ 1년
[예. (상처) 딱지 떼기] |
| ⑦ (신체에)글자나 상징을 새기기 ___회/ 1년 | ⑧ 자신의 피부를 울퉁불퉁한 곳에 문지르기 ___회/ 1년 |
| ⑨ (신체 일부분을)꼬집기 ___회/ 1년 | ⑩ 바늘(뾰족한 것)로 찌르기 ___회/ 1년 |
| ⑪ 머리 잡아뜯기 ___회/ 1년 | ⑫ 위험한 물질 삼키기 ___회/ 1년 |
| ⑬ 기타 _____ ___회/ 1년 | |

1. 앞장에서 답변하신 항목 중 자신이 주로 행하는 자해행동(들)이 있다면 해당 항목을 적어주십시오 (여러 개 답변가능).

2. 당신이 몇 살 때 입니까?

자해 행동을 시작한 나이는 몇 살입니까? _____살

가장 최근에 자해행동을 한 때는 언제입니까? _____

(대략적인 날짜 - 년/월/일)

3. 자해 시, 신체적 고통을 느낍니까?

1) 예

2) 가끔

3) 아니오

4. 당신은 자해할 때, 혼자 있는 편입니까?

1) 예

2) 가끔

3) 아니오

5. 일반적으로, 자해 충동이 생긴 후 대개 얼마 후에 자해행동을 실행하게 됩니까?

1) 1시간 미만

2) 1 - 3 시간

3) 3 -6 시간

4) 6 -12 시간

5) 12 - 24시간

6) 하루 이상

당신은 자해하는 것을 멈추고 싶(었)습니까?

1) 예

2) 아니오

이 질문지는 (자살의 의도가 없는) 자해경험을 더 자세히 이해하기 위한 것입니다. 아래 항목을 읽고 자신이 자해를 하는 이유와 가장 가까운 번호에 표시해 주십시오.

- 이 항목이 자신의 경험과 전혀 관련이 없다면 0에
- 이 항목이 자신의 경험과 어느 정도 관련이 있다면 1에
- 이 항목이 자신의 경험과 매우 관련이 있다면 2에 표시해 주십시오.

“자해를 할 때, 나는 _____ 한다.

- | | |
|---|-------|
| 1. ... 자신을 진정시키려고 | 0 1 2 |
| 2. ... 나와 타인의 관계에서 경계를 설정하려고 | 0 1 2 |
| 3. ... 나 자신을 벌하기 위해서 | 0 1 2 |
| 4. ... (그 상처를 치료함으로써)내 자신을 돌보는 방법을 찾기 위해 | 0 1 2 |
| 5. ... 고통을 야기함으로써 무감각한(무딘) 감정을 그만 느끼려고 | 0 1 2 |
| 6. ... 자살시도하고 싶은 충동을 피하려고 | 0 1 2 |
| 7. ... 흥분이나 환희/쾌감을 위한 무언가를 하기 위해 | 0 1 2 |
| 8. ... 주변 사람들(또래)와 유대감을 느끼고 싶어서 | 0 1 2 |
| 9. ... 내 정서적 고통을 다른 사람이 알았으면 해서 | 0 1 2 |
| 10. ... 내가 견딜 수 있는지 알아보려고 | 0 1 2 |
| 11. ... 내가 끔찍하다고 느끼는 것으로 신체적으로 표시하려고 | 0 1 2 |
| 12. ... 다른 사람에게 양갈음하려고 | 0 1 2 |
| 13. ... 내가 감정적으로 다른 사람에게 의지하지 않고 독립적이라는 것을
확인하려고 | 0 1 2 |
| 14. ... 마음속에 쌓인 감정적인 압박감을 완화하려고 | 0 1 2 |
| 15. ... 내가 다른 사람과 독립된 사람임을 표현하려고 | 0 1 2 |
| 16. ... 쓸모없고 어리석은 나 자신에게 분노(화)를 표현하려고 | 0 1 2 |
| 17. ... 정서적 고통감보다 돌보기 쉬운 신체적 상처를 만들기 위해 | 0 1 2 |

18. ... 신체적 고통이 있다고 하더라도, 아무것도 느끼지 않는 것보다는 낫기 때문에	0	1	2
18. ... 자살생각이 나서	0	1	2
20. ... 극단적인 행동을 해서 나 자신이나 타인의 관심을 받기 위해서	0	1	2
21. ... 다른 사람과 어울리려고 혹은 소속감을 느끼려고	0	1	2
22. ... 다른 사람들의 도움이나 보살핌을 받고 싶어서	0	1	2
23. ... 내가 터프하고 강하다는 것을 보여주려고	0	1	2
24. ... 나의 정서적 고통이 현실이라는 것을 나 자신에게 증명하려고	0	1	2
25. ... 다른 사람에게 복수하기 위해	0	1	2
26. ... 다른 사람의 도움이 필요하지 않다는 것을 보여주려고	0	1	2
27. ... 불안, 좌절, 분노, 또는 다른 압도적인 정서들을 줄여보려고	0	1	2
28. ... 나 자신과 다른 사람 사이에 벽을 두려고	0	1	2
29. ... 나 자신에 대해 불만족스럽고 혐오스러운 마음이 들어서	0	1	2
30. ... 상처 치료에 집중하게 되는 것이 즐겁고 만족스러워서	0	1	2
31. ... 모든 것이 비현실적으로 느껴질 때 내가 살아있음을 확인하려고	0	1	2
32. ... 자살에 대한 생각을 멈추려고	0	1	2
33. ... 스카이다이빙 같은 극단적인 행동들과 유사하게 내 한계를 실험해보려고	0	1	2
34. ... 친구들이나 사랑하는 사람들과의 우정이나 유대감을 표시하려고 (혹은 우정이나 유대감의 징표를 가지고 싶어서)	0	1	2
35. ... 사랑하는 사람이 나를 떠나거나 버리지 않게 하려고	0	1	2
36. ... 신체적 고통을 감수 할 수 있다는 것을 보여주려고	0	1	2
37. ... 내가 감정적으로 고통스럽다는 것을 표현하려고	0	1	2
38. ... 나와 가까운 사람들에게 상처를 주려고	0	1	2
39. ... 내가 자율적이고/독립적이라는 확신을 가지려고	0	1	2

Response Key 0 - 전혀 관련이 없다, 1 - 어느 정도 관련이 있다, 2 - 매우 관련이 있다
(선택) 위의 항목들보다 더 정확하게 자신의 경험을 표현하는 진술이 있다면 아래 빈칸에 적어주십시오.

(선택) 자신에게 적용되지 않더라도, 위의 항목들에 추가되어야 한다고 생각하는 표현이 있다면 아래 빈칸에 적어주십시오.

부록 1-2. ISAS 서술형 문항의 응답내용

-주관식 3문항-

1) 자해를 할 때, 나는 _____ 한다.

- 걱정한다
- 게임한다
- 나와 타인의 관계에서 경계를 설정한다
- 내 뺨을 때린다
- 다리를 꼬집는다
- 마음 속에 쌓인 감정적인 압박감을 완화하려고
- 마음 편해진다
- 머리를 벽에 부딪치게 한다
- 머리를 잡아당긴다
- 멍 때린다
- 상쾌해한다
- 생각을 한다
- 속상하다
- 손가락을 심하게 많이 접는다
- 습관적으로 한다
- 아무 감정도 느끼지 못한다
- 아무 생각 없이 한다
- 우울해야 한다
- 이상한 것을 먹는다
- 짜증나는 생각을 한다
- 폭발한다
- 나를 벌하기 위해서한다
- 화를 풀려고 한다
- 힘들다

2) 자해를 하는 이유에 대해 정확하게 자신의 경험을 표현하는 진술이 있다면?

- SNS에서 여과 없는 유행 사진, 자해를 하면 기분이 좋아진다는 등의 글을 보고 팔등을 긁다 충동이 더 심해져 손목을 그었다. 그러면 안정이 되고, 뭐라도 한 기분이 들고, 자신에 대한 모멸감이 줄어드는 듯한 안정감이 있어 중독되었다. 보여주기식 자해를 한 적은 없다. 대부분 겨울이나 짧은 옷을 입지 않을 때만 손목을 그었다.

- 나도 모르게 긴장하거나 떨리면 한다. 예) 면접 보기 전, 피구 할 때 , 시험 칠 때
- 분노에 차 있어서, 화가 너무 나서
- 나 자신에게 화가 나서 내가 짜증나서 힘들어서 화를 가라앉히고 스트레스를 그나마 푼다.
- 다리를 꼬집는다.
- 습관적으로 아무 생각 없이 한다.
- 심심해서 한다.
- 아무도 내 얘기를 들어주지 않고 내 잘못으로 몰아갈 때 극도로 억울하고 심적으로 고통스러운데 이것을 진정시키기 위해서 한다.
- 아무 생각 없이 자해행동을 하다가 정신을 차리면 나도 모르게 자해행동을 하고 있다.
- 어릴 때 집에 혼자 있는 때 하던 것들이 버릇이 되었다
- 왜 사는 것인가? 회의감이 들 때, 타인에게 무작정 비난을 받았을 때 자해를 한다.
- 자살은 싫지만 아프고는 싶어서 자해를 한다.
- 정신 차리려고 한다.
- 친구들과의 관계가 나빠지고 외로워질 때 자해를 한다.
- 화나는 일이 있어서, 충동적으로 한다.

3) 추가해야하는 항목이 있다면?

- 불편하고 가려워서
- 거슬려서
- 내가 이런 감정(공허함, 우울감, 스트레스 등)을 느끼고 있음을 확인하기 위해 자살을 하고 싶지만 두려워서 남에게 표출하지 못한 감정을 자신에게라도 하기 위해 마땅히 스트레스를 해소할만한 방법이 없어서
- 문제를 풀 때 그 문제가 도저히 안 풀리고 계속 풀어도 도무지 답이 나오지 않을 때
- 사랑하는 사람이 사라져서
- 상대를 공격하고 싶은 충동을 참기 위하여
- 습관적으로 심심해서
- 억울해서
- 죽고 싶어서
- 짜증나서
- 친구가 강제로 시켜서
- 힘들고 지쳐서
- 자신이 싫은가요?
- 끔찍한 일을 기억해내지 않기 위해 자해를 시도하나요?
- 누구 때문에 자해하나요?

부록 2. 완벽주의 척도 설문지

※ 다음 문항들은 개인의 성격특징에 관한 문항입니다. 각 문항을 주의 깊게 읽으시고 평소 자신의 생각을 잘 나타내는 것에 ○ 해 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 아니 다	그렇 지 않다	보통 이다	그렇 다	매우 그렇 다
1. 나의 부모님은 나에게 대해 매우 높은 기준을 가지고 계신다.	1	2	3	4	5
2. 어렸을 때, 일을 완벽하게 해내지 못해서 야단맞은 적인 있다.	1	2	3	4	5
3. 나의 부모님은 내 실수를 결코 이해하려 하지 않으셨다.	1	2	3	4	5
4. 나의 부모님은 모든 면에서 내가 최고이길 바라셨다.	1	2	3	4	5
5. 우리 가족에게는 무슨 일이든 뛰어나게 잘 해내야지만 인정 받을 수 있다.	1	2	3	4	5
6. 나의 부모님은 내가 뛰어나길 기대하신다.	1	2	3	4	5
7. 나는 결코 부모님의 기대를 만족시켜 드릴 수 없을 것이다.	1	2	3	4	5
8. 나의 부모님은 내 장래에 대해 늘 나보다 높은 기대를 갖고 계셨다.	1	2	3	4	5
9. 나는 결코 부모의 기준을 만족시켜 드릴 수 없는 것 같다.	1	2	3	4	5

부록 3. 내면화된 수치심 척도 설문지

※ 다음 문항들은 스스로에 대한 느낌과 생각에 대한 경험을 알아보기 위한 질문들입니다. 문항을 잘 읽고 평소 자신의 모습을 잘 나타내는 것에 ○ 해 주시기 바랍니다.

문항	그런 경우가 없다	가끔 그렇다	보통이다	자주 그렇다	거의 항상 그렇다
1. 나는 스스로 꽤 괜찮다고 느낀 적이 한 번도 없다.	1	2	3	4	5
2. 나는 어쩐지 내쳐진 느낌이다.	1	2	3	4	5
3. 나는 사람들이 나를 무시한다고 느낀다.	1	2	3	4	5
4. 나는 스스로를 비웃고 자신을 알본다.	1	2	3	4	5
5. 다른 사람들이 나에게 대해 어떻게 볼까 불안하다.	1	2	3	4	5
6. 다른 사람과 비교할 때 나는 결코 이상(기대)에 부합하지 못한다고 느낀다.	1	2	3	4	5
7. 나는 내 자신이 매우 작고 보잘 것이 없이 느껴진다.	1	2	3	4	5
8. 나는 부적절함을 강하게 느끼고 자신에 대한 회의로 가득 차 있다.	1	2	3	4	5
9. 나는 기본적으로 잘못된 어떤 부분이 있는 것 같고 인간으로서 뭔가 결함이 있는 것 같다.	1	2	3	4	5
10. 내가 나 자신을 다른 사람과 비교할 때 나는 그들만큼 중요하지 않다.	1	2	3	4	5
11. 다른 사람 앞에서 내 결점이 드러나는 것이 나는 아주 무섭다.	1	2	3	4	5
12. 나는 완벽을 추구하지만 늘 부족함을 볼 뿐이다.	1	2	3	4	5
13. 다른 사람이 내 결점을 볼 수 있을 거라고 생각한다.	1	2	3	4	5
14. 나는 실수를 하면 몽둥이로 내 자신의 머리를 내리치고 싶다.	1	2	3	4	5
15. 실수를 하면 나는 움츠러드는 것 같다.	1	2	3	4	5
16. 나는 고통스러운 사건을 마음속에서 반복적으로 생각해서 결국 압도되고 만다.	1	2	3	4	5
17. 때로 내가 수천조각으로 부서질 것 같이 느껴진다.	1	2	3	4	5
18. 나는 내 신체와 감정에 대한 통제감을 잃어버린 것처럼 느껴진다.	1	2	3	4	5

19. 때로 나는 콩알처럼 아주 작게 느껴진다.	1	2	3	4	5
20. 때로 내가 노골적으로 드러난 것 같을 때 땅이 열려 나를 삼켜버렸으면 싶다.	1	2	3	4	5
21. 내 안에는 내가 채울 수 없는 고통스러운 괴리가 있다.	1	2	3	4	5
22. 나는 공허하고 채워지지 않음을 느낀다.	1	2	3	4	5
23. 나의 외로움은 텅 빈 공허함과 같다.	1	2	3	4	5
24. 나는 뭔가 있어야 할 것이 없는 것 같은 느낌이다.	1	2	3	4	5

부록 4. 한국판 경험회피 단축형 척도 설문지

※ 다음 문항들을 읽고 여러분이 동의하는 정도에 ○ 해 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 동의 하지 않음	동의 하지 않음	약간 동의 하지 않음	약간 동의 함	어느 정도 동의 함	전적 으로 동의 함
1. 행복한 삶의 비결은 어떠한 고통스러운 감정도 느끼지 않는 것이다.	1	2	3	4	5	6
2. 고통과 불편함이 있더라도 내가 원하는 일은 해나간다.	1	2	3	4	5	6
3. 나는 내기분이 나쁘다는 것을 알기까지 시간이 걸린다.	1	2	3	4	5	6
4. 나는 하기 싫은 일은 가능한 끝까지 미룬다.	1	2	3	4	5	6
5. 나는 기분이 나빠질 것 같은 일들은 하지 않는다.	1	2	3	4	5	6
6. 화가 나는 기억이 떠오르면 다른 일에 집중하려고 노력한다.	1	2	3	4	5	6
7. 나는 어떠한 슬픔이나 실망감도 느끼지 않은 채 살고 싶다.	1	2	3	4	5	6
8. 두려움이나 불안이 있더라도 내가 중요하다여기는 일은 해낸다.	1	2	3	4	5	6
9. 내가 무슨 감정을 느끼고 있는지 잘 모르겠다.	1	2	3	4	5	6
10. 나는 내일까지 미룰 수 있는 일을 오늘 하지 않는다.	1	2	3	4	5	6
11. 나는 불안해질 것 같은 상황이 생기면 그 상황을 피한다.	1	2	3	4	5	6
12. 나는 부정적인 생각이 들면 다른 생각을 하려고 애쓴다.	1	2	3	4	5	6
13. 행복이란 아무런 고통이나 실망도 느끼지 않는 것을 의미한다.	1	2	3	4	5	6
14. 나에게 중요한 일을 위해서라면 고통도 참아낼 의향이 있다.	1	2	3	4	5	6
15. 나는 내 감정과 단절된 느낌이 든다.	1	2	3	4	5	6

16. 나는 해야하는 일이라도 하기 싫으면 미루는 경향이 있다.	1	2	3	4	5	6
17. 나를 불편하게 만드는 상황이 생기면 될 수 있는 한 빨리 그 상황을 벗어나려 한다.	1	2	3	4	5	6
18. 나는 무언가 화나는 일이 생기면 그 생각을 하지 않는다.	1	2	3	4	5	6
19. 내가 전혀 불안함을 느끼지 않는다면 나의 삶은 정말 좋을 것 같다.	1	2	3	4	5	6
20. 내가 하고 있는 일이 중요한 일이라면 아무리 어렵더라도 그만두지 않는다	1	2	3	4	5	6
21. 사람들은 내가 내 문제를 인식하지 않는다고 말한다.	1	2	3	4	5	6
22. 나는 꼭 해야만 하는 일을 제쳐두고 다른 일들을 한다.	1	2	3	4	5	6
23. 나는 불편한 상황들을 피하려고 애쓴다.	1	2	3	4	5	6
24. 부정적인 생각이 떠오르면 나는 즉시 다른 것을 생각한다.	1	2	3	4	5	6

<끝까지 응답해주셔서 감사합니다.>

ABSTRACT

Relationship among Parental expectations, criticism
and Nonsuicidal Self-Injury
: Moderating effect of Internalized shame
and Mediating effect of Experiential avoidance

Major on Counselor Education
The Graduate School of Education
University of Ulsan
Kim Eun Sil

This study investigated Non-Suicidal Self Injury (NSSI) of teenagers. Previous literatures suggested that parental excessive expectations and criticism can a distal vulnerability factor of NNSI. The experiential avoidance and internalized shame, on the other hand, are considered as the proximate factors of NSSI of teenagers. Based on literature review, this study hypothesized that (a) experiential avoidance would mediate the relationship between parental excessive expectations/criticism and NNSI, and (b) internalized shame would moderate he relationship between parental excessive expectations/criticism. A total of 484 data were collected from Ulsan in Korea. Participants were recruited by a convenience sampling. The data were analyzed using SPSS 21.0 and Hayes(2018)'s The PROCESS macro 3.3.

The major findings of this study are as follows:

First, the descriptive statistics showed that the frequency of NSSI did not differ from gender, but that impulsive NSSI(cutting the wrist with knife, burning themselves, or poking themselves with sharp stuff) were more frequently conducted by females than males. On the other hand, compulsive

NSSI(plucking hairs constantly, nibbling on nails, or biting their skin) were more frequently conducted by males than females. Besides, regarding age, the frequency of NSSI was highest at the age of 13–14. It lowered at the age of 15–16 and showed the increases at the age of 17, indicating that transition from the middle to high school would be a risk factor of NSSI.

Second, NSSI group showed higher level of parental expectations/criticism and internalized shame than group. In addition, logistic regression results indicated that parental expectations/criticism and internalized were risk factor of NSSI. The effect of experiential avoidance, however, found to be insignificant.

Lastly, mediation analysis results showed that experiential avoidance partially mediated the relationship between parental expectations/criticism and internal function(individual-oriented function) as well as between parental expectations/criticism and social function(society) of NSSI, indicating that hypothesis (a) was supported. Moreover, moderation analysis results showed the moderating effect of internalized shame was confirmed on only social function, not internal function, indicating that hypothesis (b) was partially supported. Putting together these findings, the mediated moderating model (Process Model 5) was examined. It showed that the moderating effect of internalized shame was significant, but the mediating effect of experiential avoidance was no more significant. It means that internalized shame can be more critical factor of NSSI. Individuals who have lower level of internalized shame, even though they get a lot of expectations and criticism from their parents, would conduct less NSSI.

This study attempted to verify the effect of parental expectations/criticism on NSSI of teenagers and confirmed the importance of parental attitude. It is expected that the findings of this study would contribute to provide better understanding of NSSI of teenagers. Moreover, it would give useful information for intervention of NSSI of teenagers.

Key word : *Parents' expectation and criticism, Internalized shame, Experiential avoidance, Nonsuicidal self-injure*