

자기초점 주의와 우울의 관계에서 반추적 반응양식에 의해 조절되는 자기비판의 매개효과: 남녀차이를 중심으로 The Mediating Effects of Self Blame Moderated by Ruminative Response Style on the Relationship between Self-focused Attention and Depression: Focused on Gender Differences

저자 (Authors)	함성민, 현명호 Sung-Min Ham, Myoung-Ho Hyun
출처 (Source)	스트레스 23(4) , 2015.12, 225-235(11 pages) THE KOREAN JOURNAL OF STRESS RESEARCH 23(4) , 2015.12, 225-235(11 pages)
발행처 (Publisher)	대한스트레스학회 The Korean Society of Stress Medicine
URL	http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeld=NODE06585343
APA Style	함성민, 현명호 (2015). 자기초점 주의와 우울의 관계에서 반추적 반응양식에 의해 조절되는 자기비판의 매개효과: 남녀차이를 중심으로. 스트레스 , 23(4), 225-235
이용정보 (Accessed)	중앙대학교 165.***.103.13 2019/07/08 13:42 (KST)

저작권 안내

DBpia에서 제공되는 모든 저작물의 저작권은 원저작자에게 있으며, 누리미디어는 각 저작물의 내용을 보증하거나 책임을 지지 않습니다. 그리고 DBpia에서 제공되는 저작물은 DBpia와 구독계약을 체결한 기관소속 이용자 혹은 해당 저작물의 개별 구매자가 비영리적으로만 이용할 수 있습니다. 그러므로 이에 위반하여 DBpia에서 제공되는 저작물을 복제, 전송 등의 방법으로 무단 이용하는 경우 관련 법령에 따라 민, 형사상의 책임을 질 수 있습니다.

Copyright Information

Copyright of all literary works provided by DBpia belongs to the copyright holder(s) and Nurimedia does not guarantee contents of the literary work or assume responsibility for the same. In addition, the literary works provided by DBpia may only be used by the users affiliated to the institutions which executed a subscription agreement with DBpia or the individual purchasers of the literary work(s) for non-commercial purposes. Therefore, any person who illegally uses the literary works provided by DBpia by means of reproduction or transmission shall assume civil and criminal responsibility according to applicable laws and regulations.

자기초점 주의와 우울의 관계에서 반추적 반응양식에 의해 조절되는 자기비판의 매개효과: 남녀차이를 중심으로

중앙대학교 심리학과

함 성 민 · 현 명 호

The Mediating Effects of Self Blame Moderated by Ruminative Response Style on the Relationship between Self-focused Attention and Depression: Focused on Gender Differences

Sung-Min Ham, Myoung-Ho Hyun

Department of Psychology, Chung Ang University, Seoul, Korea

This study examines (a) the extent to which self-blame mediates the effect of self-focused attention on depression and (b) the manner in which ruminative response style moderates the relationship between self-blame and depression. Three hundred and fifteen respondents aged between 19 and 43 (male=115, female=200) completed a survey measuring levels of depression, ruminative response style, self-blame, and self-focused attention. Results indicated a significant gender difference at levels of self-blame and depression. Subsequent analyses were conducted separately per each sub-sample accordingly. For male, self-blame had a full mediation effect for the relationship between self-focused attention and depression, while its effect remained relatively limited for female. Among male, ruminative response style moderated the impact of self-blame on depression. Its moderational effect, however, remained unapparent among female. Current results suggest potential gender differences in many important aspects of depression such as its duration and intensity, with making unique contribution to the depression literature. (Korean J Str Res 2015;23:225~235)

Key Words: Self-focused attention, Self-blame, Ruminative response style, Depression, Gender differences

서 론

‘현대사회는 우울사회’라는 말이 나올 정도로 오늘날 우울증의 발병률은 유례없이 높다(Han BC, 2012). 보건복지부 산하 Center for Disease control and Prevention(2013)의 2012 국민건강통계에 의하면 만 19세 이상의 성인 중 최근 1년 동안 2주 이상 연속으로 일상생활에 지장이 있을 정도로 슬프거나 절망감 등을 느낀 사람은 여자가 15.9%, 남자가 8.9%로 나타났으며, 이러한 수치는 조사가 실시된 이래로

책임저자: 현명호, 서울 동작구 흑석로 84

☎ 06974, 중앙대학교 심리학과

Tel: 02 820 5125, E mail: hyunmh@cau.ac.kr

Received November 30, 2015, Revised December 15, 2015

Accepted December 24, 2015

이 논문은 2013년도 중앙대학교 연구년 결과물로 제출됨.

이 논문은 2015년 대한스트레스학회 추계학술대회에서 발표되어 우수논문상을 수상하였음.

© This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

8년간 지속적으로 보고되었다. 또한 자살시도를 하여 응급실을 내원한 환자의 41.7%가 우울증을 보고하였다(Kim WH *et al.*, 2010). 이처럼 우울은 한국 사회에 만연해 있으며, 정신건강을 넘어 생명까지도 위협하고 있다. 그러나 많은 수의 한국인은 우울증을 전문적 도움 없이 개인의 의지로 극복할 수 있는 가벼운 병으로 여기고 있고(Cho HJ *et al.*, 2008), 의료 전달체계도 만성 우울증을 치료하는 것에 초점이 맞추어져 있어서 우울증의 예방 측면에서는 충분한 역할을 수행하지 못하고 있다. 따라서 우울증에 대증적으로 대처하기 보다는 우울증 발생과 발전과정에 대한 전문적인 매뉴얼을 보급하여 우울증에 대한 인식을 바로잡고 누구나 쉽게 매뉴얼에 따라 자신의 우울증상을 분석하여 시기 적절한 우울증 예방행동을 취할 수 있도록 해야 한다. 이를 위해 우울의 일반적인 발생기제뿐 아니라 발전과정에서 나타나는 다양한 변이를 설명하는 구체적이면서도 포괄적인 우울 모델 연구가 더욱 활발하게 이루어져야 한다.

그동안 우울증은 주로 인지적 측면에서 발생 기제가 논의되었고, 이에 기반하여 많은 이론이 ‘자기에 대한 인지’의 측면에서 우울을 설명했다. Beck(1976)은 우울증 환자가 자기 자신과 주변환경, 그리고 미래를 부정적으로 편향되게 해석하는 인지삼제를 가지고 있으며, 어떤 사건이 발생했을 때 왜곡된 신념에 따라 자동적으로 부정적 사고를 하게 되어 우울한 기분에 빠진다고 설명했다. Higgins(1987)의 자기불일치 이론(self-discrepancy theory)에 따르면 자기개념을 구성하는 세 가지 요소 중 이상적 자기와 실제 자기가 불일치할 때 우울한 정서가 유발된다. 이러한 이론에서 우울이 발생하는 과정에는 공통적으로 자기에 대한 주의가 전제되어 있다. 일단 자기에게 초점을 맞추어야 자기와 관련된 역기능적인 인지처리가 발생할 수 있으며, 자기 요소 간 불일치를 감지할 수 있는 것이다. 즉, 자기초점 주의는 우울 발생의 시초로서 자기에 대해 주의할수록 우울의 발생가능성이 높아지며, 자기초점적 주의편향을 가진 사람은 우울에 보다 취약할 것이다.

과도한 자기초점 주의가 우울증을 유발한다는 점은 다양한 방법론적 접근을 통해 지지되고 있다(Ingram, 1990). Smith *et al.*(1981)은 자의식 척도(Self-consciousness Scale; Fenigstein *et al.*, 1975)의 하위척도 중 자기초점적 기질을 측정하는 개인적 자의식 척도 점수와 단축형 MMPI(Dempsey, 1964)의 우울 척도 점수 간에 유의한 상관이 있음을 확인하였다. Ingram *et al.*(1984)은 자기초점 문장완성검사를 통해 우울집단이 비우울집단에 비해 자기초점 반응을 더 많이 보임을

확인했다. Larsen *et al.*(1988)은 두 달간의 추적연구를 통해 자기초점 주의와 우울의 상관이 실험실 상황 밖의 실제 상황에서도 나타남을 검증했다. Ingram(1990)의 개괄연구 이후 스트룹 과제를 통해 우울증 환자의 주의편향을 실험한 연구(Segal *et al.*, 1988; Segal *et al.*, 1995)는 자기 기술적 단어에 대한 우울증 환자의 반응시간이 느림을 확인하여 우울과 자기초점의 관계에 관한 선행연구결과를 지지하였다. 따라서 자기초점적 주의편향은 우울의 유발에 기여하는 변인임을 가정할 수 있다.

자기에 대한 주의편향은 우울의 계기가 되지만, 우울을 유발하는 핵심 요인은 아니다. Lim S *et al.*(2005)의 스트룹 과제를 이용한 주의편향 연구에서 스트룹 효과는 정보에 대한 정교한 처리가 가능한 역치상 자극에서, 그리고 부정적인 단어에 한해서만 유효했다. Jeagal EJ *et al.*(2012)의 스트룹 연구에서도 역치상 조건에서 부정적 정보에 대한 처리 시간이 길수록 더 큰 인지편향을 보였다. 이 두 연구는 우울을 일으키는 인지적 과정에서 자동적 주의 보다는 초점 대상에 대한 의식적 정보처리 수준과 방향이 중요함을 시사한다. 즉, 초점주의를 통해 지각된 자기정보에 대한 인지적 평가가 우울에 중요하다.

자기를 과도하게 긍정적으로 평가하거나 정확하게 지각하는 사람은 우울을 적게 느낀다(Vaillant, 1977; Jourard *et al.*, 1980; Lewinsohn *et al.*, 1980; Alicke, 1985; Brown, 1986). 반면 우울한 사람은 자기에 대해 부정적인 인지편향을 가지고(Beck, 1976), 자기비판적인 사람은 자기의 전반적 특성을 부정적으로 평가함으로써 스트레스를 많이 받아 우울증에 취약한 것으로 알려져 있다(Blatt, 1974). 이러한 연구 결과를 종합하면 자기를 어떻게 평가하는가에 따라 자기초점 주의와 우울의 관계는 달라질 수 있으며, 특히 자기특성에 주목하여 비판적인 평가를 할 때 우울이 발생할 것이다. 즉 자기비판은 자기초점 주의와 우울의 관계를 매개할 것이다.

자기비판(self-blame)은 자신에 대해 가혹하게 평가하는 역기능적 성격 특성으로 죄책감이나 열등감, 분노, 우울 등의 부정적인 정서를 동반한다. 자기비판 경향이 심한 사람은 자기에 대해 비판적으로 판단하여 무가치감, 실패감, 무망감 등의 병리적 수준의 부정정서를 느끼는 반면 긍정적인 정서는 잘 느끼지 못하여 우울증에 취약하다(Whelton *et al.*, 2005). 그러나 자기비판은 이성적 고찰을 통해 개선 가능한 잘못된 행동을 보다 발전적인 방향으로 교정하게 하는 적응적인 기능도 할 수 있다. 예컨대 자기비판은 그 기능에

따라 자기학대(self-persecution)와 자기교정(self-correction)으로 구분할 수 있는데(Irons *et al.*, 2004), 학대적 자기비판은 자신을 파괴하지만 교정적 자기비판은 자기를 효율적으로 움직이도록 한다.

이러한 차이가 발생하는 이유는 무엇인가? Nolen-Hoeksema(1991)의 반응양식이론에 의하면 인간은 자신의 정서에 반응하는 특정한 인지 양식을 가지고 있는데, 개인이 정서를 처리하는 방식에 따라 이후 정서가 영향을 받는다. 반응양식이론은 우울의 유지와 발전을 설명하기 위해 고안된 것으로, 일시적으로 생긴 우울정서에 대해 역기능적인 반응양식으로 일관할 경우 우울은 지속되고 발전된다. 따라서 자기비판 이후에 발생하는 부정적 정서에 대해 반응양식이 어떻게 기능하는가에 따라 자기비판이 우울에 미치는 영향이 달라질 수 있다. 즉, 자기비판과 우울 사이의 관계는 반응양식의 기능적 수준에 따라 조절될 가능성이 있다.

Nolen-Hoeksema(1991)는 주의의 초점에 따라 반응양식을 두 가지로 구분하고 있다. 그것은 우울한 상태에서 외부의 긍정적이거나 중립적인 대상으로 주의를 돌리는 주의 전환적 반응양식과 자신의 우울한 기분과 사고에 초점을 맞추는 내부초점적 반응양식이다. 여기서 내부초점적 반응양식은 지각된 부정적 정서에 계속 초점을 맞춰 생각하고 행동하게 하여 우울을 유지하고 발전시키는 양식으로 알려져 있다. 그러나 이후 여러 연구에서 내부초점적 반응양식에 자신의 우울을 직면하게 하고(Hunt, 1998), 문제해결을 위한 인지적 노력을 유도하여 우울을 경감시키는 긍정적인 측면이 있다(Watkins *et al.*, 2002)는 주장이 제기되었다. 특히 Treynor *et al.*(2003)은 Nolen-Hoeksema *et al.*(1991)이 개발한 내부초점적 반응양식 척도(Ruminative Response Scale: RRS)를 요인분석하여 RRS가 반추(brooding)와 반성(reflection)이라는 두 개의 독립적인 요인으로 이루어져 있음을 발견하였다. 이때 반추는 자신의 우울한 정서에 초점을 맞추는 부적응적인 인지과정으로 기존의 내부초점적 반응양식에 해당하고, 반성은 문제해결을 위해 우울의 원인과 사고과정을 분석하여 우울을 경감시키는 적응적인 인지과정을 의미한다.

내부초점적 반응은 문제해결을 위한 탐색을 목적으로 시작된다(Martin *et al.*, 1989). 따라서 반추와 반성은 별개의 반응양식이 아니라 방식은 같지만 그 기능이 다르게 분화된 것이라고 볼 수 있다. 반성과 마찬가지로 반추도 초기에는 문제해결이라는 목적달성을 위해 대안을 탐색하는

도구로 작용한다. 그러나 사고를 거듭하는 과정에서 목적을 잃거나 처리되지 못한 부정적 정보에 압도되면 초기의 통제적 기능에 방해를 받게 된다. 이는 반추가 사고과정의 초기에는 문제해결적 성격을 띠지만 문제해결이나 정보처리, 정서처리에 실패하여 점차 역기능적으로 변한다는 연구결과와도 일치한다(Segerstrom *et al.*, 2000). 선행연구에서 반추적 반응양식과 우울이 정적 관계가 나타나거나(Kim JY, 2000; Kim MJ, 2011) 유의한 관계가 발견되지 않는(Burwell *et al.*, 2007; Hong SI *et al.*, 2009) 등 일관성 있는 결과가 나타나지 않는 것 또한 반추와 반성이 질적으로 구별되지 않음을 지지한다.

반응양식 중에서도 반추는 우울의 인지적 과정을 연구하는 데 있어 매우 중요한 변인이다. 이는 반추적 반응양식이 우울의 발생과 유지, 발전을 설명하는 데 중요한 변인으로 많은 선행연구에서 밝혀졌을 뿐 아니라, 반추의 기능이 분화하는 과정을 통해 반추가 우울의 남녀 성차에 기여할 가능성을 탐색할 수 있기 때문이다. 여성이 남성보다 우울의 발생률이 높고 유지기간도 긴 것에 대해 Nolen-Hoeksema(1991)는 여성은 부정적 정서에 대해 더 많이 반추하지만, 남성은 부정적 기분을 해결하는 전략으로 주의 전환적 반응양식을 쓰기 때문이라고 했다. 그러나 반추가 도구적 목적에서 시작된다는 점(Martin *et al.*, 1989 & 1996; Segerstrom *et al.*, 2000)을 고려했을 때, 우울의 성차는 남녀가 사용하는 반응양식이 서로 다르기 보다는 같은 반응양식인 반추를 쓰더라도 성향에 따라 기능이 다르게 분화될 수 있기 때문으로 보인다. 반추는 초기에 문제해결을 지향하지만 부정적 정보나 정서에 취약하므로 반추하는 사람의 문제지향적이거나 감정적인 성향은 반추의 기능이 분화하는 데 영향을 미칠 것이다. 남성과 여성의 성격차이에 대한 오랜 논의에 의하면, 남성은 보다 문제해결적이고 여성은 보다 감정적 성향이 우세하다(Maccoby *et al.*, 1974; Kaplan *et al.*, 1980). 따라서 성별에 따라 반추의 기능, 즉 자기비판과 우울 사이에서 반추의 조절효과에는 차이가 있을 것으로 예상하였다.

재료 및 방법

1. 연구절차

우울(20문항), 반추적 반응양식(10문항), 자기비판(10문항), 자기초점 주의(30문항), 인구통계학적 질문(4문항) 순으로 구성된 총 74문항의 질문지를 실시하였으며, 조사에

소요된 시간은 15분 내외였다.

2. 연구 대상

2015년 8월 중순부터 9월 초까지 온라인과 오프라인을 통해 설문조사를 실시하였으며, 총 315명의 자료를 분석하였다. 응답자의 성별은 남자 115명(36.5%), 여자 200명(63.5%)이었다. 연령은 나이를 보고하지 않은 2명을 제외하고 평균 약 22.92세(SD=3.68)였으며, 연령범위는 만 19세에서 43세로 구성되었다. 학력은 고졸 이하 15명(4.8), 고졸 7명(2.2%), 대학 재학 208명(66%), 대졸 63명(20%), 대학원 이상이 22명(7%)이었으며, 직업은 무응답 4명을 제외한 311명 중 학생이 245명(77.8%), 사무 종사자 17명(5.4%), 전문가 및 관련 종사자 15명(4.8%), 무직 13명(4.1%), 서비스 종사자 10명(3.2%) 등으로 집계되었다.

3. 측정도구

1) 자기초점 주의 성향 척도(Scale for Dispositional Self-focused Attention in Social situation; SDSAS): 개인 내부로 향하는 일반적인 주의편향을 측정하기 위해 Lee JY *et al.*(2005)이 개발한 것으로, 일반적인 자기초점 주의 성향을 측정하는 9문항과 자기몰입을 측정하는 21문항의 총 30문항으로 구성된 리커트식 5점 척도이다. 본 연구에서 일반적 자기초점 주의 척도와 자기몰입 척도의 신뢰도 계수는 각각 .869, .944였으며 전체는 .943 이었다.

2) 자기-비판적 인지 척도(Self-Critical Cognition Scale: SCCS): 자기에 대한 부정적인 사고 편향을 측정하기 위해 Ishiyama *et al.*(1993)이 개발한 것으로, 부정적 자기진술을 측정하는 13개 문항으로 구성된 리커트식 5점 척도이다. 본 연구는 Lee HM(2009)가 번안하여 요인분석한 결과 타당도가 높았던 10개의 문항을 이용했으며, 본 연구의 신뢰도 계수는 .894였다.

3) 반응양식 질문지(Response Mode Questionnaire: RMQ): 부정적 사고와 정서에 대한 개인의 반응 경향성을 측정하기 위해 Nolen-Hoeksema(1991)의 반응양식 질문지(Response Style Questionnaire: RSQ)와 Trapnell *et al.*(1999)의 반추-반성 질문지(Rumination-Reflection Questionnaire: RRQ)를 수정하여 Shin WS(2006)이 개발한 것으로, 반추, 반성, 체험적 내면자각적 반응양식을 알아보는 총 40개의 문항으로 이루어져 있다. 본 연구에서는 반추적 반응양식에 해당하는 10문항을 사용했으며 신뢰도 계수는 .931이었다.

4) 한국판 역학연구센터 우울 척도: 미국 국립정신보건원

(National Institute of Mental Health)에서 개발한 우울성향 척도(The Center for Epidemiological Studies-Depression Scale: CES-D)를 Cho MJ *et al.*(1993)이 번안하여 타당화한 것으로, 최근 일주일 간 경험한 우울증상 빈도를 측정하는 20문항으로 구성된 리커트식 4점 척도이다. 본 연구에서의 신뢰도 계수는 .909였다.

4. 분석방법

SPSS 18.0 프로그램을 이용하여 다음과 같은 분석을 실시했다. 먼저 연구변인에 대한 성차가 존재하는 지 알아보기 위해 기술통계와 독립표본 t검증을 실시했다. 그 결과 자기비판과 우울에서 남녀간 차이가 발견되어 이후 분석은 남녀를 구분하여 이루어졌다. 다음으로 성별에 따라 변인간 상관을 분석하고, 종속변인에 영향을 미치는 연구변인 사이의 공선성을 진단하였다.

중재된 매개효과 분석을 위해서는 먼저 매개효과를 검증한 뒤 순차적으로 조절효과를 검증했다(Muller *et al.*, 2005; Kin MJ, 2013). 첫째, 자기비판의 매개효과를 검증하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. Baron *et al.*(1986)의 매개조건이 충족되는 지 확인한 뒤, 매개효과의 유의성을 검증하기 위해 비모수적인 재표집 방법(bias-corrected bootstrap)을 사용했다. 둘째, 반추적 반응양식의 조절효과를 검증하기 위해 위계적 회귀분석을 실시했다. 이때, 상호작용변인의 생성과정에서 발생할 수 있는 변인간 다중공선성을 방지하기 위해 평균 중심화(mean-centering)한 값을 이용했다. 조절효과의 방향은 단순주효과분석(simple main effect)을 통해 확인하였다.

결 과

1. 변인에 대한 남녀 차이

연구변인에서 성차의 존재를 확인하기 위해 기술통계와

Table 1. Gender differences in variable.

	Male (N 115)	Female (N 200)	t
	M(SD)	M(SD)	
Self focus	2.520 (.710)	2.507 (.691)	.160
Self blame	2.590 (.806)	2.807 (.822)	-2.261*
Rumination	2.391 (1.073)	2.556 (1.044)	-1.335
Depression	1.804 (.495)	1.932 (.515)	-2.161*

*p<.05.

독립표본 t검증을 실시한 결과가 Table 1이다. 분석결과 자기비판과 우울에서 남녀간 유의한 차이가 있었다. 즉, 자기비판에서 남성(M=2.590)보다 여성(M=2.807)의 점수가 높았으며($t = -2.261, p < .05$), 우울도 여성(M=1.932)이 남성(M=1.804)보다 높았다($t = -2.161, p < .05$). 그러나 성별을 제외한 다른 인구통계학적 특성에서는 유의한 차이가 발견되지 않았다.

2. 변인간 상관관계

본 연구에서 측정된 변인간 상관관계와 독립변인간 다중공선성 정도를 Table 2에 제시하였다. 상관분석 결과 모든 변인 간에는 유의한 정적 상관이 있었다. 특히 남성의 경우 자기초점 주의와 자기비판($r = .586$), 자기비판과 반추($r = .695$), 반추와 우울($r = .619$) 사이에 강한 정적 상관이 나

타났다. 여성의 경우에도 자기비판과 반추($r = .664$), 반추와 우울($r = .648$) 사이에 강한 상관이 있는 반면, 자기초점 주의와 우울 간의 상관($r = .388$)은 상대적으로 약한 편이었다.

우울을 종속변인으로 하는 독립변인간 다중공선성을 진단한 결과, 성별에 상관없이 모든 변인이 공차한계(tolerance)가 0.1이상, 분산팽창계수(variance inflation factor: VIF)값은 10이하이므로 다중공선성은 존재하지 않는 것으로 보인다.

3. 자기비판의 매개효과

자기초점 주의와 우울 사이의 관계에서 자기비판의 매개효과를 성별을 구분하여 위계적 회귀분석한 결과를 남성은 Table 3, 여성은 Table 4로 제시했다. 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 5,000번의 비모수적인 재표집 방법(bias-corrected bootstrap)을 사용했다.

Table 2. Correlation of each variable and multicollinearity analysis.

	1	2	3	4	Variance influence factor (VIF)	
					Male	Female
1. Self focus		.467***	.468***	.388***	.616 (1.623)	.737 (1.358)
2. Self blame	.586***		.664***	.536***	.458 (2.182)	.528 (1.895)
3. Rumination	.552***	.695***		.648***	.486 (2.058)	.527 (1.897)
4. Depression	.425***	.539***	.619***			

Data in the upper right segment represent those for female, whereas those in the bottom left segment are for male.
*** $p < .001$.

Table 3. The mediation effect of self blame on relationship between self focused attention and depression: for male.

Step		B	β	t	R^2 (adj R^2)	F
1	Self focused attention → Depression	.297	.425	4.991***	.181 (.173)	24.913***
2	Self focused attention → Self blame	.666	.586	7.692***	.344 (.338)	59.171***
3	Self blame → Depression	.331	.539	6.808***	.291 (.285)	46.344***
4	Self focused attention → Depression	.116	.166	1.711	.309 (.297)	25.030***
	Self blame → Depression	.272	.442	4.559***		

*** $p < .001$.

Table 4. The mediation effect of self blame on relationship between self focused attention and depression: for female.

Step		B	β	t	R^2 (adj R^2)	F
1	Self focused attention → Depression	.289	.388	5.916***	.150 (.146)	34.999***
2	Self focused attention → Self blame	.556	.467	7.431***	.218 (.214)	55.213***
3	Self blame → Depression	.336	.536	8.945***	.288 (.284)	80.007***
4	Self focused attention → Depression	.116	.175	2.623**	.312 (.305)	44.630***
	Self blame → Depression	.285	.455	6.802***		

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

Table 5. The moderation effect of ruminative response style on relationship between self blame and depression: for male.

	Depression					
	Model 1		Model 2		Model 3	
	β	<i>t</i>	β	<i>t</i>	β	<i>t</i>
Self blame	.539	6.808***	.211	2.082*	.211	2.129*
Rumination			.473	4.678***	.568	5.286***
Self blame*Rumination					-.190	-2.305*
R^2	.291		.407		.434	
ΔR^2	.291***		.116***		.027*	
<i>F</i>	46.344***		38.393***		28.353***	

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

남성의 경우, 1단계에서 자기초점 주의가 우울에 미치는 영향이 유의하였고($\beta = .425, p < .001$), 2단계에서 자기초점 주의가 자기비판에 미치는 영향이 유의했으며($\beta = .586, p < .001$), 3단계에서 자기비판이 우울에 미치는 영향이 유의했다($\beta = .539, p < .001$). 마지막으로 4단계에서 자기초점 주의와 자기비판을 회귀방정식에 동시에 투입했을 때 자기초점 주의가 우울에 미치는 영향력이 유의하지 않았다. 따라서 남성의 자기비판은 자기초점 주의와 우울 간의 관계를 완전 매개하였다. 부트스트래핑 결과도 자기초점 주의가 잠정적 매개변인인 자기비판을 통해 우울에 미치는 간접효과와 95% 신뢰구간은 .0845에서 .2921로 추정되어 0을 포함하지 않았으므로 매개효과는 통계적으로 유의했다.

여성의 경우, 1단계에서 자기초점 주의가 우울에 미치는 영향이 유의하였고($\beta = .388, p < .001$), 2단계에서 자기초점 주의가 자기비판에 미치는 영향이 유의했으며($\beta = .467, p < .001$), 3단계에서 자기비판이 우울에 미치는 영향도 유의했다($\beta = .536, p < .001$). 마지막으로 4단계에서 자기초점 주의와 자기비판을 회귀방정식에 동시에 투입했을 때 자기초점 주의가 우울에 미치는 영향력($\beta = .175, p < .001$)이 유의했으나, 1단계에서 자기초점 주의만 예언변인으로 투입했을 때의 영향력($\beta = .388, p < .001$)에 비해 감소했다. 부트스트래핑 결과, 자기초점 주의가 잠정적 매개변인인 자기비판을 통해 우울에 미치는 간접효과와 95% 신뢰구간은 .1028에서 .2292로 추정되어 0을 포함하지 않았으므로, 자기비판은 여성에 있어서 자기초점 주의와 우울간의 관계를 부분 매개하는 것으로 나타났다.

4. 반추적 반응양식의 조절효과

반추적 반응양식이 자기비판과 우울의 관계를 조절하며, 조절효과에는 성차가 있는지 알아보기 위해 남녀 집단을

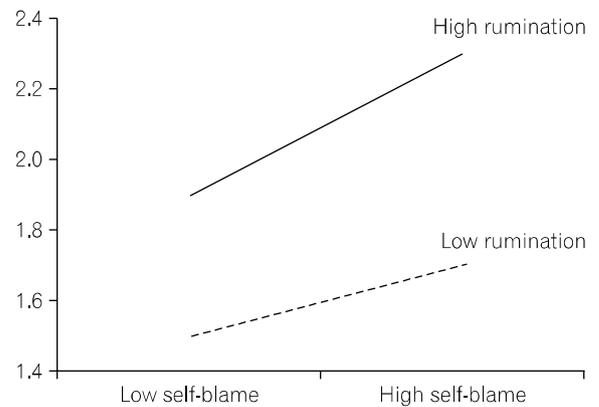


Fig. 1. Interaction of self blame and rumination in depression for male.

구분하여 위계적 회귀분석을 실시했다. 첫 번째 단계에는 자기비판을 투입하고, 두 번째 단계에는 반추적 반응양식을 투입하고, 세 번째 단계에는 자기비판과 반추적 반응양식의 상호작용 변인을 투입하여 R^2 변화량을 분석했다.

남성의 자기비판과 우울의 관계에서 반추적 반응양식의 조절효과를 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시한 결과는 Table 5와 같다. 분석결과, 자기비판만을 투입한 Model 1에서는 설명력이 29.1%로 유의하였다. 이어서 반추적 반응양식을 투입한 Model 2에서의 설명력은 40.7%로 Model 1에 비해 11.6% 증가했다. 마지막으로 자기비판과 반추적 반응양식의 상호작용항을 투입한 Model 3에서는 설명력이 2.7%로 증가하였고 그 수준은 유의했다. 따라서 남성의 반추적 반응양식은 자기비판과 우울의 관계에서 조절효과를 가진다.

남성에게서 자기비판이 우울에 미치는 영향이 반추의 수준에 따라 다른지 알아보기 위해, 중위수를 기준으로 자기비판과 반추의 상하 집단을 구분하고 각 집단의 우울 평

Table 6. The moderation effect of ruminative response style on relationship between self blame and depression: for female.

	Depression					
	Model 1		Model 2		Model 3	
	β	<i>t</i>	β	<i>t</i>	β	<i>t</i>
Self blame	.536	8.945***	.190	2.664**	.196	2.761**
Rumination			.522	7.315***	.490	6.683***
Self blame*Rumination					.095	1.718
R^2	.288		.440		.448	
ΔR^2	.288***		.152***		.008	
<i>F</i>	80.007***		77.372***		53.076***	

p < 0.01, *p < .001.

균값을 산출하여 Fig 1과 같이 상호작용 그래프를 작성하였다. 자기비판과 반추의 상호작용을 분석한 결과, 반추경향이 낮은 집단에 비해 반추경향이 높은 집단에서 자기비판이 우울에 미치는 영향이 더 컸다. 자기비판 수준에 따른 우울의 차이는 반추 경향이 높은 집단($t = -2.051, p < .05$)과 낮은 집단($t = -1.960, p < .05$)에서 모두 유의하였다.

여성의 자기비판과 우울의 관계에서 반추적 반응양식의 조절효과가 유의한지 알아보기 위해 Table 6과 같이 위계적 회귀분석을 실시하였다. 분석결과, Model 1에서 자기비판만을 투입했을 때, 설명력이 28.4%로 유의했다. Model 2에서 반추적 반응양식을 투입하자 설명력이 43.4%로 Model 1에 비해 15.2% 증가했다. 그러나 Model 3에서 자기비판과 반추적 반응양식의 상호작용항을 투입했을 때 설명력의 증가분은 0.8%로 유의하지 않았다. 따라서 자기비판과 우울의 관계에서 반추적 반응양식은 남성과 달리 여성에게서는 조절효과가 나타나지 않았다.

고찰

본 연구에서는 자기초점 주의, 자기비판, 반추적 반응양식과 같은 내부초점적 인지기제를 통해 우울에 이르는 인지과정을 검토하고자 하였다. 선행연구를 살펴보면 각 인지기제와 우울의 관계를 검증한 연구는 많지만, 세 인지기제의 관계를 통해 우울의 경로를 검증한 연구는 많지 않으며, 특히 우울모델에서 우울의 성차를 고려한 연구는 부족하다. 본 연구는 자기초점 주의가 반추적 반응양식에 중재되는 자기비판에 매개되어 우울로 이어지는 과정을 성별에 따라 분석하여, 우울을 일으키는 역기능적 인지과정을 종합적으로 검토하고자 했다.

연구결과는 다음과 같다. 첫째, 자기비판이 자기초점 주

의와 우울의 관계를 매개하였다. 연구변인에 대한 차이검증에서 자기비판과 우울에 성차가 발견되었으므로 남녀를 나누어 매개검증을 한 결과, 남성의 자기비판은 자기초점 주의와 우울을 완전 매개했으며 여성의 자기비판은 자기초점 주의와 우울을 부분 매개하였다. 따라서 자기비판은 남녀 모두에서 매개효과가 있었다.

둘째, 남성의 경우 반추적 반응양식은 자기비판과 우울의 관계를 조절하였다. 자기비판과 우울에 대한 반추의 조절효과는 남성의 경우에만 유의하여, 반추가 높을수록 자기비판이 우울에 미치는 영향이 증가하였다. 그러나 여성의 경우에는 조절효과가 나타나지 않았다.

이상의 주요 결과에 대해 살펴보자. 먼저 우울에는 성차가 있었고, 여성이 남성보다 높았다. 이는 여성이 우울증상을 경험할 확률이 남성보다 2배 가량 높다는 통계조사(Center for Disease Control and Prevention, 2013)와 여성(10~25%)의 우울증 유병률이 남성(5~12%)보다 약 2배 높다는 역학연구(Kessler *et al.*, 2005)를 반영한다. 자기초점 주의나 반추에서는 남녀 차이가 발견되지 않았으며, 반추는 남녀 모두에게서 자기비판 또는 우울과 높은 정적 상관을 가지고 있었다. 이러한 연구결과를 통해 우울의 성차가 반추보다는 자기비판과 관련되었을 가능성을 확인해 볼 필요가 있다.

다음으로 자기비판의 매개효과를 분석한 결과, 자기비판은 자기초점 주의를 매개하여 우울에 영향을 미쳤다. 이는 주의편향과 관련한 선행연구에서 인지적 편향이 대상에 대한 단순한 주의보다는 인지 정보처리가 가능할 때 발생하며, 부정적 정보에만 제한적으로 발생했다는 결과와 일치한다(Lim *et al.*, 2005; Jeakal EJ *et al.*, 2012). 또 긍정적 자기평가나 정확한 자기지각은 우울과 관련성이 낮다는 연구(Vaillant, 1977; Jourard *et al.*, 1980; Lewinsohn *et al.*, 1980;

Alicke, 1985; Brown, 1986)와 일치한다. 즉, 자의식보다는 자기특성에 대한 인지 평가가 중요하고, 특히 자신을 부정적으로 평가할 때 우울이 발생하게 되는 것이다.

구체적으로 남성의 경우에 자기비판은 자기초점 주의와 우울을 완전 매개하였으나, 여성의 경우에는 부분 매개하였다. 남성의 자기비판이 자기초점 주의와 우울을 완전 매개한 것은 남성의 경우 자기초점 주의만으로는 우울이 발생하지 않음을 의미한다. 반면 여성의 자기비판은 자기초점 주의와 우울을 부분 매개함으로써 매개효과를 제하고도 자기초점 주의가 우울에 직접 영향을 미칠 수 있음을 보였다. 자기초점 주의 변인 내에서의 성차는 유의하지 않았으므로, 매개경로에서 나타나는 자기초점 주의의 성별 차이가 우울의 성차에 기여한 것으로 해석할 수 있다. 즉, 여성은 자기비판의 매개 없이 자기초점 주의만으로도 우울에 영향을 미칠 수 있기 때문에 남성에 비해 우울의 발생 빈도나 지속시간이 길어질 수 있다. 이러한 차이는 자기초점 주의의 속성이 하나가 아니라 주의의 대상이나 관점 등에 따라 다르다는 선행연구의 견해(Trapnell *et al.*, 1999; Lee JY *et al.*, 2005)를 반영하는 것으로서, 자기초점 주의의 하위요소에서 성별에 따른 차이가 있을 가능성을 시사한다.

자기비판과 우울의 관계에서 반추적 반응양식의 조절효과를 분석한 결과, 남성에게서만 자기비판과 반추의 상호작용이 유의하였다. 구체적으로 반추적 반응양식을 많이 사용하는 남성은 자기비판이 우울에 미치는 영향력이 강한 반면, 반추적 반응양식을 적게 사용하는 남성은 자기비판이 우울에 미치는 영향이 상대적으로 약하므로 반추가 높은 남성보다 우울이 낮은 것으로 나타났다. 반추의 기능에 대한 선행연구(Martin *et al.*, 1989 & 1996; Nolen-Hoeksema, 1991; Segerstrom *et al.*, 2000)에 따르면 이러한 결과는 반추경향이 낮은 경우에는 반추가 문제해결을 위한 목적성을 유지하고 있기 때문에 자기비판이 우울에 미치는 영향력을 완충하는 반면, 반추가 높아지면 초기의 목적을 잃고 역기능적으로 변질되므로 자기비판의 영향력을 상승시키는 것으로 해석할 수 있다. 또한 반추의 조절효과가 남성에게만 발생한 것은 남성의 문제해결적 성향이 반추의 도구적 기능이 영향력을 발휘하는데 기여했기 때문으로 보인다.

여성의 경우에는 자기비판과 우울의 사이에서 반추의 조절효과가 나타나지 않았다. 여성의 우울이 반추에 의해 조절되지 않은 것은 여성에게서 높은 반추가 자기비판이

우울에 미치는 영향력을 증가시키지 않았다기보다는, 낮은 반추가 자기비판이 우울에 미치는 영향력을 제어하는 기능과 연결되지 않는 것으로 해석할 수 있다. 실제로 본 연구에서 반추가 낮은 여성은 자기비판 수준과 관계없이 남성에 비해 우울이 높았다. 이러한 결과는 여성은 남성에 비해 문제해결보다는 감정에 더욱 민감하므로(Maccoby *et al.*, 1974; Kaplan *et al.*, 1980), 반추경향이 낮은 경우에도 초기의 통제적 기능보다는 정서 몰입적 기능을 할 가능성이 있는 것으로 해석될 수 있다.

본 연구는 우울을 일으키는 역기능적 인지기체에 대한 기존의 연구를 종합적으로 검증하면서도 인지과정에서의 성차를 고려하여 우울의 성차를 설명할 수 있는 다양한 가능성을 확인하였다. 자기초점 주의와 우울 사이에서 자기비판의 매개에 성차가 있음을 확인하고, 최근 활발히 연구되고 있는 자기초점 주의의 다차원적 특성에 성차가 있을 수 있으며 이것이 우울의 인지과정에 영향을 줄 수 있음을 제안하였다. 또한 반추적 반응양식의 기능에 대한 성차를 이론적으로 고찰하고 자기비판과 우울 사이에서 반추의 조절효과에 성차가 있음을 확인함으로써, 추후 성차를 포함하여 반추의 하위요소나 기능분화에 대한 다각적인 연구가 필요함을 시사했다. 이를 통해 우울의 인지적 기체에 대한 기존의 논의를 검증하고 발전시키고자 했다는 점에서 연구의 의의가 있다.

본 연구결과는 우울증의 인지치료에 있어서 중요한 시사점을 제공한다. 기존 연구는 반추적 반응양식이 역기능적으로 작용하기 때문에 이를 감소시키는 치료방략이 효과적이라고 제안하고 있다. 그러나 본 연구결과에 의하면 반추적 반응양식을 근절하는 것 보다는 개인에게서 실제로 작동하고 있는 반추의 기능을 분석하여 긍정적으로 활용하는 것이 효과적일 수 있다. 또한 우울증을 일으키는 인지과정을 이해하고 치료방략을 마련함에 있어서 인지기체뿐 아니라 성별이나 성향과 같은 개인적 변인을 고려할 필요성이 있다. 일반적으로 자기초점 주의나 반추적 반응양식은 우울과 상관이 높은 것으로 알려져 있으나, 본 연구 결과가 시사하는 바와 같이 성별에 따라 혹은 문제해결 지향이나 정서성과 같은 기질적 성향에 따라 우울과는 관련이 없거나 적응적으로 활용될 가능성이 있다. 그러므로 추후 연구에서는 자기초점 주의나 반추와 같이 우울과의 관계에 있어서 비교적 일관된 연구결과가 축적된 변인일지라도, 다양한 개인차 변인과의 상호작용이나 변인의 하위요소 별 특징을 분석하는 등의 다각적이고 심층적인 연

구를 통해 우울에 대한 이해를 넓혀갈 필요가 있을 것이다.

본 연구는 중재된 매개모형에 대한 검증을 두 번의 위계적 회귀분석을 통해 매개효과와 중재효과를 독립적으로 검증하였다. 이 결과 반복적인 분석으로 인한 통계적 오류가 발생할 가능성이 있으므로 구조방정식 모형 검증을 통해 본 연구결과를 재검증할 필요가 있다.

또한 일반화된 우울 연구를 목적으로 함에도 불구하고, 표집이 특정집단에 한정되어 표본의 대표성이 충분히 확보되지 않았다. 즉, 표본이 20대, 30대의 젊은 층과 대학재학 이상의 고학력자에 편중되어 있었다. 한국에서 60대 이상의 고령층과 저학력자의 우울 수준이 보다 높은 것을 고려할 때, 이후의 연구에서는 한국의 인구통계학적 구조와 우울 현황을 고려한 표본을 표집하여 본 연구의 결과를 재확인하는 것이 유용할 것이다.

References

Alicke MD (1985) Global self evaluation as determined by the desirability and controllability of trait adjectives. *J. Pers. Soc. Psychol.* 49:1621 1630.

Baron RM, Kenny DA (1986) The moderator mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *J. Pers. Soc. Psychol.* 51:1173 1182.

Beck AT (1976) *Cognitive therapy and the emotional disorders*. Penguin.

Blatt SJ (1974) Levels of object representation in anaclitic and introjective depression. *Psychoanal. Study Child.* 29:107 157.

Brown JD (1986) Evaluations of self and others: Self enhancement biases in social judgments. *Social Cognition.* 4:353 376.

Burwell R, Shirk S (2007) Subtypes of rumination in adolescence: Associations between brooding, reflection, depressive symptoms, and coping. *J. Clin. Child Adolescent Psychol.* 36:56 65.

Center for Disease Control and Prevention (2013) Korea Health Statistics 2012: Korea National Health and Nutrition Examination Survey(KNHANES V 3).

Cho HJ, Yim HW, Hyun MH *et al.* (2008) A Study of the Attitudes toward Depression in General Population. *Korean J. Str. Res.* 16:233 240

Cho MJ, Kim KH (1993) Diagnostic validity of the CES D(Korean version) in the assessment of DSM III R major depression. *J. the Korean Neuropsychiatric Ass.* 32:381 399.

Dempsey P (1964) A unidimensional depression scale for the MMPI. *J. Consult. Psychol.* 28:364 370.

Fenigstein A, Scheier MF, Buss AH (1975) Public and private self consciousness: Assessment and theory. *J. Consult. Clin. Psychol.* 43:522 527.

Han BC (2012) *Mudigkeitsgesellschaft*. Trans by Kim TH, Seoul Korea:

Moonji publishing.

Higgins ET (1987) Self discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychol. Rev.* 94:319 340.

Hong SI, Jin SO, Hyun MH *et al.* (2009) A Study of Relationship Among Forgiveness, Depression and Depressive Response Styles. *Korean J. Str. Res.* 17:63 70

Hunt MG (1998) The only way out is through: Emotional processing and recovery after a depressing life event. *Behav. Res. Ther.* 36:361 384.

Ingram RE (1990) Self focused attention in clinical disorders: Review and a conceptual model. *Psychol. Bull.* 107:156 176.

Ingram RE, Smith TW (1984) Depression and internal versus external focus of attention. *Cognitive Ther. Res.* 8:139 151.

Irons C, Gilbert P (2004) A pilot exploration of the use of compassionate images in a group of self critical people. *Memory.* 12:507 516.

Ishiyama FI, Munson PA (1993) Development and validation of a self critical cognition scale. *Psychol. Rep.* 72:147 154.

Jeakal EJ, Ahn CI (2012) Cognitive bias phenomenon of depressed patients in the emotional stroop task, *Korean J. Gen. Psychol.* 31:111 126.

Jourard SM (1974) *Healthy personality: An approach from the viewpoint of humanistic psychology*. New York: Macmillan.

Kaplan AG, Sedney MA (1980) *Psychology and sex roles: An androgynous perspective*. Boston, Toronto: Brown and company.

Kessler RC, Chiu WT, Demler O *et al.* (2005) Prevalence, severity, and comorbidity of 12 month DSM IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Arch. Gen. Psychiat.* 62:617 627.

Kim JY (2000) Two kinds of internally focused attention to depressed mood. Master's Dissertation, Seoul National University.

Kim MJ, Hyun MH (2011) The effects of self focused processes on depressive mood, dysfunctional beliefs and decentering. *The Korean J. Health Psychol.* 16: 347 361.

Kim MJ (2013) The relationship between envy and depression: Focusing on the mediation effect of regret moderated by optimism. Master's Dissertation, Chung Ang University.

Kim WH, Kim SJ, Cho SH *et al.* (2010) A Study on the Effect of the Depressive Disorder in Suicidal Attempt Aspect. *J. the Korean Society of Emergency Med.* 21: 670 677.

Larsen RJ, Cowan GS (1988) Internal focus of attention and depression: A study of daily experience. *Motivation and Emotion.* 12:237 249.

Lee HM (2009) The influence of depression on shame inducing experiences: The mediating effects of self critical cognition and avoidance/withdrawal coping strategy. Master's Dissertation, Ajou University.

Lee JY, Kwon SM (2005) Development of the Scale for Dispositional Self focused Attention in Social situation. *Korean J. Clin. Psychol.*

- 24:451 464.
- Lewinsohn PM, Mischel W, Chaplin W *et al.* (1980) Social competence and depression: The role of illusory self perceptions. *J. Abnorm. Psychol.* 89:203 212.
- Lim S, Kim J (2005) Cognitive processing of emotional information in depression, panic, and somatoform disorder. *J. Abnorm. Psychol.* 114:50 61.
- Maccoby EE, Jacklin CN (1974) *The psychology of sex differences* (Vol. 1). Stanford University Press.
- Martin LL, Tesser A (1989) Toward a motivational and structural theory of ruminative thought. In Uleman, J. S., & Bargh, J. A. (Eds.), *Unintended Thought*. New York: Guilford Press.
- Martin LL, Tesser A (1996) Some ruminative thoughts. *Advances in Social Cognition*, 9:1 47.
- Muller D, Judd CM, Yzerbyt VY (2005) When moderation is mediated and mediation is moderated. *J. Pers. Soc. Psychol.* 89:852 863.
- Nolen Hoeksema S (1991) Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *J. Abnorm. Psychol.* 100:569 582.
- Nolen Hoeksema S, Morrow J (1991) A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: The 1989 Loma prieta earthquake. *J. Pers. Soc. Psychol.* 61:115 121.
- Segal ZV, Gemar M, Truchon C *et al.* (1995) A priming methodology for studying self representation in major depressive disorder. *J. Abnorm. Psychol.* 104:205 213.
- Segal ZV, Hood JE, Shaw BF *et al.* (1988) A structural analysis of the self schema construct in major depression. *Cognitive Ther. Res.* 12:471 485.
- Segerstrom SC, Tsao JC, Alden LE *et al.* (2000) Worry and rumination: Repetitive thought as a concomitant and predictor of negative mood. *Cognitive Ther. Res.* 24:671 688.
- Shin WS (2006) The classification of self focused response style to depressed mood. Master's Dissertation, Seoul National University.
- Smith TW, Greenberg J (1981) Depression and self focused attention. *Motivation and Emotion*, 5:323 331.
- Trapnell PD, Campbell JD (1999) Private self consciousness and the five factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *J. Pers. Soc. Psychol.* 76:284 304.
- Treynor W, Gonzalez R, Nolen Hoeksema, S (2003) Rumination reconsidered: A psychometric analysis. *Cognitive Ther. Res.* 27:247 259.
- Vaillant GE (1977) *Adaptation to life*. Boston : Little, Brown.
- Watkins E, Baracaia S (2002) Rumination and social problem solving in depression. *Behav. Res. Ther.* 40:1179 1189.
- Whelton WJ, Greenberg LS (2005) Emotion in self criticism. *Personality and Individual Differences.* 38:1583 1595.

= 국문초록 =

본 연구는 우울의 발생과정을 내부초점적 인지기제를 중심으로 살펴보고자, 자기초점 주의와 우울의 관계에서 반추적 반응양식에 의해 조절되는 자기비판의 매개효과를 검증하였다. 이를 위하여 315명의 참여자(남 115명, 여 200명, 연령 범위: 19~43세)를 대상으로 우울, 반추적 반응양식, 자기비판, 자기초점 주의를 측정하는 설문을 실시하였다. 수집된 자료를 바탕으로 성별에 따른 차이검증과 변인간 상관관계를 분석한 뒤, Muller 등(2005)의 제안에 따라 위계적 회귀분석을 이용하여 중재된 매개효과를 순차적으로 검증하였다. 차이검증 결과 자기비판과 우울에서 성차가 확인되어 이후 분석은 남녀 집단을 구분하여 실시했다. 매개검증 결과 남성의 자기비판은 자기초점 주의와 우울을 완전 매개한 반면, 여성의 자기비판은 자기초점 주의와 우울을 부분 매개하였다. 조절검증 결과 반추적 반응양식은 남성에게 한해서만 자기비판과 우울 사이의 관계를 조절하였고, 남성의 반추가 높을수록 자기비판이 우울에 미치는 영향이 증가함을 확인하였다. 여성에게서는 반추와 자기비판 사이에 유의한 상호작용이 나타나지 않았다. 본 연구를 통해 내부초점적 주의편향은 부정적인 해석편향이 동반될 때 우울에 미치는 영향력이 증가하며, 그러한 영향력은 부정적 자기해석이 일으키는 정서에 대한 개인의 반응에 따라 달라질 수 있음을 확인하였다. 또한 연구변인과 경로에서 나타난 남녀차이를 분석하여 자기초점 주의와 반추적 반응양식에 우울의 성차를 설명할 수 있는 가능성이 있음을 시사하였다. 우울의 인지 기제에 대한 기존의 논의를 종합적으로 검증하고 발전시키고자 했다는 점에서 연구의 의의를 찾으며, 마지막으로 연구의 한계점과 추후 연구제언을 기술하였다.

중심 단어: 자기초점 주의, 자기비판, 반추적 반응양식, 우울, 남녀차이