creative commons

COMMONS DEED

저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.

변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 이용허락규약(Legal Code)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

Disclaimer

dCollection

교육학 석사 학위논문

체면과 남성규범이 남성의 상담 도움추구에 미치는 영향

- 자기 낙인의 매개효과 -

2023 년 8 월

서울대학교 대학원

교육학과 교육상담 전공

김 수 민

체면과 남성규범이 남성의 상담 도움추구에 미치는 영향

- 자기 낙인의 매개효과 -

지도 교수 김 동 일

이 논문을 교육학 석사 학위논문으로 제출함

2023 년 6 월

서울대학교 대학원

교육학과 교육상담 전공

김 수 민

김수민의 교육학 석사 학위논문을 인준함

2023 년 7 월

위 원 장 _____ (인)

부위원장 _____ (인)

위　　원 _____ (인)

초 록

주요어 : 남성규범, 도움추구, 전문적도움추구태도, 체면손상, 자기 낙인

학 번 : 2021-27850

남성은 여성에 비해 높은 정신장애 평생 유병률과 두배에 이르는 자살율을 보이고 있음에도 불구하고 심리적 문제에 대한 도움을 청하고자 하는 비율이 현저하게 낮다. 본 연구의 목적은 이 같은 남성의 저조한 정신건강서비스 이용률에 체면이나 남성규범, 자기 낙인과 같은 심리사회문화적 요인이 미치는 영향을 규명하는 것이다. 이를 위하여 19세-59세 성인 남성 341명을 대상으로 설문조사를 실시하였으며, 이중 322건의 자료가 자료 분석에 사용되었다.

연구의 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 체면손상은 전문적 도움추구에 대한 자기 낙인을 완전 매개하여 전문적 도움추구 수준과 부적 상관을 보였다. 체면은 전문적 도움추구 태도에 직접적인 영향을 미치지 않았지만 자기 낙인의 수준을 높여 결과적으로 도움추구태도에 부정적 영향을 미쳤다. 이러한 결과는 체면이 도움추구를 저해할 뿐만 아니라 높일 수도 있다는 선행 연구의 발견이 재확인된 것이라고도 해석할 수 있다. 둘째, 남성규범에 대한 순응은 전문적 도움추구에 대한 태도와 유의미한 부적상관을 보였다. 즉, 남성규범에 동의하는 남성일수록 전문적인 도움추구를 부정적으로 인식했다. 셋째, 남성규범에 대한 순응과 전문적 도움추구 태도 간의 관계에서 자기 낙인의 매개효과가 확인되었다. 남성규범에 대한 순응은 자기 낙인을 높였고, 자기 낙인은 전문적 도움추구 태도 수준을 낮췄다.

본 연구는 도움추구에 영향을 미치는 체면의 양면적 특성에 대한 이해를 확장하고, 한국 남성의 전문적 도움추구태도에 대한 사회문화심리적 접근의 지평을 넓혔다는 의의가 있다. 또한 이러한 연구 결과를 토대로 남성의 도움추구에 대한 자기 낙인 개선을 위한 캠페인과 전통적 남성성으로부터 기인하는 호소문제에 대한 보다 효과적인 상담적 개입방안을 탐색할 수 있다.

마지막으로 본 연구의 제한점과 후속 연구의 방향성을 제안한다.

목 차

서 론 1

1. 연구의 목적 및 필요성 1
2. 연구 모형 및 가설 5

이론적 배경 6

1. 전문적 도움추구 6
2. 남성성과 남성규범 7
3. 체면 11
4. 낙인 13

연구 방법 17

1. 연구 대상 17
2. 측정 도구 17
3. 자료 수집 20
4. 자료 분석 방법 21

연구 결과 22

1. 기술 통계 및 상관분석 22
2. 구조방정식 모형 23
3. 매개효과 분석 27

논 의 29

1. 결론 29
2. 연구의 의의 31
3. 제한점 및 후속 연구를 위한 제언 33

Abstract 37

참고문헌 39

부　　록 53

표 목차

<표 1> 인구통계학적 특성 20
<표 2> 기술통계량 22
<표 3> 상관 분석 결과 23
<표 4> 확인적 요인분석 결과 25
<표 5> 구조모형 분석 결과 26
<표 6> 매개효과 분석 결과 28

그림 목차

<그림 1> 연구 모형 5
<그림 2> 구조 모형 26
<그림 2> 최종 모형 27

I. 서론

1. 연구의 목적 및 필요성

국립정신건강센터(2021a)에서 발표한 2021년 정신건강 실태조사 보고서에 따르면 우리나라의 정신장애 평생 유병률은 27.8%로, 전체 인구의 1/4 이상이 평생 한 번 이상 정신장애를 경험한다. 그러나 전체 응답자중 정신건강 문제로 상담 받은 경험이 있는 사람의 비율은 4.5%에 불과했고, 정신장애 진단자의 평생 정신건강서비스 이용 비율은 12%로 나타났다(국립정신건강센터, 2021a).

이처럼 정신질환으로 인해 정신건강서비스 이용이 필요한데도 이용하지 않고 있는 비율을 서비스 갭(service)이라고 하는데, 이러한 서비스 갭은 범국가적으로 관찰되는 현상이다. 선행 연구(Kohn et al., 2004)에서는 전세계 정신건강 관련 질환 유병률과 서비스 이용률 데이터를 수집하여 분석하였는데, 우울증의 서비스 갭은 56.3%에 달했다. 공공보건 인프라가 미비한 개발도상국의 상황을 고려하면 해당 수치 또한 과소 추정된 것으로 보인다. 한국의 평생 정신건강 서비스 이용률인 12%는 미국 43.1%(2015년), 캐나다 46.5%(2014년)에 비해 현저하게 낮은 수치로, 정신건강 관련 서비스가 필요한데도 도움을 받지 못하고 있는 국민의 수가 상당하다고 볼 수 있다.

특히 선행연구에 의하면 남성은 여성에 비해 정서나 우울과 관련된 심리적 문제가 있을 때 심리치료나 상담 등 전문적인 도움을 추구하는 비율이 낮다(Sheu & Sedlacek, 2004; Mackenzie et al., 2006). 일부 연구에서는 남성의 도움추구 비율이 여성의 절반밖에 되지 않았다(Addis & Mahalik, 2003). 지난 2021년 우리나라 국민을 대상으로 실시한 국민정신건강 지식 및 태도 조사(국립정신건강센터, 2021b)에 따르면, 정신건강문제를 경험하게 된다면 도움을 청할 의사가 있다고 대답한 남성의 비율은 68%로, 여성(85%)에 비해 현저히 낮았다.

그러나 남성의 저조한 심리적 도움추구 의사가 심리적으로 더 건강하기

때문이라고는 볼 수 없다. 2021년 우리나라 남성의 정신장애 평생 유병률은 32.7%로, 여성(22.9%)에 비해 현저하게 높았으며(국립정신건강센터, 2021a), 2020년 기준 남성 십만명당 자살 사망자수는 35.5명으로 여성(15.9명)에 비해 두배 이상 높다(통계청, 2020). 자해의 경우 남성보다는 여성에게서 많이 발생하는 것으로 알려져 있지만 남성이 자해에 대해 침묵하거나 남성이 무언가를 때리고 부수는 행동으로 인해 상처를 입더라도 자해보다는 '젊은 혈기'로 치부되는 경향이 있기 때문이라는 연구 결과도 있다(Inckle, 2014).

이러한 현상을 설명하기 위해서는 남성의 정신건강에 영향을 미치는 구조적 차원에서의 심리사회적 요인을 이해할 필요가 있다. 심리적, 신체적 도움추구는 개인이 가지고 있는 문화적 신념의 영향을 받는데, 개인의 신념에 따라 자신이 가지고 있는 증상이나 행동적 변화의 원인을 다르게 받아들일 수 있다(Chung, 2010). 개인이 속한 공동체 안에서 가용한 치료 및 치유의 과정 또한 결정에 영향을 미친다(Hwang, 2008). 이 같은 맥락에서 남성의 심리적 어려움과 실제 서비스 이용률 간 괴리는 사회화된 성역할을 통해 설명될 수 있다(Möller-Leimkühler, 2002).

남성에게 남성성의 개념은 가부장제를 유지하고 여성에 대한 남성의 지배를 정당화한다는 이점을 가질지 모르나, 감정적인 것은 곧 여성성이라는 생각은 남성이 취약한 감정을 억누르고 굳세어야 한다는 고정관념을 학습하게 한다. Vandello 와 동료들(2013)은 남성성을 '불안정하다'고 표현했다. 남성은 남성성을 증명하기 위해 끊임없이 노력해야 해야 하고, 여성이 여성성에 대한 위협을 느끼는 것보다 남성성에 대한 위협을 더욱 크게 느낀다. 현대 사회에서 남성성의 개념은 급격하게 변화되어왔지만 대부분의 문화권에서 전통적인 남성상은 자립적이고 감정을 통제하는 모습으로 정의되며, 이러한 문화가 지배적인 환경에서 남성은 자신의 정서적 고통을 인정하고 도움을 청하는 것이 어려워진다(Möller-Leimkühler, 2002). 정서적 어려움을 겪는다는 것은 연약함의 상징이기 때문에 이에 대한 도움을 거절하는 것을 통해 남성성을 증명하고 권력을 회복하려고 한다는 설명도 있다(Courtenay, 2000; Vandello & Bosson, 2013). 남성은 심리적

문제를 남성성에 대한 위협으로 받아들이게 되고, 이는 정신건강 문제에 대한 자기 낙인으로 이어질 수 있다(Mahalik & Di Bianca, 2021). 자기 낙인은 '스스로가 사회적으로 용납될 수 없다고 인지하는 것으로 인한 자아존중감의 저하' 로 정의되는데(Vogel et al., 2006), 자기 낙인의 수준은 전문적 도움추구태도와 유의미한 부적 상관을 보인다.

Good과 Wood(1995)는 남자대학생의 성역할갈등 수준이 우울과 상담서비스 이용의사에 미치는 영향을 연구했는데, 통제관련 성역할갈등이 도움추구태도를 예측하고, 성취관련 성역할갈등이 우울을 예측한다는 것을 밝혀냈다. 통제관련 성역할갈등은 "진짜 남자"가 해서는 안되는 행동이나 느껴서는 안되는 감정(동성 친구와 가까이 지내는 것, 감정을 표현하는 것)을 반영하고, 성취관련 성역할 갈등은 "진짜 남자" 라면 해야 하는 행동(성취나 성공)을 반영한다. Good과 Wood(1995)는 남성이 우울과 낮은 도움추구라는 이중 위험에 노출되어 있음을 지적하면서, 이들을 위한 연구와 개입의 중요성을 강조했다.

남성의 도움추구 양상은 문화에 따라서도 다르게 나타날 수 있다. 한국과 미국 대학생의 우울 증상과 도움추구 행동을 비교한 연구(Yoo & Skovholt, 2001)에서 한국의 대학생들은 더 많은 우울관련 신체화 증상과 도움추구에 대한 부정적인 태도를 보고했으며, 이는 아시아인들을 대상으로 진행된 선행 연구와도 일치하는 결과다(Kawanishi, 1992). 연구자들은 서구적 가치관에 대한 노출 수준이 비교적 높은 대학생들에게서도 이와 같은 경향성이 관찰된 것을 지적하면서, 아시아 문화권에서의 우울과 도움추구에 대한 연구가 필요함을 강조했다(Yoo & Skovholt, 2001).

사회적 평판을 유지하고자 하는 욕구를 반영하는 체면(face)은 아시아 문화권의 사회적 상호작용을 이해하는데 있어 중요한 개념이다. 체면은 특히 개인적인 문제에 대한 도움추구와 밀접한 관련이 있는데(Shon & Ja, 1982), 선행연구(Heath & Vogel, 2016; Kim & Yon, 2019; Martinez et al., 2020)에서 체면의 손상(loss of face)을 우려하는 것은 심리적 문제에 대한 도움추구태도에 부정적인 영향을 미쳤다. 특히 집단주의적 아시아 문화권 남성의 경우 사회적 조화를 유지하고 가족의 명예를 훼손하지 않는 것을

중요시하기 때문에(Yang et al., 2008), 도움추구행동이 가져오는 수치심이나 체면손상이 더 클 수 있다(Vogel et al., 2011).

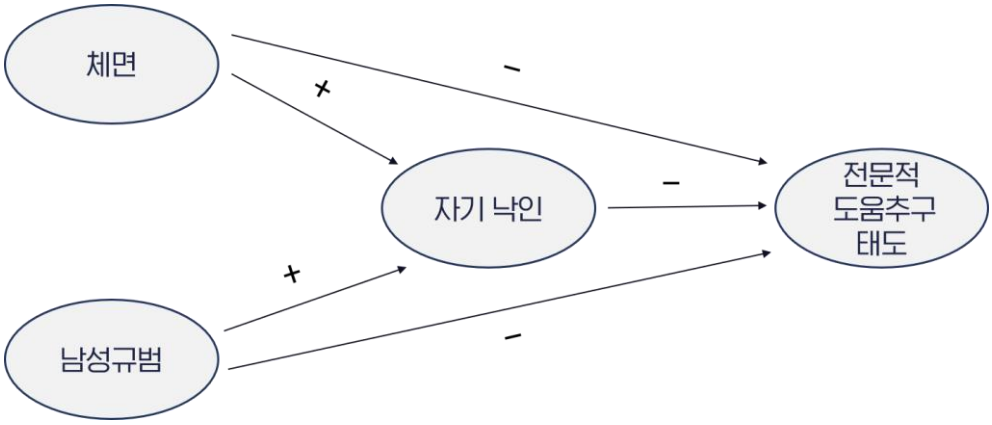
체면과 남성적 규범이 각각 도움추구태도에 미치는 영향은 선행연구를 통해 증명되어왔지만(Addis & Mahalik, 2003b; Heath & Vogel, 2016; Kim & Yon, 2019; Martinez et al., 2020; Vogel et al., 2006), 체면과 남성적 규범이 전문적 도움추구에 미치는 영향을 동시에 탐색한 연구는 현재까지 이뤄진 바 없다. Nam과 동료들(2010)이 진행한 메타분석은 성별과 문화적 배경이 도움추구태도에 미치는 영향을 규명했는데, 여성일수록 도움추구에 대해 긍정적인 태도를 가지고 있었으며, 성별과 관계없이 아시아계 학생이 백인 학생들보다 부정적인 태도를 가지고 있었다.

마지막으로 남성의 경우, 지속적으로 여성보다 낮은 우울증 발병률을 보고하고 있지만(Addis, 2008; Fields & Cochran, 2011) 이러한 차이는 남성의 낮은 자기개방에서 기인할 뿐만 아니라 남성 특유의 비전형적 우울 증상으로 인해 상담사 혹은 치료자가 우울증을 판별하기 어렵기 때문일 수 있다(Athanasiadis et al, 2018). 이는 남성 정신건강문제를 대상으로 한 차별화된 진단 및 상담적 개입의 필요성을 시사한다.

때문에 체면민감성과 남성규범을 변인으로 한 본 연구는 성별 특성과 사회문화적 특성을 모두 고려하여 한국 남성의 도움추구태도를 많은 부분 설명할 수 있을 것으로 기대된다.

2. 연구 모형 및 연구 문제

선행연구를 바탕으로 설정한 연구모형과 연구문제는 아래와 같다.



<그림 1> 연구모형

연구 문제 1: 체면 손상은 도움추구에 대한 자기 낙인과 전문적 도움추구에 대한 태도에 어떤 영향을 미치는가?

연구 문제 2: 남성규범은 도움추구에 대한 자기 낙인과 전문적 도움추구에 대한 태도에 어떤 영향을 미치는가?

연구문제 3: 남성 규범과 체면 손상이 전문적 도움추구에 대한 태도에 미치는 영향을 자기 낙인이 매개하는가?

II. 이론적 배경

1. 전문적 도움추구

전문적 도움 추구는 개인이 심리적 문제를 겪을 때 상담 및 심리치료, 정신과 진료와 같이 전문가에게 도움을 구하는 것을 말한다(Fischer & Turner, 1970). 도움추구와 관련된 특성을 측정하는 다양한 변인 가운데 가장 많이 사용되는 것은 태도다. Mojtabai와 동료들(2016)은 미국의 NCS(National Comorbidity Survey) 자료를 이용하여 전문적 도움추구에 대한 태도가 미래의 도움추구 행동과 정신건강 관련 서비스의 이용을 예측하는지를 연구했다. NCS는 1990년에서 1992년까지 대중 5,877명을 대상으로 설문을 실시했고(기저선), 이 중 5001명을 대상으로 2001년부터 2003년까지 후속 면접을 실시했다. 심각한 정서적 문제가 있다면 "당연히 전문가에게 도움을 청하겠다"고 응답한 참가자 중 33.4%가 실제로 관련 서비스를 이용했고, "절대 도움을 구하지 않겠다"고 응답한 참가자의 경우 20.7%가 관련 정신건강 관련 서비스를 이용한 것으로 드러났다. 정신건강 전문가에게 개인적인 문제를 이야기하는 것이 "매우 편안하다"고 대답한 참가자와 "매우 불편하다"고 대답한 참가자는 각각 33.4%와 24.4%의 이용률을 보였다. 이러한 양상은 이전의 도움추구 경험 유무나 정서, 불안, 약물 관련 장애의 유무와는 관계없이 나타났다(Mojtabai et al., 2016). 이러한 결과는 개인의 태도적 요인을 이해하는 것이 전문적 도움추구 관련 행동을 예측하는데 중요한 역할을 한다는 것을 시사한다.

Fisher와 Turner(1970)는 전문적 도움 추구와 관련된 태도에는 4가지 차원이 있다고 제안했는데, 이는 심리적 도움의 필요성에 대한 인식, 낙인에 대한 저항성, 대인 개방성, 그리고 정신건강 전문가에 대한 신뢰를 포함한다. Kushner와 Kenneth(1989)는 정신건강 문제 관련 도움추구를 접근 요인과 회피 요인사이의 갈등으로 정의했다. 접근 요인은 개인의 스트레스 수준을 낮춰 도움을 추구할 확률을 높이고, 회피 요인은 개인이 도움을 추구할 확률을 낮춘다(Kushner & Kenneth, 1989). 도움추구에 대한 회피 요인에는 사회적 규범이나 낙인, 자기 개방에 대한 두려움 등이 있다(Vogel et al, 2007b). 접근 요인과 회피 요인은 Fisher와

Turner(1970)가 개발한 전문적 도움추구에 대한 태도 척도 속 차원과도 일치한다.

특히 성별, 문화, 인종, 연령과 같은 인구 통계학적, 상황적 요인은 이러한 회피요인의 현저성을 변화시키고, 결과적으로 전문적 도움추구와 관련된 결정에 영향을 미친다(Vogel et al., 2007b). Mackenzie 외(2006)에 따르면 여성은 남성보다 전문적 도움추구에 대한 태도가 유의미하게 긍정적이었으며, 여성들은 자신의 심리적 문제와 도움을 필요성을 인지하는 심리적 개방성 수준이 더 높았다. 인종 또한 도움추구 태도에 영향을 주는 변인 중 하나다. 아프리카계 미국인과 아시아인의 경우, 백인에 비해 심리치료에 대해 더욱 부정적인 태도를 가지고 있었다(Conner et al., 2009; Nam et al., 2010).

도움추구 태도에 가장 큰 영향을 미치는 문화적 요인 중 하나는 감정의 억제다(Werner & Gross, 2010). 상호의존적인 아시아 문화권에서는 개인보다는 집단의 조화를 중요시하고, 개인이 자신의 강렬한 감정, 특히 부정적인 감정을 표현하는 것은 타인에게 폐를 끼칠 수 있기 때문에 억제하도록 사회화된다(Markus & Kitayama, 1991). 때문에 상호의존성을 중요시하는 문화권의 개인은 스트레스 사건에 노출되었을 때 도움을 추구할 확률이 낮고, 전문적인 서비스는 최후의 수단으로 간주하는 경향이 있었다(Kim & Omizo, 2003).

2. 남성성과 남성규범

Smiler(2004)에 따르면 남성성의 개념에 대한 논의는 1970년대 페미니즘 운동 이후 급격하게 발전해왔다. 초기 논의에서 남성성은 여성성의 반대 개념이자 단일 차원의 속성으로 이해되었으나 점차 여성성과 반대되거나 독립적이지 않으며, 다양한 형태를 가진 개념으로 연구되기 시작했다. 또한 초기의 남성성은 타고난 개인의 내적 속성으로 치부되어왔으나, 90년대에 들어서면서부터 사회문화적 요소와 맥락이 개인의 경험에 미치는 영향을 고려하게 되었다(Smiler, 2004).

사회적 규범은 개인의 행동을 이끌거나 제한하는 규칙과 기준을

말한다(Cialdini & Trost, 1999). 성역할 규범은 개인이 지각하는 남성성 혹은 여성성의 기준에 대한 사회적 기대치를 반영한다(Mahalik 2003). ‘감정적으로 행동해서는 안된다’, ‘도움을 청하기보다는 강인하게 스스로 문제를 해결해야 한다’ 등이 전형적인 남성적 성역할의 예시라고 볼 수 있다(O’Neil, 2008). 초기 남성성역할에 대한 연구는 Bem 성역할 척도(Bem sex role inventory) 관련 연구에서 볼 수 있듯이 남성성을 더 나은 심리적 기능과 연관시키는 등(Long, 1986) 남성성의 긍정적인 측면에 초점을 맞추고 있었으나, 1980년대부터 남성성역할갈등의 부정적 영향이 점차 중요한 임상적 연구 주제로 떠오르기 시작했다(O’Neil, 2008).

이처럼 남성성은 사회문화적 개념인 만큼, 시간의 흐름 및 문화권에 따라 그 형태가 지속적으로 변화할 수 있다. 관련 연구들은 서로 상반된 결과를 나타내고 있는데 나이가 많은 남성일수록 전통적인 남성상에 얽매이는 정도가 낮으며 전문적인 도움추구에 대해 긍정적인 태도를 보였다는 연구결과가 있지만(Berger et al., 2005; Mackenzie et al., 2006), 일부 연구에서는 연령의 증가와 함께 전문적인 도움추구의 감소가 나타난다고 보고했다(Wills & DePaulo, 1991). Van Zoonen과 동료들의 2016년 준임상 우울집단을 대상으로 한 연구에 따르면 젊은 남성일수록 전문적 도움에 대한 긍정적인 태도를 보였으며, 나이가 많을수록 정신건강 문제를 스스로 해결해야 한다고 생각했다.

이러한 차이는 문화적 맥락에서도 다시 한번 점검할 필요가 있는데, 국내에서 이루어진 연구(박수애, 조은경, 2002)에 따르면 한국에서 남성의 성역할은 서양 문화 속 남성의 성역할과 유사한 측면이 있으나 전혀 다른 요인 또한 포함하고 있었다. 예를 들어 미국에서 남성 성역할 갈등을 반영하는 “남성간 친밀한 행동 억제” 요인은 한국 남성에게서는 관찰되지 않았고, 오히려 한국 문화 특수적인 “남성간의 의리” 요인이 새롭게 도출되었다. 또한 요인 자체가 유사하다고 하더라도 이를 표현하는 문항 내용에 따라 매우 다른 결과가 나타났다. 또한 같은 연구에서 남성 성역할의 내면화 정도는 20대 남성의 정서 표현성 수준에 영향을 미치지 않았지만 40-50대 중년 남성 집단의 경우 남성 성역할의 주요요인인 주도성 수준이

높을수록 정서를 억제하는 경향이 관찰되었다.

특히 최근의 사회적 변화는 성역할갈등에 있어 독특한 양상을 보인다. 여성가족부에서 실시한 '2021년 양성평등 실태조사' 결과에 따르면 '가족의 생계는 주로 남성이 책임져야 한다'는 진술에 동의하는 비율은 5년전인 2016년 42.1%에 비해 29.9%로 크게 낮아졌고, '직장 생활을 하더라도 자녀에 대한 주된 책임은 여성에 있다'는 진술에 동의하는 비율은 53.8%에서 17.4%로 급격히 감소했다(여성가족부, 2021). 그러나 남성과 여성의 성평등 수준에 대한 질문에 여성에 불평등하다고 대답한 비율은 20대 여성에서 73.4% 였던 반면 20대 남성에서는 29.2%에 불과했다. 이러한 성별 간 격차는 전연령대 중 20대에서 가장 컸고, 이는 젊은 남성일수록 남성에 대한 차별이 심하다고 지각하고 있음을 반영한다. 이와 같이 현대의 젊은 남성들은 전통적 성역할 규범으로부터는 자유로워지고 있으나 오히려 높은 수준의 성역할 갈등을 지각할 수 있다.

연구의 대상이 되는 변인인 남성적 규범과 체면 민감성, 자기 낙인의 수준이 사회문화적 요인의 영향을 받는다는 점을 고려할 때, 국내 남성을 대상으로 한 연구에서는 어떠한 양상이 관찰되는지 탐색할 필요가 있다. 한국사회의 맥락 속 남성을 대상으로 한 우성범(2019) 개념도 연구는 '남자답다는 것은 무엇인가?'에 대한 심층면접을 실시했다. 연구 결과, 남성규범에 대한 개념도는 정서억제, 남성 리더쉽, 직무능력과 조직사회 적응, 부양자, 기대되는 남성적 능력, 힘과 통제의 여섯가지 하위요인을 포함하는 것으로 나타났다. 이를 통해 한국사회에서 기대하는 남성의 모습은 가족안에서 뿐만이 아니라 다양한 사회적 관계 속에서 책임자, 보호자로서의 역할을 하며 정서적 표현을 억제하고, 능력적으로 뛰어난 개인임을 알 수 있다.

남성적 성역할은 다양한 심리적 측면에 영향을 미칠 수 있다. 남성의 분노나 적대감 표현은 사회적으로 수용되지만, 우울함이나 슬픔과 같은 감정의 표현은 사회가 "여성적"이라고 정의하기 때문에 억제하고 내면화하게 된다(Möller-Leimkühler, 2002). 실제로 남성 전형적 우울 증상은 공격성, 폭력성, 약물남용, 위험행동, 신체화 등을 포함한다(Cochran

& Rabinowitz, 2000). 남성들은 자신의 행동이 우울한 감정과 직접적으로 연결되어 있지 않기 때문에 자신이 우울하거나 심리적 문제가 있다는 것을 깨닫지 못하는 경우가 많다(Lynch & Kilmartin, 2013). 또한 도움을 추구하는 것은 자기 통제의 상실과 의존성을 의미한다고 생각하기 때문에 정신과적 약물의 복용을 거부하고 "자가치료(self-medication)"의 방법으로 술을 선호하는 경우가 많다(Riska & Ettorre, 1999). 우리나라의 경우 남성의 알코올 사용장애 평생 유병률은 여성에 비해 3.3배 높다(국립정신건강 센터, 2021a).

Smith 와 동료들(2008)은 전문적 도움추구에 대한 남성의 부정적인 태도가 전통적인 남성성과 심리적 도움추구 의도의 관계를 매개한다는 것을 발견했다. 남성의 남성적 규범 지지 수준이 높을 수록 도움추구와 관련된 부정적 태도가 두드러졌고, 이는 도움추구 의도의 저하로 이어졌다(Smith et al., 2008). Mahalik와 동료들(2003b)은 전통적인 남성적 규범에 대한 순응도가 높을수록 불안이나 적대감과 같은 심리적 고통이 증가한다는 것을 발견했다.

Yousaf와 동료들(2015)이 남성의 낮은 의학적, 심리학적 도움추구 원인을 탐색하기 위해 관련 선행 연구를 분석한 결과, 남성의 전문적 도움추구에 있어 가장 큰 방해물은 감정적 표현의 억제, 건강 서비스 이용에 대한 수치심/불안/공포, 그리고 전문가와의 소통 부재로 나타났다. 특히 감정적 표현의 억제는 남성은 부정적인 감정을 표현해서는 안된다는 관점으로, 남성은 자신의 감정에 대해 말하지 않고 자신의 문제를 스스로 해결해야한다고 생각하기 때문에 도움추구를 꺼리는 경향이 있었다(O' Brien et al., 2005). 수치심은 남성의 정신건강 관련 도움추구를 가장 강력하게 예측하는 변인 중 하나였는데, 한 연구에서 남성들은 전문적 도움추구를 하지 않는 이유로 "창피하기 때문에"를 가장 많이 꼽았다(Doherty & Kartalova, 2010). 불안과 공포는 수치심과 연관이 있으며, 남성들은 건강 관련 문제로 도움을 청하는 상황에 놓이는 것 자체를 나약하거나 통제성을 잃는 것으로 인식하고 있었다. 일부 남성들은 별 것 아닌 것으로 의사를 찾아가는 것처럼 보일 것을 염려해 응급상황이 될

때까지 참는 것을 선택하기도 하는 것으로 나타났다(Gascoigne et al., 1999).

Mahalik과 동료들(2003b)은 남성규범 순응 척도를 개발했는데, 여기서 순응성은 남성성에 대한 사회적 기대를 충족시키는가를 반영한다. 개인은 단순히 남성규범을 따르냐, 따르지 않느냐로 구분되는 것이 아니라 어떤 남성규범은 따르지만 어떤 규범은 따르지 않을 수 있으며, 이는 개인에게 이익이 될 수도 있고 손해가 될 수도 있다. 해당 척도는 11개의 하위 요인을 포함하는데, 이는 승리, 정서적 조절, 위험 감수, 폭력성, 지배성, 바랑둥이, 이성애적 자기제시, 여성 권력, 지위 추구, 자기의존, 일의 우선시를 포함한다. 모든 하위 척도는 전문적 도움추구에 대한 부정적인 태도와 연관된 남성성 관련 변인(심리적 스트레스, 공격성, 사회적 지배)과 높은 상관을 보였다(Mahalik et al., 2003b).

남성규범에 대한 순응이 정신건강 관련 변인에 미치는 영향은 다양한 맥락에 따라 달라지는 것으로 밝혀졌다. 지난 2016년 실시된 메타연구(Wong et al., 2016)는 남성규범에 대한 순응과 정신건강관련 변인의 관계를 탐색한 78개 표본 19,453명의 자료를 분석했는데, 남성규범에 대한 순응은 정신건강, 그리고 심리적 도움추구와 중간 수준의 부적 상관이 있었다. 특히 남성규범의 하위척도 중 자립, 여성 권력, 그리고 바람둥이는 정신건강 관련 변인과 꾸준한 부적 상관을 보인 반면, 일의 우선시는 어떤 변인과도 유의미한 상관이 없는 것으로 나타났다.

3. 체면

체면(face)은 문화심리적 개념으로, 여기서 말하는 얼굴은 내적 자기의 외적 표현이자 상징이다(최상진, 김기범, 2000). 타인 앞에서 체면을 유지하지 못했을 때에는 수치심과 같은 감정이 유발될 수 있는데, 이는 '남에게 비춰진 자신을 보고 느끼는 부끄러움'을 반영한다(최상진, 김기범, 2000). 체면의 개념은 특히 아시아 문화권에서 두드러지게 나타나는데, 집단주의적 가치를 중시하는 사회에서는 상호의존성과 사회적 조화, 그리고 가족의 명예를 지키는 것을 중요시하며 이는 도움추구와

관련된 자기 낙인에 중대한 영향을 미친다(Shea & Yeh, 2008). 중국 문화에서 체면의 개념은 '도덕적인' 공동체 구성원이 되는 것과 연관이 있으며, 이는 자신이 속한 지역공동체의 사회적 의무를 다하는가에 달려있다. 때문에 체면의 손상은 '사회적 죽음'이나 다름없는 도덕성의 손상으로 이어질 수 있다는 두려움을 동반한다(Yang & Kleinman, 2008). 때문에 체면은 집단주의적 차원의 낙인이라고도 볼 수 있다.

선행 연구에서 아시아인은 다른 인종 집단에 비해 전문적인 도움추구를 할 확률이 가장 낮았으며, 이는 주로 낙인이나 수치심 관련 요인에서 비롯된 것으로 드러났다(Sue & Sue, 2008). 아시아계 미국인들을 대상으로 한 연구에서 체면 손상은 전문적인 도움추구 태도에 부적 영향을 끼쳤다(Leong et al., 2011). 해당 연구에서는 체면이 개인을 낙인에 취약하게 하고, 이는 자신의 문제를 개방할 확률을 낮추며, 결국 전문적인 도움을 추구할 확률을 낮춘다고 설명한다. 이러한 현상은 아시아계 미국인에서 뿐만이 아니라 실제 아시아 국가 표본에서도 관찰되었는데, 마카오에서 진행된 연구에 따르면 체면손상에 대한 두려움과 전문적 도움추구에 대한 긍정적인 태도는 자기 낙인과 유의미한 부적상관이 있었다(Cheang & Davis, 2014). 같은 연구에서 관찰된 또 하나의 특징은 여성이 남성에 비해 눈에 띄게 긍정적인 도움추구 태도를 보였다는 것이다.

선행연구에서는 체면 관련 변인을 측정할 때 주로 Zane 과 Yeh(2002)가 개발한 체면 손상척도(The Loss of Face Scale; LOF)를 주로 사용해왔는데, 이는 체면 손상에 대한 두려움을 반영하는 단일차원의 척도다. 체면손상척도는 사회적 불안, 사회적 바람직성, 부적응, 타인 지향성과 같은 하위 척도를 포함하고 있다(Zane & Yeh, 2002). 문항의 예시는 '나는 다른 사람들 앞에서 실수를 할까봐 나서지 않고 조용히 있는다', '나는 나에게 관심이 집중될 수 있는 일을 안하려고 한다', '나는 일반적인 가치관에 따르기 위해 남들과 비슷하게 행동하려고 한다'와 같다. 해당 척도는 조화를 중시하는 집단주의적 문화권에서 갈등을 최소화하고 집단의 통합성에 기여하려는 개인의 욕구를 반영하고 있음을 알 수 있다.

4. 낙인

체면과 관련된 개념인 낙인은 정신건강 관련 전문적 도움추구의 주된 방해요인이다. Corrigan과 Penn은 지난 1998년 낙인의 두가지 종류를 제안했는데, 이는 사회적 낙인(Public stigma)과 자기 낙인(Self-stigma)이다. Corrigan(2004)의 정의에 따르면 정신질환에 대한 사회적 낙인은 '사회나 공동체 속 개인이 정신질환에 대해 가지고 있는 부정적인 고정관념과 편견'이다. 실제로 상담 서비스를 이용한 사람들은 상담을 받지 않은 사람들에 비해 덜 선호되었으며, 더 부정적인 대우를 받았다(Sibicky & Dovidio, 1986).

위 연구가 진행된 1980년대로부터 많은 시간이 지남에 따라 많은 변화 또한 이루어졌는데, 먼저 정신질환에 대한 대중의 인식이 확장되어 이전에는 정신증, 불안, 우울만을 정신질환으로 인식했던 것과 달리 약물 남용과 발달 장애와 같이 폭넓은 정신질환을 포함하게 되었다(Phelan et al., 2000). 또한 이러한 인식의 변화는 조현병이나 우울증, 알코올 중독과 같은 정신질환의 원인이 유전 혹은 화학적 불균형이라는 신경과학적 관점을 더 많은 사람들이 받아들이는 변화로 이어지기도 했다. 특히 사람들은 이러한 긍정적인 변화에 힘입어 자신의 정신건강 문제에 대응하는 방식을 변화시키기 시작했는데, 40여년에 걸쳐 '예상되는' 정신적 어려움에 대한 대처방식을 묻는 연구에서 아무것도 하지 않겠다는 반응보다 공식, 비공식적 전문가를 통한 도움을 받겠다는 응답의 비율이 점차 상승했다(Swindle et al., 2000).

그러나 정신질환에 대한 대중의 높아진 인식 수준과 달리 사회적 낙인이 아직도 건재한데, '정신적 문제가 있는 사람'은 '말썽꾸러기 아이'나 '천식이 있는 아이'에 비해 더 많이 거절당했으며, 이는 대중이 정신질환의 신경생물학적 원인론을 받아들인다고 말하면서도 일상생활에 불편을 겪는 사람과 심리적 문제가 있는 사람을 차별하고 있음을 말해준다(Pescosolido, 2013). 이와 같은 특정 집단에 대한 사회적 낙인은 고정관념, 편견, 차별로 이어질 수 있다(Corrigan, 2004).

아시아 문화권에서 관찰되는 정신질환에 대한 높은 낙인 수준이

자동적인 정서적 반응인지, 실제로 정신질환에 대한 걱정이 크기 때문인지를 규명하기 위한 연구에서 한국계와 중국계 미국인과 백인계 미국인을 대상으로 암묵적 연합 검사를 실시했다(Cheon & Chiao, 2012). 암묵적 연합 검사는 긍정적, 부정적 단어와 특정 단어를 연합하는 개인의 반응 속도를 측정하는 검사로, 의식적인 반응과 분리된 무의식적 태도를 측정할 수 있어 특히 편견과 관련된 연구에 널리 사용되고 있는 검사 방식이다(Greenwald et al, 1998). 해당 연구에서 아시아계 미국인은 백인계 미국인에 비해 정신질환에 대한 더욱 부정적인 태도를 가지고 있었고, 정신질환을 가진 사람으로부터 거리를 두기 원했다. 이를 통해 아시아 문화권의 정신질환에 대한 낙인은 의식적 차원뿐만이 아니라 무의식적 차원에까지 깊게 자리잡고 있음을 알 수 있다.

지난 2011년, 대한의사협회는 정신질환에 대한 사회적 낙인을 감소시키고자 하는 취지로 정신분열병으로 불리던 병명을 조현병으로 개정했다(대한조현병학회, 2011). 그러나 실제로 조현병에 대한 사회적 인식이 긍정적인 방향으로 변하였는가는 의문의 여지가 있다. 텍스트 마이닝 기법을 통해 조현병과 정신분열병에 대한 뉴스 프레임을 분석한 김현지와 동료들(2019)의 연구에 따르면 조현명에 사회적 인식은 병명 개정 후에 오히려 더 부정적으로 변화했다. 다른 키워드와 동시에 출현하는 빈도를 나타내는 연결중심성을 보면, 병명을 개정하기 전 정신분열병의 연결 중심성 상위 단어는 '치료, 환자, 연구, 결과, 질환, 건강' 등이었지만 조현병의 경우 '경찰, 사건, 혐의, 범행, 살인, 살해, 흉기'와 같은 부정적이며 범죄와 관련된 단어들이 대부분이었다.

이러한 결과는 지난 몇 년 간 조현병과 관련된 범죄사건이 부각되며 관련 뉴스 기사가 증가했기 때문이라고 유추할 수 있으나, 사회의 부정적인 인식과는 다르게 실제로 조현병 환자의 범죄율은 0.1%에 불과하며 일반인의 10분의 1 수준이다(대검찰청, 2018). 해당 연구(김민경 외, 2019)에서는 프레임 변화의 양상에도 집중하였는데, 병명 개정 이전에 비해 조현병에 대한 의학적 프레임의 기사는 급감했고, 기자의 부정적 판단이 반영된 기사의 비율이 증가했음을 발견했다. 조현병의 원인이나 증상과 같은 과학적

지식을 전달하기보다는 통계적 사실에 기반하지 않은 대중의 부정적 편견을 가중시키게 된 것이다.

사회적 낙인과 자기 낙인의 관계에 대한 연구도 이루어졌는데, 대학생 448명을 대상으로 진행된 종단적 연구에서 사회적 낙인이 자기 낙인으로 발전하며, 자기 낙인에 사회적 낙인이 선행함이 밝혀졌다(Vogel et al., 2013). 이처럼 높은 사회적 낙인은 높은 자기 낙인으로 이어지며, 자기 낙인은 완전 매개 변인으로 작용하여 전문적 도움 추구 행동을 낮춘다(Vogel et al., 2007a).

Corrigan(2004)은 낙인이 정신건강서비스 이용에 영향을 미치는 과정을 설명하는 모형을 제시했는데, 개인은 정신질환에 대한 고정관념, 편견, 그리고 차별이 만연한 사회 안에 살아가면서 점차 이를 내면화하게 된다. 이처럼 개인이 낙인의 대상이 된 집단(정신질환자)에 속해 있을 때 심리적 문제가 있는 자기 자신을 부정적으로 지각하는 것이 바로 자기 낙인이다(Corrigan, 2004). Eisenberg와 동료들(2009)의 대학생 대상 연구에 따르면 자기 낙인의 수준은 정신건강 관련 도움추구 태도 및 실제 정신건강서비스 사용률과 부적상관을 보였고, 특히 동양인과 남성에서 자기 낙인의 수준이 유의미하게 높았다(Eisenberg et al., 2009).

정신질환에 대한 자기 낙인과 도움추구에 대한 자기 낙인의 개념은 혼동되는 경향이 있는데, 두 낙인은 모두 낮은 도움추구로 이어진다는 점에서 공통점을 가지고 있으나 분명히 구분되는 개념이다(Tucker et al., 2013). 정신질환에 대한 자기 낙인과 도움추구에 대한 자기 낙인은 수치심, 자기비난, 그리고 사회적 부적절성과 다른 관계를 보여주었는데 먼저 두 낙인 모두 수치심을 유의미하게 예측하여 수치심이 낙인의 공통요소임을 보여주였다. 한편 자기비난은 도움추구에 대한 자기 낙인만을 유의미하게 예측했다. 이는 정신질환을 앓는 것보다는 도움을 추구하는 행동이 자신이 통제 가능한 '선택'으로 받아들여지기 때문일 수도 있다(Vogel & Wade, 2009). 개인은 자신이 통제할 수 있는 행동일수록 더 큰 책임감을 느낀다. 반면 정신질환에 대한 자기 낙인만이 사회적 부적절성을 예측했는데, 이는 정신질환자에 대한 사회의 가치판단을 내면화한 결과로 볼 수 있다(Tucker

et al., 2013).

정신질환에 대한 낙인에는 정신질환 증상에 대한 편견 해소와 신경생물학적 원인론에 대한 교육 등과 같은 개입이 도움이 될 수 있고, 도움추구에 대한 낙인의 경우 정신건강서비스 이용에 대한 오해와 편견을 해소하고 심리치료의 이점에 대해 교육하는 개입방식이 효과적일 수 있다(Shomerus & Angermeyer, 2008).

낙인은 남성성과도 연관이 있는데, 성역할에 대한 강한 신념을 가진 남성일수록 도움을 요청하는 것이 스스로를 낙인찍는 행위라고 받아들일 수 있으며(Magovcevic & Addis, 2005), 낙인은 남성이 스스로를 나약하다고 인식하게 해 전문적인 도움추구에 대해 더욱 부정적인 태도를 가지게 할 수 있다(Corrigan et al., 2006).

III. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구의 연구대상은 만 19세에서 59세까지의 시스젠더 남성(생물학적 지정성별과 성정체성이 일치하는 남성)이며, 만 19세에서 59세 300명의 자료 수집을 전문조사기관에 의뢰했다. 연구 참여자를 시스젠더 남성으로 제한한 이유는 남성규범에 대한 순응 척도가 이성애자, 백인, 시스젠더 남성을 대상으로 최초 개발되었기 때문이다(Mahalik et al., 2003). 척도를 개발한 Mahalik과 동료들(2003)은 사회 내 가장 지배적이고 강력한 집단으로부터 성역할 규범이 형성되고 집단원들에게 영향을 미친다고 설명했다. 또한 트렌스 젠더와 시스젠더 남성을 대상으로 지배적 남성성에 대한 순응을 측정한 연구(Anzani et al., 2022) 결과, 각 집단 간 유의미한 점수 차이가 있었다. 트랜스젠더 남성은 감정 통제와 자립 점수가 상대적으로 더 높았고, 시스젠더 남성은 이성애적 자시제시와 여성에 대한 권력에서 더 높은 점수를 보였다.

2. 측정 도구

1) 남성규범(Conformity to Masculine Norms – 30)

남성규범에 대한 순응을 측정하기 위해 Mahalik과 동료들(2003b)이 전통적인 남성 성역할에 기반하여 제작한 94문항 길이의 남성규범에 대한 순응척도를 기반으로 한 여러 단축형 척도 중 가장 우수한 모형적합도를 보인 Lavant와 동료들(2020)의 단축형 척도를 사용했다. 1561명의 남성을 대상으로 데이터를 수집하여 개발된 해당 단축형 척도는 30문항으로 이루어져 있으며, 4점 리커트 척도(1=전혀 아니다, 4=아주 많이 그렇다)로 응답한다. 해당 단축형 척도의 점수는 원 척도의 타당도 지표인 우울, 불안 점수와도 유의미한 상관이 있었다. 척도 내 하위 요인은 감정통제, 승리, 바람둥이, 폭력, 이성애적 자기제시, 지위추구, 일 우선, 여성에 대한 권력,

자립, 위험추구 총 10개로 이루어져 있다.

각 하위요인은 3문항으로 이루어져 있으며, 문항의 예시는 다음과 같다. “나는 내 감정에 대해 이야기하는 것을 좋아한다(감정통제, 역문항)”, “나는 이기기 위해서라면 무엇이든 할 수 있다(승리)”, “성적 파트너가 많으면 기분이 좋을 것 같다(바람둥이)”, “가끔은 폭력이 필요할 때도 있다(폭력)”, “누군가 나를 동성애자라고 생각한다면 매우 화가 날 것이다(이성애적 자기제시), “높은 지위를 가지는 것은 내게 중요하지 않다(지위추구, 역문항)”, “나는 일을 최우선 순위로 두는 것이 좋다(일 우선)”, “남자가 통제권을 가지고 있을 때 일이 더 잘 돌아간다(여성에 대한 권력)”, “나는 절대 남에게 도움을 청하지 않는다(자립)”, “나는 위험을 감수하는 것을 좋아한다(위험추구)”.

원척도의 하위요인 신뢰도는 .72에서 .91이었으며, 척도 점수는 우울 및 불안척도 점수와 유의미한 상관을 보였다. 해당 단축형 버전은 한국어로 번역된 바 없으므로 상담 전공 이중언어 구사자 2인의 번역-역번역과 교육상담학 전공 교수 1인의 감수를 거쳤다.

본 연구에서 나타난 신뢰도는 .76 이었으며, 사회적 역기능과 우울 및 불안을 측정하는 일반건강에 대한 설문(GHQ-12) 총점과 유의미한 정적 상관(.307**)을 보였다.

2) 체면 손상 척도(Loss of Face-K; LOF-K)

Zane(2000)이 개발하고 이재희와 이경희가 번안한 Loss of Face-K(LOF-K) 척도는 체면이 상할 수 있는 상황이나 행동을 회피하는 정도를 측정하는 단일 요인 척도다. 이 척도는 총 21문항, 7점 리커트 척도로 구성되어 있다. ‘나는 누군가가 단 둘이 있을 때 나를 비판하는 것보다 다른 사람들 앞에서 나를 비판하는 것이 더 기분이 상한다’, ‘나는 사회적 기준을 따르기 위해 남들과 비슷하게 행동하려고 한다’와 같은 문항을 포함하고 있다. 1점은 '전혀 아니다', 7점은 '매우 그렇다'로 응답하며 점수가 높을 수록 체면 손상에 대해 예민하게 반응하는 것을 반영한다. 원 척도의 신뢰도는 .83였으며 해당 척도를 사용한 국내 연구(김하영, 2017)와 본

연구에서 나타난 신뢰도는 .84였다.

3) 전문적 도움추구 태도 척도(Attitude Toward Seeking Professional Psychological Help: ATSPPH) 단축형

전문적 도움추구 태도는 Fischer 와 Turner(1970)가 개발하고 지난 1995년(Fischer & Farina) 단축형으로 개발한 전문적 도움추구에 대한 태도 척도(Attitude Toward Seeking Professional Psychological Help: ATSPPH)의 단축형을 사용했다. 국내에서 사용된 해당 척도는 유성경(1997) 번역하고 신현희와 안현의(2005)가 수정한 29문항 중 10문항을 발췌한 것이며, 남숙경(2010)이 해당 척도의 구인타당도를 재점검 한 결과 '긍정태도와 필요성', '부정태도와 필요성'의 2가지 하위요인 구조가 확인되었다. 해당 척도는 '만약 내가 현재 심각한 정서적인 위기를 겪고 있다면 상담으로 안정을 찾을 것이라고 확신한다'와 같은 긍정적 태도와 필요성을 반영하는 문항 5문항과 '상담에 드는 비용을 고려해볼 때 그만한 가치가 있는지 의심스럽다'와 같이 부정적 태도와 불필요성을 반영하는 5문항으로 구성되어 있으며, 4점 척도로 (1= 전혀 그렇지 않다, 4=매우 그렇다)로 응답한다. 부정태도와 불필요성 하위요인의 문항들은 역채점되며, 점수가 높을수록 상담과 같은 전문적 도움추구에 대해 긍정적인 태도를 가지고 있음을 시사한다. 선행 연구(변지영, 김선경, 2019)에서 전문적 도움추구 태도는 자기개방 예상 위험과 유의미한 부적 상관이 있었다. 남숙경(2010)의 연구에서 나타난 문항의 내적 신뢰도는 .71이었으며 본 연구에서는 .72로 나타났다.

4) 도움 추구에 대한 자기 낙인 척도(Self-Stigma of Seeking Help Scale; SSOSH)단축형

자기 낙인의 수준은 Vogel 등(2006)이 개발하고 이민지와 손은정이 번안한 단축형 도움추구에 대한 자기 낙인 척도(Self-Stigma of Seeking Help Scale; SSOSH)을 사용하여 측정했다. 해당 척도는 5점 리커트 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5= 아주 그렇다)로 응답하며, 총 10문항(역채점

5문항)으로 이루어져 있다. 해당 척도에서의 점수가 높을수록 전문적인 도움추구에 대해 자기 낙인을 많이 하는 것으로 볼 수 있다. 원 척도에서 내적 일치도는 .89~.91 이었으며 이민지와 손은정(2007)이 번안한 척도의 내적 일치도는 .83 수준이었다. 본 연구에서 나타난 내적 신뢰도는 .77이다 원척도의 개발 과정에서 도움추구에 대한 자기 낙인 척도 점수는 상담에 대한 태도와는 부적상관, 사회적 낙인 수준과는 정적 상관을 나타냈다(Vogel et al., 2006).

3. 자료 수집

본 연구는 국내 온라인 리서치 회사 ㈜ 마크로밀 엠브레인을 통해 전국의 19세 이상 59세 이하 성인 남성 341명을 대상으로 자료를 수집했다. ㈜ 마크로밀 엠브레인은 2022년 12월 기준 160만명에 달하는 폭 넓은 연령대의 온라인 조사 패널을 보유하고 있으며 실명확인과 패널 등급 제도를 통해 조사의 신뢰도를 관리하고 있다(엠브레인, 2022).

설문은 모바일 혹은 온라인으로 응답할 수 있는 설문지 형식으로 제시되었으며, 지정 성별과 성정체성이 일치하지 않는 경우와 연구 참여에 동의하지 않은 경우를 제외하고 총 341명의 자료가 수집되었다. 이후 이상치를 제거한 322건의 사례가 분석에 사용되었다. 설문대상자의 인구통계학적 구성 비율은 <표 1>을 통해 확인할 수 있다.

<표 1> 인구통계학적 특성

구분		사례수	비율(%)
연령	만 19-29세	153	47.5
	만 30-59세	169	52.5
거주지역	서울/경기	193	59.9
	강원권	12	3.7
	충청권	26	8.1
	경상권	73	22.7

	전라권	14	4.3
	제주권	4	1.2
최종학력	중학교 이하	1	.3
	고등학교	62	19.3
	대학교	216	67.1
	대학원 이상	43	13.4

n=322)

4. 자료 분석 방법

본 연구는 SPSS 29.0을 이용하며 인구통계학적 변인, 각 척도의 총점 평균 점수에 대한 기술통계 분석과 상관분석을 진행했다. AMOS 29.0을 통해 구조방정식 모형으로 변인간의 관계를 탐색했고, 부트스트래핑을 통해 매개효과를 검증했다.

IV. 연구 결과

1. 기술 통계 및 상관분석

먼저 자료수집 절차를 통해 수집된 사례 341건을 대상으로 이상치를 탐색했다. 이상치 판단의 기준은 쿡의 거리(Cook’s distance)였으며, 해당 통계적 방법은 잔차와 레버리지를 동시에 고려하며, 추정된 회귀모형에 대한 각 관측치의 영향력 정도를 판별한다(Cook, 1977). 체면손상-전문적 도움추구태도 점수 간의 관계를 추정하는 회귀모형에서 쿡의 거리가 1보다 큰 경우인 19사례를 제거한 322 사례를 분석에 사용했다.

322개의 사례를 대상으로 SPSS 29.0를 이용한 기술통계 분석을 실시했으며, 표 2에 본 연구에서 측정한 척도의 점수 범위와 평균, 표준편차, 왜도와 첨도를 제시했다. 검증결과 모든 변인의 왜도와 첨도가 각각 2와 7을 넘지 않아 다변량 정규성을 만족했다(Curran et al., 1996).

<표 2> 기술통계량

	점수 범위	*M*	*SD*	왜도	첨도
체면 손상	1~7	4.53	.98	-.73	1.45
남성규범	1~4	2.30	.65	.32	-.43
자기 낙인	1~5	3.04	.88	.07	-.12
전문적 도움추구태도	1~4	2.41	.65	.10	-.17

(n=322)

또한 연구모형 검증에 앞서 변인간의 상관분석을 실시했다. 상관분석 결과 변인 간의 상관관계는 유의확률 0.01 수준에서 모두 유의한 것으로 나타났다.

<표 3> 상관분석 결과

변인	체면손상	남성규범	자기 낙인	전문적 도움추구 태도
체면 손상				
남성규범	.18**			
자기 낙인	.31**	.28**		
전문적 도움추구태도	−.30**	−.40**	−.51**	

n=322, $**p < .01$

2. 구조방정식 모형

1) 측정모형 검증

구조방정식 모형 검증을 위하여 체면과 전문적 도움추구 태도와의 관계에 대한 측정 모형을 설정하여 분석했다. 선행 연구에서 단일 요인 구조가 규명된 체면손상 척도와 도움추구에 대한 자기 낙인 척도는 문항 묶음을 통해 각 잠재변수 당 3개의 측정 변수를 생성했다(Rusell et al, 1998). 임의 묶음 방식을 채택하여 각 묶음에 문항을 할당하였으며, 이때 통계적으로 문항의 특성이 비슷하게 분배될 것으로 기대할 수 있다(Little et al, 2013).

또한 심리적 개방성에 대한 남성의 부정적인 태도가 실제 정신건강 서비스와 연관이 있다는 선행 연구(Mackenzie et al., 2006) 를 기반으로 부정적 태도를 반영하는 '부정적 태도와 불필요성' 하위요인 다섯 문항을 도움추구에 대한 태도의 측정 변수로 투입했다.

연구에 사용된 단축형 남성 규범에 대한 순응 척도의 경우, 10개의 하위요인이 존재하지만 총점이 아닌 하위 요인별로 분석했을 때에는 오히려 긍정적인 심리적 요인과 상관을 보일 수 있다는 연구 결과가 있었다(Gerdes & Levant, 2018). 남성규범에 대한 순응과 정신건강 관련 변인과의 관계를 탐색하기 위해 78개 표본 19,453명의 참여자 데이터를 분석한 메타연구(Wong et al., 2017)는 여성권력, 바람둥이, 자립의 세가지 하위요인이 일관적으로 부정적인 심리적 결과와 부적 상관을 보였으며 정신건강관련 변인과 유의미한 상관을 보이지 않은 하위변인(일의 우선시)이 있음을 지적했다.

이는 남성규범에 대한 기존의 구성개념에서 벗어나 세부 차원에 따른 연관 관계를 탐색할 필요성을 반영한다. 따라서 해당 연구에서는 남성규범 잠재변수의 측정변수로 여성권력, 바람둥이, 자립, 감정통제의 4가지 하위 요인 총점을 투입했다.

설정된 모형에 대하여 구조방정식 모형에서 주로 사용되는 적합도 지수인 χ^2 통계량의 값, TLI, CFI, RMSEA를 살펴보았다. χ^2값의 경우 모형이 타당하다는 영가설을 검증하는데 사용되지만 표본의 크기에 민감하고 너무 엄격하다는 단점이 있어 잘 사용되지 않으나 대부분의 적합도 지수들이 χ^2 값을 근거로 산출되기 때문에 모형의 간명성을 반영하는 자유도와 함께 제시한다(강현철, 2013). CFI(comparative fit index)는 표본크기의 영향을 받지 않으며 0.9이상이면 좋은 것으로 본다(Hu & Bentler, 1998). TLI(Tucker-Lewis index) 또한 표본크기의 영향을 받지 않지만 간명성을 고려하는 지수로 0.9 이상이면 좋은 것으로 본다. 절대적합도 지수인 RMSEA(root mean square error of approximation)은 모형의 간명성을 나타내며, 0에 가까울수록 좋은 적합도를 나타낸다. RMSEA 값이 0.1을 넘으면 적합하지 않은 것으로 간주하고, 0.06 이하일 때 좋은 것으로 본다(Wang & Wang, 2019). 마지막으로 SRMR(Standardized Root Mean Squared Error)은 잔차 자승 평균 제곱합의 표준화 수치로, 모형이 설명한 수 있는 분산 및 공분산의 크기를 의미한다(Maydeu-Olivares et al., 2017). 0.05이하이면 양호한 것으로 본다.

최대우도법을 사용한 초기 측정 모형의 적합도는 χ^2=269.511(p<.001), TLI=0.782, CFI=0.825, RMSEA=0.083 (90% 신뢰구간 하한값:0.072, 상한값:0.094), SRMR=0.084로 나타나 모형이 적합하지 않은 것으로 확인되었다. 이에 표준화된 요인 적재량이 0.5 이하로 나타나거나 설명력(SMC) 값이 0.4이하로 나타난 전문적 도움추구 태도 척도의 4번 문항과 남성규범 잠재변수 중 감정통제 측정변수를 제거했다. 최종 측정 모형의 적합도는 χ^2 =63.661(p>.315), TLI=0.994, CFI=0.995, RMSEA=0.016(90% 신뢰구간 하한값:0.000, 상한값:0.039), SRMR=0.036으로 나타나 만족할 만한 수준인 것으로 확인되었다.

확인적 요인 분석 결과, 잠재변수에서 측정변수에 이르는 경로는 유의수준 0.001에서 모두 유의한 것으로 나타났다.

<표4> 확인적 요인 분석 결과

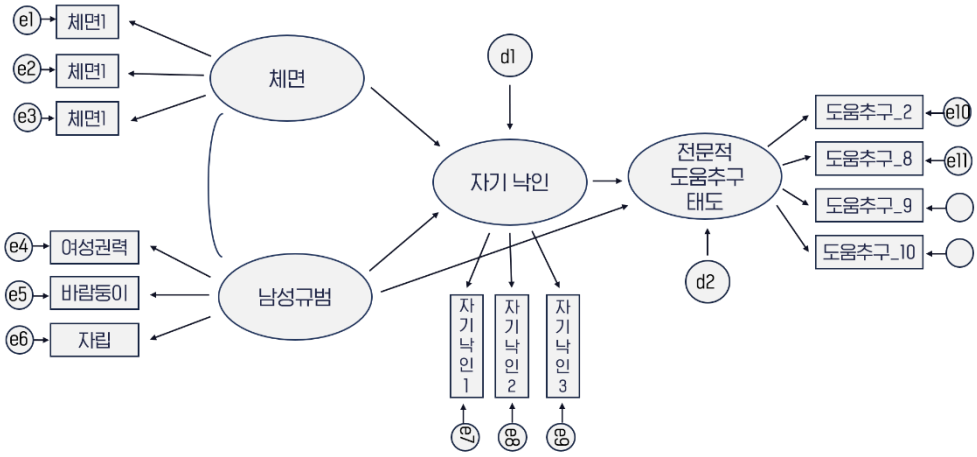
변인	측정변수	*Estimate*		*S.E.*	*C.R.*
		B	*β*		
체면 손상	체면1	1	0.711		
	체면2	0.897	0.645	0.105	8.534***
	체면3	0.907	0.699	0.104	8.727***
남성규범	바람둥이	1	0.719		
	여성권력	0.684	0.681	0.103	8.346***
	자립	0.680	0.562	0.089	7.637***
자기 낙인	자기낙인3	1	0.719		
	자기낙인1	1.009	0.735	0.100	10.128***
	자기낙인2	0.928	0.672	0.096	9.645***
전문적 도움추구 태도	도움추구_2	1	0.658		
	도움추구_8	0.811	0.550	0.102	7.941***
	도움추구_9	1.017	0.683	0.109	9.317***
	도움추구_10	0.999	0.604	0.117	8.550***

n=322, ***p < .001

2) 구조모형 검증

측정모형의 적합성이 증명되었기 때문에 주요 변수 간의 인과관계를 설정한 구조모형의 검증을 진행했다. 연구모형인 체면손상과 전문적 도움추구 태도의 관계에서 자기 낙인의 부분매개 모형을 검증한 결과, 모형의 적합도는 χ^2=63.68(p>.315), TLI=0.994, CFI=0.995, RMSEA=0.016(90% 신뢰구간 하한 값:0.000, 상한 값:0.039), SRMR=0.036 였다. 이어서 경쟁모형인 체면손상에서 전문적 도움추구 태도에 이르는 경로 계수를 0으로 설정한 완전매개 모형을 검증한 결과, 모형의 적합도는 χ^2=64.79(p>.313), TLI=0.994, CFI=0.995, RMSEA=0.016(90% 신뢰구간 하한 값:0.000,

상한 값:0.038), SRMR=0.037로 나타나 만족할 만한 수준인 것으로 확인되었다. 두 모형 간 χ^2 차이검정을 실시한 결과 영가설을 수용하는 것으로 나타났다 ($\chi^2 diff^{(1)}$=1.11, p>.29). 또한 두 모형의 다른 적합도 지수가 동일한 점을 고려했을 때 연구 자료를 더 간명하게 설명하는 경쟁모형을 최종 모형으로 선택했다.



<그림 2> 구조모형

*체면: 체면손상, 남성규범: 남성규범에 대한 순응, 자기 낙인: 도움추구에 대한 자기 낙인, 도움추구: 전문적 도움추구에 대한 태도

<표 5> 구조모형 분석 결과

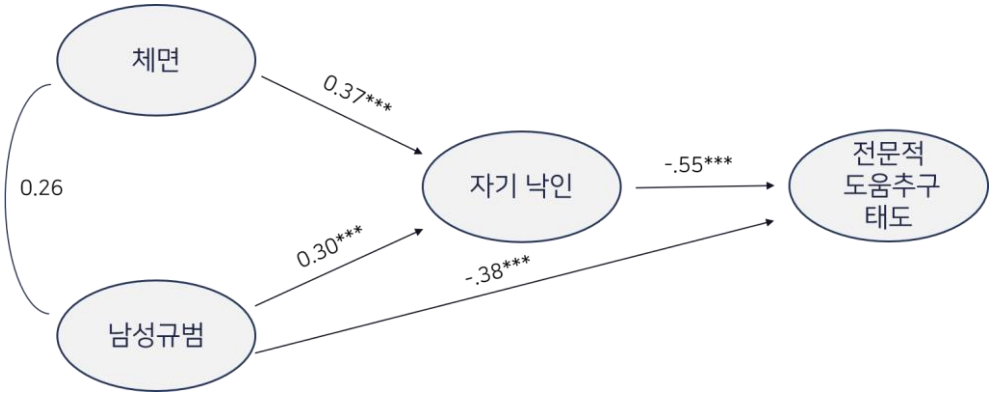
경로	*Estimate*		*S.E.*	*C.R.*
	B	*β*		
체면→자기낙인	0.32	0.37	0.070	4.54***
자기낙인→도움추구	−0.41	−.055	0.065	−6.31***
남성규범 →자기낙인	0.36	0.30	0.097	3.70***
남성규범 →도움추구	−0.34	−0.38	0.074	−4.56***

***p<0.001

경쟁 모형의 모수추정치를 살펴보면 체면 손상은 도움추구에 대한 자기 낙인(β=0.36, p<.001)에 정적으로 유의한 경향을 미치는 것으로 확인되었다. 즉, 체면 손상 점수가 높을수록 도움추구에 대한 자기 낙인 수준이 높

아지는 것으로 분석되었다. 도움추구에 대한 자기 낙인은 전문적 도움추구에 유의미한 부적 영향을 미쳤다(β=−0.51, p<.001). 또한 남성규범에 대한 순응은 도움추구에 대한 자기 낙인과(β=0.30, p<.001) 전문적 도움추구 태도(β=−0.37, p<.001)에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 남성규범에 대한 순응은 도움추구에 대한 자기 낙인 수준에 정적 영향을 미쳤고, 전문적 도움추구 태도에는 부적 영향을 미쳤다. 마지막으로 체면이 도움추구에 미치는 영향은 유의하지 않았다(β=0.08, p>.05)

최종 선택된 연구모형의 경우, 체면 손상은 도움추구에 대한 자기 낙인을 완전 매개하여(β=0.37, p<.001 전문적 도움추구에 유의미한 부적 영향을 미쳤다(β=−0.55, p<.001). 즉, 경쟁모형에서와 같이 체면 손상점수가 높을수록 도움추구에 대한 자기 낙인 수준이 높아졌고, 이는 낮은 전문적 도움추구에 대한 태도 점수로 이어졌다. 또한 남성규범에 대한 순응은 도움추구에 대한 자기 낙인(β=0.30, p<.001), 전문적 도움추구 태도(−0.38, p<.001)에도 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 남성규범에 대한 순응은 도움추구에 대한 자기 낙인 수준에 정적 영향을 미쳤고, 전문적 도움추구 태도에는 부적 영향을 미쳤다.



<그림 3> 최종 모형

3. 매개효과 분석

체면손상과 전문적 도움추구태도와의 관계에서 자기 낙인과 남성규범의 매개효과를 알아보기 위해 부트스트래핑(Bootstrapping)을 이용한 매개

효과 분석을 실시했다. 매개효과를 추정하는 또 다른 방법인 Sobel test의 경우, 표본의 분포를 정상분포라고 가정하기 때문에 편포를 보이는 경우 유의한 매개효과를 지나칠 수 있다는 단점이 있다(Preacher & Hayes, 2004). 반면 부트스트래핑의 경우, 변인의 분포나 추정치의 표본분포에 대한 가정을 하지 않는다. 부트스트래핑에서는 표본을 모집단의 축소된 버전으로 가정하고 여러 번 반복적으로 추출하여 추출된 추정치들의 평균으로부터 표준편차와 표준오차를 산출한다(Shout & Bolger, 2002).

본 연구에서는 부트스트래핑을 통해서 1,000개의 표본을 추출했으며, Bias-corrected 방법을 사용하여 95% 신뢰구간을 산출했다. 체면손상과 전문적 도움추구에 대한 태도와의 관계에서 도움추구에 대한 자기 낙인의 매개효과는 95% 신뢰구간에서 −.213 ~ −.065의 상하한값을 보이고 있어 0을 포함하지 않았다. 즉, 자기 낙인의 매개효과는 $p<0.05$ 수준에서 통계적으로 유의하다. 이를 통해 자기 낙인은 체면과 도움추구와의 관계에서 완전 매개효과를 가지는 것으로 확인되었다. 또한 남성규범에 대한 순응과 전문적 도움추구에 대한 태도와의 관계에서 도움추구에 대한 자기 낙인의 매개효과는 95% 신뢰구간에서 −.296 ~ −.068의 상하한값을 보이고 있어 $p<0.05$ 수준에서 유의한 매개효과를 가지는 것으로 나타났다.

<표 6> 매개효과 분석 결과

경로	Estimate	*S.E.*	95% 신뢰구간
체면 → 자기 낙인 → 도움추구	−.130	.038	−.213 ~ −.065
남성규범 → 자기 낙인 → 도움추구	−.147	.055	−.296 ~ −.068

Bootstrap=1,000

V. 논 의

본 연구는 체면과 한국 남성의 전문적인 도움추구 태도의 관계에서 남성 규범과 자기 낙인의 효과를 살펴보았다. 이를 위해 전문 조사기관을 통하여 19세-59세의 시스젠더 남성 341명의 자료를 수집하였고, 이 중 이상치를 제외한 322명의 자료를 통계적으로 분석했다. SPSS 29.0을 사용하여 기술통계 및 상관분석을 실시했고, AMOS 29.0을 이용하여 구조방정식 모형 검정과 매개효과 분석을 진행했다. 이 장에서는 연구 결과 및 이로부터 도출될 수 있는 의의와 시사점을 논의하고, 연구의 한계와 후속 연구에 대한 제언을 다룬다.

1. 결론

본 연구에서 관심을 가진 연구 문제는 첫째, 체면 손상이 전문적 도움추구 태도에 영향을 미치는가였다. 연구 결과, 체면 손상은 전문적 도움추구 태도에 직접적인 유의미한 영향을 미치지 않았으며, 자기 낙인을 완전 매개하여 부적인 영향을 미쳤다.

국내 대학생을 대상으로 온라인 상담과 대면상담에 대한 태도를 연구한 선행 연구(Bathje et al., 2014)는 체면손상을 비롯한 일반적 경향성 요인이 자기 낙인을 포함한 상담 특수적 예상요인을 매개하여 온라인 상담과 내면상담에 미치는 영향을 탐구했다. 연구 결과에 따르면 체면 손상은 가설과는 달리 자기 낙인과 상담에 대한 태도에 유의미한 영향을 미치지 않았다. 그러나 연구자들은 체면손상이 오프라인 상담에 대한 태도와는 유의미하지 않은 정적상관이 있었던 반면, 온라인 상담과는 부적 상관이 있었다는 점을 강조하며 온라인 상담이 제공하는 물리적 거리감이 체면과 자기 낙인으로부터의 보호요인이 될 수 있다고 설명했다. 연구자들은 체면이 유의한 영향력을 미치지 않은 이유가 피험자들이 상담을 받는 것으로부터 오는 체면 손상이 자신에 문제에 대해 전문가로부터 조언을 구하는 것과 비슷하다고 생각하기 때문일 수 있다고 제언했다(Bathje et al., 2014).

이와 유사하게, 변지영과 김성경의 2019년 연구에서는 국내 30세에서 59세 남성 344명을 대상으로 성역할 갈등 수준과 전문적 도움추구 태도를 측정했다. 연구결과, 갈등은 자기개방 위험과 정적인 상관을 보였으며 자기개방 예상 위험은 성역할 갈등과 전문적 도움추구 태도와의 관계를 완전 매개하는 것으로 드러났다(변지영, 김성경, 2019).

한편 Heath와 동료들은 지난 2016년 아랍에미레이트 대학생의 도움추구 패턴을 연구했는데, 체면은 자기개방에 대한 위험뿐만 아니라 이득과도 유의미한 정적상관이 있었다. 즉, 상담을 통한 자기개방으로 심리적 문제를 해결하여 얻는 이득이 체면손상으로부터 개인을 보호하는 요인이 될 수도 있다는 것이다. 이는 체면이 전문적 도움추구에 양향적인 영향을 끼칠 수 있음을 시사하며, 체면이 전문적 도움추구에 유의미한 직접적인 영향을 미치지 않은 본 연구의 결과와도 일치한다(Heath et al., 2016).

둘째, 본 연구에서는 남성규범에 대한 순응이 전문적 도움추구에 미치는 영향을 탐구했다. 연구 결과, 남성규범에 대한 순응 수준은 전문적 도움추구에 대한 태도와 유의미한 부적상관이 있었다. 남성규범의 하위요인인 여성권력, 자립, 바람둥이 요인 점수가 높을수록 전문적 도움추구를 불필요하고 부정적인 것으로 인식했다.

남성성과 우울증에 대한 도움추구에 대한 체계적 고찰 연구(Seidler et al., 2016)는 17편의 질적 연구, 18편의 양적 연구, 2편의 혼합 연구를 포함하여 총 37편의 연구를 분석 대상으로 선정했다. 대상 연구의 표본 연령은 15세에서 92세에 이르기까지 다양했으며, 임상군(22%) 뿐만 아니라 일반군(78%)을 대상으로 했다. 연구 결과에 따르면 전통남성규범에 대한 순응도는 우울 증상을 알아차리기 어렵게 할 뿐만 아니라 이를 표현하고 증상을 관리하는데 부정적인 영향을 주는 것으로 나타났다. 뿐만 아니라 남성적 규범은 남성이 우울증에 걸렸을 때 자신의 상황을 극복하기 위해 도움을 청하기보다는 사회적 철수, 약물남용, 위험한 행동, 분노, 과도한 업무 등의 부적응적인 대처방식을 사용하게 한다(Brownhill et al, 2002).

셋째, 본 연구는 남성규범에 대한 순응과 체면손상이 전문적 도움추구에 미치는 영향에서 도움추구에 대한 자기 낙인의 매개효과를 확인하고자

했다. 도움추구에 대한 자기 낙인은 체면과 전문적 도움추구에 대한 태도와의 관계를 완전 매개했으며, 남성규범에 대한 순응과 전문적 도움추구에 대한 태도의 관계를 부분 매개했다.

대학생의 자기 낙인과 도움추구 태도의 관계에서 자기개방에 대한 위험과 이익의 매개효과를 다룬 선행연구(Heath, 2016)에서 여학생과 달리 남학생에게서만 자기 낙인과 자기개방으로 인한 위험 사이에 유의미한 정적 상관이 관찰되었고, 이는 도움추구에 대한 부정적인 태도로 이어졌다. 이를 통해 특히 남성을 대상으로 한 연구에서 자기 낙인과 도움추구의 강한 부적 상관관계가 나타날 수 있음을 알 수 있다.

다양한 집단의 남성 4,773명을 대상으로 진행된 남성 규범에 대한 순응과 도움추구에 대한 자기 낙인, 전문적 도움추구에 대한 태도에 대한 연구(Vogel et al., 2011)는 인종과 성적지향을 막론하고 남성 규범에 대한 순응이 도움추구에 대한 낙인을 매개로 도움추구에 대한 태도를 예측한다는 결과를 보여준다.

2. 연구의 의의

먼저 본 연구는 체면과 남성규범이 남성의 전문적 도움추구에 미치는 영향을 규명했기 때문에 향후 남성의 도움추구 비율과 상담 효과성을 높이기 위한 다양한 개입 전략의 수립에 기여할 수 있다.

Mahalik과 동료들(2003a)은 상담사가 남성 내담자를 대할 때 마주하는 '남성성 각본(masculinity scripts)'이 있다고 지적했다. 남성성과 관련된 각본은 '강인하고 과묵한 남성', '거친 남성', '화풀이', '바람둥이', '경쟁자', '독립성' 등을 포함한다. 이 때문에 많은 상담사들이 남성 내담자가 감정적 접근과 깊은 감정의 탐색을 불편해하는 것에 대해 고민하고, 사회적 갈등과 고립, 워커홀릭, 약물 남용과 같이 많은 남성들이 보이는 문제를 다루는 것을 어려워한다. 남성성은 남성의 도움추구를 막고, 전문적 도움을 받는 것에 부정적인 태도를 가지게 하지만 역설적으로 현재의 정신건강 문제에도 기여한다. 그러나 동시에 전통적 남성성은 문제해결, 논리적 사고, 적절한 위험감수, 자기주장 등 긍정적 기능과 연관을 가질 수도 있다(Levant, 1992).

이러한 남성성의 복잡함 때문에 남성 내담자에 대한 사회문화적 맥락을 고려하는 상담사 훈련과 실습 프로그램이 필요하다.

Mahalik과 동료들(2003a)은 먼저 각 남성 내담자가 가지고 있는 남성적 각본의 특성을 파악하는 것이 중요하다고 강조한다. 남성성이라는 포괄적인 개념에 집중하기보다는 개인이 가지고 있는 각본에 초점을 맞추고, 해당 각본에서 기인할 수 있는 긍정 적 기능에 집중해야 한다는 것이다. 전통적 남성성에 순응한다는 것은 개인이 사회에서 어떻게 행동해야 하는지에 대한 명확한 지침을 제공하는 것이기 때문에 내담자가 그러한 남성성을 따르는 데에서 오는 이익을 명확히 인지할 수 있다. 이익을 인지한 후에는 남성성 각본이 내담자의 호소문제를 야기하는 측면에 접근한다. 이를 통해 내담자는 남성성 각본이 주는 이익에도 불구하고 이로 인해 치르고 있는 대가를 인식하고, 그만한 가치가 있는 것인지를 고민하며, 변화에 대한 동기를 형성하게 된다(Mahalik et al., 2003a).

체면의 경우 자기 낙인이 전문적 도움추구와의 관계에 있어 완전매개 효과를 가지는 것으로 나타났는데, 이러한 결과는 체면이 가지고 있는 양가적인 특성-도움추구를 방해하는 동시에 체면을 보호하기 위해 도움추구를 촉진하기도 하는-을 반영한 것이라고 볼 수 있다(Heath et al., 2016).

국내 남자대학생의 성역할 갈등과 전문적 도움추구에 대한 태도의 관계에 대한 선행연구에서는 성역할갈등이 사회적 낙인과 자기 낙인에 정적으로 유의한 영향을 미쳤고, 이는 상담에 대한 부정적인 태도로 이어졌다. 특히 상담 경험의 유무를 기준으로 다집단 분석을 실시한 결과, 상담 경험이 있는 남자대학생은 성역할 갈등이 낙인을 경유하지 않고 상담태도에 직접적인 영향을 미쳤다. 반면 상담경험이 없는 남자대학생의 경우, 성역할 갈등이 사회적 낙인과 자기 낙인을 경유하여 상담에 대한 태도에 유의미한 영향을 미쳤다. 이를 통해 상담 경험이 자기낙인이 상담에 미치는 영향력을 약화시킬 수 있음을 알 수 있다.

선행연구에서 남성은 '대화로만'이루어지는 심리상담보다는 행동에 초점을 맞춘 문제해결 전략 등 실용성이 있는 인지행동치료적 접근을 선호했으며, 우울증을 의학적 상태로 설명하는 심리교육과 사례연구가 특히 효과

적인 것으로 드러났다(Emslie, 2007). 이는 남성이 특히 선호하고 더 효과적인 상담적 접근이 있음을 반영한다. 남성이기 때문에 마주할 수 있는 특별한 사회문화적, 개인 내적 장벽을 이해하고 이를 상담적 개입 전략 수립 시 고려한다면 상담 탈락율을 낮추고 보다 성공적인 결과를 기대할 수 있을 것이다.

둘째, 본 연구는 대학생을 대상으로 한 경우가 대부분인 선행연구들(Bathje et al., 2014; Eisenberg et al., 2009; Fischer & Farina, 1995; Good et al., 1995; Kim & Yon, 2019; Leong et al, 2011; Sheu et al., 2004; Yoo & Skovholt, 2001)과는 달리, 20대부터 50대에 이르는 다양한 연령대의 성인 남성을 대상으로 했다는 점에서 일반화의 가능성을 높였다는 의의가 있다.

마지막으로 본 연구는 해외에서 개발되고 다양한 문화권에서 번안되어 사용되고 있는 척도들을 사용했기 때문에 해외 선행연구 결과와 비교할 수 있으며, 향후 비교문화적 연구의 기반이 될 수 있다.

3. 제한점 및 후속 연구를 의한 제언

본 연구의 제한점은 다음과 같다. 첫째, 체면의 개념은 다분히 문화특수적인 것으로서, 본 연구에서 사용한 체면민감성 척도는 해외에서 개발되어 한국 문화 속 '체면'의 개념을 온전히 반영하지 못했을 가능성이 있다.

최상진과 김기범(2000)에 따르면 한국 문화 속 체면이라는 개념은 다른 문화권에서의 체면과 질적 차이가 있다. 한국인의 체면은 긍정적인 자기경험과 타인의 긍정적인 평가를 원하는 '지위-신분 체면'의 속성이 있다고 설명했다. 서양 문화권에서 생각하는 체면(face)은 사회적인 체면보다는 인격적인 체면을 반영하는 것이며, 중국이나 일본의 체면과도 차이가 있다. 중국인들은 도덕적인 차원의 인격성 체면과 더불어 사회적인 성취에서 비롯된 권위와 능력을 바탕으로 한 체면을 중시하고, 일본인들은 수치가 중요한 체면의 준거가 되기 때문에 자기방어성 체면에 가깝고, 개인 수준보다는 집단차원의 명분체면성을 강조한다.

또한 최상진과 김기범(2000)은 한국 문화 속 체면의 심리적 구조를

탐구하는 과정에서 체면의 행태를 다섯가지로 구분했는데, 이는 지키는 체면, 지켜주는 체면, 세우는 체면, 세워주는 체면, 치레 체면을 포함한다. 해외척도(Zane & Yeh, 2002)는 이 중 지키는 체면, 즉 자신의 지위와 신분에 걸맞은 행동을 취해 자신의 인격과 능력에 대한 평가를 유지하려는 행태를 반영하는 것으로 볼 수 있다. 그러나 한국 문화 속의 체면은 지켜주는 체면 뿐만 아니라 자신의 능력과 인격을 상대방에게 과시하려는 '세우는 체면', 상대방과의 관계를 유지하기 위해 원하지 않는 최소한의 예의를 갖춘 행동을 하는 '치레 체면'과 같이 보다 세분화된 요소를 포함한다(최상진, 김기범, 2000). Zane 과 Yeh(2002)의 척도가 체면이 손상되는 것에 대한 두려움을 반영한다면, 한국인의 체면은 체면을 중요하게 생각하여 손상되지 않는 것뿐만 아니라 타인에게 잘 보이기를 바라는 욕구까지도 반영한다고 볼 수 있다. 향후 연구에서는 'loss of face'가 아닌 한국의 '체면' 관련 척도를 사용하여 변인의 영향력 및 다른 변수와의 관계를 탐색할 수 있다.

둘째, 본 연구에서 남성규범을 측정하는 변수로 투입한 여성권력, 자립, 바람둥이 하위 요인이 한국 사회의 남성성을 충분히 반영하는가에 대한 추가적인 연구가 필요하다. 본 연구에서는 남성성에 대한 국내 선행 연구(박수애, 조은경, 2002; 우성범, 2019)에서와 같이 '이성애적 자기제시' 하위요인이 눈에 띄게 적은 설명력을 가지고 있었고, 이는 동성 간의 친밀함을 동성애와 동일시하지 않는 한국의 문화적 특성을 반영하는 결과라고 할 수 있다. 그러나 감정억제와 같이 우울 및 도움추구 행동과 관련이 있는 하위 변인의 설명력이 높지 않았고, 원척도의 10개 하위요인 중 3개 요인만을 측정변수로 사용했다는 점을 고려했을 때 한국 남성의 남성성을 더욱 잘 반영하는 척도를 사용할 필요성이 부각된다.

세번째 제한점은 본 연구에서는 상담에 대한 실제 행동이 아닌 태도를 측정했기 때문에 남성의 실제 도움추구 행동과는 괴리가 있을 수 있다는 점이다. 다양한 학문 분야의 2,000여건 이상의 경험적 연구에서 행동을 예측하는 이론으로 사용한 계획된 행동 이론(theory of planned behavior)은 개인의 행동은 태도와 주관적 규범, 지각된 행동통제가 행동의 의도에 영향을 미쳐 결정된다고 설명한다(Ajzen, 1991; Ajzen, 2020). 본 연구에서 전

문적 도움추구 태도를 종속 변인으로 설정한 것 역시 해당 이론을 기반으로 태도가 실제 행동으로 이어진다고 전제하고 있다. 그러나 이러한 계획된 행동이론은 의도가 실제 행동으로 이어지지 않는 의도-행동간 간극(intention-behavior gap)라는 한계점을 가지고 있다. 메타 연구에(Sheeran, 2002) 따르면 의도는 실제 행동의 25% 정도를 예측한다. 이는 실제 행동을 측정하거나 인구, 맥락, 시대적 변인을 통제하는 것이 현실적으로 어렵기 때문이기도 하다. 그러나 이러한 한계점에도 불구하고 호의적인 의도를 가진 사람일수록 그 행동을 할 가능성이 높다는 것은 합리적인 가정이며, 이를 직간접적으로 지지하는 많은 연구가 존재한다(Ajzen, 2020).

마지막으로 남성의 도움추구에 대한 후속 연구는 남성의 특성보다는 행동 자체에 초점을 맞추고, 거시적 관점에서의 사회적 변화를 장기 목표로 발전할 필요가 있다. Addis와 동료들(2010)은 남성성 관련 연구가 맥락의 영향을 고려한 젠더 사회학습의 차원으로 진화해야 한다고 주장했다. 연구자들은 지금까지 이루어진 남성성 관련 연구의 관심사는 서구 문화에서 맥락에서 묘사되는 공격성, 이성애적 정복, 감정의 부재 등이 지배적이었다. 저자들은 이러한 '남성적 이상향'은 남성의 생각과 행동, 그리고 사회가 이를 해석하는 방식에 영향을 미친다는 점을 지적한다. 그러나 사회학습의 관점에서 볼 때 남성성을 개인의 내적 특성으로 다루기 '행동'에 초점을 맞춤으로써 남성이 어떤 상황에서 어떤 행동을, 왜 학습하게 되는가를 연구할 필요가 있다. '남성이 여성과 어떻게 다른가'에 집중하기 보다는 개인과 맥락에 따라 '젠더적 행동'이 어떻게 적응적이거나 부적응적일 수 있는가를 연구하는 것이 장기적 관점에서 과학적 연구를 촉진할 뿐만 아니라 사회적 변화로 이어질 수 있다는 것이다(Addis et al, 2010).

Emslie와 동료들(2006) 또한 남성성의 지배적 구성개념에서 벗어나 맥락의 영향력을 허용하는 유동적인 개념으로 발전해야 함을 지적한다. 해당 연구의 대상자들은 자립이나 힘과 같은 남성적 이상향을 버리지 않았지만 유동적으로 경계선을 재정립했다. 우울증과 '싸운다'는 상징성은 그들이 우울증을 앓는 남성으로서 겪는 연속적인 자아 정립 및 재정립과 낙인으로부터 자유로워질 수 있게 했고, 결과적으로 심리치료적 개입의 효과성을 향

상시켰다(Eimsle et al., 2006).

따라서 체면 손상이 우려되는 맥락에서 남성성의 영향과 도움추구를 측정하는 실험적 연구, 사회 학습 관점에서 남성이 이러한 행동을 습득하는 과정에 대한 연구 등이 본 연구의 후속 연구로 제안될 수 있다.

Abstract

Influence of face and Masculine Norms on South Korean men's help-seeking; the mediating role of self-stigma

Kim Soomin
Educational Counseling
College of Education
Seoul National University

Keywords: Attitude toward seeking professional help (ATSPH), Conformity to masculine norms, self-stigma toward help-seeking, loss of face, help-seeking
Student Number: 2021-27850

The disparity between individuals in need of psychological assistance and the utilization of mental health services continues to widen. In particular, men's mental health needs are consistently overlooked. Compared to women, men are less likely to seek help and possess more negative attitudes towards professional help. This unique phenomenon in men can be attributed to their adherence to masculine norms and their self-stigmatization of seeking professional help.

This study aimed to examine the positive relationship between the loss of face, a concept prevalent in Asian culture, and men's conformity to masculine norms and self-stigma. It was hypothesized that this relationship would subsequently increase men's negative attitudes towards seeking professional help. Data was collected from 341 men ranging from 19 to 59 years old, with 322 cases included in the analysis.

The findings revealed that the loss of face indirectly influences attitudes towards seeking professional help through its mediating effect on self-stigma. Additionally, conformity to masculine norms was found to negatively predict attitudes towards seeking professional help, with self-stigma serving as a mediator between the two variables.

Interestingly, the study found that the loss of face does not directly impact attitudes

towards seeking professional help. This result aligns with previous findings regarding the ambivalent nature of the loss of face, where it acts as a barrier to seeking help while also motivating individuals to seek assistance in order to preserve their reputation.

The limitations of the study and potential future applications of the findings were also discussed.

참고 문헌

강현철. (2013). 구조방정식모형에서 적합도지수의 해석과 모형적합 전략에 대한 논의. Journal of the Korean Data Analysis Society, 15(2), 653-668.

국립정신건강센터. (2021a). 2021년 정신건강실태조사 보고서. 보건복지부.

국립정신건강센터. (2021b). 2021년 국민 정신건강 지식 및 태도 조사 결과보고서. 보건복지부.

김현지, 박서정, 송채민, & 송민. (2019). 조현병과 정신분열병에 대한 뉴스 프레임 분석을 통해 본 사회적 인식의 변화. **한국문헌정보학회지, 53**(4), 285-307.

남숙경. (2010). 상담일반: 전문적 도움추구태도 단축형 척도의 구인타당도 재점검. **상담학연구, 11**(3), 1007-1020.

남숙경, & 이상민. (2012). 전문적 도움추구태도 단축형 척도의 집단간 차이분석: 대상, 성별, 연령, 상담경험 유무를 중심으로. **상담학연구, 13**(1), 341-366.

대검찰청. (2018). 2018 범죄분석. 대검찰청.

대한조현병학회. (2011). (정신분열병) 병명 개정 백서: 조현병-정신분열병의 새로운 이름. 대한조현병학회.

박준호, & 서영석. (2009). 남자 대학생들의 성역할갈등과 상담 의도와의 관계: 사회적 낙인, 자기 낙인, 상담에 대한 태도의 매개 효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 21**(1), 25-48.

변지영, 김선경. (2019). 남성 성역할갈등과 전문적 도움추구 태도: 우울과 자기개방 예상 위험의 순차적 매개효과. **상담학연구, 20**(3), 443-463.

송지연, 박기환. (2009). 가해염려형 사회불안에 영향을 미치는 사회문화적 변인: 체면, 눈치, 문화적 자기관을 중심으로. **한국심리학회지: 건강, 14**(2), 329-343.

신연희, 안현의. (2005). 전문적 도움 추구 행동에서 접근요인과 회피요인의 상대적 중요성 고찰. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17**(1), 177-195.

안수정, 서영석. (2017). 중년 남성의 전문적 도움추구에 관한 연구: 성역할갈등, 자기 낙인, 상담 태도, 상담 의도 간 관계에서 중년의 위기감과 상담 친화적 환경의 조절된 매개효과 검증. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 29**(3), 629-657.

엠브레인. (2021). **조사 인프라.** https://embrain.com/intro/intro3.asp

여성가족부. (2021). 2021년 양성평등 실태조사. 여성가족부.

우성범. (2017). 한국 남성규범척도 개발 및 타당화 연구. **고려대학교 박사학위 논문**.

우성범. (2019). 한국 남성의 남자다움은 무엇인가?: 남성성에 대한 개념도 연구. **한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 25**(3), 203-229.

이민지, 손은정 (2007). 낙인과 전문적 도움추구 의도 간의 관계: 전문적 도움추구 태도의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 19**(4), 949-966.

제연화, 심은정. (2015). 2/30 대 남성의 성역할갈등과 우울의 관계: 전문적 도움추구 태도와 지각된 사회적 지지의 매개효과. **한국심리학회지: 상**

담 및 심리치료, 27(4), 931-952.

홍세희 (2016). **구조방정식 모형의 다양한 확장.** 박영사

히든그레이스 논문통계팀. (2018). **AMOS 구조방정식 활용과 SPSS 고급 분석 – 한번에 통과하는 논문.** 한빛 아카데미.

Addis, M. E. (2008). Gender and depression in men. *Clinical Psychology: Science and Practice, 15*, 153–168.

Addis, M. (2011). *Invisible men: Men's inner lives and the consequences of silence*. Macmillan.

Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational behavior and human decision processes, 50*(2), 179-211.

Ajzen, I. (2020). The theory of planned behavior: Frequently asked questions. *Human Behavior and Emerging Technologies, 2*(4), 314-324.

Anzani, A., Decaro, S. P., & Prunas, A. (2022). Trans Masculinity: Comparing Trans Masculine Individuals' and Cisgender Men's Conformity to Hegemonic Masculinity. *Sexuality Research and Social Policy, 1-9*.

Athanasiadis, C., Gough, B., & Robertson, S. (2018). What do counsellors need to know about male depression?. *British Journal of Guidance & Counselling*, 46(5), 596-604.

Bem, S. L. (1981). Bem sex role inventory. *Journal of personality and social psychology*.

Berger, J. M., Levant, R., McMillan, K. K., Kelleher, W., & Sellers, A. (2005). Impact of Gender Role Conflict, Traditional Masculinity Ideology, Alexithymia, and Age on Men's Attitudes Toward Psychological Help Seeking. *Psychology of Men & Masculinity*, *6*(1), 73.

Bathje, G. J., Kim, E., Rau, E., Bassiouny, M. A., & Kim, T. (2014). Attitudes toward face-to-face and online counseling: Roles of self-concealment, openness to experience, loss of face, stigma, and disclosure expectations among Korean college students. *International Journal for the Advancement of Counselling, 36*(4), 408-422.

Brownhill, S., Wilhelm, K., Barclay, L., & Parker, G. (2002). Detecting depression in men: A matter of guesswork. *International Journal of Men's Health, 1*, 259-280.

Call, J. B., & Shafer, K. (2018). Gendered manifestations of depression and help seeking among men. *American journal of men's health, 12*(1), 41-51.

Cialdini, R. B., & Trost, M. R. (1999). Social influence: social norms, conformity, and compliance. In D. Gilbert, S. Fiske, & G. Lindzy (Eds.), *The handbook of social psychology* (Vol. 2, pp. 151-192). Boston: McGraw-Hill.

Cheang, S. I., & Davis, J. M. (2014). Influences of face, stigma, and psychological symptoms on help-seeking attitudes in Macao. *PsyCh journal, 3*(3), 222-230.

Cheon, B. K., & Chiao, J. Y. (2012). Cultural variation in implicit mental illness stigma. *Journal of cross-cultural psychology, 43*(7), 1058-1062.

Chung, I. (2010). Changes in the sociocultural reality of Chinese immigrants: Challenges and opportunities in help-seeking

behaviour. *International Journal of Social Psychiatry*, *56*(4), 436-447.

Cleary, A. (2017). Help-seeking patterns and attitudes to treatment amongst men who attempted suicide. *Journal of Mental Health*, 26(3), 220-224.

Cochran, S. V., & Rabinowitz, F. E. (1999). *Men and depression: Clinical and empirical perspectives*. Elsevier.

Conner, K. O., Koeske, G., & Brown, C. (2009). Racial differences in attitudes toward professional mental health treatment: The mediating effect of stigma. *Journal of gerontological social work*, *52*(7), 695-712.

Cook, R. D. (1977). Detection of Influential Observations in Linear Regression. Technometrics. *American Statistical Association. 19* (1): 15-18.

Corrigan, P. (2004). How stigma interferes with mental health care. *American psychologist*, *59*(7), 614.

Corrigan, P. W., & Penn, D. L. (1999). Lessons from social psychology on discrediting psychiatric stigma. *American psychologist*, 54(9), 765.

Corrigan, P. W., Watson, A. C., & Barr, L. (2006). The self-stigma of mental illness: Implications for self-esteem and self-efficacy. *Journal of social and clinical psychology, 25*(8), 875.

Courtenay, W. H. (2000). Constructions of masculinity and their influence on men' s well-being: A theory of gender and health. *Social Science & Medicine*, 50, 1385-1401.

Curran, P. J., West, S. G., & Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological methods, 1*(1), 16.

Doherty, D. T., & Kartalova-O'Doherty, Y. (2010). Gender and self-

reported mental health problems: predictors of help seeking from a general practitioner. *British journal of health psychology*, *15*(1), 213-228.

Eisenberg, D., Downs, M. F., Golberstein, E., & Zivin, K. (2009). Stigma and help seeking for mental health among college students. *Medical Care Research and Review, 66*(5), 522-541.

Emslie, C., Ridge, D., Ziebland, S., & Hunt, K. (2006). Men's accounts of depression: reconstructing or resisting hegemonic masculinity?. *Social science & medicine, 62*(9), 2246-2257.

Emslie, C., Ridge, D., Ziebland, S., & Hunt, K. (2007). Exploring men's and women's experiences of depression and engagement with health professionals: more similarities than differences? A qualitative interview study. *BMC Family Practice, 8*(1), 1-10.

Fields, A. J., & Cochran, A. V. (2011). Men and depression: Current perspectives for health care professionals. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 5(1), 92–100.

Fischer, E. H., & Farina, A. (1995). Attitudes toward seeking professional psychological help: A shortened form and considerations for research. *Journal of college student development*. *36*(4), 368-373

Fischer, E. H., & Turner, J. I. (1970). Orientations to seeking professional help: development and research utility of an attitude scale. *Journal of consulting and clinical psychology*, *35*(1p1), 79.

Gascoigne, P., Mason, M. D., & Roberts, E. (1999). Factors affecting presentation and delay in patients with testicular cancer: results of a qualitative study. Psycho-Oncology*: Journal of the Psychological, Social and Behavioral Dimensions of Cancer*, *8*(2), 144-154.

Gerdes, Z. T., & Levant, R. F. (2018). Complex relationships among

masculine norms and health/well-being outcomes: Correlation patterns of the conformity to masculine norms inventory subscales. *American journal of men's health, 12*(2), 229-240.

Good, G. E., & Wood, P. K. (1995). Male gender role conflict, depression, and help seeking: Do college men face double jeopardy?. *Journal of Counseling & Development*, *74*(1), 70-75.

Greenwald, A. G., McGhee, D. E., & Schwartz, J. L. (1998). Measuring individual differences in implicit cognition: the implicit association test. *Journal of personality and social psychology, 74*(6), 1464.

Heath, P. J., Vogel, D. L., & Al-Darmaki, F. R. (2016). Help-seeking attitudes of United Arab Emirates students: Examining loss of face, stigma, and self-disclosure. *The Counseling Psychologist, 44*(3), 331-352.

Hedegaard H, Curtin SC, Warner M. (2018). Suicide mortality in the United States, 1999–2017. National Center for Health Statistics. NCHS Data Brief, no 330.

Hwang, W. C., Myers, H. F., Abe-Kim, J., & Ting, J. Y. (2008). A conceptual paradigm for understanding culture's impact on mental health: The cultural influences on mental health (CIMH) model. *Clinical psychology review, 28*(2), 211-227.

Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1998). Fit indices in covariance structure modeling: Sensitivity to underparameterized model misspecification. *Psychological methods, 3*(4), 424.

Kawanishi, Y. (1992). Somatization of Asians: An artifact of Western medicalization?. *Transcultural Psychiatric Research Review*, *29*(1), 5-36.

Kim BSK, Omizo MM. Asian cultural values, attitudes toward seeking professional psychological help, and willingness to see a

counselor. (2003) *The Counseling Psychologist, 31*(3):343-361.

Kim, P. Y., & Yon, K. J. (2019). Stigma, loss of face, and help-seeking attitudes among South Korean college students. *The Counseling Psychologist, 47*(3), 331-357.

Kohn, R., Saxena, S., Levav, I., & Saraceno, B. (2004). The treatment gap in mental health care. Bulletin of the World health Organization, 82(11), 858-866.

Kushner, M. G., & Sher, K. J. (1989). Fears of psychological treatment and its relation to mental health service avoidance. *Professional Psychology: Research and Practice, 20*, 251-257.

Leong, F. T., Kim, H. H., & Gupta, A. (2011). Attitudes toward professional counseling among Asian-American college students: Acculturation, conceptions of mental illness, and loss of face. *Asian American Journal of Psychology*, *2*(2), 140.

Levant, R. F. (1992). Toward the reconstruction of masculinity. Journal of family psychology, 5(3-4), 379.

Little, T. D., Rhemtulla, M., Gibson, K., & Schoemann, A. M. (2013). Why the items versus parcels controversy needn't be one. *Psychological methods, 18*(3), 285.

Long, V. O. (1986). Relationship of masculinity to self-esteem and self-acceptance in female professionals, college students, clients, and victims of domestic violence. *Journal of consulting and clinical psychology, 54*(3), 323.

Lopez, S. R., Nelson Hipke, K., Polo, A. J., Jenkins, J., Karno, M., Vaughn, C., et al. (2004). Ethnicity, expressed emotion, attributions, and course of schizophrenia: family warmth matters. *Journal of Abnormal Psychology*, *113*, 428-439.

Lynch, J., & Kilmartin, C. (2013). *The pain behind the mask: Overcoming masculine depression*. Routledge.

Mackenzie, C. S., Gekoski, W. L., & Knox, V. J. (2006). Age, gender, and the underutilization of mental health services: The influence of help-seeking attitudes. *Aging and mental health*, *10*(6), 574-582.

Mahalik, J. R., & Di Bianca, M. (2021). Help-seeking for depression as a stigmatized threat to masculinity. *Professional Psychology: Research and Practice*, *52*(2), 146-155.

Mahalik, J. R., Good, G. E., & Englar-Carlson, M. (2003a). Masculinity scripts, presenting concerns, and help seeking: Implications for practice and training. Professional Psychology: Research and Practice, 34(2), 123.

Mahalik, J. R., Locke, B. D., Ludlow, L. H., Diemer, M. A., Scott, R. P., Gottfried, M., & Freitas, G. (2003b). Development of the conformity to masculine norms inventory. *Psychology of men & masculinity, 4*(1), 3.

Martinez, A. B., Co, M., Lau, J., & Brown, J. S. (2020). Filipino help-seeking for mental health problems and associated barriers and facilitators: a systematic review. Social *Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 55(11), 1397-1413.

Markus HR, Kitayama S. Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. (1991). *Psychological Review; 98*(2):224-253.

Maydeu-Olivares, A., Fairchild, A. J., & Hall, A. G. (2017). Goodness of fit in item factor analysis: Effect of the number of response alternatives. *Structural Equation Modeling, 24,* 495–505.

Möller-Leimkühler, A. M. (2002). Barriers to help-seeking by men: a review of sociocultural and clinical literature with particular reference to depression. *Journal of affective disorders, 71*(1-3), 1-9.

Nam, S. K., Chu, H. J., Lee, M. K., Lee, J. H., Kim, N., & Lee, S. M. (2010). A meta-analysis of gender differences in attitudes toward seeking professional psychological help. *Journal of American college health, 59*(2), 110-116.

O' brien, R., Hunt, K., & Hart, G. (2005). 'It's caveman stuff, but that is to a certain extent how guys still operate' : men's accounts of masculinity and help seeking. *Social science & medicine, 61*(3), 503-516.

O'Neil, J. M. (2008). Summarizing 25 years of research on men's gender role conflict using the Gender Role Conflict Scale: New research paradigms and clinical implications. *The counseling psychologist, 36*(3), 358-445.

Parnell, K. J., & Hammer, J. H. (2018). Deciding on couple therapy: The role of masculinity in relationship help-seeking. *Psychology of Men & Masculinity*, *19*(2), 212.

Pescosolido, B. A. (2013). The public stigma of mental illness: what do we think; what do we know; what can we prove?. Journal of Health and Social behavior, 54(1), 1-21.

Phelan, J. C., Link, B. G., Stueve, A., & Pescosolido, B. A. (2000). Public conceptions of mental illness in 1950 and 1996: What is mental illness and is it to be feared?. *Journal of Health and Social behavior,* 188-207.

Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. Behavior research methods, instruments, & computers, 36(4), 717-731.

Riska. E., & Ettorre. E. (1999). Mental distress: gender aspects of symptoms and coping. *Acta Oncologica*, *38*(6), 757-761.

Russell, D. W., Kahn, J. H., Spoth, R., & Altmaier, E. M. (1998).

Analyzing data from experimental studies: A latent variable structural equation modeling approach. *Journal of counseling psychology, 45*(1), 18.

Schomerus, G., & Angermeyer, M. C. (2008). Stigma and its impact on help-seeking for mental disorders: what do we know?. *Epidemiology and Psychiatric Sciences, 17*(1), 31-37.

Seidler, Z. E., Dawes, A. J., Rice, S. M., Oliffe, J. L., & Dhillon, H. M. (2016). The role of masculinity in men's help-seeking for depression: a systematic review. *Clinical psychology review, 49*, 106-118.

Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: new procedures and recommendations. *Psychological methods, 7*(4), 422.

Sibicky, M., & Dovidio, J. F. (1986). Stigma of psychological therapy: Stereotypes, interpersonal reactions, and the self-fulfilling prophecy. *Journal of Counseling Psychology, 33*(2), 148.

Shea, M., & Yeh, C. (2008). Asian American students' cultural values, stigma, and relational self-construal: Correlates and attitudes toward professional help seeking. *Journal of Mental Health Counseling*, *30,* 157-172.

Sheeran, P. (2002). Intention—behavior relations: a conceptual and empirical review. *European review of social psychology, 12*(1), 1-36.

Sheu, H. B., & Sedlacek, W. H. (2004). An exploratory study of help-seeking attitudes and coping strategies among college students by race and gender. *Measurement and Evaluation in counseling and Development*, 37(3), 130-143.

Shon, S. P., & Ja, D. Y. (1982). Asian families. In M. McGoldrick, J. K. Pearce, & J. Giordano (Eds.), *Ethnicity and family therapy* (pp.

208-228). New York: Guilford.

Smiler, A. P. (2004). Thirty years after the discovery of gender: Psychological concepts and measures of masculinity. *Sex roles, 50*(1), 15-26.

Smith, J. P., Tran, G. Q., & Thompson, R. D. (2008). Can the theory of planned behavior help explain men's psychological help-seeking? Evidence for a mediation effect and clinical implications. *Psychology of Men & Masculinity*, *9*(3), 179.

Sue, S., Sue, D. W., Sue, L., & Takeuchi, D. T. (1995). Psychopathology among Asian Americans: a model minority?. *Cultural diversity and mental health, 1*(1), 39.

Swindle Jr, R., Heller, K., Pescosolido, B., & Kikuzawa, S. (2000). Responses to nervous breakdowns in America over a 40-year period: Mental health policy implications. *American Psychologist*, 55(7), 740.

Tucker, J. R., Hammer, J. H., Vogel, D. L., Bitman, R. L., Wade, N. G., & Maier, E. J. (2013). Disentangling self-stigma: Are mental illness and help-seeking self-stigmas different?. *Journal of counseling psychology*, 60(4), 520.

Vandello, J. A., & Bosson, J. K. (2013). Hard won and easily lost: A review and synthesis of theory and research on precarious manhood. *Psychology of Men & Masculinity*, *14*, 101-113.

van Zoonen, K., Kleiboer, A., Cuijpers, P., Smit, J., Penninx, B., Verhaak, P., & Beekman, A. (2016). Determinants of attitudes towards professional mental health care, informal help and self-reliance in people with subclinical depression. *International journal of social psychiatry, 62*(1), 84-93.

Vogel, D. L., Bitman, R. L., Hammer, J. H., & Wade, N. G. (2013). Is stigma internalized? The longitudinal impact of public stigma on

self-stigma. *Journal of counseling psychology, 60*(2), 311.

Vogel, D. L., Heimerdinger-Edwards, S. R., Hammer, J. H., & Hubbard, A. (2011). "Boys don't cry" : Examination of the links between endorsement of masculine norms, self-stigma, and help-seeking attitudes for men from diverse backgrounds. *Journal of counseling psychology*, *58*(3), 368.

Vogel, D. L., Wade, N. G., & Haake, S. (2006). Measuring the self-stigma associated with seeking psychological help. *Journal of counseling psychology, 53*(3), 325.

Vogel, D. L., Wade, N. G., & Hackler, A. H. (2007a). Perceived public stigma and the willingness to seek counseling: The mediating roles of self-stigma and attitudes toward counseling. *Journal of counseling psychology, 54*(1), 40.

Vogel, D., & Wade, N. G. (2009). Stigma and help-seeking. *The Psychologist, 22*, 20 –23.

Vogel, D. L., Wester, S. R., & Larson, L. M. (2007b). Avoidance of counseling: Psychological factors that inhibit seeking help. *Journal of counseling & development*, *85*(4), 410-422.

Wang, J., & Wang, X. (2019). *Structural equation modeling: Applications using Mplus*. John Wiley & Sons.

Werner, K., & Gross, J. J. (2010). Emotion regulation and psychopathology: A conceptual framework.

Wills, T. A., & DePaulo, B. M. (1991). Interpersonal analysis of the help-seeking process. *Handbook of social and clinical psychology, 162*, 350-375.

Wong, Y. J., Ho, M. H. R., Wang, S. Y., & Miller, I. S. (2017). Meta-analyses of the relationship between conformity to masculine norms and mental health-related outcomes. *Journal of counseling psychology*, *64*(1), 80.

Yang, L. H., & Kleinman, A. (2008). 'Face' and the embodiment of stigma in China: The cases of schizophrenia and AIDS. *Social science & medicine, 67*(3), 398-408.

Yang, L. H., Phelan, J. C., & Link, B. G. (2008). Stigma and beliefs of efficacy towards traditional Chinese medicine and Western psychiatric treatment among Chinese-Americans. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, *14,* 10 -18.

Yoo, S. K., & Skovholt, T. M. (2001). Cross-cultural examination of depression expression and help-seeking behavior: A comparative study of American and Korean college students. *Journal of College Counseling*, *4*(1), 10-19.

Yousaf, O., Grunfeld, E. A., & Hunter, M. S. (2015). A systematic review of the factors associated with delays in medical and psychological help-seeking among men. *Health psychology review*, *9*(2), 264-276.

Zane, N., & Yeh, M. (2002). The use of culturally-based variables in assessment: Studies on loss of face. *In Asian American mental health* (pp. 123-138). Springer, Boston, MA.

부록 1. 연구 참여자 모집 문건

조사명: 남성규범이 한국남성의 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향 – 체면의 매개효과와 연령집단 별 차이
응답시간: 약 15분

본 연구는 한국 남성의 전문적인 도움추구 태도에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 실시하는 설문 연구입니다. 전문적인 도움추구 태도란, 심리적 문제를 겪게 되었을 때 상담을 비롯한 전문가로부터의 도움을 받는 것에 대해 어떻게 생각하는지를 의미합니다.

본 연구는 총 1회의 온라인 설문조사로 이루어지며, 응답 예상 소요 시간은 약 15분입니다. 설문 내용은 전문적인 도움추구에 영향을 미치는 심리적 요인들을 측정하는 문항들로 구성되어 있습니다. 성정체성, 연령, 거주지역, 최종학력 등의 비식별개인정보도 수집하게 됩니다.

연구 참여 대상: 본 연구는 '만 19세가 되는 해의 생일을 맞이한 사람으로, 2022년 기준 태어난 해가 2003년에서 1963년인 사이인 사람'에 해당하는 시스젠더(생물학적 성별과 성정체성이 일치하는 사람) 성인 남성이라면 참여 가능합니다.

비밀보장: 연구책임자는 연구참여자의 개인식별정보(성명, 휴대폰 번호, 주소, 계좌번호 등)를 수집하지 않습니다. 연구를 통해 얻은 모든 정보는 익명으로 처리되며, 연구 이외의 목적으로 사용되지 않습니다. 설문대상자를 위한 개인정보 보호방침: https://www.panel.co.kr/user/footer/privacy-policy

연구와 관련하여 궁금한 내용이 있으신 경우 아래의 연구책임자에게 연락해 주시면 성의껏 답변해 드리도록 하겠습니다.

연구책임자: 서울대학교 교육학과 김수민
이메일 주소: laylasoominkim@gmail.com

부록 2. 설문지

인구통계학적 정보

귀하에게 해당하는 보기를 선택해주십시오.

1. 연령

만 _____세

2. 최종학력

① 중학교 미만

② 고등학교 졸업

③ 대학교 졸업

④ 대학원 이상

3. 거주지역

① 서울/경기

② 강원권

③ 충청권

④ 전라권

⑤ 경상권

⑥ 제주권

남성규범

다음 문항들을 잘 읽고 자신에게 해당되는 척도의 숫자에 표시하여 주십시오.

번호	문항	전혀 아니다	조금 그렇다	그렇다	아주 많이 그렇다
1	나는 이기기 위해서라면 무엇이든 할 수 있다.	1	2	3	4
2	내게 이기는 것만큼 기분 좋은 건 없다.	1	2	3	4
3	중요한 사람이 되려고 애쓰는 건 시간 낭비라고 생각한다.	1	2	3	4
4	나는 일을 최우선 순위로 두는 것이 좋다.	1	2	3	4
5	나는 내 맘대로 해야 직성이 풀린다.	1	2	3	4
6	가능하다면 자주 성적 파트너를 바꾸고 싶다.	1	2	3	4
7	나는 위험을 감수하는 것을 좋아한다.	1	2	3	4
8	나는 사람들과 이야기할 때 내 감정을 드러낸다.	1	2	3	4
9	다른 것보다 일을 우선순위로 두어야 한다.	1	2	3	4
10	누군가 나를 동성애자라고 생각한다면 매우 화가 날 것이다.	1	2	3	4
11	나는 위험을 감수한다.	1	2	3	4
12	가끔은 폭력이 필요할 때도 있다.	1	2	3	4
13	나는 내가 여자들을 통제하는 편이다.	1	2	3	4
14	나는 권위있는 사람이 되고 싶지 않다.	1	2	3	4
15	성적 파트너가 많으면 기분이 좋을 것 같다.	1	2	3	4
16	사람들이 나를 동성애자라고 생각한다면 끔찍할 것이다.	1	2	3	4
17	나는 내 감정에 대해 이야기하는 것을 좋아한다.	1	2	3	4
18	나는 절대 남에게 도움을 청하지 않는다.	1	2	3	4
19	나는 스스로를 위험한 상황에 빠뜨린다.	1	2	3	4
20	사람들이 나를 동성애자라고 생각한다면 화가 날 것이다.	1	2	3	4
21	어떤 경우에도 폭력은 용납될 수 없다.	1	2	3	4

22	높은 지위를 가지는 것은 내게 중요하지 않다.	1	2	3	4
23	내게는 일이 우선이다.	1	2	3	4
24	나는 어떤 종류의 폭력도 좋아하지 않는다.	1	2	3	4
25	동시에 두 사람 이상을 사귀면 좋을 것 같다.	1	2	3	4
26	나는 남에게 도움을 청하는 것이 부끄럽지 않다.	1	2	3	4
27	나는 내 감정을 표현하는 편이다.	1	2	3	4
28	남자가 통제권을 가지고 있을 때 일이 더 잘 돌아간다.	1	2	3	4
29	도움을 청해야 할 때면 맘이 불편하다.	1	2	3	4
30	남자가 여자를 지휘하는 것이 좋다.	1	2	3	4

체면 손상 척도

다음 각 문항을 읽어보고 귀하를 가장 적절히 설명하는 정도의 숫자에 표시하여주십시오.

번호	문항	전혀 아니다	아닌 편이다	약간 아니다	그저 그렇다	약간 그렇다	그런 편이다	매우 그렇다
1	나는 누군가가 단 둘이 있을 때 나를 비판하는 것보다, 다른 사람들 앞에서 나를 비판하는 것이 더 기분이 상한다.	1	2	3	4	5	6	7
2	나는 토론을 할 때, 혹시 다른 사람들에게 무식하게 보일까봐 질문을 꺼린다.	1	2	3	4	5	6	7
3	나는 다른 사람들 앞에서 실수할까봐 나서지 않고 조용히 있는다.	1	2	3	4	5	6	7
4	다른 사람들이 있는 자리에서 의사표현을 할 때면 내가 할 말을 미리 다듬는다.	1	2	3	4	5	6	7
5	나는 다른 사람들이 나에 대해 실제보다 더 큰 기대를 할 까봐 내 능력이나 성과를 낮추어 이야기한다.	1	2	3	4	5	6	7
6	나는 실수를 줄이기 위해 어떤 말과 행동을 할지 미리 계획한다.	1	2	3	4	5	6	7
7	나는 의사표현을 하기 전에 내 생각이 틀릴 수도 있다는 말을 먼저 한다.	1	2	3	4	5	6	7
8	나는 다른 사람을 만날 때, 그 사람이 나에 대해 어떤	1	2	3	4	5	6	7

	기대를 할지 걱정한다.							
9	나는 남들에게 수고를 끼치게 될까봐 도움을 요청하는 것이 망설여진다.	1	2	3	4	5	6	7
10	나는 나에게 관심이 집중될 수 있는 일을 안하려고 한다.	1	2	3	4	5	6	7
11	나는 남에게 창피를 주고 싶지 않기 때문에 남을 비판하지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
12	나는 내가 행동하기 전에 먼저 남의 행동을 자세히 관찰한다.	1	2	3	4	5	6	7
13	나는 부당한 대접을 받았을 때도 대외적으로 불평하지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
14	나는 사회적 기준을 따르기 위해 남들과 비슷하게 행동하려고 한다.	1	2	3	4	5	6	7
15	나는 공적인 자리에 서기 전에 모든 상황에 대비하려고 한다.	1	2	3	4	5	6	7
16	나는 누군가와 의견 대립이 있을 경우, 둘이 문제를 해결하기보다는 제 3자에게 중재를 요청한다.	1	2	3	4	5	6	7
17	어떤 문제에 관해 토론할 때면 상대방을 비난하는 것이 아니라는 점을 전달하려고 노력한다.	1	2	3	4	5	6	7
18	누군가 나를 비판하면, 그 사람을 피하려고 한다.	1	2	3	4	5	6	7

19	남들 앞에서 실수하면, 사람들이 눈치채지 못하게 하려고 노력한다.	1	2	3	4	5	6	7
20	나는 다른 사람이 잘못했을 때도 그 사람을 비판하지 않으려고 애쓴다.	1	2	3	4	5	6	7
21	누군가 나에게 창피를 주면, 잊어버리려고 노력한다.	1	2	3	4	5	6	7

자기 낙인

다음 각 문항을 읽어보고 귀하를 가장 적절히 설명하는 정도의 숫자에 표시하여 주십시오. *아래 문항에서 심리치료는 상담을 포함합니다.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	만약 심리치료를 받게 된다면 나는 부적절하다고 느낄 것이다.	1	2	3	4	5
2	내가 전문적인 심리치료를 받아도 나의 자신감은 위협받지 않을 것이다.	1	2	3	4	5
3	심리적 치료를 받게 된다면 나 자신이 덜 지적인 사람이라는 느낌이 들것이다.	1	2	3	4	5
4	내가 심리치료자와 얘기를 한다면 나의 자존감은 높아질 것이다.	1	2	3	4	5
5	내가 심리치료를 받기로 선택했다고 해서 내 자신에 대한 나의 관점이 변하지는 않을 것이다.	1	2	3	4	5
6	심리치료자에게 도움을 구하게 되면 나는 열등감을 느끼게 될 것이다.	1	2	3	4	5
7	내가 전문적 심리치료를 받는다고 결심한다고 해도 나는 나 자신에 대해 괜찮다고 느낄 것이다.	1	2	3	4	5
8	내가 심리치료자를 찾게 된다면 나는 나 자신에 대해 덜 만족할 것이다.	1	2	3	4	5
9	내가 스스로 해결하지 못하는 문제에 대해 도움을 구하려 한다고 해도 나의 자신감은 여전할 것이다.	1	2	3	4	5
10	내가 나 자신의 문제를 스스로 풀지 못하면 나는 나에 대해 더 안 좋게 느낄 것이다.	1	2	3	4	5

전문적 도움추구 태도

다음은 상담/심리치료에 대한 귀하의 생각이나 느낌을 알아보는 문항입니다. 다음 각 문항에 대해 귀하의 생각이나 느낌을 가장 잘 나타내는 숫자를 선택해주십시오.

번호	문항	전혀 아니다	대체로 아니다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	만약 정신적인 문제로 붕괴되고 있다고 생각되면 나는 우선 전문적인 도움을 구할 것이다.	1	2	3	4
2	자신의 문제를 상담사와 의논하는 것은 정서적인 갈등을 해결하는데 썩 좋은 방법은 아닌 것 같다.	1	2	3	4
3	만약 내가 현재 심각한 정서적인 위기를 겪고 있다면 상담으로 안정을 찾을 것이라고 확신한다.	1	2	3	4
4	전문적인 도움을 받지 않고 자신의 갈등이나 두려움을 극복하려는 사람의 태도는 존경할 만하다.	1	2	3	4
5	만약 내가 오랜 기간 동안 불안과 걱정으로 고통받았다면 상담과 같은 전문적인 도움을 구하겠다.	1	2	3	4
6	나는 언젠가 심리적인 문제로 상담을 받기 원할지도 모른다.	1	2	3	4
7	정서적인 문제(예: 우울, 불안, 분노 등)를 가진 사람은 혼자서 그 문제를 해결하기 어렵고 전문적인 도움을 받아야 해결할 수 있을 것이다.	1	2	3	4
8	상담에 드는 비용을 고려해 볼 때 그만한 가치가 있는지 의심스럽다.	1	2	3	4
9	자신의 문제는 스스로 해결해야 하며 상담을 받는 것은 최후의 수단이다.	1	2	3	4
10	다른 것과 마찬가지로 정서적인 어려움도 저절로 해결되는 경향이 있다.	1	2	3	4