

남녀대학생의 연인관계 효능감이 연인관계 만족도에 미치는 영향: 관계유지행동의 매개효과*

Romantic Relationship Self-Efficacy and Relationship Satisfaction among Male and Female College Students: The Mediating Effect of Relationship Maintenance Behaviors

1차원고접수: 2026.01.06. 수정원고접수: 2026.03.04. 최종게재결정: 2026.03.20.

임정하¹ · 서진아² · 김혜민³

¹고려대학교 사범대학 가정교육과, 교수

²고려대학교 대학원 생활과학과 아동학전공, 박사수료

³고려대학교 대학원 생활과학과 아동학전공, 석사

Lim, Jungha¹

Seo, Jina²

Kim, Hyemin²

¹Dept. of Home Economics Education, Korea University

²Dept. of Human Ecology, Graduate School of Korea University

국문초록 본 연구는 사회인지이론(Bandura, 1997)을 바탕으로 대학생의 연인관계 효능감이 연인관계 만족도에 미치는 영향에서 다차원적 관계유지행동의 매개효과를 검증하고자 하였다. 연구대상은 이성교제 중인 대학생 351명으로, 서울 및 경기지역 소재 대학교에서 표집하였다. 온라인 설문조사 방법을 활용하여 연인관계 효능감, 관계유지행동, 연인관계 만족도에 대한 자료를 수집하였다. 수집된 자료는 기술통계, *t*-검증, 상관분석, PROCESS macro의 Model 4를 활용하여 분석하였다. 그 결과, 남학생 집단에서 연인관계 효능감은 관계유지행동 중 긍정성과 확실성 차원을 통해 연인관계 만족도에 유의미한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 여학생 집단에서는 연인관계 효능감이 긍정성과 확실성 차원을 통해 연인관계 만족도에 정적 영향을 미친 반면, 개방성과 책임 차원을 통해서도 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대학생의 연인관계 만족도를 높이기 위해 관계유지행동 중심의 개입을 설계할 때, 성별 특성을 고려한 차별화된 접근이 필요함을 시사한다.

주요어 연인관계 효능감, 관계유지행동, 연인관계 만족도, 대학생

Abstract Grounded in social cognitive theory (Bandura, 1997), this study examines the mediating effects of multidimensional relationship maintenance behaviors on the association between romantic relationship self-efficacy and relationship satisfaction among college students. Participants were 351 college students currently involved in heterosexual romantic relationships and recruited from universities in Seoul and the Gyeonggi region. Data were collected using an online self-report survey measuring romantic relationship self-efficacy, relationship maintenance behaviors, and relationship satisfaction. Descriptive statistics, independent-samples *t* tests, correlation analyses, and mediation analyses using PROCESS macro Model 4 were conducted. The results indicate that, among male students, romantic relationship self-efficacy had a significant positive indirect effect on relationship satisfaction through positivity and assurances. Among female students, positive indirect effects were found through positivity and assurances. However, negative indirect effects were observed through openness and sharing tasks. These findings suggest that interventions to enhance relationship satisfaction among college students should focus on relationship maintenance behaviors and adopt differentiated approaches that consider gender-specific relational processes.

Keywords *romantic relationship self-efficacy, relationship maintenance behaviors, relationship satisfaction, college students*

* 본 연구는 2026학년도 고려대학교 사범대학 특성화연구비 지원을 받아 수행되었음.

본 연구는 2025년 한국인간발달학회 추계공동학술대회 포스터 발표를 수정 · 보완한 것임.

Corresponding to 서진아(Seo, Jina)

고려대학교 대학원 생활과학과 아동학전공, 박사수료(Dept. of Human Ecology, Graduate School of Korea University)

E-mail, niceseopd7@korea.ac.kr

Copyright © 2026 The Korean Association of Human Development. All rights reserved.

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

성인 초기에 해당하는 대학생은 가족의 울타리를 벗어나 친밀한 관계를 맺으려 노력한다. 이 시기에 만나는 연인은 깊은 유대와 신뢰, 사랑을 바탕으로 친밀한 관계를 맺을 수 있는 주요 대상이다. 연인관계는 어떠한 계약이나 책임 없이 결혼하기 전까지 계속되는 만남의 과정으로(이정우, 계선자, 김명자, 1992) 강한 정서적, 성적 친밀감을 느끼는 낭만적인 관계를 의미한다(Sippola, 1999). 대학생은 연인관계를 통해 이성에 대한 호기심을 충족할 수 있고, 의사소통이나 갈등 해결과 같은 친밀한 관계에 필요한 다양한 기술을 익힐 수 있다(Collins & Sroufe, 1999). 또한 연인관계에서 상호 신뢰와 존중이 형성되고, 정서적 교류가 원활하며, 갈등이 효과적으로 조절될 때 개인은 높은 만족감을 경험할 수 있다(Sprecher & Felmlee, 1997).

연인관계 만족도는 연인관계에서 개인이 경험하는 행복감이나 친밀감, 상호이해 등 관계 전반에 대해 느끼는 긍정적 정서의 수준을 의미한다. 이는 연인관계에 대한 개인의 자각으로 관계의 질을 평가하는 근거가 된다(Sanderson & Cantor, 2001). 만족스러운 연인관계는 개인의 행복감을 높여주고(Demir, 2008), 연인 간 인격적인 성장을 이루게 하며, 성공적이고 생산적인 사회생활과 관련된다(Karney & Bradbury, 1995; Weiss & Heyman, 1997). 반면 연인관계가 불만족스러울 경우, 개인은 고립감이나 공허함, 우울과 불안 같은 심리적 부적응을 겪을 수 있다(권석만, 1997). 나아가 연인관계 만족도는 결혼관이나 결혼생활 만족도, 결혼생활 적응에도 영향을 미칠 수 있어(Barnes et al., 2007) 대학생의 연인관계 만족도와 관련된 요인을 살펴볼 필요가 있다.

연인관계 만족도에 영향을 미치는 요인은 매우 다양하지만, 개인이 관계 상황에서 자신의 역량과 유능함을 어떻게 인식하는가는 관계 경험을 형성하는 중요한 내적 요인일 수 있다. Bandura(1997)는 이러한 자

기 역량에 대한 인식의 개인차를 자기효능감(self-efficacy)의 개념으로 설명하였다. 자기효능감은 주어진 요구를 충족하기 위해 필요한 행동을 조직하고 실행할 수 있는 자신의 능력에 대한 신념을 의미한다. 자기효능감은 긍정 정서 및 적응적 기능과 밀접히 관련되어 있으며, 다양한 삶의 맥락에서 개인의 성취와 만족도와 같은 심리적 결과를 예측하는 핵심 요인으로 보고되어 왔다. 예를 들어, 높은 수준의 학업 자기효능감은 학업수행과 만족도를 높이고(Schunk & Pajares, 2009), 높은 수준의 진로결정 자기효능감은 직업 만족도를 높이는 것으로 나타났다(Lent, Brown, & Hackett, 1994). 이를 연인관계 맥락에 적용해 보면, 개인이 관계 상황에서 자신이 효과적으로 상호작용하고 문제를 해결할 수 있는 유능한 파트너라고 인식할수록 연인관계를 보다 긍정적으로 유지하며 높은 수준의 연인관계 만족도를 경험할 가능성이 클 것으로 예상된다.

본 연구는 연인관계 맥락에서 자기효능감을 연인관계 효능감이라 명명하고자 한다. 연인관계 효능감(romantic relationship self-efficacy)이란 개인이 연인관계에서 부정적인 정서를 조절하고, 연인과 긍정적으로 상호작용하며, 관계에서 발생하는 문제를 효과적으로 해결함으로써 만족스러운 관계를 유지할 수 있다고 믿는, 자신의 능력에 대한 신념을 의미한다(Riggio et al., 2011). 이러한 신념은 연인 간 의사소통, 갈등 해결, 친밀감 유지와 같은 관계적 기술에 대한 개인의 유능감 인식을 반영하며, 연인관계의 질과 관계의 지속성에 중요한 영향을 미치는 것으로 보고되어 왔다(Lopez, Morúa, & Ric, 2007). 연인관계 효능감이 높은 개인은 연인관계에서 직면하는 도전적 상황을 보다 효과적으로 관리하고, 관계 내 어려움이나 갈등을 극복할 가능성이 높기 때문에 전반적으로 긍정 정서를 더 많이 경험하고, 부정 정서는 덜 경험하는 경향을 보인다. 또한 이들은 관계 상황을 보다 긍정적으로 해석하고 조망하는 경향이 있으며, 이러한 인지적, 정서적 특성은 높은 행복감과 연인관계 만족도로 연결될 수 있다(Natvig, Albrektsen, & Qvarnstrom, 2003). 반면, 낮은 수준의 연인관계 효능감은 낮은 긍정 정서와 높은 부정 정서 경험, 낮은

연인관계 만족도와 관련되는 것으로 나타났다(Strobel, Tumasjan, & Spörrle, 2011). 나아가, 개인의 연인관계 효능감이 높을수록 관계에서 더 큰 자신감을 가지고 행동하며, 이러한 자신감은 연인관계의 질과 만족도를 직접적으로 향상시키는 요인으로 작용할 수 있다(Cabelludue & Boswell, 2012).

이렇듯 연인관계 효능감은 연인관계 만족도에 직접적인 영향을 미치기도 하지만, 그 사이에는 다양한 매개요인이 있을 수 있다. 특히, 연인관계 효능감은 행동을 유발하고 지속시키는 특성을 가지고 있기 때문에 (Lopez et al., 2007) 특정 행동을 유발하여 연인관계 만족도에 영향을 줄 수 있다. Bandura(1977, 1997)의 사회인지이론(social cognitive theory)에 따르면 개인의 행동은 결과 기대(outcome expectations)와 효능감 기대(efficacy expectations)의 상호작용에 의해 결정된다. 예를 들어, ‘연인관계에서 내가 일관되게 긍정적인 행동을 하면 연인관계 만족도가 높아질 것이다’라는 결과 기대를 가지고 있더라도 스스로 이를 실천할 수 없다고 믿으면 실제 행동의 변화가 일어나지 않을 가능성이 크다. 반면, 연인관계 효능감 수준이 높은 개인은 관계에서 긍정적인 결과를 기대할 뿐만 아니라, 연인관계를 유지하고 만족도를 높이기 위해 긍정적인 행동을 더 많이 시도하고 지속할 가능성이 크다. 따라서, 연인관계 효능감은 특정 행동을 유발하고 이를 지속시키는 과정을 통해 연인관계 만족도에 영향을 미칠 수 있다.

본 연구는 연인관계 효능감이 유발하는 특정 행동 가운데, 관계유지행동에 주목하고자 한다. 관계유지행동은 연인들이 친밀감과 가까움을 느끼는 상태를 유지하기 위해 수행하는 행동을 의미한다(Dindia & Canary, 1993). 연인관계에서 특별한 순간이나 이벤트의 수행도 중요하지만, 일상의 작은 노력이나 습관적인 행동들이 관계를 유지하는데 더 크게 기여할 수 있다(Ogolsky & Stafford, 2022). 보고에 따르면 연인들은 관계를 발전시키거나 종료하는 것보다 관계를 유지하는 일상적인 행동에 더 많은 시간을 할애한다(Duck, Hay, Hobfoll, Ickes, & Montgomery, 1988). 따라서 자신을 유능한 관계 파트너로 인식하고 관계를 긍정적으로 이끌 수

있다고 믿는 개인은 일상적인 관계유지행동을 더 많이 수행할 가능성이 크다. 실제로 연인관계 효능감이 높은 사람은 일상에서 개방적 의사소통과 긍정적 상호작용을 더 자주 사용하며(Lopez et al., 2007), 갈등 상황에서도 안정적인 정서조절을 통해 관계를 유지하려는 행동을 지속하는 것으로 나타났다(Cui, Fincham, & Pasley, 2008).

Stafford와 Canary(1991)는 관계유지행동을 긍정성, 개방성, 확실성, 네트워크, 책임의 다섯 가지 차원으로 개념화하였다. 긍정성(positivity)은 연인과 즐겁고 낙관적이며 비판을 지양하는 방식으로 상호작용하는 행동을 의미하고, 개방성(openness)은 관계의 본질과 관련된 생각과 감정을 연인과 직접적으로 논의하는 행동을 뜻한다. 확실성(assurances)은 연인에게 관계에 대한 확신과 애정을 표현하는 행동이며, 네트워크(reliance on social networks)는 연인을 가족이나 친구 등 자신의 사회적 관계망에 포함시키는 행동을 의미한다. 책임(sharing tasks)은 연인관계에서 발생하는 일을 공정하게 분담하고, 자신이 맡은 바를 책임 있게 수행하는 행동을 의미한다. 이러한 관계유지행동은 연인 간 친밀감과 헌신을 강화하고 관계 만족도를 높여 연인관계의 안정성을 높이는 핵심 요인으로 작용하는 것으로 알려져 있다. 하지만, 관계유지행동의 수행 양상은 성별에 따라 차이를 보이는 것으로 나타났다. 성인을 대상으로 한 연구(Stafford & Canary, 1991)에서는 남성이 여성보다 긍정성, 확실성, 네트워크를 더 많이 사용하는 것으로 인식됨을 보고하였다. 대학생을 대상으로 한 연구(Weiser & Weigel, 2016)에서는 여성이 남성보다 확실성, 개방성, 네트워크, 책임을 중심으로 관계를 유지하는 경향이 나타났다. 또한 관계유지행동에 대한 메타분석 결과(Ogolsky & Bowers, 2012), 여성은 남성보다 전반적으로 더 많은 관계유지행동을 수행하며, 주로 개방성과 책임을 중심으로 관계를 유지하는 경향이 두드러진 반면, 남성은 긍정성과 확실성을 통해 관계를 유지하는 경향이 상대적으로 뚜렷하게 나타났다. 이러한 결과는 관계유지행동이 단순히 개인의 특성이나 관계 맥락에 의해 일률적으로 결정되는 것이 아니

라, 성별에 따라 상이한 심리적 동기와 작동 기제가 존재할 가능성을 시사한다. 따라서 본 연구에서는 관계유지행동의 성별에 따른 수행 양상을 확인하고, 남녀대학생의 관계유지행동이 연인관계 내에서 어떠한 방식으로 작동하는지 살펴보고자 한다.

남성과 여성의 관계유지행동 수행 양상에는 차이가 존재할 수 있으나, 전반적으로 관계유지행동은 연인관계의 질과 만족도를 높이는 데 기여하는 중요한 행동적 요인으로 작용한다. 관계유지행동이 연인관계 만족도로 이어지는 과정을 설명함에 있어 사회적 교환이론(social exchange theory)을 보조적 틀로 활용할 수 있다. 이 이론에 따르면, 개인은 관계 속에서 지각되는 보상이 비용을 상회할 때 관계에 대해 더 높은 만족을 경험하게 된다(Thibaut & Kelley, 1978). 이러한 관점에서 관계유지행동은 연인 간 정서적 교류와 신뢰를 강화하고 갈등이나 불확실성을 완화함으로써, 관계에서 인식되는 보상을 증가시키고 심리적 부담을 감소시키는 역할을 할 수 있다. 특히, 관계유지행동의 다섯 가지 차원은 각기 고유한 방식으로 보상과 비용의 균형에 기여할 수 있다. 긍정성은 정서적 보상을 증진시키고, 개방성은 상호 신뢰 형성을 촉진하며, 확실성은 관계 불안을 완화하는 방식으로 비용을 감소시킬 수 있다. 또한 네트워크는 외부적 지지를 통해 관계의 안정성을 강화하고, 책임은 관계에서 요구되는 역할과 과업을 공정하게 분담함으로써 만족도를 높이는 기능을 한다. 성인을 대상으로 한 연구(Dainton, 2000)에서 관계유지행동의 다섯 가지 차원은 연인관계 만족도와 정적 관련성을 보였으며, 대학생을 대상으로 한 연구(Weiser & Weigel, 2016)에서도 유사한 결과가 확인되었다. 더 나아가 관계유지행동 메타분석 결과(Ogolsky & Bowers, 2012)에서도 긍정성과 확실성은 연인관계 만족도와 상대적으로 높은 상관을 보였고, 개방성, 네트워크, 책임은 중간 수준의 상관을 나타내는 것으로 보고되었다.

주목할 점은 관계유지행동의 수행 양상에서 나타나는 성별 차이가, 관계유지행동이 연인관계 만족도로 이어지는 기능적 경로에서도 성별에 따라 상이하게 작동

할 가능성이 있다는 점이다. 부부를 대상으로 한 연구(Dainton, Stafford, & Canary, 1994)에서 긍정성과 확실성은 남편의 관계 만족도를 예측하는 핵심 요인으로 보고된 반면, 아내의 관계 만족도에는 긍정성, 확실성, 책임, 네트워크가 긍정적인 영향을 미쳤고, 개방성은 오히려 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 Weigel과 Ballard-Reisch(2001)의 종단 연구에서는 아내의 긍정성, 확실성, 네트워크가 1년 후 관계 만족도를 증진시키는 요인으로 작용한 반면, 남편의 경우 긍정성, 확실성, 네트워크는 관계 만족도를 높였으나 책임은 오히려 만족도를 낮추는 요인으로 작용하였다. 이러한 결과는 동일한 관계유지행동이라 하더라도 그 의미와 기능이 성별에 따라 다르게 인식되고 작동할 수 있음을 시사한다. 이상의 선행 연구를 종합하면, 긍정성과 확실성은 성별에 관계없이 관계 만족도를 높이는 비교적 공통적인 요인으로 일관되게 보고된 반면, 개방성, 네트워크, 책임과 같은 관계유지행동의 하위 차원은 성별에 따라 관계 만족도에 미치는 영향이 상이하게 나타나는 것으로 해석할 수 있다. 그럼에도 불구하고 기존 연구들은 관계유지행동의 하위 차원이 연인관계 만족도에 미치는 영향을 성별에 따라 체계적으로 검증하기보다는, 주로 특정 관계 유형이나 단일 성별을 중심으로 분석해 왔다는 한계를 지닌다. 이에 본 연구는 남녀 집단을 분리하여, 연인관계 효능감이 연인관계 만족도에 이르는 과정에서 긍정성, 개방성, 확실성, 네트워크, 책임의 다섯 가지 관계유지행동 차원이 어떠한 매개 경로로 작동하는지를 실증적으로 검증하고자 한다.

정리하면, 본 연구에서는 대학생의 연인관계 효능감이 관계유지행동을 통해 연인관계 만족도로 이어지는 과정을 성별에 따라 체계적으로 검증하고자 한다. 이를 위해 먼저 연인관계 효능감, 관계유지행동, 연인관계 만족도의 성차를 확인한 후, 남녀 집단을 분리하여 연인관계 효능감이 관계유지행동을 매개로 연인관계 만족도에 미치는 영향을 분석할 것이다. 특히 관계유지행동을 긍정성, 개방성, 확실성, 네트워크, 책임의 다섯 가지 차원으로 구분하여, 각 차원이 연인관계 효

능감과 연인관계 만족도 간의 관계에서 어떠한 매개적 역할을 수행하는지를 성별에 따라 검증하고자 한다. 이러한 분석을 통해 본 연구는 대학생의 연인관계 만족도를 이해하고 증진시키는 데 있어, 성차를 고려한 이론적 근거와 실천적 기초 자료를 제공하고자 한다.

2. 연구문제

연구문제 1. 대학생의 연인관계 효능감, 관계유지행동, 연인관계 만족도에 성차가 있는가?

연구문제 2. 남녀 대학생집단에서 관계유지행동의 다섯 가지 차원(긍정성, 개방성, 확실성, 네트워크, 책임)은 연인관계 효능감과 연인관계 만족도 간의 관계에서 매개적 역할을 하는가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 서울 및 경기지역에 소재한 대학교에 재학 중인 대학생을 대상으로 편의표집방법을 사용하여 자료를 수집하였다. 최종 분석에는 총 351명의 자료가 포함되었다. 연구대상자 선정기준은 응답 당시 이성 연인과 최소 3개월 이상 교제 중인 대학생이다. 이는 연인관계가 일정 수준 이상 형성되어 관계유지행동과 연인관계 만족도를 평가하기에 적절한 기간을 확보하기 위함이다. 반면, 교제 기간이 3개월 미만이거나 현재 연인관계가 없는 경우는 연구대상에서 제외하였다. 연구대상의 평균연령은 23.3세($SD = 2.63$)였다. 이들 중 남학생은 177명(50.4%), 여학생은 174명(49.6%)이었다. 연인과의 평균 교제 기간은 1년 9개월($SD = 17.80$)이었으며, 그 범위는 3개월에서 11년 8개월까지로 다양하게 나타났다. 남학생의 평균 교제 기간은 1년 7개월($SD = 16.52$), 여학생의 평균 교제 기간은 1년 11개월($SD = 18.8$)로 나타났다. 학년 분포는 1학년 31명(8.8%), 2학년 70명(20.0%), 3학년 86명(24.5%), 4학년 157명

(44.7%), 기타 7명(2.0%)이었다. 전공계열의 경우, 인문·사회·교육 155명(44.1%), 자연·공학 125명(35.6%), 의학·약학 25명(7.1%), 예체능계 43명(12.3%), 기타 3명(0.9%)으로 구성되었다.

2. 측정도구

1) 연인관계 효능감

대학생의 연인관계 효능감을 측정하기 위해 Riggio와 동료들(2011)이 개발하고 타당화 한 연인관계 자기 효능감(Self-Efficacy in Romantic Relationships; SERR) 척도를 번안하여 사용하였다. 원척도에서 2요인 구조가 도출되었으나, 개발자는 개념적 타당성에 근거해 단일요인으로 해석하였다. 본 연구에서도 확인적 요인분석을 통해 2요인 구조를 확인하였으나, 원척도의 이론적 구조에 따라 단일요인으로 간주하여 분석에 활용하였다. 예시 문항은 “나는 연인관계에서 계획을 세울 때 내가 잘할 수 있을 것이라고 확신한다” 등이 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)에서 ‘매우 그렇다(9점)’까지 9점 Likert 형식으로 응답하게 되어 있다. 총점이 높을수록 연인관계에서 자신이 능동적으로 대처하고 문제를 해결할 수 있다고 믿는 자신감이 높다는 것을 의미한다. Riggio와 동료들(2011)이 보고한 Cronbach's α 는 .89였으며, 본 연구에서는 .90으로 나타났다.

2) 연인관계 만족도

대학생의 연인관계 만족도를 측정하기 위해 권정혜와 채규만(1999)의 한국판 결혼만족도 검사(Korea-Marital Satisfaction Inventory; K-MSI)를 유소영(2000)이 연인관계에 적합하게 수정한 후, 이복동(2000)이 요인분석으로 구성타당도를 확인한 척도를 사용하였다. 원척도에서는 연인관계 불만족도를 측정하였으나, 연구 해석상의 편리함을 위해 선행 연구(송은주, 이지연, 2016)에서와 같이 하위요인의 점수를 역코딩하여 연인관계 불만족도가 아닌 만족도를 측정하였다. 본 척도는 다음과 같이 4개 하위요인으로 구성되어 있다. 전반적 만

족(16문항)은 연인관계 전반에 대한 만족도와 향후 관계에 대한 기대수준을 나타내고, 정서적 의사소통 만족(7문항)은 연인의 애정표현, 공감의 정도, 정서적 친밀감 및 이해 수준에 대한 만족을 반영한다. 문제해결 의사소통 만족(12문항)은 연인 간 의견 차이가 발생했을 때, 문제해결을 위한 상호노력 및 의사소통의 효과성을 측정한다. 공유시간 만족(6문항)은 연인과 함께 보내는 여가 시간에 대한 만족도를 평가하는 것이다. 예시 문항은 “나는 우리의 이성교제 관계가 꽤 행복하다고 생각한다.” 등이 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’까지 5점 Likert 형식으로 응답하게 되어 있다. 점수가 높을수록 개인이 연인관계에서 더 큰 행복감을 느끼고, 서로 이해하며 원활한 의사소통을 경험하고 있다고 인식함을 의미하며, 갈등이 발생하더라도 함께 해결책을 찾으려 노력하는 등 연인관계에서 느끼는 만족의 수준이 높다는 것을 의미한다. 이복동(2000)이 보고한 Cronbach's α 는 전반적 만족 .90, 정서적 의사소통 만족 .74, 문제해결 의사소통 만족 .85, 공유시간 만족 .74로 나타났다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 전반적 만족이 .86, 정서적 의사소통 만족 .82, 문제해결 의사소통 만족 .87, 공유시간 만족 .83로 나타났으며, 전체 문항은 .96으로 나타났다.

3) 관계유지행동

대학생의 관계유지행동을 측정하기 위해 Stafford와 Canary(1991)가 제시한 관계유지행동 유형을 기반으로 Canary와 Stafford(1992)가 연인과 부부를 대상으로 개발하고 타당화 한 관계유지행동전략 척도(Relational Maintenance Strategy Measure; RMSM)를 변안하여 사용하였다. RMSM은 관계유지행동을 긍정성, 개방성, 확실성, 네트워크, 책임의 다섯 가지 차원으로 개념화한 척도로, 본 연구에서는 이를 관계유지행동의 다차원적 구성요인으로 활용하였다. RMSM의 문항은 본 연구자가 변안한 후, 한국어-영어 이중언어자와 대학교수 2인에게 변안의 정확성을 검토받았다. 본 척도는

긍정성, 개방성, 확실성, 네트워크, 책임의 5요인 구조로 구성되어 있다. 긍정성(10문항)은 연인과 비판을 지양하고 긍정적인 방식으로 상호작용하는 정도를 의미하고, 개방성(6문항)은 관계의 본질과 관련된 생각과 감정을 연인과 직접적으로 논의하는 행동을 뜻한다. 확실성(4문항)은 연인에게 관계에 대한 신뢰와 애정을 표현하는 행동을 의미하고, 네트워크(4문항)는 연인을 가족이나 친구 등 자신의 사회적 관계망에 포함시키는 정도를 나타낸다. 책임(5문항)은 연인관계에서 발생하는 일을 공정하게 분담하고 자신이 맡은 역할을 책임감 있게 수행하는 행동을 의미한다. 예시 문항은 “나는 연인과의 상호작용을 더욱 즐겁게 만들기 위해 노력한다.” 등이 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(7점)’까지의 7점 Likert 척도로 응답하게 되어 있다. 점수가 높을수록 연인관계에서 긍정적이고 개방적인 태도로 상호작용하고, 신뢰와 애정을 표현하며, 연인의 가족이나 친구와의 관계를 중요하게 여기고 공동의 책임을 공정하게 분담하려는 경향이 높음을 의미한다.

본 연구에서는 이 척도를 대학생 집단에 적용함에 있어 시대적·문화적 특성을 반영한 구조적 타당화가 필요하다고 판단하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 분석 결과, 대부분의 문항은 요인부하량이 .50 이상으로 나타나 수렴타당성을 충족하는 것으로 확인되었다. 그러나 17번 문항(나는 연인에게 나의 헌신을 강조한다)의 요인부하량은 .02로, 해당 잠재요인과의 관련성이 매우 낮게 나타나 본 연구의 최종 분석에서 제외하였다. 17번 문항을 제외한 후, 5요인 28문항 모형을 기준으로 모형의 적합도를 검토한 결과, χ^2 값은 834.89 ($df = 340$, $p < .001$), CFI .919, TLI .910, RMSEA .064로 나타나 전반적으로 양호한 수준의 적합도를 보였다. Stafford와 Canary의 연구(1991)에서 관계유지행동 척도의 Cronbach's α 는 긍정성 .89, 개방성 .86, 확실성 .76, 네트워크 .82, 책임 .87로 나타났고, 본 연구에서는 긍정성 .92, 개방성 .87, 확실성 .83, 네트워크 .83, 책임 .85로 나타났다. 전체 척도의 Cronbach's α 는 .94로 확인되었다.

3. 연구절차

대학의 기관생명 윤리위원회의 승인(KUIRB-2025-0169-01)을 받은 후, 연구를 진행하였다. 예비조사 단계에서 설문지의 타당성과 절차상의 문제를 검토하기 위해 서울 및 경기 소재 대학에 소속된 학생 중 현재 연인과 3개월 이상 이성교제 중인 대학생 60명을 대상으로 자료를 수집하였다. 자료 수집은 리서치 기관인 마크로밀엠브레인의 등록패널을 활용하여 2025년 4월에 온라인 설문조사 방식으로 진행되었다. 조사에 참여한 패널에게는 마크로밀엠브레인에서 지급하는 소정의 적립금이 지급되었다. 예비조사 단계에서 별다른 문제점이 발견되지 않았다. 본조사는 2025년 5월에서 6월 사이에 서울 및 경기 소재 대학에 소속된 학생 중 연인과 3개월 이상 이성교제 중인 대학생 320명을 대상으로 실시하였다. 본조사 역시 마크로밀엠브레인의 등록패널을 활용하였다. 예비조사와 본조사 모두 동일한 조건에서 동일한 설문지를 사용하여 진행되었으므로, 최종 분석에서는 예비조사와 본조사에서 회수된 설문지를 모두 활용하였다. 총 380개의 설문지 중 불성실하게 응답한 설문지 29개를 제외하고 총 351개(92.4%)의 설문지를 사용하였다.

4. 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS Statistics 29.0과 PROCESS macro 4.2를 사용하여 분석하였다. 먼저, 연구대상자의 일반적 특성을 알아보기 위해 기술통계치를 산출하고, 대학생의 연인관계 효능감과 연인관계 만족도, 관계유지행동의 성차를 알아보기 위해 독립표본 t 검증을 실시하였으며, 효과크기 지표인 Cohen의 d 값을 산출하였다. 다음으로, 연구변인들 간의 관련성을 살펴보기 위해 남녀집단을 구분하여 Pearson의 적률 상관분석을 실시하였다. 끝으로, 대학생의 연인관계 효능감과 연인관계 만족도의 관계를 관계유지행동의 하위요인이 매개하는지 알아보기 위해 Hayes(2015)가 제시한 PROCESS macro Model 4를 사용하여 병렬다중 매개분석을 실시하였다. 남학생 집단과 여학생 집단을

분리한 후, 독립변수에 연인관계 효능감, 종속변수에 연인관계 만족도, 매개변수에 관계유지행동의 다섯 가지 차원을 병렬로 입력하였다. 이후, 관계유지행동의 간접효과가 통계적으로 유의한지 알아보기 위해 5,000회의 부트스트래핑(bootstrapping)을 적용해 매개효과의 유의도를 검증하였고, 간접효과 간 크기 차이를 검증하였다.

III. 결과 및 해석

1. 대학생의 연인관계 효능감, 관계유지행동, 연인관계 만족도의 성차

대학생의 연인관계 효능감과 관계유지행동 및 연인관계 만족도의 일반적 경향과 성차를 살펴보기 위해 전체표본 및 남녀 표본을 구분하여 평균과 표준편차를 산출하고, 독립표본 t 검증을 실시하였다(표 1 참조). 먼저, 전체 표본의 평균을 척도 범위를 기준으로 살펴본 결과, 연인관계 효능감은 9점 만점 기준에서 중상 수준($M = 6.33$)으로 나타나, 대학생들이 연인관계에서 자신의 정서조절과 문제해결 능력을 비교적 유능하게 인식하고 있음을 알 수 있다. 관계유지행동은 7점 만점 기준에서 전반적으로 높은 수준($M = 5.33$)을 보여, 일상적인 관계유지행동이 비교적 빈번하게 수행되고 있음을 의미하였다. 하위차원별로는 긍정성, 개방성, 확실성, 책임이 모두 중상 이상의 수준을 보인 반면, 네트워크는 상대적으로 중간 수준($M = 4.21$)으로 나타나 연인을 사회적 관계망에 포함시키는 행동은 다른 관계유지행동에 비해 덜 빈번한 경향을 보였다. 연인관계 만족도는 5점 만점 기준에서 중상 수준($M = 3.72$)으로, 전반적으로 안정적인 만족감을 경험하고 있는 것으로 해석할 수 있다.

다음으로, 연인관계 효능감에서 성별에 따른 차이가 유의하게 나타났으며($t = -2.02, p < .05$), 효과크기는 $-.22$ 로 작은 수준이었다. 즉 여학생 집단($M = 6.47, SD = 1.24$)이 남학생 집단($M = 6.19, SD = 1.37$)보다 연인

표 1. 대학생의 연인관계 효능감과 관계유지행동 및 연인관계 만족도의 성차

변인	전체 ($n = 351$)	남 ($n = 177$)	여 ($n = 174$)	t	Cohen's d
	$M (SD)$	$M (SD)$	$M (SD)$		
연인관계 효능감	6.33 (1.31)	6.19 (1.37)	6.47 (1.24)	-2.02*	-.22
관계유지행동	5.33 (0.76)	5.32 (0.76)	5.33 (0.77)	-0.03	.00
긍정성	5.56 (0.90)	5.56 (0.91)	5.57 (0.89)	-0.11	-.01
개방성	5.37 (0.99)	5.28 (0.94)	5.47 (1.03)	-1.80	-.19
확실성	5.64 (0.99)	5.56 (0.99)	5.72 (0.98)	-1.57	-.17
네트워크	4.21 (1.33)	4.43 (1.27)	3.99 (1.35)	3.12**	.33
책임	5.51 (0.88)	5.50 (0.91)	5.52 (0.85)	-0.19	-.02
연인관계 만족도	3.72 (0.62)	3.67 (0.64)	3.77 (0.60)	-1.59	-.17

* $p < .05$. ** $p < .01$.

관계에서 자신이 효율적으로 대처할 수 있다는 신념을 더 강하게 지니는 것으로 나타났다. 관계유지행동 총점에서는 성차가 유의하지 않았다($t = -0.03$, $p = .97$). 그러나 하위차원 중 네트워크에서는 성차가 뚜렷하게 나타났으며($t = 3.12$, $p < .01$), 효과크기는 .33으로 중간 수준에 해당하였다. 이는 남학생 집단($M = 4.43$, $SD = 1.27$)이 여학생 집단($M = 3.99$, $SD = 1.35$)보다 친구나 가족 등 주변 사회적 관계망을 통해 연인관계를 유지하려는 경향이 더 높다는 것을 의미한다. 연인관계 만족도에서도 성차가 유의하지 않았다($t = -1.59$, $p = .11$). 교제 기간에서는 성별에 따른 차이가 나타났다. 여학생의 교제 기간이 남학생보다 유의하게 길었으며($t = -2.38$, $p < .05$), 효과크기는 .25로 작은 수준에 해당하였다.

2. 남녀대학생의 연인관계 효능감과 연인관계 만족도의 관계에서 관계유지행동의 매개효과

관계유지행동의 매개효과를 검증하기에 앞서, 주요 변인 간의 관련성을 확인하기 위해 남녀집단을 구분하여 Pearson의 적률상관분석을 실시하였다(표 2 참조). 남녀 집단 모두에서 연인관계 효능감은 관계유지행동 총점 및 대부분의 하위차원, 연인관계 만족도와 유의한 정적 상관을 보여 전반적인 관련성의 방향은 유사하게 나타났다. 또한 남녀 집단 모두에서 관계유지행동 총점은 연인관계 만족도와 중간 이상 수준의 정적 상관을 보여, 관계유지행동이 연인관계 만족도와 밀접하게 관련됨을 알 수 있다. 다만 하위차원별 상관 패턴에서는 일부 차이가 나타났다. 남녀 집단 모두에서 긍정성, 개방성, 확실성, 책임은 연인관계 만족도와 비교적 일관된 정적 상관을 보인 반면, 네트워크는 다른 하위차원에 비해 상관의 크기가 전반적으로 낮았으며, 특

표 2. 대학생의 연인관계 효능감과 관계유지행동 및 연인관계 만족도의 관계

	1	2	2-1	2-2	2-3	2-4	2-5	3
1. 연인관계 효능감	-	.63***	.65***	.54***	.60***	-.00	.57***	.83***
2. 관계유지 행동	.63***	-	.91***	.84***	.84***	.37***	.83***	.69***
2-1. 긍정성	.60***	.89***	-	.72***	.79***	.06	.77***	.72***
2-2. 개방성	.59***	.83***	.65***	-	.65***	.20**	.58***	.54***
2-3. 확실성	.60***	.81***	.71***	.74***	-	.15*	.72***	.63***
2-4. 네트워크	.13	.52***	.24**	.27***	.23**	-	.13	.03
2-5. 책임	.51***	.77***	.65***	.52***	.58***	.30***	-	.67***
3. 연인관계 만족도	.72***	.67***	.73***	.53***	.64***	.09	.51***	-

주. 남학생 집단($n = 177$)의 상관계수는 대각선 위쪽, 여학생 집단($n = 174$)의 상관계수는 대각선 아래쪽에 제시하였음.* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

히 남학생 집단에서는 연인관계 만족도와 관련성이 매우 약하거나 유의하지 않은 수준으로 나타났다. 이러한 결과는 관계유지행동의 하위차원이 연인관계 만족도와 맺는 관련성의 강도와 양상이 성별에 따라 부분적으로 상이할 가능성을 시사한다.

전반적으로, 남녀 집단 모두에서 주요 변인 간 상관관계는 매개효과 분석을 위한 기본적 조건을 충족하였으며, 동시에 이후 병렬다중매개모형에서 성별을 구분해 매개 경로의 차이를 검증할 필요성을 뒷받침하는 것으로 판단하였다.

1) 남자대학생의 연인관계 효능감과 연인관계 만족도의 관계에서 관계유지행동의 매개효과

남자대학생의 연인관계 효능감과 연인관계 만족도의

관계에서 관계유지행동의 매개효과를 검증한 결과는 다음과 같다. 먼저 표 3에 따르면, 연인관계 효능감은 연인관계 만족도에 유의한 직접효과($B = .39, p < .001$)를 보였으며, 관계유지행동의 하위차원을 통제한 후에도 직접효과($B = .28, p < .001$)가 유의하게 나타나 부분매개 모형이 성립함을 확인하였다. 또한 연인관계 효능감은 관계유지행동 하위차원 중 긍정성, 개방성, 확실성, 책임에 유의한 정적 영향을 미쳤으나, 네트워크에 대한 영향은 유의하지 않았다. 관계유지행동이 연인관계 만족도에 미치는 영향에서는 긍정성과 확실성만이 유의한 예측요인으로 나타났다.

표 4에 제시된 부트스트래핑 검증 결과, 연인관계 효능감이 관계유지행동을 통해 연인관계 만족도에 미치는 총 간접효과는 .10(Boot 95% CI[.062, .140])으로

표 3. 남학생 집단의 연인관계 효능감과 연인관계 만족도 간의 관계에서 관계유지행동의 매개효과 (N = 177)

모형	경로	B	SE	β	t	R ²	F
1	연인관계 효능감 → 연인관계 만족도	.39	.02	.83	19.32***	.68	373.31***
2	연인관계 효능감 → 긍정성	.43	.04	.65	11.34***	.42	128.71***
3	연인관계 효능감 → 개방성	.37	.04	.54	8.44***	.29	71.17***
4	연인관계 효능감 → 확실성	.36	.04	.57	9.25***	.33	85.52***
5	연인관계 효능감 → 네트워크	-.00	.07	-.00	-.04	.00	0.00
6	연인관계 효능감 → 책임	.21	.03	.41	5.94***	.17	35.33***
7	연인관계 효능감 → 연인관계 만족도	.28	.02	.61	11.72***	.75	85.32***
	긍정성 → 연인관계 만족도	.19	.05	.27	3.46***		
	개방성 → 연인관계 만족도	-.06	.04	-.08	-1.42		
	확실성 → 연인관계 만족도	.13	.05	.18	2.85**		
	네트워크 → 연인관계 만족도	.00	.02	.01	0.21		
	책임 → 연인관계 만족도	-.03	.05	-.04	-.67		

p < .01. *p < .001.

표 4. 남학생 집단의 연인관계 효능감과 연인관계 만족도 간의 관계에서 관계유지행동의 간접효과 유의성 검증 (N = 177)

효과	Effect	BootSE	95% CI	
			BootLL	BootUL
총효과	.39	.02	.346	.425
직접효과	.28	.02	.235	.331
총간접효과	.10	.02	.062	.140
연인관계 효능감 → 긍정성 → 연인관계 만족도	.08	.03	.016	.152
연인관계 효능감 → 개방성 → 연인관계 만족도	-.02	.02	-.063	.015
연인관계 효능감 → 확실성 → 연인관계 만족도	.05	.02	.013	.087
연인관계 효능감 → 네트워크 → 연인관계 만족도	.00	.00	-.004	.003
연인관계 효능감 → 책임 → 연인관계 만족도	-.01	.01	-.038	.019

표 5. 남학생 집단의 관계유지행동 간접효과 간 차이 검증 결과

(N = 177)

간접효과 차이	Effect	BootSE	95% CI	
			BootLL	BootUL
긍정성 - 개방성	.22	.10	.030	.428
긍정성 - 네트워크	.18	.07	.033	.325
긍정성 - 책임	.19	.10	.005	.386
개방성 - 확실성	-.15	.06	-.272	-.039
확실성 - 네트워크	.10	.04	.028	.188
확실성 - 책임	.12	.05	.022	.227

유의하였으며, 하위 차원 중에서 긍정성 .08(Boot 95% CI[.016, .152])과 확실성 .05(Boot 95% CI[.013, .087])가 유의한 간접효과를 보였다. 반면, 개방성, 네트워크, 책임을 통한 간접효과는 통계적으로 유의하지 않았다.

남학생 집단에서 관계유지행동 간접효과의 차이를 검증한 결과는 표 5와 같다. 긍정성과 확실성을 통한 간접효과는 개방성, 네트워크, 책임보다 유의하게 큰 것으로 나타났으며, 긍정성과 확실성 간의 간접효과 크기 차이는 유의하지 않았다. 이러한 결과는 남학생 집단에서 연인관계 효능감이 연인관계 만족도로 이어지는 과정에서 긍정성과 확실성이 핵심적인 매개요인으로 기능함을 의미한다.

2) 여자대학생의 연인관계 효능감과 연인관계 만족도의 관계에서 관계유지행동의 매개효과

여자대학생의 연인관계 효능감과 연인관계 만족도

의 관계에서 관계유지행동의 매개효과를 검증한 결과는 다음과 같다. 먼저 표 6에 따르면, 연인관계 효능감은 연인관계 만족도에 유의한 직접효과($B = .35, p < .001$)를 보였으며, 관계유지행동의 하위차원을 통제한 후에도 직접효과($B = .21, p < .001$)가 유의하게 나타나 부분매개모형이 성립함을 확인하였다. 연인관계 효능감은 관계유지행동 하위차원 중 긍정성, 개방성, 확실성, 책임에 유의한 정적 영향을 미쳤으나, 네트워크에 대한 영향은 유의하지 않았다. 반면, 관계유지행동이 연인관계 만족도에 미치는 영향에서는 긍정성과 확실성은 유의한 정적 영향을 보인 반면, 책임은 유의한 부적 영향을 미쳤고, 개방성과 네트워크의 영향은 유의하지 않았다.

표 7에 제시된 부트스트래핑 검증 결과, 연인관계 효능감이 관계유지행동을 통해 연인관계 만족도에 미치는 총 간접효과는 .14로 유의하였다(Boot 95% CI

표 6. 여학생 집단의 연인관계 효능감과 연인관계 만족도 간의 관계에서 관계유지행동의 매개효과

(N = 174)

모형	경로	B	SE	β	t	R ²	F
1	연인관계 효능감 → 연인관계 만족도	.35	.03	.72	13.63***	.52	185.68***
2	연인관계 효능감 → 긍정성	.43	.04	.60	9.74***	.36	94.93***
3	연인관계 효능감 → 개방성	.49	.05	.59	9.68***	.35	93.69***
4	연인관계 효능감 → 확실성	.44	.04	.61	10.06***	.37	101.13***
5	연인관계 효능감 → 네트워크	.14	.08	.13	1.67	.02	2.78
6	연인관계 효능감 → 책임	.23	.04	.41	5.86***	.17	34.34***
7	연인관계 효능감 → 연인관계 만족도	.21	.03	.43	7.50***	.71	67.60***
	긍정성 → 연인관계 만족도	.31	.05	.45	6.69***		
	개방성 → 연인관계 만족도	-.07	.04	-.13	-1.97		
	확실성 → 연인관계 만족도	.18	.05	.26	3.80***		
	네트워크 → 연인관계 만족도	-.02	.02	-.05	-1.18		
	책임 → 연인관계 만족도	-.12	.05	-.13	-2.59*		

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

표 7. 여학생 집단의 연인관계 효능감과 연인관계 만족도 간의 관계에서 관계유지행동의 간접효과 유의성 검증 (N = 174)

효과	Effect	BootSE	95% CI	
			BootLL	BootUL
총효과	.35	.03	.299	.400
직접효과	.21	.03	.152	.260
총간접효과	.14	.02	.097	.192
연인관계 효능감 → 긍정성 → 연인관계 만족도	.13	.02	.085	.179
연인관계 효능감 → 개방성 → 연인관계 만족도	-.04	.02	-.077	-.001
연인관계 효능감 → 확실성 → 연인관계 만족도	.08	.02	.035	.127
연인관계 효능감 → 네트워크 → 연인관계 만족도	-.00	.00	-.013	.003
연인관계 효능감 → 책임 → 연인관계 만족도	-.03	.01	-.049	-.006

표 8. 여학생 집단의 관계유지행동 간접효과 간 차이 검증 결과 (N = 174)

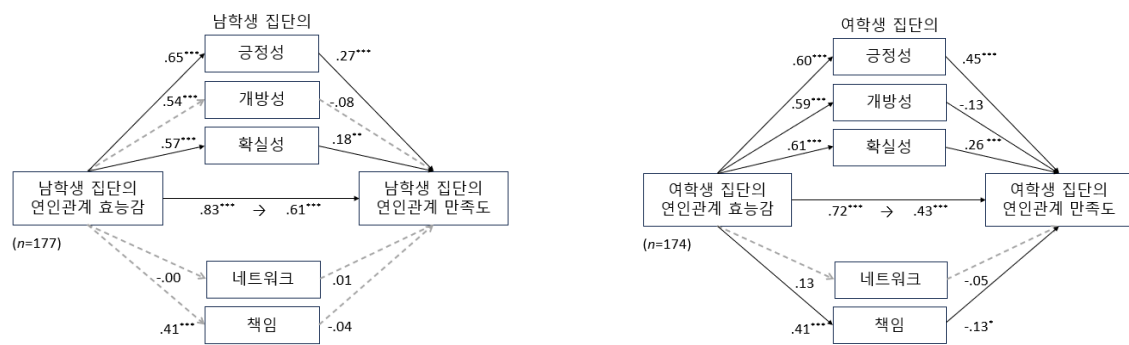
간접효과 차이	Effect	BootSE	95% CI	
			BootLL	BootUL
긍정성 - 개방성	.35	.07	.211	.483
긍정성 - 네트워크	.28	.05	.186	.371
긍정성 - 책임	.33	.06	.213	.432
개방성 - 확실성	-.24	.07	-.384	-.100
확실성 - 네트워크	.17	.05	.081	.264
확실성 - 책임	.22	.05	.115	.322

[.097, .192]). 하위차원별로는 긍정성 .13(Boot 95% CI [.085, .179])과 확실성 .08(Boot 95% CI [.035, .127])이 유의한 간접효과를 보인 반면, 개방성 -.04(Boot 95% CI [-.077, -.001])와 책임 -.03(Boot 95% CI [-.049, -.006])은 부적 방향의 간접효과가 유의하게 나타났다. 네트워크를 통한 간접효과는 통계적으로 유의하지 않았다.

여학생 집단의 관계유지행동 간접효과의 차이를 검증한 결과는 표 8과 같다. 긍정성과 확실성을 통한 간접효과는 개방성, 네트워크, 책임보다 유의하게 큰 것으로 나타났으며, 긍정성과 확실성 간의 간접효과 크기 차이는 유의하지 않았다. 반면, 개방성과 책임은 다른 하위요인에 비해 상대적으로 작은 간접효과를 나타냈다. 이러한 결과는 여자대학생 집단에서 연인관계 효능감이 연인관계 만족도로 이어지는 과정에서 긍정성과 확실성은 촉진적 매개요인으로 작동하는 반면, 개방성과 책임은 관계 맥락에 따라 만족도를 저해하는 방향으로 기능할 가능성을 시사한다.

끝으로, 남녀 대학생 집단을 비교한 매개모형 분석 결과는 그림 1에 제시되어 있다. 남녀 집단 모두에서

연인관계 효능감은 연인관계 만족도에 유의한 직접효과를 유지하면서, 관계유지행동을 통해 부분적으로 매개되는 구조를 보였다. 공통적으로, 관계유지행동의 긍정성과 확실성 차원은 남녀 집단 모두에서 연인관계 효능감과 연인관계 만족도를 연결하는 핵심 매개요인으로 확인되었으며, 이는 연인관계에서 긍정적 상호작용과 관계에 대한 확신이 만족도를 증진시키는 데 중요한 역할을 함을 시사한다. 반면, 네트워크는 두 집단 모두에서 유의한 매개효과를 보이지 않아, 연인을 사회적 관계망에 포함시키는 행동은 연인관계 만족도로 이어지는 경로로 작동하지 않는 것으로 나타났다. 이에 더해, 성별에 따른 차이도 확인되었다. 남학생 집단에서는 긍정성과 확실성 외의 하위차원들이 매개과정에서 유의한 역할을 수행하지 않은 반면, 여학생 집단에서는 개방성과 책임이 연인관계 만족도에 부적 방향으로 작동하는 매개경로가 추가적으로 확인되었다. 이는 여자대학생의 경우 관계에 대한 논의나 책임 분담이 상황에 따라 관계 부담으로 인식되어 만족도를 저하시킬 가능성이 있음을 시사한다. 종합하면, 연인관



주. 통계치는 표준화 회귀계수임. 실선은 매개효과가 유의한 경로를 나타내고, 점선은 비유의한 경로를 나타냄.
* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

그림 1. 연인관계 효능감과 연인관계 만족도 간의 관계에서 관계유지행동의 매개효과

계 효능감이 관계유지행동을 통해 연인관계 만족도로 이어지는 과정은 남녀 모두에서 공통적인 핵심 경로를 공유하면서도, 일부 하위요인의 기능적 역할에서는 성별에 따라 상이한 양상을 보이는 것으로 정리할 수 있다. 추가적으로 연애기간이 잠재적 혼란변수로 작용할 가능성을 고려하여 이를 공변량으로 통제한 후 분석을 실시 하였으나, 남녀 집단 모두에서 매개효과의 유의성과 방향은 기존 결과와 거의 동일하게 유지되었다.

IV. 논의 및 결론

본 연구에서는 연인관계 효능감과 연인관계 만족도 간의 관계에서 관계유지행동(긍정성, 개방성, 확실성, 네트워크, 책임)의 매개효과를 살펴보았다. 이를 위해 대학생의 연인관계 효능감, 관계유지행동 및 연인관계 만족도의 성차와 변인 간의 관련성을 살펴본 후, 남녀 집단을 구분하여 관계유지행동의 매개효과를 분석하였다. 주요 결과를 요약하고 그 의미 및 시사점에 대해 논의하면 다음과 같다.

먼저, 성차를 살펴본 결과, 첫째, 연인관계 효능감은 여학생 집단이 남학생 집단보다 유의하게 높은 것으로 나타났다. 이는 여성이 남성보다 연인관계에서 자신의 능력을 더 긍정적으로 평가하고, 관계유지와 문제해결에 대한 신념이 강하다는 것을 뜻한다. 이러한 결과는 여성이 관계의 정서적 측면에 더 주의를 기울이도록

사회화되어 있어, 관계의 안정성을 유지하는 데 남성보다 더 큰 책임감을 느끼며 관계유지에 대한 자신감을 크게 지니게 된다고 보고한 Riggio와 동료들의 연구(2011) 결과와 일치한다. 또한, 여성은 관계 내 정서적 상호작용과 의사소통에 더 적극적으로 참여하고, 관계유지에 필요한 정서적 기술을 더 자주 활용하여 연인관계 효능감이 높다고 보고한 Lopez와 동료들(2007)의 연구와도 맥락을 같이 한다. 따라서 여성의 연인관계 효능감이 더 높게 나타난 것은 연인관계에서 자신의 능력에 대한 인지적 평가 수준이 성별에 따라 차이가 나타났음을 의미하며, 여성의 성역할 사회화 및 정서적 민감성이 부분적으로 영향을 미쳤을 가능성을 시사한다.

둘째, 관계유지행동의 하위요인 중 네트워크는 남학생 집단이 여학생 집단보다 유의하게 높게 나타났다. 부부 대상 연구에서는 남성이 여성보다 더 많은 네트워크를 사용하는 것으로 인식되기도 하였고(Stafford & Canary, 1991), 대학생 대상 연구에서는 여성이 남성보다 더 많은 네트워크를 수행하는 것으로 나타나기도 하였다(Weiser & Weigel, 2016). 이러한 점을 고려할 때, 본 연구에서 나타난 성차는 남녀 간 네트워크 행동 수행 수준에 차이가 존재함을 보여주는 것으로 특정 표본과 관계 맥락에서 관찰된 결과로 제한적으로 해석할 필요가 있다. 반면, 긍정성, 개방성, 확실성, 책임의 경우, 남학생 집단과 여학생 집단 간에 유의한 차이가 나타나지 않았다. 이러한 결과는 관계유지행동의

수행이 성별에 따라 뚜렷한 차이를 보이지 않는다고 보고한 연구들(Ayres, 1983; Dainton et al., 1994; Dindia & Baxter, 1987)과 유사하다. 이는 관계유지행동의 수행이 성별보다는 관계의 질과 상호작용 구조에 의해 더 크게 좌우될 가능성을 시사한다.

셋째, 연인관계 만족도에서 남학생 집단과 여학생 집단 간에 유의한 차이가 나타나지 않았다. 이는 연인관계 만족도가 성별에 따라 달라지지 않는다고 보고한 연구(Weiser & Weigel, 2016)와 맥을 같이한다. 연인관계 만족도는 관계 경험의 결과로 형성되는 정서적 평가라는 점에서 개인의 인지적 자기평가와는 다른 수준의 변인으로 이해될 수 있다. 따라서 연인관계 만족도는 생물학적 혹은 사회적 성차보다는 관계의 질과 상호적 경험에 의해 보다 직접적으로 영향을 받는 특성이 있으며, 이러한 점이 성차가 나타나지 않은 결과와 관련될 수 있다.

다음으로, 대학생의 연인관계 효능감과 연인관계 만족도의 관계에서 관계유지행동의 매개효과는 성별에 따라 다른 양상으로 나타났다. 남학생 집단의 경우, 연인관계 효능감이 긍정성과 확실성을 매개로 연인관계 만족도에 영향을 미쳤다. 반면 개방성, 네트워크, 책임의 매개경로는 유의하지 않았다. 이는 남성의 연인관계 효능감이 주로 긍정적 상호작용과 관계의 지속 가능성에 대한 확신을 통해 만족도로 이어짐을 시사한다. 이러한 결과는 남성에게 긍정성과 확실성이 관계 만족도의 핵심 예측요인을 보고한 선행 연구들(Stafford & Canary, 1991; Dainton, 2000)과 일치한다. 즉, 자신을 유능한 파트너로 인식하는 남성은 갈등을 최소화하고 정서적 안정을 유지하는 방식으로 연인관계 만족도를 증진시키는 것으로 해석할 수 있다.

여학생 집단의 경우, 연인관계 효능감과 연인관계 만족도의 관계에서 긍정성과 확실성을 통한 정적 매개경로와 더불어 개방성과 책임을 통한 부적 매개경로가 동시에 확인되었다. 긍정성과 확실성은 관계 내 신뢰와 친밀감을 강화하여 만족도를 높이는 주요 경로로 작동하였다. 이는 여성의 관계유지행동에서 정서적 조화와 안정성이 핵심적 역할을 한다는 선행 연구(Ogolsky

& Bowers, 2012)와 일치한다. 여성은 관계에서 정서적 조화와 상호적 유대를 중시하는 경향이 있으며, 이러한 특성은 공감적 상호작용과 애정 및 헌신의 명확한 표현으로 나타날 수 있다. 본 연구의 결과는 여성의 연인관계 효능감이 긍정성과 확실성을 매개로 관계의 안정성과 정서적 신뢰를 강화함으로써 만족도를 높이는 방향으로 작용하였음을 시사한다. 반면, 개방성과 책임은 여학생 집단에서 오히려 연인관계 만족도를 낮추는 방향으로 작동하였다. 이는 개방적 대화가 관계의 이해를 높이는 동시에 갈등이나 불만을 노출시켜 만족도를 낮출 수 있다고 보고한 선행연구(Ogolsky & Stafford, 2022)와 맥을 같이한다. 특히 관계에 대한 감정이나 요구를 솔직하게 표현하는 개방성은 상황에 따라 긴장이나 정서적 피로를 유발할 수 있으며, 여성의 경우 이러한 정서적 민감성이 관계의 부정적 측면을 더욱 인식하게 하여 연인관계 만족도에 부정적인 영향을 미칠 가능성이 있다. 여학생 집단의 책임 행동 역시 정서적 피로나 교환의 불균형 인식을 강화할 가능성이 나타났다. 이는 부부를 대상으로 한 연구(Weigel & Ballard-Reisch, 2008)에서 책임 수행이 정서적 보상과 직접적으로 연결되지 않거나 과부하될 경우 관계 만족도를 낮출 수 있다고 보고한 결과와 유사한 맥락에 있다. 이러한 결과들은 연인관계에서 개방적 의사소통과 책임 수행이 항상 만족도를 높이는 방향으로만 작동하지는 않으며, 상황에 따라 정서적 부담이나 교환의 불균형을 증폭시킬 수 있음을 시사한다.

여학생 집단에서 나타난 개방성과 책임의 부적 매개효과는 비일관적 매개현상(inconsistent mediation)의 한 형태로 해석될 수 있다. MacKinnon, Fairchild와 Fritz(2007)는 서로 상반된 방향의 매개경로가 동시에 존재할 때 이러한 현상이 발생한다고 설명하며, 이는 상반된 심리적 과정이 경쟁적으로 작용한 결과일 수 있다고 보고하였다. 즉, 여학생 집단의 경우, 연인관계 효능감이 긍정성과 확실성을 통해 만족도를 높이는 동시에, 개방성과 책임을 증가시켜 만족도를 낮추는 상반된 경로가 공존하는 것이다. 이는 관계유지행동이 단일한 긍정적 기능만을 갖는 것이 아니라, 수행 맥락과

부담 수준에 따라 이중적 기능을 가질 수 있음을 시사한다.

한편, 남녀 집단 모두에서 관계유지행동 중 네트워크차원의 매개경로는 유의하지 않았다. 이는 관계유지행동의 모든 하위차원이 관계 만족도와 정적 관련을 보인다고 보고한 선행 연구들(Dainton et al., 1994; Dainton, 2000; Weigel & Ballard-Reisch, 2001, 2008; Weiser & Weigel, 2016)과는 다른 결과이다. 이러한 결과는 시대적 변화에 따른 관계 형성 방식의 차이에서 기인한 것으로 해석해 볼 수 있다. 과거에는 사회적 모임이나 대면 접촉을 통해 관계망을 구축해야 했으나, 오늘날에는 SNS와 디지털 매체를 중심으로 관계가 보다 자연스럽게 확장되고 있기 때문이다. 즉 현대의 대학생들에게 네트워크는 관계를 유지하기 위한 별도의 노력이라기보다, 이미 관계가 형성되고 유지되는 기본적인 배경(background)으로 작용할 가능성이 있다. 따라서 본 연구에서 네트워크의 경로가 유의하지 않은 것은 최근 연구들(Gursoy & Ozkan, 2023; Utz & Breuer, 2017)이 보여주듯, 사회적 연결망의 확장이 반드시 연인관계 만족으로 이어지지 않으며 오히려 비교와 피로를 유발할 수 있다는 점을 고려할 필요가 있다. 또한 본 연구에서는 요인분석을 통해 측정의 타당성을 확보하고자 하였으나, Stafford(2011)가 지적한 바와 같이 네트워크 요인은 관계 특성 예측에 제한적인 역할을 보여 왔다는 점에서 해당 측정도구의 한계도 완전히 배제하기는 어렵다.

종합하면, 남녀 모두에서 긍정성과 확실성은 연인관계 효능감과 연인관계 만족도를 연결하는 공통적 핵심 매개요인으로 작동하였다. 반면, 개방성과 책임은 여학생 집단에서만 부적 매개효과를 보여, 관계유지행동의 기능과 결과가 성별에 따라 상이하게 나타날 수 있음을 확인하였다. 이러한 결과는 사회인지이론의 관점에서 효능감이 행동 선택과 지속성에 영향을 미친다는 점을 지지함과 동시에, 사회적 교환이론의 관점에서 투입-보상의 균형이 무너질 경우 만족도가 저하될 수 있음을 보여준다. 즉 관계유지행동의 ‘양’보다 ‘수행 방식과 맥락’이 연인관계 만족도를 결정하는 핵심

요인임을 시사한다. 이러한 점을 고려할 때, 연인관계 교육 및 상담현장에서 남녀 모두에게 긍정적인 상호작용과 함께 관계의 미래에 대한 확신과 애정표현을 강화하는 개입이 포함될 필요가 있다. 특히 여성의 경우, 개방적 의사소통을 긍정적이고 안정적인 방식으로 수행하도록 돕고, 책임 수행 과정에서 발생하는 과부하를 합리적 분담과 조율을 통해 완화할 수 있는 전략을 별도로 제공할 필요가 있다.

본 연구가 갖는 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 서울 및 경기지역의 4년제 대학에 재학 중인 대학생을 대상으로 하였으므로 결과를 청년기 전체로 일반화하는 데 한계가 있다. 후속 연구에서는 지역, 연령, 직업, 학력 등 다양한 집단을 포함하여 관계 발달의 폭넓은 특성을 탐색할 필요가 있다. 둘째, 본 연구는 자기보고식 자료에 의존하였기 때문에 관계유지행동의 실제 맥락이나 파트너의 인식을 충분히 반영하지 못하였다. 향후 연구에서는 커플을 쌍으로 표집하여 상호 인식을 포함한 상호적 분석이 이루어져야 할 것이다. 셋째, 본 연구에서 네트워크는 연인관계 효능감과 연인관계 만족도 모두와 관련이 없었다. 이는 네트워크가 더 이상 관계유지를 위한 행동이라기보다는 관계가 형성되고 유지되는 사회적 맥락 요인일 가능성을 시사한다. 따라서 후속 연구에서는 디지털 관계 환경을 반영한 확장된 개념의 관계유지행동을 탐색할 필요가 있다. 마지막으로, 본 연구에서 연인관계 효능감과 연인관계 만족도 간 상관성이 비교적 높게 나타난 점은 두 변인의 개념적 구별 가능성에 대한 추가 검토의 필요성을 시사한다. 향후 연구에서는 두 변인의 구성개념을 보다 명확히 구분하고, 효능감을 매개로 하거나 다른 선행변인을 포함한 확장된 경로모형을 통해 변인 간 구조를 보다 정교하게 탐색할 필요가 있다.

이러한 제한점에도 불구하고, 본 연구는 남녀집단을 분리하여 연인관계 효능감이 관계유지행동을 통해 연인관계 만족도에 미치는 과정을 실증적으로 검증함으로써, 성별에 따른 관계유지행동의 작동 방식을 구체적으로 검증했다는 데 의의가 있다. 특히 관계유지

행동을 긍정성, 개방성, 확실성, 네트워크, 책임의 다차원적 구조로 분석하여 각 요인의 기능과 방향성을 경험적으로 확인하였다. 또한 사회인지이론의 관점에서 효능감이 행동 선택과 지속성에 영향을 미친다는 점을 연인관계 맥락에서 확장하였으며, 사회적 교환이론의 관점에서 연인관계 내 교환의 불균형이 만족도 저하로 이어질 수 있음을 실증적으로 보여주었다. 아울러 네트워크의 비유의성은 디지털 관계 환경 속에서 관계유지행동의 의미가 변화하고 있음을 확인해 주었다. 본 연구의 결과가 대학생의 연인관계를 이해하고 성별 특성을 반영한 관계 교육 및 상담 프로그램을 개발하는 데 유용한 자료로 활용되기를 기대해 본다.

참고문헌

- 권석만 (1997). 젊은이를 위한 인간관계 심리학. 서울: 학지사.
- 권정혜, 채규만 (1999). 한국판 결혼 만족도 검사의 표준화 및 타당화 연구. *한국심리학회지: 임상*, 18(1), 123-139.
- 송은주, 이지연 (2016). 부모화, 성인애착과 초기 성인기 이성관계 만족 관련변인의 구조모형 검증. *인간발달연구*, 23(1), 37-69.
<https://doi.org/10.15284/kjhd.2016.23.1.37>
- 유소영 (2000). 사랑요소의 지각된 불일치와 책임귀인양식에 따른 이성관계 만족도. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 이복동 (2000). 성인 애착과 이성관계 만족: 거부 민감성과 귀인 양식의 매개효과를 중심으로. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 이정우, 계선자, 김명자 (1992). *결혼과 가족관계*. 서울: 숙명여자대학교 출판부.
- Ayres, J. (1983). Strategies to maintain relationships: Their identification and perceived usage. *Communication Quarterly*, 31, 62-67.
<https://doi.org/10.1080/01463378309369487>
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Barnes, S., Brown, K. W., Krusemark, E., Campbell, W. K., & Rogge, R. D. (2007). The role of mindfulness in romantic relationship satisfaction and responses to relationship stress. *Journal of Marital and Family Therapy*, 33(4), 482-500.
<https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2007.00033.x>
- Cabelldue, M., & Boswell, S. S. (2012). Predictors of relationship self-efficacy in undergraduates. *Psi Chi Journal of Psychological Research*, 17(4), 154-162.
<https://doi.org/10.24839/2164-8204.JN17.4.154>
- Canary, D. J., & Stafford, L. (1992). Relational maintenance strategies and equity in marriage. *Communication Monographs*, 59(3), 243-267.
<https://doi.org/10.1080/03637759209376268>
- Collins, W. A., & Sroufe, L. A. (1999). Capacity for intimate relationships: A developmental construction. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed., pp. 125-147). New York, NY: Guilford Press.
<https://doi.org/10.1017/CBO9781316182185.007>
- Cui, M., Fincham, F. D., & Pasley, B. K. (2008). Young adult romantic relationships: The role of parents' marital problems and relationship efficacy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(9), 1226-1235.
<https://doi.org/10.1177/0146167208319693>
- Dainton, M. (2000). Maintenance behaviors, expectations for maintenance, and satisfaction: Linking comparison levels to relational maintenance strategies. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17(6), 827-842.
<https://doi.org/10.1177/0265407500176007>
- Dainton, M., Stafford, L., & Canary, D. J. (1994). Maintenance strategies and physical affection as predictors of love, liking, and satisfaction in marriage. *Communication Reports*, 7(2), 89-100.
<https://doi.org/10.1080/08934219409367591>
- Demir, M. (2008). Sweetheart, you really make me happy: Romantic relationship quality and personality as predictors of happiness among emerging adults. *Journal of Happiness Studies*, 9(2), 257-277.
<https://doi.org/10.1007/s10902-007-9051-8>
- Dindia, K., & Baxter, L. A. (1987). Strategies for maintaining and repairing marital relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 4(2), 143-158.
<https://doi.org/10.1177/0265407587042003>
- Dindia, K., & Canary, D. J. (1993). Definitions and theoretical perspectives on maintaining relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10(2), 163-173.
<https://doi.org/10.1177/026540759301000201>
- Duck, S. E., Hay, D. F., Hobfoll, S. E., Ickes, W. E., & Montgomery, B. M. (Eds.). (1988). *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions*. Chichester, England: John Wiley & Sons.
- Gursoy, B., & Ozkan, B. E. N. G. İ. (2023). Social networking

- sites and relationship social comparison: Effect of relational and individual factors. *Online Journal of Communication and Media Technologies*, 13(1), 1-12. <https://doi.org/10.30935/ojcm/12864>
- Hayes, A. F. (2015). An index and test of linear moderated mediation. *Multivariate Behavioral Research*, 50(1), 1-22. <https://doi.org/10.1080/00273171.2014.962683>
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3-34. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3>
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Hackett, G. (1994). Toward a unifying social cognitive theory of career and academic interest, choice, and performance. *Journal of Vocational Behavior*, 45(1), 79-122. <https://doi.org/10.1006/jvbe.1994.1027>
- Lopez, F. G., Morúa, W., & Rice, K. G. (2007). Factor structure, stability, and predictive validity of college students' relationship self-efficacy beliefs. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 40(2), 80-96. <https://doi.org/10.1080/07481756.2007.11909807>
- MacKinnon, D. P., Fairchild, A. J., & Fritz, M. S. (2007). Mediation analysis. *Annu. Rev. Psychol.*, 58(1), 593-614. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.58.110405.085542>
- Natvig, G. K., Albrektsen, G., & Qvarnstrom, U. (2003). Associations between psychosocial factors and happiness among school adolescents. *International Journal of Nursing Practice*, 9(3), 166-175. <https://doi.org/10.1046/j.1440-172x.2003.00419.x>
- Ogolsky, B. G., & Bowers, J. R. (2012). A meta-analytic review of relationship maintenance and its correlates. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(3), 343-367. <https://doi.org/10.1177/0265407512463338>
- Ogolsky, B. G., & Stafford, L. (2022). A systematic review of relationship maintenance: Reflecting back and looking to the future. *Personal Relationships*, 30(1), 19-43. <https://doi.org/10.1111/pere.12429>
- Riggio, H. R., Weiser, D., Valenzuela, A., Lui, P., Montes, R., & Heuer, J. (2011). Initial validation of a measure of self-efficacy in romantic relationships. *Personality and Individual Differences*, 51(5), 601-606. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.05.026>
- Sanderson, C. A., & Cantor, N. (2001). The association of intimacy goals and marital satisfaction: A test of four mediational hypotheses. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(12), 1567-1577. <https://doi.org/10.1177/01461672012712001>
- Schunk, D. H., & Pajares, F. (2009). Self-efficacy theory. In K. R. Wentzel & A. Wigfield (Eds.), *Handbook of motivation at school* (pp. 35-54). New York, NY: Routledge.
- Sippola, L. K. (1999). Getting to know the "other": The characteristics and developmental significance of other-sex relationships in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(4), 407-418. <https://doi.org/10.1023/A:1021660823003>
- Sprecher, S., & Felmlee, D. (1997). The balance of power in romantic heterosexual couples over time from "his" and "her" perspectives. *Sex Roles*, 37(5), 361-379. <https://doi.org/10.1023/A:1025601423031>
- Stafford, L. (2011). Measuring relationship maintenance behaviors: Critique and development of the revised relationship maintenance behavior scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28(2), 278-303. <https://doi.org/10.1177/0265407510378125>
- Stafford, L., & Canary, D. J. (1991). Maintenance strategies and romantic relationship type, gender and relational characteristics. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8(2), 217-242. <https://doi.org/10.1177/0265407591082004>
- Strobel, M., Tumasjan, A., & Spörrle, M. (2011). Be yourself, believe in yourself, and be happy: Self-efficacy as a mediator between personality factors and subjective well-being. *Scandinavian Journal of Psychology*, 52(1), 43-48. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2010.00826.x>
- Thibaut, J. W., & Kelley, H. H. (1978). *Interpersonal relations: A theory of interdependence*. New York, NY: Wiley.
- Utz, S., & Breuer, J. (2017). The relationship between use of social network sites, online social support, and well-being: Results from a six-wave longitudinal study. *Journal of Media Psychology*, 29(3), 115-125. <https://doi.org/10.1027/1864-1105/a000222>
- Weigel, D. J., & Ballard-Reisch, D. S. (2001). The impact of relational maintenance behaviors on marital satisfaction: A longitudinal analysis. *Journal of Family Communication*, 1(4), 265-279. https://doi.org/10.1207/S15327698JFC0104_03
- Weigel, D. J., & Ballard-Reisch, D. S. (2008). Relational maintenance, satisfaction, and commitment in marriages: An actor-partner analysis. *Journal of Family Communication*, 8(3), 212-229. <https://doi.org/10.1080/15267430802182522>
- Weiser, D. A., & Weigel, D. J. (2016). Self-efficacy in romantic relationships: Direct and indirect effects on relationship maintenance and satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 89, 152-156.

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.10.013>

Weiss, R. L., & Heyman, R. E. (1997). A clinical-research overview of couple interactions. In W. K. Halford

& H. J. Markman (Eds.), *Clinical handbook of marriage and couples interventions* (pp. 13-41). Chichester, England: John Wiley & Sons.