



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](#)

이 옥 경 교수지도
석사학위 청구논문

여고생과 여대생의 자아정체감과
심리적 건강의 관계:
정서조절전략의 매개효과

2014

성신여자대학교 대학원
심리학과
신 누리

여고생과 여대생의 자아정체감과
심리적 건강의 관계:
정서조절전략의 매개효과

이 옥 경 교수지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2013년 11월

성신여자대학교 대학원

심리학과

신 누리

인 준 서

신누리의 석사학위 논문으로 인준함.

심사위원 _____ (인)

심사위원 _____ (인)

심사위원 _____ (인)

성신여자대학교 대학원

논문개요

본 연구는 여고생과 여대생의 자아정체감과 삶의 만족도, 불안의 관계에서 정서조절전략의 매개효과를 살펴보고자 하였다. 이를 통해 청소년의 심리적 문제 예방을 돕는데 목적을 두었다.

연구대상은 서울에 소재하는 인문계 여자고등학교와 4년제 여자대학교에 재학 중인 여학생들을 대상으로 총 530명이 조사되었으며, 본 연구에서는 총 499명의 자료가 사용되었다. 분석은 SPSS 18.0과 M-Plus 6.0을 활용하여 경로분석을 실시하였으며, 매개효과 유의성 검증은 Bootstrapping 분석방식으로 결과를 처리하였다. 이에 더하여 고등학생 집단과 대학생 집단의 경로계수 비교를 통한 다집단 분석을 실시하였다.

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 자아정체감은 삶의 만족도와 정적상관이 있었으며, 불안과는 부적상관이 있는 것으로 나타났다.

둘째, 삶의 만족도와 적응적·부적응적 정서조절전략의 사용은 대학생 집단이 고등학생 집단보다 더 많은 것으로 나타났다. 반면, 자아정체감과 불안은 두 집단의 연령차를 보이지 않았다.

셋째, 고등학생 집단과 대학생 집단 모두 자아정체감과 불안의 관계에서 부적응적 정서조절전략이 매개하는 것으로 나타났다. 이는 자아정체감 수준이 낮으면 불안이 높아지는 결과를 보임에도, 부적응적 정서조절전략의 사용을 감소시키는 개입을 통해 자아정체감 수준이 낮은 청소년도 불안으로 인한 영향을 낮출 수 있음을 보여준다.

이러한 연구 결과를 종합하여, 본 연구의 시사점과 의의, 제한점 및 후속 연구 방향에 관하여 논의하였다.

주요어 : 자아정체감, 삶의 만족도, 불안, 정서조절, 다집단 분석

목 차

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적	1
-----------------------	---

II. 이론적 배경

1. 청소년기(초기, 중기, 후기)의 발달적 특징	5
2. 자아정체감	8
3. 심리적 건강	12
1) 삶의 만족도	12
2) 불안	14
4. 정서조절전략	15
5. 자아정체감과 삶의 만족도, 불안의 관계	18
6. 정서조절전략과 삶의 만족도, 불안의 관계	19
7. 자아정체감, 정서조절전략, 삶의 만족도, 불안의 관계	21
8. 연구문제 및 가설	22

III. 연구 방법

1. 연구 대상	24
2. 연구 설계	24
1) 연구 변인	24
2) 모형 설정	25
3. 측정도구	26
1) 자아정체감 척도	26
2) 삶의 만족도 척도,	27
2) 불안 척도,	27

3) 정서조절전략 척도.	27
4. 통계처리 및 자료분석	30

IV. 연구 결과

1. 연구 대상자의 인구통계학적 특성	31
2. 측정 변인들 간의 상관분석	33
3. 자아정체감과 삶의 만족도, 불안 및 정서조절전략의 연령에 따른 차이	35
1) 자아정체감	35
2) 삶의 만족도	36
3) 불안	36
4) 정서조절전략	36
4. 구조모형의 분석	37
1) 구조모형 검증	37

V. 논의 및 제언

1. 연구 결과에 대한 시사점과 의의	50
2. 연구의 제한점 및 향후 연구방향	56

참고문헌

ABSTRACT

부록

표 목 차

<표 1> 한국형 자아정체감 검사의 하위요인의 내용	11
<표 2> 자아정체감 측정 도구의 하위요인별 문항구성	26
<표 3> 정서조절전략 측정 도구의 하위요인별 문항구성	29
<표 4> 연구 대상자의 인구통계학적 특성	32
<표 5> 측정 변인들 간 상관, 첨도, 왜도	33
<표 6> 자아정체감, 정서조절전략의 연령에 따른 차이	35
<표 7> 고등학생 집단의 연구모형1, 연구모형2, 연구모형3의 적합도	38
<표 8> 고등학생 집단의 연구모형 경로분석	41
<표 9> 대학생 집단의 연구모형1, 연구모형2, 연구모형3의 적합도	42
<표 10> 대학생 집단의 연구모형 경로분석	44
<표 11> 고등학생 집단의 변인들 간 직접효과, 간접효과 및 총효과	45
<표 12> 대학생 집단의 변인들 간 직접효과, 간접효과 및 총효과	47
<표 13> 고등학생 집단과 대학생 집단의 집단 간 카이스퀘어 검증 결과	49

그림 목 차

<그림 1> 연구모형1	25
<그림 2> 연구모형2	25
<그림 3> 연구모형3	25
<그림 4> 고등학생 집단의 연구모형 결과	39
<그림 5> 대학생 집단의 연구모형 결과	42

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

한국청소년상담복지개발원(옛 청소년상담원)이 발표한 '2012년 상담경향 보고서'를 보면, 청소년 상담 가운데서 우울증, 불안감, 자살 충동, 자해 등의 정신건강 문제로 상담을 받는 비중이 최근 5년간 크게 증가한 결과가 나타났다. 집단별로 살펴보면 초등학생은 가족문제, 중학생은 대인관계 문제로 상담을 많이 받는 것에 비해 고등학생과 대학생은 정신건강과 관련된 상담을 가장 많이 받은 것으로 나타났다(한국일보, 2013.4.29). 이는 고등학생은 학업문제, 대학생은 취업문제 등 우리나라 청소년들이 많은 스트레스 상황에서 많은 정신적 어려움을 겪고 있다고 해석할 수 있다. 이에 정신적, 심리적으로 건강한 청소년이 삶에서 적응적으로 살아가는데 필요한 요소들을 살펴보는 연구가 필요하며, 현재 많은 연구가 이루어지고 있다.

본 연구에서는 그에 필요한 요소 중 자아정체감을 중요한 요소로 주목하였다. 그에 대한 이유는 자아정체감이 청소년기에서 성인기로 이행될 때 중요한 발달과업이면서 시간에 따른 안정성을 보인다는 연구들이 있기 때문이다. 자아정체감과 안정성에 대하여 12세에서 20세에 이르기까지 5년에 걸친 Meeus 등(2010)의 종단 연구를 보면 63%의 청소년들이 5년이라는 시간의 흐름에도 같은 정체감 지위를 보이는 것으로 나타났다. 시간의 흐름에도 안정적인 양상을 보이는 자아정체감은 에릭슨의 발달단계에서 초기 성인기의 과업에 해당하는 친밀감을 형성하는데 영향을 미친다. 즉 한 개인이 자신에게 의미 있다고 생각하는 가치와 목표에 전념하는 것은 초기 성인기에 있는 젊은이들로 하여금 다른 사람에게 전념할 수 있는 과정의 준비가 되며, 이러한 타인에 대한 전념은 초기 성인기의 진행과 함께 증가한다(Berk, 2009;

Kroger, 2002). 성별과는 상관없이 남녀 대학생들 모두에서 자아정체감의 성취는 사랑 및 성실성과 정적인 상관관계를 가졌고, 자아정체감 유예인 경우에는 사랑 및 성실성과 부적인 상관관계를 가졌다(Berk, 2009; Markstrom et al., 1997; Markstrom & Kalmanir, 2001). 또 다른 연구들에서는 정체감 수준이 보다 발달된 경우 사랑 관계에서 좀 더 깊은 관계를 유지하며 상대방에 전념하거나 또는 그러한 관계를 만들어 갈 수 있는 준비가 된다는 것을 강하게 예측한다고 나타냈다(Berk, 2009; CraigBray, Adams, & Dobson, 1988; Montgomery, 2005).

정체감 성취지위(identity style)와 심리적 안녕(psychological well-being)의 관련성에 대한 연구에서는 정체감 성취지위가 성취수준에 가까울수록 심리적 안녕감을 더 많이 갖는다고 나타냈다(Philips & Pittman, 2007). 또한 긍정적인 자아정체감을 가지고 있는 청소년들은 자신의 미래에 대하여 보다 낙관적인 태도를 보이며, 심리적 건강을 유지하고 있음을 보여주었다(Meeus, 1996). 반면 자아정체감의 형성 수준이 낮으면 우울감을 가지고 있거나 고민이 있는 것과 같은 부정적 결과를 보여준다(Marcia, 1993). 즉, 자아정체감의 발달은 청소년의 정신건강과 안녕에 기여하고, 자아정체감이 가지는 안정성은 청소년의 안녕감과 정신건강이 자아정체감 발달과 함께 지속적으로 영향을 받을 가능성을 보여준다. 더욱이 긍정적 자아정체감은 자신에 대하여 수용적인 자세를 가질 수 있도록 하고, 처해진 현실에 대해서도 진지하고 긍정적 자세를 형성하는 내면적 상태를 가지게 하는 것을 의미하는 것으로 건강한 생활, 적응력을 위한 필수요소라고 볼 수 있다(박아청, 1999). 이러한 자아정체감의 형성이 개인의 정신건강과도 관련된다는 점, 김명소 등(2001)이 청소년기의 안녕감이 청소년들이 성장하여 사회인이 되었을 때 사회인으로서의 적응과 심리적 안녕감과 관계가 밀접하다고 한 점에서 자아정체감은 개인의 적응 뿐 아니라 청소년기 이후의 삶의 질에도 영향을 미치는 중요한 요소임을 알 수 있다.

이러한 개인의 안녕감과 정신건강에 영향을 미치는 또 다른 요인으로 정서(emotion)가 있다. 특히 최근 정신건강과 정신병리 영역에서 정서조절의 어려움이 심리적·사회적 부적응과 관련되고 정신 병리를 초래할 수 있다는 사실에 주목하고 있다(이지영, 2010; Aldao, Nolen-Hoeksema, & Schweizer, 2010; Eisenberg, Fabes, Murphy, Maszk, Smith, & Karbon, 1995). 정서조절은 개인의 적응과 원만한 사회적 관계를 이끌 수 있는 중요한 요인이며(임전옥, 장성숙, 2003), 윤석빈(1999)은 정서를 조절하는 양식에 따라 개인의 삶, 건강, 대인관계에서의 성공과 관련이 있다고 하였다.

사람들이 사용하는 여러 가지 정서조절전략은 크게 인지적 전략과 행동적 전략이 있다(Garnefski et al., 2001). 이지영과 권석만(2007)에 의하면 이러한 전략들은 다시 적응적인 전략과 부적응적인 전략으로 구분될 수 있는데, 부적응적인 전략을 사용하는 것은 우울, 불안과 같은 정서장애와 관련되는 것으로 나타나, 적응적/부적응적 정서조절 전략이 정신건강과도 관련됨을 볼 수 있다.

이상의 선행 연구를 통해 자아정체감과 정서조절전략이 개인의 안녕감과 불안, 우울과 같은 정신건강에 관련되는 변인임을 확인하였다. 높은 자아정체감 수준은 적응인 측면과 관련되고, 적응적 정서조절 전략 또한 삶에 있어서 적응적이며 정신건강과 관련된다는 점에서 자아정체감 수준이 높은 사람일수록 부적응적인 정서적인 반응이 일어났을 때 적응적인 전략을 사용하여 정서조절을 이끌어 낼 것이라고 예측해 볼 수 있다.

따라서 본 연구에서는 청소년 중기와 후기에 해당하는 여자 고등학생과 여자 대학생을 연구대상으로 하여 자아정체감과 정서조절전략에서 연령에 따른 발달적인 차이가 있는지 확인하고자 한다. 또한 여고생 집단과 여대생 집단에서 자아정체감과 적응적 측면인 주관적 안녕에서의 삶의 만족도, 부적응적 측면인 불안의 관계를 살펴보고, 자아정체감이 적응적·부적응적 정서조절전략을 통하여 이들에 미치는 영향력을 매개효과 검증을 통해 살펴보고자 한다. 이를 통해 개인이 좀 더 심리적으로 건강하게 적응하고 생활하

는데 필요한 요인들을 확인해 봄으로써 청소년기와 성인기에 나타날 수 있는 심리적 문제를 예방하는데 기여하고자 한다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 청소년기(초기, 중기, 후기)의 발달적 특징

일반적으로 청소년기의 시작은 사춘기의 시작과 함께 보고 있으며, 다양한 성숙의 과정을 통해 사회·문화적으로 독립된 성인으로 인정될 수 있는 성인이기 시작되기 이전까지를 의미한다(배은경, 2011).

청소년기는 아동에서 성인으로 가는 과도기로서 급격한 신체적 발달이 이루어지며 시작된다. 청소년기로 진입한 초기 청소년들은 아동기와 비교하여 그 성장발달에서 성적 성숙이 동반된다는 차이를 보인다. 때문에 이 시기의 청소년들은 심리적으로, 정서적으로 적지 않은 변화를 경험하게 된다(하선근, 2008). 신체성숙과 성적발달은 청소년들에게 신체에 대하여 강한 자의식과 성욕을 출현시키게 되는데, 아동기에 경험해 보지 못한 이러한 극적인 변화로 인해 초기 청소년들은 자기에 대한 모습과 자기평가에서 동요가 일어나고 이는 청소년들이 정체감 문제에 몰두하게 하는 역할을 하게 된다(장휘숙, 2009).

더불어 초기 청소년들은 형식적 조작능력을 획득해가게 되고 인지적 발달을 이루며 보다 넓은 조망으로 대상을 바라볼 수 있게 되며, 사고에 있어서도 더 융통성을 가질 수 있게 된다. 이와 같은 능력의 발달은 초기 청소년기를 넘어 중기, 후기 청소년기에 이르기까지 자기탐색의 과정을 거치게 되는데 이 과정을 통하여 그들은 자신의 문제를 검토하고 자신의 역할이나 능력 또는 가능성을 탐색하게 된다. 더불어 이러한 자신에 대한 탐색은 가치관, 도덕성 및 정치나 종교에 대한 신념을 발달시키면서 청소년기 정체감의 확립을 촉진시키게 된다(장휘숙, 2009).

청소년들의 정서적 발달적 특징을 살펴보면, 그들은 다른 발달단계와 비교

하여 많은 변화를 겪음과 동시에 성취해야 할 발달과업이 많아 여러 적응상의 어려움을 느끼게 되므로 불안, 갈등, 고민 등으로 가득 찬 질풍노도의 시기를 경험하게 된다. 성인의 기분과 비교하였을 때 청소년들의 기분은 덜 안정적이며, 즐거워하다가 슬퍼하고, 또 다시 즐거워하는 불안정한 변화들을 종종 보이게 된다. 그들의 정서적인 상태는 대체적으로 성숙과 함께 안정을 이루며 현실에 대하여 적극적인 적응이 이루어지지만, 만약 정서적인 불안정 상태가 지속되게 된다면 연쇄적인 정서적 혼란을 겪게 되어 자아가 손상되고 심리적·사회적 적응을 해나가는데 있어 많은 어려움을 경험하게 된다(하선근, 2008).

특히 중기 청소년기에 있는 고등학생의 경우 학업에 대한 스트레스가 심각하고(강승호, 정은주, 1999), 대학입시와 관련된 이러한 학업에의 스트레스는 1학년 시기에는 대학입시목표와 2, 3학년 시기에는 현재 학업성취정도라는 학년별 차이를 보여주긴 하지만 자살생각과도 관련이 있고(박광배, 신민섭, 1990), 학업에 대한 스트레스와 더불어 부모, 이성, 선생님과의 대인갈등 상황에서 자살생각이 유발된다는 점에서 정신건강의 측면에서도 청소년기는 여전히 사회가 관심을 가져야 하는 중요한 시기임을 알 수 있다.

이에 더하여 청소년들은 자기 개념과 자존감의 변화를 시발점으로 통합된 정체감을 발달시키게 된다. 자아정체감 확립은 청소년기에 수행해야 할 발달과업으로 건강한 성인으로 성장하기 위해서 가장 중요한 요소이며, 올바르게 자아정체감이 확립되게 된다면 삶의 목표가 분명해지고, 자신의 존재 가치나 현실 속에서의 자신의 위치 또는 역할을 명확히 지각하게 되기 때문에 독립적인 한 사람의 사회인으로서 자신감을 가지고 의욕적으로 살아갈 수 있는 준비가 가능하게 된다(하선근, 2008). 이를 통해 청소년들은 보다 활동적이고 친밀한 관계를 맺을 수 있게 되며, 자신감을 갖고 새로운 활동과 도전을 적극적으로 수용하는 사람으로 성장하게 된다.

이러한 청소년기는 성인기 역할로의 이행이 연장됨으로써 10대 후반부터

20대 중반까지를 포함하게 되며, 이 시기의 청소년은 후기 청소년기에 속하고, Erikson이 말한 심리사회적 유예기간(psychosocial moratorium)을 겪게 된다. 심리사회적 유예기간에 있는 후기 청소년기의 대학생들은 아동기에 있을 수 있는 부모의 간섭이나 구속에서는 벗어났지만 성인으로서 이행해야 할 새로운 책임이나 의무로부터는 성인에 비해 보다 자유로운 상황에 있기 때문에 자신의 정체감 확립을 위한 다양한 역할실험이 가능한 시기에 있다고 볼 수 있다. 그러나 한편으로는 성인으로서 이행해야 할 역할과 책임에 대하여 부담감을 받기 시작하여 새로운 역할과 상황에서 기대되는 기술과 방법을 익혀야 하고, 자신이 궁극적으로 원하는 것이 무엇인지 고민하는 과제에 직면하게 된다. 따라서 성인기 진입 단계 동안에도 정체감 발달은 핵심과제로 지속 된다.

후기 청소년기에 있는 대학생들의 경우 성인기로의 진입에 있어 필수적인 취업과 진로에 대한 곤란을 겪을 수 있는데, 특히 여자대학생의 경우 여성이 느끼는 차별, 부정적 자아개념, 실패에 대한 두려움 등을 느끼거나 다중 역할을 수행해야 하는 갈등, 진로의 목표나 진로방향들을 정하지 못하여 겪는 문제 등 진로에 대한 장벽을 느끼고 있다는 점(손은령, 김계현, 2002)에서 더욱 정체감 형성에 대한 과제가 요구된다고 볼 수 있다.

이처럼 대학생들은 대인관계에서나 교육과 직업과 같은 분야에 대해 불확실성과 실망으로 혼란을 겪게 되기도 하며, 때로는 자신이 가지고 있던 삶의 방향을 바꾸게 되기도 한다. 그럼에도 대부분은 가족이나 지역사회, 더 크게는 사회적 맥락에서의 도움으로 이를 극복하게 된다(Berk, 2007).

본 연구에서는 성장 발달의 측면에서는 초기 청소년기보다 안정적이지만, 성인기로의 이행을 앞두고 정서적, 사회적으로 혼란을 겪을 수 있는 중기, 후기 청소년을 대상으로 하여 성인기로의 진입이 건강하게 이루어질 수 있는 데 영향을 미칠 수 있는 요인을 확인해 보고자 한다.

2. 자아정체감

자아정체감(ego identity)이란 용어는 Erik Erikson에 의해 처음 사용되었다. Erikson(1968)은 그의 저서 『정체감: 청년과 위기(Identity: Youth and Crisis, 1968)』에서 청소년기를 정체감 대 정체감 혼란(identity versus identity diffusion)의 시기로 규정하고 청소년들이 정체감을 확립하기 위하여 심리사회적 위기(crisis)에 직면한다고 주장했다. Erikson은 정체감의 개념을 단순히 이론적인 구성개념으로 인식하기보다 통합성, 명확성, 안정감 및 그와 관련된 감정들과 같은 주관적 의식경험을 중요시하였으며 이러한 것들을 자아정체감이 라고 보았다(박아청, 1996)

박아청(1996)은 청소년이 대인관계 안에서 자신의 역할, 가치관, 인생의 목표 등 자신이 자기는 독특성에 대해 자각하고 이에 부합되는 일관성과 통합성을 유지하려는 노력으로 자아정체감을 정의하였다. Erikson은 이러한 자아정체감 형성이 전생애 발달적 측면에서 일생을 통해 형성되어 간다고 주장했는데, 많은 심리학자들은 일생 중에서 청소년기를 자아정체감을 형성하는데 있어 결정적 시기(critical period)라고 보는 점에 대해서 의견의 일치를 보인다.

장휘숙(2009)에 의하면 청소년기가 자아정체감 형성의 결정적 시기라는 의견에 대한 이유를 다음과 같이 정리하였는데, 청소년기는 아동기와 비교했을 때 신체적, 심리적, 성적인 면에서 급격한 변화가 일어나는 시기이고, 신체적으로는 성인이고, 아동기에서 벗어나 그에 맞는 책임과 역할을 보여줄 것을 요구받지만, 막상 독립을 하여 스스로 살아가기에는 정서적으로나 경제적으로 한계에 부딪힐 수 있는 존재이기 때문에 청소년들은 이러한 모호성에서 벗어나기 위해 노력하게 된다는 것이다. 이러한 노력은 다시 자신에 대한 탐색을 요하게 되고 이는 다시 자아정체감을 획득하기 위한 노력으로 옮겨가게 된다. 또한 청소년들은 자신의 삶을 스스로 선택해감으로써 인생의 중요한 결정을 내려야만 하는 시기에 있다고 볼 수 있다. 이러한 과정에서 이루어진 선택과

결정은 자아정체감의 핵심이 된다.

이러한 이유들은 청소년기가 자아정체감 형성에 있어 중요한 시기임을 보여 준다. 이 시기에 긍정적 자아정체감을 형성하게 되면 청소년들은 자신을 있는 그대로 인정하고 수용하여 정서적으로 안정감을 가질 수 있으며, 인생의 전반적인 목표를 설정하여 그 목표를 실천하기 위한 구체적 노력들을 하게 된다. 또한 대인관계적 측면에서 원만하고 안정적인 관계를 유지하게 된다. 그러나 부정적으로 자아정체감이 형성되거나 정체감이 혼미하게 되는 경우에는 자신을 부정하게 되고, 자신에 대하여 열등감을 느낄 수 있으며, 인생에 대한 목표를 설정하는 방향을 상실하게 된다. 그리고 대인관계에 있어 타인을 불신하게 되며, 친밀하고 긍정적인 관계를 형성하는 것에도 어려움을 겪게 된다(김효은, 2012).

자아정체감은 학교생활적응과도 관련이 있다는 연구결과들(박은아, 1993; 이차선 1998)도 있으며, 이현림과 천미숙(2003)의 연구에서는 청소년의 자아정체감과 학교생활적응의 관계가 정적상관을 보여 자아정체감이 잘 형성된 학생일수록 학업성취도가 우수하며 학교생활적응도가 높음을 나타내었다. 또한 대학생의 자아정체감과 이성교제 만족도에 관한 연구에서는 자아정체감 수준이 높게 나타난 집단이 낮게 나타난 집단에 비하여 이성교제 만족도에서 유의하게 높다고 나타났다(박남숙, 2005). 사회적 측면에서 자아정체감의 영향을 살펴볼 수 있는 청소년 자살에 관한 연구들에서도 낮은 자아정체감이 우울에 영향을 주고 이를 통해 간접적으로 자살사고에 영향을 미친다는 결과들도 나타났다(윤성림, 윤진, 1993; 이은희, 조윤자, 2008). 이는 자아정체감 형성이 한 개인의 삶에 중요한 영향을 미치며 더 나아가 사회문제와도 관련되는 중요한 변인임을 알 수 있다.

자아정체감에서의 연령에 따른 차이에 대하여 박아청(1984), 최정훈 외(1988) 등의 연구를 참고하여 허혜경과 김혜수(2002)는 연령면에서 자아정체감 발달 수준이 고등학생보다 대학생에서 더 높았고, 가치관 영역에서는 특히 대

학교 2학년보다 고학년 학 학생들이 자아정체감을 성취하는 수준에 더 많이 도달했다고 하였다. 또한 12세에서 20세까지의 5년에 걸친 종단연구에서 청소년 후기로 갈수록 자아정체감의 성취가 더 안정됨이 나타났다(Meeus, Seth, & Susan, 2010).

자아정체감을 측정하는 척도로 우리나라에 제일 먼저 소개된 척도는 Dignan(1965)의 척도로, Erikson의 저서와 그 때까지 발표되던 자아정체감에 대한 내용을 검토한 후에 ‘자기감각’, ‘독특성’, ‘자기수용’, ‘목표지향성’, ‘안정성’, ‘대인역할기대’, ‘대인관계’ 등 7개를 설정하여 개발하였다(박아청, 1996).

박아청(1996)은 이전까지 사용되고 있던 정체감 검사들의 유형을 3가지(지위 분류형, 구성요인형, 발달단계형)로 분류하여 각 유형에서 대표적인 검사 문항(전체 235개 문항)을 바탕으로 탐색적 요인분석을 실시하여 ‘한국형 자아정체감척도’를 개발하였다. 이 척도는 8가지 하위요인으로 구성되어 있었는데, 타당화 연구(박아청, 2003)를 통해 기존 척도의 ‘정체감 유예’와 ‘정체감 혼미’ 두 개의 하위요인을 제외하고 6가지 하위요인을 포함하고 있다. 이 6가지 하위요인은 자기수용성, 주체성, 주도성, 목표지향성, 미래확신성, 친밀성으로 구성되어 있으며 각 하위요인의 내용은 다음과 같다.

<표 1> 한국형 자아정체감 검사의 하위요인의 내용(박아청, 1996)

자기수용성	있는 그대로의 능력과 재능을 그대로 받아들이고 있는 정도. 자신감을 갖고 자신에 대한 신뢰의 정도
주체성	능력감 즉, 주관적인 역할 혹은 환경을 적극적으로 지배하여 영향을 줄 수 있다는 느낌의 정도. 자신의 연속성과 자기가 누구 인지를 알고 있는가?
주도성	자신 주변의 일을 스스로가 주도적으로 실행하려고 하는가? 자신의 역할에 대한 인지능력의 정도
목표지향성	장래의 자아상을 파악하고 자기 스스로가 목표를 지향하는 방 향을 신뢰하고 있는가? 주어진 과업을 수행 또는 실현하려는 의지의 정도

미래확신성	자신의 장래 직업에 대한 계획에 확신을 갖고 있는 정도. 시간적 경과에 대한 희망의 정도
친밀성	타인들과의 친밀한 관계를 유지하기 위해서 융통성을 갖고 있으며, 주체적인 관계를 유지하고 있는가? 집단 속에서 한 구성원으로서 자신의 노출정도

자아정체감을 측정하는 척도들의 하위요인을 통해 알 수 있는 것은 자아정체감이 자기에 대한 개념과 평가, 미래에 대한 계획과 그에 대한 안정감, 그리고 개인적 측면을 넘어 타인과의 관계를 모두 포함하는 것으로 한 개인의 적응성과 성장성을 통합적으로 살펴볼 수 있는 개념이라는 것이다. 이에 더하여 자아정체감과 비슷한 개념으로 사용되는 자존감에 대한 연구들에서 자존감이 반드시 불안과 연관되는 것은 아니며(Grayston, De Lucal, Boyes, 1992), 전반적인 자존감이 높더라도 자존감의 불안정성이 높다면 심리적 부적응이 나타날 수 있다는 보고들(Greenier Kernis, Waschull, 1995)이 나타나, 높은 자존감을 가진 것이 반드시 높은 삶의 만족도와 이어지는 것이 아니라는 점이 추측된다. 이는 한 개인을 평가할 때 좀 더 안정적이고 전체적으로 살펴볼 수 있는 변인이 필요하다는 점이 시사된다.

따라서 본 연구에서는 자아정체감을 한 개인의 통합적이며 안정적이고, 적응적인 자기에 대한 이해와 평가로 정의하고, 개인 외적인 영향을 모두 바꿀 수 없는 현실 속에서 자아정체감과 개인 내적 변인들의 관계를 살펴보는 것을 통해 한 개인이 심리적으로 건강하게 적응하는데 좀 더 직접적으로 변화를 줄 수 있는 변인을 확인해보고자 한다.

3. 심리적 건강

심리적 건강이라는 개념은 정신질환의 유무를 지칭하는 것을 위한 정신병리

학적 측면에서 시작되었지만, 최근에는 자아의 기능, 환경에의 적응, 또는 개인의 심리적인 안녕감(well-being)을 중심으로 하여 긍정적 측면에서 분석을 하고자 하는 경향이 증가하고 있다(백지은, 2010). 긍정적 의미와 부정적 의미 양측면 모두에서 접근이 가능한 개념으로 긍정적 심리로는 삶의 만족도, 심리적 안녕감 등이, 부정적 심리로는 우울, 불안이 주로 분석되고 있다(조용래, 2011; 김민정, 이동귀, 2008; 오성희, 박기환, 2007). 따라서 심리적 건강은 심리적 적응과 안녕감을 모두 포함하는 포괄적 개념임으로 볼 수 있다.

본 연구에서 사용하고자 하는 심리적 건강의 지표는 삶의 만족도와 불안이며, 각각의 조작적 정의는 다음과 같다.

1) 삶의 만족도

심리학에서는 사회학, 경제학 같은 사회과학영역에서 행복에 대한 객관적 지표를 통해 측정하는 삶의 질(Quality of life)이라는 개념(Layard, 2005)에 자기 지각으로서의 행복 개념이 빠져있다는 점을 극복하면서 보편성과 객관성을 얻기 위하여 주관적 안녕(subjective well-being; Diener, 1984; 임영진, 2012에서 재인용)의 개념을 만들게 되었다. 주관적 안녕은 삶의 만족도(life satisfaction)가 높고, 긍정정서(positive)를 많이 강하게 느끼고, 부정정서(negative affect)를 보다 적으면서 약하게 경험하는 상태를 아우르는 개념이다. 이 중에서 본 연구에서 사용하고자 하는 삶의 만족도는 주관적 안녕에서 인지적·평가적 측면이라고 볼 수 있다(임영진, 고영건, 신희천, 조용래, 2012). 즉, 삶의 만족도는 개인이 설정하고 있는 기준과 비교하여 자신의 삶의 상태에 대해 평가하는 의식적이면서 인지적인 판단을 의미한다(권석만, 2008). 또한 생활 전반에서 경험하는 기대나 목표의 성취 정도를 통해 느끼는 주관적 충족감의 정도(이옥순, 2011)를 말하는 삶의 만족도는 긍정정서와도 중간 이상의 상관을 보이고, 부정정서와도 마찬가지로의 상관을 보이는 것으로 나타나 삶의 만족도를 주관적

안녕의 단일한 요인으로 측정하려 할 때 서로 매우 약한 상관을 보인 긍정정서와 부정정서에 비해 용이하게 사용될 수 있다(Pavot, Diener, 2004).

이에 더하여 삶의 만족도에 관한 연령에 따른 선행 연구 결과를 보면, 16~18세 청소년집단이 13~15세, 19~21세 청소년집단보다 그 삶의 질이 떨어지고, 특히 인문계 고등학교에 재학중인 청소년들이 중학교, 실업고등학교, 대학교에 재학중인 청소년들에 비해 가장 삶의 질이 낮은 것으로 나타났다(조명한, 김정오, 권석만, 1994)

따라서 본 연구에서는 삶의 만족도를 주관적 안녕을 측정하는 척도로 사용하여, 고등학생 집단과 대학생 집단에서의 삶의 만족도를 측정하고 두 집단의 연령차를 살펴보고자 한다.

2) 불안

우울과 함께 부정적 정서의 지표로 사용되곤 하는 불안은 인간을 위협으로부터 안전하게 보호하도록 돕는 순기능이 있는 정서이지만 불안이 심해지면 너무 민감하게 되고 불필요한 경계를 지니게 되어 과도하게 긴장하거나 혼란 상태를 겪을 수 있다(권석만, 2011). 불안은 정신성 운동초조와 같은 증상으로 임상적으로 우울과 자주 중복되어 나타나는 정서(조현주 등, 2007)로 우울과 함께 정신건강에 있어 부적응적 측면을 가진 지표로 간주할 수 있다.

Kovacs 등(1989)의 연구는 주요우울 장애와 불안장애를 함께 가지고 있는 아동 중에서 3/2는 불안장애가 주요우울장애에 선행한다는 것을 보여준다. 또한 불안장애를 가진 사람은 알코올 남용과 의존을 많이 보이며(Clark, Sayette, 1993), 불안장애 이면서 우울장애로 발전된 청소년은 심리사회적인 문제가 더 많고 자살사고 역시 더 많이 가지는 것으로 나타나(Clarke, Lewinsohn, Hops, Seely, 1992; 하은혜, 오경자, 송동호, 2003에서 재인용) 불안과 우울이 공존하는 집단의 경우 더 정신병리의 위험도가 높아진다는 것을

볼 수 있다.

이에 더하여 한덕용 등(1996)의 연구 결과에서 상태불안의 경우 10대와 20대의 연령차가 남녀 집단 모두에서 나타나지 않았지만, 특성불안의 경우 10대와 20대의 연령차가 두 집단 모두에서 나타났다.

따라서 본 연구에서는 발달단계상 우울보다 선행하여 나타나고 우울과 공존시 더 위험도가 높아지는 불안을 부적응적인 측면을 측정하는 지표로 사용하고자 하며, 고등학생과 대학생 집단에서의 연령차가 나타나는지 확인 해보고자 한다.

4. 정서조절전략

정서(emotion)란 용어는 사전적인 의미로 다양한 감정, 생각, 그리고 행동과 관련된 정신적이며 생리적인 상태를 말하며 또한 주관적 경험으로써 대개 기분이나 기질, 성격 등과 관련되며, 넓은 의미의 감정 중에서도 급격히 생기는 일시적인 기쁨·슬픔·놀람·두려움·노여움 등으로 정의하기도 한다(이정은, 2012).

Gross(1998)는 이러한 어떤 정서를 언제, 어떻게 경험하고 표현할 것인가에 영향을 미치기 위하여 사람들이 사용하는 절차를 정서조절이라고 정의하였고(Gross, 2002), Thompson(1994)은 자신의 목표를 성취하기 위하여, 특히 정서적 반응의 강력하고 순간적인 특징들을 관찰, 평가, 수정하기 위한 외적이면서 내적인 과정이라고 제안하였다.

Gross(2009)는 이러한 정서조절의 개념에 대한 세 가지 측면에 대해 언급하였는데, 첫 번째 측면은 사람들의 정서조절이 부정적인 정서나 긍정적인 정서 모두를 증가시키거나 감소시킴으로써 조절하는 것일 수 있다는 것이다. 두 번째는 정서조절이 의식적 수준에서 일어날 수 있기에 처음에는 의도적일지라도

후에는 의식적인 인식 없이도 일어날 수 있다는 가정을 말하였다. 마지막 세 번째 측면은 정서조절 과정이 처해있는 맥락에 따라 더 잘 일어나거나 더 좋지 못한 방향으로 일어날 수 있다는 것이다. 이는 즉, 정서조절이 의식적인 수준이 아니어도 일어날 수 있으나, 개인의 인지적 요소가 관여될 수 있고, 개인차가 존재할 수 있음을 보여준다. 또한 정서조절은 개인의 안녕감과 사회에서의 성공적인 기능을 결정하는 중요한 요인이 된다(임전옥, 장성숙, 2003).

정서적인 불편감을 해소하는 것뿐만 아니라 정신건강 상태까지 영향을 미치는 정서조절전략은 연구자들에 따라 몇 가지 그 유형이 존재한다. Folkman과 Lazarus(1980)은 일차 및 이차 통제 대처 모델(primary and secondary control coping model)을 제안하였다. 그들은 사건이나 객관적 조건에 영향을 미치는 시도라고 볼 수 있는 일차 통제 대처(primary control coping)와 환경의 조건에 대하여 개인의 적합성을 극대화하고자 하는 시도인 이차 통제 대처(secondary control coping)라는 구분을 바탕으로 대처 전략을 크게 문제 중심 대처(problem-focused coping)와 정서 중심적 대처(emotion-focused coping)로 나누었다. 문제 중심 대처에는 문제와 상황 자체를 변화시키고자 하는 시도로서, 문제를 정의하고 대안을 고려하는 문제해결과 관련된 전략이 속하며, 정서 중심적 대처는 정서적인 반응을 조절하기 위한 활동들에의 참여를 의미한다.

Garnefski 등(2001)은 인지 또는 인지적인 과정이 정서나 감정을 다루고 조절하는 것을 가능하게 하며 정서에 압도되지 않을 수 있도록 통제하는 데에 도움을 준다고 하면서 정서조절에서의 인지적인 측면을 강조 하였다. Gross와 John(2003)은 선행사건 초점적(antecedent-focused) 전략의 대표적인 예로 정서에 대한 반응 경향성이 완전한 활성화를 이루기 전에 취하는 인지적 재평가(cognitive reappraisal)와 정서의 반응 경향성이 활성화된 이후에 취하는 반응 초점적(response-focused)전략의 대표적인 예인 억제(suppression)를 중심으로 정서조절에 관한 연구를 활발히 진행하고 있다.

한편, 민경환 등(2000)은 부정적 정서를 감소시킬 수 있는데 적응적인 조절전략에 관심을 가졌고, 일상생활 속에서 사람들이 주로 사용하는 대표적 정서조절전략을 능동적 양식, 회피/분산적 양식, 지지 추구적 양식의 세 가지 차원으로 구분하였다.

Garnefski 등(2001)은 사람들이 부정적 정서를 감소시키는 데 사용하는 정서조절전략을 정서의 어떠한 측면에 개입하는가에 따라 크게 인지적 전략과 행동적 전략으로 구분하고 있다. 이지영과 권석만(2007)은 이를 확장하여 다양한 정서조절전략을 포괄적으로 구분하기 위한 체계적 분류 체계를 제안하고자 기존의 인지적 전략, 행동적 전략의 이분법적 구분에 체험적 전략을 추가하여 정서조절전략 질문지(Emotion Regulation Strategy Questionnaire, ERSQ)를 개발하였다. 이에 더하여 ERSQ는 불쾌한 정서를 조절하는데 효과적으로 사용되는 적응적 전략과 함께 부정적 감정을 유지시키며 때로는 악화시키는 부적응적 전략까지 포함하여 정신병리와의 관련성을 조사하고 논의하는데 알맞게 구성되어 있다. 여기서 적응적 정서조절전략과 부적응적 정서조절 전략의 구분은 Garnefski 등(2001)에 의하면 인지적인 정서조절전략의 긍정적 재초점화, 긍정적 재평가, 조망하기, 계획하기, 수용을 보다 적응적으로, 반추, 자기비난, 타인비난, 파국화를 부적응적으로 나누는 것으로 보고 하였다. Gross와 John(2003)의 연구에서는 적응적 정서조절전략으로 인지적 재평가를, 부적응적 전략으로는 표현적 억제를 보여준 결과가 나타났다. 이지영과 권석만(2009)은 그들의 연구에서 수동적으로 생각하기, 능동적으로 생각하기, 인지적으로 수용하기, 문제해결행동 취하기, 친밀한 사람 만나기 등을 적응적 전략으로 보았으며, 부정적으로 생각하기, 타인 비난하기, 중독가능활동 하기 등을 부적응적 정서조절전략으로 확인하였다.

정서를 어떠한 전략으로 조절하느냐에 따라서 정서조절에 있어 어려움을 겪을 수도 있고 반대로 그렇지 않을 수도 있다. 게다가 평소에 정서를 조절하는 능력과 정서조절을 하기 위하여 사용하는 방략 모두 개인의 정신건강과 적응

에 중요한 영향을 끼친다(이지영, 2012). 이지영(2012)의 연구에 따르면 연령의 증가에 따라 부적응적 정서조절전략의 사용빈도가 감소하고, 적응적 정서조절 전략의 사용빈도는 증가하며, 적응적인 정서조절전략은 10대에 가장 적게 사용되다가 20대에 사용이 급증하는 것으로 나타났다. 그리고 10대와 20대의 정서조절전략 사용의 이와 같은 차이가 부적응적 전략에서는 유의미하지 않았고 적응적 전략에서 유의미한 차이를 보인 것으로 나타났다.

따라서 본 연구에서는 적응적 정서조절전략과 부적응적 정서조절전략이 심리적 건강에 미치는 영향과 10대, 20대에 있는 청소년 중기·후기의 청소년들에서 정서조절전략의 발달적 차이가 있는지 확인해보고자 한다.

5. 자아정체감과 삶의 만족도, 불안의 관계

기존의 국내 자아정체감 연구는 대체적으로 자아정체감에 영향을 미치는 변인들을 확인하거나 자아정체감 발달에 관련하여 이루어졌으며 2000년대에 들어서면서부터 자아정체감이 다른 변인에 미치는 영향들에 대해 연구가 진행되고 있다.

자아정체감과 심리적 안녕(psychological well-being)에 관련된 한 연구에서 혼란-회피(diffuse-avoidant) 유형의 정체감을 가진 청소년들은 규준적(normative) 또는 정보적(informational) 유형에 비해 덜 낙관적이고, 낮은 자아존중감을 가지며, 무력감을 더 많이 나타냈고, 더 높은 비행과 관련된 태도를 보이는 것으로 나타났다(Phillips, Pittman, 2007). 혼란-회피(diffuse-avoidant), 규준적(normative), 정보적(informational) 유형으로 분류되는 자아정체감 유형은 Berzonsky(1990)가 제시한 것으로 혼란-회피 유형은 그들의 미래에 대한 관심이 적고, 그들의 행동이 가져오는 장기적인 결과에도 적은 관심을 기울이며, 감정에 기초하여 결정을 내린다. 규준적 유형은 권위 있는 대상의 가치와 기대에 대해 걱정하는 특징이 있으며, 정보적

유형보다는 약한 지향점을 가지고 있다. 마지막 정보적 유형은 자기와 관련된 정보를 적극적으로 탐색, 평가, 이용하며 이러한 정보의 탐색은 강한 지향점을 가지고 이루어진다. 이는 자신의 위기에 적극적으로 관여하는 청소년들이 좀 더 심리적으로 적응적임을 볼 수 있다(Berzonsky, 2003). 그리고 또 다른 연구에서 정체감 형성 문제를 회피하면 심리적 안녕감 수준이 낮아질 수 있다(Vleioras & Bosma, 2004)는 결과들이 나와 그 관련성을 보여준다.

또한 청소년 개개인이 갖고 있는 세상에 대한 신념 및 태도가 가족소득과 같은 변인보다 청소년의 삶의 만족도에 더 큰 영향력을 갖는 것으로 나타나(조명환 외, 1994) 청소년 자신에 대한 이해와 삶에 대한 가치관을 나타내는 자아정체감의 형성이 청소년의 삶의 만족에 중요한 변인으로 작용한다는 것을 예측할 수 있다. 이에 더하여 정신건강과 관련하여 이루어진 국내 경험 연구들을 살펴보면 우울, 불안과의 관계를 다루고 있으며(구승신, 정옥희, 장성화, 2011; 박정희, 이은희, 2008; 이은희, 정순옥, 2006; 송은미, 2012), 박정희와 이은희(2008)의 연구에서는 자아정체감 수준이 낮으면 우울과 불안이 높다는 결과를 나타내었다.

따라서 본 연구에서는 적응적인 지표로 볼 수 있는 삶의 만족도와 부적응적 지표로 나타나는 불안이 자아정체감과 직접적인 관련성이 있는지를 살펴봄으로써, 자아정체감이 삶의 만족도와 불안에 미치는 영향을 검증해보고자 한다.

6. 정서조절전략과 삶의 만족도, 불안의 관계

최근 정신병리 및 정신건강 영역에서 정서조절에서 어려움을 겪는 것이 심리적인 부적응과 정신병리를 초래한다는 점에 주목하고 국내에서도 연구가 진행되고 있다(이지영, 2010; 이지영, 권석만, 2009; 조현주 등, 2007; Garnefski 등, 2001).

이지영, 권석만(2009)의 연구에서 적응적 전략이라고 나타난 7개의 전략 가운데

데 ‘조언이나 도움 구하기’ 전략을 제외한 6개의 전략은 우울과 불안에 모두 유의미한 부적 상관을 나타내었고, 이지영(2010)의 또 다른 연구에서 부적응적 정서조절전략을 사용할수록 정신병리의 전반적인 수준이 증가한다는 것이 확인되었다. 조현주 등(2007)의 연구에서는 Garnefski 등(2001)이 부적응적 정서조절전략으로 본 자기비난, 타인비난, 반추, 과국화 정서조절전략이 우울, 불안 증상과 상관이 있음이 나타났다. 또 다른 연구로 윤석빈(1999)의 연구에서 부적응적 정서조절전략으로 분류되는 회피-분산적 정서조절 전략을 제외한 능동적, 지지적 정서조절전략의 사용은 청소년의 심리적 안녕감에 정적인 영향을 미친 것으로 나타났다. 적응과 정서조절에 관한 또 다른 연구에서 위험요소가 있음에도 유연하게 좋은 적응을 보이는 적응유연한 청소년들이 취약한 청소년들보다 부적응적인 정서조절전략을 유의미하게 적게 사용하는 것으로 나타났으며(김민아, 권경인, 2008), 적응적인 인지적 정서조절전략을 사용하면 부정적 평가에 대한 두려움에도 사회불안을 경감시키는 결과를 보이기도 한다(홍경화, 홍혜영, 2011).

이들 연구에서 알 수 있는 것은 정서조절전략이 정신건강과 개인의 적응에 영향을 미치는 변인이라는 것이며, 정신건강에 적응적인 정서조절전략을 사용하는 것이 주요한 영향을 미친다는 것을 보여준다.

정서조절전략에 있어서의 연령차를 살펴보면, 정서조절 능력과 불쾌한 정서를 조절하기 위하여 사용하는 정서조절전략은 전 생애에 걸쳐 발달, 변화(Southam-Gerow & Kendall, 2002)하고, 정서조절능력은 나이가 들면서 꾸준히 증가하는 것으로 나타났는데, 10대에서 50대까지의 집단을 통해 보았을 때 부적응적 전략은 연령이 증가할수록 점진적으로 감소하였고, 적응적 정서조절 전략의 사용빈도는 10대에서 가장 낮았으며, 20대에서 가장 높았고, 이후에는 유지가 되다가 50대에 다시 감소하는 것으로 나타났다(이지영, 2012). 또 다른 연구에서는 고등학생 시기에 비해 대학생 시기가 정서에 관한 이해력이 증가되면서 정서조절능력도 증가하는 것으로 나타났다(배은경, 2010). 따라서 본

연구의 대상인 청소년 중기에 있는 10대와 청소년 후기에 있는 20대의 정서조절전략은 연령차가 나타날 것으로 기대되며 20대에 있는 대학생 집단이 10대에 있는 고등학생 집단보다 더 적응적 정서조절전략을 사용할 것으로 예상된다.

따라서 본 연구에서는 정서조절전략과 적응적인 지표인 삶의 만족도, 부적응적인 지표인 불안의 관계를 살펴보고, 정서조절전략 사용에 있어 연령에 따른 차이가 있는지 확인해보고자 한다.

7. 자아정체감, 삶의 만족도, 불안, 정서조절전략의 관계

이상의 선행연구를 통해 살펴본 결과, 자아정체감과 정서조절전략이 주관적 안녕의 측정척도인 삶의 만족도와 불안과 관련 있다는 것을 확인하였지만, 자아정체감과 정서조절전략이 어떠한 관련이 있는지와 관련된 경험적 연구는 이루어지지 않고 있다. 그러나 자아정체감이 부적응적 정서와 부적상관이 있는 것으로 나타난 연구들(이은희, 정순옥, 2006; 박정희, 이은희, 2008)과 자아정체감 수준이 심리적 안녕과 정적상관이 있다는 연구(Philips & Pittman, 2007)를 통해 자아정체감과 정서조절은 밀접한 관련이 있다는 것을 확인할 수 있다. 정신건강에 있어 긍정적, 부정적 정서와 정서조절전략 간의 관계에 대한 연구들(이지영, 권석만 2009; Garnefski et al., 2001; John & Gross, 2004)에서 적응적 정서조절전략이 건강한 정서 상태와 관련된다는 점에서 자아정체감 수준과 긍정적 정서는 정적관계, 부정적 정서와는 부적관계로 연결 지을 수 있어 자아정체감 수준이 높을수록 정서조절전략에 있어 적응적인 전략을 더 사용할 것이라고 가정할 수 있다.

또한 자아정체감을 획득하기 위해 정체감 위기에 적극적으로 부딪히는 사람은 자아정체감 위기에서 회피하고자 하는 사람에 비해 정체감 위기라는 스트레스 상황 속에서 자기 주도적이고 확신이 있는 경향을 보였으며, 당면한 문

제를 해결하는데 있어 관련 정보를 수집하고 그에 대한 결정을 한 이후의 상황에 대해서도 꼼꼼하게 주의를 기울여 고려한 뒤에 결정을 내리는 편(Berzonsky, 2003)으로 자아정체감 수준이 높은 사람은 위기 상황에서 겪을 수 있는 부정적인 정서 반응을 잘 다루고 조절하는 노력을 기울이고 있다고 볼 수 있다.

따라서 본 연구에서는 자아정체감과 정서조절전략에서 연령차가 있는지 확인하고, 자아정체감 수준에 따라 정서조절전략과 주관적 안녕에서의 적응적 지표인 삶의 만족도, 부적응적 지표로서의 불안에 어떠한 차이가 나타나는지 살펴볼 것이다. 또한 삶의 만족도와 불안에 영향을 미치는 중요한 변인인 정서조절전략이 이들 간의 관계를 설명하는지 검증하고자 한다.

8. 연구문제 및 가설

[연구문제 1] 자아정체감과 삶의 만족도, 불안 및 정서조절전략은 상관 관계를 가질 것인가?

가설 1-1. 자아정체감은 적응적 정서조절전략과 삶의 만족도에 정적인 상관을 가질 것이다.

가설 1-2. 자아정체감은 부적응적 정서조절전략, 불안에 부적인 상관을 가질 것이다.

[연구문제 2] 자아정체감과 삶의 만족도, 불안 및 정서조절전략에서 연령의 차이가 있을 것인가?

가설 2-1. 대학생 집단에서 고등학생 집단보다 자아정체감 수준이 더 높을 것이다.

가설 2-2. 대학생 집단에서 고등학생 집단보다 삶의 만족도가 더 높을 것이

다.

가설 2-3. 대학생 집단보다 고등학생 집단의 불안이 더 높을 것이다.

가설 2-4. 대학생 집단에서 고등학생 집단보다 적응적 정서조절전략을 더 사용할 것이다.

[연구문제3] 고등학생 집단과 대학생 집단의 자아정체감 수준 및 정서조절전략은 삶의 만족도와 불안에 영향을 미치는가?

가설 3-1. 자아정체감은 삶의 만족도에 영향을 미칠 것이다.

가설 3-2. 자아정체감은 적응적 정서조절전략을 통해서 삶의 만족도에 영향을 미칠 것이다.

가설 3-3. 자아정체감은 부적응적 정서조절전략을 통해서 삶의 만족도에 영향을 미칠 것이다.

가설 3-4. 자아정체감은 불안에 영향을 미칠 것이다.

가설 3-5. 자아정체감은 적응적 정서조절전략을 통해서 불안에 영향을 미칠 것이다.

가설 3-6. 자아정체감은 부적응적 정서조절전략을 통해서 불안에 영향을 미칠 것이다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구 대상

본 연구에서는 서울에 소재하는 인문계 여자고등학교와 4년제 여자대학교에 재학 중인 고등학생 280명과 대학생 250명, 총 530명을 대상으로 자기보고식 설문지를 통한 조사연구를 하였다.

2. 연구 설계

1) 연구 변인

본 연구에서는 자아정체감 수준과 삶의 만족도, 불안의 관계를 알아보기 위하여 연구변인을 다음과 같이 설정하였다.

예측변인은 자아정체감 수준으로 설정하였고, 매개변인으로는 정서조절전략, 그리고 준거변인으로는 삶의 만족도와 불안을 설정하여 매개효과를 검증하였다.

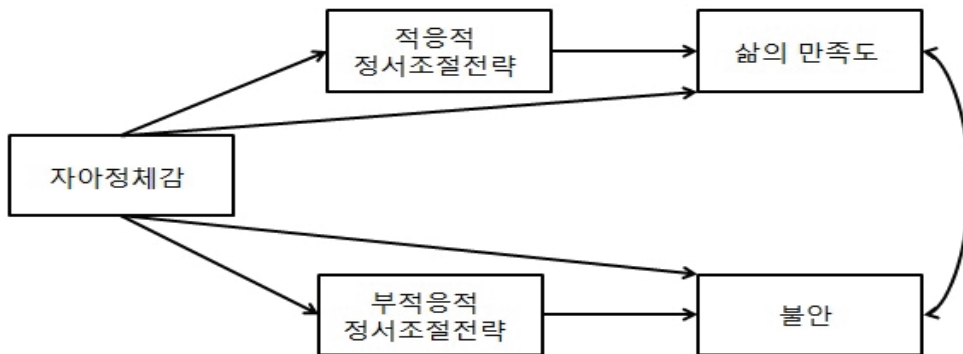
2) 모형 설정



<그림 1> 연구모형1



<그림 2> 연구모형2



<그림 3> 연구모형3

3. 측정 도구

1) 자아정체감(한국형 자아정체감 척도 개정판)

자아정체감 수준을 측정하는 척도는 박아청(1996)이 개발한 ‘한국형 자아정체감 척도’를 박아청(2003)이 타당화 연구에서 정체감 성취의 부정적인 면을 강조하고 있는 ‘정체감 유예’와 ‘정체감 혼미’가 정체감 성취의 부적 측면과는 그 구분이 애매모호한 점이 지적되어 총 8개의 영역에서 이 2개 영역을 제외한 ‘한국형 자아정체감 척도 개정판’을 사용하고자 한다. 하위 요인은 모두 6영역으로 주체성(예, ‘누가 시키지 않아도 내 일은 내가 알아서 한다’), 자기수용성(예, ‘우리 집안에서 나는 꼭 필요한 존재이다’), 미래확신성(예, ‘나는 뚜렷한 삶의 목표를 정해놓고 있다’), 목표지향성(예, 역문항 ‘나는 꾸준히 한가지 일에 몰두하지 못한다’), 주도성(예, 역문항 ‘남의 말을 잘 받아들이고 타인의 언동에 영향을 받기 쉽다’), 친밀성(예, ‘나는 사람들과 사귀는 것을 좋아한다’) 각 10문항, 총 60문항으로 구성되어 있다.

이 척도는 Likert 형의 5점 척도(1: 전혀 해당 되지 않는다, 2: 별로 해당되지 않는다, 3: 어느 쪽도 아니다, 4: 조금 해당된다, 5: 매우 많이 해당 된다)상에 평정하게 된다. 점수가 높을수록 자아정체감 수준이 높음을 나타낸다. 본 연구에서 전체 내적합치도는 .70 이었다.

<표 2> 자아정체감 측정 도구의 하위요인별 문항구성

	하위 요인	문항 번호
자아정체감	주체성	1, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49, 55
	자기수용성	*2, *8, 14, *20, *26,*32, *38, *44, *50, *56
	미래확신성	*3, 9, *15, 21, 27, *33, 39, 45, 51, *57
	목표지향성	*4, *10, *16, *22, *28, *34, *40, *46, *52, 58

주도성	*5, *11, *17, *23, *29, *35, *41, *47, 53, *59
친밀성	*6, *12, *18, *24, *30, *36, 42, *48, 54, *60

*역채점 문항

2) 삶의 만족도 척도(Satisfaction With Life Scale, SWLS)

Diener, Emons, Larson & Griffin(1985)이 개발하고 김동직(1999)이 번안하고 배은경(2011)이 사용한 총 5문항(예, ‘나는 내 생활에 만족한다’)의 삶의 만족도 척도를 사용하고자 한다. 이 척도는 Likert 형의 5점(1: 전혀 아니다, 2: 아닌 편이다, 3: 보통이다, 4: 그런 편이다, 5: 매우 그렇다)으로 평정하여 평가하게 된다. 점수가 높을수록 생활만족감이 높고, 본 연구에서 내적 합치도는 .83 이었다.

3) Beck 불안척도(Beck Anxiety Inventory, BAI)

불안을 측정하기 위해 Beck, Epstein, Brown & Steer(1988)가 개발한 척도를 Kwon(1992)이 번안한 총 21문항(예, ‘매우 나쁜 일이 일어날 것 같은 두려움을 느낀다’)의 한국판 Beck 불안척도를 사용하고자 한다. Likert 형의 4점(1: 전혀 느끼지 않았다, 2: 조금 느꼈다, 3: 상당히 느꼈다, 4: 심하게 느꼈다) 척도 상에 평정하게 된다. 점수가 높을수록 불안수준이 높음을 나타내며, 본 연구에서 내적 합치도는 .90 이었다.

4) 정서조절전략(Emotion Regulation Strategy Questionnaire, ERSQ)

본 연구에서 정서조절전략을 측정하는 척도는 이지영(2008)이 개발한 정서조절전략 질문지를 사용하고자 한다. ERSQ에서 정서조절전략은 ‘개인이 불쾌한 정서를 감소시키기 위해 동원하는 다양한 노력’으로 정의내리고 정서적 변화를 초래하는 정서의 접근 측면에 따라 인지적·체험적·행동적 전략으로 구분

하고 있다. 인지적 측면에서 접근하는 전략에는 계획하기, 긍정적 재평가, 타인비난 등이 있고, 체험적 측면에서 접근하는 전략으로는 정서 자각하기, 다른 사람과 느낌 공유하기, 공감 받기, 즐거운 상상하기, 웃기, 소리 지르기 등이 있으며, 행동적 측면에서 접근하는 전략으로 운동하기, 산책하기, 쇼핑하기, 도움청하기, 조언 구하기 등이 있다. 이 중에서 인지적 전략과 행동적 전략에 체험적 전략이 각각 포함 될 수 있으므로 본 연구에서는 체험적 전략을 제외한 인지적, 행동적 전략에 해당하는 총 51 문항만을 사용하였다.

한편 이지영과 권석만(2009)의 연구는 인지적 전략과 행동적 전략이 다시 적응적 전략과 부적응 전략으로 나눌 수 있음을 보여주었다. 적응적 전략은 정서장애를 가진 집단과 비교하였을 때 통제 집단이 더 사용하는 전략으로 나타났으며 총 32개 문항으로 구성되어 있다. 이에는 7가지 하위 요인이 있으며 각 요인은 '능동적으로 생각하기(예, '처한 상황이나 문제를 합리적으로 생각하려 노력한다' 등 8문항)', '수동적으로 생각하기(예, '부정적인 것은 잊어버리려 노력한다' 등 6문항)', '인지적으로 수용하기(예, '일어나버린 상황에 대해 어쩔 수 없음을 받아들인다' 등 3문항)', '조언이나 도움 구하기(예, '문제해결을 위해 도움을 줄 수 있는 사람에게 구체적인 도움을 부탁한다' 등 4문항)', '문제 해결행동 취하기(예, '처한 상황이나 문제를 보다 나은 방향으로 해결할 수 있도록 차근차근 행동을 취한다' 등 4문항)', '친밀한 사람 만나기(예, '평소 좋아하는 사람을 만나 시간을 보낸다' 등 3문항)', '기분전환 활동하기(예, '기분을 전환하기 위해 산책이나 드라이브를 한다' 등 4문항)' 등으로 나뉜다. 부적응적 전략은 통제 집단에 비해 정서장애 집단이 더 사용하는 전략으로 총 19개 문항으로 구성되어 있으며, '부정적으로 생각하기(예, '처한 상황이나 문제의 부정적인 측면에 대해 반복적으로 생각한다' 등 8문항)', '타인 비난하기(예, '그 일의 원인이 기본적으로 다른 사람에게 있다고 생각한다' 등 4문항)', '폭식하기(예, '폭식을 한다' 등 3문항)', '중독 가능 활동하기(예, '담배를 피운다' 등 4문항)' 등의 4가지 전략이 포함된다. 본 연구에서는 정서조절전략을 적응적 정

서조절전략과 부적응적 정서조절전략으로 구분하여 사용하고자 한다.

이 척도는 Likert 형의 6점 척도로 ‘1: 거의 그렇지 않다’에서 ‘6: 거의 항상 그렇다’ 상에 평정하게 된다. 본 연구에서 전체 내적합치도는 .88 이고, 적응적 정서조절전략의 내적 합치도는 .93, 부적응적 정서조절전략의 내적 합치도는 .84 이었다.

<표 3> 정서조절전략 측정 도구의 하위요인별 문항구성

	하위 요인	문항 번호
적응적 정서조절전략	능동적 생각하기	1 ,4, 9, 13, 25, 32, 38, 47
	수동적 생각하기	5, 7, 12, 16, 28, 45
	인지적 수용하기	3, 19, 37
	조언 및 도움구하기	2, 14, 34, 48
	문제해결 행동취하기	10, 22, 35, 42
	친밀한 사람만나기	17, 31, 49
	기분전환 활동하기	11, 27, 33, 44
	부정적 생각하기	6, 18, 26, 30, 36, 41, 46, 50
부적응적 정서조절전략	타인 비난하기	8, 20, 29, 39
	폭식하기	15, 24, 51
	중독가능 활동하기	21, 23, 40, 43

4. 통계처리 및 자료분석

본 연구에서 자료분석을 위한 통계 프로그램으로는 SPSS Windows 18.0과 M-plus 6.0을 사용하여 다음과 같은 방법으로 분석을 실시하고자 한다.

첫째, 연구대상의 인구통계학적 특성을 알아보기 위해 빈도분석을 실시하였다.

둘째, 각 척도의 신뢰도 검증을 위해 내적 일관성을 측정하는 Cronbach's α 계수를 산출하였다.

셋째, 자아정체감과 정서조절전략에서의 연령차를 확인하기 위해 t 검증을 실시하였다.

넷째, 고등학생 집단과 대학생 집단에서 각각 자아정체감이 삶의 만족도, 불안의 관계를 정서조절전략이 설명하는지를 확인하기 위해 경로분석을 실시하였다.

다섯째, 고등학생 집단과 대학생 집단의 집단 간 경로계수 비교를 통한 다집단 분석을 실시하였다.

IV. 연구 결과

1. 연구 대상자의 인구통계학적 특성

본 연구는 고등학생과 대학생의 자아정체감이 정서조절전략을 매개로 하여 삶의 만족도와 불안에 미치는 영향을 알아보는 데에 그 목적이 있다. 이를 위하여 서울시 소재의 인문계 여자고등학교와 4년제 여자대학교의 여학생 530명을 대상으로 설문 조사를 실시하였고, 회수된 설문지 중에서 불성실한 응답이나 누락된 문항을 보인 설문 31부를 제외하고 총 499명의 자료가 분석에 사용되었다.

연구 대상자는 청소년 중기에 해당하는 고등학교 여학생 261명($M=15.69$, $SD=.48$), 청소년 후기에 해당하는 대학교 여학생 238명($M=20.58$, $SD=1.56$)이 선발되었다. 아버지의 학력은 대학교 졸업이 242명(48.5%)으로 가장 많이 나타났고, 어머니의 학력도 대학교 졸업이 223명(44.7%)으로 가장 많았다. 아버지의 직업은 사무직이 138명(27.7%)으로 가장 많았으며, 어머니의 직업은 무직이 150명(30.1%)으로 가장 많이 나타났다. 설문 대상 학생들이 가정의 월 평균 수입 정도로 추정한 경제적 수준은 '중 수준'이 248명(49.7%)으로 가장 많이 나타났다.

<표 4> 연구 대상자의 인구통계학적 특성

특성	구분	N	%
연령	고등학생	261	52
	대학생	238	47
아버지 학력	대학원 졸업	77	15
	대학교 졸업	242	48
	고등학교 졸업	154	30
	중학교 졸업	7	1
	초등학교 졸업	4	0
	무학	1	0
	무응답	14	2
어머니 학력	대학원 졸업	36	7
	대학교 졸업	223	44
	고등학교 졸업	211	42
	중학교 졸업	11	2
	초등학교 졸업	3	0
	무학	-	-
아버지 직업	무응답	15	3
	자영업	120	24
	전문직	82	16
	기술직	74	14
	사무직	138	27
	관리직	15	3
	무직	12	2
	기타	44	8
어머니 직업	무응답	14	2
	자영업	59	11
	전문직	57	11
	기술직	22	4
	사무직	94	18
	관리직	10	2
	무직	150	30
	기타	96	19
	무응답	11	2
경제적 수준 (가정 월 평균 수입정도)	상	14	2
	중상	122	24
	중	248	49
	중하	75	15
	하	22	4
	무응답	18	3

2. 측정 변인들 간의 상관분석

자아정체감, 삶의 만족도, 불안, 정서조절전략이 어떠한 관계를 갖는지 알아보기 위하여 Pearson's 적률 상관분석을 실시하였다. 정서조절전략은 적응적 정서조절전략과 부적응적 정서조절전략으로 구분하여 살펴보았다. 상관분석 결과는 <표 5>에 제시하였다.

<표 5> 측정 변인들 간 상관, 첨도, 왜도 (N=501)

변인	1	2	3	4	5	첨도	왜도
1. 자아정체감	1					.163	-.284
2. 삶의만족도	.600**	1				.099	-.173
3. 불안	-.335**	-.310**	1			1.432	2.778
4. 적응적 정서조절전략	.498**	.350**	-.113*	1		-.106	-.128
5. 부적응적 정서조절전략	-.363**	-.308**	.465**	-.067	1	.450	-.018

주. + $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

자아정체감과 삶의 만족도, 불안, 적응적 정서조절전략 및 부적응적 정서조절전략은 적응적 정서조절전략과 부적응적 정서조절전략의 관계를 제외하고 모두 통계적으로 유의하게 나타났다. 구체적으로 살펴보면 자아정체감은 삶의 만족도($r = .600$, $p < .01$), 적응적 정서조절전략($r = .498$, $p < .01$)과 정적인 상관을 보였고, 불안($r = -.335$, $p < .01$)과 부적응적 정서조절전략($r = -.363$, $p < .01$)과는 부적인 상관을 보였다. 이는 자아정체감 수준이 높을수록 삶의 만족도가 증가하고, 적응적 정서조절전략의 사용이 증가하는 경향을 의미한다. 또한 자아정체감 수준이 높을수록 불안은 감소하고, 부적응적 정서조절전략의

사용도 감소하는 경향이 있음을 보여준다.

삶의 만족도는 불안($r=-.310, p<.01$), 부적응적 정서조절전략($r=-.308, p<.01$)과 부적 상관을 보였으며, 적응적 정서조절전략($r=.350, p<.01$)과는 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 이는 삶의 만족도가 높을수록 불안이 감소하며, 부적응적 정서조절전략의 사용이 감소하는 경향을 의미한다.

불안은 적응적 정서조절전략($r=-.113, p<.05$)과는 부적 상관, 부적응적 정서조절전략($r=.465, p<.01$)과는 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 이는 불안이 높을수록 적응적 정서조절전략의 사용이 감소하고, 부적응적 정서조절전략의 사용이 증가하는 경향을 의미한다.

이에 더하여 해당 자료의 첨도와 왜도 수치를 살펴본 결과, 모든 변수에서 첨도는 2, 왜도는 7을 넘지 않는 것으로 나타나 정규성의 가정이 충족되었다.

3. 자아정체감과 삶의 만족도, 불안 및 정서조절전략의 연령에 따른 차이

청소년들이 지각한 자아정체감과 정서조절전략에서의 연령에 따른 차이를 살펴보고자 두 독립표본 *t*검증을 실시한 결과를 <표 6>에 제시하였다.

<표 6> 자아정체감, 정서조절전략의 연령에 따른 차이

	고등학생	대학생	<i>t</i>
	(<i>N</i> =261)	(<i>N</i> =238)	
	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>M</i> (<i>SD</i>)	
자아정체감	3.47(0.50)	3.46(0.51)	-.19
삶의 만족도	2.80(0.87)	2.97(0.80)	2.30*
불안	1.56(0.53)	1.54(0.45)	-.32
적응적 정서조절전략	3.79(0.73)	4.06(0.70)	4.23***
부적응적 정서조절전략	2.50(0.65)	2.65(0.72)	2.43*

주. +*p*<.10, **p*<.05, ***p*<.01, ****p*<.001

1) 자아정체감

고등학생 집단과 대학생 집단의 자아정체감 수준에 있어 연령에 따른 집단 간 차이가 유의미하지 않은 것으로 나타났다($t(499)=-.19, ns$). 즉, 고등학생 집단과 대학생 집단의 자아정체감 수준은 연령에 따른 차이를 나타내지 않는 것으로 분석되었다.

2) 삶의 만족도

고등학생 집단과 대학생 집단의 삶의 만족도에 있어 연령에 따른 집단 간

차이는 유의미한 것으로 나타났다($t(499)=2.30, p<.05$). 즉, 대학생 집단이 고등학생 집단보다 삶의 만족도가 높은 것으로 분석되었다.

3) 불안

고등학생 집단과 대학생 집단의 불안에 있어 연령에 따른 집단 간 차이는 유의미하지 않은 것으로 나타났다($t(499)=-.329, ns$). 즉, 고등학생 집단과 대학생 집단의 불안 수준은 통계적으로 차이가 나지 않는 것으로 분석되었다.

4) 정서조절전략

고등학생 집단과 대학생 집단은 적응적 정서조절전략($t(499)=4.23, p<.001$)과 부적응적 정서조절전략($t(499)=2.43, p<.05$)에서 집단 간 차이가 유의한 것으로 나타났다. 즉, 대학생 집단이 고등학생 집단보다 적응적 정서조절전략과 부적응적 정서조절전략 사용이 모두 많은 것으로 나타나 두 집단이 연령에 따른 차이를 나타내는 것으로 분석되었다.

4. 구조모형의 분석

본 연구에서는 고등학생 집단과 대학생 집단으로 구분하여 자아정체감, 삶의 만족도, 불안 및 정서조절전략을 측정변인으로 하는 매개모형을 설정하였다. 매개모형을 검증하기 위해 M-plus 6.0을 통한 경로모형 검증을 실시하여 측정변인들이 얼마나 잘 설명되는지 살펴보고, 모형의 적합도를 검증하였다.

적합도 평가에는 TLI(Tucker-Lewis index), CFI(Comparative fit index), RMSEA(Root information square error of approximation) 지수를 사용하여 확인하였다. 구체적으로 TLI는 표본에 영향을 받지 않으며, 모형의 오류가 적을수록, 모형이 간명할수록 지수의 값은 증가한다(Bentler & Bonett, 1980). CFI는 표본의 영향을 받지 않으며, 모형의 오류를 비교하는 상대적 적합도 지수이다(Bentler, 1990). 그리고 RMSEA는 모형의 간명성을 고려하는 적대적 적합도 지수이다(Steiger & Lind, 1980).

모형의 적합도를 판단하기 위하여 다음의 기준을 따랐다. TLI와 CFI는 .90 이상이면 좋은 적합도이며, RMSEA는 .10이하이면 좋은 모형이라는 기준(홍세희, 2000)에 근거하여 적합성 판단을 하였다.

또한 카이스퀘어 차이 검증을 통해 고등학생 집단과 대학생 집단에서 두 모형 간 경로를 나타내는 각각의 경로계수를 비교하였다.

1) 구조모형 검증

① 고등학생 집단

고등학생 집단에서 연구모형1의 적합도를 평가한 결과, $\chi^2(1, N=261) = 6.934$ $p < .01$, TLI = .83, CFI = .97, RMSEA = .15(90% confidence

interval[CI]: .06, .26)로 절대적 적합도와 상대적 적합도 모두 모형을 설명하는데 부족하므로 고등학생 집단에서 연구모형1은 적합하지 않은 것으로 나타났다.

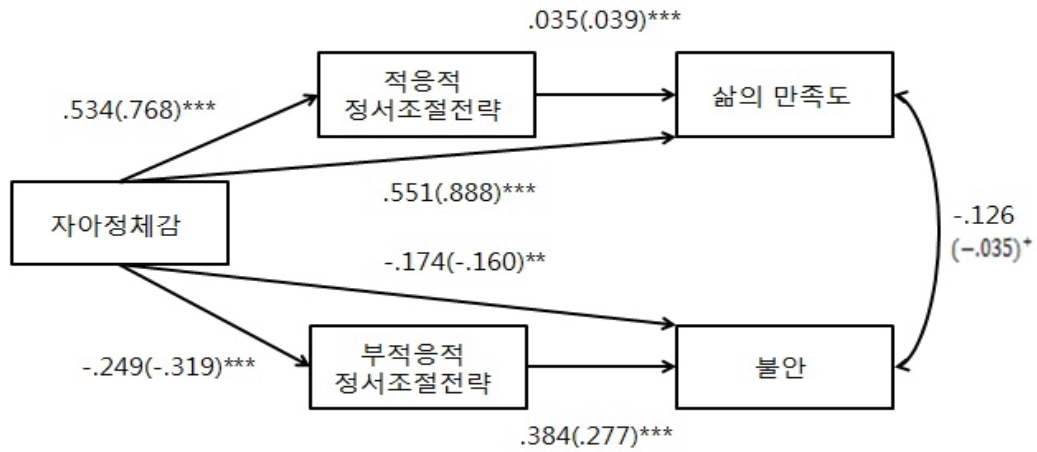
고등학생 집단에서 연구모형2의 적합도를 평가한 결과, $\chi^2(1, N=261) = 6.934$ $p < .01$, TLI = .79, CFI = .96, RMSEA = .15(90% confidence interval[CI]: .06, .26)로 절대적 적합도와 상대적 적합도 모두 모형을 설명하는데 부족하므로 고등학생 집단에서 연구모형2는 적합하지 않은 것으로 나타났다.

고등학생 집단에서 연구모형3의 적합도를 평가한 결과, $\chi^2(3, N=261) = 9.469$ $p < .05$, TLI = .92, CFI = .97, RMSEA = .091(90% confidence interval[CI]: .02, .15)로 나타나 고등학생 집단에서 연구모형3은 적합한 것으로 나타났다. 따라서 고등학생 집단에서 연구모형3의 적합성이 검증되었으므로 이에 추정된 경로계수를 통해 연구의 가설을 검증하였다.

<표 7> 고등학생 집단의 연구모형1, 연구모형2, 연구모형3의 적합도

모형	$\chi^2(df)$	TLI	CFI	RMSEA[90% CI]
연구모형1	6.93* (1)	.83	.97	.15[.06, .26]
연구모형2	6.93* (1)	.79	.96	.15[.06, .26]
연구모형3	9.46* (3)	.92	.97	.09[.02, .15]

주. + $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$



주. 표준화 경로계수(비표준화계수), $+p<.10$, $*p<.05$, $**p<.01$, $***p<.001$

<그림 4> 고등학생 집단의 연구모형 결과

고등학생 집단에서의 경로분석 결과를 살펴보면, 적응적 정서조절전략에서 삶의 만족도로 가는 직접 경로를 제외한 모든 경로가 유의한 것으로 나타났고, 이를 <표 9>에 제시하였다. 각각의 경로를 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 자아정체감에서 삶의 만족도로의 경로는 정적으로 유의하게 나타났고, .551의 설명량을 보인다($\beta=.551$, $S.E=.088$, $p<.001$). 이는 자아정체감 수준이 높아짐에 따라 삶의 만족도는 .551만큼 증가함을 의미한다.

둘째, 자아정체감에서 적응적 정서조절전략으로의 경로는 정적으로 유의하게 나타났고, .534의 설명량을 보인다($\beta=.534$, $S.E=.077$, $p<.001$). 이는 자아정체감 수준이 높아짐에 따라 적응적 정서조절전략 사용이 .534만큼 증가함을 의미한다.

셋째, 적응적 정서조절전략에서 삶의 만족도로의 경로는 유의하지 않은 것으로 나타났다($\beta=.035$, $S.E=.069$, ns). 이는 적응적 정서조절전략의 사용이

삶의 만족도에 직접적인 영향을 미치지 않음을 의미한다.

넷째, 자아정체감에서 불안으로의 경로는 부적으로 유의하게 나타났고, $-.174$ 의 설명량을 보인다($\beta = -.174, S.E = .052, p < .01$). 이는 자아정체감 수준이 높아짐에 따라 불안이 $-.174$ 만큼 감소함을 의미한다.

다섯째, 자아정체감에서 부적응적 정서조절전략으로의 경로는 부적으로 유의하게 나타났고, $-.249$ 의 설명량을 보인다($\beta = -.249, S.E = .078, p < .001$). 이는 자아정체감 수준이 높아짐에 따라 부적응적 정서조절전략의 사용이 $-.249$ 만큼 감소함을 의미한다.

여섯째, 부적응적 정서조절전략에서 불안으로의 경로는 정적으로 유의하게 나타났고, $.384$ 의 설명량을 보인다($\beta = .384, S.E = .052, p < .001$). 이는 부적응적 정서조절전략의 사용이 증가함에 따라 불안이 $.384$ 만큼 증가함을 의미한다.

일곱째, 삶의 만족도와 불안의 경로는 부적으로 유의하게 나타났다($r = -.126, S.E = .021, p < .05$). 이는 삶의 만족도가 높으면 불안이 낮고, 삶의 만족도가 낮으면 불안이 높아지는 경향이 있음을 의미한다.

<표 8> 고등학생 집단의 연구모형 경로분석

경로	비표준화	표준화	S.E
	계수	계수	
자아정체감→삶의 만족도	.888	.551***	.088
자아정체감→적응적 정서조절전략	.768	.534***	.077
적응적 정서조절전략→삶의 만족도	.039	.035	.069
자아정체감→불안	-.160	-.174**	.052
자아정체감→부적응적 정서조절전략	-.319	-.249***	.078
부적응적 정서조절전략→불안	.277	.384***	.052
삶의 만족도↔불안	-.035	-.126*	.021

주. + $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

② 대학생 집단

대학생 집단에서 연구모형1의 적합도를 평가한 결과, $\chi^2(1, N=238) = .924$ ns, TLI= 1.00, CFI= 1.00, RMSEA= .00(90% confidence interval[CI]: .00, .16)으로 연구모형1은 좋은 적합도를 보였으나 통계적 유의성이 나타나지 않았다.

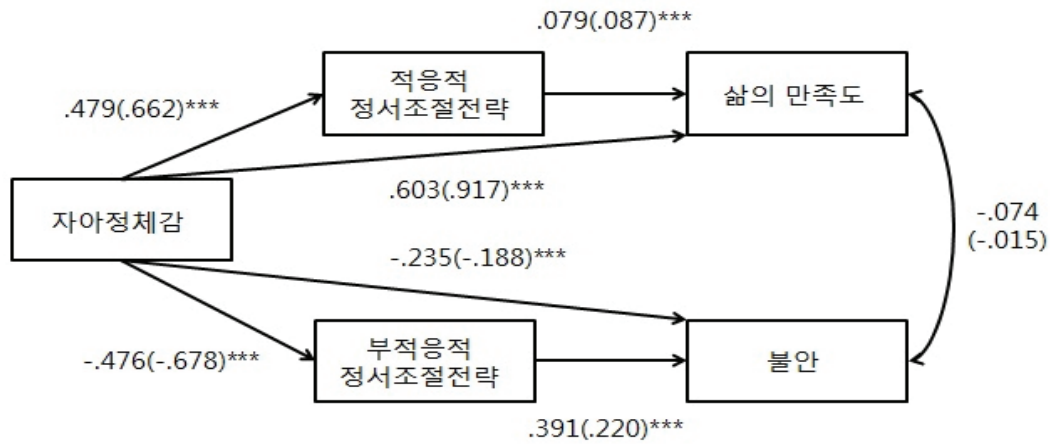
대학생 집단에서 연구모형2의 적합도를 평가한 결과, $\chi^2(1, N=238) = .924$ ns, TLI= 1.00, CFI= 1.00, RMSEA= .00(90% confidence interval[CI]: .00, .16)으로 연구모형2도 좋은 적합도를 보였으나 통계적 유의성이 나타나지 않았다..

대학생 집단에서 연구모형3의 적합도를 평가한 결과, $\chi^2(3, N=238) = 9.79$ $p < .05$, TLI= .93, CFI= .98, RMSEA= .098(90% confidence interval[CI]: .03, .16)로 나타나 대학생 집단에서 연구모형3은 적합한 것으로 나타났으며, 통계적 유의성도 나타났다. 따라서 대학생 집단에서 연구모형3의 추정된 경로 계수를 통해 연구의 가설을 검증하였다.

<표 9> 대학생 집단의 연구모형1, 연구모형2, 연구모형3의 적합도

모형	$\chi^2(df)$	TLI	CFI	RMSEA[90% CI]
연구모형1	.92(1)	1.00	1.00	.00[.00, .16]
연구모형2	.92(1)	1.00	1.00	.00[.00, .16]
연구모형3	9.79*(3)	.93	.98	.09[.03, .16]

주. + $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$



주. 표준화 경로계수(비표준화계수), $+p<.10$, $*p<.05$, $**p<.01$, $***p<.001$

<그림 5> 대학생 집단의 연구모형 결과

대학생 집단에서의 경로분석 결과를 살펴보면, 고등학생 집단에서와 같이 적응적 정서조절전략에서 삶의 만족도로 가는 직접 경로를 제외한 모든 경로가 유의한 것으로 나타났고, 이를 <표 10>에 제시하였다. 각각의 경로를 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 자아정체감에서 삶의 만족도로의 경로는 정적으로 유의하게 나타났고, .603의 설명량을 보인다($\beta=.603$, $S.E=.088$, $p<.001$). 이는 자아정체감 수준이 높아짐에 따라 삶의 만족도가 .603만큼 증가함을 의미한다.

둘째, 자아정체감에서 적응적 정서조절전략으로의 경로는 정적으로 유의하게 나타났고, .479의 설명량을 보인다($\beta=.479$, $S.E=.084$, $p<.001$). 이는 자아정체감 수준이 높아짐에 따라 적응적 정서조절전략 사용이 .479만큼 증가함을 의미한다.

셋째, 적응적 정서조절전략에서 삶의 만족도로의 경로는 유의하지 않은 것으로 나타났다($\beta=.079$, $S.E=.062$, ns). 이는 적응적 정서조절전략의 사용이 삶의 만족도에 직접적인 영향을 미치지 않음을 의미한다.

넷째, 자아정체감에서 불안으로의 경로는 부적으로 유의하게 나타났고,

-0.235의 설명량을 보인다($\beta=-.235$, $S.E=.046$, $p<.001$). 이는 자아정체감 수준이 높아짐에 따라 불안이 -.235만큼 감소함을 의미한다.

다섯째, 자아정체감에서 부적응적 정서조절전략으로의 경로는 부적응적으로 유의미하게 나타났고, -.476의 설명량을 보인다($\beta=-.476$, $S.E=.043$, $p<.001$). 이는 자아정체감 수준이 높아짐에 따라 부적응적 정서조절전략의 사용이 -.476만큼 감소함을 의미한다.

여섯째, 부적응적 정서조절전략에서 불안으로의 경로는 정적으로 유의미하게 나타났고, .391의 설명량을 보인다($\beta=.391$, $S.E=.016$, $p<.001$). 이는 부적응적 정서조절전략의 사용이 증가함에 따라 .391만큼 불안이 증가함을 의미한다.

일곱째, 삶의 만족도와 불안의 경로는 유의하지 않았다($r=-.074$, $S.E=.016$, ns).

<표 10> 대학생 집단의 연구모형 경로분석

경로	비표준화 계수	표준화 계수	S.E
자아정체감→삶의 만족도	.917	.603***	.088
자아정체감→적응적 정서조절전략	.662	.479***	.084
적응적 정서조절전략→삶의 만족도	.087	.079	.062
자아정체감→불안	-.188	-.235***	.046
자아정체감→부적응적 정서조절전략	-.678	-.476***	.075
부적응적 정서조절전략→불안	.220	.391***	.043
삶의 만족도↔불안	-.015	-.074	.016

주. + $p<.10$, * $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

③ 직접효과와 간접효과

ㄱ. 고등학생

고등학생 집단의 직접효과(Direct Effect)와 간접효과(Indirect Effect)를 알아보기 위하여 경로계수를 살펴보면, 자아정체감이 적응적 정서조절전략을 매개로 삶의 만족도에 영향을 미치는 경우에 적응적 정서조절전략의 삶의 만족도에 대한 영향($\beta=.035$, $S.E=.069$, ns)이 유의미하지 않아 자아정체감과 삶의 만족도의 관계에서 적응적 정서조절전략이 매개하지 않는 것으로 나타났다.

자아정체감이 부적응적 정서조절전략을 매개로 불안에 영향을 미치는 경우 $\beta=-.095(-.249 \times .384)$ 이고, 부적응적 정서조절전략을 매개하지 않고 불안에 직접적인 영향을 미치는 경우 $\beta=-.174(S.E=.052, p<.01)$ 이다. 이는 자아정체감이 불안에 직접적인 영향을 미칠 뿐 아니라 부적응적 정서조절전략을 매개로하여 간접적으로도 불안에 영향을 미치는 것을 확인할 수 있다. 연구모형의 변인들 간의 직접효과, 간접효과 및 총효과는 <표 10>에 제시하였다.

그리고 매개효과가 통계적으로 유의미한 것인지 확인하기 위해 Shrout와 Bolger(2002)가 간접효과의 표준오차에 대하여 보다 정확한 추정치를 계산하기 위한 방법으로 제안하나 bootstrap 절차를 사용하였다.

Bootstrap절차는 간접효과가 정상분포를 가정하지 않아도 되며, 본 연구에서는 서영석(2010)의 연구자료를 토대로 통계패키지에서 특성주의 bootstrap 표본을 10,000개로 지정하고, 간접효과에 대한 신뢰구간은 95%로 제시하였다. 만일, 간접효과 추정치에 대한 95% 신뢰구간에서 0을 포함하지 않는다면, 간접효과가 .05수준에서 통계적으로 유의하다고 평가된다.

검증 결과, 자아정체감이 적응적 정서조절전략을 매개로 삶의 만족도에 미치는 영향의 경우 95% 신뢰구간(-0.10 ~ 0.17)에서 0을 포함하고 있어 매개효과는 5%의 유의도 수준에서 유의하지 않은 것으로 확인하였다. 한편, 자아정체감이 부적응적 정서조절전략을 매개로 불안에 미치는 영향의 경우

95% 신뢰구간(-0.17~-0.03)에서 0을 포함하지 않아 매개효과는 5%의 유의도 수준에서 유의미한 것으로 나타났다.

<표 11> 고등학생 집단의 변인들 간 직접효과, 간접효과 및 총효과

변수		직접효과	간접효과	총효과
결과 변수	설명 변수			
삶의 만족도	자아정체감	.551	-	.551
	적응적 정서조절전략	-	-	-
적응적 정서조절전략	자아정체감	.534	-	.534
불안	자아정체감	-.174	-.095	-.269
	부적응적 정서조절전략	.384	-	.384
부적응적 정서조절전략	자아정체감	-.249	-	-.249

ㄴ. 대학생

대학생 집단에서의 직접효과(Direct Effect)와 간접효과(Indirect Effect)를 알아보기 위하여 경로계수를 살펴보면, 자아정체감이 적응적 정서조절전략을 매개로 삶의 만족도에 영향을 미치는 경우에 적응적 정서조절전략의 삶의 만족도에 대한 영향($\beta=.079$, $S.E=.062$, ns)이 유의미하지 않아 자아정체감과 삶의 만족도의 관계에서 적응적 정서조절전략이 매개하지 않는 것으로 나타났다.

자아정체감이 부적응적 정서조절전략을 매개로 불안에 영향을 미치는 경우 $\beta=-.186(-.476 \times .391)$ 이고, 부적응적 정서조절전략을 매개하지 않고 불안에 직접적인 영향을 미치는 경우 $\beta=-.235(S.E=.046, p<.001)$ 이다. 이는 자아정체감이 불안에 직접적인 영향을 미칠 뿐 아니라 부적응적 정서조절전략을 매개로하여 간접적으로도 불안에 영향을 미치는 것을 확인할 수 있다. 연구 모형의 변인들 간의 직접효과, 간접효과 및 총효과는 <표 11>에 제시하였

다.

매개효과가 유의미한 것인지 확인하기 위하여 고등학생 집단과 동일한 조건으로 bootstrap을 사용하였다. 검증 결과, 자아정체감이 적응적 정서조절 전략을 매개로 삶의 만족도에 미치는 영향의 경우 95% 신뢰구간(-0.50 ~ 0.18)에서 0을 포함하고 있어 매개효과는 5%의 유의도 수준에서 유의하지 않은 것으로 확인하였다. 한편, 자아정체감이 부적응적 정서조절 전략을 매개로 불안에 미치는 영향의 경우 95% 신뢰구간(-0.24~-0.07)에서 0을 포함하지 않아 매개효과는 5%의 유의도 수준에서 유의미한 것으로 나타났다.

<표 12> 대학생 집단의 변인들 간 직접효과, 간접효과 및 총효과

변수		직접효과	간접효과	총효과
결과 변수	설명 변수			
삶의 만족도	자아정체감	.603	-	.603
	적응적 정서조절전략	-	-	-
적응적 정서조절전략	자아정체감	.479	-	.479
불안	자아정체감	-.235	-.186	-.421
	부적응적 정서조절전략	.391	-	.391
부적응적 정서조절전략	자아정체감	-.476	-	-.476

④ 집단 간 경로계수 비교

모형검증을 통하여 모형의 형태동일성이 확인된 고등학생 집단과 대학생 집단의 두 모형의 경로계수를 비교하기 위하여 카이스퀘어 차이 검증을 실시하였다. 고등학생 집단과 대학생 집단을 합친 자료를 통해 나타난 모형을 기저모형으로 하고, 고등학생 집단과 대학생 집단의 각 경로를 제약하여 나타난 카이스퀘어 값을 기저모형의 카이스퀘어 값과 비교하였다. 이 검증에서 영가설은 ‘두 모형의 자료를 설명하는 정도에서 차이가 없다’이다(김주환, 김민규, 홍세희, 2009). 따라서 본 연구에서의 경우, 95% 신뢰구간에서

영가설을 기각하기 위해서는 고등학생 집단과 대학생 집단이 $\Delta df(df_A - df_B) = 1$ 이므로, $\Delta X^2(X^2_A - X^2_B)$ 값이 임계값 3.84 이상의 차이를 보여야 한다. 임계값이 3.84보다 작아 영가설이 채택되는 경우 제약을 가한 두 모형의 자료가 설명하는 정도에 차이가 없다는 것으로 두 집단의 경로계수를 비교할 수 있다. 카이스퀘어 차이 검증을 통한 두 집단의 각 경로계수 비교 결과는 다음과 같다.

첫째, 자아정체감이 적응적 정서조절전략에 미치는 영향을 나타내는 경로의 카이스퀘어 차이 검증 결과, $\Delta X^2 = 48.16$ 으로 $\Delta df = 1$ 일 때의 임계값 3.84 보다 크므로 $p < .05$ 수준에서 두 모형은 유의한 차이가 있으며, 따라서 두 집단의 경로계수는 비교할 수 없다.

둘째, 자아정체감이 삶의 만족도에 미치는 영향을 나타내는 경로의 카이스퀘어 차이 검증 결과, $\Delta X^2 = 1.51$ 로 $\Delta df = 1$ 일 때의 임계값 3.84 보다 작으므로 $p < .05$ 수준에서 두 모형은 유의한 차이가 없으며, 따라서 두 집단의 경로계수는 비교할 수 있다. 이 경로에서는 대학생 집단($\beta = .603, p < .001$)이 고등학생 집단($\beta = .551, p < .001$)보다 자아정체감이 삶의 만족도에 미치는 영향을 더 많이 설명하고 있음을 알 수 있다.

셋째, 적응적 정서조절전략이 삶의 만족도에 미치는 영향을 나타내는 경로는 그 경로계수가 두 집단 모두 유의미하지 않아 경로계수를 비교하지 않는다.

넷째, 자아정체감이 부적응적 정서조절전략에 미치는 영향을 나타내는 경로의 카이스퀘어 차이 검증 결과, $\Delta X^2 = 38.319$ 로 $\Delta df = 1$ 일 때의 임계값 3.84 보다 크므로 $p < .05$ 수준에서 두 모형은 유의한 차이가 있으며, 따라서 두 집단의 경로계수는 비교할 수 없다.

다섯째, 자아정체감이 불안에 미치는 영향을 나타내는 경로의 카이스퀘어 차이 검증 결과, $\Delta X^2 = 1.837$ 로 $\Delta df = 1$ 일 때의 임계값 3.84 보다 작으므로

로 $p < .05$ 수준에서 두 모형은 유의한 차이가 없으며, 따라서 두 집단의 경로계수는 비교할 수 있다. 이 경로에서는 고등학생 집단($\beta = -.274, p < .01$)이 대학생 집단($\beta = -.235, p < .001$)보다 자아정체감이 불안에 미치는 영향을 더 많이 설명하고 있음을 알 수 있다.

여섯째, 부적응적 정서조절전략이 불안에 미치는 영향을 나타내는 경로의 카이스퀘어 차이 검증 결과, $\Delta \chi^2 = 0.288$ 로 $\Delta df = 1$ 일 때의 임계값 3.84 보다 작으므로 $p < .05$ 수준에서 두 모형은 유의한 차이가 없으며, 따라서 두 집단의 경로계수는 비교할 수 있다. 이 경로에서는 대학생 집단($\beta = .391, p < .001$)이 고등학생 집단($\beta = .384, p < .001$)보다 부적응적 정서조절전략이 불안에 미치는 영향을 더 많이 설명하고 있음을 알 수 있다.

<표 13> 고등학생 집단과 대학생 집단의 집단 간 카이스퀘어 검증 결과

		χ^2	df	$\Delta \chi^2$	Δdf	p -값
	기저모형	20.585	6			
	자아정체감→적응적 정서조절전략	68.745	7	48.16	1	$p < .05$
	자아정체감→삶의 만족도	22.102	7	1.517	1	$p > .05$
경 로	적응적 정서조절전략→삶의 만족도	-	-	-	-	-
	자아정체감→부적응적 정서조절전략	58.904	7	38.319	1	$p < .05$
	자아정체감→불안	22.422	7	1.837	1	$p > .05$
	부적응적 정서조절전략→불안	20.873	7	0.288	1	$p > .05$

V. 논의 및 제언

1. 연구결과에 대한 시사점과 의의

본 연구는 자아정체감과 삶의 만족도, 불안의 관계에서 정서조절전략이 매개하는 경로모형을 설정하고, 모형의 적합도 및 매개효과를 확인하고자 하였다.

본 연구 결과의 주요 시사점은 다음과 같다.

첫째, 자아정체감과 삶의 만족도, 불안 및 적응적·부적응적 정서조절전략은 유의미하게 상관이 있었다. 자아정체감은 삶의 만족도와 정적 상관을 보였고, 불안과는 부적 상관을 보였다. 이는 자아정체감의 수준이 성취에 가까울수록 심리적 안녕감을 더 많이 갖는다는 선행연구(Philips & Pittman, 2007)의 결과와 부분적으로 일치하는 결과이며, 자아정체감 수준이 낮으면 우울, 불안이 높다는 박정희와 이은희(2008)의 연구결과와 부분적으로 일치하는 결과이다.

적응적 정서조절전략은 삶의 만족도와 정적 상관을 보였고, 불안과는 부적 상관을 보였으며, 부적응적 정서조절전략은 삶의 만족도와 부적 상관, 불안과는 정적 상관을 보였다. 이는 적응적 정서조절전략의 사용이 우울과 불안에 모두 유의미한 부적 상관을 나타내고, 부적응적 정서조절전략이 우울, 불안 증상과 상관이 있다는 선행연구(이지영, 권석만, 2009; Garnefski 등, 2001)와 부분적으로 일치하는 결과이다. 또한 윤석빈(1999)의 연구에서 적응적이라고 분류한 능동적, 지지적 정서조절전략의 사용이 청소년의 심리적 안녕감에 정적인 영향을 미친다는 연구결과와도 맥이 통하는 결과이다.

이에 더하여 자아정체감이 적응적 정서조절전략과는 정적 상관을 보이며,

부적응적 정서조절전략과는 부적 상관을 보였다. 이는 자아정체감이 부적응적 정서와 부적 상관이 있고, 심리적 안녕과 정적 상관이 있다는 선행연구(이은희, 정순옥, 2006; 박정희, 이은희, 2008; Philips & Pittman, 2007)들을 통해 유추한 자아정체감과 정서조절간의 상관관계를 확인한 결과이다.

둘째, 자아정체감, 삶의 만족도, 불안 및 정서조절전략의 연령에 따른 차이에 대한 연구 결과 삶의 만족도와 정서조절전략은 연령에 따른 차이가 있는 것으로 나타났으나, 자아정체감과 불안은 연령에 따른 차이가 나타나지 않았다. 삶의 만족도는 대학생 집단이 고등학생 집단보다 높은 것으로 나타났는데, 후기 청소년기에 있는 대학생들은 부모의 간섭이나 구속에서는 벗어났으나 성인의 책임이나 의무에서는 보다 자유로운 심리사회적 유예기간에 있기 때문에 스스로의 삶에 대해 고등학생보다 만족하고 있는 것으로 보인다. 본 연구에서 대학생의 연령이 다소 저학년에 머물고 있다는 점에서 취업같은 성인기로의 이행에 대한 인식에서도 보다 자유로운 상황에 있을 가능성이 있어, 삶의 만족도에 있어서는 추후 대학교 고학년을 포함한 연구가 필요하다고 볼 수 있다.

정서조절전략에 있어서 적응적 정서조절전략은 대학생 집단이 고등학생 집단보다 더 많이 사용하고 있는 것으로 나타나, 적응적 정서조절전략의 사용빈도가 10대에서 가장 낮고, 20대에서 가장 높은 것으로 나타난 이지영(2012)의 연구결과와 부분적으로 일치하였다. 그러나 부적응적 정서조절전략의 사용에서도 대학생 집단이 고등학생 집단보다 더 많은 빈도를 보이는 것으로 나타나 연령이 증가할수록 부적응적 정서조절전략의 사용빈도가 점진적으로 감소한다는 선행연구(이지영, 2012)와는 부분적으로 일치하지 않았다. 이는 본 연구에서 사용된 부적응적 정서조절전략의 하위 영역 중 ‘담배를 피운다(21번 문항)’, ‘성적 행위(자위나 성관계 등)를 한다(23번 문항)’, ‘취할 때까지 술을 마신다(40번 문항)’, ‘컴퓨터 게임을 한다(43번 문항)’를 포함하고 있는 ‘중독가능 활동하기’ 영역에서 법적으로 성인인 대학생은 담

배와 술을 합법적으로 사용할 수 있고, 부모의 보호아래 있는 고등학생보다 대체적으로 자유로운 생활을 영위한다는 점에서 이와 같은 결과가 나타났을 가능성이 짐작된다. 본 연구에서는 부적응적 정서조절전략을 하나의 변인으로 측정하였기 때문에, 추후 부적응적 정서조절전략에서의 각 하위요인들이 가지는 연령에 따른 차이를 살펴보는 연구가 필요하다.

자아정체감에서 고등학생 집단과 대학생 집단의 연령에 따른 차이는 나타나지 않아 자아정체감 수준이 고등학생보다 대학생에서 더 높고 청소년 후기로 갈수록 성취가 더 안정되는 것으로 나타난 선행연구(박아청, 1984; 최정훈 등1988; 허혜경, 김혜수, 2004에서재인용; Meeus, Seth, & Susan, 2010)들의 결과와 부분적으로 일치하지 않는 것으로 나타났다. 이는 본 연구 대상에서 대학생의 연령 평균이 20.58세로 다소 낮고, 자아정체감을 형성하는 데 있어 가치관과 관련된 영역에서는 대학교 2학년에 비해 고학년이 더 높은 성취를 보인다고한 점(박아청, 1984; 최정훈 등, 1988; 허혜경, 김혜수, 2004에서재인용)에서 자아정체감에서의 고등학생 집단과 대학생 집단의 연령차를 살펴보기 위해서는 추후 대학교 고학년을 포함한 연구가 더 이루어질 필요가 있다.

불안에서도 고등학생 집단과 대학생 집단의 연령에 따른 차이는 나타나지 않았다. 이는 두 집단의 불안에 대한 평균이 1.56와 1.54로 두 집단 모두 대체적으로 높지 않은 경향을 보였고, 본 연구에서 사용한 Beck 불안척도가 우울로부터 불안을 구별해내어 측정할 수 있지만, 정신과 집단에서의 불안을 측정해내기 위한 목적을 가지고 있다는 점(육성필, 김중술, 1996)에서 비임상집단에서의 불안을 잘 측정해내지 못했을 가능성이 있어 추후 불안과 관련하여 연구가 더 필요하다.

셋째, 고등학생 집단과 대학생 집단 모두에서 자아정체감과 불안의 관계에서 부적응적 정서조절전략이 매개하는 것으로 나타나 본 연구의 가설이 지지되었다. 자아정체감은 불안에 직접적인 부적 영향을 미치는 것으로 나타

나 자아정체감 수준이 높을수록 불안이 낮아짐을 보여주었고, 자아정체감이 부적응적 정서조절전략에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타나 자아정체감 수준이 낮을수록 부적응적 정서조절전략을 더 많이 사용함을 보여준다. 그러나 불안에 정적 영향을 미치는 부적응적 정서조절전략이 자아정체감과 불안의 관계를 유의미하게 매개하는 것으로 나타나 자아정체감 수준이 낮으면 불안이 높아지지만 부적응적 정서조절전략을 적게 사용하면 불안을 낮출 수 있음을 보여주었다. 이는 부적응적 정서조절전략의 사용을 낮추는 개입을 통해 낮은 자아정체감 수준을 가진 청소년도 불안의 영향을 낮출 수 있음을 보여준다.

그러나 더 효과적으로 불안을 낮추기 위한 개입 방향에 있어 고등학생 집단과 대학생 집단을 조금 다르게 접근할 수 있다. 두 집단에서의 경로계수 차이를 비교한 결과 고등학생 집단이 대학생 집단보다 자아정체감이 불안에 미치는 영향을 더 많이 설명하고 있는데, 이는 고등학생의 자아정체감 수준이 불안에 더 많은 영향을 미친다는 것을 알려준다. 한편 부적응적 정서조절이 불안에 미치는 영향은 대학생 집단에서 더 설명량이 높음을 볼 수 있는데, 이는 대학생의 경우 부적응적 정서조절전략 사용이 불안에 더 많은 영향을 미치는 것을 나타낸다. 즉 고등학생과 대학생의 불안을 낮추기 위한 개입방향은 고등학생의 경우 자아정체감 형성을 돕는 것이 불안을 관리하는데 더 좋은 방법일 수 있겠으며, 대학생의 경우 자아정체감 형성 자체를 돕는 것보다 부적응적 정서조절전략 사용을 감소시키는 방법이 불안을 관리하는데 더 좋을 수 있다는 점이 시사된다.

넷째, 고등학생 집단과 대학생 집단 모두에서 자아정체감과 삶의 만족도의 관계를 적응적 정서조절전략이 매개하지 않는 것으로 나타나 본 연구의 가설이 지지되지 않았다. 매개모형의 각 경로를 살펴보면 자아정체감은 삶의 만족도에 직접적인 정적 영향을 미치며, 적응적 정서조절전략 사용에도 직접적인 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 자아정체감 수준이 높을

수록 삶의 만족도가 높아짐을 보여주는 것으로 청소년 자신에 대한 안정감과 목표에 대한 구체적 설정과 노력과 같은 자아정체감 형성의 적응적인 측면이 삶의 만족도와 관계 설명해주는 것으로 보인다. 그리고 자아정체감 형성을 위해 자신의 위기에 적극적으로 관여하는 청소년들은 정체감 위기라는 스트레스를 주도적으로 해결하려 하며 관련 정보를 수집하거나 꼼꼼한 주의를 기울여 고려한 뒤에 결정하는 모습을 보인다(Berzonsky, 2003). 이는 자아정체감을 성공적으로 형성해가는 청소년들은 특정 상황에 대하여 적응적 정서조절전략과 유사한 맥락으로 접근한다고 볼 수 있으며, 이러한 점이 자아정체감과 적응적 정서조절전략의 관계를 설명해준다. 그러나 적응적 정서조절전략은 삶의 만족도에 직접적인 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다는데, 이는 자신의 삶을 인지하고 평가하는 측면의 삶의 만족도를 결정하는 데 있어 불쾌한 정서를 적응적인 전략으로 조절하는 것 이외의 영향들이 존재할 수 있음을 말해준다. 추후 삶의 만족도에 직접적인 영향을 미치는 연구가 더 진행 될 필요가 있다.

고등학생 집단과 대학생 집단의 자아정체감, 삶의 만족도 및 적응적 정서조절전략의 경로계수를 비교한 결과 대학생 집단이 고등학생 집단보다 자아정체감의 삶의 만족도에 대한 영향을 더 많이 설명하고 있는 것으로 나타났다. 이는 후기 청소년기에 속해 있지만 성인기로의 이행을 준비하기 시작하는 대학생의 경우 자아정체감이 형성되어 있으면 미래에 대한 목표 설정이나 학교생활에서의 적응, 이성교제를 할 경우의 만족도 등에서 자아정체감이 잘 형성되지 않은 청소년에 비해 안정적일 수 있으며(박은아, 1993; 이차선, 1998; 박남숙, 2005), 이러한 안정성과 만족감이 대학생의 자아정체감과 삶의 만족도에 영향을 미치고 있음을 시사한다.

앞에서 연구 결과의 시사점에 대하여 논의한 것을 토대로 살펴본 본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 자아정체감을 독립변인으로 설정하여 청소년 연구에서 한 개인을 평

가할 때 자아정체감이 유용하게 사용될 수 있음을 확인하였다. 이는 자아정체감의 이론적 개념이 한 개인에 대하여 안정적이고 포괄적으로 설명한다는 측면에서 추후 청소년 연구에서 유용하나 변인으로 좀 더 다양하게 사용될 수 있다는 것을 다시 확인한 결과로서 의의를 갖는다.

둘째, 자아정체감과 정서조절의 관계를 확인하였다. 기존의 연구에서 자아정체감과 정서조절전략의 관계가 경험적 연구로 거의 이루어지지 않았다는 점에서 두 변인의 관계는 자아정체감이 정서와 관련되고, 정서가 정서조절전략과 관련된다는 선행연구들을 통해 유추해 낼 수밖에 없었다. 그러나 본 연구에서 자아정체감이 정서조절전략과 관련이 있음을 확인한 점에서 의의를 갖는다.

또한 부정적인 정서조절전략에 개입함에 있어 임상적인 함의를 갖는 결과이다. 본 연구의 결과 자아정체감이 낮은 경우에도 부적응적 정서조절전략의 사용을 감소시키면 불안을 낮출 수 있음이 확인되었다. 이는 청소년기를 기점으로 일생을 통해 발달하는 자아정체감에 직접적인 개입을 하기 어려운 환경에 있더라도 정서조절의 전략을 바로 세워줌으로써 적응적인 결과를 예측할 수 있다는 점을 시사한다. 따라서 궁극적으로는 삶의 만족도와 불안 모두에 영향을 미치고, 정서조절전략의 선택에서도 영향을 미치는 자아정체감을 청소년들이 확립할 수 있도록 사회적·가정적 차원에서의 도모가 필요하다. 불안으로 인한 부적응에 처해있는 청소년의 경우 단기적으로 부적응적 정서조절전략을 적게 사용하도록 개입하면 효과를 볼 수 있다는 점에서 본 연구의 결과가 임상적인 함의를 가진다고 볼 수 있다.

2. 연구의 제한점 및 향후 연구방향

본 연구의 제한점 및 향후 연구방향은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 대상이 인문계 여자고등학교, 4년제 여자대학교에 한정되

어 있고, 연령에 있어 고등학교 저학년과 대학교 저학년이 다수를 차지한다는 한계점이 있다. 특히 대학교 고학년 학생들의 경우 성인기로 진입하기 직전 단계에 있어 집단의 특이성이 존재할 것으로 짐작되는바 청소년 집단의 연령을 다양하게 살펴봄으로써 본 연구의 결과가 다양한 청소년 집단에서도 동일하게 나타나는지 반복 검증할 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 각 변인을 하나의 요인으로 통합하여 사용한 한계점이 있다. 따라서 자아정체감, 정서조절전략의 하위요인들이 각각 어떠한 영향을 미치는지 추후 검증할 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서는 적응적인 측면으로 삶의 만족도, 부적응적인 측면으로 불안만을 설정하여 청소년의 적응적인 측면, 부적응적인 측면을 다양하게 살펴보지 못한 한계점이 있다. 따라서 청소년의 적응적이고 건강한 삶을 위한 접근을 효과적으로 하기 위하여 자아정체감이 청소년의 적응적·부적응적 측면에 어떠한 영향을 주는지 다양한 연구가 필요하며, 자아정체감이 적응과 부적응에 영향을 미치는 경로에 정서조절전략 이외의 또 어떠한 변인이 그 관계를 설명할 수 있는지에 대한 연구가 더 필요하다.

참 고 문 헌

- 강승호, 정은주 (1999). 고등학생들의 스트레스와 학업성적 및 정신건강간의 관계연구. **교육심리연구**. 13(4), 405-424.
- 권석만 (2011). **현대이상심리학**. 서울:학지사.
- 권석만 (2008). **긍정심리학**, 서울:학지사
- 구승신, 정옥희, 장성화 (2011). 청소년의 자아정체감, 사회적지지와 정신건강과의 관계. **한국콘텐츠학회논문지**, 11(9).
- 김명소, 김혜원, 차경호 (2001). 심리적 안녕감의 구성개념분석: 한국 성인 남녀를 대상으로. **한국심리학회지: 사회 및 성격**. 15(2). 19-39.
- 김민아, 권경인 (2008). 적응유연한 청소년의 정서인식 명확성과 인지적 정서조절 전략에 관한 연구. **청소년상담연구**. 16(1), 15-32.
- 김민정, 이동귀 (2008). 대학생의 자존감과 심리적 부적응의 관계: 승인 욕구의 중재효과. **한국심리학회지: 학교**, 5(3), 289-304.
- 김소라 (2009). **고등학생 대학생 자녀가 지각한 부부갈등 및 부문제착과 자기효능감 및 또래애착과의 관계**. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김윤정 (2012). **여고생과 여대생의 위험회피 기질과 회고된 어머니의 비지지적 반응이 우울에 미치는 영향:정서표현 양가성의 매개효과**. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김주환, 김민규, 홍세희(2009). **구조방정식 모형으로 논문쓰기**. 서울: 커뮤니케이션 북스
- 김효은 (2012). **초기 청소년의 부모애착, 역기능적 태도, 자아정체감, 자아탄력성, 사회적 지지 및 우울 간의 구조적 관계 분석**. 동아대학교 대학원 박사학위 논문.

- 민경환, 김지현, 윤석빈, 장승민 (2000). 부정적 정서조절 방략에 관한 연구: 정서종류와 개인 변인에 따른 정서조절 양식의 차이. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, 14(2), 1-16.
- 박광배, 신민섭 (1990). 고등학생의 대학입시목표와 자살생각. **한국심리학회지: 임상**. 9(1), 20-32.
- 박광배, 신민섭 (1991). 고등학생의 지각된 스트레스와 자살생각. **한국심리학회지: 임상**. 10(1), 298-314.
- 박남숙 (2005). 대학생의 자아정체감 수준이 이성교제 만족도에 미치는 영향. **한국심리학회지:상담 및 심리치료**, 17(1), 197-215.
- 박아청 (1996). 한국형 자아-정체감검사 개발에 관한 연구. **한국심리학회지:15(1)**, 140-162.
- 박아청, 이승국 (1999). 청소년의 자아정체감 발달에 영향을 미치는 생태학적 변인들의 구조분석. **교육심리연구**, 13(4), 113-142.
- 박아청 (2003). '한국형 자아정체감검사'의 타당화 연구. **교육심리연구:17(3)**, 373-392.
- 박은아 (1993). 가족구조, 가정생활 및 학교생활적응에 따른 여고생의 자아정체감. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 배은경 (2011). 고등학생과 대학생의 일상적 창의성, 정서조절전략, 심리적 적응간의 관계. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 박정희, 이은희 (2008). 청소년의 자아 정체성, 불안/우울 및 강박증과 진로미결정: 자기 통제력과 사회적 지원의 매개역할. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 20(1), 103-123.
- 백지은 (2010). 남성노인과 여성노인의 사회적 지지 경험이 심리적 건강에 미치는 영향. **한국심리학회지: 여성**, 15(3), 425-445.
- 손은령, 김계현 (2002). 여자대학생이 지각한 진로장벽 요인에 관한 연구. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**. 14(1), 121-139.

- 송은미 (2012). **중년 기혼여성의 일상 생활 스트레스와 우울, 불안과의 관계에서 자아정체감의 조절효과 검증**. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 오성희, 박기환 (2007). 이민자들의 심리적 건강에 영향을 미치는 요인들: 한국계 호주이민자들을 중심으로. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, 21(4), 55-69.
- 육성필, 김중술(1996). 한국판 Beck Anxiety Inventory의 임상시연구: 환자군과 비환자군의 비교. **한국심리학회 '96연차학술대회 학술발표논문집'**, 41-49.
- 윤석빈 (1999). **경험하는 정서의 종류와 선행사건에 따른 정서조절 양식의 차이**. 서울대학교 대학원 석사학위 논문
- 윤성림, 윤진 (1993). 청소년기 자살생각과 그 관련변인-고교생을 대상으로 한 심리적 특성의 탐색. **한국심리학회지: 발달**, 6(1), 107-120.
- 이옥순 (2011). **가족친화제도와 남성근로자의 일-가족 갈등, 직무만족도 및 생활만족도**. 전남대학교 대학원 박사학위 논문.
- 이은희, 정순옥 (2006). 청소년이 지각한 부모의 양육행동 및 친구관계와 우울간의 관계에서 자아정체감의 매개효과:공변량 구조분석. **한국청소년연구:17(2)**, 213-239.
- 이은희, 조윤자 (2008). 청소년 자살의 심리적 과정 및 문제해결력과 사회적 지지의 보호효과. **사회연구**, 16(2), 105-143.
- 이정은 (2012). **중학생이 지각한 부모양육행동, 정서조절양식 및 학교적응간의 관계**. 국민대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 이지영 (2010). 정서조절방략이 정신병리에 미치는 영향. **한국심리학회지: 임상**, 29(3), 709-727.
- 이지영 (2012). 연령증가에 따른 정서조절의 차이: 청소년기와 성인기를 대상으로. **한국심리학회지: 일반**, 31(3), 783-808.

- 이지영, 권석만 (2006). 정서조절과 정신병리의 관계: 연구 현황과 과제. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 18(3), 461-493.
- 이지영, 권석만 (2007). 정서조절방략 질문지의 개발: 대학생 집단을 대상으로. **한국심리학회지: 임상**, 26(4), 963-976.
- 이지영, 권석만 (2009). 정서장애와 정서조절방략의 관계. **한국심리학회지: 임상**, 28(1), 245-261.
- 이차선 (1998). **청소년의 자아정체감 형성변인 분석**. 고려대학교 대학원 박사학위 논문.
- 이현림, 천미숙 (2003). 청소년의 자아정체감과 학교생활적응 간의 관계분석. **청소년학연구** 10(4), 511-541.
- 임영진 (2012). 한국판 삶의 만족도 척도의 신뢰도와 타당도: 경찰공무원, 대학생, 청소년을 대상으로. **한국심리학회지: 일반**, 31(3), 877-896.
- 임영진, 고영건, 신희천, 조용래 (2012). 정신적 웰빙 척도(MHCSF)의 한국어판 타당화 연구. **한국심리학회지: 일반**, 31, 261-278.
- 임전옥 (2003). **정서인식 명확성, 정서조절양식과 심리적 안녕의 관계**. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 임전옥, 장성숙 (2003). 정서인식의 명확성, 정서조절양식과 심리적 안녕의 관계. **한국심리학회지:상담 및 심리치료**, 15(2), 259-275.
- 장휘숙 (2009). **전생애 발달심리학**. 서울:박영사.
- 장휘숙 (2009). **청년심리학**. 서울:박영사.
- 조명환, 김정오, 권석만 (1994). 청소년의 삶의 질. **사회과학과 정책연구**, 16(2), 61-94.
- 조용래 (2011). 자기 자비, 생활 스트레스 및 탈중심화가 심리적 건강에 미치는 효과: 매개중재모형. **한국심리학회지: 임상**, 30(3), 767-787.
- 조현주, 전태연, 채정호, 우영섭, 최정은, 기백석, 임현우 (2007). 우울장애의 불안, 신체화, 분노 증상과 정서조절방략의 관계. **한국심리학회지: 임상**,

26(3), 663-679.

하선근 (2008). **중학생의 인터넷 중독과 대인불안 및 정서조절양식과의 관계**. 창원대학교 교육대학원 석사학위 논문.

하은혜, 오경자, 송동호 (2003). 청소년기 우울 및 불안증상 공존집단의 심리사회적 위험요인. **한국심리학회지: 일반**, 22(2), 127-144.

한덕웅, 이장호, 전경구(1996). Spoelberger의 상태-특성 불안검사 Y형의 개발. **한국심리학회지: 건강**, 1(1), 1-14.

허혜경, 김혜수 (2002). **청년발달심리학**. 서울:학지사.

홍경화, 홍혜영 (2011). 부정적 평가에 대한 두려움, 인지적 정서조절전략이 청소년의 사회불안에 미치는 영향. **청소년학연구**, 18(5), 291-319.

홍세희 (2000). 구조방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. **한국심리학회지:임상**, 19(1), 161-177.

Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., Schweizer, S., (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: *A meta-analytic review. Clinical Psychology Review*, 30, 217-237.

Bentler, P. M., & Bonett, D. G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, 88, 588-606.

Bentler, P. M. (1990) Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107, 238-346.

Berzonsky, Michael D. (2003). Identity Style and Well-Being: Does Commitment Matter?. *IDENTITY: AN INTERNATIONAL JOURNAL OF THEORY AND RESEARCH*, 3(2), 131-142.

Clark, D.B., & Sayette, M. (1993). Anxiety and the development of alcoholism: clinical and scientific issues. *American Journal of Addiction*, 2, 59-76.

- Craig-Bra, L., Adams, G. R., & Dobson, W. R. (1988). Identity formation and social relations during late adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 17, 173-187.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Murphy, B., Maszk, P., Smith, M., Karbon, M., (1995). The Role of Emotionality and Regulation in Children's Social Functioning: A Longitudinal Study. *Child Development*, 66(5), 1360-1384.
- Erikson, Erik H (1968). *Identity, Youth, and Crisis*. New York, W, W, Norton.
- Folkman, Susan., & Lazarus, Ricahrd S. (1980). An Analysis of Coping in a Middle-Aged Community Sample. *Journal of Health and Social Behavior*. 21(September), 219-239
- Garnefski, N., Kraaij, W., & Spinrove, P. (2001). Negative life event, cognitive emotion regulation and emotional problems, *Personality and Individual Differences*. 30, 1311-1327.
- Garnefski, N., Van Den Kommerl, T., Kraaiji, V., Teerds, J., Legersteel, J., 7 Onstein, E. (2002). The relationship between cognitive emotion regulation strategies and emotional problems: comparison between a clinical and a non-clinical sample. *European Journal of Personality*. 16, 403-420.
- Grayston, A. D., De Luca, R. V., & Boyes, D. A. (1992). Self-esteem, anxiety, and loneliness in preadolescent girls who have experienced sexual abuse. *Child Psychiatry and Human Developmnet*, 22(4), 277-286.
- Greenier, K. D., Kernis, M. H. & Waschill, S. B. (1995). Nor all high (or low) self-esteem people are the same. In Kernis, M, H(Eds).

Efficacy, Agency, and Self-Esteem, New York; Plenum Press.

- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39, 281-191.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual difference in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 85(2), 348-362.
- Gross, J. J. (2009). *Handbook of Emotion Regulation*. Guilford.
- John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and Unhealthy Emotion Regulation: Personality Processes, Individual Differences, and Life Span Development. *Journal of Personality*, 72(6), 1301-1334.
- Kovacs, M., Gastonis, C., Paulauska, S., & Richard, C. (1989). Depressive disorders in childhood: IV. A longitudinal study id comorbidity with isk for anxiety disorders. *Archives of General Psychiatry*, 46, 776-782.
- Kroger, Jane. (2007). *Identity development: adolescence through adulthood*. Thousnad Oaks, CA:Sage.
- Larson, R. W., Moneta, G., Richards, M. H., & Wilson, S. (2002). Contiuity, stability, and change in daily emotional experience across adolescence. *Child Development*. 73, 1151-1165.
- Layard, R. (2005). *Happiness: Lessons from a New Science*. London: Penguin.
- Lazarus, Lichard S. (1999). Coping theory and research: past, present, and future. *Psychosomatic Medicine*. 55, 234-247.
- Marcia, J. E (1993). *Ego Identity: a handbook for psychosocial research*. New York: Springer-Verlag.

- Markstrom, C. A., & Kalmanir, H. M. (2001). Linkages between the psychosocial stages of identity and intimacy and the ego strengths of fidelity and love. *Identity*, 1, 179-196.
- Markstrom, C. A., Sabino, V., Turner, B., & Berman, R. (1997). The Psychosocial Inventory of Ego Strengths: Development and validation of a new Eriksonian measure. *Journal of Youth and Adolescence*, 26, 705-732.
- Meeus, Wim., Schwartz, Seth J., & Branje, Susan. (2010). On the Progression and stability of Adolescent Identity Formation: A Five-Wave Longitudinal Study in Early-to-Middle and Middle-to-Late Adolescence. *Child Development*, 81(5), 1565-1581.
- Meeus, Wim (1996). Studies on Identity Development in Adolescence: An Overview of Research and Some New Data. *Journal of Youth and Adolescence*, 23(5), 569-598.
- Montgomery, M. J. (2005). Psychosocial Intimacy and Identity From Early Adolescence to Emerging Adulthood. *Journal of Adolescent Research*. 20, 346-274.
- Pavot, W., & Diener, E. (2004). The subjective evaluation of well-being in adulthood: Findings and implication. *Ageing International*, 29, 113-135.
- Phillips, Tommy M., & Pittman, Joe F. (2007). Adolescent psychological well-being by identity style. *Journal of Adolescence*, 30, 1021-1034.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendation.

Psychological method, 7, 422-445.

Southam-Gerow, Michael A., & Kendall, Philip C. (2002). Emotion regulation and understanding Implications for child psychopathology and therapy. *Clinical Psychology Review*. 22, 189-222.

Steiger, J. H., & Lind, J. M. (1980, June). Statistically based tests for the number of common factors. Paper presented at the annual meeting of the Psychometric Society, Iowa City, IA.

Tompson, R. A. (1994). Emotional regulation: a theme in search for definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*. 59, 25-52.

Vleioras, Georgios., & Bosma, Harke A. (2005). Are identity style important for psychological well-being?. *Journal of Adolescence*, 28, 397-409.

Waterman, Alan S., & Geary, Patricia S., Waterman, Caroline K. (1974). Longitudinal Study of Changes in Ego Identity Status from the Freshman to the Senior Year at College. *Developmental Psychology*, 10(3), 387-392.

Berk, Laura E., 이옥경 외 역 (2009). **생애 발달 II**. 서울:시그마프레스.

Kalat, James W., & Shiota, Michelle N., 민경환 외 역 (2011). **정서심리학**. 서울:Cengage Learning

한국일보(2013년 4월 29일). “죽고 싶어요” 청소년 상담 4년새 6배, 한국일보

,<http://news.hankooki.com/lpage/society/201304/h2013042903310921950.htm>

에서 검색

ABSTRACT

The Relationship of Ego Identity and Psychological Health in Female High School and College Students: Mediating Effects of Emotion Regulation Strategy

Nu-ri Shin

Department of psychology

The Graduate school of

Sungshin Women's University

This research was attempted to examine the mediating effects of emotion regulation strategy in the relationship of ego identity, life satisfaction and anxiety in female high school and college students. In other words, the aim of this study is for helping to prevent psychological problem in adolescence.

The subjects for this study were total 530 students attending girl's highschool and women's university located in Seoul. Only 499 participants' data were used for statistical analysis. SPSS 18.0 and M-Plus 6.0 were applied. To find out the mediating effects, results were treated by Bootstrapping analysis method.

The results of this research can be summarized as follows.

The first, ego identity was positively related to life satisfaction, and negatively related to anxiety.

The second, life satisfaction and use of adaptive/maladaptive emotion regulation strategy were higher in college students than in highschool ones. On the other hand, ego identity and anxiety didn't have a significant difference between two groups.

The third, both in highschool students and college students, maladaptive emotion regulation strategy had a mediating effect between ego identity and anxiety. This result means, even if adolescence have low ego identity, anxiety can be diminished by reducing maladaptive emotion regulation strategy.

Finally, the limitations of this study, and further research suggestions were discussed, and significances for the study were suggested.

부 록

부록 1. 자아정체감 척도

부록 2. 정서조절전략 척도

부록 3. 삶의 만족도 척도

부록 4. 불안 척도

안녕하십니까?

귀중한 시간을 내어 설문에 응해 주셔서 감사합니다.

본 설문지는 개인이 가지고 있는 자신에 대한 생각과 정서에 대하여
알아보기 위한 것입니다.

질문에 정답이 있는 것이 아니오니, 여러분의 느낀 바를 솔직하게
작성해 주시기 바랍니다.

여러분의 설문 결과는 연구 목적으로만 소중하게 사용될 것이며,
응답하신 내용에 대해서는 철저한 비밀보장을 약속드립니다.

빠진 응답이 있는 설문지는 사용할 수 없으므로,
한 문항도 빠짐없이 작성해 주시기 바랍니다.

설문에 응해주셔서 다시 한 번 감사드립니다.

지도교수 : 성신여자대학교 심리학과 이 옥 경

연구자 : 성신여자대학교 대학원 심리학과 신 누 리

연락처 : zorrozorro@hanmail.net



* 다음은 귀하의 일반적인 사항에 대한 질문입니다. 질문에 해당하는 곳에 V 해주시기 바랍니다.

1. 나이: (만 세)
2. 학년: ① 고등학교 ()학년 / ② 대학교 ()학년
3. 아버지의 학력: ① 대학원 졸 ② 대졸 ③ 고졸 ④ 중졸 ⑤ 국졸 ⑥ 무학
4. 어머니의 학력: ① 대학원 졸 ② 대졸 ③ 고졸 ④ 중졸 ⑤ 국졸 ⑥ 무학
5. 아버지의 직업: ① 자영업 ② 전문직 ③ 기술직 ④ 사무직 ⑤ 관리직 ⑥ 무직 ⑦ 기타
6. 어머니의 직업: ① 자영업 ② 전문직 ③ 기술직 ④ 사무직 ⑤ 관리직 ⑥ 무직 ⑦ 기타
7. 경제적 수준(가정 월 평균 수입 정도): ① 상 ② 중상 ③ 중 ④ 중하 ⑤ 하

설문 I

※ 다음의 각 문항 내용이 자신과 일치된다고 생각하는 곳에 V표 해주십시오.

번호	문항 내용	전혀 해당 되지 않는 다	별로 해당 되지 않는 다	어느 쪽도 아니 다	조금 해당 된다	매우 많이 해당 된다
1	나는 내 일을 잘 처리할 수 있다.	1	2	3	4	5
2	나는 이 세상에 있으나마나 한 존재이다.	1	2	3	4	5
3	나는 앞으로 무엇이 되고 싶은지 잘 모르고 있다.	1	2	3	4	5
4	시작할 때는 열성을 보이거나 그것이 오래가지 못한다.	1	2	3	4	5
5	나는 다른 사람의 충고를 무턱대고 따르는 편이다.	1	2	3	4	5
6	모임에 나가면 가급적 사람이 적은 곳이나 구석에 앉는다.	1	2	3	4	5
7	누가 시키지 않아도 내 일은 내가 알아서 한다.	1	2	3	4	5
8	내가 보잘 것 없는 존재라고 생각할 때가 많다.	1	2	3	4	5
9	내가 무엇이 되고 싶은가를 나는 분명히 알고 있다.	1	2	3	4	5
10	나는 꾸준히 한가지 일에 몰두하지 못한다.	1	2	3	4	5
11	나는 다른 사람들이 하자는 대로 잘 이끌린다.	1	2	3	4	5
12	나는 낯선 사람을 만나는 것을 꺼려한다.	1	2	3	4	5
13	나의 일은 내 스스로 처리한다.	1	2	3	4	5

14	우리 집안에서 나는 꼭 필요한 존재이다.	1	2	3	4	5
15	나는 장차 무엇을 하고 싶은지 나 스스로도 모르겠다.	1	2	3	4	5
16	나는 계획한대로 일을 끝까지 실행하지 못한다.	1	2	3	4	5
17	대다수 사람들이 하는대로 그저 따라가는 것이 최선이다.	1	2	3	4	5
18	나는 여러 사람들과 함께 있을 때에 마음이 불편하다.	1	2	3	4	5
19	나는 내 판단에 자신이 있다.	1	2	3	4	5
20	나는 믿을 만한 가치가 없는 사람이다.	1	2	3	4	5
21	나는 어른이 되어 어떤 직업을 갖게 될는지 알고 있다.	1	2	3	4	5
22	나는 빈둥거리며 많은 시간을 허송하는 편이다.	1	2	3	4	5
23	난 혼자서는 어떤 일을 결정하기가 어렵다.	1	2	3	4	5
24	여러 사람이 있는 곳에는 앞에 나서기가 두렵다.	1	2	3	4	5
25	나는 하루하루를 열심히 살아간다.	1	2	3	4	5
26	이 세상 일은 결국 허무한 일이라고 생각한다.	1	2	3	4	5
27	나의 진로에 대하여 구체적인 계획을 갖고 있다.	1	2	3	4	5
28	나는 일하기를 별로 좋아하지 않는다.	1	2	3	4	5
29	나는 다른 사람을 이끌기 보다는 따라가는 편이다.	1	2	3	4	5
30	할 말이 있어도 하지 못하고 그냥 넘어가는 때가 많다.	1	2	3	4	5
31	나는 내모습 이대로를 자랑스럽게 생각한다.	1	2	3	4	5
32	나는 이 세상을 잘 살아갈 것 같지 않다.	1	2	3	4	5

33	나는 장래 무슨 직업을 택할 것인가 결정할 수가 없다.	1	2	3	4	5
34	나는 어렵거나 힘든 일은 피하는 편이다.	1	2	3	4	5
35	나는 결단력이 부족하다.	1	2	3	4	5
36	나는 여러 사람들 중에서 유별나게 보이는 것을 두려워한다.	1	2	3	4	5
37	나는 나의 목적을 달성하기 위해서 열심히 노력한다.	1	2	3	4	5
38	나는 다른 사람들보다 무능하다고 생각한다.	1	2	3	4	5
39	나는 뚜렷한 삶의 목표를 정해놓고 있다.	1	2	3	4	5
40	나는 남달리 잘하는 일이 별로 없다.	1	2	3	4	5
41	스스로 생각하기 보다는 남들의 좋은 생각을 기다린다.	1	2	3	4	5
42	나는 모임에서 지도자 역할을 기꺼이 맡는다.	1	2	3	4	5
43	나는 일단 시작한 일은 기어코 끝내고야 만다.	1	2	3	4	5
44	나는 자신에게 중요한 것이 무엇인지를 생각한 적이 없다.	1	2	3	4	5
45	지금 내가 할 일이 무엇인가를 잘 알고 있다.	1	2	3	4	5
46	하고 싶은 일 중에 무엇부터 해야 할지 모르겠다.	1	2	3	4	5
47	남의 말을 잘 받아들이고 타인의 언동에 영향 받기 쉽다.	1	2	3	4	5
48	나는 낯선 곳이나 새로운 일을 두려워한다.	1	2	3	4	5
49	나는 내가 매우 쓸모 있는 사람이라고 생각한다.	1	2	3	4	5

50	나는 근본적으로 무능하다고 생각한다.	1	2	3	4	5
51	미래를 위해 미리 준비하는 것은 현명한 일이다.	1	2	3	4	5
52	나는 무엇을 하려고 해도 의욕도 없고 빌빌 지나간다.	1	2	3	4	5
53	나의 감정을 솔직하게 표현할 수 있다.	1	2	3	4	5
54	나는 사람들과 사귀는 것을 좋아한다.	1	2	3	4	5
55	나는 내 스스로 선택하는 것을 좋아한다.	1	2	3	4	5
56	다른 사람들 앞에서 나의 참모습이 드러나는 것이 두렵다.	1	2	3	4	5
57	나는 내 장래일에 대해 미리 계획하고 싶지 않다.	1	2	3	4	5
58	나는 앞으로 무엇이 되려고 하는지 분명히 알고 있다.	1	2	3	4	5
59	나 자신에 대한 생각이 정리되어 있지 못하다.	1	2	3	4	5
60	나는 나의 부모님께서 원하는 이성과만 교제할 것이다.	1	2	3	4	5

설문 표

※ 다음 문항들은 사람들이 일상생활 중에서 겪는 불쾌한 감정들을 감소시키기 위해서 동원하는 다양한 노력들을 나열한 것들입니다. 각 문항들을 주의 깊게 읽으시고, 평소 여러분이 부정적이거나 불쾌한 일을 경험할 때 보이는 모습을 가장 잘 나타내는 곳에 V표 해 주십시오.

번호	문항 내용	거의 그렇지 않다 가끔 그렇다 때때로 그렇다 자주 그렇다 거의 항상 그렇다					
		1	2	3	4	5	6
1	처한 상황이나 문제를 합리적으로 생각하려 노력한다.	1	2	3	4	5	6
2	문제해결을 위해 도움을 줄 수 있는 사람에게 구체적인 도움을 부탁한다.	1	2	3	4	5	6
3	일어나버린 상황에 대해 어쩔 수 없음을 받아들인다.	1	2	3	4	5	6
4	왜 이런 기분을 느끼게 되었는지 이해하려고 노력한다.	1	2	3	4	5	6
5	스스로에게 괜찮다고 말한다.	1	2	3	4	5	6
6	처한 상황이나 문제의 부정적인 측면에 대해 반복적으로 생각한다.	1	2	3	4	5	6
7	부정적인 것은 잊어버리려 노력한다.	1	2	3	4	5	6
8	그 일의 원인이 기본적으로 다른 사람에게 있다고 생각한다.	1	2	3	4	5	6
9	이 일을 달리 해석해볼 수 없는지 생각해본다.	1	2	3	4	5	6
10	처한 상황이나 문제를 개선하거나 해결하기 위한 구체적인 일을 실행에 옮긴다.	1	2	3	4	5	6
11	불쾌한 기분에서 벗어날 수 있도록 즐거운 장소에 간다.	1	2	3	4	5	6
12	처한 상황이나 문제와 관련없는 다른 일을 생각한다.	1	2	3	4	5	6
13	지금 하고 있는 행동이나 생각이 나에게 얼마나 도움이 될 것인지 생각해본다.	1	2	3	4	5	6
14	처한 상황이나 문제에 대해 무언가 구체적인 일을 할 수 있는 사람과 이야기한다.	1	2	3	4	5	6

15	폭식을 한다.	1	2	3	4	5	6
16	나쁜 상황은 금방 지나갈 거라고 스스로에게 말한다.	1	2	3	4	5	6
17	평소 좋아하는 사람을 만나 시간을 보낸다.	1	2	3	4	5	6
18	앞으로 일어날 일에 대해 자꾸만 안 좋은 쪽으로 생각한다.	1	2	3	4	5	6
19	일은 이미 일어났고 어떻게든 달라질 수 없음을 받아들이려 한다.	1	2	3	4	5	6
20	그 일이 다른 사람 잘못이라고 생각한다.	1	2	3	4	5	6
21	담배를 피운다.	1	2	3	4	5	6
22	처한 상황이나 문제를 보다 나은 방향으로 해결할 수 있도록 차근차근 행동을 취한다.	1	2	3	4	5	6
23	성적 행위(자위나 성관계 등)를 한다.	1	2	3	4	5	6
24	음식을 마구 먹어댄다.	1	2	3	4	5	6
25	상황이 왜 잘 진행되지 않았는지 평가한다.	1	2	3	4	5	6
26	내가 겪은 일이 얼마나 끔찍한지 계속 생각한다.	1	2	3	4	5	6
27	기분을 전환하기 위해 산책이나 드라이브를 한다.	1	2	3	4	5	6
28	자신에게 위안이 되는 말을 되뇌인다.	1	2	3	4	5	6
29	처한 상황이나 문제가 다른 사람의 탓이라고 생각한다.	1	2	3	4	5	6
30	안좋은 일이 일어나게 될지 모른다고 계속해서 걱정한다.	1	2	3	4	5	6
31	편한 친구나 가족을 만난다.	1	2	3	4	5	6
32	처한 상황으로부터 배울 게 있을 거라 생각한다.	1	2	3	4	5	6
33	과거에 기분을 좋게 해주었던 활동을 한다.	1	2	3	4	5	6

34	어떻게 하는 것이 좋을지 선배나 권위자에 조언을 구한다.	1	2	3	4	5	6
35	처한 상황이나 문제를 잘 처리할 수 있는 방법을 취한다.	1	2	3	4	5	6
36	상황이 다르게 전개되었더라면 하는 생각을 반복적으로 한다.	1	2	3	4	5	6
37	이미 일어난 일이라는 사실을 받아들인다.	1	2	3	4	5	6
38	처한 상황을 변화시킬 수 있는 방법에 대해 생각해본다.	1	2	3	4	5	6
39	그 일에 대해 다른 사람의 책임이라고 생각한다.	1	2	3	4	5	6
40	취할 때까지 술을 마신다.	1	2	3	4	5	6
41	불쾌한 감정을 유발했던 대상이나 상황을 반복해서 생각한다.	1	2	3	4	5	6
42	문제를 해결하기 위해 구체적인 행동을 취한다.	1	2	3	4	5	6
43	컴퓨터 게임을 한다.	1	2	3	4	5	6
44	친구와 함께 즐겁고 유쾌한 활동을 한다.	1	2	3	4	5	6
45	그 일에 대해 너무 깊이 생각하지 않으려고 한다.	1	2	3	4	5	6
46	처한 상황이나 문제와 관련해 내가 실수하거나 잘못된 점들을 계속해서 떠올린다.	1	2	3	4	5	6
47	앞으로 어떻게 할지 행동에 대한 계획을 세운다.	1	2	3	4	5	6
48	처한 상황이나 문제에 대해 무엇을 할지 다른 사람에게 조언을 구한다.	1	2	3	4	5	6
49	친밀한 사람과 함께 시간을 보낸다.	1	2	3	4	5	6
50	내게 어떤 문제가 있을 거라는 생각을 반복한다.	1	2	3	4	5	6
51	필요 이상으로 많이 먹는다.	1	2	3	4	5	6

설문 Ⅲ

※다음의 각 문항을 읽고 자신에게 해당하는 곳에 V표 해주십시오.

번호	문항 내용	전혀 아니다	아닌 편이다	보통 이다	그런 편이다	매우 그렇다
1	나는 내 생활에 만족한다.	1	2	3	4	5
2	나는 다시 태어난다고 해도 지금까지의 내 생활 방식을 바꾸지 않겠다.	1	2	3	4	5
3	내 생활은 내가 이상적으로 생각하는 수준과 대체로 비슷하다.	1	2	3	4	5
4	나는 지금까지 내가 원했던 중요한 일들을 이루었다.	1	2	3	4	5
5	나의 생활 여건은 아주 좋다.	1	2	3	4	5

설문 Ⅳ

※다음의 각 문항을 읽고 자신에게 해당하는 곳에 V표 해주십시오.

번호	문항 내용	전혀 느끼지 않았다	조금 느꼈다	상당히 느꼈다	심하게 느꼈다
1	가끔씩 몸이 저리고 쭈시며 감각이 마비된 느낌을 받는다.	1	2	3	4
2	흥분된 느낌을 받는다.	1	2	3	4
3	가끔씩 다리가 떨리곤 한다.	1	2	3	4
4	편안하게 쉴 수가 없다.	1	2	3	4
5	매우 나쁜 일이 일어날 것 같은 두려움을 느낀다.	1	2	3	4

6	어지러움(현기증)을 느낀다.	1	2	3	4
7	가끔씩 심장이 두근거리고 빨리 뛴다.	1	2	3	4
8	침착하지 못하다.	1	2	3	4
9	자주 겁을 먹고 무서움을 느낀다.	1	2	3	4
10	신경이 과민 되어 있다.	1	2	3	4
11	가끔씩 숨이 막히고 질식할 것 같다.	1	2	3	4
12	자주 손이 떨린다.	1	2	3	4
13	안절부절 못해 한다.	1	2	3	4
14	미칠 것 같은 두려움을 느낀다.	1	2	3	4
15	가끔씩 숨쉬기 곤란할 때가 있다.	1	2	3	4
16	죽을 것 같은 두려움을 느낀다.	1	2	3	4
17	불안한 상태에 있다.	1	2	3	4
18	자주 소화가 잘 안되고 배속이 불편하다.	1	2	3	4
19	가끔씩 기절할 것 같다.	1	2	3	4
20	자주 얼굴이 붉어지곤 한다.	1	2	3	4
21	땀을 많이 흘린다. (더위로 인한 경우 제외)	1	2	3	4