



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

우울-공격성향 청소년의
인지적 정서조절전략의 특징
-성과 연령변인을 중심으로

2008

성신여자대학교 대학원
심 리 학 과
배 은 영

우울-공격성향 청소년의
인지적 정서조절전략의 특징
-성과 연령변인을 중심으로

이 옥 경 교수지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2007년 11월

성신여자대학교 대학원
심 리 학 과
배 은 영

인 준 서

배은영의 석사학위 논문으로 인준함.

심사위원 _____인
심사위원 _____인
심사위원 _____인

성신여자대학교 대학원

논문개요

본 연구는 남, 녀 청소년을 대상으로 공격성과 우울을 가진 위험군 집단과 일반 집단을 통해 연령별과 성별로 인지적 정서조절 전략에서의 차이를 연구하는 것을 주요 목적으로 하였다.

서울시에 위치한 4개의 중, 고등학교에서 표집한 600명의 청소년을 대상으로 질문지를 배포한 후, 공격성과 우울 점수를 기준으로 하여 총 357명을 집단으로 선발하였다. 집단은 특성에 따라 우울-공격성향 집단, 우울 집단, 공격성향 집단, 일반 집단으로 지칭하였다. 측정도구로는 청소년 자기 행동 평가 척도(Korean-Youth Self Report: K-YSR)에서 공격성 척도, 우울 척도(Center for Epidemiological Studies-Depression Scale: CES-D)와 인지적 정서조절 전략 질문지(Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: CERQ)가 사용되었다. 인지적 정서조절 전략 질문지는 선행연구에 따라 9개의 하위 요인을 적응적 전략과 부적응적 전략으로 나눠 분석하였다. 수집된 자료는 모두 신뢰도 분석을 하였고, 가설에 따라 빈도분석, 상관분석, 변량분석, 회기분석, 군집분석을 실시하여 분석하였다.

본 연구의 결과는 다음과 같다.

첫째, 고등학생이 중학생보다 더욱 부적응적인 전략을 사용하였고 성별로는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 그러나 중학생의 경우 여학생이 남학생보다 더욱 부적응적 전략을 사용하는 것으로 나타났다.

둘째, 우울-공격성향 집단이 가장 부적응적인 전략을 사용하였고 다음으로 우울 집단이 부적응적 전략에서 높은 점수를 보였다. 적응적 전략에 대해서는 일반 집단의 점수가 가장 높았고 우울-공격성향 집단과 우울 집단은 낮은 점수를 보였다.

셋째, 우울-공격성향 집단은 부적응적 전략의 하위 요인이 모두 가장 높게 나타났고 우울 집단은 특히, 반추전략에서 높은 점수를 보였다. 공격성향 집단은 타인비난

전략이 우울 집단, 일반 집단 보다 높게 나타났다.

넷째, 부적응적 전략의 하위 요인에서 파국화 전략이 우울과 공격성에 영향을 많이 받는 것으로 나타났다. 다른 전략에 대해 전반적으로 공격성보다 우울의 설명력이 높게 나타났으나 타인비난에서는 공격성만이 유의한 설명력을 가지는 것으로 나타났다.

다섯째, 부적응적 전략을 주로 사용할수록 공격성과 우울이 높게 나타났고 다음으로 모든 전략을 사용할수록 공격성과 우울이 높게 나타났다. 적응적 전략을 사용하는 것과 전략을 사용하지 않는 것에는 큰 차이가 없었으나 적응적 전략을 사용할수록 공격성과 우울이 낮게 나타났다.

본 연구를 통해 연령과 성에 따른 인지적 정서조절 전략의 차이가 있으며, 우울과 공격성향을 가진 청소년이 더욱 부적응적인 인지적 정서조절 전략을 사용함을 알 수 있었다. 또한 전략의 사용정도에 따라 우울과 공격성에서 차이가 나타남을 확인하였다. 이상의 결과를 통해 적절하고 효과적인 전략을 세우는 것이 청소년의 정신 건강에 좋은 영향을 미칠 것이라고 생각해 볼 수 있겠다.

목 차

논문개요

I. 서 론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 이론적 배경	3
1) 정서와 정서조절	3
2) 인지적 정서조절전략	5
3) 공격성	7
4) 우울	8
II. 연구문제 및 가설	10
III. 연구방법	11
1. 연구대상	11
2. 측정도구	11
3. 연구절차	12
4. 집단선발 및 분석방법	13
IV. 결 과	15
V. 논 의	29

참고문헌

Abstract

부록

표 목 차

<표 1> 집단 선발된 대상의 사회 인구학적 배경	13
<표 2> 각 대상별 집단 선발 기준 점수 범위	16
<표 3> 집단별 우울과 공격성 점수의 평균과 표준편차	16
<표 4> 적응적 전략, 부적응적 전략의 연령차	17
<표 5> 적응적 전략, 부적응적 전략의 성차	18
<표 6> 인지적 정서조절 9가지 전략에 대한 집단 차이	20
<표 7> 적응적 하위전략에서 연령에 따른 집단 차이	21
<표 8> 부적응적 하위전략에서 연령에 따른 집단 차이	22
<표 9> 측정된 변인들 간의 상관계수	24
<표 10> 인지적 정서조절과 우울, 공격성의 단계적 회귀분석 결과	26
<표 11> 연령에 따른 부적응적 정서조절 전략과 우울, 공격성의 회귀분석 결과	27
<표 12> 군집분석에 따른 각 전략의 표준화 점수 평균	28
<표 13> 군집에 따른 공격성과 우울점수의 차이	28

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

인간은 여러 가지 정서를 느끼며 살아간다. 여기에는 긍정적인 정서와 부정적인 정서가 포함되는데 주로 불쾌한 부정적 정서를 효과적으로 처리하기 위해 자신의 정서를 조절하려는 노력을 시도하게 된다. 정서조절에 대한 일반적인 정의는 “자신의 목표를 이루기 위해 강력하면서도 일시적인 자신의 정서반응을 수정, 평가, 검색하는 내외적 처리 과정의 모든 것”으로 알려져 있다(Gross, 1998; Thompson, 1994). 정서조절에 대한 관심은 고대부터 계속되어 왔는데 심리학에서는 발달심리학이 정서조절 연구의 시작점이 되었다. 발달심리학에서는 정서조절을 아동초기의 발달과업 중 하나로 여기면서 정서조절이 사회적, 정서적, 인지적, 행동적 유능감에 직접적으로 영향을 준다고 보았다(Thompson, 1994). 최근에는 정서조절에 대한 연구가 아동기에서 확장되어 다양한 연령에서 연구되고 있으며 정신병리를 정서조절과 연관 지어 보는 연구도 이뤄지고 있다.

과거에는 정서가 합리적이고 이성적인 결정을 방해한다고 여겨 정서의 개입을 최소화하는 방법을 연구하였다. 그러나 정서지능을 연구하던 연구자들에 의해 정서가 자신과 타인의 감정조절 뿐만 아니라 재인, 구성과 같은 인지적 요소와 관련한 정보들까지도 정확하고 효과적으로 처리한다는 것이 밝혀지면서(Salovey & Mayer, 1990) 정서를 사려 깊게 통제하고 활용한다면, 정서는 인지능력 발휘에도 간접적인 영향을 줄 뿐만 아니라 인지력만으로 해결할 수 없는 문제들을 근원적으로 해결할 수 있다는데 의견이 모아지고 있다(오숙영, 1997, 재인용).

정서장애가 대부분의 정신병리에서 나타나고 있다는 것은 보편화된 사실이다. 사실 대부분의 정신장애에서 정서조절의 실패가 핵심적인 요인이 되고 있는데, Thoits(1985)는 정신장애를 가진 사람의 85% 이상이 정서조절에서 혼란을 겪고 있다고 보고한 바가 있다. 이것은 정서조절이 인간의 정신건강과도 밀접한 연관이 있

음을 나타낸다. 정신병리와 정서조절에 대한 연구에서 일부 연구자들은 청소년에서의 문제행동을 외현화 문제와 내현화 문제로 나누어 정서조절과의 관련성을 조사하였는데 내현화 문제의 경우 과도한 통제가 밀접하게 관련되며, 통제의 부족이 외현화 문제행동과 관련된다고 보았다(Eisenberg et al., 2001). Garnefski 등(2006)은 인지적 정서조절전략과 정서문제의 관련성을 연구한 결과, 각각의 정서문제마다 사용하는 정서조절전략이 다르다는 것을 밝혔다(Garnefski, Kommer, Kraaij, Teerds, Legerstee, Onstein, 2006).

청소년기의 주요 정신장애로 정서장애와 품행장애가 언급되고 있는데 여러 연구에서 이 두 장애의 주요 성향인 우울과 공격성이 높은 수준으로 공존함을 밝히고 있다(Angold et al., 1999, Hinden, Compas, Howell, Achenbach, 1997). Craighead(1991)는 공격성과 관련된 변인에 대한 연구에서 공격성이 우울과 밀접한 연관이 있으며 우울증이 있는 청소년의 20-30%가 공격성이 포함된 문제행동이 있다고 보고하였다. Quiggle, Garber와 Panak(1992)는 공격적인 아동과 우울 아동의 인지적 사고과정 패턴에서 적대적 귀인편향이 유사하게 나타남을 언급하면서 두 변인 사이에 상관이 높음을 밝혔다. 많은 연구자들은 이 공존이 유아기부터 나타나 성인기까지 안정적으로 형성된다고 보고있다(이경숙, 신의진, 전연진, 박진아, 2004, Olweus 1978, Tremblay, 2000).

정서조절에 영향을 미치는 변인에 대한 연구에서 연령과 성에 따른 차이는 일관된 견해를 보이고 있지 않다. 연령에 대한 연구에서 Garnefski(2006)는 청소년이 성인보다 전략 사용이 적으며 청소년 내에서도 초기 청소년에서 정서조절 전략의 사용이 가장 적다고 보았다. 국내 연구에서는 연령이 많아질수록 정서조절 능력이 증가한다는 보고가 있으나 특정 연령에서만 차이가 날 뿐 다른 연령에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았다고 알려져 있다(서지연, 2003). 성별에 따른 일부 연구에서 남아가 정서조절의 어려움을 더 많이 나타낸다고 보고하고 있는데(Weinberg, Tronick, Cohn, & Olson, 1999) 이는 문화 또는 사회화 과정에 의해 영향을 받아 성별 차이가 나타나는 것으로 해석되고 있다(Kochanska & Coy, 2002). Garnefski(2004)는 인지적 정서조절의 각 전략마다 성차를 연구한 결과 여성이 남성

보다 반추와 과국화 전략을 더 많이 사용한다고 하였다.

따라서 본 연구자는 형식적 조작기에 속하여 이전 시기보다 인지적 요소에 의한 정서조절이 가능할 것으로 생각되어지는 청소년을 대상으로 우울과 공격성을 가진 위험집단과 그렇지 않은 일반집단으로 나눈 뒤, 연령과 성별로 인지적 정서조절전략에서의 차이가 나타나는지 살펴보고자 한다.

2. 이론적 배경

1) 정서와 정서조절

(1) 정서

20세기 초까지 정서는 ‘감정’과 동일한 것으로 혼용되어왔다. 그러나 ‘감정’이란 용어 자체가 불안, 분노, 사랑등과 같은 다양한 용어들로 세분화되면서 이 ‘감정’을 통합할 필요가 생기게 되었다. 이러한 이유로 현재는 정서가 여러 가지 감정을 포괄하는 상위개념으로 사용되고 있다. 정서의 정의로 잘 알려진 James-Lange의 심리생리학적 정의를 보면 ‘사건에 대한 생리적 반응의 결과물’로 나타내고 있다. 심리학에서는 Mandler와 Sarason(1952)이 고불안 집단과 저불안 집단의 비교 연구에서 저불안 집단이 과제수행에서 더 좋은 결과를 얻은 것을 통해 불안이 과제 수행을 방해한다는 결론을 얻었다. 이 연구를 통해 이 후 연구에서는 정서에서 인지요인이 강조되기 시작한다. 정서의 기능적인 측면에 주목한 연구자들은 정서적 정보를 처리하는 정서지능이라는 개념을 만들어 내고 그 중요성을 강조해왔다(Salovey & Mayer, 1990). 이들의 생각이 맞는다면 개인이 정서적 정보를 처리하여 정서를 적절히 조절할 때 인간은 더욱 적응적이면서 건강한 삶을 영위할 수 있을 것이다. 현재는 이러한 정서의 순기능을 살리기 위한 연구들이 폭 넓게 이뤄지고 있다. 그러나 정서가 항상 유용하기만 한 것은 아니며, 정서는 조절될 필요가 있다(Barrett & Gross, 2001).

(2) 정서조절

정서조절의 대표적인 연구자라고 할 수 있는 Thompson(1994)은 정서조절을 자신의 목표를 이루기 위해 강력하면서도 일시적인 자신의 정서반응을 수정, 평가, 검색하는 내외적 처리 과정의 모든 것으로 정의하였다. 또 다른 정의로 Gottman과 Katz(1989)는 정서조절을 강한 긍정적 혹은 부정적 정서와 관련된 부적절한 행동을 억제하고, 강한 정서가 유지되는 생리적 각성을 진정시키고, 주의를 재집중하고, 외적인 목적을 이루기 위해 행위를 조절하는 것으로 보았다. 국내 연구에서 문용린(1996)은 자아 속에서의 정서조절은 자신의 긍정적인 기분을 유지하고 지속시키려 하면서 좋지 않은 기분은 감소시키려는 것을 의미하고, 타인의 정서조절은 타인의 감정을 조절하고 바꾸려는 능력과 자신에 대해 타인이 갖게 되는 인상을 조절하고 통제하기 위해서 타인에게 보여주는 행동방식을 조절하는 것이라고 하였다.

이와 같이 정서조절은 매우 복잡한 개념이며, 하나의 행동으로 정의될 수 없는 폭넓은 구성개념이라 하겠다. Garnefski(2001)는 이러한 개념이 모두 검토되어야 할 중요한 영역이지만, 각각은 명백히 구별되어야 한다면서 정서조절을 의식적이고 인지적인 개념으로 한정하였다.

(3) 정서조절의 발달

많은 연구들은 정서조절이 아동 중기에 이르러서야 나타나는 것으로 보고하고 있다(Brown, Covell, & Abramovich, 1991; Cole, 1986). 그러나 만 2세가 되면 표상기술의 성장과 더불어 유아의 정서적 조절에 대한 초기능력은 보다 완전해지기 시작하고 유아 중기가 되면 유아는 귀납적 사고와 조망수용 능력이 발달하고 역할놀이 기술의 성장을 통해 자신의 정서표현에 대한 타인의 반응을 예견하는 능력이 성장하게 된다(Harter, 1983). 점차 인지능력이 높아지고 또래상호작용이 증가하면서 아동은 대화를 통해 정서를 명료하게 이해하고 조절할 수 있게 된다(Gottmann & Mettetal, 1986). 실제로 아동 중기 이전에도 정서를 조절할 수 있다는 연구들이 보고된 바 있다. 2-19개월의 영아를 대상으로 DPT 점수에 따른 반응을 종단적으로 연구한 결과 영아는 신체적 고통을 표현하지 않을 수 있었다(Izard & Dougherty,

1982; Izard, Hembree & Huebner, 1987). 또한 분리에 따른 아동의 정서표현을 살핀 연구에서 2.5-3세 유아는 어머니가 다시 돌아오겠다는 말을 믿고 자신을 확신시키며 정서적으로 부적 상태가 되지 않았다(Kagan, 1976). 국내 연구에서 조광수 등(1996)은 실험을 통해 4세 아동이 과제 상황에 적절하게 적응적 정서로 자신의 정서 상태를 조절한다는 것을 보고하였다. 위 결과에서 알 수 있듯이 정서조절능력은 영, 유아기에서부터 나타나기 시작하며, 연령이 증가할수록 더욱 그 능력은 발전한다.

2) 인지적 정서조절전략

(1) 인지적 정서조절전략

기존에 사용된 정서조절전략을 간략히 살펴보겠다. 정서조절을 위해 생리적 상태를 변화시키는 방법은 약물사용, 근육긴장 완화, 신체운동 등이 있다. 이와 다른 방법으로 정서 상태를 변화시키는 조절전략으로 Eisenberg, Fabes와 Losoya(1997)는 3가지 정서조절전략을 제안하였는데 여기에는 정서유발상황조절(계획하기, 직접적인 문제해결), 정서조절(인지적 재구성), 정서행동조절(정서적 표현에 영향을 미치는 시도)이 포함된다. Parkinson 등(1996)은 사람들이 사용하는 200여 개의 정서조절전략을 인지적 대 행동적 차원과 회피/분산적 대 능동/수용적 차원에 따라 나눌 것을 제안하였다(Parkinson, Totterdell, Briner & Reynolds, 1996). Gross(1998)는 정서조절 과정을 5가지-상황선택, 상황수정, 주의배치, 인지변화, 반응조정-로 구분하였다. 윤석빈(1999)은 정서조절 양식의 하위범주를 능동적 양식, 회피/분산적 양식, 지지추구적 양식으로 구성하였다.

정서조절전략 연구에서 최근 많이 사용되고 있는 척도를 개발한 Garnefski(2001)는 인지적 정서조절을 정서적으로 각성이 일어나는 사건에 대해 의식적이고 인지적으로 다루려는 것으로 보았다. Garnefski(2001)는 기존의 대처전략 측정도구들에서 인지적 차원을 가져오거나, 비인지적 차원의 전략을 인지적 차원으로 변형하거나, 새로운 전략을 첨가해서 인지적 정서조절전략의 개념을 구성하였다.

(2) 인지적 정서조절전략의 9가지 하위전략

Garnefski(2001)가 내린 개념 정의에 따라 ‘인지적 정서조절전략’의 9가지 하위전략을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 자기비난(Self blame)은 자신이 경험한 것에 대해 자기 스스로를 비난하는 사고이다. 일관성 있게 나타난 것은 아니지만 대부분의 연구에서 자기비난이 우울이나 다른 병리의 측정값과 관련이 있는 것으로 나타났다(Anderson, Miller, Riger, Dill & Sedikides, 1994).

둘째, 타인비난(Blaming others)은 자신이 경험한 것에 대해 타인을 비난하는 사고를 의미한다. 학대 경험이 있는 피해자를 대상으로 한 연구에서 타인비난은 빈약한 정서적 안녕감과 관련이 있는 것으로 나타났다(Tennen & Affleck, 1990).

셋째, 수용(Acceptance)은 자신이 경험한 것을 수용하거나 일어난 일에 대해 체념하는 사고로, 자신에게 일어난 상황이 어쩔 수 없는 일이었다고 생각하는 것이다. Caver 등(1989)은 대처전략으로써의 수용이 낙관주의나 자기존중감과는 정적 상관을 보이고 불안과는 부적 상관을 보인다고 밝혔다.

넷째, 계획 다시 생각하기(Refocus on planning)는 어떤 과정을 밟아야 할지, 부정적인 사건을 어떻게 다뤄야 할지에 대해 생각하는 것을 말한다. 이는 자신이 그 상황에서 할 수 있는 최선의 것을 생각하거나 상황을 변화시킬 방법에 대해 생각하는 것을 포함한다.

다섯째, 긍정적 초점변경(Positive refocusing)은 실제 사건을 생각하는 대신 즐겁고 기쁜 일들에 대해 생각하는 것으로 실제 사건을 덜 생각하기 위해서 긍정적인 일들에 초점을 변경하려는 사고를 말한다.

여섯째, 반추 혹은 사고에 초점두기(Rumination or focus on thought)는 부정적인 사건과 관련된 사고와 느낌에 대해 생각하는 것이다. 반추 대처양식은 높은 수준의 우울과 관련되어 있다는 보고가 있다(Nolen-Hoeksema, Parker & Larson, 1994).

일곱째, 긍정적 재평가(Positive reappraisal)는 사건에 개인적인 성장의 의미를 긍정적인 방식으로 접목시키는 사고를 말한다. Caver 등(1989)은 긍정적 재평가가 낙관주의와 자기존중감과 정적인 상관을 불안과는 부적상관을 보인다고 하였다.

여덟째, 조망 확대(Putting into perspective)는 사건의 심각성을 낮추고 다른 사건과 비교하여 그 상대성을 강조하는 사고를 의미한다. 여기에는 벌어진 사건이 그만 하길 다행이라고 생각하거나 살다보면 더 나쁜 일도 있다고 스스로에게 말하는 것이 포함된다.

아홉째, 과국화(Catastrophizing)는 경험한 것의 공포를 명백하게 강조하는 사고이다. 여기에는 자신이 다른 사람보다 훨씬 더 나쁜 경험을 했다는 생각을 자주하거나 자신의 경험이 최악의 것이라는 생각이 포함된다. 일반적으로 과국화 양식은 부적응, 정서적 혼란, 우울과 관련되어 나타나는 경향이 있다(Sullivan, Bishop & Pivik, 1995).

본 연구에서는 Garnefski(2001)의 연구를 바탕으로 각 전략을 이론적으로 더 적응적인 전략과 덜 적응적인 전략으로 나누어 연구하기로 한다. 여기서 이론적으로 더 적응적인 전략(이후 적응적 전략)에는 긍정적 초점변경, 긍정적 재평가, 조망확대, 계획 다시 생각하기, 수용이 포함되고 덜 적응적인 전략(이후 부적응적 전략)에는 반추, 자기비난, 타인비난, 과국화가 포함된다.

3) 공격성

공격성은 난폭하거나 무책임한 행동을 통해 타인을 고통스럽게 하는 행위를 반복적으로 나타내는 것으로, 품행장애의 한 진단기준이지만 공격성은 외현적인 행동문제 뿐만 아니라 의도나 동기와 같은 내면적인 것까지 고려되어야 하기 때문에 이 용어에 대한 정의는 매우 다양하다. 타인의 물건이나 타인을 해치는 행동, 인간의 상호작용 상황에서 유해한 자극을 나타내는 행동(배재현, 2006, 재인용)이 외현적 행동에 초점을 맞춘 정의라면, 의도나 동기에 초점을 둔 정의로는 신체적 또는 정서적 방법으로 타인에게 상처를 입히면서 목적을 달성하려는 의도를 지닌 언어적, 비언어적 행동(윤완기, 1994), 타인에게 상해를 가할 목적을 지닌 신체적, 언어적 행동과 위협적인 자기방어 태도와 그러한 내용을 담은 사고 및 정서(곽금주, 1992)가 있다..

공격성과 정서조절 전략 간의 선행연구들을 살펴보면 이전에는 정서조절과 혼동되어 사용되어온 대처전략과의 관련성을 본 연구들이 있는데 대부분의 연구에서 스트레스와 같은 사건에 적극적으로 대처할수록 공격성이 유의하게 낮아진다는 보고가 있었다(민귀식, 2001; Lohman & Jarvis, 2000). 배재현(2006)의 연구에서는 타인 비난전략을 주로 사용할수록 관계적 공격성이 높게 나타났다. 박성연(2005)은 아동의 공격성과 정서조절 능력의 관계를 연구한 결과, 남아의 경우 기능적인 정서조절 전략은 공격성과 전혀 유의한 관계를 가지지 않은 반면, 역기능적인 정서조절 전략이 반응적, 관계적 및 주도적 공격성과 유의한 정적 상관관계를 가진다고 보고하였다.

4) 우울

정신장애의 진단 및 통계편람-제 4판을 보면, 우울은 우울한 기분, 흥미나 즐거움의 현저한 감소, 체중이나 식욕의 감소 또는 수면패턴의 변화, 피로, 무가치감, 사고력이나 집중력의 감소, 자살 또는 자살시도가 특징적이다. 아동과 청소년의 경우 일부 발달적 차이점이 있기 때문에 쉽게 흥분하거나 초조해하거나 과민한 기분을 갖는 것이 포함된다(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-4th, APA).

우울은 인지오류와 함께 오래 전부터 많은 연구가 이뤄져 왔는데, 인지오류란 환경적인 사건이나 상황을 부정적인 방향으로 왜곡하여 해석하는 경향으로 여기에는 이분법적 사고와 임의적 추론, 선택적 추상화, 과잉 일반화, 극대화 혹은 극소화, 개인화의 특징적 요소로 되어 있어(원호택, 1996), 인지적 정서조절 전략의 부적응적 전략과 상당부분 비슷한 것으로 생각된다. Kwon(1992)은 인지오류가 우울에 대한 인지적 취약성 역할을 할 뿐만 아니라 스트레스와 상호작용하여 우울에 영향을 주는 중재변인이라고 밝힌 바 있다(Kwon & Oei, 1992). 우울과 정서조절전략에 대한 연구는 비교적 많은 연구가 이뤄져있다. 앞서 언급한 Nolen-Hoeksema(1991)의 연구에 의하면 우울이 심한 사람이 우울한 사건에 대해 의미를 두고 계속적으로 사고하는 반추(rumination)전략을 주로 사용하는 반면, 우울의 지속을 경감시키는 주의

전환(distraction)전략은 거의 사용하지 않는다고 밝힌바 있다. Silk 등(2003)은 우울이 심한 사람들이 반추와 회피전략을 주로 사용하지만 지지추구, 문제 해결, 인지적 재구성과 같은 능동적인 전략은 제한적으로 사용한다고 하였다(Silk, Steinberg, & Morris, 2003). Garnefski(2007)는 우울한 청소년이 반추, 자기비난, 파국화, 긍정적 재평가(반대 방향) 전략을 사용한다고 하였다.

이상의 개념들을 정리하여 요약하면 다음과 같다. 정서조절에 대한 관심이 증가되고 있고 많은 연구가 이뤄지고 있으나 청소년을 대상으로 발달적 관점에서 성, 연령별로 정서조절을 살펴본 연구가 잘 이뤄져있지 않고 그 결과도 일관성 있게 나타나지 않고 있다. 또한 위험군과 정상군을 비교하여 이들 간에 정서조절의 차이가 나타나는가에 관한 연구도 미흡한 실정이다. 청소년의 정서장애에서 주로 언급되고 있는 공격성과 우울변인을 중심으로 정서조절전략을 연구한 기존 결과를 보면 전반적으로 부적응적인 전략을 사용함을 알 수 있었다. 그러나 이 두 변인의 공존이 높고, 연령이 어린 경우 우울의 다른 표시로 공격성이 나타날 수 있음을 감안할 때, 두 변인을 함께 살펴보는 것이 필요하리라고 생각된다. 정서조절이라는 개념이 혼재되어 사용되어온 까닭에 정서조절전략도 매우 다양하게 나와 있지만 본 연구에서는 이전 연구에서 많이 다루어져 왔고 정서조절의 폭넓은 개념들이 9가지의 차원으로 잘 정의된 Garnefski(2001)의 인지적 정서조절전략을 사용하였다.

II. 연구문제 및 가설

위 이론적 배경을 기초로 하여 공격성과 우울변인에 따라 총 네 개의 집단으로 나누었다. 두 변인이 모두 높은 수준으로 공존하는 집단(우울-공격성향 집단), 우울만이 높은 수준인 집단(우울 집단), 공격성만이 높은 수준인 집단(공격성향 집단)과 두 변인이 모두 낮은 수준인 집단(일반 집단)으로 구분한다.

연구문제 1. 인지적 정서조절전략에서 연령차와 성차가 나타날 것인가?

가설 1-1. 연령이 증가할수록 적응적 정서조절전략을 사용할 것이다.

가설 1-2. 남자 청소년 보다 여자 청소년의 경우 적응적 정서조절전략을 더 많이 사용할 것이다.

연구문제 2. 위험군 집단과 일반 집단 간에 인지적 정서조절전략의 차이가 나타날 것인가?

가설 2-1. 위험군 집단 중 우울-공격성향 집단이 부적응적 전략을 가장 많이 사용할 것이다.

가설 2-2. 위험군 집단이 사용하는 전략의 특징이 나타날 것이다. 우울집단의 경우 반추전략을 공격성향집단의 경우 타인비난 전략을 많이 사용할 것이다.

연구문제 3. 우울과 공격성이 부적응적 전략에 미치는 영향에 차이가 있을 것인가?

가설 3-1. 우울은 반추 전략에, 공격성은 타인비난 전략에 주는 영향이 클 것이다.

연구문제 4. 전략의 사용정도에 따라 우울과 공격성에서 차이가 나타날 것인가?

가설 4-1. 부적응적 전략을 주로 사용하는 집단에서 우울, 공격성이 가장 높을 것이다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 서울 시내에 위치한 중학교 2곳과 인문계 고등학교 2곳에서 표집한 2학년 남녀 청소년을 대상으로 하였다. 피아제의 인지발달 이론에 따르면 청소년기는 형식적 조작기에 속하기 때문에 이전시기에 비해 인지적 요소에 의한 정서조절을 다른 연령보다 기대할 수 있을 것으로 예상되어 청소년을 대상으로 하였다. 설문에는 총 600명이 참여하였고 회수된 질문지 중 미기재 되었거나 무성의한 질문지 40부를 제외하고 총 560부를 사용하였다.

2. 측정도구

1) 청소년 자기 행동 평가 척도(Korean-Youth Self Report; K-YSR)

공격성향 청소년은 청소년 자기 행동 평가 척도(K-YSR)를 근거로 하위유형을 선별하여 선별하였다. K-YSR은 자기 보고 형식의 검사 도구로써 Achenbach(1991)가 제작한 CBCL을 기초로 오경자 등(1997)이 번안하여 만 12세에서 만 17세까지의 청소년을 대상으로 타당성을 검토하고 제작한 것으로 위축행동, 신체증상, 우울/불안, 사회적 미성숙, 사고의 문제, 주의 집중 문제, 비행, 공격성, 자해/정체감등 9개의 하위 영역으로 구성되어있다. 본 연구에서는 9개의 척도 중 공격성 척도 19문항만을 사용하였다. 점수는 0(전혀 그런 적이 없다)-2(자주 그런 적이 있거나 심하다)점으로 평정하였다. 점수 범위는 0-38점이며, 본 연구에서 척도의 내적 일관성은 .83이었다.

2) 우울척도(Center for Epidemiological Studies-Depression Scale; CES-D)

일반인과 청소년을 대상으로 우울 정도를 측정하기 위해 미국 정신보건 연구원(NIMH)에서 개발한 도구로써 본 연구에서는 신승철 등(1991)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 성인용으로 제작되었으나 번안하여 우리나라 청소년에게도 많이 사용되어져 그 신뢰도와 타당도가 이미 입증되었다(이보경, 2004). 모두 20개 문항의 자기보고형 질문지이며, 지난 일주일 동안 경험한 빈도에 따라 각 문항에 대해 0(전혀 없었다)-3(매일 있었다)점까지 평정하게 되어 있다. 점수가 높을수록 우울이 높음을 나타낸다. 점수 범위는 0-60점이며, 본 연구에서 척도의 내적 일관성은 .81이었다.

3) 인지적 정서조절전략 질문지(Cognitive Emotion Regulation Questionnaire; CERQ)

본 연구에서는 정서조절전략을 측정하기 위해 Garnefski(2001)가 개발한 인지적 정서조절전략 질문지를 사용하였다. 9가지 하위요인으로 나뉘며 각 요인마다 4문항씩 총 36문항으로 구성되어 있다. 부정적이거나 불쾌한 사건에 대해 일반적으로 떠오르는 생각을 0(거의 그렇지 않다)-4(거의 항상 그렇다)점으로 평정하게 되어있다. 본 연구에서는 김소희(2004)가 번안하여 수정한 것을 사용하였다. 본 연구에서 척도의 내적 일관성은 .90이고 하위 요인에 대한 내적 일관성은 조망 확대 .67, 계획 다시 생각하기 .81, 긍정적 초점변경 .81, 자기비난 .80, 타인비난 .77, 반추 .76, 수용 .62, 긍정적 재평가 .78, 파국화 .80이었다.

3. 연구절차

본 연구에서는 청소년들을 대상으로 청소년 자기 행동 평가 척도 질문지(K-YSR)에서 공격성 척도, 우울척도 질문지(CES-D), 인지적 정서조절전략 질문지(CERQ)를 소책자로 구성하여 집단으로 실시하였다. 검사 소요시간은 15-20분 정도였다.

4. 집단선발 및 분석방법

1) 집단선발

K-YSR의 공격성 척도와 CES-D의 점수를 기준으로 4집단을 선발하였다. 공격성과 우울의 점수를 상위 30%와 하위 30%로 정하여 두 변인이 모두 상위 30%에 포함되는 집단 즉, 두 변인에 대한 점수가 모두 높은 집단(우울-공격성향 집단)과 우울점수가 상위 30%에 속하면서 공격성이 하위 30%에 포함되는 즉, 우울만 높은 집단(우울 집단), 공격성점수가 상위 30%에 속하면서 우울이 하위 30%에 포함되는 즉, 공격성만 높은 집단(공격성향 집단), 두 변인 모두 하위 30%에 속하는 즉, 두 변인의 점수가 모두 낮은 집단(일반 집단)으로 구성하였다. 집단 선발된 대상 357명의 사회 인구학적 배경은 표 1과 같다. 중학생이 고등학생보다 다소 많으나 성별은 거의 차이가 없게 선발되었다. 대부분 부모가 있고 생활수준은 중산층이 가장 많았다. 형제수는 2명이 가장 많았다.

표 1. 집단 선발된 대상의 사회 인구학적 배경

		N	퍼센트(%)
학년	중	189	52.9
	고	168	47.1
성별	남	178	49.9
	여	179	50.1
부모	양친유	334	93.6
	편부모	23	6.4
생활수준	상	75	21.0
	중	235	65.8
	하	47	13.2
형제수	1명	44	12.3
	2명	254	71.1
	3명	49	13.7
	4명이상	10	2.8

2) 분석방법

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS for windows 14.0을 사용하여 다음과 같은 방법으로 분석하였다.

첫째, 연구대상의 사회 인구학적 배경의 일반적인 특성을 알아보기 위해 빈도분석을 실시하였다.

둘째, 각 척도의 신뢰도를 검증하기 위해 Cronbach's α 계수를 산출하였다.

셋째, 개인별 요인(성별, 연령)에 따른 차이를 알기위해 집단 t-test를 실시하였다.

넷째, 집단별로 적응적, 부적응적 전략과 하위 요인의 차이를 알기위해 일원변량분석을 실시하였다.

다섯째, 각 변인과 관련된 정서조절전략을 살펴보기 위해 상관관계분석을 실시하였다.

여섯째, 공격성과 우울이 부적응적 전략에 미치는 영향을 알기 위해 회귀분석을 실시하였다.

마지막으로 전략의 사용정도에 따른 공격성과 우울의 차이를 알아보기 위해 전략 사용정도에 따라 군집을 나눈 후 군집에 따른 두 변인의 차이를 일원변량분석으로 구하였다.

IV. 결 과

본 연구는 우울-공격성향을 가진 청소년의 인지적 정서조절 특징을 알아보려는데에 그 목적이 있다. 연구 분석의 결과는 다음과 같은 순서로 제시될 것이다.

첫째, 집단 선발을 위한 공격성과 우울의 기준 점수를 제시하였고 연령과 성별에 따른 집단별 우울과 공격의 평균과 표준편차를 제시하였다. 둘째, 연령과 성, 집단에 따라 인지적 정서조절전략의 적응적, 부적응적 전략이 차이가 나타나는가를 알기 위해 변량분석을 실시한 결과를 제시하였다. 셋째, 공격성, 우울과 인지적 정서조절 하위 요인의 측정치간 상관을 보았다. 넷째, 공격성과 우울 변인이 각 전략을 얼마나 설명해주는지를 알기위해 회귀분석을 실시하였고 마지막으로 군집분석을 하여 군집에 따른 우울과 공격성 변인에 대해 변량 분석한 결과를 제시하였다.

1. 우울과 공격성 점수에 따른 집단 선발 결과

중, 고등학생 총 357명에 대하여 각 대상별로 우울과 공격성 척도의 상위 30%점수와 하위 30%의 점수를 구한 후 집단을 구성하였다. 집단 선발에 사용된 공격성과 우울 척도의 점수 범위를 표 2에 제시하였다.

표 2의 결과에 따라 총 4집단을 선발한 후 특징에 따라 지칭하도록 하였다. 집단 1은 우울-공격성향 집단, 집단 2는 우울 집단, 집단 3은 공격성향 집단, 집단 4는 일반 집단이다. 각 집단별로 나타난 우울과 공격성점수의 평균, 표준편차를 연령과 성별에 따라 제시하였다(표 3). 공격성과 우울점수에 대해 성차를 본 결과, 우울의 경우 남학생보다 여학생의 우울 점수가 유의하게 높았고($t=-2.647, p<.001$), 연령차는 나타나지 않았다. 공격성은 성차, 연령차 모두 유의하지 않게 나타났다.

표 2. 각 대상별 집단 선발 기준 점수 범위

		우울-공격성향 집단		우울 집단		공격성향 집단		일반 집단	
		우울	공격성	우울	공격성	우울	공격성	우울	공격성
중 (n=189)	남 (n=88)	19-39	13-35	19-37	0-6	0-11	13-36	0-11	0-6
	여 (n=101)	24-57	15-24	24-39	0-7	6-14	15-22	4-14	1-7
고 (n=168)	남 (n=90)	22-53	14-38	22-48	0-8	5-13	14-25	3-13	0-8
	여 (n=78)	24-45	15-34	24-47	0-8	6-13	15-26	2-13	1-8

표 3. 집단별 우울과 공격성 점수의 평균과 표준편차

<중학생>

		우울-공격성향 집단			우울 집단			공격성향 집단			일반집단		
		N	우울 M(SD)	공격성 M(SD)	N	우울 M(SD)	공격성 M(SD)	N	우울 M(SD)	공격성 M(SD)	N	우울 M(SD)	공격성 M(SD)
남	19	25.47 (6.12)	19.53 (9.25)	21	24.47 (5.87)	4.86 (1.74)	15	8.87 (2.87)	17.53 (5.78)	33	8.30 (2.65)	3.84 (1.90)	
	31	33.09 (8.49)	19.32 (3.57)	18	30.05 (5.74)	5.56 (1.85)	17	11.41 (2.69)	18.17 (4.03)	35	10.11 (3.09)	4.66 (2.08)	
전체	50	30.20 (8.47)	19.40 (6.27)	39	27.05 (6.39)	5.18 (1.80)	32	10.22 (3.02)	17.88 (4.86)	68	9.24 (3.00)	4.26 (2.02)	

<고등학생>

		우울-공격성향 집단			우울 집단			공격성향 집단			일반 집단		
		N	우울 M(SD)	공격성 M(SD)	N	우울 M(SD)	공격성 M(SD)	N	우울 M(SD)	공격성 M(SD)	N	우울 M(SD)	공격성 M(SD)
남	19	31.31 (7.52)	22.68 (8.00)	20	28.00 (7.95)	5.45 (2.70)	21	11.23 (2.57)	17.67 (3.69)	30	10.03 (3.10)	4.43 (2.22)	
	17	34.70 (6.79)	22.59 (4.29)	16	30.68 (7.30)	6.25 (2.46)	16	10.93 (2.43)	19.25 (3.57)	29	10.68 (4.73)	5.37 (2.41)	
전체	36	32.92 (7.29)	22.64 (6.43)	36	29.19 (7.69)	5.81 (2.59)	37	11.11 (2.48)	18.35 (3.68)	59	10.36 (3.97)	4.90 (2.35)	

2. 연령과 성, 집단에 따른 인지적 정서조절 전략에서의 차이

1) 적응적 전략, 부적응적 전략의 연령차

인지적 정서조절을 적응적 전략과 부적응적 전략으로 나눈 후 연령에 따라 어느 연령이 더욱 적응적 또는 부적응적 전략을 사용하는지를 파악하기 위해 집단 t 검증을 실시하였다. 연령차는 아래 표 4와 같이 나타났다. 연령차는 부적응적 전략에서만 나타났는데 고등학생이 중학생보다 부적응적 전략을 더 많이 사용하는 것으로 나타났다($t=2.143, p<.05$). 성별로 나눈 후 연령차를 본 결과 남녀 모두에서 연령차는 유의미하지 않게 나타났다.

표 4. 적응적 전략, 부적응적 전략의 연령차

	연령	N	M (SD)	t
적응적 전략	중	189	11.06(2.89)	1.293
	고	168	11.45(2.83)	
부적응적 전략	중	189	9.79(2.71)	2.143*
	고	168	10.40(2.68)	

* $p<.05$

2) 적응적 전략, 부적응적 전략의 성차

성차는 적응적, 부적응적 전략 모두에서 유의미하지 않게 나타났다. 그러나 중학생과 고등학생을 나눠서 성차를 보았을 때(표 5), 고등학생에서는 성차가 나타나지 않았고, 중학생의 경우 성차가 나타났는데 여학생이 남학생보다 더욱 부적응적인 전략을 사용하는 것으로 나타났다($t=-2.233, p<.05$).

표 5. 적응적 전략, 부적응적 전략의 성차

<중학생>

	성별	N	M (SD)	t
적응적 전략	남	88	11.21 (2.80)	.687
	여	101	10.92 (2.98)	
부적응적 전략	남	88	9.32 (2.50)	-2.233*
	여	101	10.20 (2.83)	

* $p < .05$

<고등학생>

	성별	N	M (SD)	t
적응적 전략	남	90	11.54(3.01)	.458
	여	78	11.34(2.62)	
부적응적 전략	남	90	10.71(2.83)	1.595
	여	78	10.05(2.47)	

3) 적응적 전략, 부적응적 전략의 집단 차

집단별로 인지적 정서조절 전략에서 적응적 전략, 부적응적 전략의 차이가 있는지를 살펴보기 위해 일원변량 분석(one-way ANOVA)을 실시하였다.

중, 고등학생을 전체로 하여 집단차이를 살펴본 결과, 전체적으로 적응적 전략 ($F=4.445, p<.01$), 부적응적 전략($F=34.207, p<.001$)에 대해 집단 간 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다(표 6). 사후 검증 결과, 적응적 전략에 대해서는 일반 집단이 우울-공격성향 집단과 우울 집단보다 더욱 적응적인 전략을 사용하는 것으로 나타났다($p<.05$), 공격성향 집단과 일반 집단은 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 부적응적 전략에서는 우울-공격성향 집단이 가장 부적응적 전략을 사용하였고 다음으로 우울 집단이 부적응적 전략을 많이 사용하는 것으로 나타났다($p<.001$). 일반 집단은 가장 부적응적 전략의 점수가 낮게 나타났다. 우울 집단과 공격성향 집단은 $p=.05$ 수준에서 우울 집단이 더욱 부적응적 전략을 쓰는 것으로 보인다.

하위 전략의 집단차를 보면, 조망확대, 계획 다시 생각하기, 수용전략에서만 집단

차이가 나타나지 않았고 나머지 다른 전략에서는 모두 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 집단차가 크게 나타난 파국화, 자기비난, 반추, 긍정적 초점변경 전략을 살펴보면 파국화와 자기비난, 반추는 우울-공격성향 집단에서 가장 높은 점수를 보였고 다음으로 우울 집단이 높게 나타났다. 자기비난과 반추에서 공격성향 집단과 일반 집단은 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 긍정적 초점변경은 일반 집단에서 가장 높은 점수를 보였고 공격성향 집단이 다음으로 나타났다. 파국화 전략은 하위 요인 중에서 집단 간 차이가 가장 크게 나타났다($F=43.485, p<.001$). 사후 검증 결과, 전반적으로 적응적 전략에서는 일반집단의 점수가 높은 편이었고 부적응적 전략에서는 우울-공격성향 집단의 점수가 높았다.

연령에 따른 집단 간 차이를 본 결과, 중학생은 부적응적 전략에서 집단 간 유의미한 차이가 나타났고($F=24.207, p<.001$), 고등학생은 적응적($F=5.056, p<.01$), 부적응적 전략($F=13.109, p<.001$) 모두에서 집단 간 차이가 나타났다(표 7, 8). 적응적 전략의 하위전략에서는 중, 고등학생 모두 긍정적 초점변경에서 집단간 유의한 차가 나타났는데, 두 연령 모두 일반 집단의 점수가 가장 높았고 다음으로 공격성향 집단의 점수가 높게 나타났다. 부적응적 전략에서는 연령차에서 살펴본 것과 같이 고등학생이 중학생보다 네 집단 모두에서 높은 점수를 보였으나 집단차는 중학생이 더 크게 나타났다. 전반적으로 우울-공격성향 집단의 점수가 높게 나타났고 자기비난과 반추는 우울 집단의 점수가 우울-공격성향 집단과 유의한 차이가 없게 나타났다. 타인비난 전략에서는 우울-공격성향 집단과 공격성향 집단간 유의한 차이가 없었다.

표 6. 인지적 정서조절 9가지 전략에 대한 집단 차이

	우울-공격 성향 집단 (n=86)	우울 집단 (n=75)	공격성향 집단 (n=69)	일반 집단 (n=127)	df	F
	M(SD)	M(SD)	M(SD)	M(SD)		
적응적 전략	10.68 ^a (2.49)	10.69 ^a (2.94)	11.32 ^{ab} (3.13)	11.91 ^b (2.80)	3 353	4.445 ^{**}
조망확대	10.23 (3.01)	10.13 (3.35)	10.77 (3.47)	11.35 (3.31)	3 353	3.013
계획 다시 생각하기	11.79 (3.63)	11.68 (4.21)	12.20 (4.20)	12.95 (3.45)	3 353	2.410
긍정적 초점 변경	8.93 ^a (3.52)	9.45 ^a (3.81)	11.26 ^b (4.22)	11.65 ^b (3.73)	3 353	11.540 ^{***}
수용	11.93 (3.30)	11.65 (3.28)	11.31 (3.15)	11.47 (3.17)	3 353	.548
긍정적 재평가	10.55 ^a (3.51)	10.51 ^a (3.87)	11.04 ^a (4.18)	12.11 ^b (3.83)	3 353	4.057 ^{**}
부적응적 전략	11.73 ^c (2.40)	10.97 ^c (2.57)	9.85 ^b (2.48)	8.56 ^a (2.24)	3 353	34.207 ^{***}
자기비난	12.41 ^b (3.45)	11.84 ^{ab} (3.79)	10.41 ^a (3.42)	9.81 ^a (3.54)	3 353	11.280 ^{***}
타인비난	9.84 ^b (3.82)	8.85 ^{ab} (3.55)	9.43 ^b (3.18)	7.91 ^a (2.55)	3 353	6.978 ^{***}
반추	13.02 ^c (3.80)	12.72 ^b (3.82)	10.74 ^a (3.39)	9.99 ^a (3.38)	3 353	16.538 ^{***}
과국화	11.65 ^d (3.52)	10.48 ^b (4.09)	8.81 ^c (3.57)	6.52 ^a (2.84)	3 353	43.485 ^{***}

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

주) 위첨자 (a,b,c,d)는 scheffe 사후비교검증의 결과. 상이한 첨자가 표시된 평균들은 $p < .05$ 수준에서 집단 간 차이가 유의함을 의미함.

표 7. 적응적 하위전략에서 연령에 따른 집단 차이

		우울-공격 성향 집단	우울 집단	공격성향 집단	일반 집단	df	F
		M(SD)	M(SD)	M(SD)	M(SD)		
적응적 전략	중	10.30(2.57)	10.93(2.90)	11.69(3.28)	11.39(2.86)	3 185	1.982
	고	11.20(2.30) ^{ab}	10.42(3.00) ^a	11.00(3.01) ^{ab}	12.51(2.62) ^b	3 164	5.056 ^{**}
조망확대	중	9.88(3.29)	10.36(3.15)	10.94(3.88)	10.83(3.30)	3 185	.992
	고	10.67(2.73) ^{ab}	9.89(3.58) ^a	10.62(3.12) ^{ab}	11.93(3.25) ^b	3 164	3.414 [*]
계획다시 생각하기	중	10.82(3.19)	12.08(4.24)	13.03(4.53)	12.38(3.66)	3 185	2.584
	고	13.14(3.83) ^{ab}	11.25(4.20) ^a	11.49(3.82) ^{ab}	13.61(3.10) ^b	3 164	4.480 ^{**}
긍정적 초점변경	중	9.38(3.52) ^a	9.64(4.06) ^{ab}	12.13(4.22) ^b	11.51(3.80) ^b	3 185	5.393 ^{**}
	고	8.31(3.49) ^a	9.25(3.56) ^a	10.51(4.13) ^{ab}	11.80(3.68) ^b	3 164	7.598 ^{***}
수용	중	11.32(3.20)	11.97(2.99)	11.25(2.64)	10.82(3.32)	3 185	1.133
	고	12.78(3.30)	11.31(3.58)	11.38(3.57)	12.22(2.85)	3 164	1.741
긍정적 재평가	중	10.12(3.32)	10.59(4.18)	11.09(4.38)	11.37(3.83)	3 185	1.094
	고	11.14(3.74) ^{ab}	10.42(3.58) ^a	11.00(4.08) ^{ab}	12.97(3.69) ^b	3 164	4.264 ^{**}

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

주) 위첨자 (a,b,c,d)는 scheffe 사후비교검증의 결과. 상이한 첨자가 표시된 평균들은 $p < .05$ 수준에서 집단 간 차이가 유의함을 의미함.

표 8. 부적응적 하위전략에서 연령에 따른 집단 차이

		우울-공격 성향 집단	우울 집단	공격성향 집단	일반 집단	df	F
		M(SD)	M(SD)	M(SD)	M(SD)		
부적응적 전략	중	11.35(2.30) ^c	10.90(2.66) ^c	9.84(2.42) ^b	7.99(2.05) ^a	3 185	24.207 ^{***}
	고	12.26(2.49) ^b	11.05(2.05) ^{ab}	9.86(2.57) ^a	9.22(2.27) ^a	3 164	13.109 ^{***}
자기비난	중	11.70(3.17) ^b	11.67(3.85) ^b	10.09(2.92) ^{ab}	9.00(3.25) ^a	3 185	8.602 ^{***}
	고	13.39(3.63) ^b	12.03(3.78) ^{ab}	10.68(3.82) ^a	10.75(3.66) ^a	3 164	4.747 ^{**}
타인비난	중	9.78(3.74) ^b	9.18(3.63) ^{ab}	10.34(3.24) ^b	7.79(2.57) ^a	3 185	5.934 ^{**}
	고	9.92(3.97) ^b	8.50(3.49) ^{ab}	8.65(2.96) ^{ab}	8.05(2.56) ^a	3 164	2.601
반추	중	12.34(3.46) ^b	12.46(4.20) ^b	10.75(3.68) ^{ab}	8.96(2.96) ^a	3 185	12.433 ^{***}
	고	13.97(4.09) ^b	13.00(3.41) ^b	10.73(3.19) ^a	11.19(3.48) ^a	3 164	7.265 ^{***}
과국화	중	11.56(3.29) ^c	10.31(4.10) ^c	8.16(3.72) ^b	6.21(2.45) ^a	3 185	29.025 ^{***}
	고	11.78(3.88) ^c	10.67(4.15) ^c	9.38(3.39) ^b	6.90(3.22) ^a	3 164	16.031 ^{***}

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

주) 위첨자 (a,b,c,d)는 scheffe 사후비교검증의 결과. 상이한 첨자가 표시된 평균들은 $p < .05$ 수준에서 집단 간 차이가 유의함을 의미함.

3. 우울, 공격성과 인지적 정서조절 전략에 대한 상관분석 결과

본 연구에서 측정된 우울, 공격성 변인과 인지적 정서조절 전략의 하위전략에 대한 상관을 구하였다. 각각에 대한 상관은 표 9에 제시하였다.

먼저, 적응적 전략과 부적응적 전략을 나누어 살펴본 결과 공격성은 부적응적 전략과 정적상관($r=.32$)이 있었으며 이는 $p<.01$ 수준에서 유의미하였다. 우울은 두 전략 모두와 상관이 있었으나 적응적 전략과는 부적 상관($r=-.16$)이 있었고 부적응적 전략과는 정적 상관($r=.52$)이 있는 것으로 나타났고 이는 $p<.01$ 수준에서 유의미하였다. 하위 전략간 상관을 살펴본 결과 우울은 모든 부적응적 전략과 유의미한 정적 상관을 보였고 그 중 파국화 전략과 가장 높은 정적 상관을 보였다($r=.557, p<.01$). 우울과 적응적 전략은 모두 유의미한 부적 상관을 보였고 초점 변경과 가장 부적인 상관을 보였다($r=-.314, p<.01$). 공격성 역시 모든 부적응적 전략과 유의미한 정적 상관을 보였고 파국화와 가장 높은 정적 상관을 보였다($r=.323, p<.01$). 적응적 전략의 하위 요인과 공격성은 모두 부적 상관을 보였으나 유의미하지는 않았다.

표 9. 측정된 변인들 간의 상관계수

	우울	공격	적응적 전략	조망확대	계획 다시 생각하기	긍정적 초점변경	수용	긍정적 재평가	부적응적 전략	자기비난	타인비난	반추	파국화
우울	1												
공격	.355**	1											
적응적 전략	-.163**	-.039	1										
조망 확대	-.114*	-.038	.805**	1									
계획 다시 생각하기	-.128*	-.015	.810**	.555**	1								
긍정적 초점변경	-.314**	-.095	.717**	.473**	.437**	1							
수용	.108*	.054	.724**	.565**	.514**	.278**	1						
긍정적 재평가	-.148**	-.044	.869**	.615**	.652**	.557**	.566**	1					
부적응적 전략	.522**	.316**	.310**	.245**	.266**	.045	.485**	.224**	1				
자기비난	.330**	.163**	.309**	.226**	.316**	-.039	.535**	.232**	.705**	1			
타인비난	.177**	.243**	.243**	.252**	.148**	.183**	.189**	.193**	.528**	.001	1		
반추	.426**	.192**	.341**	.252**	.283**	.086	.469**	.287**	.839**	.570**	.278**	1	
파국화	.557**	.323**	.028	.007	.035	-.075	.217**	-.040	.821**	.441**	.337**	.564**	1

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

4. 공격성, 우울과 인지적 정서조절 전략의 회귀분석 결과

인지적 정서조절의 9가지 하위요인에 대한 공격성과 우울의 설명력을 살펴보기 위해 단계적 회귀분석을 실시하였다. 분석결과, 적응적 전략은 우울에 의해 2% 설명되는 것으로 나타났고($F=9.723, p<.01$) 부적응적 전략에 대해서는 우울이 27%($F=133.063, p<.001$), 공격성이 2% 정도($F=73.129, p<.001$)의 설명량을 보였다. 인지적 정서조절 전략의 하위 요인에 대해 전반적으로 공격성보다 우울의 설명량이 높게 나타났으나 타인비난에서는 공격성이 우울보다 높은 설명력(5%)을 가지는 것으로 나타났다($F=22.184, p<.001$). 파국화 전략은 우울에 의해 설명되는 양이 가장 높은 것으로 나타났다($R^2=.309, F=159.905, p<.001$). 이를 통해 공격성과 우울성향을 가지고 있는 사람이 부적응적 전략을 주로 사용하며, 특히 파국화 전략을 가장 많이 사용할 것이라고 예측해 볼 수 있겠다(표 10).

다음으로 부적응적 전략의 하위 요인을 연령별로 나누어 단계적 회귀분석을 실시하였다. 부적응적 전략에서 파국화는 중학생, 고등학생 모두 우울과 공격성 순으로 유의미한 설명량을 보였다. 반추와 자기비난은 우울만이 유의한 설명력을 보였으나 타인비난의 경우 중학생, 고등학생 모두 공격성만이 이 전략에 대한 설명력을 가지는 것으로 나타났다(표 11).

표 10. 인지적 정서조절과 우울, 공격성의 단계적 회귀분석 결과

	종속변인	예언변인	Beta	R ²	R ² 변화량	F
적응적 전략		우울	-.163	.027	.027	9.723**
	조망확대	우울	-.114	.013	.013	4.674*
	계획 다시 생각하기	우울	-.128	.016	.016	5.885*
		공격성	.034	.017	.001	3.122*
	긍정적 초점 변경	우울	-.314	.098	.098	38.738***
		공격성	.018	.099	.001	19.377***
	수용	우울	.108	.012	.012	4.184*
	긍정적 재평가	우울	-.148	.022	.022	7.938**
부적응적 전략		우울	.522	.273	.273	133.063***
		공격성	.150	.292	.019	73.129***
	자기비난	우울	.330	.109	.109	43.439***
		공격성	.052	.111	.002	22.195***
	타인비난	공격성	.243	.056	.056	22.184***
		우울	.104	.063	.007	12.970***
	반추	우울	.426	.181	.181	78.492***
		공격성	.047	.183	.002	39.644***
	과국화	우울	.557	.309	.309	159.905***
		공격성	.144	.325	.016	86.632***

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

표 11. 연령에 따른 부적응적 정서조절 전략과 우울, 공격성의 회귀분석 결과

종속변인	학년	예언변인	Beta	R^2	R^2 변화량	F
파국화	중	우울	.603	.364	.364	106.84***
		공격성	.129	.378	.014	56.55***
	고	우울	.507	.258	.258	57.585***
		공격성	.154	.278	.020	31.843***
반추	중	우울	.464	.215	.215	51.26**
	고	우울	.384	.147	.147	28.668***
자기비난	중	우울	.365	.133	.133	28.778***
	고	우울	.293	.086	.086	153629***
타인비난	중	공격성	.259	.067	.067	13.398***
	고	공격성	.235	.055	.055	9.673**

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

5. 전략사용 정도에 따른 군집에서 공격성과 우울의 차이

전략의 사용 정도가 공격성과 우울에 영향을 미치는가를 파악하기 위해 전략점수를 토대로 군집분석을 실시하였다. 인지적 정서조절 전략의 9가지 하위전략 점수를 표준화 한 후 연구 목적에 맞도록 4개로 군집화를 실시하였다. 분석결과, 표 12와 같이 군집 1은 적응적, 부적응적 전략의 표준화 점수가 모두 높게 나타났고, 군집 2는 적응적, 부적응적 전략의 평균 표준화 점수가 모두 낮게 나타났다. 군집 3은 적응적 전략의 점수는 높은 반면, 부적응적 전략의 점수는 낮게 나타났고, 군집 4는 적응적 전략의 점수가 낮고 부적응적 전략의 점수가 높게 나타났다. 이 결과에 따라 이후 군집 1은 ‘전략 사용이 많은 집단’, 군집 2는 ‘전략 사용이 덜한 집단’, 군집 3은 ‘적응적 전략을 주로 사용하는 집단’, 군집 4는 ‘부적응적 전략을 주로 사용하는 집단’으로 지칭하였다.

표 12. 군집분석에 따른 각 전략의 표준화 점수 평균

전략 \ 군집	1) ¹⁾	2	3	4
적응적 전략	.98	-1.02	.66	-.41
부적응적 전략	.97	-.98	-.50	.80

군집에 따른 공격성과 우울의 점수 차이를 비교하기 위해 일원변량분석(one-way ANOVA)을 실시한 결과, 공격성($F=8.553$, $p<.001$)과 우울($F=41.779$, $p<.001$)에 대해 군집 간 유의미한 차이가 나타났다. 사후 검증 결과, ‘부적응적 전략을 주로 사용하는 집단’에서 우울과 공격성 점수가 가장 높았고 다음으로 ‘전략을 많이 사용하는 집단’에서 우울과 공격성 점수가 높게 나타났다. 모든 전략을 덜 사용하는 군집과 적응적 전략을 주로 사용하는 군집에서는 두 변인 간 유의미한 점수 차이가 나타나지 않았으나 ‘전략 사용이 덜한 집단’이 ‘적응적 전략을 주로 사용하는 집단’보다 공격성과 우울에서 높은 점수를 보였다(표 13).

표 13. 군집에 따른 공격성과 우울점수의 차이

	군집	N	M (SD)	SS _b SS _w	MS _b MS _w	df	F
공격성	1) ¹⁾	72	12.46(8.19) ^{ab}	1694.426 23311.120	564.809 66.037	3 353	8.553 ^{***}
	2	96	9.77(8.06) ^a				
	3	98	9.01(7.71) ^a				
	4	91	14.37(8.05) ^b				
우울	1	72	22.07(11.13) ^b	12106.394 34096.536	4035.465 96.591	3 353	41.779 ^{***}
	2	96	15.71(8.61) ^a				
	3	98	12.35(7.84) ^a				
	4	91	27.15(11.68) ^c				

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

주) 위첨자 (a,b,c,d)는 scheffe 사후비교검증의 결과. 상이한 첨자가 표시된 평균들은 $p<.05$ 수준에서 집단 간 차이가 유의함을 의미함.

1) 1. 전략 사용이 많은 집단 2. 전략 사용이 덜한 집단 3. 적응적 전략을 주로 사용하는 집단
4. 부적응적 전략을 주로 사용하는 집단.

V. 논 의

본 연구의 목적은 우울-공격성향을 가진 청소년의 인지적 정서조절 전략 특징을 알아보는데 있다. 인지적 정서조절 전략의 하위 요인인 조망 확대, 계획 다시 생각하기, 긍정적 초점변경, 긍정적 재평가, 자기비난, 타인비난, 반추, 수용, 과국화를 적응적 전략과 부적응적 전략으로 나누어 우울과 공격성향을 가진 청소년에서 이 전략들이 어떠한 특징을 가지고 나타나는지를 살펴보았다. 연구 결과에 대한 논의점은 다음과 같다.

첫째, 중학생보다 고등학생이 더욱 부적응적인 전략을 사용하는 것으로 나타났다. t 검증에서 고등학생의 부적응적 전략의 점수가 유의하게 높게 나타났고 변량분석에서도 고등학생의 경우 일반집단의 부적응적 전략의 점수가 중학생보다 높아 집단차가 작게 나타났다. 이를 통해 고등학생은 병리의 유무와 관련 없이 중학생보다 부적응적 전략의 점수가 높다고 볼 수 있다. 이 결과는 연령이 증가할수록 새로운 스트레스 환경에 대해 반응하면서 더욱 적응적으로 정서를 조절하게 된다고 하였던 Lazarus(1999)의 견해와는 상반된다. 이와 같은 결과는 피험자 집단의 표집이 고등학생의 경우 인문계로 한정됨에 따라 학업과 입시의 영향을 받은 것으로 생각되어진다. 초기 청소년기에 겪지 못했던 입시 문제에 대처하는 적절한 전략을 찾지 못한 경우, 사건에 대해 부정적으로 해석할 가능성은 높다고 볼 수 있다.

고등학생에서 성별의 차이는 유의하지 않은 것으로 나타났으나 중학생의 경우 여학생이 남학생보다 부적응적 전략을 더 사용하였다. 한선화(2006)의 연구에서 여학생이 더욱 부정적 사건에 민감하며, 사건을 문제 중심으로 해석하는 경향이 있다는 결과를 볼 때, 문제가 되는 사건에 노출된 경험이 적은 중학교 여학생이 부적응적인 전략을 남학생보다 더 사용할 수 있다고 생각되어진다.

둘째, 우울과 공격성향을 함께 가지고 있을수록 부적응적 전략을 사용하였다. 본 연구의 경우 우울과 공격성향을 함께 가진 집단은 정신병리의 두 위험요인을 함께

가지는 경우이기 때문에 그 결과가 더욱 부정적일 것이라고 생각해 볼 수 있겠다.

부적응적 하위 전략에서도 우울-공격성향 집단은 파국화, 반추, 자기비난과 같은 전략의 점수가 가장 높았다. 그러나 우울 집단의 경우, 타인비난 전략을 제외하고 모든 전략에서 부적응적 전략의 점수가 공격성향 집단과 일반 집단보다 높게 나타났는데 그 중 반추전략의 점수가 매우 높게 나타났다. 타인비난의 경우는 공격성향 집단이 우울집단과 일반 집단 보다 더욱 높은 점수를 보였다. 요약하면, 우울-공격성향 집단, 우울 집단, 공격성향 집단은 모두 일반 집단보다 부적응적 전략의 점수가 높았으나 각 집단마다 사용하는 전략에는 약간의 차이가 있는 것으로 보인다. 우울-공격성향 집단은 모든 부적응적 전략을 다 사용하는 것으로 보이고, 우울 집단은 반추와 자기비난 전략을, 공격성향 집단은 타인비난 전략을 주로 사용하는 것으로 생각된다. 이와 같은 결과는 공격성을 가진 남자 청소년을 대상으로 한 연구에서 타인비난의 설명력이 높았다는 배재현(2006)의 연구와 일치한다. 타인에 대한 적대적인 귀인과 공격성이 타인비난 전략을 주로 사용하게 했다고 볼 수 있겠다. 우울 집단에서 반추전략의 점수가 높은 것은 내현화 문제를 가진 청소년을 대상으로 한 Garnefski(2005) 연구 결과와도 일치한다. 또한 많은 연구들이 우울과 불안을 설명하는 전략으로 반추전략을 언급한 바 있다.

적응적 전략에서 공격성향 집단과 우울집단의 차이를 보면, 긍정적 초점변경 전략에서 집단 차이가 두드러짐을 알 수 있다. 특히 공격성향 집단의 점수가 높게 나타났는데 이 전략의 특성을 볼 때, 문제가 되는 사건을 회피하고자 하며, 즐거운 일을 생각하면서 사건에 대한 직면을 피하고자 하는 공격성향을 가진 청소년의 특성을 잘 반영하는 것으로 생각해 볼 수 있겠다.

셋째, 우울은 파국화, 반추, 자기비난 전략에 대해 공격성보다 영향을 더욱 미치는 것으로 나타났고 타인비난 전략은 우울보다 공격성에 영향을 더 받는 것으로 나타났다. 본 연구에서 공격성이 모든 부적응적 전략을 잘 예언하는 것으로 나타나지는 않았지만 우울의 경우 파국화 전략을 30%이상 설명하는 것으로 나타났다. 다음으로 반추 전략이 18%, 자기비난이 10%를 설명하였는데 이 결과는 Garnefski(2006)가 파국화, 반추, 자기비난이 청소년의 우울과 관련이 있다고 했던 결과와 일치한다. 중,

고등학생 각각의 우울과 공격성이 부적응적 전략을 얼마나 설명할 수 있는가를 보았을 때, 특이한 점은 우울과 각 전략, 공격성과 각 전략이 연령이 증가해도 그 관계는 안정적으로 고정되어 있다는 점이다. 즉, 과국화, 반추, 자기비난은 중학생에서도 우울의 영향이 큰 것으로 나타났고 고등학생에서도 설명량의 차이는 있으나 역시 우울이 공격성보다 더 중요한 변인으로 나타났다. 그러나 타인비난 전략의 경우는 공격성의 영향이 앞선 결과와 마찬가지로 중, 고등학생 모두에게 계속적으로 나타났다. 이 결과를 통해 우울, 공격성을 가진 청소년이 주로 사용하는 전략은 성장해도 잘 바뀌지 않는다는 것을 확인할 수 있다. 또 다른 특이점은 연령이 증가할수록 우울, 공격성 두 변인이 각 전략을 설명하는 정도에 차이가 생긴다는 점이다. 결과에서, 중학생의 우울이 과국화를 36% 설명한다면 고등학생에서는 25%로 나타났다. 즉, 중학생보다 고등학생에서 각 전략에 대한 우울과 공격성의 설명력이 낮게 나타났는데 이러한 차이가 유의한 것은 아니나 경향성이 나타나는 것을 통해 연령이 증가할수록 각 전략을 설명할 수 있는 새로운 변인들이 더 증가한다고 생각할 수 있다. 향후 연구에서는 각 전략에 영향을 미칠 수 있는 다른 변인을 찾아보는 연구가 필요할 것이다.

넷째, 전략사용의 정도가 공격성과 우울에 영향을 주는 것으로 나타났다. 부적응적 전략을 주로 사용하는 집단에서 공격성과 우울 점수가 가장 높았고 다음으로 모든 전략을 많이 사용하는 집단에서 높게 나타났다. 이 두 집단 간의 점수 차이는 유의하지 않게 나타나, 모든 전략을 많이 사용하는 집단과 부적응적 전략을 주로 사용하는 집단에서의 공격성과 우울이 거의 같은 정도의 점수를 보였다고 볼 수 있다. 앞선 결과에서 우울과 공격성이 높을수록 부적응적 전략 점수가 높은 것은 확인할 수 있었으나 모든 전략을 사용하는 집단이 이와 같은 결과를 나타낸 것에 대해서는 의문이 남는다. 그러나 청소년의 시기에 사건에 맞는 적절한 전략을 구축하지 못하여 혼란스럽게 많은 전략을 사용하는 것이 더욱 부적응적인 결과를 낳을 수도 있다고 생각해 볼 수 있겠다. 전략 사용이 덜한 집단과 적응적 전략을 주로 사용하는 집단 간의 차이는 유의하지 않게 나타났으나 전략 사용이 덜한 집단이 적응적 전략

을 주로 사용하는 집단보다 공격성과 우울의 점수가 다소 높게 나타났다. 이와 같은 결과를 통해 사건에 대해 전략을 사용하지 않는 것 보다는 적응적 전략을 사용하는 것이 우울과 공격성에 대해 완충작용을 하는 것으로 보이고, 모든 전략을 혼란스럽게 사용하기 보다는 사건에 맞게 적절한 전략을 사용하는 것이 청소년의 우울과 공격성향을 줄이는 데 효과적일 것이라고 생각된다.

본 연구의 의의는 다음과 같다.

본 연구는 국내 우울, 공격성향을 보이는 청소년을 대상으로 인지적 정서조절 전략을 연구하였는데, 추후 이와 같은 정서조절을 인지적 관점으로 연구하는데 도움이 될 것이라고 생각한다. 우울, 공격성향 집단에서 주로 사용하는 전략이 조금씩 차이가 있었는데 이를 통해 상담과 치료 장면에서 접근하는 방법의 차이가 있어야 함을 알 수 있었다. 또한 전략의 특성이 의식적이고 인지적이기 때문에 임상장면 뿐만 아니라 비임상 장면에서도 개인의 정서를 조절하도록 돕는데 있어 지시적이고 실용적으로 사용될 것이다. 국내 청소년을 대상으로 한 본 연구에서 고등학생이 더 부적응적 전략을 사용하는 것으로 나타났는데 이런 문제를 해결하기 위해 Vygotsky가 언급한 안내된 지시 형태-정서를 조절하기 위한 효과적인 전략을 고안하도록 학령전기 아동을 도와주는 경험들-와 같은 프로그램을 어린 시기부터 적용하여 사건에 대한 적절한 전략을 사용하도록 하는 것이 필요할 것으로 생각된다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다.

첫째, 연구대상을 선발하는 과정에서 임상집단이 아닌 정상 청소년을 대상으로 하였기 때문에 우울과 공격성을 가진 적절한 피험자를 선발하지 못했을 가능성이 있다. 우울의 경우 CES-D의 진단기준에 적절한 정도로 집단이 선발되었으나 공격성은 K-YSR의 기준에 맞게 하였을 때 집단 수가 너무 적게 선발되어 연구자가 임의로 상위 30%의 점수를 공격성향으로 지칭하였다. 이로 인하여 우울집단은 우울의 성질을 반영하지만 공격성향 집단이 공격성을 잘 반영하였는지는 확신할 수 없다. 회귀분석 결과에서도 우울이 각 전략을 설명하는 정도가 높은 반면 공격성은 그렇

지 않았던 것도 이에 따른 영향으로 생각해 볼 수 있겠다.

둘째, 특정한 인지적 정서조절 전략과 우울, 공격성간의 관련성에서 특정 인지적 정서조절 전략이 우울, 공격성을 이끌어내는 것인지, 아니면 우울과 공격성이 특정한 전략을 이끌어내는 것인지는 밝히지 못하였다. 그러나 인과관계가 어떠한 간에 특정 전략의 사용과 병리가 관련되어 있다는 사실은 명확하게 나타나고 있다. 따라서 앞으로의 연구에서는 영향을 주는 방향에 대한 다차원적 연구가 이뤄져야 할 것이다.

셋째, 본 연구에서 사용한 전략은 기존에 사용되어진 정서조절전략과는 차이가 있는 인지적 정서조절 전략이었다. 그렇기 때문에 이 결과는 인간이 부정적 사건을 대할 때 의식적으로 대처하는 전략만을 결론내릴 수 있다. Vaillant(1998)는 인간이 사용하는 전략은 무의식적 방어와 의식적 대처양식이 혼재되어 있다고 하였는데, 본 연구에 사용된 전략은 이러한 방어기제나 행동적 대처 전략 또는 그 밖에 다른 사용가능한 전략에 대해 배제된 결과를 이끌어 낸다는 제한점이 있다.

넷째, 연구에 사용된 모든 척도가 연구대상의 편견이 반영되는 자기 보고식 평가라는 점이다. 각 척도의 응답은 개인의 스타일에 의해서 과소 또는 과대평가 될 수 있다. 앞으로의 연구에서는 자기보고식 평가뿐만 아니라 면접자, 전문가를 통한 다른 형태의 자료 수집이 함께 이뤄져야 할 것이다.

다섯째, 본 연구의 대상은 서울시에 있는 몇 개의 학교를 대상으로 한 연구이기 때문에 전체 남, 여 청소년에 대하여 일반화 하는 것에는 한계가 있다. 특히, 고등학생의 경우 인문계로 한정되어 있기 때문에 이 후 연구에서 더 다양한 계열을 포함한 연구가 필요하다. 또한 본 연구에서는 두 연령에 대해서만 연구가 이뤄졌는데 이 후에는 여러 연령 집단을 사용하여 인지적 정서조절 전략의 발달적 추이를 살펴보는 것이 필요하겠다.

<참고문헌>

- 곽금주 (1992). 공격영화시청이 아동과 청소년의 사회정보처리과정에 미치는 영향. 연세대학교 박사학위논문.
- 김소희 (2004). 스트레스 사건, 인지적 정서조절전략과 심리적 안녕감 간의 관계. 카톨릭대학교 석사학위논문.
- 문용린 (1996). 정서지능의 의미와 중요성과 성숙한 감성교육의 방향 모색. 유아교육 (한국어린이육영회)
- 민귀식 (2001). 청소년의 스트레스 대처와 공격성과의 관계. 경산대학교 석사학위논문.
- 박성연, 강지훈 (2005). 남, 여 아동의 정서조절 능력 및 공격성과 학교생활 적응 간 관계. 아동학회지, 26, 1-14.
- 배재현, 최보가 (2006). 남자 청소년의 우정관계에서 발생하는 질투정서와 부적응적 정서조절전략 및 공격성과의 관계. 대한가정학회지, 44, 87-102.
- 서지연 (2003). 아동의 감정이입과 정서조절에 관한 연구. 중앙대학교 석사학위논문.
- 오숙영 (1997). 인지지능과 감성지능의 교육적 효과비교. 고려대학교 석사학위 논문.
- 원호택 (1996). 이상심리학. 서울 : 범문사.
- 윤석빈 (1999). 경험하는 정서의 종류와 선행사건에 따른 정서조절 양식의 차이. 서울대학교 석사학위논문.
- 윤완기 (1994). 부모의 체벌과 아동의 공격성과의 관계. 원광대학교 석사학위논문.
- 이경숙, 신의진, 전연진, 박진아(2004). 한국 유아 행동문제의 경향과 특성: 서울지역을 중심으로. 한국심리학회지: 발달, 17, 53-73.
- 이보경 (2004). 청소년의 정서지능 및 스트레스 대처 유형이 우울 및 비행에 미치는 영향. 홍익대학교 박사학위 논문.
- 조광수, 최경숙 (1996). 정서상태유도와 지시조건에 따른 4세 아동의 정서조절. 한국심리학회지: 발달, 9, 166-175.

- 한선화 (2006). 청소년의 정서성과 정서조절 전략 및 자기통제력. 인하대학교 석사학위 논문.
- Anderson, C. A., Miller, R. S., Riger, A. L., Dill, J.C., & Sedikides, C. (1994). Behavioral and characterological styles as predictors of depression and loneliness: review, refinement, and test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 549-558.
- Angold, A., Costello, E. J., & Erkanli, A. (1999). Comorbidity. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 40(1), 57-87.
- Barrett, L. F., & Gross, J. J. (2001). Emotional Intelligence. In T. J. Mayne & G. A. Bonanno(Eds.). *Emotions*(p251-285). New York: The Guilford Press.
- Brown, K., Covell, K., & Abramovitch, R. (1991). Time course and control of emotion: Age differences in understanding and recognition. *Merrill-Palmer Quarterly*, 37, 273-287.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- Cole, P. M. (1986). Children's spontaneous control of facial expression. *Child Development*, 57, 1309-1321.
- Craighead, W. E. (1991). Cognitive factors and classification issues in adolescent depression. *Journal of Youth and Adolescence*, 20(2), 311-326.
- Eisenberg, N., Cumberland, A., Spinrad, T. L., Fabes, R. A., Shepard, S. A., Reiser, M., Murphy, B. C., Losoya, S. H., & Guthrie, I. K. (2001). The relations of regulation and emotionality to children's externalizing and internalizing problem behavior. *Child Development*, 72, 1112-1134.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., & Losoya, S. (1997). Emotional responding: Regulation, social correlates, and socialization. In P. Salovey, & D. J. Sluyter, *Emotional development and emotional intelligence: Educational*

- implications(pp. 129-163). New York: Basic Books.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The cognitive emotion regulation questionnaire: Psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in adults. *European Journal of Psychological Assessment*, 23(3), 141-149.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Personality and Individual Differences*, in press.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Etten, M. V. (2005). Specificity of relations between adolescents' cognitive emotion regulation strategies and internalizing and externalizing psychopathology. *Journal of Adolescence*, 28, 619-631.
- Garnefski, N., Kraaij, V., Legerstee, J. & Kommer, T.(2004). Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: differences between males and females. *Personality and Individual Differences*, 36, 267-276.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311-1327.
- Gottman, J. M., & Katz, L. F.(1989). Effects of marital discord on young children's peer interaction and health. *Developmental Psychology*, 25(3), 373-381.
- Gottmann, J., & Mettetal, G. (1986). Speculation about and affective development: Friendship and acquaintanceship through adolescence. In J. M. Gottan & J. G. Parker(Eds.), *Conversations of friends: Speculations on affective development*(pp. 192-237). Cambridge: Cambridge University Press.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: an integrative review. *Review of general psychology*, 2(3), 271-299.
- Harter, S. (1983). Children's understanding of multiple emotion: a cognitive

- between social and cognitive development(pp. 147-194). Hillsdale, NJ: Eelbaumn.
- Hinden, B. R., Compas, B. E., Howell, D. C., & Achenbach, T. M. (1997). Covariation of the anxious-depressed syndrome during adolescence: separating fact form artifact. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65(1), 6-14.
- Izard, C. E., & Dougherty, L. M. (1982). Two systems for measuring facial expression. In C. E. Izard(ed.), *Measuring emotions in infants and children*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Izard, C. E., Hembree, E. A., & Huebner, R. R. (1987). Infant's emotion expression to acute pain: Developmental change and stability of individual differences. *Developmental Psychology*, 23(1), 105-113.
- Kagan, J. (1976). Emergent themes in human development. *American Scientist*, 64(2), 186-196.
- Kochanska, G., & Coy, K. (2002). Child emotionality and maternal responsiveness as predictors of reunion behaviors in the strange situation. *Child Development*, 73(1), 228-240.
- Kwon, S. M., & Oei, T. P. S. (1992). Differential casual roles of dysfunctional attitudes and automatic thought in depression. *Cognitive Therapy and Research*, 16, 309-328.
- Lazarus, R. S. (1999). Coping theory and research: past, present, and future. *Psychosomatic Medicine*, 55, 234-247.
- Lohman, B., & Jarvis, P. (2000). Adolescent stressors, coping strategies, and psychological health studied in the family context. *Journal of Youth and Adolescence*, 29(1), 15-43.
- McGee, R., Wolfe, D., & Olson, J. (2001). Multiple maltreatment, attribution of blame, and adjustment among adolescents. *Development and*

- Psychopathology*, 13, 827-846.
- Mandler, G., Sarason S. B. (1952). A study of anxiety and learning. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 47, 166-173.
- Nolen-Hoeksema, S., McBride, A., & Larson, J. (1997). Rumination and psychological distress among bereaved partners. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 855-862.
- Nolen-Hoeksema, S., Parker, L. E., & Larson, J. (1994). Ruminative coping with depressed mood following loss. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 92-104.
- Olweus, D. (1978). Stability of aggressive reaction patterns in males: a review. *Psychological Bulletin*, 85, 852-875.
- Parkinson, B., Totterdell, P., Briner, R. B., & Reynolds, S.(1996). Changing moods: the psychology of mood and mood regulation. London: Longman.
- Quiggle, N. L., Garber, J., Panak, G. W., & Dodge, K. A. (1992). Social Information processing in aggressive and depression children. *Child Development*, 63, 1305-1320.
- Salovey, P., & Mayer, J. D.(1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211.
- Silk, J. S., Steinberg, L., & Morris, A. S. (2003). Adolescent's emotion regulation in daily life: links to depressive symptoms and problem behavior. *Child Development*, 74(6), 1869-1880.
- Sullivan, M. J. L., Bishop, S. R., & Pivik, J. (1995). The pain catastrophizing scale: development and validation. *Psychological Assessment*, 7, 524-532.
- Tennen, H., & Affleck, G. (1990). Blaming others for threatening events. *Psychological Bulletin*, 108, 209-232.
- Thoits, A. P. (1985). Self-labeling processes in mental illness: the role of emotional deviance. *American Journal of Sociology*, 91, 221-249.

- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: a theme in search of definition. In N. A. Fox(ed), *The Development of Emotion regulation: Biological and behavior Consideration*(p.25-52). Monographs of the Society for Research in Child Development, 59(2-3).
- Tremblay, R. E. (2000). The development of aggressive behavior during childhood: what have we learned in the past century? *International Journal of Behavioral Development*, 24(2), 129-141.
- Vaillant, G. E. (1998). Where do we go from here? *Journal of Personality*, 66, 1147-1157.
- Weinberg, M. K., Tronick, E, Cohn, J. F., & Olson, K. L. (1999). Gender differences in emotional expressivity and self-regulation during early infancy. *Developmental Psychology*, 35(1), 175-188.
- Wilson, G. T. (1996). Acceptance and change in treatment eating disorders and obesity. *Behavior Therapy*, 27, 417-439.

<부 록>

인지적 정서조절 전략 질문지 문항

조망 확대

1. 나는 그 일이 그만하길 다행이라고 생각한다.
17. 다른 사람들은 그보다 더한 일도 겪는다고 생각한다.
25. 다른 일에 비하면 그 일이 그렇게 나쁜 것도 아니었다고 생각한다.
30. 살다보면 더 나쁜 일도 있다고 스스로에게 말한다.

계획 다시 생각하기

2. 그 상황에 대처할 수 있는 최선의 방법을 생각한다.
15. 나는 내가 할 수 있는 최선의 계획에 대해 생각한다.
27. 내가 할 수 있는 최선의 것을 생각해 본다.
32. 상황을 변화시킬 방법에 대해 생각한다.

긍정적 초점변경

3. 내게 일어난 일 대신 다른 즐거운 일을 생각해본다.
14. 나는 즐거웠던 일을 생각한다.
22. 그 일과 아무 상관없는 즐거운 일을 생각한다.
36. 내가 겪은 것보다 더 기분 좋은 것을 생각해본다.

수용

6. 나는 그 일을 안고 살아가는 법을 배워야 한다고 생각한다.
13. 그 일은 내가 어쩔 수 없는 일이라고 생각한다.
26. 그 상황을 받아들여야 한다고 생각한다.
33. 그 일이 일어났다는 사실을 받아들여야 한다.

긍정적 재평가

- 10. 그 문제의 긍정적인 측면을 찾아본다.
- 16. 그 상황에 긍정적인 측면도 있다고 생각한다.
- 23. 그 상황으로부터 배울게 있을거라 생각한다.
- 28. 그 일로 인해 내가 더 강한 사람이 될 수 있을거라 생각한다.

자기비난

- 4. 그 일이 내 잘못이라고 생각한다.
- 12. 기본적으로 그 일의 원인이 분명히 나한테 있다고 생각한다.
- 20. 그 일에 대해 책임져야 할 사람은 나라고 생각한다.
- 34. 나는 그 문제에서 내가 저지른 실수를 생각한다.

타인비난

- 9. 그 일이 일어난 것은 다른 사람의 책임이라고 생각한다.
- 18. 기본적으로 그 일의 원인이 다른 사람에게 있다고 생각한다.
- 29. 나는 그 일에 대해 남들이 잘못된 점을 생각한다.
- 31. 나는 그 일이 다른 사람 잘못이라고 생각한다.

반추

- 5. 그 상황에서 일어났던 나의 감정을 되짚어 생각한다.
- 7. 내가 겪은 일에 대해 어떤 느낌이 드는지 자주 생각한다.
- 21. 나는 내가 겪었던 일에 대한 생각과 감정에 빠져있다.
- 35. 내가 겪은 일에 대해 내가 왜 이렇게 느끼는지 알고 싶다.

과국화

- 8. 내가 겪은 일이 얼마나 끔찍한지에 대해 계속 생각한다.
- 11. 나는 다른 사람들보다 훨씬 더 나쁜 경험을 했다는 생각을 자주 한다.
- 19. 그 상황이 얼마나 끔찍했는지 계속해서 생각한다.
- 24. 내가 겪은 일은 사람으로서 경험할 수 있는 최악의 것이었다는 생각을 자주 한다.

Abstract

The Characteristic of Cognitive Emotion Regulation Strategies in Adolescents with Depression and Aggressive tendency

Eun-young Bae

Department of Psychology

Graduate School of

Sungshin Women's University

The purpose of this study was to verify the relationship the cognitive emotion regulation strategies and adolescents with depression and aggressive tendency.

The subjects for this study were 600 from the 2 middle schools and 2 high schools in Seoul. Among the adolescents, 357 were classified into the four distinct groups: depression-aggressive tendency group, depression group, aggressive tendency group, and control group. Depressive and aggressive tendency were measured by the Center for Epidemiological Studies-Depression Scale(CES-D), the aggression scale in Korean Youth Self Report(K-YSR) respectively and cognitive emotion regulation strategies were measured by the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire(CERQ). The cognitive emotion regulation strategies included self blame, blaming others, acceptance, refocus on planning, positive refocusing, rumination, positive reappraisal, putting into perspective, catastrophizing. In order to study the group, gender and age differences in regulation of emotion , statistical analysis were performed accordingly, using frequency, variance, correlations, and regression, cluster

analyses.

The results as follows. First, high school students reported to use maladaptive strategies more than middle school students and no differences were found in gender. However, in middle school students, girls's maladaptive strategies were higher than boys. Second, the depression-aggressive tendency group and depression group showed higher maladaptive strategies level than the control group. Third, The depression-aggressive tendency group showed the highest score in all maladaptive strategies. The depression group scored significantly higher than the aggressive tendency group, the control group on rumination. On the other hands, the aggressive tendency group scored significantly higher than the depression group, the control group on blaming others. Forth, higher extents of reporting depression and aggressive tendency were strongly related to catastrophizing. Fifth, the group maladaptive strategies or using all strategies had higher scores on depression, aggression.

Finally, the implications and limitations of this study were discussed.