



저작자표시 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.
- 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

- 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 정 윤 교수지도

석사학위 청구논문

청소년의 외로움과
대인관계문제의 관계
: 부정적 인지의 매개효과

2014

성신여자대학교 일반대학원

심리학과 상담심리전공

장 윤 아

청소년의 외로움과
대인관계문제의 관계
: 부정적 인지의 매개효과

이 정 윤 교수지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2014년 5월

성신여자대학교 일반대학원

심리학과 상담심리전공

장 윤 아

인 준 서

장윤아의 석사학위 논문으로 인준함.

2014년 5월

심사위원_____ (인)

심사위원_____ (인)

심사위원_____ (인)

성신여자대학교 일반대학원

논문개요

본 연구에서는 청소년의 외로움, 부정적 인지 그리고 대인관계문제 간의 관계를 알아보려고 하였다. 이를 위하여 서울 및 인천 소재 중·고등학교에 재학 중인 청소년 408명을 대상으로 외로움 척도, 부적응적 사고 척도, 대인관계문제 척도를 사용하여 설문을 실시하였다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 외로움은 대인관계문제의 하위요인인 비주장성, 자기중심성, 비사교성, 과순응, 통제지배와 모두 유의한 정적 관련이 있었고, 부정적 인지의 하위 요인인 임의결론내리기, 자기비하, 자기비난, 부정경험과대평가, 자기중심화, 완벽과 인정추구, 타인비난과도 유의한 정적상관이 있었다. 마지막으로 부정적 인지의 7개 하위요인과 대인관계문제의 5개 하위요인도 모두 유의한 정적 관련이 있었다. 둘째, 외로움은 대인관계문제를 일으키고, 부정적 인지를 촉진시키는 요인으로 나타났다. 즉, 청소년의 외로움은 대인관계문제에 직접적으로 영향을 줌과 동시에, 부정적 인지를 매개로 간접적으로도 대인관계문제에 유의한 영향을 미쳤다. 본 연구는 청소년의 외로움이 부정적 인지를 매개로 대인관계문제에 영향을 미치는 과정을 밝힘으로써, 많은 청소년들의 고민인 대인관계문제의 발생과정에 대한 이해를 높였다. 또한 대인관계문제로 인해 사회적·심리적으로 어려움을 겪고 있는 청소년들을 상담할 때, 그들이 가지고 있을 것으로 추측되는 부정적인 인지를 확인하고 재구조화하는 인지적 접근과 더불어, 외로움이라는 감정에 대해 이해하고 이를 수용하는 것, 나아가서는 자신이 갖고 있는 자원을 통해 외로움을 예방하는 것이 필요함을 알 수 있었다. 마지막으로 본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어 : 청소년의 외로움, 부정적 인지, 대인관계문제

목 차

| | |
|-----------------------------------|----|
| I. 서론 | 1 |
| II. 이론적 배경 | 5 |
| 1. 외로움 | 5 |
| 1) 외로움의 정의 | 5 |
| 2) 청소년의 외로움 | 7 |
| 2. 대인관계문제 | 9 |
| 1) 대인관계문제의 정의 | 9 |
| 2) 외로움과 대인관계문제와의 관계 | 11 |
| 3. 외로움, 부정적 인지와 대인관계문제와의 관계 | 13 |
| 1) 외로움과 부정적 인지와 관계 | 13 |
| 2) 부정적 인지와 대인관계문제와의 관계 | 15 |
| III. 연구 문제 및 가설 | 17 |
| 1. 연구 문제 | 17 |
| 2. 연구 가설 | 18 |
| IV. 연구 방법 | 20 |
| 1. 연구 대상 | 20 |
| 2. 측정 도구 | 20 |
| 1) 외로움 척도 | 20 |
| 2) 대인관계문제 척도 | 21 |
| 3) 청소년용 부적응적 사고 척도 | 23 |

| | |
|----------------------------------|----|
| 3. 자료 분석 | 26 |
| V. 연구 결과 | 27 |
| 1. 연구대상 | 27 |
| 2. 주요 변인들의 평균과 표준편차 및 상관계수 | 28 |
| 3. 측정모형검증 | 30 |
| 4. 구조모형검증 | 31 |
| 5. 매개효과 검증 | 32 |
| VI. 논의 | 34 |
| 1. 결과에 대한 논의 | 34 |
| 2. 연구의 의의와 제한점 및 제언 | 36 |

참고문헌

ABSTRACT

부 록

표 목 차

| | |
|--|----|
| <표 1> 외로움 척도의 하위요인과 신뢰도 | 21 |
| <표 2> 대인관계문제 척도의 하위요인 구조 비교 | 23 |
| <표 3> 대인관계문제 척도의 하위요인과 신뢰도 | 23 |
| <표 4> 부적응적 사고 척도 하위요인 구조 비교 | 25 |
| <표 5> 부적응적 사고 척도의 하위요인과 신뢰도 | 25 |
| <표 6> 인구통계학적 변인에 대한 표본 구성 | 27 |
| <표 7> 학교와 학년별 분포 | 27 |
| <표 8> 주요 변인의 평균, 표준편차 및 상관계수 | 29 |
| <표 9> 측정모형에 대한 적합도 지수 | 30 |
| <표 10> 연구모형의 경로계수 | 31 |
| <표 11> 연구모형에 대한 적합도 지수 | 32 |
| <표 12> 연구모형의 총 효과 및 직·간접 효과 | 32 |
| <표 13> Bootstrapping 기법에 의한 95% 신뢰구간 | 33 |
| <표 14> 대인관계문제 척도에 대한 탐색적 요인분석 결과 | |
| <표 15> 대인관계문제 척도의 하위요인에 대한 KMO와 Bartlett 검정 결과 | |

그 립 목 차

| | |
|-----------------------------------|----|
| [그림 1] 연구모형 | 19 |
| [그림 2] 측정모형에 대한 확인적 요인분석 결과 | 30 |
| [그림 3] 연구모형에 대한 구조모형 검증 결과 | 31 |

I. 서 론

Sullivan(1953)에 따르면 인간은 다른 사람을 떠나서는 살 수 없으며, 개인의 심리·사회·정서적 발달의 근원인 대인관계를 통해 자아를 형성하고 발달시킬 뿐 아니라 소속 및 애정에 대한 욕구를 충족시킨다(김유진, 신희천, 2013, 재인용). 그러나 다른 한편으로 인간은 타인과의 관계 속에서 끊임없이 갈등을 겪게 되고, 이러한 갈등은 정서적 불편감과 스트레스의 원인이 되기도 하며, 나아가서는 개인의 적응에 심각한 부정적 영향을 미친다(Swensen, 1973, 진미경, 2013, 재인용).

특히 청소년기는 급격한 신체적·인지적·정서적인 발달이 이루어지는 시기이며, 타인과 양질의 상호작용을 하거나 친밀한 유대관계를 형성하는 것이 주요 발달과업이다(Bernscheid, 1980, 박현정, 2010, 재인용). 또 청소년기에 안정적이고 조화로운 대인관계를 경험하는 것은 이후 성인기의 대인관계에 있어서도 적극적이고 능동적인 대인관계를 형성하는데 지대한 영향을 미치며, 그렇지 못할 경우에는 사회적 상황에서 타인에게 지나치게 의존적·회피적·소극적이거나 반대로 공격적·반항적인 대인행동, 대인불안 장애 등의 대인관계문제를 초래할 수 있다(권석만, 1995).

대인관계문제와 관련된 선행연구를 살펴보면, 청소년이 경험하는 스트레스의 80%가량이 대인관계와 관련 있으며(Seiffige-Krenke, 1995), 청소년기 학생들의 고민 중 대인관계가 차지하는 비율이 56.3%(최명구, 신은영, 2003)에 육박한다(김유진, 2011, 재인용). 또 서울시가 2012년 서울시 및 자치구 청소년상담복지센터 24개소에서 실시한 청소년 상담내용 분석결과에 따르면, 상담을 받은 청소년 64만 7471명 중 27.1%에 달하는 17만 5341명의 청소년이 대인관계(가족관계 포함)문제로 내소하였으며, 가족이나 친구 등 대인관계 및 정신건강에 대한 상담이 2011년 대비 3~5% 증가하였다.

이처럼 실제 상담 장면에서 대인관계문제는 청소년 내담자들이 많이 호소하는 문제 중 하나이며, 학업 및 진로와 같이 대인관계와 상관없이 보이는 문제들도 그 맥락을 살펴보면 대인관계 어려움을 배후에 가지고 있는 경우가 흔하다(김유진, 2011). 특히 집단주의적 문화가 팽배한 우리나라 청소년들은 다른 나라의 청소년들에 비해 대인관계문제로 더 많은 스트레스를 받고 있는 것으로 나타났다(박영신, 김의철, 1997). 따라서 청소년들의 대인관계문제를 완화하고 적응적인 관계를 형성하도록 도와주는 것이 필요한데, 이를 위해서는 대인관계 문제에 영향을 미치는 변인들에 대한 탐색이 선행되어야 한다.

지금까지 실시된 선행연구를 보면, 대인관계문제는 대부분 부모-자녀 관계의 질 (박경, 2005; 안동현, 2000; 안영미, 2009; Enns, Cox & Clara, 2002; Lumley, Harkness, 2007; Nilsen, Conner, 2002), 지각된 부모의 양육태도(박현정, 2010), 애착형성(문혜정, 2004; 신지옥, 2006; 장석진, 연분희, 2009; Bartholomew, Horowitz, 1991), 아동기 외상경험(이태영, 심혜숙, 2011), 정서인식 명확성 및 표현성(권진희, 2011), 우울 및 불안(Cote, Moskowitz, 1998; Hammen et al., 1995)등의 요인에 의해 설명되었으며, 외로움의 경험과 관련된 연구는 소수에 불과하다.

한편, Fromm-Reichmann(1959)에 따르면 외로움은 정도나 지속시간에는 차이가 있을지라도 대부분의 인간이 인생에서 때때로 경험하는 감정이며 누구나 회피하고 싶어 하는 고통스러운 경험이다(전효정, 이귀옥, 1999, 재인용). 즉, 인간이 갖는 매우 보편적·전반적·주관적 정서인 동시에 인간이 경험할 수 있는 절망적이고 괴로운 감정 중 하나이며(Rubenstein, Shaver & Peplau, 1979, 이수진, 2012, 재인용), 장기간 강한 강도로 경험하게 될 경우 심각한 부정적 결과를 초래할 수 있다. 외로움과 관련된 선행연구들을 살펴보면, 심각한 외로움은 우울 및 불안(Rubenstein et al, 1979), 인터넷 사용의 문제행동(전주연, 2004) 등 심리적·사회적·정신적 기능 뿐 아니라 알코올중독(Nerviano, Gross, 1976), 수면장애(Kurina, Knutson, Hawkey, Cacoippo, Lauderdale & Ober, 2011), 고

혈압(Hawkley, Thisted, Masi & Caciopop, 2010) 등 신체적 기능 저하, 그리고 극단적으로는 자살(Trout, 1980)로까지 이어질 수 있다고 본다. 이처럼 외로움이 개인의 심리적·사회적·정서적·신체적 부분에 지대한 영향을 끼칠 수 있는 잠재적 요인임에도 불구하고, 국내에서는 이와 관련된 연구가 매우 부족한 실정이다.

특히 청소년기는 발달단계상 또래와의 관계, 친밀감, 자아정체감의 형성 등이 주요 과업으로 떠오르며(Sullivan, 1953), 사회적 관계 및 역할을 확립해 나가는 시기인 동시에 ‘주변인’으로 불리며 사회적으로 모호한 위치에 놓이고 그에 따라 정서적 고립감을 경험할 수 있다(전효정, 이귀옥, 1999, 재인용). 즉, 청소년기는 외로움의 감정이 가장 절정에 이르는 시기(Brennan, 1982)이며, 청소년의 외로움은 발달적·정서적·사회적으로 중요한 정서로서 대인관계문제를 촉발하는 요인이 될 수 있다.

따라서 청소년의 외로움과 대인관계문제의 관계를 밝히고 이를 통해 상담적 개입의 효과를 높이는 것이 필요한데, 이때 청소년의 외로움이 대인관계문제에 직접적으로 영향을 줄 수도 있지만 제 3의 요인을 통해 간접적으로 영향을 미칠 수도 있을 것으로 보이며, 이와 관련하여 선행연구에서는 초기부적응도식(이수진, 2012), 매체와 관련된 중독적 행위(곽민주, 2004; 장혜진, 2002), 낮은 자존감 및 높은 우울(김종범, 1999) 등의 요인과의 관련성을 밝힌 바 있다.

그 중 본 연구에서는 개인의 대인관계 발달양상을 예측할 수 있는 주요 요인으로 알려진 인지적 요인에 주목하였으며(권석만, 김지영, 2002), 관련 선행연구들을 살펴보면 다음과 같다. 부적응적 사고 및 인지적 취약성 등은 내면화-외현화 문제행동, 대인관계 및 또래관계의 질을 결정하는 요인으로 간주되어 왔으며(김남재, 1995; 김희진, 2006; 김영혜, 2009; 신은주, 2009; 이미정, 안창일, 1997; 이은희, 조윤자, 2008; 전효정, 이귀옥, 1999), 대인불안이 높은 사람의 경우 자신이 타인에게 좋은 인상을 줄 것이라는 것에 대해 기대가 낮고(Leary, Atherton, 1986), 부정적인 상황에 대해 자기 귀인을 많이 하며(Teglasi, Fagin,

1984), 일반적인 자기의 말이나 신념체계에 대해서도 비합리적 신념을 갖고 있는 것(Glass, Furlong, 1990)으로 나타났다(김남재, 1995, 재인용).

따라서 앞서 제시한 선행 연구들을 종합해볼 때, 외로움은 자신과 타인 및 주변 상황에 대한 부정적 인지를 활성화시키며, 이러한 부정적 인지는 대인관계문제를 촉발할 것으로 추측된다. 이에 본 연구에서는 외로움으로 인해 대인관계문제가 나타나는 직접적인 효과도 있지만, 외로움으로 인해 부정적 인지가 활성화되고 그 결과 대인관계문제가 나타나는 간접효과도 있을 것으로 가정하였다. 그러므로 본 연구에서는 외로움과 대인관계문제의 관계에서 부정적 인지의 매개효과를 살펴봄으로써 외로움, 부정적 인지, 대인관계문제와의 관계를 통합적으로 살펴보고자 하였다.

II. 이론적 배경

1. 외로움

1) 외로움의 정의

외로움은 자신이 기대하는 것보다 양적·질적으로 낮은 수준의 사회적 관계를 경험할 때 느끼는 불쾌한 감정(Peplau, Perlman, 1982)이며, 어린 시절 정서적 친밀감의 결핍(Sullivan, 1953) 뿐만 아니라 실제 대인관계에서 사회적·정서적 상호작용 욕구가 충족되지 않음으로써 발생하는 고통스러운 정서이다(Weiss, 1973, 전효정, 이귀옥, 1999, 재인용).

외로움은 사람마다 그 본질과 원인 및 그로 인해 파생되는 결과가 매우 다양하며(Rokach, 1989), 그동안 많은 학자들은 이러한 현상을 이해하고 설명하기 위해 다양한 이론적 접근으로 해석을 시도해 왔다. 먼저 실존주의 접근(Applebaum, 1978)에서는 외로움이 영아기부터 시작되어 매 성장 단계에서 발생하며, 자신이 개별적인 존재라는 것을 깨달을 때 실존적 외로움을 경험한다고 본다. 또 인지적 접근(Peplau, Perlman, 1982)에서는 단순히 혼자 있는 것에서 발생하는 것이 아니라 반드시 필요로 하는 관계의 부재를 인지할 때 생겨나는 부정적인 반응 혹은 심리상태라고 보았다(이수진, 2012, 재인용).

정신분석학적 접근(Ribeiro, 1989)에서는 외로움의 원인이 어린 시절 주양육자와의 안정된 애착을 형성하지 못한 것에 있다고 보며(김현지, 2003; 장석진, 연문희, 2009), 이러한 외로움은 병리적이고 인간이 경험하는 진정한 의미의 외로움이며 극단적인 고통을 의미한다고 보았다(김옥수, 1997, 재인용; 이수진, 2012, 재인용).

외로움을 상황적 요소와 인격적 요소 간 상호작용의 결과물로 보는 상호주의

접근(Weiss, 1973, 1982)에서는 사회적 관계 결핍의 본질에 따라 정서적 외로움과 사회적 외로움으로 구분하여 설명하였다. 정서적 외로움은 대인관계망의 접근 여부와 관계없이 완전하게 혼자임을 경험할 때 느끼게 되는 감정이며, 가족 및 또래집단과 같이 중요한 애착대상의 부재로 인한 외로움을 가리킨다. 또 사회적 외로움은 따돌림, 다툼 등으로 자신이 원하는 대인관계망에 접근할 수 없고, 그로 인한 관계망의 부재로 인해 발생하는 사회적 고립과 관련된다(전효정, 이귀옥, 1999, 재인용).

이렇듯 외로움에 대한 개념은 각 접근들마다 다소 상이하지만 공통적으로 사회관계망의 결핍에 초점을 두고 있으며, 대개 다음의 세 가지 개념을 내포한다. 첫째, 외로움은 다른 부정적인 정서 상태와 마찬가지로 대체로 고통스럽고 불쾌한 경험이다. 둘째, 외로움은 주관적인 정서로, 개인의 사회적 관계망 여부와는 별도로 느끼게 되는 지극히 개인 내적인 감정이다. 셋째, 외로움은 자신의 사회적 관계망, 즉 대인관계의 결핍에 대한 개인적 지각을 반영한다(Peplau, Perlman, 1982, 전효정, 이귀옥, 1999, 재인용). 이처럼 외로움은 대부분 부정적인 측면에 초점을 맞춰 연구되어 왔으나, 일부 연구자들은 외로움의 긍정적인 측면을 언급하기도 하였다. Sullivan(1953)은 외로움을 불안 속에서도 개인을 사회적 상호작용의 장에 참여하게 만드는 추진력인 '동기적 힘'으로 보았고, Moustakas(1961)는 개인적 성장과 창의성을 이끌 수 있는 긍정적인 것으로 여겼으며, Applebaum(1978)은 외로움을 통해 개인이 자율성을 키우고 자아통합의 수준을 높이는 동인이 되므로 긍정적인 경험이라고 주장하였다(이수진, 2012, 재인용).

하지만 지금까지 이루어진 연구들에 의하면, 한 개인이 외로움을 경험할 때 나타나는 결과는 긍정적인 영향보다 부정적 영향이 클 것으로 생각되며, 외로움이 미치는 영향에 관한 선행연구들을 살펴보면 다음과 같다. Qualter와 그의 동료들의 연구(2009)에서는 외로움이 높은 사람은 낮은 자아존중감, 비관주의, 낮은 삶의 만족도, 사회적 고립, 불안, 우울, 자살사고, 정신병 그리고 신체적

질병 등으로 고통 받고 있고, 외로움을 적게 느끼는 사람에 비해 심장병, 고혈압에 걸릴 확률이 높으며, 스트레스 상황에서 휴식과 재충진을 충분히 하지 못해 건강의 위협을 받고 있는 것으로 나타났다(최다혜, 2014, 재인용). 또 Cacioppo(2011)는 외로움이 면역체계 뿐만 아니라 인지기능에 중요한 역할을 담당하는 전두엽 피질에도 영향을 준다고 주장하였다. 이러한 주장은 외로운 사람들은 그렇지 않은 사람에 비해 자기 자신을 부정적으로 지각하고 자신이 사교적으로 무능하고 쓸모없다는 자기비하적 신념을 갖고 있으며(Horowitz, French & Anderson, 1982), 대인상황에서 타인을 비호의적이고(Henwood, Solano, 1994), 신뢰할 수 없는 존재로 인식하며(Ernst, Cacioppo, 1999; Rotenberg, 1994), 세상에 대해서도 염세적이고 냉소적인 인지특성을 가진다(안도연, 이훈진 2011)는 선행 연구를 지지한다(김지연, 2007, 재인용). 즉, 외로운 사람들은 외롭지 않은 사람들에 비해 신체적·정신적·심리적으로 고통 받기 쉽고, 자신뿐만 아니라 타인과 사회에 대해서도 부정적인 견해를 갖게 되는 경우가 일반적이라고 할 수 있다.

이상의 외로움에 대한 선행연구들을 살펴보면, 외로움의 본질은 사람마다 다르고, 원인 및 이로 인해 파생되는 결과 또한 매우 다양함을 알 수 있다. 또한 외로움이 성격적·발달적·심리적·정서적 변인과 더불어 인지적 변인들과 관련이 있음을 확인하였다.

2) 청소년의 외로움

청소년기는 발달 단계에 따라서 애착대상이 부모-또래친구-이성친구-배우자 등으로 이동하는 시기로(Hazan, Shaver, 1994), 사회적 관계에서 수용과 정서적 유대 외에도 친밀감이라는 욕구가 부각되는데(Sullivan, 1953), 이때 욕구를 충족시킬 관계망이 빈약하면 외로움이 나타날 수 있다(전효정, 이귀옥, 1999, 재인용). 부모로부터의 심리적 독립이 이루어지면서 독립성 및 자율성이 증가하

고, 스스로에게 부여하는 책임감은 과도한 기대감과 함께 좌절, 혼자라는 느낌 등의 부정적인 정서를 유발할 수 있다(Brennan, 1982). 또한 인지적 성숙의 단계를 거치며 새로운 형태의 자아를 형성하는 과정에서 실존적 외로움을 경험할 수도 있는데, 이러한 실존적 외로움은 고도의 사색과 자기성찰을 통해 자기 존재의 의미를 탐구하는 과정에서 발생하는 외로움을 의미하며, 이와는 구별되게 정신적 측면과 관련된 요소인 의미, 가치, 정체감 정립 등에서 좌절, 상실을 경험할 때 느끼는 정신적 외로움을 경험할 수 있다(이수진, 2012, 재인용).

발달적 특성 이외에도 사회적으로 청소년은 아동기에서 성인기로 넘어가는 과도기적 단계이며, 성인으로서 인정받지 못하면서 아동으로서의 특권을 누리지도 못하는 모호한 사회적 위치가 그들로 하여금 외로움을 느끼게 한다(박선영, 1997). ‘주변인’이라는 청소년 지칭 용어가 이들의 사회적 위치와 정서적 고립감을 잘 설명해주고 있고, 이러한 사회구조 속에서 부적응과 실패를 경험할 때 야기되는 자아손상 및 심리적 좌절감은 결과적으로 사회로부터 유리되고 정서적으로도 소외되었다는 느낌을 갖게 한다(전효정, 이귀옥, 1999).

이상의 청소년의 외로움에 대한 선행연구를 종합해보면, 많은 청소년들이 심리적·사회적 발달단계의 특성, 인지적 발달 및 사회적 위치의 특수성과 관련하여 외로움을 경험하고 있을 것으로 보인다. 한편, 선행연구들은 외로움을 결과적 현상으로 보고 주로 연구해 왔으며, 외로움으로 인해 촉발되는 문제에 대해서는 연구가 미비한 실정이다. 이에 본 연구에서는 청소년의 외로움으로 인해 촉발될 수 있는 부정적 영향에 대해 살펴보고자 하였다.

2. 대인관계문제

1) 대인관계문제의 정의

대인관계는 ‘둘 이상이 빚어내는 개인적이고 정서적인 관계’, ‘집단생활 속의 성원 상호 간의 심리적 관계’라고 정의할 수 있다(위키백과; 네이버 백과사전). 바꿔 말하면, 대인관계란 자신을 포함한 둘 이상의 존재가 있어야 하고 상호 간에 정서적·심리적인 교류가 있어야 성립된다고 할 수 있다. 또 개개인의 심리적 지향성이라는 측면에서 소수, 그 중에서도 특히 두 사람의 관계에 중점을 두고 있으며, 광의의 인간관계와 구별된다. 대인관계에 대해서는 사전적 정의 외에도 학자들마다 조금씩 다르게 정의되고 있다. Heider(1964)에 따르면, 대인관계는 일반적으로 두 사람 사이의 관계를 말하며, 개인이 타인에 대해 어떻게 지각하고 느끼고 생각하는지, 또 타인이 어떤 행위 및 생각을 하기 기대하는지, 타인의 행동에 어떻게 반응할 것인지에 대한 측면이라고 할 수 있다(황광숙, 2006, 재인용).

대인관계의 행동적 측면을 강조한 Leary(1957)는 대인적 행동을 타인과의 명백하고 의식적이며, 윤리적이거나 상징적인 것과 관련된 행동이라고 주장하였다. 즉, 대인관계란 한 개인이 주체가 되어 타인과 관계를 맺으며 상호작용하는 모든 인간적 측면을 말하며, 우리 삶 자체가 대인관계로 이루어진다고 할 수 있다(김유진, 2011, 재인용).

현재까지 국내에서 이루어진 대인관계 관련 연구의 대부분은 Leary(1957)의 대인관계 원형 모델을 근거로 하고 있으며, 본 연구에서도 해당 모델을 기반으로 개발된 대인관계문제척도를 사용하였다. 이 모델은 원 위에 우호-냉담의 친애차원과 지배-순종의 통제 차원의 두 축이 있고, 이 축을 기준으로 원을 8등분하여 각 영역에 대인관계와 관련된 특성들을 배열한 것이다. 인접한 분원일수록 유사한 대인관계행동을 나타내며, 지름의 반대편으로 갈수록 상반되는

특성을 보인다고 가정한다. 각 영역에 해당하는 대인 행동 특성들을 살펴보면, 타인을 지나치게 통제하거나 변화시키려는 행동경향을 나타내는 지배성, 자신의 독립성을 주장하는 것이 지나쳐서 타인을 불신하고 의심하게 되는 경향인 보복성, 친밀감·애정과 같은 감정들을 표현하는 것이 어렵고 타인의 잘못을 너그럽게 용서하지 못하는 것과 관련된 냉담성, 내향성이 지나쳐 타인 앞에서 자신의 감정을 표현하지 못하고 사회적으로 위축되는 경향을 나타내는 회피성, 자신의 주장·권리를 적절히 표현하지 못해 타인에게 효과적으로 자신을 이해시키지 못하는 경향을 나타내는 비주장성, 다른 사람에게 쉽게 설득당하고 타인이 자신을 기만하고 이용하는 것에 분노를 느끼면서도 정당하게 반박하지 못하는 것과 관련된 피착취성, 자신의 상황을 고려하지 않고 타인을 무조건적으로 배려하며 그로 인해 자신의 적절한 경계선을 설정하지 못하는 경향인 헌신성, 주목받고 관심 받고자 하는 욕구가 커서 부적절하게 자기를 노출하거나 지나치게 참견하는 경향을 나타내는 간섭성을 말한다(이수진, 2012, 재인용). 이처럼 사회적 상황에서 보이는 행동들은 적절한 수준에서 표현된다면 상호작용을 촉진하는 긍정적인 효과가 있지만, 지나치게 표현할 경우 오히려 상호작용을 방해하고, 결과적으로는 대인관계문제로 이어지는 부정적인 결과를 초래할 수 있다.

한편, Horowitz(1988)는 대인관계문제를 타인과 관련된 개인적 경험이나 주관적 고통의 근원에서의 어려움이라고 정의하였다. 그에 따르면, 개인은 불안을 피하고 자기 이미지를 보호하기 위해 방어적인 노력으로 부적응적 대인관계 패턴을 반복하고, 그 결과 타인과의 상호작용에서 대인관계문제를 경험하게 된다(이수진, 2012, 재인용).

이러한 대인관계 문제는 실제 상담 장면에서 다루는 핵심문제 중 하나이며, 내담자들이 많이 호소하는 문제이다(조윤경, 2003; 김유진, 2011). 뿐만 아니라 성격적 문제, 사회적 불안, 진로 고민, 자신에 대한 무가치함 등의 정서적·심리적 적응의 문제를 호소하는 경우에도 깊이 탐색해보면 대부분 대인관계와 밀접

한 관련을 맺고 있다(오현주, 1998). 이처럼 대인관계문제는 때때로 개인의 적응에 심각한 영향을 미치며, 우울·사회적 불안 및 성격장애 등 여러 가지 유형의 병리적 증상과도 관련된다.

본 연구에서는 대인관계문제를 서로 다른 두 개체가 관계를 맺으며 상호작용하는 데 있어서 보일 수 있는 부정적인 행동 패턴을 의미하며, 나아가서는 그로 인해 겪게 되는 부차적인 심리적 어려움도 포괄하는 것으로 정의하였다. 즉, 대인관계에서 자신이 원하는 만큼의 관심·애정 등을 얻거나 타인이 필요로 하는 반응을 제공하는 것, 다른 사람을 이해하기 위해서 필요한 지식이나 사회적 상황에서 난관에 부딪혔을 때 이를 적절하게 극복하는 사회적 기술의 부재, 결함 혹은 왜곡을 의미한다. 또한 타인에게 통제되어 자신의 권리를 주장하지 못하고 기만당하며 이에 분노를 느끼지만 표현하지 못해 결과적으로는 자신을 보호하지 못하는 것을 말한다(박경애, 이재규, 권해수, 1998).

2) 외로움과 대인관계문제의 관계

외로움이 사회적 상호관계 및 대인관계문제와 관련이 깊은 것은 이미 많은 선행연구들에 의해 입증되었다. Russell, Peplau와 Cutrona(1980)의 연구에 참여한 사람 중 외로움을 보고한 응답자들은 다른 사람들과의 접촉이 적은 대신 혼자서 많은 시간을 보내고, 사회적 활동에 참여하는 횟수도 적은 것으로 나타났다(최다혜, 2014, 재인용). 외로운 사람들은 외로움을 적게 경험하는 사람보다 덜 사교적이고, 덜 주장적이며, 사회적인 위협을 감수하려 하지 않으며 사회적인 기술이 부족하다고 보고한다(Hojat, 1987; 안도연, 이훈진, 2011, 재인용). 또 타인과의 관계에서 적절하게 반응하지 못하고, 그렇지 않은 사람에 비해 덜 지지적이고, 덜 소통적이고, 덜 신뢰로우며, 사회적으로 덜 바람직하다는 보고가 있다(Ernst, Cacioppa, 1999). Rubenstein 외(1982)는 외로운 사람들이 울기, 잠자기, 안정제 복용 등의 수동적이고 회피적인 대처반응을 많이 사용하며(안도

연, 이훈진, 2011), Cecen(2008)은 외로움 수준이 높은 학생일수록 희망이 없다고 느끼고, 순종적이며 빈약한 사회적 기술을 보인다고 보고하였다(이수진, 2012, 재인용). 이와 유사한 연구로, 청소년의 경우 외로움의 정도가 높을수록 공부하기, 영화보기, 음악감상, 작문 및 독서하기 등의 수동적인 반응행동을 보이는 경향이 있다(김영숙, 1992). 즉 외로움을 많이 느끼는 사람일수록 대인관계상황을 회피하려고 하며, 자신의 감정·생각을 표현하기 어렵고, 타인과 상호적 교류보다 자기중심적·일방적인 교류를 하는 경향이 있음을 의미한다.

위에 제시한 연구들과는 대조적으로, Trower, Gilbert와 shoring(1990)의 연구결과에서는 높은 불안과 두려움을 나타내는 사람들이 사회적 구조를 지배-복종적인 관계로 부적절하게 도식화 하고 있음이 밝혀졌으며(김남재, 1995), 외로움을 많이 경험하는 아동들이 외로움을 적게 경험하는 아동에 비해 대인관계 상황에서 상대방에게 반항-불신적인 성향이 강한 것으로 나타났다(김현지, 2003). 이와 비슷한 연구로, 김주희와 강성희(1994)는 외로움으로 인한 부적응적인 대처 전략에 대해 언급하며, 탐닉적 행동, 자기파괴적 행동 및 육체적 소모, 비도덕적이고 반사회적인 행동, 회피적이며 자기유인적 고립 등이 있음을 밝혀냈다. 또 Rokach(1989)에 따르면, 사람들은 외로움을 경험하는 동안 다양한 감정을 느끼며 그로 인해 정서적 혼란을 경험하며, 그 중에는 공허함, 버려짐, 불안 외에도 분노와 같은 강렬한 수준의 부정적인 감정도 포함되어 있다(최운서, 2013, 재인용).

외로움과 대인관계문제에 관한 선행연구들을 요약해보면, 외로움으로 인해 나타날 수 있는 대인관계문제의 특성을 크게 두 가지로 나뉘볼 수 있다. 먼저, 외로운 사람일수록 사회적 상황에 회피적이고 냉담한 반응을 보며, 비주장적·과순응적·수동적으로 대처하고 비사교적으로 행동하는 등 소극적 방식의 대인관계문제를 보일 수 있다. 이와는 반대로 자기중심적 교류, 지나친 타인 통제, 지배 및 경계 등 공격적인 대인양상을 보이기도 한다. 이러한 파괴적 대인행동은 사회적 상황에서 용인되기 어려우며, 결과적으로 대인관계문제를 유발할 것

으로 보인다.

3. 외로움, 부정적 인지와 대인관계문제의 관계

1) 외로움과 부정적 인지와 관계

외로움과 인지적 측면의 관련성을 살펴본 선행연구들에 따르면, 외로운 사람들은 대체로 자아존중감이 낮으며(Hymel, Tarulli & Thompson, 1999), 자기 자신을 부정적이고 비판적으로 인식하고, 스스로 매력 없으며 사회적으로도 무능하다고 여긴다(Jones, Hobbs & Hockenbury, 1982). 외로움을 경험하는 사람들은 그렇지 않은 사람에 비해 타인을 지각하는 방식에도 차이를 보이며, 타인에 대해 비호의적이고(Henwood, Solano, 1994), 덜 신뢰로우며, 덜 지지적이라고 지각하고, 세상에 대해 냉소적인 태도를 취한다(Kupersmidt, Sigda, Sedikides & Voegler, 1999, 이수진, 2012, 재인용).

외로움과 귀인의 관계에 대한 연구에서는 실패에 대한 기질적인 귀인, 성공에 대한 상황적 귀인이 외로움과 정적인 상관에 있는 것으로 보고되었다(Anderson, 1993, 김지연, 2007, 재인용). 또 정영애(1993)의 연구를 살펴보면 외로운 사람들은 자신에게 지나치게 높은 기대와 기준을 부과하며, 이로 인해 자아존중감이 낮아지고, 자기 운명을 통제할 수 없다는 느낌을 가지며, 세상에 대한 부정적 신념을 가지게 된다고 보고하였다. 특히 청소년들을 대상으로 한 콕미자(1994)의 연구에서는 외로운 사람들이 그렇지 않은 사람에 비해 대인관계나 학업생활 불만족의 원인을 통제 불가능한 것으로 귀인 시키는 경향이 있으며, 이러한 귀인방식은 단편적인 정보를 가지고 전체 상황을 일반화하거나 일부 부정적인 경험이 앞으로 변하지 않고 지속될 것이라는 왜곡된 사고를 초래할 수 있다. 이처럼 외로움과 부정적 인지는 정적인 관련이 있으며, 본 연구

에서는 청소년의 외로움과 인지 특성의 관계에 주목하고자 하였다.

이를 위해 청소년기 인지적 특성에 대해 살펴보면, 발달적 관점에서 청소년기는 형식적 조작기에 속하며, 추상적 사고가 가능해지고 정보처리에 있어서도 표면적인 정보에 국한되지 않고 본질적인 것을 고려할 수 있게 된다. 자신의 사고 과정에 대한 사고, 즉 메타인지가 가능해지면서 자기성찰에 관심을 갖게 되고 이는 자아정체감 획득을 촉진시킨다. 또 논리적 추리능력의 발달을 통해 가설 연역적 사고, 명제 간 사고 등이 가능해진다(한상철, 권두승, 방희정, 설인자, 김혜원, 2001). 이처럼 청소년들은 아동기에 비해 다차원적이고 고차원적인 사고, 상대적인 사고 등이 가능해지며, 자신의 사고를 보다 잘 통제하게 되고 타인에게 자신의 생각을 보다 효과적으로 설명할 수 있게 된다(신은주, 2009).

그러나 이러한 사고특성은 때때로 청소년들에게 부정적인 결과를 유발하기도 한다. Beck(1967)은 내적 귀인의 증가가 자기도취적 욕구 및 자신에 대해 높은 기대를 촉진하며, 이로 인해 자기중심적이며 경직된 사고 및 왜곡된 정보처리를 한다고 보았다(이경연, 2010). 이러한 인지적 특성을 측정하는 개념에는 대표적으로 비합리적 신념, 역기능적 사고, 자동적 사고 등이 있으며, 본 연구에서는 청소년의 대인관계문제와 연관되어 있을 것을 보이는 부정적 인지에 대해서 살펴보려고 하였다.

위의 선행연구들을 요약하면, 외로움을 경험하는 사람들은 자신뿐만 아니라 타인과 사회에 대해서도 비판적, 부정적인 견해를 갖는 경우가 많으며, 그 과정에서 부정적 경험을 과대평가하거나 객관적 상황과 관계없이 임의로 판단하는 등의 인지왜곡이 나타나는 것을 알 수 있다. 또 그들은 자기중심적으로 사고하며, 스스로에게 지나치게 완벽한 기대를 갖게 됨과 동시에 자기비하적인 사고 패턴을 보일 수 있다. 이처럼 외로움과 부정적 인지는 밀접한 관련이 있으며, 이에 대한 보다 다각적인 치료적 접근과 연구가 필요하다.

2) 부정적 인지와 대인관계문제와의 관계

대인관계의 발달양상은 ‘자신 및 타인에 대해 어떻게 인지적 표상을 형성하느냐’에 따라 달라질 수 있으므로 한 개인의 대인관계문제를 이해하기 위해서는 타인과의 관계에서 형성된 인지적 표상에 대한 이해가 선행되어야 한다(권석만, 김지영, 2002). 이에 본 연구에서는 외로움을 경험하는 청소년들이 보일 것으로 생각되는 부정적 인지 특성에 대해 언급하였고, 이러한 인지특성과 대인관계문제와의 관계를 구체적으로 살펴보고자 하였다.

Beck, Emery와 Greenberg(1985)에 따르면, 자기 자신, 미래 그리고 주변 상황에 대해 부적응적 인지를 갖는 아동의 경우, 작은 언어적·시각적 자극에도 잠재적으로 자신을 위협하는 것이라고 판단하고 민감하게 반응하는 경향이 습관화 되어 있으며, 그로 인해 사소한 자극에 대해서도 공격적인 반응행동을 보이는 경우가 많다(김희진, 2006). 이와 유사한 연구로, 전효정과 이귀옥(1999)은 사소한 일에 과민하게 반응하고 왜곡하여 인지하는 것이 사회적 기술과 사회성의 저하를 가져오고, 결과적으로 부적응적 대인관계를 초래한다고 주장하였다. 그리고 김남재(1995)는 낮은 기대 수준, 부정적인 귀인 유형, 부정적 인지로서의 인지왜곡, 높은 비합리적인 신념 등이 대인불안에 정적 영향을 끼친다고 주장하였으며, 다수의 연구자들 또한 초기의 부적응도식이 대인관계문제와 유의미한 상관이 있음을 밝혔다(김영혜, 2009; 안하얀, 서영석, 2010; 이수진, 2012; 조성호, 2001).

사회불안 인지를 갖는 청소년의 경우, 일반적인 사회적 상황에 대해 타인이 자신을 비웃을 것이라고 왜곡하며 이를 위협으로 인지하는 경향을 보이고, 대인기술에 있어서도 결함을 보인다(Last, Hersen, Kazdin, Orvaschel & Perrin, 1991; Beidel, 1991). 또 과도하게 자신의 권리를 주장하고 내세우는 적대적 인지를 갖는 청소년들은 ‘누군가 자신에게 상처를 입히면 자신도 그에게 상처를 줄 권리가 있다’고 생각하여 대인관계 상황에서 적대적·통제적인 대인관계 반

응을 보이며, 결과적으로 또래관계와 같은 사회적 상황에서 상호작용의 어려움을 겪게 된다(La Greca, Dandes, Wick, Shaw & Stone, 1988, 김희진, 2006, 재인용).

선행연구들을 종합해보면, 자기·타인 및 사회적 상황에 대한 부정적 인지는 개인으로 하여금 대인관계 상황에서 과민하거나 과도한 반응을 보이게 하며, 사회적 상황을 억제하고 회피하는 태도를 취하게 한다. 또한 자기중심적이고, 타인을 통제하려는 경향을 보이며 결과적으로 대인관계문제를 유발할 가능성이 높다고 예측할 수 있다.

Ⅲ. 연구 문제 및 가설

1. 연구 문제

본 연구에서는 청소년의 외로움, 부정적 인지 그리고 대인관계문제 간의 관계에 대해 알아보고자 하였다. 대인관계문제에 대한 선행연구들은 우울, 불안과 같은 심리적 증상 또는 가족기능, 부모애착, 또래관계와 같은 심리사회적 변인이 대인관계문제에 미치는 영향에 초점을 맞춰 진행해왔다. 반면, 대인관계문제를 겪고 있는 사람들이 갖고 있는 근본적인 정서 및 인지적 특성에 대한 연구는 부족한 실정이다.

또한 외로움이 인간 심리에 있어서 전반적이고 고통스러운 감정임에도 불구하고, 국내에서 이와 관련된 연구는 미비한 실정이며, 기존 연구에서는 대부분 심리사회적 변인 및 문제행동으로 인해 결과적으로 외로움이 발생한다고 주장한다. 그러나 최근 몇몇 연구들(김현지, 2003; 오현미, 2000; 전효정, 이귀옥, 1999)은 외로움이 대인관계문제에 미치는 영향에 대한 연구를 발표한 바 있으며, 연구에 따르면 외로움이 애착, 사회적 지지, 자존감 등의 정서변인에 영향을 주고 이로 인해 대인관계문제가 나타난다고 보고 있다. 이러한 점에서 본 연구자는 개인의 인지에 초점을 맞추으로써 대인관계 문제가 부적절한 인지적 요소에 의해 촉발된다는 선행연구를 지지하며, 외로움에 대한 인지적 영역의 이해를 넓히고자 하였다.

따라서 본 연구에서는 외로움이 대인관계문제에 영향을 미치며, 부정적 인지가 이 과정을 매개함을 확인하고자 하였다. 본 연구의 결과는 상담 및 학교 현장에서 대인관계 문제와 관련하여 어려움을 호소하는 청소년을 상담할 때 이들의 외로움을 다루는 동시에 부정적 인지를 변화시킴으로써 그에 따른 부적응적 행동(대인관계문제)을 예방하고, 효과적으로 개입하기 위한 기초자료로 사용될

것이다.

2. 연구 가설

앞에서 언급한 연구의 필요성에 근거하여, 본 연구에서 설정한 연구 문제, 가설 및 연구모형은 다음과 같다.

【연구문제 1】

외로움, 부정적 인지, 대인관계문제 사이에 유의한 관련이 있는가?

가설 1-1. 청소년의 외로움은 대인관계문제의 하위요소인 비주장성, 자기중심성, 비사교성, 과순응, 통제지배와 유의한 정적 관련이 있을 것이다.

가설 1-2. 청소년의 외로움은 부정적 인지의 하위요소인 임의결론내리기, 자기비하, 자기비난, 부정경험과대평가, 타인비난, 자기중심화, 완벽과 인정추구와 유의한 정적 관련이 있을 것이다.

가설 1-3. 부정적 인지의 하위요소인 임의결론내리기, 자기비하, 자기비난, 부정경험 과대평가, 타인비난, 자기중심화, 완벽과 인정추구는 대인관계문제의 하위요소인 비주장성, 자기중심성, 비사교성, 과순응, 통제지배와 유의한 정적 관련이 있을 것이다.

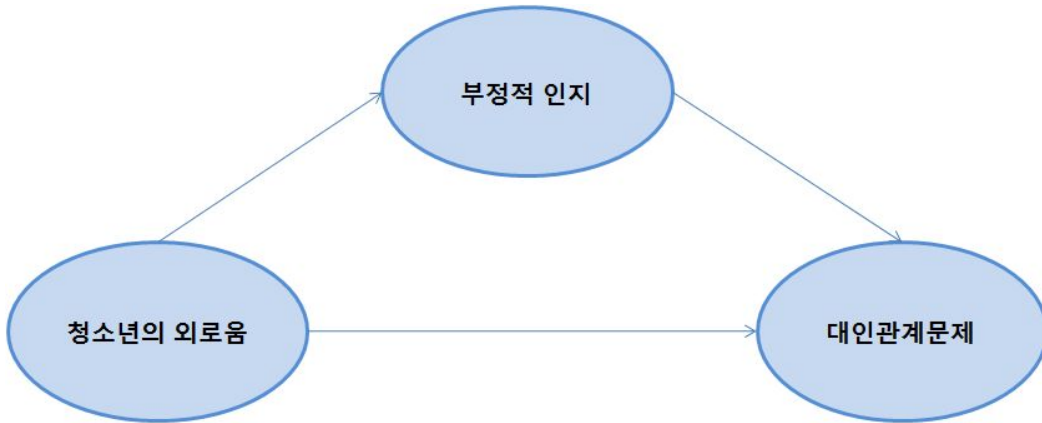
【연구문제 2】

청소년의 외로움은 부정적 인지를 통해 대인관계문제에 영향을 미치는가?

가설 2-1. 청소년의 외로움은 부정적 인지를 증가시키며, 증가된 부정적 인지

는 대인관계 문제의 증가를 가져올 것이다.

본 연구의 모형은 다음과 같다.



[그림 1] 연구모형

IV. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 청소년의 외로움, 부정적 인지 그리고 대인관계문제 간의 관계를 살펴보기 위한 것으로, 서울 및 인천 소재 중, 고등학교에 재학 중인 청소년 450명을 대상으로 실시하였다. 회수된 420개의 자료 중 빠뜨린 문항이 있거나 불성실하게 응답한 12개를 제외하고 408개의 자료를 분석에 사용하였다. 성별은 남자 165명(40.4%), 여자 243명(59.6%)이었으며, 중학생 150명(36.8%), 고등학생 258명(63.2%)이었다. 학년 분포는 각각 1학년 217명(53.2%), 2학년 103명(25.2%), 3학년 88명(21.6%)이었다.

2. 측정도구

1) 외로움 척도

본 연구에서는 외로움의 정도를 측정하기 위해서 김교현, 김지환(1989)이 우리나라의 실정에 맞게 번안하고 타당화한 한국판 UCLA 외로움 척도를 사용하였다. 이 척도는 1978년에 Russell, Peplau와 Ferguson이 제작한 UCLA 외로움 척도를 Russell, Peplau와 Cutrona가 1980년에 개정한 것이며, 본 연구에서 사용한 개정된 한국판 UCLA 척도는 기존의 문항 중 부자연스러운 두 문항(10, 17번)을 원본과 대조하여 일부 수정하였다. 4점 likert 형식으로 평정되며, 문항은 응답자의 반응편파를 줄이기 위해 자신의 사회적 관계를 긍정적인 방향으로 본 문항 10개, 부정적인 방향으로 본 문항 10개 등 총 20개의 문항으로 구성되어

있다. 점수가 높을수록 외로움의 정도가 높은 것을 의미하며, 긍정적인 방향으로 본 문항을 역산하였다.

신뢰도 계수(Cronbach's α)는 Rusell, Peplau와 Ferguson(1980)의 연구에서는 .94였고, 김교현, 김지환(1989)의 연구에서는 .86이었다. 본 연구에서는 자신의 사회적 관계를 긍정적인 방향으로 본 문항의 신뢰도 계수는 .78, 부정적인 방향으로 본 문항의 신뢰도 계수는 .86로 나타났으며, 전체 척도의 신뢰도 계수는 .85로 나타났다.

<표1> 외로움 척도의 하위요인과 신뢰도

| 요인 | 문항수 | Cronbach's α |
|---------|------------------------------------|---------------------|
| 외로움 | 1~20 | .85 |
| 긍정적 외로움 | 1, 4, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19, 20 | .78 |
| 부정적 외로움 | 2, 3, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 17, 18 | .86 |

2) 대인관계문제 척도

본 연구에서는 대인관계문제를 측정하기 위하여 대인관계 원형모형(Leary, 1957)을 기반으로 Horowitz, Baer, Rosenberg, Ureno와 Villasenor(1988)가 제작한 대인관계문제검사(IIP)를 토대로, 홍상황 외(2002)가 재개발한 한국판 대인관계문제검사 원형척도의 단축형(Short form of the Korea Inventory of Interpersonal Problems Circumplex Scale; KIIP-SC)을 사용하였다.

대인관계문제 검사(IIP)는 임상장면에서 만난 환자들의 접수면접 내용을 중심으로 문항을 선정하고 요인분석을 하여 총 127문항으로 제작되었고, 이후 기존 연구를 바탕으로 Alden 등(1990)이 재구성하여 64문항으로 구성된 대인관계 원형척도(IIP Circumplex scale; IIP-C)을 제작하였다. 한편, 국내에서는 홍상황, 박은영, 김영환, 권정혜, 조용래, 진유경(2002)이 대인관계문제검사(IIP)를 표준화하여 총 80문항인 한국형 대인관계문제검사(KIIP)를 제작하였고, 이를 근거

로 한국판 대인관계문제검사 원형척도의 단축형(KIIP-SC)를 개발하였다.

본 연구에서 사용한 KIIP-SC 척도는 총 40문항으로 이루어져 있으며, 대인관계에서 경험하는 어려움과 관련된 18개의 문항과 대인관계에서 보이는 태도 및 행동과 관련된 22개의 문항으로 구분된다. 하위 요인은 타인을 통제하고 조종하는 것과 관련된 문제를 측정하는 통제지배, 자신의 안녕에 대한 과도한 관심과 관련된 문제를 측정하는 자기중심성, 정서를 경험하고 표현하는 것과 관련된 문제를 측정하는 냉담, 비사회적인 경향 및 수줍음과 관련된 문제를 측정하는 사회적 억제, 자신감, 주장성 및 자존감의 결여와 관련된 문제를 측정하는 비주장성, 독립성을 유지하지 못하고 쉽게 설득·이용당하는 것과 관련된 문제를 측정하는 과순응성, 타인의 욕구에 지나치게 민감하고 책임지려고 하는 것과 관련된 문제를 측정하는 자기희생, 다른 사람에 대한 지나친 관여와 관련된 문제를 측정하는 과관여의 8개 요인으로 구성되며, 5점 likert 형식으로 평정된다. 각 요인들의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 김영환 외(2002)의 연구에서 .69~.93, 홍상황 외(2002)의 연구에서는 .61~.89로 나타났다.

본 연구에서는 설문문항을 검토한 결과, 문항 간 내용 변별이 모호하고 중첩되는 개념이 있을 것으로 판단하여 새롭게 문항분석을 실시하였다. 그 결과 부적절하다고 판단된 두 개의 문항(17번, 32번)을 제외하고 총 6개의 하위변인을 추출하였으며, 전체 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .94로 나타났다. 이후 선행연구에서 외로움 및 부정적 인지와 직접적인 관련성이 미비할 것으로 보이는 과관여를 제외하고, 최종적으로 비주장성, 자기중심성, 비사교성, 과순응, 통제지배를 연구에 포함시켰다.

<표2> 대인관계문제 척도의 하위요인 구조 비교

| 요인 | 기존연구의 문항번호 | 본 연구의 문항번호 |
|-------|--------------------|--|
| 통제지배 | 19, 21, 27, 30, 33 | 19, 30, 38 |
| 냉담 | 2, 8, 9, 15, 18 | - |
| 비주장성 | 1, 3, 5, 11, 16 | 1, 3, 5, 11, 12, 14, 16, 36, 37, 39, 40 |
| 과관여 | 26, 28, 29, 35, 38 | - |
| 자기중심성 | 6, 7, 10, 13, 22 | 6, 7, 8, 9, 10, 13, 15, 22, 31 |
| 사회적억제 | 4, 12, 17, 31, 36 | - |
| 과순응 | 14, 23, 34, 37, 39 | 20, 23, 24, 25, 34 |
| 자기희생 | 20, 24, 25, 32, 40 | - |
| 비사교성 | - | 2, 4, 18 |

<표3> 대인관계문제 척도의 하위요인과 신뢰도

| 요인 | 문항수 | Cronbach's α |
|-------|--|---------------------|
| 비주장성 | 1, 3, 5, 11, 12, 14, 16, 36, 37, 39, 40 | .91 |
| 자기중심성 | 6, 7, 8, 9, 10, 13, 15, 22, 31 | .89 |
| 비사교성 | 2, 4, 18 | .88 |
| 과순응 | 20, 23, 24, 25, 34 | .83 |
| 통제지배 | 19, 30, 38 | .70 |

3) 청소년용 부적응적 사고 척도

본 연구에서는 청소년의 부정적 인지를 측정하기 위해 이정윤(2011)에 의해 개발된 개정판 청소년용 부적응적 사고척도를 사용하였다. 이 척도는 주로 내면화문제를 중심적인 사고유형으로 측정하던 기존 인지척도들의 한계를 극복하

기 위해 내면화-외현화 문제 집단 모두의 인지왜곡을 측정하기 위해 개발하였으며(이정윤, 2011), 논리의 오류에 의한 잘못된 정보처리과정을 반영하는 인지 왜곡을 측정한다.

부적응적 사고란 한 개인이 가지고 있는 역기능적이고 부정적인 생각으로서, 사고의 내용과 과정에서의 오류 및 왜곡을 모두 포함하며, 다음의 9가지 요인으로 구성되어 있다. 내면화 문제 요인부터 살펴보면, 객관적 사실 여부를 확인하지 않고 타인의 마음을 제멋대로 추측하고 이를 기정사실화하는 임의결론내리기, 자신감이 부족하고 자기에 대한 부정적인 이미지를 가지는 자기비하, 자기와 관련 없는 일조차 자기의 잘못으로 인해 생긴 것이라고 생각하며 자기를 탓하는 자기비난, 일이나 상황의 부정적인 면을 선택적으로 지각하며 그에 따른 결과를 반복적이거나 과장되게 지각하는 부정경험 과대평가가 있다. 외현화 문제 요인으로는 타인에 의해 화가 나거나 불편해지는 것을 참고 견디는 능력이 부족한 화에 대한 낮은 인내력, 문제행동이 별 것 아니라고 생각하며 이것의 의미나 영향을 축소하는 문제행동 과소평가, 자기의 입장이나 권리·욕구만을 중시하고 타인의 것은 소홀히 생각하는 자기중심화, 타인에게 인정 받고자 하는 요구가 지나치게 크고 자기 자신에 대해 매우 높은 기준을 부과하며 조금이라도 부족하거나 잘못하는 것을 용납하지 않는 완벽과 인정추구, 어떤 사건이나 행동에 대해서 자기 자신의 책임을 먼저 생각하기 보다는 타인의 책임으로 전가하는 타인비난이 있다(이정윤, 2011).

본 척도는 이정윤(2007)이 개발한 최초 64개의 문항에서 개정 및 타당화 연구를 거쳐 최종적으로 44개의 문항이 선정된 것으로, 5점 likert 형식으로 평정된다. 점수가 높을수록 인지 왜곡이 심하며 부적응적 사고를 많이 하고 있음을 의미하며, 전체 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .91이다. 본 연구에서의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .92로 나타났으며, 문헌 연구결과 외로움 및 대인관계문제에 직접적인 관련성이 미비할 것으로 보이는 화에 대한 낮은 인내력, 문제행동 과소평가 요인을 제외한 7개 요인만을 연구에 포함시켰다.

<표4> 부적응적 사고척도 하위요인 구조 비교

| 상위요인 | 하위요인 | 기존연구의 문항번호 |
|-----------|--------------|-------------------------------|
| 내면화 문제 | 임의결론 내리기 | 1, 10, 19, 28, 35 |
| | 부정경험 과대평가 | 9, 18, 27 |
| | 자기비난 | 6, 15, 24, 33, 39 |
| | 자기비하 | 2, 11, 20, 29, 36, 40, 42 |
| 외현화 문제 | 화에 대한 낮은 인내력 | 8, 17, 26, 34 |
| | 타인비난 | 7, 16, 25 |
| | 문제행동과 과소평가 | 3, 12, 21, 30, 37 |
| | 자기 중심화 | 4, 13, 22, 31 |
| | 완벽과 인정추구 | 5, 14, 23, 32, 38, 41, 43, 44 |

<표5> 부적응적 사고 척도의 하위요인과 신뢰도

| 하위요인 | 문항수 | Cronbach's α |
|--------------|-------------------------------|---------------------|
| 임의결론 내리기 | 1, 10, 19, 28, 35 | .81 |
| 자기비하 | 2, 11, 20, 29, 36, 40, 42 | .89 |
| 자기비난 | 6, 15, 24, 33, 39 | .81 |
| 부정경험 과대평가 | 9, 18, 27 | .70 |
| 자기중심화 | 4, 13, 22, 31 | .68 |
| 완벽과 인정추구 | 5, 14, 23, 32, 38, 41, 43, 44 | .85 |
| 타인비난 | 7, 16, 25 | .72 |

3. 자료분석

본 연구에서는 SPSS 20.0과 Amos 20.0 프로그램을 사용하여 다음과 같은 분석을 실시하였다.

첫째, 빈도분석(frequency analysis)을 통해 조사대상의 인구통계학적 변인에 대한 현황을 파악하였다.

둘째, 대인관계문제 척도에 대한 탐색적 요인분석(exploratory factor analysis)을 통해 대인관계문제의 요인구조를 규명하였으며, 측정도구들의 신뢰도를 검증하기 위해서 Cronbach's α 를 산출하였다.

셋째, 수집된 자료의 평균과 표준편차를 산출하고, 각 변인들 간의 관련성을 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다.

넷째, 청소년의 외로움과 대인관계문제의 관계에서 부정적 인지의 매개효과를 검증하기 위해 구조방정식 모형(SEM : structural equation modeling)을 통해 자료를 분석하였다. 측정변수가 해당 잠재변수를 적절하게 측정했는지 확인하기 위해 확인적 요인분석을 실시하고, 변인들 간 구조적 관계를 검토하기 위해 구조모형 분석을 실시하였다.

마지막으로, 매개효과가 유의미한지 검증하기 위해서 Bootstrapping을 실시하였다.

V. 연구결과

1. 연구대상

본 연구의 분석에는 서울 및 인천 소재 중고등학교 재학 중인 청소년 408명의 데이터가 사용되었으며, 빈도분석을 통해 표본의 특성을 파악한 결과는 <표6>, <표7>과 같다.

남학생과 여학생의 비율은 각각 전체 408명 중 남학생은 40.4%, 여학생은 59.6%를 차지했으며, 중학생은 전체의 36.8%, 고등학생은 전체의 63.2%로 구성되었다.

<표6> 인구통계학적 변인에 대한 표본 구성

| (n=408) | | | |
|---------|------|-----|-------|
| 변수 | 구분 | 빈도 | 표본비율 |
| 성별 | 남자 | 165 | 40.4% |
| | 여자 | 243 | 59.6% |
| 학교 | 중학생 | 150 | 36.8% |
| | 고등학생 | 258 | 63.2% |

<표7> 학교와 학년별 분포

| (n=408) | | | | |
|---------|------------|------------|-----------|-----|
| 학교 | 학년 | | | 전체 |
| | 1학년 | 2학년 | 3학년 | |
| 중학생 | 72(48.0%) | 37(24.7%) | 41(27.3%) | 150 |
| 고등학생 | 145(56.2%) | 66(25.6%) | 47(18.2%) | 258 |
| 전체 | 217(53.2%) | 103(25.2%) | 88(21.6%) | 408 |

2. 주요 변인들의 평균과 표준편차 및 상관계수

본 연구의 주요 변인인 청소년의 외로움, 부정적 인지, 대인관계문제의 평균, 표준편차 및 각 변인 간의 상관계수를 구한 결과는 <표8>과 같다.

분석 결과, 청소년의 외로움은 대인관계문제의 하위요인인 비주장성, 자기중심성, 비사교성, 과순응, 통제지배와 모두 유의한 정적 관련이 있었다. 또한 청소년의 외로움과 부정적 인지의 하위요인인 임의결론 내리기, 자기비하, 자기비난, 부정경험 과대평가, 자기중심화, 완벽과 인정추구, 타인비난은 모두 유의한 정적 관련이 있었으며, 앞서 제시한 부정적 인지의 하위 요인들은 대인관계문제의 하위요인들과 모두 유의한 정적 관련이 있었다.

<표8> 주요 변인의 평균, 표준편차 및 상관계수

(N=408)

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|
| 1 | - | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | .602** | - | | | | | | | | | | | | |
| 3 | .362** | .504** | - | | | | | | | | | | | |
| 4 | .536** | .680** | .623** | - | | | | | | | | | | |
| 5 | .341** | .499** | .649** | .662** | - | | | | | | | | | |
| 6 | .410** | .509** | .627** | .702** | .600** | - | | | | | | | | |
| 7 | .176** | .249** | .506** | .359** | .417** | .412** | - | | | | | | | |
| 8 | .072* | .228** | .504** | .308** | .449** | .386** | .503** | - | | | | | | |
| 9 | .143** | .282** | .497** | .333** | .441** | .396** | .486** | .521** | - | | | | | |
| 10 | .473** | .606** | .583** | .679** | .653** | .571** | .233** | .290** | .318** | - | | | | |
| 11 | .539** | .576** | .489** | .614** | .469** | .552** | .425** | .262** | .341** | .654** | - | | | |
| 12 | .528** | .580** | .492** | .551** | .445** | .500** | .197** | .200** | .300** | .688** | .601** | - | | |
| 13 | .192** | .347** | .422** | .397** | .490** | .366** | .213** | .410** | .255** | .554** | .257** | .332** | - | |
| 14 | .334** | .308** | .466** | .430** | .458** | .459** | .327** | .274** | .310** | .416** | .462** | .315** | .322** | - |
| 평균 | 1.73 | 1.60 | 2.32 | 1.99 | 2.20 | 2.10 | 2.11 | 2.71 | 2.55 | 2.22 | 1.85 | 2.00 | 2.85 | 2.04 |
| 표준편차 | 0.462 | 0.470 | 0.795 | 0.753 | 0.752 | 0.804 | 0.692 | 0.783 | 0.882 | 0.764 | 0.660 | 0.881 | 0.858 | 0.724 |

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

주) 1.긍정적 외로움, 2.부정 외로움, 3.임의결론내리기, 4.자기비하, 5.자기비난, 6.부정경험과대평가, 7.자기중심화, 8.완벽과 인정추구, 9.타인비난, 10.비주장성, 11.자기중심성, 12.비사교성, 13.과순응, 14.통제지배

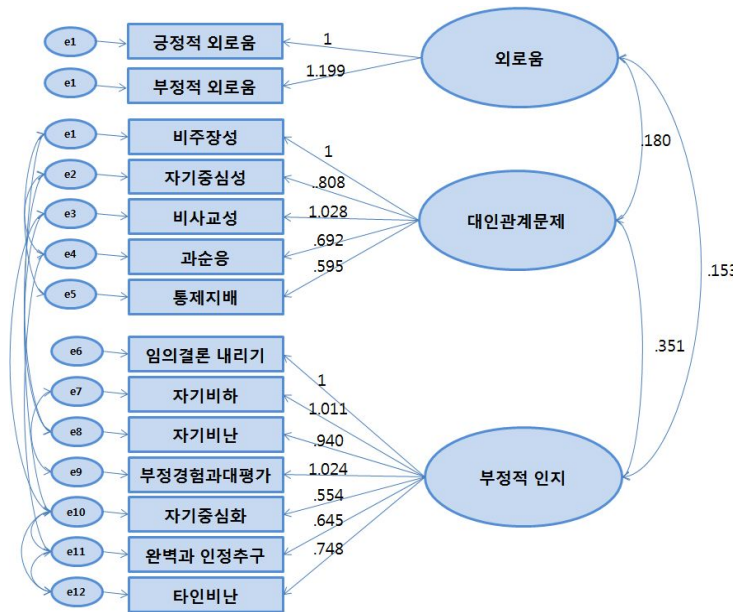
3. 측정모형 검증

본 연구에서 상정된 요인들의 개념 타당성을 검증하기 위해서 확인적 요인분석을 실시하였으며, 분석의 결과는 <표9>, [그림2]와 같다.

<표9>에 제시된 바와 같이 본 연구의 측정모형은 $\chi^2=170.804(df=58, p<.001)$, 적합도 지수는 CFI=.965, TLI=.945로 아주 좋은 적합도를 보였고 RMSEA=.069로 괜찮은 적합도를 나타냈다. 비록 χ^2 값이 유의미하였지만 CFI, TLI가 아주 좋은 적합도를, RMSEA는 괜찮은 적합도를 나타내어 측정모형이 자료에 잘 부합한다고 볼 수 있다. 또 확인적 요인분석결과 각 측정변수에 대한 해당 잠재변인의 요인부하량은 $p<.001$ 수준에서 유의하였다. 따라서 각 측정변수들이 해당 잠재변인을 구인하는 것이 타당한 것으로 확인되었다.

<표9> 측정모형에 대한 적합도 지수

| 구분 | χ^2 | df | CFI | TLI | RMSEA (90% 신뢰구간) |
|------|----------|----|------|------|---------------------|
| 측정모형 | 170.804 | 58 | .965 | .945 | .069 (0.057 ~0.081) |



[그림2] 측정모형에 대한 확인적 요인분석 결과

4. 구조모형 검증

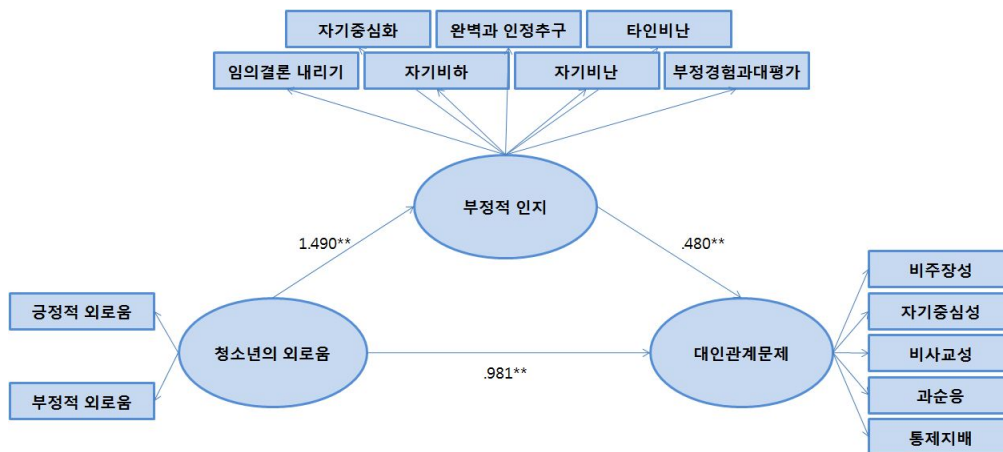
본 연구에서 설정한 연구모형의 적합성을 판단하기 위해 구조모형 검증을 실시하였으며, 그 결과는 <표10>, [그림3]에 제시하였다.

연구모형에서 청소년의 외로움은 부정적 인지와 대인관계문제 모두에 유의한 영향을 미치며, 부정적 인지 또한 대인관계문제에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 외로움에서 대인관계 문제로 가는 경로와 외로움에서 부정적 인지로 가는 경로, 그리고 부정적 인지에서 대인관계 문제로 가는 직접적인 경로 모두 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 즉, 외로움을 많이 경험하는 청소년일수록 부정적인 인지도 활발히 작동하며, 그로 인해 대인관계 문제가 발생할 수 있음을 시사한다.

<표10> 연구모형의 경로계수

| 경로 | 비표준화 계수 | 표준오차 | 표준화 계수 |
|-----------------|---------|------|--------|
| 외로움 → 대인관계문제 | .981** | .160 | .494 |
| 외로움 → 부정적 인지 | 1.490** | .129 | .780 |
| 부정적 인지 → 대인관계문제 | .480** | .079 | .462 |

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



[그림3] 연구모형에 대한 구조모형 검증 결과

또한 <표11>에 제시된 바와 같이 본 연구의 구조모형은 $\chi^2=217.181(df=59, p<.001)$, 적합도 지수는 CFI=.951, TLI=.924로 아주 높은 적합도를 보였고 RMSEA=.081로 괜찮은 적합도를 나타냈다. 본 연구에서 설정한 연구모형은 청소년의 외로움, 부정적 인지, 대인관계문제 간의 구조적인 관계를 적절하게 설명하였다.

<표11> 연구모형에 대한 적합도 지수

| 구분 | χ^2 | df | CFI | TLI | RMSEA (90% 신뢰구간) |
|------|----------|----|------|------|---------------------|
| 연구모형 | 217.181 | 59 | .951 | .924 | .081 (0.070 ~0.093) |

5. 매개효과 검증

본 연구의 모형인 청소년의 외로움과 대인관계문제와의 관계에서 부정적 인지의 매개효과의 각 경로에 대한 총 효과, 직접효과, 간접효과를 분석한 결과는 <표12>에 제시하였다. 청소년의 외로움이 대인관계 문제에 갖는 직접효과와 청소년의 외로움이 부정적 인지를 통해 대인관계 문제로 이어지는 간접효과가 모두 유의함을 알 수 있다.

<표12> 연구모형의 총 효과 및 직·간접효과

| 경로 | 총 효과 | 직접효과 | 간접효과 |
|-----------------|-------|-------|------|
| 외로움 → 대인관계문제 | 1.696 | .981 | .715 |
| 외로움 → 부정적 인지 | 1.490 | 1.490 | |
| 부정적 인지 → 대인관계문제 | .480 | .480 | |

연구모형의 경로가 유의한 것으로 밝혀짐에 따라, Bootstrapping 기법을 적용하여 매개효과에 대한 분포를 형성하고, 신뢰구간을 95%로 설정하여 유의성을 검증한 결과는 <표13>과 같다.

청소년의 외로움과 대인관계문제와의 관계에서 부정적 인지에 대한 신뢰구간은 (.473 1.038)로 0이 포함되지 않았으므로 ‘매개효과가 없다’는 영가설은 기각되었고, 부정적 인지의 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 확인되었다. 따라서 부정적 인지가 청소년의 외로움과 대인관계문제의 관계를 부분매개(partial mediation)함을 확인하였다.

<표13> Bootstrapping 기법에 의한 95% 신뢰구간

| | 95% 신뢰구간 | | <i>p</i> |
|-----------------------|---------------|---------------|----------|
| | 하한 (lower) | 상한 (upper) | |
| 외로움 → 부정적 인지 → 대인관계문제 | .473 | 1.038 | .004 |

VI. 논 의

1. 결과에 대한 논의

본 연구에서는 청소년들의 주 관심사이자 가장 큰 스트레스 요인으로 손꼽히는 대인관계문제에 영향을 미치는 요인들을 알아보려고 하였다. 이를 위해 선행연구를 통해 개인의 정서적 변인으로서 청소년기의 외로움과 이로 인해 활성화 될 것으로 추측되는 부정적인 인지특성에 주목하였다.

본 연구의 주요 결과를 요약하고, 논의하면 다음과 같다. 첫째, 상관분석을 실시한 결과, 주요 변인 간 유의한 정적 관련이 있을 것이라는 연구가설이 타당한 것으로 밝혀졌다. 구체적으로 살펴보면, 청소년의 외로움은 대인관계문제의 하위요인인 비주장성, 자기중심성, 비사교성, 과순응, 통제지배와 모두 유의한 정적 관련이 있었다. 이는 외로움을 많이 경험하는 청소년일수록 대인관계 상황에서 자신의 주장을 잘 내세우지 못하고, 비사교적이며, 지나치게 타인의 감정이나 생각을 따르려고 하거나, 반대로 타인을 배려하지 않고, 타인의 감정이나 생각에 공감하기 어려우며, 독단적으로 행동하여 결과적으로는 대인관계 문제를 경험할 가능성이 높음을 시사한다. 이러한 결과는 외로움이 높을수록 사회활동에 회의적이고(Cutrona, 1980), 덜 사교적, 덜 주장적이며(Hojat, 1987), 때로는 반사회적으로 행동한다(김주희, 강성희, 1994)는 선행연구들과 일치한다.

또한 청소년의 외로움은 부정적 인지의 하위요인인 임의결론내리기, 자기비하, 자기비난, 부정경험과대평가, 자기중심화, 완벽과 인정추구, 타인비난과도 모두 유의한 정적 관련이 있었다. 이는 외로움을 많이 경험하는 청소년일수록 그렇지 않은 청소년에 비해 자신에게 일어난 사건이나 자신·타인 및 주변 상황에 대해 부정적으로 인지하며 왜곡된 사고패턴을 보일 가능성이 높음을 시사한다. 즉, 외로운 청소년일수록 자신에 대해 무가치하다고 생각하고, 타인과의 상

호작용과정에서 일어나는 일들이 모두 자신의 탓이라고 여기며, 일부 부정적 경험을 전반적이고 반복적인 것으로 오지각할 가능성이 높다. 이와 반대로 타인의 권리나 욕구에 무심하고, 특정 사건에 대해 자신의 책임을 생각하기보다는 타인의 탓으로 돌리며, 타인에게 인정받고자 하는 욕구가 커서 이로 인해 지나치게 완벽한 자기 기준을 가질 수 있다. 이러한 연구의 결과는 외로운 사람일수록 그렇지 않은 사람에 비해 자신·타인 및 주변 상황에 대해 부정적이고 비판적으로 인식하고, 자기 스스로에게 과도하게 높은 기준을 부과하며 자기중심적인 사고를 보인다는 선행연구와도 일치한다(배주은, 2000; 정영애, 1993; Henwood, Solano, 1994; Jones, Hobbs & Hockenbury, 1982; Kumpersmidt, Sigda, Sedifides & Voegler, 1999).

마지막으로, 부정적 인지의 7개 하위요인과 대인관계문제의 5개 하위요인도 모두 유의한 정적 관련이 있었다. 이는 자신·타인에 대해 부정적으로 인지하고 일부 부정적 대인경험을 전반적·반복적·파괴적이라고 오지각하는 사람일수록 대인관계에서 자신의 의견·권리를 효과적으로 주장하지 못하고 타인의 요구에 지나치게 순응하며 비사회적임을 의미한다. 이와는 반대로 지나치게 자신의 욕구만을 내세우고 자기중심적으로 행동하며 타인을 통제하고 조종하려는 경향을 보일 수 있음을 시사한다. 이러한 연구결과는 사소한 일에 과민하게 반응하고 왜곡하여 인지하는 것이 사회적 기술과 사회성에 부정적 영향을 미치며 결과적으로 대인관계문제를 초래한다는 전효정, 이귀옥(1999)의 연구와 일치하며, 사회적 상황에 대한 왜곡된 인지가 사소한 자극에도 공격적인 반응을 보이거나 지나치게 자신의 권리를 주장하며 적대적인 대인행동을 초래한다는 김희진(2006)의 연구와도 일치한다. 또 부정적 방식의 귀인, 부정적 인지왜곡, 높은 비합리적인 사고를 많이 가질수록 대인불안이 높아지고(김남재, 1995), 결과적으로는 부적응적 대인관계를 초래하며 사회적 상황에서 상호작용의 어려움을 겪게 된다는 연구와도 관련 있음을 확인하였다(전효정, 이귀옥, 1999; La Greca, Dandes, Wick, Shaw & Stone, 1988).

둘째, 본 연구는 청소년의 외로움이 대인관계문제에 직접적인 영향을 줌과 동시에 부정적 인지를 매개로하여 간접적인 영향을 줄 것이라는 부분매개 모형을 가정하였으며, 구조모형 검증을 통해 가설 및 모형이 실제로도 유의한 것으로 밝혀졌다. 즉, 청소년의 외로움은 대인관계문제를 직접적으로 유발함과 동시에, 부정적 인지를 활성화시키고 이를 매개로하여 대인관계문제를 유발하는 요인으로도 볼 수 있다. 본 연구결과는 외로움을 많이 경험하게 될수록 자신·타인 및 사회적 상황에 대해 부정적으로 인지하고 일부 부정적 사건에 대해서 확대해석할 여지가 있음을 의미한다. 또 이러한 부정적 사고 패턴은 비사교적이며 자신의 권리를 적절히 주장하지 못하고 타인의 요구나 생각에 지나치게 순응하는 대인행동을 초래할 수 있으며, 반대로 지나치게 타인을 통제·조정하며 자기중심적으로 행동하기 쉽고, 결과적으로 대인관계문제를 경험할 수 있음을 시사한다.

본 연구의 결과들을 종합해보면, 대인관계문제로 고민하는 청소년들을 상담할 때는 먼저 그들의 대인관계문제 특성들을 파악하고, 그들이 가지고 있는 부정적인 인지를 확인하고 재구조화하는 것이 필요할 것을 보인다. 더불어 외로움이라는 감정에 대해 이야기하여 이를 이해하고 수용하도록 독려하며, 대응수단으로서 외로움을 감소시키거나 차단할 수 있는 자기 내면의 긍정적인 자원들을 발굴하는 과정을 통해 외로움을 예방하도록 교육하는 것이 필요할 것으로 시사된다.

2. 연구의 의의와 제한점 및 제언

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 청소년의 외로움과 대인관계문제에 있어서 부정적 인지의 매개효과를 밝혔다. 대인관계문제에 대한 기존의 연구들은 부모자녀관계, 부모양육태도, 애착형성, 외상경험, 우울 및 불안 등의 요

인과의 관계를 밝힌 반면, 본 연구에서는 청소년기에 두드러지게 나타나는 정서 중 하나인 외로움과 그로 인해 활성화되는 부정적 인지와의 관계를 살펴보고, 이를 통해 외로움과 대인관계문제에 대한 인지적 메커니즘을 확인하였다. 즉, 대인관계문제를 호소하는 청소년들을 상담할 때 그들이 자신과 타인 및 사회적 상황에 대해 어떻게 인지하고 있는지 파악하는 과정을 통해 내담자의 어려움을 보다 명확하게 이해하는 틀을 마련하였다.

둘째, 기존의 연구들에서는 대부분 외로움이 개인의 성격적 특성, 부정적인 심리·사회 환경으로 인해 발생하는 결과로 여겨졌지만, 본 연구에서는 대인관계문제를 보이는 사람의 정서적 특성의 하나로 가정하였다. 이는 대인관계에서 어려움을 겪는 청소년에게 정서적·심리적 특성이 존재함을 밝힘과 동시에, 대인관계문제를 줄이기 위해 외로움에 대한 적절한 개입이 필요함을 시사한다. 즉, 대인관계문제를 줄이기 위해서는 상담을 통해 자신이 경험하고 있는 외로움에 대해 이야기하게 함으로써 외로움에 대한 이해를 높이고, 나아가 이를 수용하며 자신의 내적 자원을 활용하여 외로움을 효과적으로 다루는 방법을 습득하는 것이 필요하다.

마지막으로 대인관계문제로 인해 어려움을 겪는 청소년들에 대해 연구함으로써 청소년기에 가장 많이 고민하고 도움이 필요한 영역에 대한 이해를 높였고, 대인관계문제가 단순히 ‘잘 적응하지 못하거나 또래와 어울리지 못한다.’는 것을 넘어서 인지·정서와 관련하여 전문적 도움이 필요함을 확인하였다.

본 연구의 제한점과 후속연구에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 정서변인인 외로움을 독립변인으로 설정하였고 이로 인해 인지적·행동적 문제가 발생한다고 가정하였다. 그러나 대부분의 선행연구에서는 외로움을 결과로 보고 있으며, 때문에 다양한 요인들에 의해 설명되고 있다. 이러한 점은 본 연구모형에 포함되지 않았으므로 후속 연구에서 외로움의 촉발요인과 외로움으로 인해 발생할 수 있는 인지·정서·행동 요인을 모두 포함시킨다

면, 외로움의 원인과 결과에 대해 보다 종합적인 메커니즘을 밝힐 수 있을 것으로 생각된다.

둘째, 본 연구는 청소년의 외로움, 부정적 인지, 대인관계문제의 관련성을 알아보는 것으로, 이를 측정하기 위해 자기보고식 설문을 실시하였다. 그러나 이러한 보고방식은 응답자의 주관에 개입되기 때문에 실제 정서 상태나 대인관계문제와는 차이가 있을 수 있다. 따라서 후속 연구에서는 이러한 측정 오류를 줄일 수 있도록 면접 또는 객관화된 측정도구를 사용하여 반복 검증하는 것이 필요하다.

셋째, 상관분석 결과 외로움 요인과 부정적 인지 요인 간 높은 상관을 보였고 구조방정식 결과에서도 두 요인 간 관계가 강한 것으로 나타났다. 즉 부정적 인지는 매개변수이면서, 동시에 대인관계문제에 영향을 미치는 독립변수의 역할을 한다고 볼 수 있다. 이 때, 외로움 요인과 부정적 인지 요인 간 판별타당성에 대한 의문을 가질 수 있는데, 본 연구에서는 Fornell과 Larcker(1981)가 제안한 판별타당성의 검증 기준인 평균분산추출>(상관계수)²에 의해 판별타당성이 확보됨을 확인하였다. 따라서 본 연구의 모형에서 나타난 약간의 다중공선성 문제와 Heywood 현상은 연구 결과에 크게 영향을 미치지 않을 것으로 생각된다. 다만, 매개변수와 최초변수 간 높은 상관이 존재하므로 연구 결과 해석 시 유의해야 할 필요가 있다.

마지막으로, 본 연구에서는 부정적 인지를 매개변인으로 설정하였으나, 추후에는 청소년의 외로움으로 인해 촉발될 수 있는 다른 변인을 매개변인으로 추가하여 연구한다면 외로움과 대인관계문제 사이의 경로를 보다 풍부하게 이해할 수 있을 것이다.

참 고 문 헌

- 곽미자 (1994). **고독한 사람들의 귀인유형과 정서반응 및 대처양식과의 관계**. 부산대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 곽민주 (2004). **청소년의 휴대폰 이용실태와 중독적 이용**. 충북대학교 대학원 석사학위 논문.
- 권석만 (1995). 대학생의 대인관계 부적응에 대한 인지-행동적 설명모형. **학생연구**, 30(1), 38-63.
- 권석만, 김지영 (2002). 자기 및 타인 표상과 대인관계 문제의 관계. **한국심리학회지: 임상**, 21(4), 705-726.
- 권진희 (2011). 정서인식의 명확성과 정서표현성 및 대인관계문제와의 관계. **상담평가연구**, 4(1), 37-49.
- 김주희, 강성희 (1994). 외로움에 대한 이론적 고찰. **생활문화연구**, 8, 233-253.
- 김남재 (1995). 대인불안에서의 인지적 특성. **사회과학연구**, 1(1), 11-28.
- 김교현, 김지환 (1989). 한국판 UCLA 외로움척도. **학생생활연구**, 16, 13-30.
- 김영숙 (1992). **청소년 고독감과 대인관계만족도 및 반응행동과의 관계연구**. 한국교원대학교 대학원 석사학위논문.
- 김영혜 (2009). 여고생이 지각한 부모의 부부갈등과 대인관계문제에서 초기부적응도식의 매개효과. **한국심리학회지: 여성**, 14(4), 649-664.
- 김영환, 진유경, 조용래, 권정혜, 홍상환, 박은영 (2002). 한국형 대인관계문제검사의 타당화. **한국심리학회지: 임상**, 21(2), 391-411.
- 김옥수 (1997). 외로움(Loneliness)의 개념 분석. **간호과학**, 9(2), 29-38.
- 김유진 (2011). **상위-기분이 대인관계문제에 미치는 영향 : 정서의 매개효과를 중심으로**. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 김유진, 신희천 (2013). 상위-기분이 대인관계문제에 미치는 영향. **상담학연구**, 14(2), 839-856.

- 김종범 (1999). 인터넷 중독 하위 집단의 특성 연구-자존감, 우울, 외로움, 공격성을 중심으로-. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 김지연 (2007). 초기부적응도식, 외로움, 우울증상의 관계. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김현지 (2003). 어머니와의 애정적 유대와 아동의 외로움 및 대인관계 성향. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김희진 (2006). 외현화 문제행동에 대해 갖는 부적응적 인지 및 사회적 기술의 설명력. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 문혜정 (2004) 성인애착 및 자의식유형에 따른 대인관계문제 수준의 차이 연구. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 박경 (2005). 청소년의 아동기 학대경험과 자살사고 간의 관계에서 문제해결과 사회적 지지의 중재효과. 한국심리학회지: 학교, 2(2), 131-147.
- 박경애, 이재규, 권해수 (1998). 대인관계 향상 프로그램 개발연구. 청소년상담 연구.
- 박선영 (1997). 가족기능 및 인성특성과 청소년의 외로움 간의 관계. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 박영신, 김의철 (1997). 스트레스 경험, 대처와 적응 결과 : 토착심리학적 접근. 한국심리학회지 건강, 2(1), 96-126.
- 박현정 (2010). 중학생의 부모화 경향성과 부모양육태도지각이 대인관계문제에 미치는 영향-수치심 경향성을 매개변인으로-. 경성대학교 대학원 석사학위논문.
- 배주은 (2000). 청소년의 외로움과 자아개념 및 학업성적과의 관계. 부산대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 신은주 (2009). 청소년의 부적응적 사고와 자기 통제력이 내면화-외현화 문제행동에 미치는 영향. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 신지옥 (2006). 애착, 정서, 그리고 대인관계 유능성 사이의 관계에 대한 경

로분석. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.

- 안도연, 이훈진 (2011). 외로움 개입 예비 프로그램의 효과 : 주관적 외로움 및 인터넷사용행동 개선을 중심으로. **인지행동치료**, 11(1), 1-15.
- 안동현 (2000). 아동학대 피해자 상담. **한국아동복지학회 제4회 워크숍 자료집**, 3-16.
- 안영미 (2009). 가족폭력경험이 아동의 정서표현성과 자기조절능력에 미치는 효과. 경희대학교 대학원 석사학위논문.
- 안창일, 이미정 (1997). 우울한 사람들의 사회적 문제해결 능력과 태도. **한국심리학회지: 임상**, 16(2), 85-100.
- 안하얀, 서영석 (2010). Young의 단절 및 거절 도식, 부정적 기분, 대인관계문제: 정서적 과민반응과 정서적 단절의 매개효과 검증. **한국심리학회지: 일반**, 29(4), 847-865.
- 오현미 (2000). 아동의 외로움과 형제 및 친구 관계의 질적 특성의 관계. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 오현주 (1998). 자기 비판적 우울 취약성과 의존적 우울 취약성에 따른 대인관계문제 연구. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 이경연 (2010). 청소년의 부적응적 사고와 또래관계의 질이 내면화-외현화 문제행동에 미치는 영향. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 이수진 (2012). 외로움과 대인관계문제에 영향을 미치는 초기부적응도식의 조절효과. 숙명여자대학교대학원 석사학위논문.
- 이은희, 조윤자 (2008). 청소년 자살의 심리적 과정 및 문제해결력과 사회적 지지의 보호효과. **사회연구**, 16, 105-143.
- 이정윤 (2011). 개정판 청소년용 부적응적 사고척도의 타당화 연구. **인지행동치료**, 11(1), 75-97.
- 이태영, 심혜숙 (2011). 아동기 외상경험이 초기 성인기 대인관계문제에 미치는

- 영향에서 내면화된 수치심의 매개효과. **상담학연구**, 12(6), 2273-2291.
- 장석진, 연문희 (2009). 애착이론에 근거한 집단상담 프로그램이 대학생의 대인관계문제 및 능력에 미치는 영향. **상담학연구**, 10(4), 2031-2054.
- 장혜진 (2002). **휴대폰 중독적 사용집단 청소년들의 심리적 특성: 자기개념, 애착, 자기통제력, 충동성을 중심으로**. 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 전주연 (2004). **외로움과 인터넷사용의 문제행동과의 관계-사회적 기술을 매개변인으로-**. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 전효정, 이귀옥 (1999). 청소년기 외로움과 부적응에 관한 이론적 고찰. **경성대학교논문집**, 20(1), 289-303.
- 정영애 (1993). **고독한 사람들의 인지적 신념에 대한 연구**. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 조성호 (2001). 초기 부적응 도식과 방어유형 및 대인관계 특성과의 관계. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 13(3), 39-54.
- 조윤경 (2003). 한국인의 나의식-우리의식과 개별성-관계성, 심리사회적 성숙도 및 대인관계문제와의 관계. **한국상담심리학회지: 상담 및 심리치료**, 15(1), 91-109.
- 진미경 (2013). 대학생의 성인 애착과 대인관계문제 및 이성관계에 대한 연구. **한국놀이치료학회지**, 16(4), 285-300.
- 최다혜 (2014). **외로움과 스마트폰 중독의 관계에서 정서조절곤란의 매개효과**. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 최명구, 신은영 (2003). 청소년의 자아구조와 대인관계문제와의 관계 연구. **교육심리연구**, 17(4), 1-16.
- 최윤서 (2013). **아동의 외로움이 인터넷 게임중독 성향에 미치는 영향: 부모-**

- 자녀의사소통 조절효과. 동덕여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 한상철 외 (2001). 청소년지도론. 서울. 학지사, 94-95.
- 황광숙 (2006). 자아방어기제와 청소년이 지각한 부모양육태도가 대인관계문제에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 홍상황, 김영환, 진유경, 조용래, 권정혜, 박은영 (2002). 한국형 대인관계문제검사 원형척도의 단축형(KIIP-SC) 구성. *한국심리학회지: 임상*, 21(4), 923-940.
- Anderson. L. (1993). Loneliness and its relationship with misery. *Psychopathology. Clinical Psychology and Psychotherapy*, 3, 23-34.
- Applebaum. F. (1978). Loneliness: A taxonomy and psychodynamic view. *Clinical Social Work Journal*, 6(1), 13-20.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M., (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Beidel, D. C. (1991). Social phobia and overanxious disorder in school-age children. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 30, 545-552.
- Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York, NY: Basic Books.
- Brennan, T. (1982). Loneliness at adolescence. In L. A. Peplau & D. Perlman(Eds.), *Loneliness: A source book of current theory, research, and therapy*. New York: Wiley.
- Cacioppo. J. T., Hughes, M, E., Waite, L. J., Hawkley, L. C., & Thisted, R. A. (2006). Loneliness as a Specific Risk Factor for Depressive

- Symptoms: Cross-Sectional and Longitudinal Analysis. *Psychology and Aging*, 21(1), 140-151.
- Cecen, A. R. (2008). The effects of gender and loneliness levels on ways of coping among university student. *College Student Journal*, 42(2), 510- 516.
- Cote, S., & Moskowitz, D. S. (1998). On the dynamic covariation between interpersonal behavior and affect: Prediction from neuroticism, extraversion, and agreeableness. *Journal of Personality*, 66, 105-134.
- Enns, M. W., Cox, B. J., & Clara, I. (2002). Adaptive and maladaptive perfectionism: Developmental origins and association with depression proneness. *Personality and Individual Differences*, 33, 921-935.
- Ernst, J. M., & Cacioppo, J. T. (1999). Lonely hearts: Psychological perspectives on loneliness. *Applied & Preventive Psychology*, 8, 1-22.
- Fromm-Reichmann, F. (1959). Loneliness. *Psychiatry*, 22, 1-15.
- Hammen, C. L., Burge, D., Daley, S. E. Davila, J., Paley, B., & Rudolph, K. D. (1995). Interpersonal attachment cognitions and prediction of symptomatic responses to interpersonal stress. *Journal of Abnormal Psychology*. 104, 436-443.
- Hawkley, L. C., Thisted, R. A., Masi, C. M., Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness Predicts Increased Blood Pressure: 5-Year Cross-Lagged Analyses in Middle-Aged and Older Adults. *Psychology and Aging*, 25(1), 132-141.
- Hazan, C. & Shaver, P. (1994). Attachment as an Organizational Framework

- for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.
- Henwood, P. G., & Solano, C. H. (1994). Loneliness in Young-Children and Their parents. *Journal of Genetic Psychology*, 155(1), 35-45.
- Hojat, M. (1987). A psychodynamic view of loneliness and mother-child relationship: A review of theoretical perspectives and empirical findings. *Journal of social Behavior and Personality*, 2, 89-104.
- Hymel, S., Tarulli, D., & Thompson, H. (1999). Loneliness through the eyes of children. In K. J. Rottenberg & S. Hymel(Eds.), *Loneliness in childhood and adolescence* (pp. 80-106).
- Jones, W. H., Freeman, J. A., & Goswick, R. A. (1981). The persistence loneliness: Self and other determinants. *Journal of Personality*, 49, 27-48.
- Jones, W. H., Hobbs, S. A., & Hockenbury, D. (1982). Loneliness and Social Skill deficits. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(4), 682-689.
- Kupersmidt, J. B., Sigda, K. B., Sedikides, c., & Voegler, M. E. (1999). Social self-discrepancy theory and loneliness during childhood and adolescence (pp 263-279). *Cambridge, England; Cambridge University Press*.
- Kurina, L. M. Knutson, K. L., Hawkey, L, C., Cacioppo, J, T., Lauderdale, D. S., Ober, C. (2011). Loneliness Is Associated with Sleep Fragmentation in a Communal Society. *Sleep*, 34(11), 1519-1526.
- La Greca, A. M., Dandes, S. k., Wick, P., Shaw, K., & Stone, W. L. (1988).

Development of the social anxiety scale for children: reliability and concurrent validity. *Journal of Clinical Child Psychology, 17*, 84-91.

- Last, C. G., Hersen, M., Kazdin, A., Orvaschel, H. & Perrin, S. (1991). Anxiety disorders in children and families. *Archives of General Psychiatry, 48*, 928-934.
- Lumley, M. N., & Harkness, K. L. (2007). Specificity in the relations among childhood adversity, early maladaptive schemas, and symptom profiles in adolescent depression. *Cognitive Therapy and research, 31*, 639-657.
- Moustakas (1961). Loneliness. *Englewood Cliffs, N. J. : Prentice-Hall*, 107
- Nerviano, V. J. & Gross, W. F. (1976). Loneliness and locus of control for alcoholic males: Validity against Murray need and Cattell trait dimensions. *Journal of Clinical Psychology, 32*, 479-484.
- Nilsen, W., & Conner, K. (2002). The association between suicidal ideation and child and adult victimization. *Journal of Child Sexual Abuse, 11*(3), 49-62.
- Peplau, L. A. & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. In L. A. Peplau, & D. Perlman(Eds.). Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy, 1-18. *New York: Wiley*.
- Ribeiro, V. (1989). The forgotten generation: Elderly women and loneliness. *Recent Advances in Nursing, 25*, 20-40.
- Rotenberg, V. S. (1994). The revised monoamine hypothesis Mechanism of antidepressant treatment the context of behavior. *Integrative Physiological and Behavioral Science, 29*, 182-188.

- Rubenstein, C. M., Shaver, P. & Peplau, L. A.(1979). Loneliness. *Human Nature, 2*, 59-65.
- Rubenstein, C. & Shaver, P. (1982). The experience of loneliness. In L. A. Peplau & D. Perlman(Eds.) Loneliness: A sourcebook of current theory. research and therapy. *New York Wiley*.
- Seiffge-Krenke, I. (1995). Health psychology in adolescence: Physical and Psychological Aspects. Hillsdale, NJ: *Lawrence Erlbaum Associates*.
- Sullivan, H. S. (1953). The interpersonal theory of psychiatry. *New York; Norton*.
- Trout, D. L. (1980). The role of social isolation in suicide. *Suicide and Life-Threatening behavior, 10*, 10-23.
- Weiss, R. S. (1973). Loneliness: The experience of emotional and social isolation. *Cambridge, MA.; MIT Press*.
- Weiss, R. S. (1982). Issue in the study of loneliness. In L. A. Peplau & D. Perlman(Eds.), Loneliness. *N. Y: Wiley & sons*. Whitbourne, S. K. (2005). Adult development and aging biopsychosocial perspectives(2nd ed.) *New York; Wiley*.

ABSTRACT

The Relation between Loneliness and Interpersonal Problems Among Adolescents : The Mediating Effects of Negative Thoughts

Jang, Yoonah

Department of Psychology

The Graduate School of

Sungshin Women's University

The purpose of this study was to investigate the mediating effects of the negative thoughts on the relation between loneliness and interpersonal problems among adolescents. The participants were 408 middle & high school students in Seoul and Incheon area. Each participants received a package of the instruments: Korea UCLA Loneliness Scale, Maladaptive Thoughts Scale for Adolescents, Short form of the Korea Inventory of Interpersonal Problems Circumplex Scale. The results were as follows; First, Loneliness of Adolescents had significantly positive correlation with interpersonal problems, and negative thoughts. And negative thoughts had significantly positive correlation with interpersonal problems. Second, loneliness of adolescents influenced the interpersonal problems by mediating negative thoughts. Also when counseling the middle & high school student vulnerable to interpersonal problem, it is important to treat

one's loneliness and negative thoughts. Finally, based on the finding results, the implications and limitations of this study were discussed.

Key Words : Loneliness, Negative Thoughts, Interpersonal Problems

부 록

부록 1. 한국형 UCLA 외로움척도

부록 2. 대인관계문제 척도

부록 3. 청소년용 부적응적 사고 척도

부록 4. 대인관계문제 척도 요인분석 결과

부록 1. 한국형 UCAL 의로움 척도

다음 문장을 읽고 여러분이 일상생활에서 얼마나 자주 이와 같이 느끼는지에 대해 아래의 네 가지 중 하나에 v표를 해주십시오.

| | 문항 | 전혀 느끼지 않음 | 별로 느끼지 않음 | 약간 느낌 | 자주 느낌 |
|----|---|-----------|-----------|-------|-------|
| 1 | 나는 내 주변의 사람들과 잘 어울린다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 2 | 나는 함께 해 줄 친구가 없다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 3 | 내가 의지할 수 있는 사람이 없다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 4 | 나는 외롭지 않다고 느낀다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 5 | 나는 친구들 집단에 소속감을 느낀다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 6 | 나는 내 주변의 사람들과 공통점이 많다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 7 | 나는 이제 어느 누구와도 가깝지 않다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 8 | 나의 관심과 생각이 주위 사람들과 같지 않다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 9 | 나는 외향적인 사람이다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 10 | 나는 주위에 가깝게 느끼는 사람들이 있다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 11 | 나는 버려진 듯한 느낌이다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 12 | 나의 대인관계는 피상적이다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 13 | 나를 진정으로 아는 사람은 아무도 없다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 14 | 나는 남들로부터 소외된 느낌이다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 15 | 나는 내가 원할 때 함께 해 줄 친구가 있다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 16 | 나를 진정으로 이해해 주는 사람들이 있다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 17 | 나는 너무 다른 사람에게 가까이 가지 못해서 불행하다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 18 | 주위에 사람들이 있기는 한데, 그들이 진정으로 나와 함께 해주지는 않는다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 19 | 나는 대화를 나눌 수 있는 사람이 있다. | ① | ② | ③ | ④ |
| 20 | 내가 의지할 수 있는 사람이 있다. | ① | ② | ③ | ④ |

부록 2. 대인관계문제 척도

다음 문항들을 읽고 자신과 비교하여 일치하는 곳에 v표를 해주십시오.

| Part 1. 대인관계에서 '이런 것들이 어렵다'고 느끼는 정도를 표시하십시오. | | 전혀 그렇지 않다 | 그렇지 않다 | 보통이다 | 그렇다 | 매우 그렇다 |
|--|---------------------------------------|-----------|--------|------|-----|--------|
| 1 | 내가 원하는 것을 말하기가 어렵다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 2 | 친구 사귀기가 어렵다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 3 | 다른 사람들에게 적당한 요구라도 하기 어렵다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 4 | 사람들과 어울리기가 어렵다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 5 | 자기주장이 강한 사람들과 같이 있으면 내 주장을 내세우기가 어렵다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 6 | 다른 사람의 어려움을 보고도 진심으로 걱정해 주기가 어렵다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 7 | 다른 사람의 입장을 지지해주기 어렵다 | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 8 | 다른 사람에게 애정을 느끼기 어렵다 | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 9 | 다른 사람에게 친근감을 느끼기 어렵다 | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 10 | 다른 사람의 요구를 먼저 들어주기 어렵다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 11 | 내 주장을 내세우기가 어렵다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 12 | 다른 사람들을 너무 어려워한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 13 | 다른 사람에게 좋은 일이 생겼을 때 같이 기뻐하기가 어렵다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 14 | 다른 사람의 감정이 상할까봐 내 주장을 내세우기가 어렵다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 15 | 다른 사람에게 호감이나 애정을 표현하기가 어렵다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 16 | 다른 사람들과 함께 있으면 당당하지 못하다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 17 | 다른 사람들과 어울리는 자리를 자주 피한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 18 | 다른 사람과 친해지는데 시간이 너무 오래 걸린다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |

| Part 2. '나는 대체로 이러한 면이 있다'고 생각하는 정도를 표시하십시오. | | 전혀 그렇지 않다 | 그렇지 않다 | 보통이다 | 그렇다 | 매우 그렇다 |
|--|---------------------------------------|-----------|--------|------|-----|--------|
| 19 | 독단적으로 판단하고 결정하여 다른 사람과 마찰이 있을 때가 많다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 20 | 다른 사람들을 너무 잘 믿는다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 21 | 내 주장만 너무 내세울 때가 많다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 22 | 누가 나에게 의지할 때 받아주지 싫다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 23 | 너무 잘 속는 편이다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 24 | 다른 사람들을 실망시키지 않으려고 지나치게 애쓴다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 25 | 다른 사람의 생각과 감정에 너무 많이 영향을 받는다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 26 | 너무 존경받고 싶어 한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 27 | 내가 원하는 것을 얻기 위해 다른 사람을 자주 조종하거나 이용한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 28 | 다른 사람이하는 일을 보고 있으면 참견하고 싶어진다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 29 | 친한 사람에게 너무 매달린다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 30 | 의견차이 때문에 다른 사람들과 자주 다툰다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 31 | 다른 사람들이 옆에 있으면 마음이 불편하다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 32 | 다른 사람의 고통이나 불행을 보면 도와주려고 너무 나선다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 33 | 다른 사람들을 너무 시기하고 질투한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |

| | | | | | | |
|----|-------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 34 | 다른 사람의 말을 너무 쉽게 따른다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 35 | 늘 주목 받고 싶어 한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 36 | 다른 사람들 앞에서는 너무 긴장한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 37 | 뚜렷한 주관 없이 다른 사람에게 너무 많이 끌려 다닌다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 38 | 다른 사람의 험담을 너무 많이 한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 39 | 다른 사람들에게 자주 이용당한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 40 | 다른 사람들에게 문제가 생기면 나 때문이라고 자책할 때가 많다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |

부록 3. 청소년용 부적응적 사고 척도

다음 문항들을 읽고 자신의 생각과 일치하는 곳에 v표를 해주십시오.

| 문항 | | 전혀 그렇지 않다 | 그렇지 않다 | 보통 이다 | 그렇다 | 매우 그렇다 |
|----|---|-----------------|-----------|----------|-----|-----------|
| 1 | 내가 인사를 해도 상대가 인사를 받지 않는 것은 나를 무시하기 때문이다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 2 | 나는 무능력하다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 3 | 가게에서 물건을 훔쳐도 들키지만 않으면 크게 문제될 게 없다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 4 | 나는 내가 하고 싶은 것을 다른 사람의 신경을 안 쓰고 한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 5 | 나는 모든 일에서 남들보다 뛰어나야 한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 6 | 다른 사람들과 같이 일을 하다 일이 잘못되면 내 탓인 것 같다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 7 | 내가 싸우는 것은 다른 사람이 내게 싸움을 걸어오기 때문이다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 8 | 사람들이 나를 화나게 하면 나는 그것을 참기 어렵다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 9 | 만약 내가 한 가지 운동을 잘 못한다면, 다른 운동도 잘 못할 거라고 생각한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 10 | 어떤 일을 결정할 때 사람들이 내 의견을 묻지 않는 것은 나를 무시한다는 뜻이다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 11 | 나는 내 자신이 싫다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 12 | 가게 주인은 돈을 많이 벌기 때문에 필요하다면 물건을 그냥 가져갈 수도 있다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |

| 문항 | | 전혀 그렇지 않다 | 그렇지 않다 | 보통 이다 | 그렇 다 | 매우 그렇다 |
|----|---|-----------------|-----------|----------|---------|-----------|
| 13 | 내가 원하는 것을 하는 과정에서 설사 다른 사람이 피해를 받더라도 별로 개의치 않는다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 14 | 나는 내가 하는 모든 일에 성공하는 것이 아주 중요하다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 15 | 운동시합에서 우리 팀이 진 경우에 그것이 내 탓인 것처럼 느껴진다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 16 | 내가 화를 내는 것은 다른 사람들이 나를 화나게 만들기 때문이다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 17 | 사람들이 나를 짜증나게 만들면 참을 수가 없다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 18 | 전에 실패했던 일은 앞으로도 실패할 확률이 높다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 19 | 만일 어떤 사람이 나를 못 본척하고 지나친다면 그것은 그 사람이 나를 싫어하기 때문이라고 생각한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 20 | 나는 쓸모없는 존재다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 21 | 도둑이 부자의 돈을 훔치는 것은 나름대로 정당하다고 생각한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 22 | 설사 다른 사람에게 피해를 주더라도 나에게서 내가 하고 싶은 대로 행동할 권리가 있다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 23 | 나는 무엇이든지 실패하는 것을 무척 싫어한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 24 | 어떤 일로 누군가가 갑자기 화를 내면 그것이 내 잘못인 것처럼 느껴진다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 25 | 나를 화나게 하는 사람은 벌을 받아야 한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |

| | 문항 | 전혀 그렇지 않다 | 그렇지 않다 | 보통 이다 | 그렇다 | 매우 그렇다 |
|----|---|-----------------|-----------|----------|-----|-----------|
| 26 | 일이 내 뜻대로 안 되면 화를 참기가 어렵다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 27 | 친구와 한 번 안 좋은 일이 생기면 앞으로도 그 친구와 계속 그럴 것이라고 생각한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 28 | 내가 다가가자 사람들이 하고 있던 얘기를 멈춘다면, 나에 대한 안 좋은 얘기를 하고 있었음이 틀림없다고 생각한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 29 | 나는 제대로 하는 게 별로 없다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 30 | 모든 사람은 법을 어기므로, 법을 어기는 것 자체는 별 문제가 되지 않는다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 31 | 다른 사람의 권리보다 내 권리가 더 중요하다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 32 | 다른 사람들이 나를 인정해 주는 것이 무엇보다 중요하다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 33 | 친구 사이에 문제가 생기면 나 자신을 책망한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 34 | 다른 사람이 나를 비판하면 그대로 참아서는 안 된다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 35 | 만일 어떤 사람이 나에게 특별한 관심을 보이지 않는다면 그것은 나를 좋아하지 않음을 뜻한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 36 | 나는 다른 사람보다 부족한 점이 많다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 37 | 돈이 많은 친구에게 빌린 돈은 꼭 갚지 않아도 괜찮다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |

| | 문항 | 전혀 그렇지 않다 | 그렇지 않다 | 보통 이다 | 그렇다 | 매우 그렇다 |
|----|-------------------------------------|-----------------|-----------|----------|-----|-----------|
| 38 | 나는 모든 사람이 나를 좋아해 주기를 바란다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 39 | 나로 인해 일이 잘 안 풀리거나 사람들이 곤란을 겪는다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 40 | 나는 사람들의 기대에 부응할 수가 없다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 41 | 나는 다른 사람들보다 더 높은 목표를 세워야 한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 42 | 사람들은 나를 좋아하지 않는다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 43 | 내가 행복하려면 다른 사람의 인정을 받아야 한다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 44 | 다른 사람이 나보다 어떤 일을 더 잘한다는 사실 때문에 괴롭다. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |

다음은 인적사항에 대한 질문입니다.

본인에게 해당되는 사항에 표시 또는 기재해 주시기 바랍니다.

1. 성별: ① 남 ② 여
2. 나이: _____ 세
3. 학교 유형: ① 중학교 ② 고등학교
4. 학년: ① 1학년 ② 2학년 ③ 3학년

♥설문에 응해주셔서 감사합니다♥

부록 4. 대인관계문제 척도 요인분석 결과

대인관계문제 척도의 요인구조를 파악하고 측정된 척도들의 타당도(Validity)를 검증하기 위해 탐색적 요인분석(exploratory factor analysis)을 실시하였다.

본 연구에서는 측정도구인 대인관계문제 척도의 변수들 간 상관에 대한 설명이 주 목적이므로 공통요인법 중 주축분해법(principal axis factoring)을 통해 요인구조를 규명하였다. 또한 일반적으로 탐색적 요인분석에서 요인의 개수는 카이저의 법칙(Kaiser's rule)에 의해 고유치(eigenvalue)가 1이상인 곳에서 요인의 개수를 설정하므로 본 연구에서도 카이저의 법칙에 근거하여 설정하였으며, 도출된 요인들을 더욱 잘 설명하기 위해 직각회전의 베리맥스(varimax)기법을 적용하였다.

<표14> 대인관계문제 척도에 대한 탐색적 요인분석 결과

| 문항 | 비주장성 | 자기 중심성 | 과관여 | 비사교성 | 과순응 | 통제지배 | 공통성 |
|------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------|------|
| 대인14 | .716 | | | | | | .625 |
| 대인5 | .700 | | | | | | .605 |
| 대인11 | .685 | | | | | | .697 |
| 대인3 | .667 | | | | | | .576 |
| 대인1 | .626 | | | | | | .584 |
| 대인37 | .555 | | | | | | .495 |
| 대인12 | .522 | | | | | | .675 |
| 대인39 | .467 | | | | | | .557 |
| 대인16 | .465 | | | | | | .562 |
| 대인36 | .434 | | | | | | .385 |
| 대인40 | .397 | | | | | | .391 |
| 대인8 | | .809 | | | | | .739 |
| 대인7 | | .744 | | | | | .644 |
| 대인13 | | .726 | | | | | .582 |
| 대인9 | | .711 | | | | | .617 |
| 대인6 | | .697 | | | | | .549 |
| 대인10 | | .586 | | | | | .507 |
| 대인22 | | .497 | | | | | .388 |
| 대인15 | | .418 | | | | | .468 |
| 대인31 | | .417 | | | | | .444 |
| 대인35 | | | .632 | | | | .426 |
| 대인26 | | | .631 | | | | .433 |
| 대인27 | | | .619 | | | | .503 |
| 대인28 | | | .597 | | | | .419 |
| 대인21 | | | .564 | | | | .549 |
| 대인29 | | | .497 | | | | .452 |
| 대인33 | | | .480 | | | | .452 |
| 대인18 | | | | .719 | | | .693 |
| 대인2 | | | | .701 | | | .733 |
| 대인4 | | | | .611 | | | .653 |
| 대인20 | | | | | .747 | | .624 |
| 대인23 | | | | | .689 | | .529 |

| | | | | | | | |
|------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 대인34 | | | | | | .620 | .628 |
| 대인24 | | | | | | .511 | .527 |
| 대인25 | | | | | | .440 | .538 |
| 대인30 | | | | | | .611 | .584 |
| 대인19 | | | | | | .519 | .413 |
| 대인38 | | | | | | .389 | .338 |
| 고유치 | 5.111 | 4.938 | 3.453 | 2.674 | 2.624 | 1.781 | 20.581 |
| 분산% | 13.45% | 12.99% | 9.09% | 7.04% | 6.90% | 4.69% | 54.16% |

Kaiser-Meyer-Olkin(KMO)는 변수들 간의 상관관계가 다른 변수에 의해 잘 설명되는 정도는 나타내는 값이며, 일반적으로 $KMO \geq .90$ 이면 가장 이상적, $.80 \sim .89$ 면 이상적, $.70 \sim .79$ 면 적당한 편, $.60 \sim .69$ 면 평범한 편, $.50 \sim .59$ 면 바람직하지 못한 편, $.50$ 미만이면 받아들일 수 없는 수치로 판단된다.

<표15> 대인관계문제 척도의 하위요인에 대한 KMO와 Bartlett 검정 결과

| | | |
|---------------------------------|---------|------------|
| 표준형성 적절성의 Kaiser-Meyer-Olkin 측도 | 0.924 | |
| Bartlett의 구형성 검정 | 근사 카이제곱 | 7402.557** |
| | 자유도 | 703 |
| | 유의확률 | 0.000 |

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

본 분석에서의 $KMO = .924$ 로 요인분석을 위한 변수들의 선정이 매우 이상적인 것으로 나타났다. 또한 요인분석 모형의 적합성 여부를 나타내는 Bartlett의 구형성 검정결과, $\chi^2 = 7402.557 (p < 0.01)$ 로 요인분석의 사용이 적합하며, 공통요인(common factor)이 존재한다고 볼 수 있다.

분석을 통해 기존의 40개 문항 중 17번, 32번 문항을 제외한 38개 문항을 가지고 6개의 하위요인을 산출했으며, 각 요인의 개념은 다음과 같다.

다른 사람에게 정당한 자신의 주장을 내세우지 못하고 이런 상황에서 위축되는 것과 관련된 비주장성, 다른 사람의 어려움에 공감하기 어려우며 대인관계

에서 자신의 입장을 더 중시하는 것과 관련된 자기중심성, 과도하게 관심과 사랑을 받으려고 하며 타인을 조정하려는 것과 관련된 과관여, 타인과 어울리는 것이 어렵고 친해지는데 오랜 시간이 걸리는 것과 관련된 비사교성, 지나치게 타인을 믿고 그의 생각과 감정에 과잉 반응하는 것과 관련된 과순응성, 독단적으로 행동하며 그로 인해 타인과 잦은 마찰을 겪는 것과 관련된 통제지배가 있다. 본 연구에서는 6개의 하위 요인 중 선행연구에서 주요 변인 간의 관련성이 높을 것으로 보이는 비주장성, 자기중심성, 비사교성, 과순응성, 통제지배만을 연구에 포함시켰다.