

과제 및 기질에 따른 유아의 스트레스 대처 전략*

A Study of Preschooler's Stress Coping Strategies Depending on Task and Temperament*

서울대학교 아동가족학과
석사 김지민
교수 유안진

Dept. of Child Development & Family Studies, Seoul National Univ.

Master : Kim, Jimin

Professor : Yoo, An Jin

● 목 차 ●

- | | |
|----------------|-------------|
| I. 문제 제기 | IV. 결론 및 논의 |
| II. 연구방법 | 참고문헌 |
| III. 연구결과 및 해석 | |

<Abstract>

This study investigated 3- and 5-year-old preschoolers' stress coping strategies depending on tasks, and whether preschoolers' stress coping strategies in each task depended on their temperament types. Subjects were 96 3- and 5-year-old preschoolers selected from three day-care centers in Seoul, Kouggi. A Parent Temperament Questionnaire for preschooler was used, and the coping strategies which each preschooler showed in task with perceived controllable, task with perceived uncontrollable were recorded by a video camera. Preschoolers' stress coping strategies recorded by a video camera were transcribed and analyzed according to the categories the researcher generated. Data were analyzed by paired t-tests and t-tests. As a results, there was a significant differences in preschoolers' stress coping strategies depending on the tasks and a significant temperament type difference in the preschoolers' stress coping strategies in each task.

주제어(Key Words): 과제(task), 기질(temperament), 스트레스 대처 전략(stress coping strategy)

Corresponding Author: Jimin Kim, Seoul Court Daycare Center, 1701-1 Suchodong, Suchoku, Seoul, Korea Tel: 82-2-530-2632
Fax: 82-2-530-2634 E-mail: envy912@hanmail.net

* 이 논문은 2003년 아동학회 국제 춘계 학술대회에서 발표한 포스터의 일부임.

I. 문제 제기

오늘날 유아는 일상 생활에서 끊임없이 스트레스를 받으며 생활하고 있다. 스트레스 경험 그 자체보다 스트레스를 받아들이고 이에 대처하는 각 개인의 다양한 양식이 개인의 심리·정서적 적응을 예측하거나 설명하는데 더 큰 영향을 미친다고 보고 되면서(민하영, 1999; Beaver, 1997), 이에 관한 연구가 지속적으로 진행되고 있다.

스트레스 상황에서의 특정 대처 전략은 상황에 대한 인지평가에 의해 영향을 받는다(Altshuler & Ruble, 1989; Lazarus & Folkman, 1984). 즉, 스트레스 대처에 관한 연구에서는 직면한 스트레스 상황을 통제할 수 있느냐, 통제할 수 없느냐의 통제 가능성 여부가 대처 전략의 선택에 있어서 결정적 요인이라고 본다(심숙영, 1990; Altshuler & Ruble, 1989; Band & Weisz, 1988; Brown, 2000; Fleury, 1998). 그러나 이러한 선행 연구에서는, 상황과 관련된 통제 요인을 구분하지 않고 일반적인 스트레스 상황에서 통제 가능성을 살펴보았다. 따라서 일반적 스트레스 상황이 아닌, 구체적인 상황별 스트레스를 구분하여(Brown, 2000) 각 유아의 개별 스트레스 상황에 대처하는 전략에 대한 연구가 필요하다. 아동의 스트레스 대처 전략은 아동에게 가상의 갈등 상황을 제시해 주거나(Altshuler & Ruble, 1989), 가까운 과거에 경험한 실제 스트레스 사건을 회상하도록 요구한다(Band & Weisz, 1988), 그 상황에 대한 아동의 대처 방식을 평가함으로써 주로 측정되었다. 그러나 이러한 방법은 아동의 제한된 인지적 능력과 회상 능력을 간과했다는 점에서 한계가 있다(Fleury, 1998; Kalpidou, 1996). 따라서 이 연구는 유아의 스트레스 대처 전략을 보다 직접적으로 평가하기 위해 유아를 단순히 면접하는 대신, 유아의 스트레스를 유발할 수 있는 실험 과제를 통제 가능성 여부에 따라 구분하여 제시하고, 각 과제에서 유아가 사용하는 대처 전략을 관찰을 통해 규명하고자 한다.

아동과 청소년의 스트레스 대처를 살펴본 대부분의 연구에서는 대처 전략을 주로 문제의 원인을 변화시키려는 문제 중심적 대처와 정서적 고통을 감

소시키려는 정서 중심적 대처로 범주화하였다. 그러나 취학전 유아는 보다 연령이 높은 아동이나 청소년이 사용하는 대처 전략을 이용하는 데 필요한 상위인지 능력이 발달되어 있지 않으므로, 아동과 청소년의 대처 전략 범주를 그대로 적용하기에는 무리가 있다(Altshuler & Ruble, 1989). 또한 취학전의 유아는 상대적으로 제한된 대처 전략 레퍼토리를 갖고 있고, 스트레스 상황에 대처하기 위해 자기 스스로 고통의 원인을 조절하기 위해 노력할 뿐만 아니라, 양육자로부터의 도움을 필요로 한다. 따라서 이들의 대처 행동을 문제 중심적, 정서 중심적 대처 모델로 설명하기보다는 자기 주도적, 타인 주도적 대처 모델로 개념화하는 것이 더 바람직하다(Brown, 2000; Gianino & Tronick, 1985; Tronick & Gianino, 1986). 이에 이 연구는 자기 주도적 대처 전략과 타인 주도적 대처 전략을 중심으로 유아의 스트레스 대처 전략을 세분화하여 파악하고자 한다.

개별 아동이 보이는 스트레스에 대한 반응 강도는 매우 다양하여, 대처 정도에서도 개인차가 나타난다(Band & Weisz, 1988; Brown, 2000). 개인차를 야기하는 여러 가지 요인 중 기질적 특성이 아동의 잠재적 반응의 범위를 강화시키거나 제한함으로써 대처 행동에 영향을 주므로(Carson, Council, & Gravley, 1991), 기질적으로 까다로운 아동이 스트레스 사건에 대한 대처 방식에 있어서 더욱 취약한 경향을 보인다(Kimchi & Schaffner, 1990). 이처럼 기질은 스트레스 상황에서 아동의 대처 행동에 영향을 주는 주요 변인으로 제시되고 있지만(Compas, 1987; Kagan, 1983; Lerner & East, 1984; Lewis, Worobey, & Thomas, 1989), 그 동안의 연구들은 기질이 유아의 스트레스 대처 반응에 미치는 영향을 구체적으로 밝히지 못하였다(임영희, 1994; Karaker, Lake, & Parry, 1994). 또한 아동의 스트레스 대처에 관한 연구에서 기질의 특성과 유형이 중요한 변수로 고려되었던 점에 비추어 볼 때, 유아의 스트레스 대처 전략과 기질 유형과의 관계도 알아볼 필요가 있다.

이 연구는 이상과 같은 기존 연구들의 문제점을 보완, 극복하는 연구로써 먼저 과제별 유아의 스트레스 대처 전략 사용에 차이가 있는 지를 밝히고,

기질 유형에 따라 과제별 유아의 스트레스 대처 전략에 차이가 있는 지도 분석해 보고자 한다.

이러한 연구목적에 의해 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

연구문제 1. 유아의 스트레스 대처 전략은 과제에 따라 유의한 차이가 있는가?

연구문제 2. 과제별(통제 가능/불가능) 유아의 스트레스 대처 전략은 기질 유형(순한 기질, 까다로운 기질)에 따라 유의한 차이가 있는가?

II. 연구방법

1. 연구대상

이 연구에서는 서울 및 경기지역 소재 어린이집에 다니는 만 3세, 5세 유아 96명과 그들의 어머니 96명을 연구 대상으로 연구자가 임의 선정하였다. 3세와 5세의 취학전 유아는 보다 연령이 낮은 유아에 비해 사회적 환경에 대한 인식 수준이 증가하므로(Cummings, 1987), 환경에 대한 더욱 차별화된 반응을 포함하는 광범위한 대처 레퍼토리를 갖게 된다. 이러한 취학전 유아는 스트레스에 대한 반응으로 억압, 부정, 치환과 같은 방어 기제를 사용하기 시작하며(Murphy & Moriarty, 1976), 4-5세 경이 되면 대인간 갈등 상황에서 다수의 해결책을 모색할 수 있는 능력이 나타난다(Compas, Worsham, & Ey, 1992). 이러한 이유로 인해 이 연구에서는 만 3세 유아와 5세 유아를 연구대상으로 선정하였다. <표 1>에 제시되어 있듯이, 전체 연구대상 유아는 총 96명이었으며, 만 3세 유아가 48명이었고, 만 5세 유아가 48명이었다. 각

<표 1> 연구대상 유아의 구성

구 분	연 령		전 체	
	3세 유아	5세 유아		
성 별	남 아	24명	24명	48명
	여 아	24명	24명	48명
전 체	48명	48명	96명	

연령별 성별 분포를 살펴보면, 남아와 여아 각각 24명씩 동수로 연구대상을 구성하였으며, 연구 대상 유아의 평균 월령은 조사일(2002년 9월)을 기준으로 하여, 만 3세가 42.3개월, 만 5세가 64.6개월이었다.

2. 측정 도구

1) 기질 측정 도구

이 연구에서는 유아의 기질을 측정하기 위해 Thomas와 Chess(1977)의 부모용 유아 기질 검사 도구(Parent Temperament Questionnaire for children 3-7 years of age: PTQ)를 번역하여 사용한 원영미(1989)의 척도를 어린이집에 다니는 유아의 상황에 적용 가능하도록 문항을 수정하여 사용하였다. PTQ의 내용은 활동성·리듬성·접근·회피성·적응성·반응강도·반응역·기본상태·주의전환성·집중력 및 지속성의 9개 구성요인으로 세분화되어 있으며, 각 구성요인별로 8개 문항씩 7단계 평정척도로 구성되어 있다. 문항별 반응양식은 '전혀 아니다'의 1점에서부터 '항상 그렇다'의 7점까지의 7점 Likert 척도이다. 수정된 부모용 유아 기질 검사 도구는 아동학 전공 대학원생 3인에 의해 내용 타당도 및 문항의 적합성을 검토 받았으며, 전체 문항의 신뢰도는 .80으로 양호한 수준이었다. 또한 순한 기질과 까다로운 기질의 유아를 분류함에 있어 필요한 기질 구성요인인 리듬성, 접근·회피성, 적응성, 기본상태, 반응 강도의 문항 신뢰도는 각각 .82, .80, .82, .81, .80으로 나타났다. 각 구성 요인별로는 8개의 문항이 포함되어 있는데, 그 중 4개의 문항은 질문지에 나타난 평정 척도와 동일한 순서대로 배점되고, 나머지 4개의 문항은 평정 척도와 역순위로 배점된다. 이러한 방식에 의해 각 구성요인별로 문항을 모두 합산하여 응답된 문항의 수로 나눈 값이 구성요인별 평균점수가 된다. 따라서 기질 구성요인별 점수는 1점부터 7점까지의 분포를 가진다.

이 점수를 토대로 Gordon(1981)의 연구에 근거하여 기질 유형을 순한 기질과 까다로운 기질로 분류하였다. 즉, 기질 구성요인 중 리듬성, 접근·회피성, 적응성, 기본상태에 있어서 상위 1/3집단에 속하며, 반응

강도에 있어서는 하위 1/3집단에 속하는 유아를 순환 기질로 간주하되, 이러한 다섯 가지 순환 기질의 특징 중 세 가지 이상을 가지고 있는 경우, 순환 기질 집단으로 범주화하였다. 그리고 리듬성, 접근-회피성, 적응성, 기분상태에 있어서 하위 1/3집단에 속하며, 반응 강도에 있어서는 상위 1/3집단에 속하는 유아를 까다로운 기질로 간주하되, 이러한 다섯 가지 까다로운 기질의 특징 중 세 가지 이상을 가지고 있는 경우, 까다로운 기질 집단으로 범주화하였다.

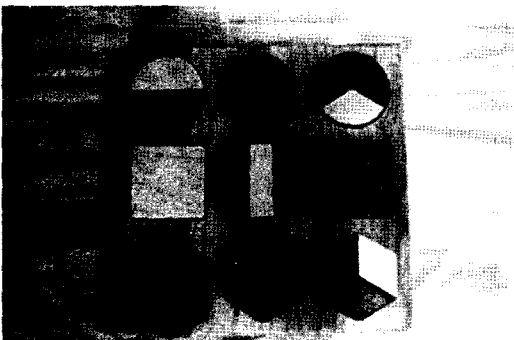
2) 스트레스 대처 전략 측정 도구

특정 과제에 대한 유아의 스트레스 대처 전략을 측정하기 위해 Brown(2000)의 연구에서 사용된 불가능한 모양 분류 과제(impossible shape sorting task)를 유아가 지각하기에 통제 가능한 과제로, 정서 자극 과제(emotionally provocative task)를 유아가 지각하기에 통제 불가능한 과제로 명명하였으며, 이를 본 연구의 목적에 적합하게 수정 및 보완하여 도구를 완성하였다. 수정된 측정 도구는 예비 조사를 통해 측정 도구의 적합성을 살펴보았으며, 교사 경력 이 있는 아동학 전공 박사과정 2인과 석사과정 2인에 의해 내용 타당도를 검토 받았다.

스트레스 대처 전략 측정 도구를 구체적으로 살펴보면 다음과 같다. 먼저 통제 가능하다고 지각하는 과제에서는 여러 가지 모양 조각들을 모양 분류

판 안에 유아가 맞추도록 하고, 1개의 모양 조각(육각형)만 모양 분류판 안에 맞지 않도록 한 면을 조금 더 크게 제작하였다. 이를 위해 다른 모양의 조각들은 모양 분류판 안에 잘 맞게 하고, 1개의 조각만 다른 조각과 두께는 동일하나 한 면의 길이를 0.5cm 정도 크게 제작하여 사용하였다. 유아들은 이러한 모양 맞추기와 같은 익숙한 경험을 토대로 자신이 이 상황을 통제 가능하다고 지각하게 되고, 이에 따라 다양한 대처 전략들을 사용하게 된다. 또한 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서는 어린이집 교사 3인의 자문을 얻어 유아의 흥미를 유발시키는 비디오 만화 탐블레이드의 일부분을 2분간 보여주고, 예고 없이 연구자가 칸막이 뒤에서 리모콘으로 조정하여 만화를 중단시키고, 화면에 백색잡음이 나오게 하였다. 유아들은 갑자기 보고 있던 만화가 중단되는 낯선 경험을 토대로 자신이 이 상황을 통제 불가능하다고 지각하게 되고, 이에 맞는 다양한 대처 전략들을 사용하게 된다.

각 2분간의 과제별 수행 이후, 유아의 스트레스 대처 전략을 60초씩 비디오 카메라로 녹화하였다. 한편 스트레스 대처 전략 범주 중 혼잣말하기, 정보 구하기, 쳐다보기, 설명 및 주장하기의 행동은 다른 범주에 비해 비교적 짧게 지속되는 행동이므로 (Brown, 2000; Paritz, 1996), 다른 행동 범주보다 더 짧은 시간 간격으로 표집하였다. 따라서 혼잣말하



통제 가능하다고 지각하는 과제
(불가능한 모양 분류 과제)



통제 불가능하다고 지각하는 과제
(정서 자극 과제)

〈그림 1〉 과제 도구

기, 정보구하기, 쳐다보기, 설명 및 주장하기 행동은 2초 간격으로, 다른 행동 범주는 5초 간격으로 시간 표집하여 그 빈도를 기록하였다. 또한 대상 유아의 반응 시간 차이를 통제하기 위해, 각각의 전략 범주 빈도를 10초로 나누어 점수를 기록하였다.

〈표 2〉에서 제시한 유아의 스트레스 대처 전략 범주는 Brown(2000), Paritz(1996)의 분류에 근거한 것으로, 이를 본 연구자가 연구 목적에 적합하게 수정 및 보완하였다. 자기주도적 대처 전략과 타인주도적 대처 전략으로 구분되는데, 자기주도적 대처 전략에는 문제해결행동, 자기위안, 주의산만, 혼잣말 전략이 포함되며, 타인주도적 대처 전략에는 정보구하기, 쳐다보기, 설명 및 주장하기, 근접추구하기 전략이 포함된다.

3. 연구 절차

본조사를 실시하기에 앞서, 예비조사를 통해 이

연구를 위해 제작된 기질 질문지와 과제 측정도구의 내용에 대한 부모와 유아의 이해 정도, 실시 절차의 적절성, 소요 시간 등을 살펴본 후 이를 수정·보완하였다.

유아의 스트레스 대처 전략을 측정하기에 앞서, 2002년 8월 15일부터 8월 28일까지 사회 경제적 배경이 중류층으로 유사한 서울 및 경기 지역 소재 P, I, C 어린이집 3곳에서 만 3, 5세 유아 172명을 임의 선정하여 부모용 유아 기질 측정 질문지를 배부한 후, 회수하였다. 회수된 151부의 질문지 중에서 미응답이 많은 6부를 제외한 145부의 질문지로 유아의 기질 유형을 채점하여 순한 기질과 까다로운 기질로 범주화하였다. 이 중 순한 기질과 까다로운 기질에 해당하는 96명의 유아를 연구 대상으로 연구자가 연구의 편의에 맞도록 임의 선정하였다.

유아의 기질 유형을 유형화하는 과정에서 각 구성요인별 상위 1/3, 하위 1/3에 해당하는 점수는 리더성 5.13점-4.38점, 접근-회피성 4.88점-4.25점, 적응

〈표 2〉 스트레스 대처 전략 범주 구분

범 주	구 분	내 용
자기주도적 대처 전략	정 의	누군가의 도움 없이 스트레스 사건을 다루려고 시도하는 행동
	정 의	스트레스의 원인을 직접 해결하려고 시도하는 행동
문제해결행동	실 례	모양 조각을 분류판안에 넣기 위해 힘으로 누르는 행동, TV나 비디오를 손으로 만지거나 조작하는 행동
	정 의	자기 신체의 일부분을 만지거나, 비비는 등의 행동
자기위안	실 례	얼굴, 머리 등 몸의 일부분을 비비거나, 손가락을 빠는 등의 행동
	정 의	과제에 관심을 두지 않고 다른 물체에 관심을 두고 쳐다보거나 만지는 행동
주의산만	실 례	다른 곳, 다른 물체를 쳐다보는 행동
	정 의	자기 자신에게 말하는 행동
혼잣말	실 례	"안맞는데?", "어, 안나오네"
	정 의	스트레스 상황에서 다른 사람으로부터 도움을 받고자 하는 행동
타인주도적 대처 전략	정 의	과제에 대한 정보를 얻기 위해 연구자에게 질문하는 행동
	실 례	"이렇게 하는 거예요?", "왜 안나와요?"
정보구하기	정 의	과제에 대한 정보를 얻기 위해 연구자를 쳐다보는 행동
	실 례	연구자를 힐끗 쳐다보는 행동
쳐다보기	정 의	연구자에게 자신의 상황에 대한 견해를 말하는 행동
	실 례	"이거 안돼요!", "영화 다 끝났어요"
설명 및 주장하기	정 의	연구자 옆에 앉아 있거나 서 있거나, 만지는 등의 행동
	실 례	연구자 옆으로 다가와 앉거나 연구자 옆으로 달려오는 행동
근접추구하기	정 의	
	실 례	

성 5.63점-5.25점, 기분 상태 4.88점-4.38점, 반응강도 4.32점-3.50점으로 나타났다. <표 3>은 Gordon(1981)의 연구에 근거하여, 순한 기질과 까다로운 기질로 유형화한 결과를 유아의 연령 및 성별에 따라 작성한 것이다. 우선 연령별로 살펴보면, 순한 기질은 3세(7명, 35%)보다 5세(13명, 65%)가 더 많았고, 까다로운 기질은 3세(9명, 52.9%)와 5세(8명, 47.1%)의 구성 비율이 비슷하게 나타났다.

스트레스 과제에 대한 본 조사는 2002년 9월 2일부터 9월 7일 사이에 본 연구자와 연구 보조자 3인이 어린이집을 방문하여 이루어졌다. 오전 자유놀이 시간에 연구대상 유아를 개별적으로 어린이집의 실내 동작실에 데려와 과제별 스트레스 대처 전략을 비디오 카메라로 녹화하였다. 먼저 통제 가능하다고 지각하는 과제를 구성하기 위해 어린이집 교실에서 사용하는 유아용 낮은 책상 위에 모양 조각과 모양 분류판을 비치하여 두었다. 또한 통제 불가능하다고 지각하는 과제를 유아에게 제시하기 위해 유아가 비디오 만화를 집중하고 볼 수 있도록 34cm×34cm 크기의 매트 네 장을 정사각형 모양으로 바닥에 깔고 울타리를 설치하였고, 유아가 들어오기 전에 리모컨을 사용하여 유아에게 보여줄 부분을 미리 조정해 놓았다. 유아가 관찰 장소인 실내 동작실에 들어오면 연구자는 측정을 시작하기 전 이들에게 각 과제에서의 연구 절차에 대해 간단한 설명을 제공하였다(예, “이번에는 ○○가 이 모양 조각들을 이렇게 모양판에 다 맞추는 거예요. 한번 해보세요”, “이번에는 ○○가 가장 좋아하는 탑 블레이드 만화를 볼거

예요. 선생님이 들어줄테니, 잘 보세요”) 실험 관찰은 유아에게 통제 가능하다고 지각하는 과제와 통제 불가능하다고 지각하는 과제를 임의 순서로 제시하며 이루어졌다. 다른 연구 보조자 1인은 실험이 끝난 유아를 데려가고, 다음 순서의 유아를 데려 오는 역할을 하면서 실험이 끝난 유아가 다른 또래에게 실험 상황에 대한 이야기를 하지 않도록 지도하였다.

우선 연구자가 대상 유아의 이름과 성과 연령, 반을 체크한 후 실험이 시작되었다. 대상 유아 1명당 총 2회의 실험을 실시하되, 한 번에 한 가지 실험 상황씩 차례로 제시하였다. 각각의 과제별로 2분간 수행을 하게 하고, 그 뒤 각 60초씩 비디오 카메라로 유아의 스트레스 대처 전략을 녹화하였다. 비디오 카메라로 녹화된 유아의 스트레스 대처 전략을 범주에 따라 부호화하여 그 빈도를 관찰표에 기록하였다.

4. 자료분석

수집된 자료는 SPSS Win 10.0 프로그램을 이용하여 분석되었으며, 통계 방법으로는 쌍체 t-검증(paired t-tests)과 t-검증이 이용되었다.

III. 연구결과 및 해석

1. 과제에 따른 유아의 스트레스 대처 전략

과제에 따라 유아의 스트레스 대처 전략에 차이가 있는지를 살펴보기 위해 쌍체 t-검증을 실시한 결과, <표 4>와 같이 자기주도적 대처 전략 점수와 타인주도적 대처 전략 점수, 각 하위 영역별 전략 점수가 과제에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

먼저 유아의 자기주도적 대처 전략($t = -13.85$, $df = 95$, $p < .001$), 타인주도적 대처 전략($t = 8.89$, $df = 95$, $p < .001$)의 평균 빈도가 과제에 따라 유의한 차이를 보였다. 즉, 통제 가능하다고 지각하는 과제에서의 자기주도적 대처 전략의 평균 빈도는 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서보다 더 높은 것으로 나타났

<표 3> 유아의 연령 및 성별에 따른 기질 유형의 분포

기질 유형	성 별	연 령		계
		3세 N(%)	5세 N(%)	
순한기질	남	4(36.4)	7(63.6)	11(55.0)
	여	3(33.3)	6(66.7)	9(45.0)
	계	7(35.0)	13(65.0)	20(100.0)
까다로운 기질	남	2(28.6)	5(71.4)	7(41.2)
	여	7(70.0)	3(30.0)	10(58.8)
	계	9(52.9)	8(47.1)	17(100.0)

<표 4> 과제에 따른 유아의 스트레스 대처 전략 쌍체 t-검증

범주 구분	과제	사례수	평균	표준편차	t
자기주도적 대처 전략	통제 가능	96	2.29	.72	-13.85***
	통제 불가능	96	.89	.81	
문제해결 행동	통제 가능	96	1.78	.44	-39.10***
	통제 불가능	96	.03	.13	
자기위안	통제 가능	96	.02	.11	8.35***
	통제 불가능	96	.56	.66	
주의산만	통제 가능	96	.25	.23	-1.98*
	통제 불가능	96	.17	.32	
혼잣말	통제 가능	96	.24	.46	-2.32*
	통제 불가능	96	.14	.29	
타인주도적 대처 전략	통제 가능	96	.70	.54	8.89***
	통제 불가능	96	1.79	1.15	
정보구하기	통제 가능	96	.03	.11	1.41
	통제 불가능	96	.11	.54	
쳐다보기	통제 가능	96	.41	.37	7.08***
	통제 불가능	96	1.01	.74	
설명 및 주장하기	통제 가능	96	.24	.39	2.99**
	통제 불가능	96	.45	.66	
근접추구하기	통제 가능	96	.03	.12	3.49***
	통제 불가능	96	.21	.50	

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

다. 반면, 타인주도적 대처 전략의 평균 빈도는 통제 가능하다고 지각하는 과제에서보다 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서 더 높은 것으로 나타났다.

자기주도적 대처 전략을 하위 영역별로 살펴보면, 문제해결행동(t=-39.10, df=95, p<.001), 자기위안(t=8.35, df=95, p<.001), 주의산만(t=-1.98, df=95, p<.05), 혼잣말(t=-2.32, df=95, p<.05) 전략의 평균 빈도가 과제에 따라 유의한 차이를 보였다. 즉, 자기주도적 대처 전략의 하위 영역 중 문제해결행동, 주의산만, 혼잣말 전략의 평균 빈도는 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서보다 통제 가능하다고 지각하는 과제에서 더 높은 것으로 나타났다. 반면, 자기위안 전략의 평균 빈도는 통제 가능하다고 지각하는 과제에서보다 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서 더 높은 것으로 나타났다. 타인주도적 대처 전략을 하위 영역별로 살펴보면, 정보구하기를 제외한

쳐다보기(t=7.08, df=95, p<.001), 설명 및 주장하기(t=2.99, df=95, p<.01), 근접추구하기(t=3.49, df=95, p<.001) 전략의 평균 빈도가 과제에 따라 유의한 차이를 보였다. 즉, 타인주도적 대처 전략의 하위 영역 중 쳐다보기, 설명 및 주장하기, 근접추구하기 전략의 평균 빈도는 통제 가능하다고 지각하는 과제에서보다 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서 더 높은 것으로 나타났다.

2. 유아의 기질 유형에 따른 과제별 스트레스 대처 전략

1) 통제 가능하다고 지각하는 과제에서의 유아의 기질 유형에 따른 스트레스 대처 전략

통제 가능하다고 지각하는 과제에서 유아의 기질 유형에 따라 스트레스 대처 전략에 유의한 차이가

있는 지를 살펴보기 위해 t-검증을 실시한 결과, <표 5>와 같이 자기주도적 대처 전략의 하위 영역 중 자기위안 전략에서 유아의 기질 유형에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다($t=1.25$, $df=19.00$, $p<.05$). 즉, 순한 기질을 가진 유아의 자기위안 전략의 사용 빈도가 까다로운 기질의 유아보다 높게 나타났다.

2) 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서의 유아의 기질 유형에 따른 스트레스 대처 전략

통제 불가능하다고 지각하는 과제에서 유아의 기질 유형에 따라 스트레스 대처 전략에 유의한 차이가 있는 지를 살펴보기 위해 t-검증을 실시한 결과, <표 6>과 같이 자기주도적 대처 전략의 하위 영역인 주의산만, 혼잣말 전략, 타인주도적 대처 전략의 하위 영역인 정보구하기 전략에서 유아의 기질 유형

에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

먼저 자기주도적 대처 전략의 하위 영역 중 주의산만 전략($t=-1.53$, $df=17.99$, $p<.01$), 혼잣말 전략($t=3.21$, $df=20.93$, $p<.001$)의 평균 빈도가 유아의 기질 유형에 따라 유의한 차이를 보였다. 즉, 까다로운 기질을 가진 유아의 주의산만 전략의 사용 빈도가 순한 기질의 유아보다 높은 것으로 나타난 반면, 순한 기질의 유아의 혼잣말 전략의 사용 빈도가 까다로운 기질의 유아보다 높은 것으로 나타났다. 주의산만 전략의 경우 기질적으로 까다로운 아동이 다양한 상황에서 근접 및 접촉 구하기, 자기위안, 주의산만 전략을 자주 사용한다는 선행 연구 결과(Panitz, 1996)와 일치한다. 또한 기질적으로 순한 유아는 혼잣말 전략을 빈번하게 사용한 것으로 나타났는데, 이를 통해 순한 기질의 유아는 혼잣말과 같은 자기주도적 대처 전략을 사용함으로써 스트레스

<표 5> 통제 가능하다고 지각하는 과제에서의 유아의 기질 유형에 따른 스트레스 대처전략 t-검증

범주 구분	기질유형	사례수	평균	표준편차	t
자기주도적 대처 전략	순한	20	2.35	.65	.73
	까다로운	17	2.18	.79	
문제해결 행동	순한	20	1.77	.42	.69
	까다로운	17	1.65	.61	
자기위안	순한	20	.05	.16	1.25*
	까다로운	17	.00	.00	
주의산만	순한	20	.29	.23	-.44
	까다로운	17	.32	.22	
혼잣말	순한	20	.26	.37	.39
	까다로운	17	.21	.30	
타인주도적 대처 전략	순한	20	.78	.74	.10
	까다로운	17	.76	.46	
정보구하기	순한	20	.06	.15	.93
	까다로운	17	.02	.07	
쳐다보기	순한	20	.34	.29	-.89
	까다로운	17	.43	.36	
설명 및 주장하기	순한	20	.34	.60	.49
	까다로운	17	.26	.36	
근접추구하기	순한	20	.05	.18	-.05
	까다로운	17	.05	.17	

* $p<.05$

〈표 6〉 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서의 유아의 기질 유형에 따른 스트레스 대처 전략 t-검증

범주 구분	기질유형	사례수	평균	표준편차	t
자기주도적 대처 전략	순한	20	1.12	.84	1.45
	까다로운	17	.72	.80	
문제해결 행동	순한	20	.03	.11	-.29
	까다로운	17	.04	.01	
자기위안	순한	20	.77	.73	1.32
	까다로운	17	.47	.64	
주의산만	순한	20	.05	.11	-1.53**
	까다로운	17	.20	.41	
혼잣말	순한	20	.28	.35	3.21***
	까다로운	17	.02	.07	
타인주도적 대처 전략	순한	20	2.28	1.28	1.85
	까다로운	17	1.56	1.02	
정보구하기	순한	20	.30	.93	1.45*
	까다로운	17	.00	.00	
쳐다보기	순한	20	1.20	.85	1.36
	까다로운	17	.85	.67	
설명 및 주장하기	순한	20	.58	.70	.54
	까다로운	17	.45	.80	
근접추구하기	순한	20	.20	.39	-.44
	까다로운	17	.26	.51	

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

상황에 대한 자신의 긴장을 해소시키고, 보다 그 상황에 적극적으로 참여하려는 시도를 한 것으로 해석할 수 있다.

다음으로 타인주도적 대처 전략의 하위 영역 중 정보구하기 전략에서 유아의 기질 유형에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다($t=1.45$, $df=19.00$, $p<.05$). 즉, 순한 기질의 유아가 까다로운 기질의 유아보다 정보구하기 전략을 더 많이 사용한 것으로 나타났다. 이는 순한 기질의 유아가 정보구하기와 같은 타인주도적 대처 전략을 많이 사용함으로써 타인의 도움을 제공받아 스트레스 상황에 대처하고자 하였음을 알 수 있다.

IV. 결론 및 논의

이 연구는 유아의 스트레스 대처 전략을 살펴본

연구가 과제와 같은 맥락적 요인을 구체적으로 살펴보지 못했다는 점에 주목하여, 통제 가능하다고 지각하는 과제와 통제 불가능하다고 지각하는 과제에 따라 유아의 스트레스 대처 전략의 사용 정도에 어떠한 차이가 있는지를 규명하는 데 일차 연구 목적을 두었다. 이와 함께 유아의 과제별 각 스트레스 대처 전략의 사용 정도가 유아의 중요한 성격 특성인 기질에 따라 어떠한 차이가 있는지를 규명하고자 하였다.

이러한 연구 목적을 달성하기 위하여 서울 및 경기지역 소재 어린이집에 다니는 만 3, 5세 유아 48명씩 총 96명과 그들의 어머니를 연구 대상으로 선정하였다. 먼저 유아의 기질 유형을 측정하기 위해 부모용 유아 기질 질문지를 어린이집 교사를 통해 배부, 회수하였고, 스트레스 대처 전략을 측정하기 위해 실험 과제를 통제 가능하다고 지각하는 과제

(불가능한 모양 분류 과제) 상황과 통제 불가능하다고 지각하는 과제(정서 자극 과제) 상황으로 분류하여 구성하고, 이에 대한 유아들의 반응을 비디오 카메라로 녹화하였다. 그리고 비디오로 녹화된 모든 유아의 스트레스 대처 전략을 범주에 따라 부호화하여 그 빈도를 관찰표에 기록하였다. 수집된 자료를 분석한 연구 결과를 토대로 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, 유아는 참여하는 과제에 따라 사용하는 스트레스 대처 전략이 다르다. 즉, 유아는 통제 가능하다고 지각하는 과제에서 자기주도적 대처 전략을 더 많이 사용한 반면, 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서는 타인주도적 대처 전략을 더 많이 사용하였다. 이러한 결과는 유아가 통제 가능하다고 지각하는 과제에서는 자기가 스스로 직면한 스트레스 상황을 통제 할 수 있다는 신념에 기초하여 독립적, 자기 주도적 전략을 많이 사용한 반면, 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서는 자신이 통제 할 수 없는 상황이라 지각함으로써 타인에게 도움을 구하고자 하는 타인 지향적, 타인 주도적 전략을 많이 사용함(Brown, 2000)을 보여준다. 이러한 경향은 전조작기 유아의 경우에도 과제의 통제 가능성 여부를 지각하는 것이 가능할 뿐만 아니라 이러한 상황에 따라 다르게 대처할 수 있음을 시사한다.

또한 자기주도적 대처 전략, 타인주도적 대처 전략 각각의 하위 영역별 전략을 살펴보면, 유아가 통제 가능하다고 지각하는 과제에서 자기 위안 전략을 제외한 자기주도적 대처 전략의 다른 하위 영역(문제해결행동, 주의산만, 혼잣말) 전략을 더 많이 사용한 반면, 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서는 정보구하기를 제외한 타인주도적 대처 전략의 다른 하위 영역(처다보기, 설명 및 주장하기, 근접추구하기) 전략을 더 많이 사용한 것으로 나타났다. 그런데 유아는 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서 자기 주도적 대처 전략의 하위 영역인 자기위안 전략을 더 많이 사용하였다. 이는 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서는 자신이 스스로 스트레스를 통제 할 수 없다는 신념에 기초하여, 문제 중심적 대처 행동보다는 스트레스 상황으로부터 유발된 부

정적 정서를 처리하기 위해 정서 중심적 대처행동을 많이 한다는 점(Altshuler & Ruble, 1989; Band & Weisz, 1988; Ebata & Moos, 1991)을 나타낸다.

이와 같이 유아가 사용하는 스트레스 대처 전략이 과제에 따라 차이가 있음은 유아의 스트레스 대처 전략이 스트레스 상황에 대한 인지적 평가를 토대로, 스트레스 상황에 따라 역동성 있게 변화하는 상황적 특성을 내포하고 있음을 의미한다고 볼 수 있다. 또한 이와 같은 결과는 개인내 대처 행동이 스트레스 상황에 따라 유의한 차이가 있다(Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, DeLongis, & Gruen, 1986)는 점을 시사한다.

둘째, 유아는 기질 유형에 따라 통제 가능하다고 지각하는 과제, 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서 사용하는 스트레스 대처 전략이 다르다. 통제 가능하다고 지각하는 과제에서 유아가 사용하는 대부분의 스트레스 대처 전략과 하위 영역별 전략은 유아의 기질 유형에 따라 차이가 없는 것으로 나타났으나, 자기주도적 대처 전략의 하위 영역인 자기위안 전략은 유아의 기질 유형에 따라 다르게 나타났다. 즉, 순한 기질의 유아가 까다로운 기질의 유아보다 자기위안 전략을 더 많이 사용한 것으로 나타났다. 이를 통해, 순한 기질의 유아가 까다로운 기질의 유아보다 스트레스 상황을 경험했을 때 능동적으로 스트레스 요인에 접근하여 대처하기보다는 수동적으로 자기 자신을 달래고, 스트레스를 누그러뜨리는 행동을 통해 스트레스에 대처함을 알 수 있다.

한편 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서 유아가 사용하는 스트레스 대처 전략은 유아의 기질 유형에 따라 부분적으로 다르게 나타났다. 주의산만 전략은 까다로운 기질의 유아보다 순한 기질의 유아보다 더 많이 사용한 반면, 혼잣말, 정보구하기 전략은 까다로운 기질의 유아보다 순한 기질의 유아가 더 많이 사용하였다. 이를 통해, 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서 순한 기질의 유아는 혼잣말, 정보구하기 전략을, 까다로운 기질의 유아는 주의산만 전략을 더 많이 사용하여 상황에 대처한다는 것을 알 수 있다.

이와 같이 통제 가능하다고 지각하는 과제에서는

유아가 사용하는 자기위안 전략이 유아의 기질 유형에 따라 차이가 나타났음에 반해, 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서는 주의산만, 혼잣말, 정보 구하기 전략이 유아의 기질 유형에 따라 차이가 있었다. 즉, 통제 가능하다고 지각하는 과제보다 통제 불가능하다고 지각하는 과제에서 유아의 스트레스 대처 전략은 기질 유형에 따라 차이가 나타남을 알 수 있다. 그러나 통제 가능 및 통제 불가능하다고 지각하는 과제 모두에서 유아가 사용한 스트레스 전략이 유아의 기질 유형에 따라 다르게 나타난 것은 몇 개의 전략에 불과하지만, 이러한 결과는 영아를 대상으로 영아의 대처행동이 기질 유형에 따라 차이가 없음을 밝힌 연구(임영희, 1994; Karaker, Lake, & Parry, 1994)와는 차이를 보인다.

이 연구의 제한점과 이를 극복하기 위한 후속 연구에 대해 다음과 같이 제언하고자 한다. 먼저 이 연구에서는 유아의 스트레스 대처 전략을 평가하기 위해 통제 가능하다고 지각하는 과제와 통제 불가능하다고 지각하는 과제를 실험 상황으로 구성하였는데, 이러한 과제가 연구설계상 특정한 상황으로 제한되어 있다는 문제점이 지적될 수 있다. 따라서 시간과 비용이 많이 소요가 된다는 점은 있으나, 좀 더 사실적인 유아의 스트레스 대처에 관한 지식을 습득하기 위해서는 자연 관찰을 통한 연구가 이루어질 필요가 있다. 또한 이 연구에서는 선행연구(Altshuler & Ruble, 1989; Band & Weisz, 1988; Causey & Dubow, 1992)와 마찬가지로 스트레스 상황에 대한 유아의 통제감을 직접 측정하지 않고 추정하여 사용하였다. 즉, 상대적으로 높은 통제감을 갖는다고 보여지는, 또는 상대적으로 통제하기 어렵거나 통제할 수 없다고 보여지는 스트레스 상황에서의 대처 행동·전략을 비교 분석하였다. 이에 따라, 상황에 따른 스트레스 대처 전략 차이를 명확히 규명하기 위해서는 스트레스 상황에 대한 추정된 통제감이 아니라, 직면한 스트레스 상황에 대한 유아의 통제감을 직접 측정하는 것이 요구된다. 한편 이 연구에서 사용한 부모용 유아 기질 검사도구는 부모가 평정하는 것이므로, 부모의 지각이 자녀의 기질 평정에 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 따라서

후속 연구에서는 유아의 기질을 측정하는 데 있어서, 오염되어 있을 수 있는 잠재 변인을 통제할 수 있는 방법을 고안하여 연구할 필요가 있다. 또한 전체 사례는 총 96명이나 기질 유형에 따른 연구 대상은 순한 기질의 유아 20명, 까다로운 기질의 유아 17명 총 37명뿐이므로 사례수가 적어 유아의 기질 유형에 따라 과제별 스트레스 대처 전략의 차이가 의미있게 나타나지 않았을 가능성이 있다. 이에 사례를 더욱 많이 확보하여 기질 유형에 따른 사례수를 연령별, 성별로 동일하게 맞추어 기질 유형에 따른 스트레스 대처 전략의 차이를 살펴보는 후속 연구가 요구된다.

이러한 제한점에도 불구하고 이 연구는 다음과 같은 점에서 이론적 의의를 가진다. 먼저 이 연구는 지금까지 국내외에서 거의 연구가 이루어지지 않은 유아의 스트레스 대처 전략에 관한 실증적 연구를 시도했다는 점에서 그 의의를 확인해 볼 수 있다. 그리고 이 연구는 기존의 선행연구와 같이 유아의 스트레스 대처 전략을 가상의 이야기나 과거의 경험을 떠올리도록 한 다음, 대처 전략이나 행동을 평가한 것이 아니라, 유아에게 스트레스를 유발할 수 있는 통제 가능하다고 지각하는 과제, 통제 불가능하다고 지각하는 과제의 두 가지 유형의 과제를 제시하고, 각각의 과제에 따라 유아가 사용하는 대처 전략을 실험 상황에서 자세히 관찰하여 분석했다는 점에서 의의가 있다. 또한 선행연구에서는, 대처 전략이나 행동을 단순히 몇 개의 큰 차원으로 제한하여 범주화하였으나, 이 연구에서는 유아의 스트레스 전략을 다각적으로 살펴볼 수 있도록 스트레스 전략과 그 하위 영역들을 세분화하여 살펴보았다. 이와 함께 유아의 스트레스 대처 전략 특성을 규명하고자 한 이 연구의 척도와 연구 결과는 유아 스트레스와 관련된 분야뿐만 아니라, 아동의 상담과 교육에 활용될 수 있는 기초자료를 제공할 수 있다.

■ 참고문헌

민하영(1999). 스트레스 상황에 대한 지각된 통제감과 내외 통제소제가 아동의 스트레스 대처행

- 동에 미치는 영향. 서울대학교 박사학위논문.
- 심숙영(1990). 통제할 수 없는 스트레스 상황에 대한 아동의 대처전략 연구. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 원영미(1989). 유아의 기질 및 그 관련변수와 유치원 아동의 적응과의 관계. 이화여자대학교 박사학위논문.
- 임영희(1994). 영아의 스트레스 생활사건과 대처행동 및 어머니의 반응. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- Altshuler, J. L., & Ruble, D. N. (1989). Developmental changes in children's awareness of strategies for coping with uncontrollable stress. *Child Development, 60*, 1337-1349.
- Band, E. B., & Weisz, J. R. (1988). How to feel better when it feels bad: Children's perspectives on coping with every stress. *Developmental Psychology, 24*(2), 247-253.
- Beaver, B. R. (1997). The role of emotion in children's selection of strategies for coping with daily stresses. *Merrill-Palmer Quarterly, 43*(1), 129-146.
- Brown, M. R. (2000). *Attachment, coping, and socioemotional adjustment in preschoolers: A longitudinal examination of developmental pathways*. Unpublished doctoral dissertation, Yale University.
- Carson, D. K., Council, J. R., & Gravley, J. E. (1991). Temperament and family characteristics as predictors of children's reactions to hospitalization. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics, 12*(3), 141-147.
- Causey, D. L., & Dubow, E. F. (1992). Development of a self-report coping measure for elementary school children. *Journal of Clinical Child Psychology, 21*(1), 47-59.
- Compas, B. E. (1987). Coping with stress during childhood and adolescence. *Psychological Bulletin, 101*(3), 393-403.
- _____, Worsham, N. L., & Ey, S. (1992). Conceptual and developmental issues in children's coping with stress. In A. M. La Greca, L. J. Siegel, J. L. Wallander, & C. E. Walker (Eds.), *Stress and coping in child health* (pp. 7-24). NY: Guilford Press.
- Cummings, E. M. (1987). Coping with background anger in early childhood. *Child Development, 58*, 976-984.
- Ebata, A. T., & Moos, R. H. (1991). Coping and adjustment in distress and healthy adolescence. *Journal of Applied Developmental Psychology, 12*, 33-54.
- Fleury, S. A. (1998). *Children's exposure to everyday stressors in day care settings: a descriptive study*. Unpublished doctoral dissertation, University of Houston.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*(5), 992-1003.
- Gianino, A., & Tronick, E. (1985). The mutual regulation model: The infant's self and interactive regulation and coping and defensive capacities. In R. Field, P.
- Gordon, B. N. (1981). Child temperament and adult behavior: An exploration of goodness of fit. *Child Psychiatry and Human Development, 11*, 168-178.
- Kagan, J. (1983). Stress and coping in early development. In N. Garmezy & M. Rutter (Eds.), *Stress, coping, and development in children*. NY: McGraw-Hill.
- Kalpidou, M. (1996). *The development of behavioral and emotional self regulation during the preschool period*. Unpublished doctoral dissertation, Louisiana State University.
- Karraker, K. H., Lake, M. A., & Parry T. B. (1994). Infant coping with everyday stressful events.

- Merrill-Palmer Quarterly*, 40(2), 171-189.
- Kimchi, J., & Schaffner, B. (1990). Childhood protective factors and stress risk. In L. E. Arnold (Ed.), *Childhood stress* (pp. 475-500). NY: Wiley.
- Lazarus R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. NY: Springer.
- Lerner, R. M., & East, P. L. (1984). The role of temperament in stress, coping, and socioemotional functioning in early development. *Infant Mental Health Journal*, 5, 148-159.
- Lewis, M., Wrobey, J., & Thomas, D. (1989). Behavioral features of early reactivity: Antecedents and consequences. In M. Lewis & J. Wrobey (Eds.), *Infant stress and coping*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Murphy & Moriarty (1976). *Vulnerability, coping, and growth: From infancy to adolescence*. NH: Yale University.
- Parriz, R. H. (1996). A descriptive analysis of toddler coping in challenging circumstances. *Infant Behavior and Development*, 19, 171-180.
- Thomas, A., & Chess, S. (1977). *Temperament and development*. New York: Brunner/Mazel.
- Tronick, E. Z., & Gianino, A. F. (1986). The transmission of maternal disturbance to the infant. *New Direction for Child Development*, 34, 5-11.
-
- (2004년 8월 9일 접수, 2004년 11월 3일 채택)