

중·고등학생의 자기불일치가 우울 및 불안에 미치는 영향 : 대처방식과 희망적 사고의 조절효과*

The Effect of elf-discrepancies Upon Depression and Anxiety Levels in
Middle and High School Students :
The Moderating Effects of Coping Strategies and Positive Thinking Patterns*

이가은(Ga Eun Lee)¹⁾

강민주(Min Ju Kang)²⁾

ABSTRACT

This study investigated whether middle school and high school students' coping strategies and positive thinking patterns moderate the negative effects of self-discrepancies on maladjustive emotions represented by depression and anxiety. The study participants consisted of 308 middle school students and 301 high school students from schools from metropolitan areas in Korea. The results of this study were as followed. First, the high school students reported higher scores in terms of depression, anxiety, and active coping strategies than the middle school students, while the middle school students reported higher scores in terms of positive thinking than the high school students. Second, the high school students' active coping strategies and positive thinking patterns moderated the negative effects of self-discrepancies on maladjustive emotions. These results indicate that both middle and high school students' self-discrepancies negatively affected maladjustive emotions, whereas active coping strategies and positive thinking patterns positively affected maladjustive emotions. In addition, active coping strategies and positive thinking patterns had a moderating effect only among the high school students.

Key Words : 자기불일치(self-discrepancy), 대처방식(coping strategy), 희망적 사고(positive thinking patterns), 우울(depression), 불안(anxiety).

* 본 논문은 2011년도 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문의 일부임.

본 논문은 2011년도 한국아동학회 춘계학술대회 포스터 발표 요약문의 전문임.

¹⁾ 연세대학교 아동·가족학과 석사

²⁾ 연세대학교 아동·가족학과 조교수

Corresponding Author : Min Ju Kang, Department of Child and Family Studies, Yonsei University, 262 Seongsanno, Seodaemun-gu, Seoul 120-749, Korea
E-mail : mj kang@yonsei.ac.kr

I. 서 론

질풍노도의 시기로 불리는 청소년기는 급작스런 신체적·정서적·인지적 변화로 인한 갈등과 혼란을 경험하게 되는 시기이다. 이러한 청소년기에 나타날 수 있는 정서적 문제들 중 가장 흔하고 대표적인 것은 우울과 불안이다(정옥분, 2008). 우리나라 청소년의 정신건강상태를 조사한 연구에서 중학교 1학년부터 고등학교 3학년 학생의 37.5%가 최근 12개월 동안 일상생활을 중단할 정도의 슬픔이나 절망감이 2주 이상 지속된 적이 있었다고 답했다(질병관리본부, 2009). 청소년이 경험하는 주관적 불안과 관련된 통계치는 찾아보기 쉽지 않으나, 각종 불안장애의 발병률을 살펴볼 때 19세 이하의 발병률이 전체의 불안장애의 종류에 따라 10%(범불안장애)~73%(특정공포증)에까지 이르고 있다(보건복지부, 2006). 또한 불안장애의 진단적 기준에는 미치지 못하더라도 일상생활 가운데 경험하게 되는 불안 증상도 상당한 수준일 것으로 짐작된다.

청소년기의 우울이나 불안을 설명하고자 하는 노력은 지속적으로 이루어져왔다. 청소년기의 정서적 문제에 대한 예측 요인으로 신체적 변화, 학업 스트레스, 자기 효능감 등이 가장 흔하게 지목되어 왔는데, 보다 근원적인 이유는 청소년기에 형성되기 시작하는 구체화되고 추상화된 ‘자기(self)’라는 개념 확립과정에서 발생하고 있다고 본다. Rosenberg(1979)는 청소년기를 보다 구체화되고 추상적인 자기개념을 가지기 시작하는 시기라고 설명하였고 Erikson(1968)은 청소년기를 자신에 대한 현실적인 이해를 바탕으로 ‘나는 누구인가?’라는 질문에 대한 답을 찾아가는 시기로 이러한 변화와 탐구과정 가운데서 좌절과 불안을 경험할 수 있다고 보았다. Rogers

(1951)도 자기개념의 중요성을 강조하였다. 모든 사람은 자아실현, 곧 일치적인 존재가 되고자 하지만 개인의 자아 이상과 실제의 모습 사이에서 불일치성을 발견할 때 역기능적인 문제들이 발생한다고 보았다. 이렇듯 자기에 대한 정체감을 찾아가는 단계에서 경험할 수 있는 불일치나 충돌들은 개인의 정서적 안녕을 위협하는 요인이 될 수 있다. 따라서 청소년기의 자기개념과 자아 구조에 대한 접근은 현재 청소년에게서 나타나는 다양한 정서적 문제들에 대한 해답을 얻는데 중요한 단서를 제공할 것으로 기대된다.

자기 개념간의 불일치와 그로부터 발생하는 정서적 불편감 및 정신 병리에 대하여 보다 체계적인 개념을 제공하고 있는 것은 Higgins(1987)의 자기불일치 이론(Self-Discrepancy Theory : SDT)이다. 자기불일치는 현재 자신의 모습이 원하는 모습, 또는 되어야만 하는 모습과 차이가 있을 때 발생하는 현상이다. 그는 자기개념을 실제적 자기(actual self), 이상적 자기(ideal self), 의무적 자기(ought self)로 분화하여 개인이 지각하는 자기개념간의 차이가 결국 우울과 불안이라는 부정적 정서로 이어지게 된다고 규명하였다(Higgins, 1987). 실제적 자기는 개인의 자기개념(self-concept)으로 대변되며 모든 자기불일치의 기준이 된다. 그리고 이상적 자기와 의무적 자기는 개인에게 자기 지시적 기준(self-directive standards) 또는 습득된 생활지침(acquired guides for being)으로 인식되어 자기가 나아가야 할 곳을 말해주는 자기 안내자(self-guide)의 역할을 하게 된다(Higgins, 1987). 개인이 인식하는 자기개념과 자기 안내자는 동일할 수도 있지만 그렇지 않을 수도 있는데, 여기서 발생하는 차이가 바로 자기불일치이며 이 차이가 클수록 자기불일치가 큰 것을 의미한다(Higgins, Bond, Klein, & Strauman, 1986).

자기불일치는 다양한 자기의 모습간의 차이를 인식할 때 발생하는 것이므로, 역동적 변화 가운데서 자기를 탐구해나가고 자기정체감을 확립해가는 시기인 청소년기에 특히 중요한 개념이다. 또한 개인이 지각하는 자기불일치가 크면 클수록 우울 및 불안의 경험도 보다 심하게 야기될 것으로 예상할 수 있다.

한편, 개인의 정서 상태는 한 가지 요인에 의하여 결정되는 것은 아니며 심각한 스트레스 사건이나 상황이 언제나 우울이나 불안을 동반하는 것도 아니다(Felsten, 2004). 즉, 동일한 사건이 발생하더라도 모두가 동일한 결과를 가지는 것은 아니며, 개인이 가진 내적·외적인 자원과 상황적인 측면까지 모두 고려되었을 때에 보다 정확하게 개인의 상태를 설명해줄 수 있게 된다. 이러한 관점에서 최근의 연구들은 자기불일치라는 부정적인 영향력을 완화시켜줄 수 있는 긍정적인 자원에 대한 탐색에 관심을 두고 있다. 이 중 대처방식과 희망적 사고는 개인에게 하나의 심각한 문제 상황 또는 목표추구 과정으로 인식되어질 수 있는 자기불일치로부터 개인의 적응을 돕는 개인 내적 요인이 될 수 있을 것으로 보인다.

대처방식은 부정적 사건에 마주할 때, 문제를 이겨내거나 부정적 영향력으로부터 자신을 지켜내고자 하는 행동유형이며, 기질적이거나 안정적인 요소라기보다는 문제 상황의 맥락적인 요소에 따라 달라진다(Folkman & Lazarus, 1988). Lazarus와 Folkman(1984)은 대처방식이 부정적 사건과 심리적 건강의 관계를 매개하는 중요한 기제라고 보았다. 문제의 특성과 맥락을 고려해야 하므로 어떤 대처방식이 가장 효과적인가에 대해서는 분명하게 단정지을 수는 없지만, 많은 경우 문제 중심적 대처, 또는 적극적 대처로 분류되는 대처행동들은 적응적이며 부적 정

서의 발생을 예방해준다는 결과를 보인다(Lazarus & Folkman, 1984; Pearlin & Schooler, 1979). Folkman과 Lazarus(1988)는 다양한 종류의 대처행동들의 사용이 스트레스 상황에서 개인이 경험하는 정서와 관련이 있음을 밝혀내었고, 이와 유사하게 공수자와 이은희(2006)는 스트레스와 우울 간의 관계를 대처방식이 매개하고 있음을 발견하였다. 다시 말하면 대처방식은 개인의 성공적인 심리적 적응을 예측해주는 역할을 하는 것으로 보인다. 따라서 삶의 모든 영역에서 다면적인 변화를 맞고 있는 청소년들에게는 효과적인 대처방식을 사용하는 것이 특히 중요하게 부각될 수 있을 것이다.

희망적 사고도 개인에게 중요한 요인 중 하나인데, 희망적 사고는 현재 처한 상황과 이루고자 하는 목표의 차이로 인한 심리적 어려움 속에서 성공적으로 목표를 추구해 나가게 하는 능력으로 의지적·책략적인 요소를 모두 포함하는 개념이다(Snyder et al., 1991). 이는 상당히 안정적인 성격을 지니고 있는 개인 내적 자원으로, 개인이 지각하는 희망적 사고 수준에 따른 정서가 항상 동반된다는 특징이 있다(Snyder, 2002). Snyder와 그의 동료들(Snyder et al., 1991; Snyder, Cheavens, & Sympson, 1997)은 여러 차례에 걸쳐 이러한 이론적 가설을 검증하였고, 희망적 사고의 수준이 우울과 불안을 유의하게 예측하고 있음을 확인하였다. Arnau, Rosen, Finch, Rhudy와 Fortunato (2007)는 종단연구를 통하여 희망적 사고가 우울과 불안에 영향을 미치며 그 반대의 관계는 성립하지 않음을 보고하였고, 진승하와 신희천(2010)은 스트레스와 우울 간의 관계를 희망적 사고가 조절함을 밝혔다. 선행 연구들에서 확인할 수 있듯이 대처방식과 희망적 사고라는 긍정성은 개인의 정서에 큰 영향을 미친다. 따라서 본 연구는 Higgins의 자기불일치

이론에 근거하여 청소년들의 자기개념이 어떠한 특성을 가지고 있는지를 살펴보고, 자기불일치가 우울 및 불안에 미치는 영향을 알아보려 한다. 또한 대처방식과 희망적 사고에 따라 우울 및 불안에 대한 자기불일치의 부정적 영향력이 줄어들거나 악화되는 조건을 찾고자 한다.

한편, 일반적으로 중학생과 고등학생은 발달 시기상 동일하게 청소년으로 분류되지만 사실상 동질적인 집단으로 보기는 어렵다. 스피어세라파인 Fischer(1980)는 급격한 변화로 인한 일관성 없고 극단적인 정서와 높아진 자의식으로 인한 초조감 및 불안이 표출되는 시기인 중학생 시기를 초기 청소년기로 보았다. 또한 이 시기에는 자기에 대한 추상적이고 심리적인 묘사가 가능해지기 시작한다는 특징이 있다. 그에 반해 청소년 후기에 해당하는 고등학생 시기는 불안정한 정서의 표출은 차츰 감소하는 양상을 보인다. 그러나 높은 정서적 민감성은 지속되며 정서의 내면화가 이루어져 내적으로 강렬한 정서를 경험하게 된다는 점에서 차이를 보인다(한상철, 2004). 인지적 측면에서는 연령의 증가에 따라 점차 내적인 자기개념의 일치성을 인지하고 평가할 수 있게 되며 자기개념간의 차이를 극복할 수 있는 인지적 기술의 습득이 이루어진다(Fischer, 1980). 이 차이는 본 연구의 관심사인 자기개념과 정서, 대처방식, 희망적 사고에도 작용하여, 연령에 따라 질적으로 다른 경향성을 보일 수 있을 것으로 예상된다. 따라서 청소년을 연구의 대상으로 하되, 연령의 차이를 중심으로 중학생 집단과 고등학생 집단에서 자기불일치와 우울 및 불안의 관계, 그리고 대처방식과 희망적 사고의 조절효과가 각각 어떻게 나타나는지 구체적으로 살펴볼 것이다. 이상의 연구목적과 본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다.

<연구문제 1> 중·고등학생의 자기불일치, 대처방식, 희망적 사고, 그리고 우울 및 불안의 일반적 경향성은 어떠한가?

<연구문제 2> 중·고등학생의 대처방식은 자기불일치가 우울 및 불안에 미치는 영향에 대해 조절효과를 갖는가?

<연구문제 3> 중·고등학생의 희망적 사고는 자기불일치가 우울 및 불안에 미치는 영향에 대해 조절효과를 갖는가?

II. 연구방법

1. 연구 대상

본 연구는 서울시 및 경기도에 소재하는 중·고등학교 5개교에서 중학교 1학년부터 고등학교 2학년까지를 대상으로 실시되었다. 우리나라의 고등학교 3학년은 입시라는 독특한 환경적 영향력 아래 있는 시기로 종속변인인 우울 및 불안에 대한 접근도 달라야 할 것으로 예상되므로 연구대상에서 제외하였다. 연구 참여자는 총 651명이었고 최종적으로 609명의 자료가 분석에 사용되었다. 609명 중 중학생은 308명(평균연령 = 14.09, 표준편차 = .82), 고등학생은 301명(평균연령 = 16.48, 표준편차 = .50)이었다. 601명 중 남자 중학생은 132명, 여자 중학생은 176명, 남자 고등학생은 145명, 여자 고등학생은 156명이었고 본 연구에서 성별에 따른 차이는 발견되지 않았다.

2. 연구 도구

1) 자기불일치 질문지

청소년이 지각하고 있는 '자기'에 대한 개념,

그리고 ‘자기불일치’를 알아보기 위하여 Higgins의 자기불일치 이론을 바탕으로 한 서수균의 자기 질문지(1996)를 사용하였다. 서수균의 자기 질문지는 자기가 지각하는 ‘실제적 자기’, ‘이상적 자기’, ‘의무적 자기’에 대하여 22쌍의 반의어를 제시하여 9점 척도 상에서 자신을 가장 잘 나타낸다고 생각되는 지점에 표시하도록 되어있다. 즉, 1점과 9점에 가까울수록 해당하는 형용사가 자기의 모습에 가까운 것이고, 어느 쪽도 아니라고 생각하는 경우에는 중앙에 있는 5점을 선택하면 된다. 자기불일치 점수는 비교하고자 하는 자기 상태들 간의 차이의 평균으로 산출되었다. ‘실제-이상 자기불일치’는 실제적 자기와 이상적 자기의 차이의 절대 값, ‘실제-의무 자기불일치’는 실제적 자기와 의무적 자기의 차이의 절대 값이며, 두 가지 자기불일치의 합을 ‘자기불일치 총점’으로 보았다. 자기불일치는 0점에서 8점까지의 점수범위를 가지고 있으며, 자기개념간의 차이가 전혀 없는 경우 0점이고 자기개념간의 점수 차이가 클수록 자기불일치 점수도 따라서 커지게 된다. Higgins가 제안한 자기불일치 이론(1987)은 실제-이상 자기불일치는 우울을, 실제-의무 자기불일치는 불안을 독립적으로 예측한다는 ‘특정 연관성(unique relations)’을 주장하고 있다. 하지만 본 연구의 사전분석 결과 자기불일치의 종류와 이에 따른 부정적 정서간의 독립적인 연관성은 나타나지 않았다. 이는 Higgins의 자기불일치 이론에서 주장한 특정 종류의 자기불일치가 특정 종류의 부정적 정서를 유발한다는 ‘특정 연관성’을 지지하지 못하는 결과인 동시에, 자기불일치의 종류를 구분하여 분석을 실시할 필요가 없어졌음을 의미한다. 따라서 이하의 분석들에서는 우울 및 불안을 예측하는 요인으로 자기불일치 총점을 사용하였다.

2) 정서 평가 질문지

청소년의 우울 및 불안을 측정하기 위해서는 이은영(1991)의 정서 평가 질문지를 사용하였다. 정서 평가 질문지는 우울(Dejection-Related Emotions : DRE)과 불안(Agitation-Related Emotions : ARE)의 2개의 차원으로 나누어져 있고, 각 정서상태와 관련된 대표적인 형용사를 10개씩 제시하여 총 20문항으로 구성되어 있다. 우울을 측정하는 문항에는 ‘침울하다’, ‘슬프다’ 등이 제시되었고, 불안을 측정하는 문항은 ‘걱정스럽다’, ‘초조하다’ 등이 제시되었다. 각 문항은 해당 정서를 얼마나 자주 경험하였는지에 대하여 ‘전혀 아니다’의 1점에서 ‘항상 그렇다’의 7점까지 Likert 척도로 응답하게끔 하였다. 자기불일치로부터 유발되는 대표적인 부정적 정서는 우울과 불안으로 알려져 있으므로 본 연구에서는 우울 문항과 불안 문항을 모두 합한 정서 평가 질문지 전체의 평균 점수를 ‘우울 및 불안 수준’으로 사용하였고, 문항평균이 높을수록 우울 및 불안을 심하게 경험하는 것으로 보았다. 정서 평가 질문지의 Cronbach's α 는 .91이었다.

3) 대처방식 척도

스트레스에 대한 청소년의 대처방식은 Lazarus와 Folkman(1984)이 제작한 The Way of Coping Checklist-Revised(WCC-R)를 국내에서 수정 및 보완한 대처방식 척도(김정희 · 이장호, 1985)를 사용하여 측정하였다. 본 연구에서는 김정희와 이장호(1985)의 대처방식 척도 중 현재 연구대상인 중·고등학생이 연령 또는 환경적 특성상 사용이 용이하지 않은 문항들을 제외한 후, 요인 부하량이 높은 26개의 문항을 선별하여 사용하였다. 대처방식은 김정희와 이장호(1988)의 분류에 따라 적극적 대처방식과 소극적 대처방식의

로 구분하였다. 적극적 대처는 스트레스를 유발하는 요인에 직면하여 그 원인을 해결하려고 하는 행동을 의미하고 소극적 대처는 문제를 회피하거나 거리를 두는 방식으로 스트레스로부터 발생한 부정적 정서를 통제하려는 노력을 의미한다. 적극적 대처의 문항으로는 ‘문제해결을 위해 몇 가지 대책을 세운 후에 행동에 옮긴다.’, ‘전문적인 사람(선생님, 상담자, 의사 등)의 도움을 청한다.’ 등이 있고, 소극적 대처의 문항으로는 ‘운으로 돌린다.’, ‘다른 사람에게 화풀이를 한다.’ 등이 있다. 적극적 대처와 소극적 대처는 서로 상반되는 개념이 아니며, 적극적 대처 또는 소극적 대처의 점수가 높을수록 스트레스 상황에서 해당 대처방식을 많이 사용하고 있음을 의미한다. 각 문항의 점수는 특정 대처행동에 대하여 ‘전혀 해보지 않았다’의 1점부터 ‘항상 이렇게 한다’의 5점까지 분포되어 있다. 본 연구에서 관심을 두는 ‘적극적 대처방식’과 ‘소극적 대처방식’의 점수는 해당되는 문항들의 평균으로 산출되었다.

4) 희망적 사고 척도

희망적 사고를 측정하기 위하여 Snyder 외 (1991)의 Dispositional Hope Scale을 연세대학교 상담심리연구실에서 번안하고 최윤희(2008)가 타당화한 ‘한국판 희망척도’를 사용하였다. 희망척도는 개인의 기질적 특성인 희망적 사고를 측정하는 도구로서 경로사고를 측정하는 4문항, 주도사고를 측정하는 4문항, 허위문항 4문항으로 구성되어 총 12문항으로 이루어져 있다. 경로사고(pathways thinking)는 목표를 추구해 나가는 데 있어 가능한 방법들과 대안들을 고안하는 능력에 대한 지각을, 주도사고(agency thinking)는 자신의 경로들을 사용하여 목표를 성취하고자 하는 동기와 의지력을 의미한다. Snyder 외

(1991)는 개인의 희망적 사고가 경로사고와 주도사고 모두를 포함하는 다차원적인 요인이라고 정의 내린바 있으나, 경로사고는 본 연구에서 사용하는 다른 척도인 대처방식 중 적극적 대처방식과 유사하여 개념적으로 중첩된다. 따라서 본 연구에서는 ‘나는 힘차게 내 목표를 향해 나아가고 있다.’, ‘지금까지의 내 삶은 나의 미래를 위해 나를 준비시킨 것이다.’와 같은 주도사고에 해당하는 문항만을 분석에 사용하고자 한다. 모든 문항은 4점 Likert 형식으로 평정되며, 제시된 문항이 자신을 잘 나타내는지에 대하여 ‘분명히 아니다’의 1점에서 ‘분명히 그렇다’의 4점까지 응답할 수 있다. 희망적 사고 점수는 각 문항의 합으로 이루어지는데 희망적 사고가 높다는 것은 목표 추구를 위한 동기나 의욕의 수준이 높으며 쉽게 좌절하지 않는 것을 말한다. 본 연구에서 주도사고의 Cronbach's α 는 .76이었다.

3. 연구절차

본 조사에 앞서 질문지의 적절성과 문항의 이해 정도, 소요시간 등을 알아보기 위하여 예비조사를 실시하였고, 이를 바탕으로 자기불일치의 개념에 대한 설명을 보충하였고 표현이 매끄럽지 않은 문항들을 수정하였다. 본 조사는 수도권 소재의 중학교 3개교의 학생 330명과 일반계 고등학교 2개교의 학생 321명, 총 651명을 대상으로 실시하였다. 조사에 앞서 연구의 목적과 소요시간 등을 학교 측에 말씀드리고 담당교사의 허락 하에 조사를 진행하였다. 응답이 완료된 질문지는 작성이 끝난 직후에 연구자에 의해 수거가 이루어졌다. 배부된 질문지는 651부였으며 전량 회수되었으며, 무응답으로 인하여 분석에 사용할 수 없는 42부를 제외한 나머지 609부를 최종

분석에 사용하였다.

Ⅲ. 결과분석

4. 자료분석

연구를 위해 수집된 자료는 SPSS 18.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 수집된 자료의 일반적 경향성을 알아보기 위하여 기술통계(평균, 표준편차)를 실시하였고 중학생과 고등학생 간의 차이가 존재하는지를 알아보기 위하여 *t*검증을 실시하였다. 또한 회귀분석에 앞서 측정 변인들 간의 관계를 알아보기 위하여 Pearson의 적률상관분석을 실시하였다. 청소년의 자기불일치와 우울 및 불안의 관계에서 대처방식과 희망적 사고의 조절효과 확인을 위하여 중다회귀분석을 실시하였다. 조절효과를 알아보기 위해서는 독립변인과 조절변인의 곱인 상호작용항을 회귀모형에 투입하게 되는데, 이 과정에서 발생할 수 있는 다중공선성의 문제를 방지하기 위하여 독립변인과 조절변인을 평균중심화(mean-centering)의 방법에 따라 중심화하였고, 중심화한 변인들의 곱으로 생성된 상호작용항을 분석에 사용하였다.

1. 측정변인들의 일반적 경향

1) 측정 변인들의 평균 및 표준편차

본 연구에서 측정한 변인들의 점수와 표준편차 및 연령에 따른 차이는 표 1에 제시하였다. 종속변인인 우울 및 불안의 문항평균은 중학생 집단에서 3.50, 고등학생 집단에서 3.90로 나타났다. 중학생의 실제적 자기는 5.93, 이상적 자기는 7.79, 의무적 자기는 7.52였으며, 고등학생의 실제적 자기는 5.92, 이상적 자기는 7.84, 의무적 자기는 7.53이었다. 중학생과 고등학생 모두 이상적 자기개념과 의무적 자기개념이 실제 자기개념보다 높게 나타나, 현재의 모습보다는 자기안내자(self-guide)가 되는 자기의 개념이 더욱 긍정적임을 알 수 있다. 현재의 모습을 나타내는 실제적 자기와 자기안내자가 되는 자기의 개념 간의 차이의 정도를 나타내는 자기불일치 점수는 중학생과 고등학생 모두에게서 실제-이상 자기불일치, 자기불일치 총점, 실제-의무 자기불일치 순으로 크게 나타났다. 중학생이 사용하는 대

〈표 1〉 청소년의 연령에 따른 측정변인들의 평균, 표준편차 및 *t* 검증 결과

	중학생(N = 308)	고등학생(N = 301)	t
	문항평균(표준편차)	문항평균(표준편차)	
우울 및 불안	3.50 (0.91)	3.90(0.88)	-5.55***
자기불일치			
실제-이상 자기불일치	1.86(1.05)	1.92(1.01)	-.70
실제-의무 자기불일치	1.59(0.80)	1.61(0.77)	-.22
자기불일치 총점	1.73(0.84)	1.76(0.83)	-.53
대처방식			
적극적 대처방식	2.87(0.64)	3.00(0.58)	-2.59**
소극적 대처방식	3.13(0.57)	3.18(0.53)	-1.01
희망적 사고	2.77(0.57)	2.68(0.54)	2.08*

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

처방식의 정도를 살펴보면, 적극적 대처방식의 문항평균은 2.87, 소극적 대처방식의 문항평균은 3.13로 나타났으며 희망적 사고의 문항평균은 2.77이었다. 고등학생의 적극적 대처방식의 문항평균은 3.00, 소극적 대처방식의 문항평균은 3.18이었고 희망적 사고의 문항평균은 2.68로 나타났다.

각 변인들에서 중학생과 고등학생의 차이를 검증하고자 *t*검증을 실시한 결과, 중학생보다 고등학생의 우울 및 불안 수준이 유의하게 높은 것으로 나타났다($t_{(607)} = -5.55, p < .001$). 대처방식 중에서는 적극적 대처방식만이 통계적으로 유의한 차이를 보여($t_{(607)} = -2.09, p < .05$), 고등학생이 중학생보다 스트레스 상황에서 적극적 대처방식을 더 많이 사용하고 있다는 것을 알 수 있었다. 희망적 사고의 수준은 고등학생보다 중학생에게서 더 높게 나타났고 이 차이는 통계적으로 유의한 것으로 나타났다($t_{(607)} = 2.08, p < .05$). 중학생과 고등학생에게서 나타나는 차이를 볼 때, 대처방식과 희망적 사고의 조절효과 검증을 위한 회귀분석시 중학생과 고등학생을 구분하여 분석하는 것이 보다 의미있음을 알 수 있다.

2) 측정 변인들 간의 상관관계

대처방식과 희망적 사고라는 두 가지 변인이 가지는 조절효과를 검증하기 위한 기초분석으로 연구에 사용된 변인들 간의 상관관계를 알아보고자 Pearson의 적률상관계수를 산출하였다. 분석은 중학생과 고등학생 집단에서 각각 이루어졌다.

상관분석 결과, 종속변인인 우울 및 불안과 유의한 상관이 있는 변인은 자기불일치, 적극적 대처방식, 희망적 사고로 나타났다. 자기불일치는 우울 및 불안과 유의한 정적 상관을 보였고, 적극적 대처방식과 희망적 사고는 우울 및 불안과 유의한 부적 상관을 보였다. 소극적 대처방식은 종속변인과 유의한 상관을 보이지 않았다. 따라서 이후 실시될 회귀분석에서는 적극적 대처방식과 희망적 사고의 조절효과만을 검증할 것이다.

또한 우울 및 불안에 대한 예측변인들 간의 관계에서 상관계수는 .42 이하로 높지 않았고, 공차한계는 .83~.98, VIF는 1.01~1.21로 나타났다. 이러한 통계치에 근거하여 예측변인인 자기불일치, 대처방식, 희망적 사고 간의 공선성은 문제가 되지 않는 낮은 수준임을 확인하였다.

〈표 2〉 중·고등학생의 측정변인들 간의 상관관계

		1.	2.	3.	4.	5.
1. 우울 및 불안	중학생 고등학생	-				
2. 자기불일치	중학생 고등학생	.39*** .44***	-			
3. 적극적 대처방식	중학생 고등학생	-.27*** -.40***	-.14* -.20***	-		
4. 소극적 대처방식	중학생 고등학생	-.03 -.05	.11* .05	.65*** .38***	-	
5. 희망적 사고	중학생 고등학생	-.56*** -.48***	-.29*** -.32***	.38*** .42***	.13* .23***	-

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

<표 3> 자기불일치가 우울 및 불안에 미치는 영향에 대한 적극적 대처방식의 조절효과 검증을 위한 중다회귀분석

	중학생(N = 308)			고등학생(N = 301)		
	1단계 β	2단계 β	3단계 β	1단계 β	2단계 β	3단계 β
자기불일치	.39***	.36***	.36***	.44***	.38***	.38***
적극적 대처방식		-.22***	-.21***		-.33***	-.34***
자기불일치×적극적 대처방식			.04			.11*
R^2	.15	.20	.20	.20	.30	.31
R^2 변화량		.05	.00		.11	.01
F	54.12***	37.41***	25.10***	72.91***	63.38***	44.60***
F 변화량		17.73***	.60		43.49***	5.24*

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

2. 중·고등학생의 자기불일치가 우울 및 불안에 미치는 영향 : 적극적 대처방식의 조절효과

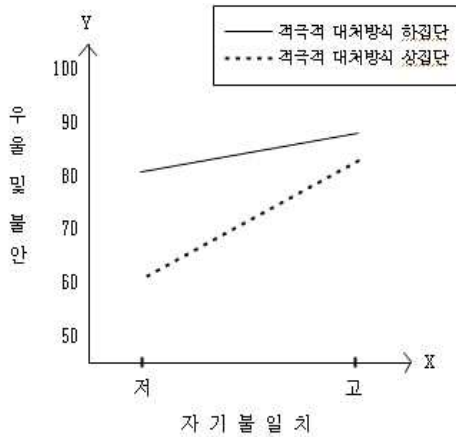
우울 및 불안에 대한 자기불일치의 영향력을 적극적 대처방식이 조절할 수 있는지를 알아보기 위하여 회귀분석을 실시하였다. 적극적 대처방식의 조절효과는 중학생과 고등학생에게서 서로 다르게 나타났다. 회귀분석 결과는 표 3에 제시하였다.

먼저, 중학생 집단에서는 1단계 자기불일치와 2단계 적극적 대처방식의 영향력은 유의하게 나타났다으나, 3단계에서 상호작용항 투입에 따른 F 변화량은 유의하지 않았다. 즉, 중학생은 자기불일치가 낮을수록, 적극적 대처방식이 높을수록 우울 및 불안의 경험이 줄어들지만 자기불일치가 우울 및 불안에 미치는 영향력이 적극적 대처방식의 수준에 따라 달라지는 않는 것으로 드러났다.

한편, 고등학생 집단에서는 적극적 대처방식이 자기불일치와 우울 및 불안의 관계를 조절하고 있음이 확인되었다. 1단계에서 자기불일치를 독립변인으로 투입한 결과 자기불일치가 우울 및 불안에 미치는 영향은 유의하였다($F_{(1, 299)} =$

72.91, $p < .001$). 적극적 대처방식을 추가적으로 투입한 2단계 회귀모형은 1단계보다 11% 증가하여 총 30%의 설명력을 가지며 그 변화는 유의한 것으로 나타났다($\Delta F_{(1, 298)} = 43.49, p < .001$). 이는 자기불일치가 클수록, 적극적 대처방식을 적게 사용할수록 우울 및 불안이 커짐을 의미한다. 마지막으로 자기불일치 총점과 적극적 대처방식의 상호작용항이 추가적으로 투입된 3단계 회귀식의 통계적 유의성도 입증되었다($\Delta F_{(1, 297)} = 5.24, p < .05$). 종속변인에 대한 회귀식의 설명력은 전 단계에 비해 1%가 증가하여 총 31%의 설명력을 갖는 것으로 나타났다. 즉, 고등학생의 적극적 대처방식이 우울 및 불안에 미치는 자기불일치의 영향에 대한 조절변인이 될 수 있음을 의미한다.

회귀분석을 통하여 검증된 상호작용 효과를 시각적으로 나타낸 그래프는 그림 1에 제시하였다. 자기불일치와 적극적 대처방식이 모두 연속변인이므로, 본 연구에서는 Aiken과 West(1996)가 제안한 방법에 따라 독립변인(자기불일치)과 조절변인(적극적 대처방식)을 대표하는 두 점을 서로 연결하여 연속변인 간의 상호작용효과를 그래프로 나타내었다. 그래프에 나타난 상호작용



〈그림 1〉 고등학생의 우울 및 불안에 대한 자기불일치와 적극적 대처방식의 상호작용효과

용효과를 살펴보면, 적극적 대처방식이 낮은 집단에서는 자기불일치 수준에 따른 우울 및 불안의 차이가 크게 나타나지 않았으나 적극적 대처방식이 높은 집단에서는 자기불일치 수준에 따라 우울 및 불안의 수준이 크게 변하는 것을 알 수 있다. 다시 말하면, 자기불일치의 수준이 높을수록 적극적 대처방식의 수준은 우울 및 불안에 큰 영향을 미치지 못하지만, 자기불일치의 수준이 낮아질수록 적극적 대처방식이 우울 및 불안을 완화하는 정도가 급격하게 커

짐을 유추할 수 있다.

3. 중·고등학생의 자기불일치가 우울 및 불안에 미치는 영향 : 희망적 사고의 조절효과

우울 및 불안에 대한 자기불일치의 영향력을 희망적 사고가 조절할 수 있는지를 알아보기 위하여 회귀분석을 실시하였다. 희망적 사고의 조절효과는 중학생과 고등학생에게서 서로 다르게 나타났다. 회귀분석 결과는 표 4에 제시하였다.

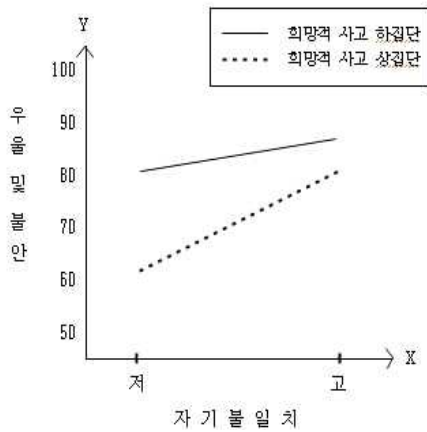
중학생 집단에서는 1단계 자기불일치와 2단계 희망적 사고의 영향력은 유의하게 나타났으나, 3단계에서 상호작용항 투입에 따른 F 변화량은 유의하지 않았다. 즉, 중학생은 자기불일치가 낮을수록, 희망적 사고가 높을수록 우울 및 불안의 경험이 줄어들지만 자기불일치가 우울 및 불안에 미치는 영향력이 희망적 사고의 수준에 따라 달라지지는 않는 것으로 드러났다.

한편, 고등학생 집단에서는 희망적 사고가 자기불일치와 우울 및 불안의 관계를 조절하고 있음이 확인되었다. 1단계에서 자기불일치를 독립변인으로 투입한 결과 자기불일치가 우울 및 불안에 미치는 영향은 유의하였다($F(1, 299) = 72.91$,

〈표 4〉 자기불일치가 우울 및 불안에 미치는 영향에 대한 희망적 사고의 조절효과 검증을 위한 중다회귀분석

	중학생(N = 308)			고등학생(N = 301)		
	1단계 β	2단계 β	3단계 β	1단계 β	2단계 β	3단계 β
자기불일치	.39***	.24***	.24***	.44***	.32***	.38***
희망적 사고		-.51***	-.51***		-.39***	-.41***
자기불일치×희망적 사고			-.03			.13*
R^2	.15	.39	.39	.20	.33	.34
R^2 변화량		.24	.00		.13	.01
F	54.12***	96.45***	64.49***	72.91***	74.80***	51.88***
F 변화량		118.08***	.74		61.85***	4.35*

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



〈그림 2〉 고등학생의 우울 및 불안에 대한 자기불일치와 희망적 사고의 상호작용효과

$p < .001$). 희망적 사고를 추가적으로 투입한 2 단계 회귀모형은 1단계보다 13% 증가하여 총 33%의 설명력을 가지며 그 변화는 유의한 것으로 나타났다($\Delta F(1, 298) = 61.85, p < .001$). 이를 통하여 희망적 사고를 적게 사용할수록 우울 및 불안이 커짐을 알 수 있다. 마지막으로 자기 불일치 총점과 희망적 사고의 상호작용항이 추가적으로 투입된 3단계 회귀식의 통계적 유의성도 입증되었다($\Delta F(1, 297) = 4.35, p < .05$). 종속변인에 대한 회귀식의 설명력은 전 단계에 비해 1%가 증가하여 총 34%의 설명력을 갖는 것으로 나타났다. 즉, 고등학생의 희망적 사고가 우울 및 불안에 미치는 자기불일치의 영향에 대한 조절변인이 될 수 있음을 의미한다.

회귀분석을 통하여 검증된 상호작용 효과를 시각적으로 나타낸 그래프는 그림 2에 제시하였다. 그래프에 나타난 상호작용효과를 살펴보면, 희망적 사고 수준이 낮은 집단에서는 자기불일치 수준에 따른 우울 및 불안이 큰 차이가 없었으나 희망적 사고 수준이 높은 집단에서는 자기불일치 수준이 변화함에 따라 우울 및 불안의 수준이 크게 변하는 것을 알 수 있다. 다시 말하면,

자기불일치가 클 때 희망적 사고가 우울 및 불안을 완화하는 정도는 크지 않지만 자기불일치의 수준이 낮아질수록 희망적 사고의 효과가 영향력이 발휘되어 우울 및 불안의 경험을 줄여주는 것으로 유추할 수 있다.

IV. 논의 및 결론

중학생과 고등학생의 우울 및 불안 수준을 살펴보면, 고등학생의 우울과 불안의 수준은 중학생은 우울 및 불안 수준보다 높게 나타났다. 이는 초기 청소년기의 불안정하던 정서가 연령의 증가에 따라 보다 강렬한 수준의 정서로 내면에 자리하게 된다는 한상철(2004)의 주장과 맥을 같이 한다. 또한 Peterson (1988)에 따르면 초기 청소년기에 경험하게 되는 혼란과 불안이 연령이 증가함에 따라 우울감으로 자리 잡을 수 있다고 하였는데, 이 역시 고등학생의 강렬한 부정적 정서 경험과 특히 높은 우울 수준에 대한 이유를 설명해줄 수 있을 것이다.

자기개념과 자기불일치 수준은 중학생과 고등학생 간에 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 이는 연령이 증가함에 따라 자기불일치를 보다 선명하고 크게 지각한다고 주장한 다수의 선행연구들과는 일치하지 않는 결과이다 (Ferguson, Hafen, & Laursen, 2010; Harter, Bresnick, Bouche, & Whitesell, 1997). 하지만 청소년기의 자기개념과 관련된 최근의 연구를 보면, 자아정체감의 확립이 점차적으로 늦어지고 있으며 중학생과 고등학생이 인식하는 자기에 대한 개념이 크게 차이를 보이지 않는다는 것을 밝혔다(Crocetti, Rubini, Luyckx, & Meeus, 2008). 자아정체감의 획득은 자기개념간의 통합과 깊은 관련이 있다는 점을 생각해 볼 때, 이러

한 현상은 중학생과 고등학생의 자기불일치 수준에 차이가 없었던 본 연구의 결과와 일치한다. 이는 점차 늦어지고 있는 독립의 시기와 입시위주의 청소년기 생활이 청소년들에게 자신에 대하여 깊이 있게 탐구할 기회가 주어지지 않아 대학생이 되어서야 자기개념에 대한 진지한 고찰을 할 여유가 생기기 때문으로 사료된다.

중·고등학생의 대처방식 사용 경향은 대처방식의 하위요인인 적극적 대처방식과 소극적 대처방식에 따라 다르게 나타났다. 적극적 대처방식의 사용은 중학생에 비해 고등학생이 더 많은 것으로 드러난 반면, 소극적 대처방식의 사용은 두 집단 간의 차이를 찾을 수 없었다. Fischer(1980)에 따르면, 청소년기에 발달하기 시작되는 추상적 사고는 연령이 증가함에 따라 세련되어져 문제해결 상황에서 사용할 수 있는 인지적 기술이 보다 효과적으로 바뀌어간다. 이는 신현숙과 구본용(2001)이 청소년기에 연령의 증가에 따라 사용하는 스트레스 대처방식의 종류가 증가하며 그 중 다수가 적극적 대처방식에 해당하는 대처행동이라고 보고한 결과와도 맥을 같이 한다. 즉, 인지발달적 관점에서 보는 중학생 시기는 비교적 성숙하고 효율적인 대처방식인 적극적 대처방식의 사용이 아직 익숙하지 못한 시기이므로 이러한 결과가 나타난 것으로 생각해볼 수 있다. 또한 초기 청소년기에 겪게 되는 급격하고 다면적인 변화에 대한 근원적인 이해나 정면 돌파가 쉽지 않을 수 있어 고등학생에 비해 적극적 대처방식의 사용이 낮게 나타난 것으로 이해할 수 있을 것이다.

희망적 사고는 중학생과 고등학생 모두 보통 이상의 수준을 보였다. 희망적 사고가 높다는 것은 목표성취에 대한 동기나 의지력이 크다는 것을 의미한다. 중학생의 희망적 사고가 고등학생의 희망적 사고보다 통계적으로 유의한 수준에

서 높게 나타났다는 것은 중학생이 고등학생보다 목표를 향한 의욕이나 동기, 목표 성취 가능성을 높게 지각한다는 것을 의미한다. 이러한 현상은 개인의 희망적 사고 수준이 현재까지의 축적된 경험과 개인의 기본적인 특성의 상호작용 결과로 결정된다는 Snyder(1994)의 희망이론을 통하여 설명되어질 수 있을 것이다. 대학 입시라는 우리나라의 독특한 문화적 특성 때문에 고등학생 시기에 경험하는 외부적 압력과 주관적 실패는 중학생 시기에 경험하는 것 보다 훨씬 많고 반복적이다. 즉, 개인의 좌절경험은 목표에 대한 성취 가능성을 낮게 지각하게 만들고, 이는 낮은 희망적 사고 수준으로 이어질 가능성이 있다. 한편, 중학생과 고등학생의 희망적 사고 수준이 통계적으로 유의한 수준에서 차이를 보이고는 있지만 문항평균을 비교해보면 실제로는 점수차가 크지 않다는 점을 생각해 볼 때, 중학생과 고등학생의 희망적 사고 수준이 차이가 있는지에 대한 추가적인 논의가 필요할 것으로 보인다.

적극적 대처방식의 조절효과는 고등학생 집단에서만 유의한 것으로 나타났다. 이는 자기불일치가 낮을수록, 적극적 대처방식이 높을수록 고등학생이 경험하는 우울 및 불안의 수준은 낮은 것이고, 그에 더하여 적극적 대처방식의 수준에 따라 자기불일치가 우울 및 불안에 미치는 영향력이 변화하게 된다는 것을 의미한다. 구체적으로 살펴보면 자기불일치가 낮은 수준일 때는 적극적 대처방식을 많이 사용할수록 부정적 정서가 큰 폭으로 완화됨을 보였으나, 반대로 자기불일치 수준이 높을 때에는 적극적 대처방식의 사용이 부정적 정서 완화에 큰 영향을 미치지 못하였다. 이는 일반적인 조절효과와는 조금 다른 양상으로, 적극적 대처방식은 개인이 지각하는 문제 상황이 아주 심각한 경우보다는 그렇지 않을 경우에 상대적으로 더 효과적임을 의미한다.

고등학생에게서만 이러한 조절효과가 나타난 것은 자기불일치라는 요인의 영향력이 상대적으로 우세하기 때문인 것으로 생각해 볼 수 있다. 즉, 고등학생에게서 적극적 대처방식이 우울 및 불안의 분산을 설명해주는 중요한 요인 중 하나이기 는 하나, 자기불일치라는 보다 근원적이고 내재적인 문제에 대하여서는 그 영향력에서 차이가 발생한다는 것이다. Ferguson, Hafen과 Laursen (2010)은 청소년기에서 연령의 증가에 따라 자기불일치가 개인의 삶에 미치는 영향력이 강력해진다고 보고하였는데, 이는 연령의 증가에 따른 고도로 추상화된 사고의 발달과 내적인 자기 탐구에 대한 관심의 증가로 설명될 수 있다고 하였다. 본 연구에서 고등학생에게서만 적극적 대처방식의 조절효과가 나타난 것도 자기불일치의 영향력이 고등학생에게서 보다 강력하게 나타날 수 있음에 근거한다고 해석해볼 수 있을 것이다.

희망적 사고의 조절효과도 적극적 대처방식의 조절효과와 유사한 양상으로 나타났다. 자기불일치와 희망적 사고의 상호작용항은 중학생의 부정적 정서를 예측하는 변인으로서는 유의하지 못하였으나, 고등학생의 부정적 정서를 예측하는 변인으로서는 유의하였다. 희망적 사고의 조절효과는 적극적 대처방식과 마찬가지로 일반적인 보호요인의 역할과는 조금 다르다. 하지만 이 역시 개인의 자아상과 긴밀한 관련이 있는 자기 개념 간의 불일치라는 중요한 개인 내적인 변인과의 상호작용이기 때문에 나타난 현상으로 보인다. 자기불일치가 작을수록 희망적 사고가 부정적 정서를 완화하는 효과가 더욱 강하게 나타나는 반면 자기불일치가 클수록 희망적 사고의 효과는 줄어드는 것은, 고등학생에게서 희망적 사고보다는 자기불일치의 영향력이 더 강력함을 의미하는 것으로 해석해볼 수 있다. 자기불일치는 일시적인 스트레스가 아닌 내면적인 갈등이

며 특히 청소년기에 자기에 대한 관심이 극대화 된다는 사실을 생각해볼 때, 자기불일치 수준이 높을수록 스트레스에 대한 대처방식이나 희망적 사고의 효과로만 그 부정적 영향력을 상쇄시키기에는 다소 부족할 수 있을 것이다. 그럼에도 불구하고 높은 희망적 사고는 우울 및 불안에 대한 자기불일치의 영향력을 상쇄시키며 특히 희망적 사고의 수준이 클수록 자기불일치가 낮을수록 그 효과가 극대화됨이 통계적으로 유의하게 드러났다는 것은 희망적 사고가 조절효과를 갖는 다는 것을 보여준다.

다중회귀분석 결과를 요약하면, 고등학생에게서 나타난 적극적 대처방식과 희망적 사고의 조절효과는 적극적 대처방식과 희망적 사고의 수준에 따라 자기불일치 총점과 부정적 정서의 관계가 달라진다는 것을 의미한다. 이러한 조절효과가 고등학생에게서만 나타난 것은 연령이 증가함에 따라 청소년의 인지적 발달과 통합도 함께 이루어져서 단순히 자기불일치가 클수록, 적극적 대처방식의 사용이 적을수록, 희망적 사고 수준이 낮을수록 부정적 정서가 커지는 것이 아니라 적극적 대처방식이나 희망적 사고가 자기불일치가 부정적 정서에 미치는 영향을 어느 정도 조절해줄 수 있음을 의미한다고 해석할 수 있겠다.

본 연구가 가지는 시사점과 의의는 다음과 같다. 첫째, 청소년의 자기불일치와 대처방식, 희망적 사고, 부정적 정서의 수준이 중학생과 고등학생에게서 어떤 차이를 보이는지 살펴보았다. 중학생과 고등학생은 청소년기라는 동일한 발달 단계 상에 있으나 서로 다른 특징을 가지는 것을 보여주었고, 이를 근거로 앞으로의 청소년 연구에서 연구대상의 연령 또한 중요하게 고려되어야 할 것을 제한할 수 있다. 둘째, 대처방식과 희망적 사고가 부정적 정서에 미치는 자기불일치

총점의 영향력을 어떤 방식으로 조절하는지를 보여 주었다. 이러한 조절효과를 바탕으로 하였을 때, 자기불일치 총점으로부터 파생되는 부정적 정서를 완화시키기 위해서는 고등학생의 적극적 대처방식을 개발해 주고 희망적 사고의 수준을 높여 주는 것이 도움이 될 수 있을 것이다. 또한 개인의 자기불일치 수준을 고려하여 개인에게 보다 적합한 해결책을 강구한다면 보다 효과적으로 부정적 정서의 완화를 이끌 수 있을 것이다.

마지막으로 본 연구의 제한점을 밝히면서 후속 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 자기불일치 측정은 청소년이 지각하는 여러 자기표상에 대한 정보를 얻은 후 그 차이를 연구자가 계산하는 방식으로 이루어졌다. 이 방법은 여러 선행연구에서 그 타당성이 검증되어왔고 본 연구의 대상인 청소년에게 보다 적합한 것으로 판단되었기는 하나, 자기불일치 개념을 처음 제안한 Higgins(1997)의 측정방법과는 조금 다르다. 따라서 다양한 방법을 통한 자기불일치의 측정이 이루어진다면 보다 정확한 자기불일치 수준을 파악할 수 있을 것이라 기대된다. 둘째, 적극적 대처방식과 희망적 사고가 우울 및 불안에 대한 자기불일치의 영향을 조절하는 변인으로 확인되었으나 그 효과의 크기는 크지 않은 것으로 나타났다. 따라서 자기불일치의 영향력을 조절하여 보호요인으로 작용할 수 있는 다양한 요인들을 충분히 고려한다면 청소년을 이해하고 그들에게 도움을 주는데 중요한 역할을 할 것으로 보인다.

참 고 문 헌

공수자 · 이은희(2006). 여자대학생들의 생활스트레스와 우울간의 관계에서 대처방식의 매개효과. **한국심리학회지 : 여성**, 11(1), 21-40.

김정희 · 이장호(1985). 스트레스 대처방식의 구성요인 및 우울과의 관계. **행동과학연구**, 7(10), 127-138.

김정희 · 이장호(1988) 지각된 스트레스, 인지세트 및 대처방식의 우울에 대한 작용-대학신입생의 스트레스 경험을 중심으로-. **한국심리학회지**, 1(1), 25-45.

보건복지부(2006). **정신질환실태조사**. 서울: 보건복지부 건강정책국 정신건강정책과.

서수균(1996). 자기집중적 주의 : 실제 자기 개념 및 자기 안내자 선호성을 고려한 자기 불일치와 우울 및 불안의 관계. 서울대학교 대학원 석사학위 청구논문.

신현숙 · 구분용(2001). 청소년의 스트레스 대처방식과 적응과의 관계. **청소년상담연구**, 9(1), 189-225.

이은영(1991). 자기불일치 인지기제에 따른 우울과 불안의 공존현상. 고려대학교 대학원 박사학위 청구논문.

정옥분(2008). **청년발달의 이해**. 서울: 학지사.

진승하 · 신회천(2010). 스트레스와 우울의 관계에서 희망의 조절효과 : 희망의 2요인 모델을 중심으로. **상담학연구**, 11(4), 1519-1535.

질병관리본부(2009). **청소년건강행태온라인조사**. 서울: 보건복지부 질병관리본부.

최윤희(2008). 희망척도의 타당화 연구. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.

한상철(2004). **청소년학 : 청소년 이해와 지도**. 서울: 학지사.

Aiken, L. S., & West, S. G. (1996). *Multiple regression : Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA : Sage.

Arnau, R. C., Rosen, D. H., Finch, J. F., Rhudy, J. L., & Fortunato, V. J. (2007). Longitudinal effects of hope on depression and anxiety : A latent variable analysis. *Journal of Personality*, 71(1), 43-63.

Crocetti, E., Rubini, M., Luyckx, K., & Meeus, W. (2008). Identity formation in early and middle adolescents from various ethnic groups : From three dimensions to five statuses. *Journal of*

- Youth and Adolescence*, 37(8), 983-996.
- Erikson, E. K. (1968). *Identity : Youth and Crisis*. New York : W. W. Norton.
- Felsten, G. (2004). Stress reactivity and vulnerability to depressed mood in college students. *Personality and Individual Differences*, 36(4), 789-800.
- Ferguson, G. M., Hafen, C. A., & Laursen, B. (2010). Adolescent psychological and academic adjustment as a function of discrepancies between actual and ideal self-perceptions. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(12), 1485-1497.
- Fischer, K. W. (1980). A theory of cognitive development : The control and construction of hierarchies of skills. *Psychological Review*, 87(6), 477-531.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 466-475.
- Harter, S., Bresnick, S., Bouchey, H. A., & Whitesell, N. R. (1997). The development of multiple role-related selves during adolescence. *Development and Psychopathology*, 9(4), 835-853.
- Higgins, E. T., Bond, R. N., Klein, R., & Strauman, T. (1986). Self-discrepancies and emotional vulnerability : How magnitude, accessibility, and type of discrepancy influence affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(1), 5-15.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy : A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94(3), 319-340.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York : Springer.
- Pearlin, L. I., & Schooler, C. (1979). Some extensions of "The structure of coping." *Journal of Health and Social Behavior*, 20(2), 202-205.
- Peterson, A. C. (1988). Adolescent development. *Annual Review of Psychology*, 39, 583-607.
- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy*. New York : Houghton Mifflin.
- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the Self*. New York : Basic Books.
- Snyder, C. R. (1994). *The psychology of hope : You can get there from here*. New York : The Free Press.
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory : Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249-275.
- Snyder, C. R., Cheavens, J., & Sympson, S. C. (1997). Hope : An individual motive for social commerce. *Group Dynamics : Theory, Research, and Practice*, 1(2), 107-118.
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., & Sigmon, S. T., et al. (1991). The will and the ways : Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(4), 570-585.

2011년 8월 31일 투고, 2011년 10월 31일 수정
2011년 11월 3일 채택