

공동 반추가 청소년의 우울에 미치는 영향: 반추와 공감의 매개 효과*

이 서 희†

충북대학교 심리학과
석사 졸업생

안 정 광‡

충북대학교 심리학과
조교수

본 연구에서는 청소년의 공동 반추 관계가 반추와 공감을 통해 우울 증감에 양가적 영향을 주는 경로를 검증하고자 하였다. 이를 위해 만 15세 이상 17세 이하의 청소년 411명을 대상으로 설문을 진행하였으며, 수집된 자료를 바탕으로 공동 반추와 우울 관계에서 반추와 공감의 이중 매개 효과를 분석하였다. 분석 결과는 다음과 같다. 첫째, 공동 반추가 우울에 직/간접적으로 미치는 영향은 유의하지 않은 것으로 나타났다. 둘째, 공동 반추는 자책을 증가시켰고, 증가한 자책이 자기 지향적 공감을 증가시키는 경로로 우울이 증가하였다. 셋째, 공동 반추는 속고를 증가시켰고, 증가한 속고가 인지적 공감을 증가시키는 경로로 우울이 감소하였다. 이와 같은 결과는 공동 반추가 복합적인 구성 개념이며, 우울에 양가적 영향을 줄 수 있음을 의미한다. 본 연구는 공동 반추가 우울에 영향을 미치는 과정에 대한 세부적인 이해를 제공하고, 공동 반추 관계를 적용적으로 이끌 방향성을 제시했다는 데 주요한 의의가 있다.

주요어 : 청소년 우울, 공동 반추, 자책, 속고, 공감

* 본 연구는 교신저자의 지도로 완성된 제 1저자의 석사 졸업 논문에 기초하였음.

† 제 1저자 : 이서희, 충북대학교 심리학과 석사 졸업생

‡ 교신저자(Corresponding Author) : 안정광, 충북대학교 심리학과 조교수 / 충북 청주시 서원구 충대로 1

Tel : 043-261-2185 / E-mail : jkahn@cbnu.ac.kr

마음의 감기라고 불리는 우울증은 사람들이 살아가며 가장 흔하게 겪는 정신질환이다. 보건복지부(2016)의 정신질환 실태조사에 의하면 우울증의 평생 유병률은 5%로 한국인 20명 중 한 명은 평생 한 번 이상 우울증에 걸리는 것으로 보고되었다. 지난 2016년 64만 3138명이었던 우울증 치료 인원은 2019년 79만 8495명으로 집계되어 지속적인 증가세를 보였는데, 60대 이상 노인층의 증가율 11% 비해, 30대는 33%, 20대는 86%, 10대 증가율은 83%로 그 수가 급증하는 양상을 보였다(건강보험심사평가원, 2019). 나아가 청소년의 경우, 4명 중 1명이 일상생활을 중단할 정도로 슬프거나 절망감을 느끼는 우울 증상을 경험하는 것으로 나타났다(통계청, 2018). 우울을 겪는 연령층이 점차 낮아지고 그 정도와 심각성이 증가하여 사회적 문제로 대두되고 있기 때문에, 청소년기 우울의 형성과 발전 과정을 이해하는 것은 매우 중요한 일이라고 볼 수 있다.

청소년기 우울 증상은 또래와의 상호작용으로 인해 악화되는 특징이 있다(Dishion & Tipsord, 2011; Felton, Cole, Havewala, Kurdziel, & Brown, 2019; Prinstein, 2007; Rose, Glick, Smith, Schwartz-Mette, & Borowski, 2017; Schwartz-Mette & Rose, 2012; Schwartz-Mette & Smith, 2018; Smith-Schrandt, 2013). 선행 연구 결과, 청소년 우울은 친구의 우울 수준에 영향을 받으며, 또래 상호작용을 통해 심화되는 것으로 나타났다(Rose, 2002; Schwartz-Mette & Rose, 2012; Schwartz-Mette & Smith, 2018; Stone & Gibb, 2015). 또한 관계를 통한 청소년의 우울 경험은 상대방을 좋게 지각하고 친밀감을 높게 평가할수록 증가하였다(Bastin, Vanhalst, Raes, & Bijttebier, 2017; Felton et al., 2019; Prinstein, 2007; Rose, 2002; Rose, Carlson, & Waller, 2007;

Schwartz-Mette & Smith, 2018; Spindelw, Simonds, & Avery, 2017). 긍정적인 또래 관계에도 불구하고 개인의 심리 내적 문제가 악화되는 이유는, 청소년들이 이런 상호작용으로 인해 문제에 지나치게 몰입하기 때문이다(Rose, 2002). Rose(2002)는 이와 같은 현상을 설명하기 위해 ‘비의도적으로 반복되어 침습하는 사고’로 정의되는 부적응적 인지 양식인 반추(rumination)의 특성을(Martin, Shrira, & Startup, 2004) 사회 관계적 맥락으로 확장하여 ‘공동 반추(co-rumination)’라는 개념을 제시하였다.

공동 반추란 ‘상호 관계에서 개인적인 문제에 대해 지나치게 반복적으로 논의하는 것’을 말한다(Rose, 2002). 친밀한 사람과 깊은 주제로 대화하는 공동 반추 관계는 문제와 생각을 상대방과 공유하는 자기 개방(self-disclosure)의 성격을 가짐과 동시에 반추의 속성을 기반으로 하고 있다. 따라서 친밀성이 증가하는 한편 심리 내적 증상은 악화되는 양상을 보인다(Bastin et al., 2017; Felton et al., 2019; Rose, 2002; Rose et al., 2007). 그러나 공동 반추는 부적응적 결과가 도출된다는 점에서 긍정적 상호작용으로 간주되는 자기 개방과 다르며, 사회적이라는 측면에서 반추와 구분된다(Rose, 2002; Rose et al., 2007).

많은 선행 연구들에서 청소년 집단의 공동 반추 관계가 청소년 개인의 우울 수준을 증가시킨다고 보고하였다(Bastin, Bijttebier, Raes, & Vasey, 2014; Bastin et al., 2017; Felton et al., 2019; Prinstein, 2007; Rose, 2002; Schwartz-Mette & Smith, 2018; Spindelw et al., 2017). 중단 설계로 살펴본 연구에서, 공동 반추를 할수록 청소년의 우울 수준이 증가하였으며, 나의 우울이 친구의 우울 수준에 정적 영향을 받는 양상도 나타났다(Rose et al., 2017;

Schwartz-Mette & Rose, 2012; Schwartz-Mette & Smith, 2018). 더불어 공동 반추 관계에 있는 친구를 긍정적으로 지각하는 현상도 확인되었다(Bastin et al., 2017; El Ramahi, 2010; Felton et al., 2019; Prinstein, 2007). 연구자들은 공동 반추가 또래 관계를 긍정적으로 지각하는 데 영향을 미치기 때문에 청소년들이 관계를 통해 우울을 경험할 뿐 아니라, 우울에 취약한 인지 양식을 학습할 위험이 있다고 보았다(Aldrich, Lisitsa, Chun, & Mezulis, 2019; Bastin et al., 2017; Felton et al., 2019; Schwartz-Mette & Smith, 2018; Spindel et al., 2017).

Rose(2002)는 공동 반추가 우울에 직접적으로 영향을 미치기보다 공동 반추 관계로 활성화되는 개인의 반추 수준이 주요한 매개 역할을 하는 것으로 보았다. 반추는 단일 개념으로 사용되는 한편 양가적 측면이 고려되는 변인으로, 연구자들은 문제에 초점이 맞춰진 침습적 반복 사고는 부적응적이지만, 이에 대한 이해를 증가시켜 심리적으로 유익할 수 있다고 본다(Martin, Tesser, & McIntosh, 1993; Trapnell & Campbell, 1999). 이러한 맥락에서 Trapnell과 Campbell(1999)은 부정적인 내부 초점을 자책(rumination)으로, 자기 이해와 통찰을 높여 심리적 건강에 도움을 주는 유익한 내부 초점은 숙고(reflection)로 구분하였다¹⁾. 반추(자책/숙고)의 구체적인 정의는 연구자에 따라 차이가 있으나, 자책을 개인의 부적응적인 반응 양식으로, 숙고는 보다 적응적인 반응 양식으로 보는 관점은 동일하다(Watkins, 2008). 공동 반추는 개인의 반추 수준을 강화할 수 있다.

1) 본 연구에서는 반추에 대한 이종은(2016)의 정리를 참고하여, 자책과 숙고를 포함하는 포괄적인 개념을 ‘반추’로, 그 하위 유형은 각각 ‘자책’과 ‘숙고’로 명명하였다.

이때 부적응적 반추인 자책이 심화되면 우울에 악영향을 끼친다(Aldrich et al., 2019; El Ramahi, 2010; Felton et al., 2019; Rose, 2002; Rose et al., 2007; Schwartz-Mette & Smith, 2018; Spindel et al., 2017). 그러나 자책과 달리 숙고는 심리적 고통 및 부적응과 관련 없거나 오히려 이를 감소시키는 것으로 나타난 바 있다(이종은, 2016; Luca, 2019; Segerstrom, Stanton, Alden, & Shortridge, 2003; Smith & Alloy, 2009; Takano & Tanno, 2009; Watkins, 2008).

대부분의 공동 반추 연구는 반추를 우울 증가에 영향을 주는 단일 개념으로 보거나, 자책만 고려하는 부적응적 측면에 초점이 맞추어져 있다. 그러나 최근 연구자들은 자책, 숙고의 구분과 함께 공동 반추의 긍정적 측면을 고려할 필요가 있음을 제안하고 있다(Bastin et al., 2014; Bastin et al., 2017; Kroemeke, 2019; Spindel et al., 2017). Bastin 등(2014)과 Bastin 등(2017)에 의하면 공동 반추는 숙고와 정적 상관을 보인 바 있다. 또한 노년층을 대상으로 진행된 Kroemeke(2019)의 연구에서 공동 반추는 삶의 질 향상을 위해 전략적으로 사용될 수 있으며, 나아가 긍정적인 영향도 줄 수 있음이 시사되었다. 이러한 맥락에서 공동 반추가 우울에 미치는 영향은 양가적 차원으로 생각할 수 있으며, 이 관계의 주요 매개 변인인 반추 역시 우울 증가의 부정적 차원(자책)과 우울 감소의 긍정적 차원(숙고)으로 고려되어야 할 것이다.

한편 공동 반추가 적응적으로 기능할 가능성에도 불구하고 경로가 명확히 확인되지 못한 것은, 반추가 두 유형으로 나뉘는 것과 더불어 공동 반추 관계에 영향을 주는 변인이 다양하기 때문이다(Bastin et al., 2017; Calmes & Robert, 2008; Guassi Moreira, Miernicki, & Telzer,

2016). 그중에서도 공감(empathy)은 관계 파생적 주요 변인으로 주목받고 있다(Schwartz-Mette & Smith, 2018; Smith & Rose, 2011). 공감은 상대방의 의도, 생각 등에 대한 이해를 바탕으로 마치 내가 상대방인 듯 그 정서를 경험하는 능력을 말한다(Batson, 2009). 공감은 크게 타인의 생각, 바람, 믿음, 의도, 인식과 같은 마음 상태를 표상하는 능력인 인지적 공감(cognitive empathy)과 상대방의 정서 상태를 경험하고 이를 반영하며 공유하는 능력인 정서적 공감(affective empathy)으로 분류된다(Blair, 2005). 인지적 공감은 심리 내적 문제와 유의하지 않거나 부적 상관을 보이는 것으로 나타나(O'Connor, Berry, Weiss, & Gilbert, 2002; Smith & Rose, 2011), 적응적 양상과 관련된 변인으로 언급되고 있다(Joireman, 2004; Joireman, Parrott, & Hammersla, 2002). 정서적 공감은 타인의 입장에서 문제를 이해하고 상대방을 도우려는 이타적 공감 반응인 타인 지향적 공감과 타인의 부정적 상태를 내 입장으로 이해하고 부적 정서를 경험하는 자기 지향적 공감으로 구분된다(Batson, 2009; Davis, 1980). 타인 지향적 공감은 우울, 반추와 유의한 상관을 보이지 않은 반면(O'Connor et al, 2002; Joireman, 2004; Joireman et al, 2002), 자기 지향적 공감은 우울과 같은 부적응적인 문제와 관련을 보인 바 있다(김여진, 류석진, 조현주, 2019; Schwartz-Mette & Smith, 2018). 우울한 사람들은 공감의 하위 유형 중 특히 자기 지향적 공감 수준이 높은 경향이 있음이 밝혀졌으며(Lee, 2009; Kim & Han, 2018; Tone & Tully, 2014; Yang, 2019), 타인 지향적 공감과는 달리 자기 지향적 공감만이 우울 및 신경증적 성향과 정적 상관을 보이는 것이 발견되었다(O'Connor et al., 2002). 이에 본 연구에서는 우

울 및 반추와 관련 있는 변인으로 알려진 인지적 공감과 자기 지향적 공감 개념을 사용하였다.

공동 반추 연구자들은 공동 반추의 부정적 결과가 상호작용에서 나타나는 과도하고 왜곡된 공감 능력과 관련될 수 있다고 보았다(Smith & Rose, 2011). 공동 반추 상호작용은 필연적으로 관계적 스트레스를 유발하며 보다 정서적인 접근이 일어나는데(Smith & Rose, 2011), 이때 부적절한 방향과 강도로 공감 반응을 하면서 부적응적인 결과가 도출된다는 것이다(Schwartz-Mette & Smith, 2018; Tone & Tully, 2014). Smith와 Rose(2011)는 왜곡된 공감 반응이 심리 내적 문제를 일으킬 수 있음을 강조하며, 공동 반추 관계 내 공감의 영향에 대한 세부적인 이해의 필요성을 제안하였다.

공동 반추가 우울 증가에 미치는 영향을 자기 지향적 공감을 들어 구체적으로 살펴본 것으로 Schwartz-Mette와 Smith(2018)의 연구가 있다. 연구 결과 자기 지향적 공감이 조절된 때 개 효과를 보여, 공동 반추 관계에서 상대방에 대한 자기 지향적 공감이 높을수록 개인의 우울이 증가하는 것이 밝혀졌다. 이는 공동 반추 상호작용에서 나타나는 공감의 형태가 자신의 입장에서 고려하고 받아들이는 자기 지향적 공감일 때 부적응적인 결과로 연결될 수 있음을 시사한다. 그런데 앞서 언급한 것처럼 공동 반추 관계가 적응적으로 기능할 수 있다면(Bastin et al., 2014; Bastin et al., 2017; Kroemeke, 2019), 이때 나타나는 공감의 양상도 다르게 고려되어야 할 것이다.

공감적 반응의 성향 및 유전적 소인은 자동적이고 원시적인 반응인 반추와 같은 개인의 인지 양식에 영향을 받는다(Tone & Tully, 2014). 이런 맥락에서 반추의 하위 요인인 자

책과 숙고는 개인의 공감 양상과 우울 증감에 관여할 수 있다(김여진 등, 2019; Joireman, 2004; Joireman et al., 2002). 외부 사건에 대해 자책 반응 양식을 사용하는 사람은 타인의 관점을 이해하고 수용하는 데 어려움을 겪는다(Joireman, 2004; Joireman et al., 2002). 또한 Schreier 등(2013)은 자기 자신에게 과하게 주의를 기울이는 우울한 사람들의 반추적 태도가 곧 주관적인 정서에 기반한 공감으로 이어지면서, 대인관계를 해치고 우울을 증가시킬 수 있다고 설명하였다. 반추와 공감 관계를 구체적으로 살펴본 Joireman(2004)과 Joireman 등(2002)은 자책이 부적응적 정서 공감인 자기 지향적 공감과, 숙고가 인지적 공감과 정적 상관을 보이는 것을 확인한 바 있다. 나아가 국내에서는 김여진 등(2019)이 우울과 대인관계 유능성의 관계에서 자책과 자기 지향적 공감을 함께 살펴봄으로써 두 변인의 이중 매개 효과를 확인하였다. 이처럼 공동 반추와 우울 사이의 주요 매개 변인인 개인적 반추는 자책과 숙고라는 하위 유형에 따라 공감 양상에 상이한 영향을 줄 수 있을 것으로 보인다(Joireman, 2004; Joireman et al., 2002). 이는 대인 관계에서 공동 반추로 나타나는 우울 증감 현상의 기제를 설명할 수 있을 것이다.

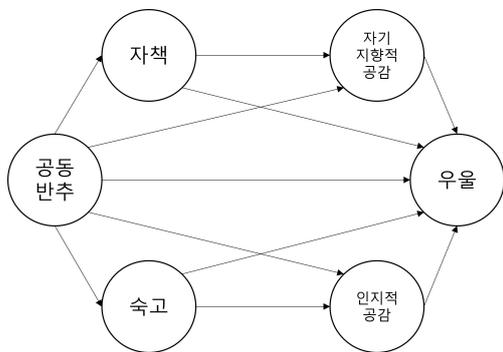


그림 1. 연구모형

본 연구는 공동 반추가 어떤 경로를 통해 우울에 영향을 미치는지 알아보고자 하였다. 구체적으로 공동 반추로 일어나는 자책과 숙고가 부적응적 공감인 자기 지향적 공감과 적응적 공감인 인지적 공감을 통해 우울에 서로 다른 영향을 줄 것이라 가정하였다. 연구 모형은 그림 1과 같다.

방 법

연구 대상

본 연구의 연구 윤리 심의 위원회 승인 번호는 CBNU-202009-HR-0149이며, 고등학교 재학생을 대상으로 하였다. 미성년 대상 연구로 보호자 동의 절차를 거친 후 대면으로 자료를 수집하였다. 연구 참여 가능 의사를 밝힌 충청북도 소재 지역 고등학교 학생을 대상으로 하였으나, COVID-19로 인해 고등학교 3학년의 참여가 어려워 1, 2학년에 재학중인 학생 총 460명을 대상으로 설문조사가 진행되었다. 모든 참가자는 자발적으로 연구에 참여하였고, 수집된 전체 자료 중 불성실하게 작성된 48명, 동의 철회 의사를 밝힌 1명의 자료를 제외한 총 411명의 자료를 분석하였다. 참가자의 성별은 남성 164명(39.9%), 여성 247명(60.1%)이었으며, 평균 연령은 만 16.41세($SD = .68$)였다.

측정 도구

공동 반추 척도(Co-Rumination Questionnaire: CRQ)

본 연구에서는 공동 반추 측정을 위해 Rose

(2002)가 개발한 공동 반추 척도를 오은(2010)이 번안, 타당화 한 척도를 사용하였다. 이 척도는 가장 친밀한 동성 친구와 참가자가 공동 반추하는 정도를 리커트 5점 척도로 평가한다. 척도는 '우리의 문제에 대해 이야기할 때' 12문항과 '우리 중 한 명의 문제에 대해 이야기할 때' 15문항, 총 27문항으로 구성되어 있다. Rose(2002)의 원척도에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .96이었고, 오은(2010)에서의 내적 합치도도 .96으로 나타났다. 본 연구에서의 내적 합치도는 .95였다.

반추-반영 척도(Rumination-Reflection

Questionnaire: RRQ)

자책과 숙고를 측정하기 위해 Trapnell과 Campbell(1999)이 개발하고, 박성륜(2013)이 번안한 총 12문항의 단축형 척도를 사용하였다. 이 척도는 부정적인 내부 초점인 자책과 적응적 자기 초점인 숙고를 리커트 5점 척도로 평가한다. 척도는 자책을 측정하는 6문항과, 숙고를 측정하는 6문항, 총 12문항으로 구성되어 있다. 원척도의 내적 합치도는 자책 .77, 숙고는 .81이었다. 본 연구에서의 내적 합치도는 자책 .81, 숙고 .84로 나타났다.

대인관계 반응 지수(Interpersonal Reaction

Index: IRI)

공감을 측정하기 위해, Davis(1980)가 개발하고 박성희(2004)가 번안한 IRI 척도를 사용하였다. 이 척도는 공감의 개인차를 다차원적으로 측정하며, 각 요인을 리커트 5점 척도로 평가한다. IRI는 총 28문항으로 구성되어 있으며, 인지적 공감과 정서적 공감을 측정한다. 인지적 공감의 하위 요인에는 관점 취하기(perspective taking)와 상상하기(fantasy)가 있고,

정서적 공감의 하위 요인에는 타인 지향적 공감을 측정하는 공감적 관심(empathic concern)과 자기 지향적 공감을 측정하는 개인적 고통(personal distress)이 있다. 상대방의 관점과 태도를 자발적으로 취해보려는 경향을 나타내는 관점 취하기는 7문항, 자신을 상상적으로 책, 영화, 희극 등 허구적 인물의 느낌이나 행동을 전위시켜 보려는 경향을 측정하는 상상하기는 7문항으로 구성되어 있다. 동정을 느끼거나 타인의 감정을 경험하는 정도를 나타내며 타인 지향적 공감을 측정하는 공감적 관심은 7문항, 타인이 심하게 겪는 고통이나 불안에 대해 본인이 느끼는 공포, 불안 반응의 정도를 나타내는 개인적 고통은 7문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 상호작용 상황에서 나타나는 인지적 공감을 측정하기 위한 '관점 취하기' 문항, 부적응적 정서적 공감인 자기 지향적 공감을 측정하는 '개인적 고통' 문항을 사용하였다. Davis(1980)에서의 내적 합치도는 .75~.77, 박성희(2004)에서의 내적 합치도는 .70~.78이었다. 본 연구에서 내적 합치도는 관점 취하기 .70, 개인적 고통 .72로 나타났다.

청소년 우울 척도(Children's Depression

Inventory: CDI)

본 연구에서는 청소년의 우울 측정을 위해 Kovacs(1985)가 개발하고, 신민섭과 김민경(1994)이 심리 측정적 연구를 통해 타당도와 신뢰도를 확인한 척도를 사용하였다. 본 척도는 우울의 인지적 정서적 행동적 증상을 평가하기 위해 만 7세~17세의 아동 및 청소년에게 실시할 수 있는 자기 보고형 척도로 총 27문항으로 구성되어 있다. 척도의 27개 항목은 우울의 주요 증상을 나타내는 우울 정서(negative mood), 대인 장애(interpersonal problem),

무능감(ineffectiveness), 무력감(anhedonia), 자기비하(negative self-esteem)의 5가지 하위 차원으로 나눌 수 있고(조수철, 이영식, 1990), 각 요인은 0~2점 척도로 평가한다. 조수철과 이영식(1990)의 연구결과, CDI의 내적 합치도는 .88이었다. 본 연구에서의 내적 합치도는 .82로 나타났다.

절차 및 분석 방법

수집된 자료는 SPSS 20과 AMOS 18을 통해 분석하였다. 먼저 측정도구 신뢰도 검증을 위한 내적 합치도를 산출하고, 변인 간 기술 통계와 Pearson 상관관계 분석을 실시하였다. 상관관계 분석 결과는 Cohen(1988)의 기준을 참고하였으며, 각 효과 크기는 ‘0.1(작음)’, ‘0.3(중간)’, ‘0.5(큼)’을 기준으로 해석하였다. 다음으로 AMOS 18을 사용하여 모형을 검증하였다. 먼저 측정 모형의 적합도를 확인한 후 구조 모형을 검증하였으며, 모형의 적합도는 대표적인 적합 지수인 χ^2 검정 지수와 모형의 설명력과 간명성을 동시에 반영하는 CFI, TLI, RMSEA, SRMR를 확인하여 보고하였다(홍세희, 2002). χ^2 검정은 표본 수와 모델의 복잡성에 영향을 받는 한계가 있으므로, 다른 적합도 지수를 함께 고려하여 수용 가능성을 판단한다(우종필, 2012; 홍세희, 2002). χ^2 검정은 도출된 χ^2 값의 유의 확률이 유의수준(.05) 이상일 때 양호한 모형으로 본다. χ^2/df 는 2 이하일 때 좋은 모형으로 보고, 3 이하일 때 적절한 모형으로 본다. CFI와 TLI는 .95 이상일 때 좋은 모형, .90 이상일 때 적절한 모형으로 보고(홍세희, 2000), RMSEA와 SRMR은 .05 이하일 때 좋은 모형, .08 이하일 때 적절한 모형으로 본다(Browne & Cudeck, 1993). 마지막으로

편향 조정 부트스트랩 기법을 사용하여 반추와 공감의 매개 효과 및 이중 매개 효과를 검증하였다. 이때 총 1,000개 표본을 원자료로부터 복원 추출하여 간접 효과의 유의성을 신뢰구간(95%) 및 유의수준($\alpha=.05$)을 기준으로 확인하였다(Shrout & Bolger, 2002).

결 과

기술 통계 및 상관 분석 결과

참가자들 측정 변인의 평균, 표준편차 및 측정 변인 간 상관 관계 분석 결과를 표 1에 제시하였다. 참가자 연령은 만 15세-17세 범위였고, 남성은 164명, 여성은 247명이었다. 여학생이 남학생보다 공동 반추, $t(409) = 2.48, p < .05$, 자책, $t(409) = 3.87, p < .001$, 우울, $t(409) = 2.43, p < .05$, 자기 지향적 공감의 평균값이 유의하게 높은 것으로 나타났다, $t(409) = 5.72, p < .001$. Pearson 상관 관계 분석 결과(표 1), 공동 반추는 자책, 숙고, 인지적 공감, 자기 지향적 공감과 유의한 정적 상관을 보였으며, 상관의 크기는 작은 크기와 중간 크기 사이였다. 공동 반추가 증가될 경우 반추와 공감 모두 증가되는 양상이 확인되었다. 그러나 공동 반추와 우울은 유의한 상관을 보이지 않았다. 자책은 우울, 자기 지향적 공감, 숙고와 유의한 정적 상관을 보였다. 그러나 인지적 공감과는 유의한 상관이 나타나지 않았다. 구체적으로 자책은 숙고와 중간 크기의 상관을 보였고, 관련 변인인 우울, 자기 지향적 공감과는 큰 크기에 가까운 상관이 나타났다. 다음으로 숙고는 인지적 공감과 중간 크기의 유의한 정적 상관을 보였으며, 우

표 1. 변인의 평균, 표준편차 및 상관계수 (N = 411)

	1	2	3	4	5	6
1. 공동 반추	-					
2. 자책	.24**	-				
3. 숙고	.17**	.31**	-			
4. 우울	.00	.46**	.05	-		
5. 인지적 공감	.22**	.09	.32**	-.16**	-	
6. 자기 지향적 공감	.20**	.47**	.02	.39**	.01	-
전체 M(SD)	83.16(20.53)	20.71(4.48)	19.22(4.72)	15.82(8.02)	17.91(4.34)	14.65(4.66)
남	80.09(20.53)	19.67(4.15)	19.59(4.70)	14.65(7.36)	17.58(4.47)	13.10(4.47)
여	85.20(20.31)	21.39(4.56)	18.97(4.73)	16.61(8.36)	18.13(4.24)	15.69(4.51)

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

울, 자기 지향적 공감과는 유의한 상관이 나타나지 않았다. 마지막으로 우울은 인지적 공감과 작은 크기와 중간 크기 사이의 부적 상관을, 자기 지향적 공감과 중간 크기와 큰 크기 사이의 정적 상관을 보였다. 즉 인지적 공감이 증가하면 우울은 감소하고, 자기 지향적 공감이 증가하면 우울도 증가하는 양상이 확인되었다.

측정 모형 및 구조 모형 검증

모형 적합도 확인을 위해 측정 모형을 검증 후 구조 모형을 검증하였다. 측정 모형 검증 결과, 모형 적합도는 수용 가능 수준으로 나타났다. 먼저 χ^2 검정 결과는 모형이 데이터에 적합하지 않은 것으로 나타났으나, $df = 480$, $N = 411$, $p < .001$, 다른 적합 지수들을 살펴보았을 때 측정 모형은 수용 가능한 수준이었다, $\chi^2/df = 2.96$, $CFI = .80$, $TLI = .80$, $RMSEA = .06$, $SRMR = 0.74$.

구조 모형 검증 결과 역시 모형 적합도는

수용 가능 수준인 것으로 나타났다. 먼저 χ^2 검정 결과는 유의하였지만, $df = 479$, $N = 411$, $p < .001$, 다른 적합 지수들을 살펴보았을 때 해당 모형은 수용 가능한 것으로 확인되었다, $\chi^2/df=2.80$, $CFI = .82$, $TLI = .80$, $RMSEA = .06$, $SRMR = 0.74$.

직접 효과 검증

최종 모형의 직접 경로에 대한 B값을 그림 2에 제시하였으며, 각 경로에 따른 유의성 검

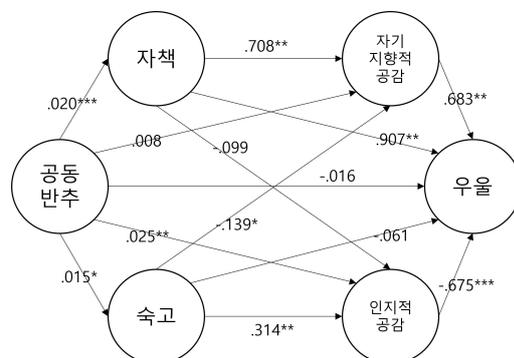


그림 2. 최종 모형의 경로별 효과

표 2. 최종 모형의 경로 분석 결과

		경로			95% 신뢰구간	
		B	β	S.E.	p	하한계 - 상한계
직접 효과	→					
공통 반추	→	우울		.099	.150	-.037 .006
간접 효과						
공통 반추	→	자책	우울	.018	.120**	.007 .035
공통 반추	→	자책	자기 지향적 공감	.014	.200**	.007 .023
공통 반추	→	자책	인지적 공감	-.002	-.029	-.006 .001
자책	→	자기 지향적 공감	우울	.483	.211**	.210 .804
자책	→	인지적 공감	우울	.670	.094	-.020 .222
공통 반추	→	자기 지향적 공감	우울	.005	-.034	.000 .016
공통 반추	→	숙고	우울	-.001	-.006	-.006 .002
공통 반추	→	숙고	자기 지향적 공감	-.002	-.029*	-.006 .000
공통 반추	→	숙고	인지적 공감	.005	.066**	.001 .009
숙고	→	자기 지향적 공감	우울	-.095	-.050*	-.229 -.016
숙고	→	인지적 공감	우울	-.212	-.309**	-.412 -.104
공통 반추	→	인지적 공감	우울	-.017	-.110***	-.034 -.009
공통 반추	→	자책	자기 지향적 공감	.010	.064**	.004 .020
공통 반추	→	자책	인지적 공감	.001	.009	.000 .005
공통 반추	→	숙고	자기 지향적 공감	-.001	-.009*	-.004 .000
공통 반추	→	숙고	인지적 공감	-.003	-.021**	-.008 -.001
총 간접 효과				.873	.171	.375
총 효과						
공통 반추	→	우울		-.004	-.026	-.024 .014

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

증 결과는 다음과 같다. 첫째, 공동 반추가 우울에 미치는 영향은 유의하지 않았다. 그러나 공동 반추가 자책, $B = .020, p < .001$, 숙고 $B = .015, p < .05$, 인지적 공감에 영향을 미치는 경로는 정적으로 유의하게 나타났다, $B = .025, p < .01$. 둘째, 각 매개 변인 간 경로를 살펴보았을 때, 자책이 우울, $B = .907, p < .01$, 자기 지향적 공감에 영향을 미치는 경로, $B = .708, p < .01$, 및 숙고가 인지적 공감에 영향을 미치는 경로는 정적으로 유의하였다, $B = .314, p < .01$. 이때 숙고는 자기 지향적 공감에 부적 영향을 주는 것으로 나타났다, $B = -.139, p < .05$. 마지막으로 자기 지향적 공감은 우울에 정적으로 유의한 영향을 주었고, $B = .683, p < .01$, 인지적 공감은 우울에 부적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 확인되었다, $B = -.675, p < .001$. 한편, 공동 반추가 우울에 미치는 영향의 총 효과는 유의하지 않았다.

매개 효과 검증

연구 모형의 매개 효과 검증 결과는 표 2에 제시하였으며, 구체적인 내용은 다음과 같다. 첫째, 공동 반추가 자책을 통해 자기 지향적 공감, 우울에 영향을 주는 각각의 경로 및 자책이 자기 지향적 공감을 통해 우울에 영향을 주는 경로는 모두 정적으로 유의하게 나타났다. 또한 공동 반추가 자책과 자기 지향적 공감을 이중으로 매개하여 우울을 증가시키는 경로 역시 유의한 결과를 보였다, $B = .010, p < .001$. 둘째, 공동 반추가 숙고를 통해 인지적 공감에 영향을 주는 경로는 정적으로 유의하게 나타났다. 또한 숙고가 인지적 공감을 통해 우울을 감소시키는 경로 및 공동 반추가

인지적 공감을 통해 우울을 감소시키는 경로 역시 유의한 결과를 보였다. 이 경우, 공동 반추가 숙고와 인지적 공감을 이중으로 매개하여 우울에 영향을 미치는 경로는 부적으로 유의하게 나타났다, $B = -.003, p < .01$.

논 의

본 연구에서는 공동 반추가 우울에 미치는 영향이 반추와 공감을 이중 매개하여, 그 결과가 우울의 증가 및 감소 차원에서 상이하게 나타나는지 확인하고자 하였다. 또한 공동 반추가 우울을 감소시키는 구체적인 경로를 알아보고 청소년의 공동 반추 관계에 대한 이해를 제공하고자 하였다. 이를 위해 고등학교 1, 2학년인 만 15~17세 청소년을 대상으로 공동 반추, 반추(자책/숙고), 공감(인지적 공감/자기 지향적 공감), 우울을 측정하였다. 연구 결과, 공동 반추 관계는 자책과 자기 지향적 공감을 통해 우울을 증가시키는 한편, 숙고와 인지적 공감을 통한 경로에서는 우울을 감소시키는 것으로 나타났다. 그에 따른 논의는 다음과 같다.

첫째, 공동 반추와 각 변인 간 상관관계를 분석한 결과, 공동 반추와 우울 관계는 통계적으로 유의하지 않았다. 그러나 우울은 우울 증가와 관련 있는 변인인 자책, 자기 지향적 공감과 유의한 정적 상관을 보이고, 우울 감소와 관련된 변인인 인지적 공감과는 유의하게 부적 상관을 보였다. 이러한 결과 및 공동 반추와 우울 관계가 비일관적이었던 선행 연구를 들었을 때(Bastin et al., 2014; Calmes & Robert, 2008; Guassi et al., 2016; Hankin, Stone, & Wright, 2010; Starr & Davila, 2009), 본 연구

에서 나타난 공동 반추와 우울의 관계는 공동 반추가 양가적 요소를 내포하고 있으며, 우울에 상이한 영향을 미칠 가능성을 시사한다고 볼 수 있겠다. 다음으로 공동 반추는 자책, 숙고, 자기 지향적 공감, 인지적 공감과 정적 상관을 보였다. 이는 공동 반추가 반추(자책/숙고)와 정적 상관을 보인 연구(Affifi, Afifi, Merrill, Denes, & Davis, 2013; Aldrich et al., 2019; Bastin et al., 2017; Felton et al., 2019; Stone et al., 2019; Stone & Gibb, 2015) 및 공동 반추 관계에서 나타나는 공감의 중요성을 강조한 연구들과 일치하는 결과이다(Smith & Rose, 2011; Schwartz-Mette & Smith, 2018). 공동 반추가 우울을 증가시키는 주요 매개 변인 및 적응적인 변인으로 분류되는 숙고, 인지적 공감과 정적 상관을 나타낸 것을 미루어 보면, 공동 반추가 해당 변인과 연결되어 우울 증감에 각각 영향을 줄 것으로 짐작해볼 수 있다. 이는 공동 반추 관계가 경우에 따라 긍정적인 역할을 할 가능성도 있다고 주장한 선행 연구와 맥락을 같이 한다(Bastin et al., 2014; Bastin et al., 2017; Kroemeke, 2019; Spindelw et al., 2017). 한편 여학생의 경우 남학생보다 공동 반추, 자책, 자기 지향적 공감, 우울 수준이 높은 것으로 나타났다. 이는 해당 변인에 성차를 보고한 연구와 유사한 결과이다(Felton et al., 2019; Rose, 2002; Spindelw et al., 2017; Watkins, 2008). 또한 여학생이 해당 변인과 연관되어 부적응적 영향을 더 받을 것으로 추측 가능할 것이다.

둘째, 공동 반추와 우울 관계에서 반추와 공감의 매개 효과를 검증한 결과, 공동 반추가 우울에 정적인 영향을 미치는 경로와 부적 영향을 미치는 경로가 모두 유의하였다. 먼저, 공동 반추는 자책과 자기 지향적 공감

을 이중으로 매개하여 우울을 증가시키는 것으로 나타났다. 본 연구를 통해 선행 연구에서 밝혀진 공동 반추와 우울 간 반추의 매개 효과(Aldrich et al., 2019; Stone & Gibb, 2015; Rose, 2002)가 검증되었고, 공동 반추 관계가 개인의 부적응적 반추 유형과 공감 양식을 통해 우울을 악화시킬 수 있음이 확인되었다. 변인 간 경로를 구체적으로 살펴보면, 공동 반추가 자책에 미치는 효과는 정적으로 유의하였고, 자책이 자기 지향적 공감과 우울에 미치는 효과 역시 각각 정적으로 유의하게 나타났다. 마지막으로 자기 지향적 공감이 우울 증가에 미치는 영향도 유의하였다. 다음으로, 공동 반추는 개인적 반추의 양상에 따라 우울에 부적인 영향을 미치기도 하였다. 공동 반추는 숙고와 인지적 공감의 이중 매개를 통해 우울을 감소시키는 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 공동 반추가 숙고를 증가시키는 경로와 인지적 공감을 증가시키는 경로는 각각 그 효과가 유의하였고, 숙고가 인지적 공감에 유의한 정적 효과를 주었으며, 증가한 인지적 공감이 우울을 감소시키는 양상이 나타났다. 공동 반추는 보통 친밀감이 높은 상대와 이루어지고, 내적 고민을 주제로 하는 소통 방식이다(Rose, 2002; Rose et al., 2014). 따라서 적당한 심리적 거리를 두고 반응하기보다 친구의 힘들음을 내 것처럼 느끼며 공감하고 위로하는 등 정서적 상호작용이 우세한 특성이 있어 이에 따른 스트레스와 부적응적 영향이 발생한다(Smith & Rose, 2011; Tone & Tully, 2014). 개인적으로 숙고하는 경향성은 인지적 공감과 함께 과한 정서적 영향을 낮추고, 결과적으로 공동 반추 관계에서 우울을 감소시켰을 것으로 볼 수 있겠다.

한편 각 변인 간 관계를 고려하였을 때, 공

동 반추가 우울에 미치는 직접 효과와 총 효과는 유의하지 않았다. 독립 변인의 효과가 유의하지 않은 매개 모형을 분석하는 데는 각 변인의 성격과 변인 간 관계성을 이해하는 것이 중요하며, 본 연구의 검증 결과는 이러한 맥락에서 비일관적 매개 모형으로 설명할 수 있겠다. 비일관적 매개 모형에서는 총 효과가 유의하지 않은 경우 변인이 가지는 양가적 속성에 주목하고, 종속 변인에 영향을 미치는 경로를 해석할 때 그 특성을 고려할 필요가 있다고 본다(김하형, 김수형, 2020). 따라서 본 연구의 분석 결과는 공동 반추가 내포하는 상반된 측면을 의미하며, 각 경로에 상정된 변인 속성에 의한 억제 효과가 나타났을 것으로 생각해볼 수 있을 것이다. 공동 반추 개념을 제안한 Rose(2002) 역시 공동 반추 관계에서 나타나는 부정적 속성과 더불어 자기 개방적 성격과 같은 적응적 속성을 언급한 바 있다. 또한 Rose, Schwartz-Mette, Glick, Smith와 Luebbe(2014)는 관찰 연구를 통해 공동 반추 관계가 상호작용 양식에 따라 우울 증가 외의 결과를 도출할 수 있음을 밝혔다. 이러한 맥락에서 본 연구 결과는 공동 반추가 가진 두 속성이 확인된 것이며, 그 중 적응적 속성이 보다 반영되었을 것으로 추측 가능하다.

이상을 토대로 두 가지 임상적 시사점을 제안하고자 한다. 첫째, Rose 등(2014)의 관찰 연구에 따르면 공동 반추 관계 안에서도 여러 성격의 대화 유형이 공존하며, 이는 크게 문제에 대한 반복 대화(rehashing), 추측성 대화(speculating), 부정적 영향에 대한 곱씹음(dwelling), 대화에 대한 상호 격려(encouragement)로 구분된다. 그 중 특히 문제의 부정적 영향에 대해 곱씹으며 이야기하는 행위가 청소년의 우울과 관련 있는 것으로 나타

난 바 있다. 이때 주제에 대해 단순히 반복적으로 대화하는 것(rehashing)은 생각만큼 큰 영향을 미치지 못하는 결과를 보여, 공동 반추 관계에서 특정 사건의 부정적 측면에 대해 계속 파고드는 상호작용이 문제가 될 수 있음이 시사되었다. 본 연구를 통해서도 공동 반추 관계에서 나타나는 반추 유형 중 자책하는 태도가 우울 증가와 관련된 것으로 확인되었다. 따라서 문제의 부정적인 점만 선택적으로 수용하는 태도, 단일 측면만 반추하는 태도에 대해 다룰 수 있는 상담적 개입과 안전한 집단 내에서 청소년들이 직접 상호작용을 시현하고 연습해볼 수 있는 프로그램의 도움이 필요할 것으로 사료 된다. 둘째, 공동 반추와 유사한 상황을 실험적으로 연구한 Lee 등(2019)은, 부정적 사건에 대해 이야기할 때 해당 사건을 직접적으로 회상하는 것(recount)보다, 사건의 의미를 재해석해보는 대화 방식(reconstruct)이 유익함을 확인하였다. 나아가 문제에 대해 제 3자의 위치에서 객관적으로 이야기하는 불특정 인칭(generic you) 화법을 사용할 때 상호작용이 보다 적응적인 경향이 있음을 밝혔다. 본 연구에서 이와 유사한 성격의 변인인 숙고와 인지적 공감을 통한 경로가 공동 반추 관계에서 우울을 감소시키는 것으로 나타난 바 있다. 즉 문제나 부정적 감정을 심리적 거리를 두고 대하는 태도를 학습하는 것이 청소년 개인의 정신건강을 증진 시키고, 대인관계 상호작용을 적응적으로 만들어가는 데 도움이 될 수 있을 것이다.

본 연구의 한계와 후속 연구를 위한 추가 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 공동 반추를 하나의 변인으로 상정하여 연구를 진행하였다. 공동 반추는 단일 요인이 아니며 이 역시 개인적

반추와 마찬가지로 공동 자책과 공동 숙고로 나눌 수 있다는 주장도 존재한다(Bastin et al., 2014; Bastin et al 2017). 그러나 공동 반추의 분류와 관련된 연구는 아직 초기 단계이며, 이와 관련된 분류에 의문을 제기하는 연구자도 있다(Qiao, 2020). 본 연구는 대부분의 선행 연구에서 사용된 공동 반추 척도를 사용하였으며, 이 척도로는 공동 자책과 공동 숙고를 나누기 어려웠다. 그러므로 후속 연구에서는 공동 반추를 공동 자책과 공동 숙고로 나눌 수 있는지 확인하는 것이 필요하며, 만약 이것이 가능하다면 공동 자책과 공동 숙고의 개념을 모형에 적용하는 것도 고려해볼 필요가 있을 것이다.

둘째, 공동 반추 관계에서 우울을 감소시키는 경로의 경우 그 효과 크기가 충분하지 않다는 한계가 있다. 이는 숙고가 반추의 하위 요인으로서 가지는 반추적 특성에 기인했을 것으로 추측할 수 있다. 다수 선행 연구가 숙고의 적응적인 측면을 지지하고 있으나(이종은, 2016; Luca, 2019; Segerstrom et al., 2003; Smith & Alloy, 2009; Takano & Tanno, 2009; Watkins, 2008), 한편으로는 숙고가 항상 적응적이기보다 또 다른 하위 요인인 자책에 비해 상대적으로 적응적인 개념이라는 의견도 존재한다(조성연, 2019; Nolen-Hoeksema, Wisco, & Lyubomirsky, 2008). 이러한 맥락에서 공동 반추 관계 내 숙고의 적응적 효과는 충분하지 못했을 수 있다. 하지만 우울이 증가할 가능성을 억제하여 이후 인지적 공감을 매개로 우울을 감소시켰을 것으로 추측 가능하다. 향후 연구에서는 반추 및 유사 개념에 대한 포괄적인 이해를 바탕으로, 공동 반추 관계를 보다 효과적으로 설명하는 변인의 탐색 과정이 필요할 것이다.

셋째, 본 연구의 표본이 지니는 제한점 및 횡단 연구 설계로 인해 연구 결과를 일반화하는 것에는 주의가 필요하다. 연구자들에 의하면 공동 반추 형태의 상호작용이 부적응적 영향을 미치기 시작하는 시기는 대략 만 12세 이후인 것으로 보인다(Felton et al., 2019). 해외 공동 반추 중단 연구의 경우 짧게는 두 달, 길게는 1년의 기간 동안 다양하게 진행되면서, 이러한 공동 반추의 시간적 변화를 확인하려 하였다(Aldrich, 2020; Bastin et al., 2014; Bastin et al 2017; Felton et al., 2019; Rose et al., 2007; Schwartz-Mette & Rose, 2012; Schwartz-Mette & Smith, 2018). 추후 연구에서는 중학교 시절부터 고등학교 시절을 거치는 동안 공동 반추 관계가 어떻게 발전, 학습, 공고화 되는지를 확인하기 위해 국내 사정에 적합한 중단 연구를 하는 것이 필요할 수 있겠다.

공동 반추와 우울 관계를 살펴본 선행 연구는 대부분 우울이 증가하는 경로를 알아보는 데에 집중되어 있었다. 본 연구는 공동 반추와 우울 관계에서 자책과 자기 지향적 공감을 통해 우울이 증가하는 경로를 확장하여 살펴봄으로써 보다 구체적으로 부적응적 변인 간 관계성을 확인하였다. 또한 공동 반추가 숙고와 인지적 공감을 통해 우울이 감소하는 경로를 함께 검증하여, 공동 반추 구성 개념의 다양성과 적응적으로 기능할 가능성에 대해 알 수 있었다. 종합하자면, 공동 반추가 우울에 영향을 미치는 경로에 대한 세부적인 이해를 제공하고, 우울 감소를 위한 개입과 공동 반추 관계를 적응적으로 이끌 방향성을 제시했다는 점에서 본 연구의 주요한 가치를 찾을 수 있을 것이다.

참고문헌

- 건강보험심사평가원 (2019). 『국내 우울증 환자 및 진료비 현황』
- 김여진, 류석진, 조현주 (2019). 우울과 대인관계 유능성의 관계에서 자기초점적 주의와 자기지향적 공감의 매개효과. *청소년학연구*, 26(7), 57-83.
- 김하형, 김수영 (2020). 비일관적 매개효과 모형의 해석 방향 탐색. *한국심리학회지: 일반*, 39(1), 91-115.
- 박민 (2012). 인지적 공감과 정서적 공감: 정신병리와 심리재활에의 함의. *재활심리연구*, 19(3), 387-405.
- 박성륜 (2013). Investigation on suppressor effect of self-focused attention on depression. *고려대학교 석사학위 논문*.
- 박성희 (2004). *공감학: 어제와 오늘*. 서울: 학지사.
- 보건복지부 (2016). 『2016년 정신질환 실태조사』
- 신민섭, 김민경 (1994). 아동기 우울증의 평가. *소아 청소년 정신의학*, 5(1), 12-27.
- 오 은 (2010). 청소년과 성인의 성별에 따른 공동 반추와 우정의 질 간의 차별적 관계. *아주대학교 석사학위 논문*.
- 우종필 (2012). *우종필 교수의 구조방정식 모델 개념과 이해*. 서울: 한나래아카데미.
- 이중은 (2016). 반추적 사고 척도들의 분석: 반추적 반응척도(RRS)와 반추-반영척도(RRQ)를 중심으로. *고려대학교 석사학위 논문*.
- 조성연 (2019). 반추의 하위 유형인 자책 및 숙고와 우울 및 불안의 관계: 긍정·부정 과거 지향 사고를 중심으로. *박사학위 논문*. 한양대학교.
- 조수철, & 이영식 (1990). 한국형 소아우울척도의 개발. *신경정신의학*, 29(4), 934-956.
- 통계청 (2018). 『2018 청소년통계』
- 홍세희 (2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 19(1), 161-177.
- Aldrich, J. T. (2020). *What Happens When Youth Talk About Their Problems? Co-Rumination as a Mechanism of Stress Generation*. (Masters Thesis, Seattle Pacific University). Retrieved from https://digitalcommons.spu.edu/cpy_etd/51
- Aldrich, J. T., Lisitsa, E., Chun, S. K., & Mezulis, A. H. (2019). Examining the Relationship Between Daily Co-Rumination and Rumination in Response to Negative Events Among Adolescents Using Ecological Momentary Assessment. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 38(8), 704-719. doi:10.1521/jscp.2019.38.7.704
- Affifi, T., Affifi, W., Merrill, A. F., Denes, A., & Davis, S. (2013). "You need to stop talking about this!": Verbal rumination and the costs of social support. *Human Communication Research*, 39(4), 395-421. doi:10.1111/hcre.12012
- Bastin, M., Bijttebier, P., Raes, F., & Vasey, M. W. (2014). Brooding and reflecting in an interpersonal context. *Personality and Individual Differences*, 63, 100-105. doi:10.1016/j.paid.2014.01.062
- Bastin, M., Vanhalst, J., Raes, F., & Bijttebier, P. (2017). Co-brooding and co-reflection as differential predictors of depressive symptoms and friendship quality in adolescents:

- Investigating the moderating role of gender. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(5), 1037-1051. doi:10.1007/s10964-017-0746-9
- Batson, C. D. (2009). Two forms of perspective taking: Imagining how another feels and imagining how you would feel. In K. D. Markman, W. M. P. Klein, & J. A. Suhr (Eds.), *Handbook of imagination and mental simulation* (p. 267-279). London, UK: Psychology Press.
- Blair, R. J. R. (2005). Responding to the emotions of others: Dissociating forms of empathy through the study of typical and psychiatric populations. *Consciousness and Cognition*, 14(4), 698-718.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1992). Alternative ways of assessing model fit. *Sociological Methods & Research*, 21(2), 230-258.
- Calmes, C. A., & Roberts, J. E. (2008). Rumination in interpersonal relationships: Does co-rumination explain gender differences in emotional distress and relationship satisfaction among college students? *Cognitive Therapy and Research*, 32(4), 577-590. doi:10.1007/s10608-008-9200-3
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10, 85-103.
- Dishion, T. J., & Tipsord, J. M. (2011). Peer contagion in child and adolescent social and emotional development. *Annual Review Of Psychology*, 62, 189-214. doi:10.1146/annurev.psych.093008.100412
- El Ramahi, M. (2010). *The effects of gender on rumination, co-rumination, depression, and relationship satisfaction* (Masters Thesis, Eastern Illinois University).
- Felton, J. W., Cole, D. A., Havewala, M., Kurdziel, G., & Brown, V. (2019). Talking together, thinking alone: Relations among co-rumination, peer relationships, and rumination. *Journal of Youth and Adolescence*, 48(4), 731-743. doi:10.1007/s10964-018-0937-z
- Guassi Moreira, J. F., Miernicki, M. E., & Telzer, E. H. (2016). Relationship quality buffers association between co-rumination and depressive symptoms among first year college students. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(3), 484-493. doi:10.1007/s10964-015-0396-8
- Hankin, B. L., Stone, L., & Wright, P. A. (2010). Co-rumination, interpersonal stress generation, and internalizing symptoms: Accumulating effects and transactional influences in a multi-wave study of adolescents. *Development and Psychopathology*, 22(1), 217-235. doi:10.1017/S0954579409990368
- Hayes, A. F. (2015). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis*. (H. Lee, Trans.). Seoul, Shinyoungsa. (Original work published 2013)
- Jackson, P. L., Brunet, E., Meltzoff, A. N., & Decety, J. (2006). Empathy examined through the neural mechanisms involved in imagining how I feel versus how you feel pain. *Neuropsychologia*, 44(5), 752-761.

- Joireman, J. (2004). Empathy and the self-absorption paradox II: Self-rumination and self-reflection as mediators between shame, guilt, and empathy. *Self and Identity, 3*(3), 225-238. doi:10.1080/13576500444000038
- Joireman, J. A., Parrott, L. P., & Hammersla, J. (2002). Empathy and the self-absorption paradox: Support for the distinction between self-rumination and self-reflection. *Self and Identity, 1*(1), 53-65.
- Kim, H., & Han, S. (2018). Does personal distress enhance empathic interaction or block it? *Personality and Individual Differences, 124*, 77-83. doi:10.1016/j.paid.2017.12.005
- Kovacs, M. (1985). The children's depression inventory (CDI). *Psychopharmacology Bulletin, 21*(4), 995-998.
- Kroemeke, A. (2019). Coping flexibility and health-related quality of life among older adults: The compensatory effect of co-rumination. *Frontiers in Psychology, 10*, 59. doi:10.3389/fpsyg.2019.00059
- Lee, S. A. (2009). Does empathy mediate the relationship between neuroticism and depressive symptomatology among college students? *Personality and Individual Differences, 47*(5), 429-433. doi:10.1016/j.paid.2009.04.020
- Lee, D. S., Orvell, A., Briskin, J., Shrapnell, T., Gelman, S. A., Ayduk, O., Ybarra, O., & Kross, E. (2019). When chatting about negative experiences helps-and when it hurts: Distinguishing adaptive versus maladaptive social support in computer-mediated communication. *Emotion (Washington, D.C.), 20*(3), 368-375. doi:10.1037/emo0000555
- Luca, M. (2019). Maladaptive rumination as a transdiagnostic mediator of vulnerability and outcome in psychopathology. *Journal of Clinical Medicine, 8*(3), 314-324. doi:10.3390/jcm8030314
- Martin, L. L., Shrira, I., & Startup, H. M. (2004). Rumination as a function of goal progress, stop rules, and cerebral lateralization. In C. Papageorgiou & A. Wells (Eds.), *Depressive rumination* (pp. 153-175). Chichester, United Kingdom: Wiley.
- Martin, L. L., Tesser, A., & McIntosh, W. D. (1993). Wanting by not having: The effects of unattained goals on thoughts and feelings. In D. Wegner, & C. Papageorgiou (Eds.), *Handbook of Mental Control Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall.*
- Newman, D. B., & Nezlek, J. B. (2019). Private self-consciousness in daily life: Relationships between rumination and reflection and well-being, and meaning in daily life. *Personality and Individual Differences, 136*, 184-189. doi:10.1016/j.paid.2017.06.039
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science, 3*(5), 400-424. doi:10.1111/j.1745-6924.2008.00088.x
- O'Connor, L. E., Berry, J. W., Weiss, J., & Gilbert, P. (2002). Guilt, fear, submission, and empathy in depression. *Journal of Affective Disorders, 71*(1), 19-27.
- Prinstein, M. J. (2007). Moderators of peer contagion: A longitudinal examination of depression socialization between adolescents and their best friends. *Journal of Clinical Child*

- and Adolescent Psychology*, 36(2), 159-170.
doi:10.1080/15374410701274934
- Qiao, X. (2020). *Revisiting the Co-Rumination Questionnaire: A Subscale Approach* (Masters Thesis, The Faculty of the Graduate School of Arts and Sciences Brandeis University). Retrieved from <https://hdl.handle.net/10192/37496>
- Rose, A. J. (2002). Co-rumination in the friendships of girls and boys. *Child Development*, 73(6), 1830-1843.
doi:10.1111/1467-8624.00509
- Rose, A. J., Carlson, W., & Waller, E. M. (2007). Prospective associations of co-rumination with friendship and emotional adjustment: Considering the socioemotional trade-offs of corumination. *Developmental Psychology*, 43(4), 1019-1031. doi:10.1037/0012-1649.43.4.1019
- Rose, A. J., Glick, G. C., Smith, R. L., Schwartz-Mette, R. A., & Borowski, S. K. (2017). Co-rumination exacerbates stress generation among adolescents with depressive symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 45(5), 985-995.
doi:10.1007/s10802-016-0205-1
- Rose, A. J., Schwartz-Mette, R. A., Glick, G. C., Smith, R. L., & Luebke, A. M. (2014). An observational study of co-rumination in adolescent friendships. *Developmental Psychology*, 50(9), 2199-2209. doi:10.1037/a0037465
- Schwartz-Mette, R. A., & Rose, A. J. (2012). Co-rumination mediates contagion of internalizing symptoms within youths' friendships. *Developmental Psychology*, 48(5), 1355-1365. doi:10.1037/a0027484
- Schwartz-Mette, R. A., & Smith, R. L. (2018). When does co-rumination facilitate depression contagion in adolescent friendships? Investigating intrapersonal and interpersonal factors. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 47(6), 912-924.
doi:10.1080/15374416.2016.1197837
- Segerstrom, S. C., Stanton, A. L., Alden, L. E., & Shortridge, B. E. (2003). A multidimensional structure for repetitive thought: What's on your mind, and how, and how much? *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(5), 909-921. doi:10.1037/0022-3514.85.5.909
- Schreier, S., Pijnenborg, G. H. M., & Aan Het Rot, M. (2013). Empathy in adults with clinical or subclinical depressive symptoms. *Journal of Affective Disorders*, 150(1), 1-16.
- Smith-Schrandt, H. (2013). *How Individual Differences in Self- and Otherfocused Co-rumination Relate to Internalizing Symptoms and Friendship Quality* (Masters Thesis, University of South Florida). Retrieved from <https://scholarcommons.usf.edu/etd/5310>
- Smith, J. M., & Alloy, L. B. (2009). A roadmap to rumination: A review of the definition, assessment, and conceptualization of this multifaceted construct. *Clinical Psychology Review*, 29(2), 116-128.
doi:10.1016/j.cpr.2008.10.003
- Smith, R. L., & Rose, A. J. (2011). The "cost of caring" in youths' friendships: Considering associations among social perspective taking, co-rumination, and empathetic distress. *Developmental Psychology*, 47(6), 1792-1803.
doi:10.1037/a0025309

- Spendelov, J. S., Simonds, L. M., & Avery, R. E. (2017). The relationship between Co-rumination and internalizing problems: A systematic review and Meta analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 24(2), 512-527. doi:10.1002/cpp.2023
- Starr, L. R., & Davila, J. (2009). Clarifying co-rumination: Associations with internalizing symptoms and romantic involvement among adolescent girls. *Journal of Adolescence (London, England.)*, 32(1), 19-37. doi:10.1016/j.adolescence.2007.12.005
- Stone, L. B., & Gibb, B. E. (2015). Brief report: Preliminary evidence that co-rumination fosters adolescents' depression risk by increasing rumination. *Journal of Adolescence*, 38, 1-4. doi:10.1016/j.adolescence.2014.10.008
- Stone, L. B., Mennies, R. J., Waller, J. M., Ladouceur, C. D., Forbes, E. E., Ryan, N. D., Dahl, R. E., & Silk, J. S. (2019). Help me feel better! ecological momentary assessment of anxious youths' emotion regulation with parents and peers. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 47(2), 313-324. doi:10.1007/s10802-018-0454-2
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.7.4.422>
- Takano, K., & Tanno, Y. (2009). Self-rumination, self-reflection, and depression: Self-rumination counteracts the adaptive effect of self-reflection. *Behaviour Research and Therapy*, 47(3), 260-264. doi:10.1016/j.brat.2008.12.008
- Tone, E. B., & Tully, E. C. (2014). Empathy as a risky strength: A multilevel examination of empathy and risk for internalizing disorders. *Development and Psychopathology*, 26(4pt2), 1547-1565. doi:10.1017/S0954579414001199
- Trapnell, P. D., & Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the five-factor model of personality: distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(2), 284.
- Yang, W. (2019). *Exploring the link between sensitive temperament and depression: The roles of parenting environment and empathic personal distress* (Master Thesis, Arizona state University)
- Watkins, E. (2008). Constructive and unconstructive repetitive thought. *Psychological Bulletin*, 143, 163-206.
- 원고접수일 : 2021. 03. 09.
수정원고접수일 : 2021. 06. 20.
게재결정일 : 2021. 06. 24.

The Effect of Co-rumination on Adolescent Depression: Mediating Effect of Rumination and Empathy

Seo-Hee Lee

Jung-Kwang Ahn

Department of Psychology, Chungbuk National University

This study was aim to examine the contradictory effect of co-rumination on adolescent depression: one that increases depression through rumination and self-oriented empathy and the other that decrease depression through reflection and cognitive empathy. Participants included 411 adolescents (60.1% female), ages 15 to 17 years old. Analysis of the collected survey data revealed the following: (1) the effect of co-rumination on depression was not significant; (2) rumination and self-oriented empathy mediated the link between co-rumination and increased depression, and the dual mediation effect of rumination and self-oriented empathy was significant; (3) cognitive empathy mediated the link between co-rumination and decreased depression, and the dual mediation effect of reflection and cognitive empathy was significant. The result showed that co-ruminative friendship is contradictory in relation to adolescent depression because of its complexity. While future studies should explore more effective factors to decrease depression in a co-ruminative relationship, this study sheds light on understanding how co-rumination affects depression through bidirectional processes.

Key words : Adolescent depression, Co-rumination, Rumination, Reflection, Empathy