

성격 양식 및 대인관계 문제해결 능력이 생활 스트레스와 우울에 미치는 영향*

김 차 희[†] 이 민 규
아주대학교 심리학과

본 연구에서는 스트레스에 대한 사회지향성과 자율지향성, 대인관계 문제해결 능력의 영향을 알아보았다. 사회지향성과 자율지향성은 우울에 대한 스트레스원의 영향을 중재한다고 여겨지는 성격 양식이다. 이 연구에서 이러한 성격 양식이 스트레스 발생에 미치는 영향과 더 나아가 우울과의 관련성을 보고자 하였다. 특히 이러한 성격 양식이 대인관계 문제해결 능력과 상호작용하여 스트레스에 영향을 주는지 알아보하고자 하였다. 이를 위해 대학생 325명을 대상으로 성격 양식 질문지(PSI- II), 생활사건 질문지, 대인관계 문제해결 질문지, 우울을 측정하였고 위계적 중다 회귀 분석을 실시하였다. 그 결과, 사회지향성과 자율지향성은 대인관련 스트레스와 성취관련 스트레스를 유의미하게 예측하였다. 대인관계 문제해결 능력과 자율지향성의 상호작용은 대인관계, 성취관련 스트레스 모두에서 나타났다. 그러나 사회지향성과의 상호작용은 나타나지 않았다. 이러한 결과를 함의와 제한점, 그리고 앞으로의 연구방향 맥락에서 논의하였다.

주요어: 사회지향성, 자율지향성, 스트레스, 대인관계 문제-해결 능력

* 본 연구는 2002년 아주대학교 심리학과 석사학위논문 일부 수정한 것임.

† 교신저자(Corresponding Author): 김 차 희 / 동아대학교 부속병원 정신과 / 부산광역시 서구 동대신동 3가 1번지.
FAX : 051-253-3542 / E-mail : deepmocha@hanmail.net

임상가들과 정신병리학자들은 오랫동안 우울증의 원인, 과정, 증상, 치료, 그리고 예방을 위해 우울증을 구분하려고 노력해왔다. 정신병적 대 신경증적, 내인성 대 반응성, 일차적 대 이차적 등 우울증을 구분하는 이러한 시도들은 각 하위 집단에서 발견된 상당한 이질성으로 인해 우울증 연구나 임상적 적용에 있어 그다지 많은 도움이 되지 못하였다(Gotlib, Lewinsohn & Seeley, 1995). 따라서 우울증에 대한 치료와 예후를 알아보기 위해서는 다른 차원에서의 구분이 필요하게 되었다.

여러 연구자들은 우울이 개인의 소질에 따라 결정된다는 소질-스트레스 모델을 제시하였다(Abramson, Metalsky & Alloy, 1989). 이것은 우울을 일으키는 요인을 개인의 소인 혹은 소질에서 찾으려 한다는 것을 의미한다. 소인은 개인의 초기 경험으로부터 가져왔던 비교적 지속적인 경향이라고 할 수 있는 개인의 특징 혹은 성격 양식을 말한다. 이 모델에서는 개인이 가지고 있는 성격 양식과 환경적인 스트레스 요인이 상호작용하여 정신병리가 발생한다고 가정하는 것이다. 다시 말해, 사람에 따라 우울 발생에 차이가 있는 것은 바로 그 사람의 개인적인 우울성 소질을 가진 사람이 그 자신의 성향과 관련이 있는 생활사건에 부딪치면 우울 증상을 경험하게 된다는 것이다(Blatt & Zuroff, 1992; Hammen, Ellicott & Gitlin, 1989; Robins & Luten, 1991; Rude & Burnham, 1993; Segal, Shaw, Vella & Katz, 1992).

많은 연구자들은 두 가지 성격 양식, 타인에게 속하려는 욕구와 독립적이고 성취하려는 욕구가 우울증에 취약하다고 제안하였다. Beck(1983, 1991)과 Blatt(1974; Blatt, Quinlan, Chevron, McDonald & Zuroff, 1982; Blatt & Zuroff, 1992)는 성격 양식과 관련해 우울증의 사회지향성과 자율지향성 혹은 의존성과 자기비판성 하위 유형을 가정하였다. 이러한 하위 유형이 고유한 관련 증상들과 인지적 혹은 발달적 소질-스트레스 병인론을 가진다

고 보았다. Blatt's(1974)의 모델에서는 의존형 우울과 내사형 우울이라는 개념으로 논의되었다. Beck(1983)은 사회지향성과 자율지향성이라는 우울증에 취약한 두 가지 성격 양식을 제안하였고, 이후의 많은 연구들에서도 사회지향성과 자율지향성이 우울에 취약한 성격 양식이라는 것을 지지하고 있다. 그들이 취약해지는 것은 그들의 성격 양식과 상황적인 요인들간의 상호작용에 의한 것이라고 개념화되어져 왔는데, 소속감에 대한 높은 욕구는 대인관계 손실에 따른 우울과 연관되며, 독립과 성취에 대한 상당한 욕구는 성취감 상실에 따른 우울과 연관된다는 가설이 세워졌다. 이러한 가설은 경험적으로 지지되었다(Robins, Hayes, Block, Kramer & Villena, 1995).

Beck(1983)이 인지적 도식과 같은 기능을 하는 사회지향성과 자율지향성 성격 양식을 제안한 이후로 이와 관련해서 많은 연구들이 이뤄져왔다. Beck(1983)이 제안한 사회지향성과 자율지향성 성격 양식이 특정한 생활에 대한 취약성으로 작용한다는 연구들이 이루어졌다(Daley, Hammen, Burge, Davila, Paley, Lindberg & Herzberg, 1997; Kwon & Whisman, 1998). 특히 성격 양식이 생활 사건에 반응하여 우울에 영향을 미칠 것이라는 우울에 대한 성격-사건간의 일치성 가설을 검증하는 연구들이 특히 많이 이뤄졌다(Hammen et al., 1989; Robins & Block, 1988; Morse & Robins, 2005; Segal et al., 1992). 이러한 연구들에서 성격 양식을 특정한 스트레스원에 의해 활성화되는 것으로 간주했다. 그러나 Beck(1983)은 이러한 성격 양식이 일상생활에서 경험하는 일이나 관계에서 인지적인 도식과 같이 작용하여 사회적 영역과 성취 영역에서 정보처리와 행동을 이끈다고 하였다. 즉 사회지향성과 자율지향성 성격 양식이 일이나 관계에서 역기능적인 면에서 실제 행동에 영향을 미칠 수 있다고 제안했다.

Hammen(1991)은 우울과 스트레스가 순환 고

리를 형성한다는 그의 연구에서 우울에 영향을 주는 대부분의 생활 사건들이 우울 삽화기간 이외에 발생하는 것을 관찰하였다. 이에 따라 안정적인 성격 양식과 같은 개개인의 특성이 스트레스-발생 순환 고리(stress-generation cycle)에 영향을 미칠 것이라고 제안했다.

최근 성격 양식과 스트레스의 상호작용이 우울로 이어지기 전에, 그러한 성격 양식 자체가 스트레스 유발에 영향을 미칠 것이라는 가설을 검증하는 연구들에서는 우울과 스트레스에 영향을 주는 다른 요인들도 같이 고려하고 있다. 대인관계 문제 해결 능력은 우울 증상(Nezu & D'Zurilla, 1989; Nezu & Ronan, 1985)과 스트레스-발생 순환고리(Davila et al., 1995; Daley et al., 1997)와 연관된다는 것이 발견되었다. 스트레스 증가는 성격 양식과 자기-정의(self-definition) 목적을 이루기 위해 사회적 요구를 통합하는 능력간의 상호작용에 기인할 것으로 보고 있다(Nelson, Hammen, Daley, Burge & Davila, 2001). 예를 들면, 특정 성격 양식을 가진 사람들은 그들의 자존감과 관련된 목적(예로, 관계를 유지하거나 직장에서의 승진)을 성취하는데 필요한 사회적 기술을 가지고 있지 않을 때, 스트레스나 우울의 증가를 경험할 가능성이 있다고 본다.

Nelson과 Hammen 등(2001)의 연구에서는 인지적 취약성인 두 가지 성격 양식, 사회지향성과 자율지향성이 대인관련 변인들과 상호작용하여 만성적 스트레스의 발생에 영향을 미칠 것이라고 보았다. 대상을 여자 고등학생으로 한정하여 실시한 종단적 연구 결과, 두 가지 성격 유형은 스트레스를 증가시키는 것으로 확인되었다. 이것은 개인의 소질이 스트레스를 생성하고, 더 나아가 미래의 우울을 예측해준다는 Hammen(1991)의 스트레스 모델을 지지하였다. 그리고 각각의 성격 양식이 취약한 영역 혹은 교차영역에서 만성적인 스트레스를 더 많이 증가시키는지 보았는데, 교차영역인 그들

이 가치를 덜 두는 영역에서 만성적인 스트레스를 일으키기 쉽다고 제안하고 있다. 또한 여기서 성격 양식과 스트레스간을 중재해주는 역할로 대인관계 능력 변인을 사용하여 그 효과를 보았는데, 성격 양식과 상호작용하여 스트레스를 유의미하게 예측하였다. 본 연구에서는 개인의 성격 양식이 스트레스 발생과 관련이 있는지 보고자 한다. 성격 양식이 스트레스 사건 발생을 예측할 수 있는지, 더 나아가 스트레스에 대한 반응인 우울과 어떤 관계가 있는지 보고자 하였다. 이와 함께 대인관계 능력 변인이 개인의 성격 양식과 결합하여 생활 스트레스를 유의미하게 예측하는지 알아보고자 한다.

방 법

피험자

본 연구는 경기도 수원소재 A 대학교에 재학 중인 학부생 450명을 대상으로 설문을 실시했다. 불성실하게 응답했거나 응답하지 않은 문항이 많은 경우는 제외하여 총 325부가 연구에 사용되었다. 전체 참가자의 연령은 20~28세, 평균 22세였다. 참가자 중 남학생은 208명, 여학생은 114명이었다. 학년별로 1학년은 33명, 2학년은 75명, 3학년은 102명, 4학년은 112명이 연구에 참여하였다.

도 구

성격 양식 질문지

Beck(1983)이 우울 취약성으로 제안한 사회지향성과 자율지향성 성격 양식을 측정하기 위해 개발된 사회지향성-자율지향성 척도(SAS; Beck, Epstein, Harrison, & Emery, 1983)을 Robins 등(1994)이 단점을 보완, 개정하여 개발한 PSI 개정판을 이민규(2000)가 번안, 요인구조를 확인한 한국

판 PSI-II(The Personal Style Inventory-II)를 사용하였다. 이 척도는 사회지향성과 자율지향성을 측정하는 두 개의 하위척도로 구성되어 있으며, 각 척도 공히 24개씩의 문항을 포함하여 총 48문항으로 구성된 자기 보고식 검사이다. 모든 문항은 동의하는 정도에 따라 1점에서 6점까지 척도 상에 평정하게 되어 있다. 두 가지 하위척도 모두 높은 내적 합치도(사회지향성: $\alpha=.83$, 자율지향성: $\alpha=.82$)와 검사-재검사 신뢰도(사회지향성: $r=.77$, 자율지향성: $r=.80$)을 갖고 있는 것으로 밝혀졌다. 두 가지 하위척도간의 상호 상관은 낮은 편이며($r=.19$), 우울과는 사회지향성 $r=.25$, 자율지향성 $r=.19$ 로 상관되어 있어서 두 가지 요인이 비교적 독립적이며 우울 증상 정도를 측정하기보다는 우울의 취약성을 적절하게 측정할 수 있는 것으로 확인되었다. 사회지향성 척도는 '타인에 대한 배려', '의존성', '기분맞추기' 등 세 가지 하위 차원으로 볼 수 있으며, 자율지향성 척도는 '완벽주의', '방어적 분리', '통제욕구' 등 세 차원을 포함한다.

생활사건 질문지

본 연구에서는 Sarason, Johnson, & Siegel(1978)이 제작한 LES(the Life Experience Survey)를 참조하여 연구의 목적에 맞게 수정된 질문지를 사용하였다. 이는 이민규(2000)가 57개 문항으로 구성된 LES 문항들을 검토하여 그 중 대인관계적인 문항과 성취관련 문항을 선정해서 국내 실정에 맞게 수정하고 일부 문항을 새롭게 추가한 질문지이다. 대인관계 관련 사건 10개 문항과 성취 관련 사건 10개 문항으로 총 20개 문항으로 구성되어 있으며, 4점 척도(전혀 없음~매우 자주)로 평정하도록 되어 있다. 그리고 생활사건의 양적인 측면과 질적인 측면을 함께 고려하기 위해 사건의 빈도와 중요성을 각각 체크하게 했다. 대인관계 및 성취 사건의 스트레스 점수는 각각의 빈도와 중요성을 곱해서 계산하도록 되어 있다.

대인관계 문제-해결 질문지

D'zurilla & Nezu(1990)가 개발하고 김영미가 번안한 SPSI(Social Problem Solving Inventory: 사회적 문제-해결 측정) 질문지를 본 연구 목적에 맞게 일부만 사용하였다. SPSI는 자기 보고형 질문지로 사회적 문제 해결에 대한 개인의 태도와 기대 그리고 자신들의 문제 해결 양식에 대한 자기 평가를 측정한다. 5점 척도로 구성되어 있으며 긍정적인 문항과 부정적인 문항이 각 절반씩 차지한다. 부정적인 문항은 체점시 역으로 계산된다. 이 설문지는 2개의 주요척도와 7개 하위척도로 구성되어 있는데, 2개의 주요 척도는 문제-해결 지향척도(POS: Problem Orientation Scale)와 문제-해결 기술척도(PSSS: Problem Solving Skill Scale)이다. POS는 개인이 문제상황에 처음 직면했을 때 보이게 되는 즉각적인 인지적, 정서적, 행동적 반응들로 이루어져 있고, PSSS는 문제를 효율적으로 해결할 수 있게 해주는 일련의 기술이나 목표 지향적 과제들로 구성되어 있다. 그 하위 척도는 '문제 규정과 구성화 척도', '대안적인 해결책의 산출 척도', '의사결정 척도', '해결법 수행결과 확인 척도' 등이 있다. SPSI의 내적 합치도는 $\alpha=.93$ 이다.

본 연구에서는 2개의 주요 척도 중 실제적이고 객관적인 문제 해결을 측정하고자 하는 연구자의 목적에 따라 PSSS를 사용하였다. 대인관계 상황을 강조하기 위해 지시문에 대인관계 상황이라는 단어를 넣었다. 본 연구에서 사용한 PSSS의 내적 합치도는 $\alpha=.85$ 이다. 이 척도는 전체 40개 문항 중 11개 문항(2, 3, 5, 7, 11, 14, 16, 26, 34, 39, 40)은 문항 평정 점수로 역산하도록 구성되어 있다.

우울

BDI(Beck Depression Inventory)는 임상적인 우울증상을 토대로 만든 것으로서 우울의 정서적, 인지적, 동기적, 생리적 증후군등 21개 영역을 포함하여, 그 유형과 정도를 측정하고 있다. Beck 등

(1967)이 개발하고, 이영호와 송중용(1991)이 번안한 한국판 Beck 우울 척도는 자기보고식 검사이다. 모두 21 문항으로, 각 문항은 0점에서 3점까지 4점 척도로 평정. 점수 범위는 0점에서 63점까지이다. 내적 합치도는 .85이며 검사-재검사 신뢰도는 .75였다.

자료분석

본 연구에 사용된 측정치들(사회지향성과 자율지향성, 대인관계 스트레스와 성취관련 스트레스, 대인관계 문제해결 능력, 우울)에 대해 성별 차이가 있는지 확인하기 위해 변량 분석을 실시하였고, 우울과 다른 측정치들(성격 양식, 스트레스, 대인관계 문제해결 능력)간에, 그리고 스트레스와 다른 측정치(성격 양식, 대인관계 문제해결 능력)간에 유의미한 관련이 있는지 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 이어 성격 양식(사회지향성/자율지향성)이 생활 스트레스(대인관계/성취관련)를 예언할 것이라는 가설과 성격 양식과 대인관계 문제해결 능력이 상호작용하여 생활스트레스를 유의미하게 예측할 것이라는 가설을 검증하기 위해 위계적 중

다회귀 분석을 실시하였다. 이 회귀분석에 사용된 성격 양식과 대인관련 변인의 상호작용 항목은 상호작용 효과를 평가하는데 특정변인에 의해 상호작용 효과가 과도하게 영향받는 것을 방지하기 위해 Aiken과 West(1991)가 제안한 중심화 기법을 사용하여 계산했다: (개인별 성격 양식 점수-성격 양식 점수의 평균) * (개인별 대인관련 변인 점수-대인관련 변인 점수의 평균).

결 과

본 연구에 사용된 측정치들(사회지향성과 자율지향성, 대인관계 스트레스와 성취관련 스트레스, 대인관계 문제해결 능력, 우울)에 대한 전반적인 성차는 통계적으로 유의하게 나타나지 않았다 (Wilks'λ=.976, $p>.05$). 그 결과는 표 1에 제시하였다. 각 변인들에 대한 남녀 차이에 따른 결과는 성취관련 스트레스에서만 통계적으로 유의하게 여자가 높게 나왔다. 이는 성취관련 스트레스를 여자가 남자보다 유의하게 더 많이 경험한다는 것을 의미한다. 변량 분석 결과 성차가 전반적으로 유의하지 않았기 때문에, 이후의 분석에서 성차 변인의 효과

표 1. 성별 측정치들의 평균과 표준편차 및 단일 변량분석 결과

측정치	남(n=208)		여(n=114)		F	P
	M	S.D	M	S.D		
사회지향성	91.63	12.97	92.28	11.83	.196	.658
자율지향성	88.06	12.54	86.52	13.02	1.091	.297
대인관계 스트레스	13.05	9.95	12.93	9.13	.010	.919
성취관련 스트레스	37.56	17.52	41.67	19.98	3.593	.059
대인관계 문제해결 능력	89.75	19.02	87.70	17.68	.840	.360
우울	10.72	9.43	11.93	9.58	1.188	.277

표 2. 성격 양식, 생활사건 스트레스, 대인관계 문제해결 능력, 우울간의 상관

	1	2	3	4	5	6
1. 사회지향성	1.000					
2. 자율지향성	.228**	1.000				
3. 대인관계 스트레스	.212**	.214**	1.000			
4. 성취관련 스트레스	.359**	.241**	.394**	1.000		
5. 대인관계 문제해결 능력	-.026	.009	-.143*	-.121*	1.000	
6. 우울	.132*	.222**	.414**	.354**	-.186**	1.000

* $p < .05$, ** $p < .01$ (2-tailed).

를 통제할 필요가 없음을 시사하고 있다.

우울과 성격 양식, 생활 스트레스, 대인관계 변인간의 관련성을 보기 위해서 상관분석을 실시하였다. 그 결과는 표 2에 제시하였다. 먼저 우울과 다른 변인들간의 관계를 살펴보면, 사회지향성($r = .132, p < .05$), 자율지향성($r = .222, p < .01$) 성격 양식은 유의미한 상관을 보였다. 또한 우울과 생활사건 스트레스와의 관계를 보면 대인관계 스트레스($r = .414, p < .01$), 성취관련 스트레스($r = .354, p < .01$) 모두 유의미하게 높은 상관을 보였는데, 이는 생활사건 스트레스가 미래의 우울로 이어질 수 있다는 가능성을 시사한다. 특히 대인관계 스트레스가 성취관련 스트레스보다 우울과 더 상관이 높은 것은 대인관계 스트레스가 우울에 더 큰 영향을 준다고 볼 수 있다. 따라서 이후에 성격 양식이 스트레스에 영향을 줄 때 대인관계 변인이 어떤 영향을 미치는지 고려해 볼 필요가 있음을 시사한다. 대인관계 문제해결 능력($r = -.186, p < .01$)은 우울과 유의미한 역상관을 보이고 있다. 이는 대인관계 문제해결 능력이 낮을수록 우울해진다는 것을 말할 수 있다. 생활사건 스트레스와 관련해서 다른 변인들간의

관계를 살펴보면, 대인관계 스트레스는 사회지향성($r = .212, p < .01$), 자율지향성($r = .214, p < .01$)과 모두 유의미한 상관을 보였다. 성취관련 스트레스 역시 사회지향성($r = .359, p < .01$), 자율지향성($r = .241, p < .01$) 모두와 유의미한 상관을 보였다. 성취관련 스트레스가 대인관계 스트레스에 비해 전반적으로 상관이 높았다. 이는 사회지향성과 자율지향성 성격 양식이 두 가지 생활사건 스트레스와 유의미한 관계가 있다는 것을 의미하며, 또한 성격 양식이 생활사건 스트레스에 영향을 줄 것이라는 가능성을 시사한다. 대인관계 문제해결 능력은 대인관계 스트레스($r = -.143, p < .05$), 성취관련 스트레스($r = -.121, p < .05$)와 유의미한 역상관을 보였다. 대인관계 스트레스보다 성취관련 스트레스와 더 큰 역상관이 나왔는데, 대인관계 능력 변인이 성취관련 스트레스에 더 영향을 줄 것이라고 짐작해 볼 수 있다. 이 결과는 또한 대인관계 문제해결 능력이 낮을수록 스트레스가 더 많이 증가하는 것으로 나타났다.

성격 양식, 대인관계 문제해결 능력이 대인관계 스트레스에 미치는 영향을 검증했다. 그 결과는 표

표 3. 성격 양식, 대인관계 문제해결력이 대인관계 스트레스에 미치는 영향

단계	예언변인	R^2	ΔR^2	df	F변화량
1	사회지향성	.046	.046	1, 296	14.342***
2	대인관계 문제해결	.065	.019	1, 295	6.047*
3	사회지향성 * 대인관계 문제해결	.068	.002	1, 294	.785
<hr/>					
1	자율지향성	.042	.042	1, 296	12.965***
2	대인관계 문제해결	.062	.020	1, 295	6.399*
3	자율지향성 * 대인관계 문제해결	.082	.020	1, 294	6.258*

3에 제시하였다. 성격 양식 변인에 따른 결과를 살펴보면, 사회지향성과 자율지향성이 대인관계 스트레스에 미치는 영향은 유의미했다($R^2=.046$, $F(1, 296)=14.342$, $p<.01$, $R^2=.042$, $F(1, 296)=12.965$, $p<.01$). 그리고 대인관계 문제해결 능력은 사회지향성이 설명하는 값에서 유의미한 증가량을 보였고(R^2 증가량=.019, $F(1, 295)=6.047$, $p<.05$), 자율지향성에서도 유의미하게 증가했다(R^2 증가량=.020, $F(1, 295)=6.399$, $p<.05$). 따라서 대인관계 문제해결 능력이 대인관계 스트레스에 대해 유의미한 설명량을 가지는 것으로 볼 수 있다. 이들간의 상호작용 효과를 보면, 사회지향성과 대인관계 문제해결 능력의 상호작용 효과는 보이지 않았으나, 자율지향성과 대인관계 문제해결 능력의 상호작용 효과는 유의미했다(R^2 증가량=.020, $F(1, 294)=6.258$, $p<.05$). 자율지향성에서만 상호작용 효과가 나타났는데, 자율지향성이 대인관계 문제해결 능력과 상호작용하여 대인관계 스트레스를 유의하게 예측한다는 것을 의미한다.

성격 양식, 대인관계 문제해결 능력이 성취관련 스트레스에 미치는 영향을 보았는데, 그 결과는 표 4에 제시하였다. 성격 양식 각각을 보면, 대인관계

스트레스와 마찬가지로 사회지향성과 자율지향성이 유의하게 성취관련 스트레스를 예측해주었다($R^2=.131$, $F(1, 297)=44.750$, $p<.01$, $R^2=.055$, $F(1, 297)=17.427$, $p<.01$). 그리고 대인관계 문제해결 능력은 사회지향성이 예측하는 값에서 유의미한 증가량을 보였고(R^2 증가량=.012, $F(1, 296)=4.234$, $p<.05$), 자율지향성이 예측하는 값에서도 유의미하게 증가하였다(R^2 증가량=.015, $F(1, 296)=4.882$, $p<.05$). 따라서 대인관계 문제해결 능력이 성취관련 스트레스에서도 유의미한 설명량을 가지는 것으로 볼 수 있다. 이들간의 상호작용 효과를 보면, 사회지향성은 대인관련 변인과 상호작용 효과를 보이지 않았다. 그러나 자율지향성의 경우는 대인관계 문제해결 능력과의 상호작용 효과가 나타났다(R^2 증가량=.013, $F(1, 295)=4.205$, $p<.05$). 성취관련 스트레스에서도 자율지향성에서만 상호작용 효과가 나타났는데, 자율지향성이 대인관계 문제해결 능력과 상호작용하여 성취관련 스트레스를 유의하게 예측해주었다.

대인관계 문제해결 능력은 대인관계 스트레스와 성취관련 스트레스에서 유의미한 설명량을 가지는 것으로 보인다. 성격 양식과의 상호작용 효과

표 4. 성격 양식, 대인관계 문제해결력이 성취관련 스트레스에 미치는 영향

단계	예언변인	R ²	ΔR ²	df	F변화량
1	사회지향성	.131	.131	1, 297	44.750***
2	대인관계 문제해결	.143	.012	1, 296	4.234*
3	사회지향성 * 대인관계 문제해결	.145	.001	1, 295	.467
<hr/>					
1	자율지향성	.055	.055	1, 297	17.427***
2	대인관계 문제해결	.071	.015	1, 296	4.882*
3	자율지향성 * 대인관계 문제해결	.084	.013	1, 295	4.205*

를 보면, 자율지향성에서만 나타났는데 대인관계문제 해결 능력과 상호작용하여 생활 스트레스(대인관계/성취관련)를 유의하게 예측하는 것으로 나타났다.

논 의

본 연구에서는 성격 양식이 스트레스 유발에 영향을 미칠 것이라는, 즉 성격 양식 자체가 스트레스적인 생활환경의 발생에 영향을 미칠 것이라는 것을 확인하고자 하였다. Beck(1983)이 제안한 우울증에 취약한 성격 양식인 사회지향성과 자율지향성 성격 양식이 특정 스트레스에 대해서 취약성 요인으로 작용하는지 보았고, 이러한 성격 양식이 대인관계 변인과 상호작용하여 스트레스에 어떤 영향을 주는지 살펴보았다. 먼저 이러한 변인들이 우울에 영향을 미치는 것으로 보았는데, 우울과의 관련성을 알아보기 위해 상관 분석을 하였다. 각각의 성격 양식과 대인관계 문제해결 능력간의 상호작용 효과가 있을 것으로 보았고, 이를 검증하기 위해 위계적 중다회귀 분석을 실시하였다.

그 결과, 각각의 변인들은 우울과 유의한 상관

이 있는 것으로 나타났다. 두 가지 성격 양식은 대인관계 스트레스와 성취관련 스트레스 모두를 유의하게 예언해주었다. 그리고 일치 불일치 영역과 상관없이 사회지향성과 자율지향성 모두에서 대인관계 스트레스보다 성취관련 스트레스를 더 많이 예측하는 것으로 나왔다. 이는 연구 대상자가 대학생으로 한정되어 있기 때문일 가능성이 높은 것으로 보인다. 대학생은 학업이나 진로 등 성취관련 사건들이 다른 연령층에 비해 높은 비중을 차지하기 때문인 것으로 풀이된다.

다음으로 대인관계 문제해결 능력과의 관계를 고려했다. 본 연구에서는 성격 양식이 이 변인과 상호작용하여 생활 스트레스에 영향을 미치는지 보고자 했다. 사회지향성과 자율지향성이 대인관계 문제해결 능력과 상호작용하여 생활 스트레스를 예측할 수 있는지 보았다. 본 연구에서 사용한 대인관계 관련 변인은 Nelson과 Hammen 등(2001)의 연구에서도 사용된 대인관계 문제해결 능력을 사용했다. 연구 결과를 보면, 대인관계 문제해결 능력은 스트레스에 유의미한 설명량을 가지는 것으로 보이는데 성취관련 스트레스보다 대인관계 스트레스 영역에서 더 높은 설명량을 가지는 것으로 보였다. 그리고 대인관계 문제해결 능력과 성격 양식

과의 상호작용 효과를 보면, 자율지향성과의 상호작용 효과만 유의미했다. 이는 사회지향적인 사람과 자율지향적인 사람이 대인관계 문제해결 능력이 낮을 경우 생활 스트레스를 더 많이 예측할 수 있다는 가설의 일부를 지지하는 결과이다. 자율지향성과 대인관계 문제해결 능력의 상호작용은 성취관련 스트레스와 대인관계 스트레스를 유의미하게 예측하였다. 이는 Nelson과 Hammen 등(2001)의 연구에서 나타난 결과와도 일치한다. 자율지향적인 사람은 대인관계 문제해결 능력이 낮을 경우 대인관계뿐만 아니라 성취관련 스트레스도 예측할 수 있다고 볼 수 있다.

본 연구는 성격 양식 자체가 스트레스를 유발할 수 있다는 것을 알아본 것에 의의가 있다. 스트레스로 인해 우울에 취약한 성격 양식이 활성화되는 것이 아니라 사회지향성, 자율지향성 성격 양식 그 자체가 스트레스를 예측할 수 있다는 것이다. 이는 Hammen의 스트레스 발생 모델과 일관된 결과이다. 이는 스트레스가 만성화되어 우울로 이어지기 전에 성격 양식과 같은 개인의 소질을 고려하는 것이 필요하다는 것을 의미한다.

다음으로 대인관계 관련 변인은 우울뿐 아니라 스트레스에도 상당한 영향을 준다고 알려져 있기 때문에, 대인관계 관련 변인과의 관계를 살펴본 것 또한 중요한 의의를 가진다. 대인관계 변인을 같이 고려했는데, 자율지향성의 경우 낮은 대인관계 능력과 상호작용하여 대인관계뿐만 아니라 성취관련 스트레스까지 예측하는 것으로 나타났다. 이는 성격 양식에 따라 대인관련 변인이 스트레스에 대한 완충효과로 작용할 수 있다는 것을 시사한다. 즉 자율지향적인 사람은 사회지향적인 사람보다 대인관계 능력을 향상시켜주는 것이 스트레스를 줄이거나 우울을 예방하는데 더 중요하다는 것을 나타낸다. 스트레스가 만성화되어 우울로 이어지기 전에 성격 양식 각각에 따라 치료적 개입을 달리하는 것이 효과적이기 때문에 이를 구분해서 살펴본

것 또한 치료적 함의를 가진다. 성격 양식이 특정 생활 스트레스를 예측하고, 그것에 대인관련 변인들이 함께 작용하여 이후에 우울에 영향을 주는 것으로 보인다. 이러한 연구 결과는 성격 양식과 상관없이 대인관계 스트레스이건 성취관련 스트레스이건 우울 유발의 중요 요인인 스트레스를 감소시키기 위해서는 대인관계 능력의 증진이 매우 중요함을 시사한다.

이상과 같은 함의에도 불구하고 본 연구는 선행 연구들과 비교해서 다음과 같은 제한점을 갖는다. 첫째, 본 연구에서는 성격 양식 질문지로 국내에 번안, 타당화된 PSI-II를 사용하였는데, 성격 양식을 측정하는데는 여러 질문지가 있다. 그리고 이들 각각의 질문지에 따른 결과들이 상반되는데, 본 연구에서 사용한 질문지 외 다른 질문지를 사용해서 이 결과와의 일치성을 확인해 볼 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서는 연구 대상이 대학생으로 한정되었다는 점에서 결과에 대한 해석과 일반화에 제한점을 가진다. 즉 집단 특성상 성취관련 사건을 더 많이 경험하는 것으로 볼 수 있는데, 이로 인해 대인관계 스트레스보다 성취관련 스트레스가 전반적으로 더 높게 나온 것으로 해석할 수 있다. 따라서 다른 집단을 대상으로 한 후속 연구가 필요할 것이다. 또한 임상 집단을 대상으로 한 후속 연구를 통해 일반 집단과 차이가 있는지 살펴보아야 할 것이다. 마지막으로 본 연구는 모든 변인들을 동시에 측정해서 분석했기 때문에 변인들간의 인과관계를 확인할 수 없다는 문제점을 지니고 있다. 따라서 추후 연구에서는 장기 종단적인 연구가 시도되어야 할 것이다.

참 고 문 헌

김은정, 오경자 (1994). 우울증상의 지속에 영향을 주는 인지 및 행동요인들: 3개월 간 추적

- 연구. 한국심리학회지: 임상. 13, 1-19.
- 양정윤 (1999). 사회지향성, 자율지향성과 부정적 생활사건이 우울증상에 미치는 영향 : 성격-사건 일치 가설과 증상 특정성 가설. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 이민규 (2000). 우울에 대한 성격-사건간의 일치성 가설의 검증. 한국심리학회지: 임상. 19, 2, 247-257.
- 이영호 · 송종용 (1991). BDI, SDS, MMPI-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. 한국심리학회지: 임상, 10, 1, 98-113.
- 조귀옥 (1994). 우울취약성과 우울수준, 성격차원 및 부정적 생활 스트레스와의 관계. 중앙대학교 대학원 박사학위논문.
- 조현주 (2001). 우울에 취약한 성격 양식과 인지-행동적 요인에 관한 연구. 성균관 대학교 대학원 교육심리 박사학위논문.
- Abramson, L. Y., Metalsky, G. I., & Alloy, L. B. (1989). Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological Review*, 96, 358-372.
- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: Sage.
- Beck, A. T. (1991). Cognitive therapy A 30-year retrospective. *American Psychologist*, 46, 368-375.
- Beck, A. T. (1983). Cognitive therapy of depression: New perspective. In P. J. Clayton & J. E. Barnett(Eds.), *Treatment of depression: Old controversies and new approaches* (pp.265-290). New York: Raven Press.
- Beck, A. T., Epstein, N., Harrison, R. P., & Emery, G. (1983). *Development of the Sociotropy-Autonomy Scale: A measure of personality factors in psychopathology*. Unpublished manuscript, Center for cognitive Therapy, University of Pennsylvania Medical School. Philadelphia.
- Beck, A. T., Wright, J. H. (1983). Cognitive therapy of depression: Theory and practice. *Hospital and Community Psychiatry*, 34, 12, 1119-1127
- Bieling, P. J., & Alden, L. E. (2001). Sociotropy, Autonomy, and the Interpersonal Model of Depression: An Integration. *Journal of Cognitive Therapy and Research*, 25, 2, 167-184.
- Blatt, S. J. (1974). Levels of object representation in anaclitic and introjective depression. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 24, 107-157.
- Blatt, S. J., & Quinlan, D. M., Chevron, E. S., McDonald, C., & Zuroff, D. C. (1982). Dependency and self-criticism: Psychological dimensions of depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, 113-124.
- Blatt, S. J., & Zuroff, D. C. (1992). Interpersonal relatedness and self-definition: Two prototypes for depression. *Clinical Psychology Review*, 12, 527-562.
- Clark DA, Steer RA, Beck AT, Ross L. (1995). Psychometric characteristics of revised Sociotropy and Autonomy Scales in college students. *Behavioral Research and Therapy*, Mar, 33, 3, 325-34.
- D'Zurilla, T. J., & Nezu, A. M. (1990). Development and preliminary evaluation of the Social Problem-solving Inventory.

- Psychological Assessment: *A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 2, 156-163.
- Daley, S. E., Hammen, C., Burge, D., Davila, J., Paley, B., Lindberg, N., & Herzberg, D. (1997). Predictors of the generation of episodic stress: A longitudinal study of late adolescent women. *Journal of Abnormal Psychology*, 106, 251-259.
- Davila, J., Hammen, C., Burge, D., Paley, B., & Daley, S. E. (1995). Poor interpersonal-problem solving as a mechanism of stress generation in depression among adolescent women. *Journal of Abnormal Psychology*, 104, 592-600.
- Ellicott, T. R., Godshall, F. J., Herrick, S. M., Witty, T. E., & Spruell, M. (1991). Problem-Solving appraisal and psychological adjustment following spinal cord injury. *Cognitive Therapy and Research*, 15, 387-398.
- Gotlib, I. H., Lewinsohn, P. M., & Seeley, J. R. (1995). Symptoms versus a diagnosis of depression: Differences in psychosocial functioning. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65, 90-100.
- Hammen, C. (1991). Generation of stress in the course of unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 555-561.
- Hammen, C., Ellicott, A., & Gitlin, M., & Jamison, K. R. (1989). Sociotropy/autonomy and vulnerability to specific life events in patients with unipolar depression and bipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 98, 154-160.
- KWon, P., & Whisman, M. A. (1998). Sociotropy and Autonomy as Vulnerabilities to Specific Life Events: Issues in Life Event Categorization. *Cognitive Therapy and Research*, 22, 4, 353-362.
- Morse, J. Q., Robins, C. J. (2005). Personality-life event congruence effects in late-life depression. *Journal of Affective Disorders*, 84, 25-31.
- Nelson, D. R., Hammen, C., Daley, S. E., Burge, D., and Davila, J. (2001). Sociotropic and Autonomous Personality Styles: Contributions to Chronic Life Stress. *Cognitive Therapy and Research*, 25, 1, 61-76.
- Nezu, A. M., & D'Zurilla, T. J. (1989). Social Problem-solving and negative affective conditions. In P. C. Kendall & D. Watson(Eds.), *Anxiety and depression*(pp285-315). Toronto: Academic Press.
- Nezu, A. M., & Ronan, G. F. (1985). Life stress, current problems, problem solving and depressive symptoms: An integrative model. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53, 693-697.
- Robins, C. J., Hayes, A. M., Block, P., Kramer, R., & Villena, M. (1995). Interpersonal and achievement concerns and the depressive vulnerability and symptom specificity hypotheses: A prospective study. *Cognitive Therapy and Research*, 19, 1-20.
- Robins C. J., Luten A. G. (1991). Sociotropy and autonomy: differential patterns of clinical

- presentation in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology* Feb, 100, 1, 74-7.
- Robins, C. J., & Block, P. (1988). Personal vulnerability, life events, and depressive symptom: A test of a specific interactional model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 847-852.
- Rude, S. S., & Burnham, B. L. (1993). Do interpersonal and achievement vulnerabilities interact with congruent events to predict depression? Comparison of DEQ, SAS, DAS, and combined scales. *Cognitive Therapy and Research*, 17, 531-548.
- Sarason, I. G., Johnson, J. H., & Siegal, J. M. (1978). Assessing the impact of life changes: Development of Life Experiences Survey. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 46, 932-946.
- Segal, Z. V., Shaw, B. F., Vella, D. D., & Katz, R. (1992). Cognitive and life stress predictors of relapse in remitted unipolar depressed patients: Test of the congruency hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 26-36.

The effect of personality style and interpersonal problem solving ability on life stress, depression

Cha-Hui Kim

Min-Kyou Lee

Department of Psychology, Ajou University

This study investigated the effects of sociotropy, autonomy, and interpersonal problem-solving ability on stress. Sociotropy and autonomy are personality style that are believed to moderate the effects of stressors on depression. This study tested the hypothesis that these personality styles may actually contribute to the occurrence of stress in the domain of vulnerability and the relation with depression. In particular, the present study examined the interaction of these personality styles with interpersonal problem-solving ability. 325 undergraduates completed the Korean version of Personal Style Inventory-II, Life Event Questionnaire, Interpersonal Problem Solving Inventory, and BDI. The results of hierarchical multiple regression analyses partially supported the hypothesis. That is, results indicated that sociotropy was a risk factor of interpersonal stress, but autonomy was not a risk factor of achievement stress. The results also indicated that autonomy was a risk factor of both interpersonal stress and achievement stress when coupled with poor interpersonal problem-solving ability. But the interaction effect of sociotropy and interpersonal problem-solving ability was not found. The findings were discussed in the context of implications and recommendations for further research.

Key word : sociotropy, autonomy, stress, interpersonal problem-solving ability