

한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2008. Vol. 13, No. 3, 603 - 623

낙관성/비관성, 문제해결평가 및 정적/부적 감정 간의 관계 검증

이 회 경[†]

가톨릭대학교 심리학과

본 연구에서는 개인의 스트레스 대처방식이 낙관성과 다양한 적응지표 간의 관계를 매개한다는 선행연구를 바탕으로 개인이 문제 상황을 어떻게 지각하는가, 즉 문제해결평가의 세 요인(문제해결 자신감, 접근-회피 양식, 및 개인의 통제감)이 각각 낙관성과 정서 경험(정적 감정 및 부적 감정)의 관계 및 비관성과 정서 경험(정적 감정 및 부적 감정)을 차별적으로 매개하는지 검증하였다. 심리학 관련 학회의 하계수련회에 참석한 성인 152명(여자 127명)이 응답한 설문자료를 Anderson과 Gerbing(1988)이 제안한 2단계 구조방정식 절차에 따라 분석한 결과, 낙관성의 경우 문제해결에 대한 자신감과 개인의 통제감은 낙관성과 정서 경험 사이를 부분적으로 매개하지만 접근-회피 양식의 매개효과는 유의하지 않았다. 이에 반해 비관성의 경우에는 문제해결 평가의 세요인 모두에서 부분적으로 매개효과가 나타났다. 이는 낙관성이 높은 경우는 문제 상황에 대한 접근-회피가 즉각적으로 이루어지지 않는데 반해, 비관성이 높은 경우는 문제 상황을 회피하는 경향이 있고 이것이 부적 감정 경험을 억제하는 효과가 있는 것으로 보인다.

주요어 : 낙관성, 비관성, 문제해결평가, 문제해결 자신감, 접근-회피 양식, 개인의 통제감, 정적 감정, 부적 감정, 긍정심리학

[†] 교신저자(Corresponding author) : 이회경, (420-743) 경기도 부천시 원미구 역곡 2동 산 43-1 가톨릭대학교 심리학과, Tel: 02-2164-4296, E-mail: ahalee@catholic.ac.kr

긍정심리학적 성격 특질이 개인의 정신 및 신체건강 증진에 핵심적인 역할을 한다는 것이 여러 이론가 및 연구자들에 의해서 주장되고 있다. 이 중에서 연구자들의 관심을 끄는 주요 성격변인 중의 하나가 낙관성(optimism)¹⁾이다. 낙관성은 자신이 인생에서 좋은 결과들을 경험할 것이라는 일반화된 기대를 의미하는 것으로, 환경의 방해가 있을지라도 미래에 성공적인 결과가 있을 것이라고 믿는 정도를 나타내는데(Carver & Scheier, 1994, 1998, 1999) 개인의 부적응 문제를 완화시키는 중요한 변인으로 언급되고 있다(Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

지난 10여 년 동안 많은 경험적인 연구들은 낙관성이 다양한 개인들의 다양한 적응지표와 관련된다고 보고하였다. 이 연구결과들은 일반적으로 낙관적인 사람들이 그렇지 않은 사람(비관적인 사람 포함)들에 비해 보다 나은 심리·신체적인 적응을 보인다는 것을 보고하고 있다. 우선 대학생 집단의 예를 들면, 낙관적인 대학생들은 비관적인 대학생들에 비해 만성적인 분노 수준 및 분노에 대한 억제 정도가 낮으며(Ausbrooks, Thomas, & Williams, 1995), 지각된 스트레스 수준이 낮고(Blankstein, Flett, & Koledin, 1991; Nelson, Karr, & Coleman, 1996; O'Brien, VanEgeren, & Mumby, 1995), 우울 경험이 적으

며(Chang, 1998), 불안 수준도 낮다(Schuller, 1995; Sumi, Horie, & Hayakawa, 1997). 임상집단에서도 낙관성과 적응의 관계는 일관적으로 보고되고 있는데, 높은 낙관성은 신체불구 환자 집단에서 낮은 우울 및 높은 자존감과 관련되었고(Dunn, 1996), 다양한 종류의 암환자들의 낮은 스트레스 수준과 관련되었으며(Friedman 등, 1992), 또한 류마티스 환자의 적응과도 정적인 관련이 있었다(Long & Sanster, 1993).

낙관성과 적응간의 관련성을 설명하려는 노력의 일환으로 일군의 연구자들은 이들 변인과 대처(coping) 혹은 문제해결(problem solving)²⁾ 변인에 주목하였다. Scheier, Carver 및 Bridges (2002)는 개인의 동기(motivation)에 대한 기대-가치 모형(expectancy-value model)³⁾에 바탕을 두고, 미래에 대해 긍정적인 관점을 가진 사람들, 즉 낙관적인 사람들은 역경을 맞이했을 때 문제를 해결하려는 방향으로 동기화되며 문제해결 노력을 지속적으로 경주하는 데 반해, 비관적인 사람들은 문제 상황을 회피하거나 문제해결 자체를 포기하려는 경향이 높다고 보았다. 낙관성과 효과적인 대처의 관련성은 여러 경험적인 연구들에서 보고되었다. 예를 들어, 낙관주의자들은 적극적이며 문제-초점적인 대처를 사용하고 스트레스 상황에서 계획적인 방식으로 문제를 해결하며

1) 여기서 말하는 낙관성은 비현실적인 기대를 의미하는 것이 아니라 현실검증력을 바탕으로 한 건강한 낙관성을 의미한다. Schneider(2001)는 현실적인 낙관성을 낙관적인 편파(optimistic biases)와 구별해야한다고 주장하였다.

2) 여기에서는 대처(coping)와 문제해결(problem solving)을 호환적으로 사용하였는데, 이는 Heppner와 Krauskopf(1987)의 입장을 따른 것이다. 그들의 정의에 의하면, “실생활에서의 문제해결은 내적, 외적 요구 또는 도전에 적응하기 위한 일련의 목적 지향적인 지적, 정서적 활동 및 행동 반응”이다(p. 375).

3) 동기에 대한 기대-가치 모형의 두 가지 중요한 가정은, ① 목표가 중요할수록 사람들이 더 동기화된다는 것, ② 목표를 달성하는 것에 대한 자신감이 부족하면 목표를 성취하려는 행위가 감소한다. 따라서 개인은 궁극적으로 좋은 성과가 있을 것에 대해 자신감이 있을 경우에 비록 역경을 맞이하더라도 목표 달성 노력을 계속하게 된다.

(Billingsley, Waehler, & Hardin, 1993; Carver, Scheier, & Weintraub, 1989; Fontaine, Manstead, & Wangner, 1993) 통제할 수 있는 상황에 대해서는 적극적인 문제해결을, 통제할 수 없다고 생각되는 상황에 대해서는 수용과 긍정적인 재해석(positive reframing)을 활용하는 것으로 나타났다(Scheier, Weintaub, & Carver, 1986). 또한 낙관주의자들은 부정적인 정보 속에서 유용한 정보를 더 많이 발견하는, 즉 효과적인 문제해결을 하는 것으로 나타났다(Aspinwall & Brunhart, 1996). 이에 비해 비관주의자들은 회피적인 대처(avoidant coping)나 자기 비난을 많이 하며 물질이나 약물에 의존하는 경우가 많았다(Strutton & Lumpkin, 1992; Fry, 1995). 최근에 국내에서도 낙관성이 심리적 안녕감이나 적응에 미치는 영향을 확인하거나 낙관성의 효과를 인지적 정서조절 전략과 사회적 지지(김민정, 이희경, 2006), 사회적 지지와 대처양식(신현숙, 2005; 윤지혜, 2007)과의 관련성을 밝힌 연구들이 있었다.

비록 이러한 연구들이 낙관성과 효과적인 대처(문제해결) 간의 정적인 관련성을 경험적으로 보여주었다는 점에서 의의가 있지만 낙관성과 적응간의 관계에서 효과적인 대처가 어떤 역할을 하는지에 대한 구체적인 정보를 제공하지는 못하였다. 이런 문제 제기를 바탕으로 일군의 연구자들은 낙관성, 대처, 적응 간의 삼자 관계를 연결해서 설명하려는 노력을 기울였는데, 이 바탕에는 낙관주의자가 비관주의자에 비해 보다 나은 심리·신체적인 적응을 보이는 이유가 이들이 보다 효과적인 문제해결을 하기 때문이라는 매개모형, 즉, 낙관성이 높을수록 보다 효율적인 문제해결을 하고, 이것이 심리적/신체적 적응에 긍정적인 영

향을 준다는 생각이 자리하고 있었다. 이 매개모형은 여러 연구자들에 의해 경험적으로 검증되었다. 예를 들어, 관상동맥우회방법(coronary artery bypass)을 경험한 수술환자를 대상으로 한 Scheier 등(1989)의 연구결과에 의하면, 낙관주의자들이 비관주의자들에 비해 자신들의 경험에서 부정적인 부분에 덜 주의를 기울이고 수술 후 회복단계에서 도움이 될 행동에 대해 의사에게 미리 질문하는 행동을 보였는데, 이것이 수술 6개월 후의 삶의 질에 긍정적인 영향을 주었다. King, Rowe, Kimble 및 Zerwic(1998)도 유사한 결과를 보고하였는데, 낙관주의자들은 수술 후 보다 긍정적인 의미를 찾으려는 노력을 하였고 이것이 그들의 부적 감정 경험의 감소를 부분적으로 매개한데 반해, 비관주의자들은 상황을 회피하려는 대처행동을 많이 보이고 이것이 부적 감정 경험과 연결되었다. 암환자를 대상으로 한 Stanton과 Snider(1993)의 연구에서 비관주의자들은 인지적인 회피를 더 많이 사용하였고 이것이 조직검사 전 스트레스 경험과 유의하게 관련되었다. 아울러, 대학생들을 대상으로 한 Aspinwall과 Taylor(1992)의 연구에서도 높은 낙관성이 적극적인 문제해결 행동을 가져오고 이는 대학생들의 적응을 증진하는 결과가 나타났다. 그리고 임신 중인 여성을 대상으로 한 Park, Moore, Turner 및 Adler(1997)의 연구 결과 역시 높은 낙관성이 문제해결적인 사고와 관련되어, 그 결과 임신과 관련된 낮은 불안 수준에 영향을 주는 것으로 나타났다.

낙관성과 적응 간의 관계를 효과적인 문제해결의 매개효과로 설명하려는 이러한 노력은 낙관주의자가 비관주의자에 비해 보다 나은 심리·신체적인 적응을 보이는 기제를 설명했다는 점

(Frazier, Tix, & Baron, 2004 참조)에서 그 의의가 있다. 그러나 이러한 연구들 역시 다음의 두 가지 측면에서 미흡하다. 첫째, 기존의 연구들에서 낙관성과 비관성은 하나의 연속선상에 있는 개념으로 취급되었다. 즉, 낙관성의 정도가 낮은 사람이 비관적인 사람으로 간주되었다. 그러나 Carver와 Scheier(2003)가 주장하였듯이 낙관성의 정도가 낮다는 것이 곧 바로 비관성이 높음을 의미하지는 않는다. 이런 측면에서 최근 학자들은 낙관성과 비관성은 단일 차원에 있는 개념이 아니라 두 개의 다른 차원으로 보아야한다는 주장을 하고 있고, 실제 경험적인 연구에서도 이 점이 일관적으로 지지되고 있다(Chang, Maydeu-Olivares, & D’Zurilla, 1997; Lai, 1994; Mroczek, Spiro, Aldwin, Ozer, & Bosse, 1993). 특히, Marshall, Wortman, Kusulas, Hervig 및 Vickers(1992)는 낙관성을 측정하는 도구인 삶의 방향성 검사 개정판(Life Orientation Test-Revised: LOT-R; Scheier, Carver, & Bridges, 1994)에 대해 탐색적 및 확인적 요인분석을 실시한 결과 2요인 모형의 적합도가 1요인 모형의 적합도에 비해 월등히 우월함을 보고하였다. 같은 맥락에서 확인적 요인분석을 통해 낙관성과 비관성의 2요인 모형을 지지하는 증거는 다양한 연령층을 대상으로 보고되고 있다: ①대학생 대상(Chang et al., 1997); ②청소년 대상(Creed, Patton, & Bartrum, 2002); ③노인 대상(Robinson-Whelen, Kim, MacCallum, & Kiecolt-Glaser, 1997). 또한 서구에서 뿐만 아니라 한국에서도 낙관성, 비관성의 2요인 모형은 경험적으로 지지되었다. 예를 들어, 신현숙, 류정희 및 이명자(2005)의 연구에서는 LOT-R의 한국 번역판에 대한 확인적 요인분석을 실시한 결과 2요

인 모형이 1요인 모형에 비해 월등함을 입증하였고, 따라서 후속연구에서는 LOT-R의 총점을 사용하여 낙관성의 수준을 측정하는 방식을 지양할 것을 제안한 바 있다. 따라서 본 연구에서는 낙관성, 비관성이 단일차원에 존재한다는 가정을 기각하고 낙관성과 비관성이 각각 다른 차원이라는 가정 하에서 연구모형을 검증할 것이다.

둘째, 그동안 매개변인으로 측정된 문제해결 변인들은 이론적인 모형에 근거한 체계적인 변인이라기보다는 연구자의 편의성에 따라 다양하게 측정되었기 때문에 연구들 간에 그 결과를 비교하거나 연구 결과를 축적하기 어렵다는 난점이 있다. 실제로, Scheier 등(2002)의 개관논문에 의하면, 낙관성과 관련된 문제해결 변인은 크게 여섯 가지(①정보추구, ②적극적인 계획수립, ③긍정적인 재해석, ④이득(benefit) 추구, ⑤유머의 사용 및 ⑥수용)로 다양하였고, 마찬가지로 비관성과 관련된 문제해결 변인 역시 여섯 가지(①사고의 억제, ②포기, ③주의산만, ④인지적 회피, ⑤스트레스에 집중 및 ⑥ 외현적인 부인(denial))로 나타나고 있다. 이런 문제 제기로 볼 때, 보다 이론에 근거를 둔 문제해결 변인으로 Heppner와 Peterson(1982)이 D’Zurilla와 Goldfried(1971)의 문제해결 과정모형에 기반을 두고 개발·타당화한 후 지난 20년 동안 120편의 경험적인 연구에서 사용되었던 문제해결 질문지(Problem-Solving Inventory)의 세 하위요인인, 문제해결에 대한 자신감(Problem-Solving Confidence: PSC), 접근-회피 양식(Approach-Avoidance Style: AAS), 그리고 개인의 통제감(Personal Control: PC)이 유력한 연구변인으로 관심을 끈다. 이들 세 요인은 개인이 문제해결상황에서 자신을 어떻게 지각하는

가, 즉 문제해결평가(problem-solving appraisal)를 반영하는데, PSC는 문제를 효율적으로 해결할 수 있을 것이라는 자신의 능력에 대한 확신, AAS는 문제해결 활동에 적극적으로 접근하는가 혹은 회피하는가, 그리고 PC는 개인이 문제해결에 직면했을 때, 본인의 감정과 행동을 조절할 수 있다고 믿는 정도를 반영하며 각각 문제해결평가의 인지적, 행동적, 그리고 정서적인 측면을 반영한다고 할 수 있다.

문제해결평가와 적응지표에 관한 선행연구 결과들은, 일반적으로 자신을 비효율적인 문제해결자로 지각하는 경우 자신에 대한 부정적인 자동화 사고가 많으며, 이런 경우 다양한 심리적 부정응 및 신체적 증상이 있음을 경험적인 연구에서 일관적으로 보고하고 있다(Heppner, Witty & Dixon, 2004 참조). Heppner 등(2004)의 개관 논문에 의하면, 자신을 효율적인 문제해결자로 지각한 개인은 교육, 과학, 직업 등 여러 분야에서 탁월한 대처 능력 및 효율적인 적응 능력을 보이며, 심리적인 면뿐만 아니라 육체적으로도 건강한 사회생활을 영위하는 특징을 보인다. 또한 이들은 문제 상황에 직면하더라도 융통성을 발휘하며, 스트레스 대처에 능할 뿐 아니라 개인의 목표를 달성하는 적절한 방법을 개발하는 능력이 있는 것으로 나타났다. 반면, 자신을 비효율적인 문제해결자로 지각하는 개인은 문제에 직면했을 때, 적절히 대응하지 못하며 자신이 처한 환경을 효율적으로 다루지 못하는 특징을 보인다. 또한, 자기 개념, 비합리적 신념, 역기능적 사고, 개인적인 문제의 빈도, 육체적 건강, 대처 능력 등과 같은 광범위한 측면에서 부정적인 결과를 보이고, 알코올 남용, 섭식 장애 등의 문제와도 관련이 있는 것

로 나타났다. 게다가, 자신이 문제 상황을 효율적으로 해결하지 못한다고 지각하는 개인은 낮은 주관적 안녕감 및 삶의 만족을 경험하고(Taylor & Brown, 1988), 불안, 우울, 걱정, 분노 등 부정적 감정을 많이 경험하는 것으로 보고되었다(김영미, 오경자, 1995; Carscaddon, Poston & Sachs, 1988; Nezu, 1985; Davey, 1994). 비슷한 맥락에서, 문제해결평가와 정서 경험 간에도 밀접한 관련이 있었다. 즉, 자신을 비효율적인 문제해결자로 지각할수록 결과에 대한 걱정과 부적 감정이 증가하고 이러한 걱정은 새로운 행동의 시도, 적극적인 대처 및 문제해결을 방해하는 악순환을 가져온다(Heppner et al., 2004). 또한 직무 스트레스와 심리적 적응의 관계에 대한 연구에서도 문제에 대해 회피적인 태도를 보이는 사람이 더 강한 부적 감정을 느끼는 것으로 나타났다(Bowman, 1995). 이러한 연구 결과들은 일관적으로 문제해결 평가가 심리적 적응(부적응)과 밀접한 연결이 있음을 시사한다.

그러나 보다 중요한 점은 문제해결평가의 세 차원들이 심리적 및 신체적 건강과 관련해서 차별적인 관련성을 보인다는 점이다. 예를 들어, 세 요인 중 다른 요인에 비해 문제해결 자신감이 낮은 경우 특히 자살 관념 및 무망감(hopelessness)과 특히 높은 상관을 보였다(Dixon, Heppner, & Anderson, 1991). 이에 비해, 문제해결과정에서의 접근-회피 양식은 심리적 부적응과 직접적인 관련이 있기 보다는 이러한 회피양식의 대처가 문제해결 자신감을 감소시키고 이것이 심리적 부적응으로 연결되는 간접적인 관련성이 있었다(Heppner, Pretorius, Wei, Lee, & Wang, 2002; Witty, Heppner, Bernard, & Thoreson, 2002). 문

제해결상황에서의 정서조절과 관련되는 개인의 통제감은 다른 두 요인에 비해 특성 분노 및 신체 건강과 밀접한 관련이 있는 것으로 나타났다 (Carscaddon et al., 1988). 이런 연구결과들을 종합해 볼 때, 이들 문제해결평가의 세 요인이 심리적 적응 변인들과 차별적으로 관련될 수 있으며, 따라서 다른 변인과의 관계를 볼 때 이 세 차원에 해당하는 점수를 합친 총점을 사용하기 보다는 각각 변인을 독립적인 변인으로 간주하고 연구를 수행할 필요가 있다.

이상의 문제제기를 바탕으로 본 연구에서는 일반인을 대상으로 낙관성과 비관성이 각각 문제해결평가의 세 차원에 영향을 주고 이것이 정적 및 부적 감정 경험에 영향을 주는 매개모형을 구조방정식을 통해 검증하고자 한다. 앞서 언급한대로, 낙관성과 비관성의 2요인 구조에 바탕을 두고 이 매개모형을 낙관성과 비관성에 대해 각각 따로 검증하였다. 종속변인으로 정적 및 부적 감정을 선정한 이유는 낙관성과 같은 긍정적인 성격 특질들이 부적 감정의 조절에 긍정적으로 기능하는 것으로 밝혀지고(Fredrickson & Levenson, 1998; Fredrickson, Mancuso, Branigan, & Tugade, 2002) 있기 때문이다. 본 연구를 통해, 낙관성 및 비관성과 정적 및 부적 감정의 관계에서 문제해결평가의 세 요인의 차별적인 매개 역

할을 살펴봄으로써 낙관성 및 비관성이 정적 및 부적 감정에 영향을 주는 기제를 살펴볼 수 있다는 의의가 있다. 본 연구의 가설모형은 그림 1, 2에 제시되어 있다.

방법

참여자

심리학 관련 학회의 하계수련회 이론교육에 참석한 성인 152명(여자 127명)을 대상으로 설문 실시하였다. 이 중에서 설문 문항에 완전히 응답하지 않은 2명을 제외하고 150명의 응답된 자료를 분석하였다. 참여자들의 연령은 22세에서 55세 사이로 평균 연령은 31.59($SD = 7.49$)세였다.

측정도구

본 연구에서 낙관성, 비관성, 문제해결평가, 정적 및 부적 감정을 측정하기 위하여 사용된 도구들은 다음과 같다.

낙관성 및 비관성. 낙관성 및 비관성을 측정하기 위하여 Scheier, Carver 및 Bridges(1994)가 Scheier와 Carver (1985)의 삶의 방향성 검사(Life

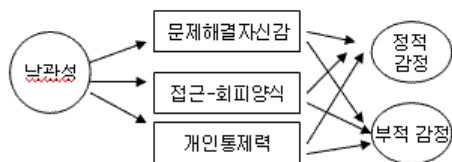


그림 1. 낙관성 가설 모형

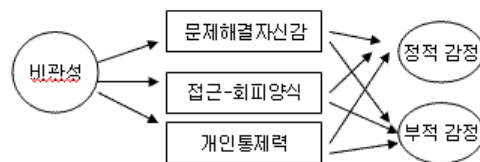


그림 2. 비관성 가설 모형

주 : 문제해결자신감, 접근-회피양식, 개인통제감은 편의상 직사각형으로 표시되었으나 잠재변인임.

Orientation Test: LOT)를 개정한 것(Life Orientation Test- Revised: LOT-R)을 사용하였다. 본 연구에 사용한 것은 염영미(1998)가 한국어로 번안한 것이었다. 이 척도는 긍정적인 삶에 대한 일반화된 기대를 측정하는 것으로 5점 Likert식 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다) 형식의 10문항으로 구성되어 있다. 이 중에서 긍정적인 문항과 부정적인 문항이 각각 3 문항이고, 나머지 4개는 허위문항이다. 일반적으로 부정 문항은 역채점하며, 총점이 높을수록 낙관성이 높음을 의미한다. 그러나 부정문항을 역채점한 것(즉, 비관성의 반대)이 낙관성을 의미하는가에 대한 비판(신현숙, 류정희, 이명자, 2005; Chang et al., 1997; Rauch, Schweizer, & Moosbrugger, 2007)에 따라 낙관성과 비관성을 이차원으로 나누어 각각 그 점수를 계산하였다. 이 문제는 Carver와 Scheier(2003)에 의해서도 심도있게 논의되었는데 요점은 비관성의 반대가 낙관성과 동일한 것은 아니라는 점이다. LOT-R 전체의 내적일치도 계수는 .78로 보고되었다(Scheier et al., 1994). 본 연구에서 낙관성 및 비관성 척도의 내적신뢰도 계수는 각각 .71과 .57이었다.

문제해결평가. 참가자들의 문제해결에 대한 자신의 평가를 측정하기 위하여 Heppener와 Peterson(1982)이 개발한 문제해결 척도(Problem Solving Inventory: PSI Form B)를 임현우, 이동귀 및 박현주(2004)가 한국어로 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 문제해결 양식과 관련된 행동, 태도, 능력에 대한 개인의 지각을 측정하는 것으로 실제 문제해결 기술을 측정하는 것이 아니라 문제해결에 대한 개인의 믿음을 측정한다는 것이

특징이다. 응답자는 각 문항에 대해 Likert식 6점 척도(1 = 매우 동의함, 6 = 매우 동의하지 않음)로 응답하며, 점수가 높을수록 자신을 비효율적인 문제해결자로 지각함을 나타낸다고 척도는 문제해결 자신감, 접근-회피 양식, 개인의 통제감 등 세 개의 하위요인으로 구성되어 있으며 3개의 허위문항을 포함하여 총 35문항으로 이루어져있다. 기존의 많은 연구에서 PSI의 내적일치도 계수(Cronbach α)는 .80 이상으로 보고되어 왔으며(Heppener, 1988; Heppener & Lee, 2002). 3주 간격으로 실시된 검사-재검사 신뢰도는 $r = .81$ 로 나타났고(Heppener, 1988), 문제해결기술, 문제해결기술에 대한 만족, 대처 등의 관련 변인과 유의한 상관을 보였다(Heppener et al., 2004 참조). 본 연구에서의 PSI 총점의 내적일치도(Cronbach α)는 .90이었으며, 하위척도 각각의 내적일치도는 .88(문제해결자신감), .89(접근-회피 양식), .73(개인의 통제감)으로 나타났다.

정적 및 부적 감정. Watson, Clark 및 Tellegen(1988)이 제작한 정적 감정과 부적 감정 목록 (Positive Affect and Negative Affect Schedule: PANAS)을 이유정(1994)이 한국어로 번안하고 이현희, 김은정과 이민규(2003)가 수정하여 타당화한 것을 사용하였다. 이 척도는 '흥미진진한', '자랑스러운' 등의 정적 정서를 나타내는 단어 10개와 '괴로운', '조바심나는' 등의 부적 정서를 나타내는 단어 10개로 구성되어 있으며 각 정서를 일상적으로 얼마나 경험하는지를 5점 Likert식 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다) 상에 평가하게 된다. 정적 감정 및 부적 감정 각각 10개 문항의 총점을 사용하였다. 이 때, 총점이

높은 것은 각각 정적 및 부정 감정을 더 많이 경험함을 의미한다. 기존 연구에서 정적 감정 및 부정 감정의 경우 내적일치도는 각각 .87와 .87로 보고되었고(이현희 등, 2003), 본 연구에서의 내적일치도는 각각 .88과 .89로 나타났다.

자료 분석

연구 가설 모형을 검증하기 전에 예비 분석으로 먼저 성별에 따라서 본 연구 모형에 포함된 잠재변인의 점수들이 유의하게 차이가 나는지 예비분석을 실시하였다. 이는 본 연구 참여자들 중 여성의 비율이 월등히 높고(83.6%) 정서와 관련해서 성차가 있을 수 있을 가능성을 검토하기 위한 것이다. 성별을 독립변인으로 하고 본 연구의 주요변인들(낙관성, 비관성, 문제해결평가의 세 요인, 정적 및 부정 감정을) 종속변인으로 한 일원 다변량 분산분석(MANOVA)를 실시하였다. Box 검정 결과가 유의미하지 않았기 때문에 공분산행렬에 대한 동일성이 가정되었으며, $F(28, 6476.34) = .88, p = .65$, 따라서 전체 모형의 유의성을 Wilks 랏다 통계치로 확인한 결과, 유의미하지 않았다, Wilks 랏다 = .96, $F(7, 141) = .89, p = .51$, 부분 $\eta^2 = .04^4$. 이는 본 연구의 주요 변인들이 성별에 따라 유의한 차이가 없음을 의미하며 따라서 이후의 상관분석과 구조방정식 모형 분석에서 성별에 따른 추가적 분석(예, 다집단 분석)을 실시하지 않았다.

아울러, 구조방정식 모형 분석을 실시하기에

앞서서 문제해결의 세 차원과 정적 감정 및 부정 감정 간에 다중공선성(multicollinearity)문제가 있는지 알아보기 위해 회귀분석을 실시했다. 회귀분석에서는 문제해결평가의 세 차원과 정적 감정, 부정 감정이 예언변인으로 투입되었으며 개인번호(ID)가 더미(dummy) 변수로 준거변인으로 투입되었다. 그 결과, 예언변인들의 공차한계(tolerance)는 다음과 같았다: 문제해결 자신감(.49), 접근회피양식(.53), 개인의 통제감(.46), 정적 감정(.77), 부정 감정(.84). Miles와 Shevlin(2001)이 제안한 다중공선성 문제의 기준(tolerance = .50)에 비추어볼 때, 문제해결 자신감과 개인의 통제감의 경우 다소의 다중공선성 문제의 소지가 있을 가능성을 제외하고 다른 변인의 경우는 다중공선성이 문제가 되지 않음을 알 수 있다. 따라서 본 구조방정식 모형 분석에서 다중공선성 문제에 대해 추가적으로 고려하지 않았다.

연구 가설 모형을 구조방정식으로 검증하기 위해 AMOS 5.0 프로그램을 이용하여 자료를 분석하였다. 먼저 본 연구에 사용된 변인들 간의 상관관계를 SPSS 12.0을 통해 분석한 후, 문제해결평가 세 요인의 매개효과를 낙관성과 비관성에 대해 따로 검증하였다. 분석에 앞서 각 잠재변수를 측정하기 위해 지표(indicators)들을 선정했는데, 낙관성과 비관성은 개별 항목(각각 4개와 3개)을 지표로 사용했고, PSC, AAS, PC와 정적 및 부정 감정은 개별 항목들이 너무 많기 때문에 생길 수 있는 과도한 측정오차를 통제하기 위해 Russell, Kahn, Spoth 및 Altmaier(1998)의 제안에 따라 항

4) 개별요인에 대한 독립집단 t 검증 결과, 7개의 종속변인 중 유일하게 정적 감정에서 본 연구에 참여한 남성이 여성에 비해 유의하게 높은 점수를 보였다, $t(148) = 2.18, p < .05$. 그러나 거의 대부분의 변인에서 유의한 성차가 나타나지 않았기 때문에 주요 분석에서 성별에 따른 추가분석을 실시하지 않고 이 부분은 논의에서 제한점으로 언급하였다.

목꾸리미(item parcels)를 만들어서 지표로 사용하였다(각각, 3개, 4개, 2개, 3개, 3개씩으로 구성됨). 항목꾸리미를 만드는 과정을 정적 감정을 예로 들면, 먼저 10개 문항을 SPSS 12.0을 이용하여 탐색적 요인분석을 주축분석 방법으로 실시한 후 공통분(communality)의 크기 순서로 나열하고 첫 번째 항목꾸리미는 공통분 크기가 큰 순서에서 1, 4, 7, 10번째 항목의 평균으로, 두 번째 항목꾸리미는 2, 5, 8번째 항목의 평균으로, 그리고 세 번째 항목꾸리미는 3, 6, 9번째 항목의 평균으로 구성하였다. 그 다음 연구 가설 모형을 분석하기 위해서 Anderson과 Gerbing(1988)이 제안한 2단계 모형검증 절차를 따랐다. 먼저 1단계에서는 측정 모형(the measurement model)을 검증하고, 2단계에서 구조모형(the structural model)을 검증하였다. 모형의 적합도를 평가하기 위해서 Hu와 Bentler(1995)가 제안한 기준을 참조하였다. 구체적으로, Comparative Fit Index(CFI)와 Tucker-Lewis Index(TLI) $\geq .90$, Root Mean Square Error of Approximation(RMSEA) $\leq .08$ 이면 모형의 적합도가 양호한 것으로 평가하고 RMSEA의 경우 90%의 신뢰구간이 좁을수록 그 모형이 더 좋은 것으로 평가하였다.

결 과

변인들 간의 상관

본 연구에 사용된 변인들 사이의 상관, 평균,

표준편차를 표 1에 제시하였다. Cohen(1988)이 제시한 기준에 따라 상관관계를 살펴보면, 문제해결 평가의 하위 요인인 문제해결 자신감과 접근-회피 양식, 개인의 통제감은 서로 강한 정적 상관을 보였다. 문제해결 자신감⁵⁾은 낙관성과 강한 부적 상관을, 비관성과는 약한 정적 상관을, 정적 감정과는 중간 정도의 부적 상관을 부적 감정과는 약한 정적 상관을 보였다. 이는 개인이 문제해결상황에서 자신감이 높을수록 더 낙관적이고, 덜 비관적이며 더 많은 정적 감정과 더 적은 부적 감정을 경험함을 시사한다. 마찬가지로 접근-회피 양식과 관련해서는 개인이 문제 상황에 더 접근할수록 더 낙관적이고 덜 비관적이며, 정적 감정을 더 경험하는 것으로 나타났다. 그러나 문제 상황에 더 접근하는 것과 부적 감정 간에는 유의한 상관이 없었다. 끝으로 개인의 통제감은 낙관성, 비관성, 정적 감정 및 부적 감정과 중간 정도의 상관을 보였는데, 문제해결 상황에서 자신의 감정을 잘 통제한다고 지각할수록 더 낙관적이고, 덜 비관적이며, 정적 감정을 더 경험하고 부적 감정을 덜 경험하는 것으로 나타났다. 지각된 문제해결능력이 떨어질수록 부적 감정을 더 많이 경험하고 낙관성은 낮은 것으로 나타났다. 낙관성은 부적 감정과 강한 부적상관과 중간 정도의 부적상관을 보여 낙관성이 높을수록 부적 감정을 덜 경험하는 것으로 보인다.

구조방정식 모형검증

먼저 Anderson과 Gerbing(1988)의 제안⁶⁾에

5) 문제해결 자신감 척도에서는 높은 점수일수록 문제해결 자신감이 없음을 나타낸다. 이는 응답지가 1점 = 매우 동의함, 6점 = 매우 동의하지 않음으로 반대로 되어있기 때문이다. 이러한 특성은 문제해결평가의 다른 하위차원들인 접근-회피 양식과 개인의 통제감 점수를 해석할 때도 마찬가지이다.

따라 1단계에서 측정모형을 검증하였다. 측정모형 검증은 각 변인들 별로 잠재변수와 지표들 사이의 관련성을 확인적 요인분석과 비슷한 방식으로 검증하는 것으로 각 잠재변수에서 지표에 이르는 경로계수 하나씩을 1로 고정하고 잠재변수들 간에는 양방향화살표(즉, 방향성이 없는 상관)를 부여하였다. 문제해결평가의 세 하위요인의 잔차(disturbance variables) 간에 상관을 가정하였으며 아울러 부정 감정 및 정적 감정의 잔차 간에도 상관을 가정하였다. 그 결과, 먼저 낙관성을 예언변인으로 한 모형의 경우 모형의 적합도는, $\chi^2(137, N = 150) = 234.37, p < .001; CFI = .94$

$TLI = .93; RMSEA = .07(90\% \text{ 신뢰구간} = .05-.08)$ 로 양호하였다. 또한 모든 잠재변인과 그 변인을 측정하는 지표들 간의 경로계수는 유의미하였으며($p < .001$), 각 잠재변인을 예언하는 지표들의 표준화된 경로계수의 범위는 낙관성의 경우 .53 - .69, 문제해결 자신감은 .82 - .88, 접근-회피 양식은 .81-.86, 개인의 통제감은 .73 - .84, 정적 감정은 .83 - .88, 부정 감정은 .81 - .95였다. 따라서 각 잠재변인들이 지표(관찰변인)에 의해 잘 대표되고 있음을 알 수 있다. 비슷한 결과가 비관성을 예언변인으로 한 모형의 경우에도 나타났다: $\chi^2(137, N = 150) = 193.25, p < .001; CFI$

표 1. 연구 변인들 간의 상관, 평균 및 표준편차

	연령	PSC	AAS	PC	낙관성	비관성	정적감정	부적감정	M	SD
연령 ¹⁾	-								31.59	7.49
PSC	-.22 **	-							28.57	6.30
AAS	.01	.53 **	-						44.47	9.49
PC	-.11	.61 **	.64 **	-					15.75	3.94
낙관성	.13	-.63 **	-.17 *	-.39 **	-				14.64	2.27
비관성	-.08	.53 **	.24 **	.40 **	-.49 **	-			6.40	1.74
정적감정	.19 *	-.46 **	-.23 **	-.34 **	.34 **	-.09	-		26.99	7.27
부적감정	-.18 *	.30 **	.03	.27 **	-.40 **	.22 **	-.08	-	19.74	7.75

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

주. PSC = 문제해결 자신감(Problem-Solving Confidence), AAS = 접근-회피 양식(Approach-Avoidance Style), PC = 개인의 통제감(Personal Control). 문제해결 자신감 점수가 높을수록 낮은 문제해결 자신감(즉, 비효과적인 문제해결평가)을 의미함.

1) 연령의 범위가 20대에서 50대로 다양하고 또한 삶에 대한 낙관성과 비관성 역시 연령과 공변할 가능성이 있기 때문에 연령변인을 상관분석에 포함시켰고 그 결과, 본 연구 참여자의 경우 연령이 높을수록 문제해결 자신감이 양호하고 정적인 감정을 더 많이 느끼는 반면, 부적인 감정을 덜 느끼는 것으로 나타났다.

6) Anderson과 Gerbing(1989)의 2단계 모형은 구조방정식 모형 검증에서 먼저 1단계에 측정모형(일종의 확인적 요인분석과 비슷)을 실시하여 잠재변인(latent variable)이 이 변인을 측정하는 측정치(indicators) 혹은 관찰변인(observed variables)에 의해 잘 표상/대표되고 있는지를 확인하고, 그 후 2단계에서 잠재변인들 간의 구조적인 관계를 살펴보는 절차를 말하는데 이렇게 2단계로 모형을 검증함으로써 잠재변인 각각의 측정상의 문제가 변인들 간의 구조적 관계에 혼입될 가능성을 배제할 수 있다는 장점이 있다.

= .95; TLI = .94; RMSEA = .06(90% 신뢰구간 = .05-.08). 따라서 본 가설모형의 측정모형은 자료에 잘 부합하는 것으로 볼 수 있고 잠재변수들 간의 구조모형을 검증할 수 있게 되었다. 각 잠재변인을 예언하는 지표들의 표준화된 경로계수의 범위는 비관성의 경우 .30 - .76($p < .01$), 문제해결 자신감은 .83 - .87, 접근-회피 양식은 .81-.86, 개인의 통제감은 .73 - .84, 정적 감정은 .83 - .88, 부적 감정은 .81 - .96으로, 모두 유의미하였다($p < .001$). 부가적으로 낙관성과 비관성을 모두 예언변인으로 포함한 측정모형의 적합도는 다음과 같았다 : $\chi^2(188, N = 150) = 305.16, p < .001$; CFI = .94; TLI = .92; RMSEA = .07(90% 신뢰구간 = .05-.08). 이 측정모형 결과는 낙관성과 비관성을 각각 예언변인으로 한 측정모형의 결과보다는 약간 떨어지지만 여전히 양호한 적합도 지수를 보여주고 있다. 이 측정모형에서 표준화된 경로계수의 범위는 낙관성은 .51 - .66, 비관성은 .29 - .76, 문제해결 자신감은 .82 - .87, 접근-회피 양식은 .81 - .86, 개인의 통제감은 .73 - .84, 정적 감정은 .83 - .87, 부적 감정은 .81 - .96이고, 비관성은 $\alpha = .002$ 에서 유의미하였고 나머지 변인들은 모두 $\alpha = .001$ 에서 유의미하였다. 따라서 낙관성과 비관성을 서로 분리된 개별 차원으로 상정하는 것이 타당함을 알 수 있다.

제 2단계 구조모형에서는 각 잠재변수 간 예언의 방향성이 허용되는데(즉, 일방향 화살표들 가정) 먼저, 낙관성 → 문제해결의 세 하위 요인

→ 정적 및 부적 감정의 매개모형에 대한 모형의 적합도는, $\chi^2(139, N = 150) = 237.961, p < .001$; CFI = .94; TLI = .93; RMSEA = .07(90% 신뢰구간 = .05-.08)로 연구 자료에 잘 부합되는 것으로 나타났다. 잠재변수 간 경로계수(회귀계수)는 전반적으로 유의했으나 낙관성에서 접근-회피 양식, 그리고 접근-회피 양식에서 정적 감정으로 이어지는 경로는 유의미하지 않았다. 또한 문제해결 자신감 → 부적 감정, 그리고 개인의 통제감 → 정적 감정 사이의 경로도 유의미하지 않았다. 이 결과를 요약하면, (가) 낙관성이 높을수록 문제해결 자신감의 측면에서 자신을 더 효과적이라고 지각하고 이것이 정적 감정의 증가와 관련되지만(매개효과가 전체 변량의 38.22% 설명 = $|-.78 \times -.49|$), 부적 감정의 감소는 관련이 없었다. (나) 낙관성과 문제해결에서의 접근-회피 양식 간에는 유의한 관계가 없었으며 접근-회피 양식과 정적 감정 간에도 유의한 관계가 없었다. (다) 낙관성이 높을수록 문제해결상황에서 개인이 효과적으로 자신의 감정을 통제할 수 있다고 지각하며 이는 부적인 감정의 감소와 관련되었지만(매개효과가 27.03% 설명) 정적인 감정의 증가와는 관련되지 않았다. 따라서 본 연구의 가설 모형 중 문제해결의 접근-회피 양식을 제외하고 낙관성 → 문제해결 자신감 및 개인의 통제감 → 정적 및 부적 감정 간의 매개모형은 부분적으로 지지되었다(그림 3 참조)⁷⁾.

다음으로 비관성 → 문제해결평가의 세 하위

7) 본 논문에 대한 심사위원의 중요한 지적사항 중의 하나로, 표1에서 접근-회피 양식과 부적 감정 간의 상관이 .03으로 유의하지 않으며 거의 0에 가까운 값을 보인 반면, 그림 3과 4에 제시된 접근-회피 방식 → 부적감정의 경로계수는 각각 -.53과 -.46으로 상당히 높은 값을 나타내고 있음이 언급되었다. 즉, 단순상관이 양의 방향으로 거의 0에 가깝지만, 경로계수가 음의 방향으로 상당히 높은 것은 이 구조모형 내에서 특정

요인 → 정적 및 부적 감정 간의 구조모형의 검증 결과, 매개모형에 대한 적합도는 $\chi^2(122, N = 150) = 203.09, p < .001; CFI = .95; TLI = .93; RMSEA = .07(90\% \text{ 신뢰구간} = .05-.08)$ 로 연구 자료에 잘 부합되는 것으로 나타났다. 잠재변수 간 경로계수는 전반적으로 유의했으나 문제해결 자신감 → 부적 감정에 이르는 경로, 접근-회피 양식 → 정적 감정에 이르는 경로, 그리고 개인의 통제감 → 정적 감정에 이르는 경로는 유의하지 않았다. 이 결과를 요약하면, (가) 비관성이 높을수록 문제해결 자신감의 측면에서 자신을 덜 효과적이라고 지각하고 이것이 정적 감정의 감소와 관련되지만(매개효과가 36.5% 설명), 부적 감정의

증가와는 관련이 없었다. (나) 비관성이 높을수록 문제해결에서의 회피 양식을 많이 사용한다고 지각하고, 이는 부적 감정의 감소와는 관련되었으나(매개효과가 13.34% 설명) 정적 감정의 증가와는 관련되지 않았다. (다) 비관성이 높을수록 문제해결 상황에서 개인이 효과적으로 자신의 감정을 통제할 수 있다는 지각이 적어지고, 이는 부적 감정의 증가와 관련되었지만(매개효과가 26.79% 설명) 정적 감정의 증가 혹은 감소와는 관련되지 않았다. 따라서 본 연구의 가설 모형 중 비관성 → 문제해결 자신감, 접근-회피 양식 및 개인의 통제감 → 정적 및 부적 감정 간의 매개모형 역시 부분적으로 지지되었다(그림 4 참조).

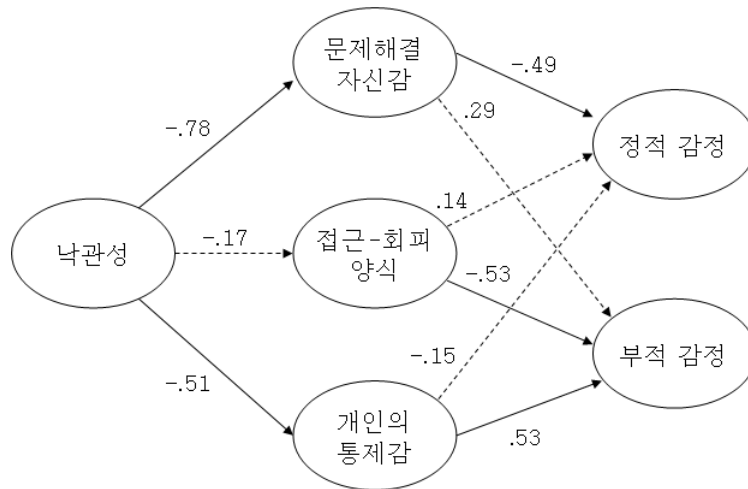


그림 3. 부분매개모형 : 낙관성의 경우

주 : 그림에서 실선으로 표시된 경로는 계수가 $\alpha = .05$ 에서 유의미하였고 점선으로 표시된 경로는 계수가 $\alpha = .05$ 에서 유의미하지 않았음. 문제해결평가의 세 요인은 높은 점수일수록 더 비효율적인 문제해결자로 지각함을 의미함. 편의상 잠재변인의 추정치 및 오차변인은 그림에 나타내지 않았음.

한 변인들 간의 공변으로 인한 억압(suppression)의 결과일 가능성이 있음이 제한점으로 지적되었다. 따라서 추후 연구에서 이 문제를 보다 심도 있게 검증할 필요성이 있다.

논 의

본 연구는 낙관성 및 비관성과 정서의 관계에서 문제해결평가의 세 요인(문제해결 자신감, 접근-회피양식, 및 개인의 통제감)의 차별적인 매개 역할을 검증하고자 하였으며, 이를 통해 낙관성 및 비관성이 정적 및 부적 감정에 주는 영향을 밝히고자 하였다. 낙관성과 비관성을 각각 따로 분석한 결과 연구의 가설 모형 중 문제해결의 접근-회피 양식을 제외하고 낙관성에서 문제해결 자신감과 개인의 통제감을 통해 정적 및 부적 감정으로 이어지는 매개모형이 부분적으로 지지되었다. 또한, 비관성에서 문제해결의 세 하위 요인을 통해 정적 및 부적 감정으로 이어지는 구조모형의 검증 결과, 매개모형에 대한 모형의 적합도는 양호했으며 잠재변수 간 경로계수는 전반적으로 유의했으나 문제해결 자신감에서 부적 감정에 이르는 경로, 접근-회피 양식에서 정적 감정에 이르는 경로, 그리고 개인의 통제감에서 정적 감정에 이르는 경로는 유의하지 않았다. 따라서 본 연구의 가설 모형 중 비관성에서 문제해결 자신감, 접근-회피 양식과 개인의 통제감을 통해 정적 및 부적 감정으로 이어지는 매개모형 역시 부분적으로 지지되었다. 이에 따라 다음과 같은 잠정적 결론을 내릴 수 있다. 첫째, 낙관성이 높을수록 문제해결 자신감의 측면에서 자신을 더 효과적이라고 지각하고 이것이 정적 감정의 증가와 관련되었다. 또한, 낙관성이 높을수록 문제해결상황에서 개인이 효과적으로 자신의 감정을 통제할 수 있다고 지각하며 이는 부적감정의 감소와 관련되었다. 그러나 낙관성과 접근-회피 양식 간에는 유의한 관계가 없었으며 접근-회피 양식과 정적 감정 간에도 유의한 관계가 없었다.

이 결과 중 특히, 문제해결에서의 접근-회피 양식이 낙관성과 정적 감정을 매개하지 않는다는 결과는 흥미롭다. 예상과는 달리 낙관적인 사람들

는 경로, 그리고 개인의 통제감에서 정적 감정에 이르는 경로는 유의하지 않았다. 따라서 본 연구의 가설 모형 중 비관성에서 문제해결 자신감, 접근-회피 양식과 개인의 통제감을 통해 정적 및 부적 감정으로 이어지는 매개모형 역시 부분적으로 지지되었다. 이에 따라 다음과 같은 잠정적 결론을 내릴 수 있다. 첫째, 낙관성이 높을수록 문제해결 자신감의 측면에서 자신을 더 효과적이라고 지각하고 이것이 정적 감정의 증가와 관련되었다. 또한, 낙관성이 높을수록 문제해결상황에서 개인이 효과적으로 자신의 감정을 통제할 수 있다고 지각하며 이는 부적감정의 감소와 관련되었다. 그러나 낙관성과 접근-회피 양식 간에는 유의한 관계가 없었으며 접근-회피 양식과 정적 감정 간에도 유의한 관계가 없었다.

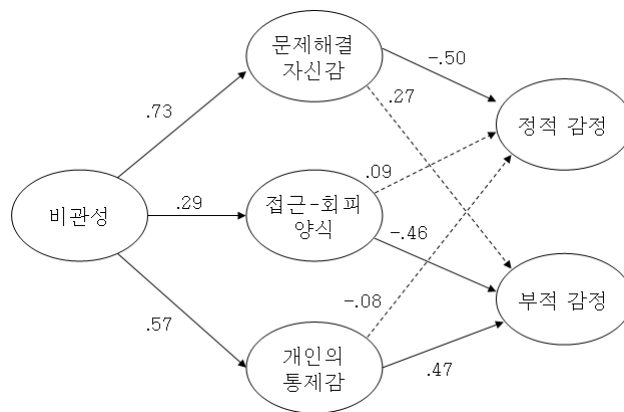


그림 4. 부분 매개모형: 비관성의 경우

주 : 그림에서 실선으로 표시된 경로는 계수가 $\alpha = .05$ 에서 유의미하였고 점선으로 표시된 경로는 계수가 $\alpha = .05$ 에서 유의미하지 않았음. 문제해결평가의 세 요인은 높은 점수일수록 더 비효율적인 문제해결자로 지각함을 의미함. 편의상 잠재변인의 측정치 및 오차변인은 그림에 나타내지 않았음.

이 문제해결에서 접근 양식이 의미 있게 나타나지 않은 것은 낙관적인 사람들이 문제를 해결하기 위해 무조건 접근 혹은 회피하지는 않는다는 것을 시사한다. 즉, 낙관적인 사람들이 문제에 무조건 접근하기 보다는 문제가 해결가능하면 접근하고, 해결가능하지 않다면 수용하려 한다는 가능성 때문인 것으로 생각된다. 이러한 결과는 Scheier 등(1986)의 연구 결과와 관련될 가능성이 있다. 즉, 낙관성이 높은 사람들은 통제할 수 있는 상황에 대해서는 적극적인 문제해결을 시도하지만 통제할 수 없는 상황에 대해서는 수용과 긍정적인 재해석을 하는 경향이 있다. 비슷한 맥락에서 AIDS환자의 문제해결에 관한 Taylor 등(1992)의 연구 결과도 이런 점을 추측케 한다. 즉, 낙관주의자들은 일반적으로 수술 후 회복을 계획하고, 정보를 찾는 등 능동적인 문제해결전략을 사용하지만, 바꿀 수 없는 상황에서 회피하기 보다는 그 상황을 수용하는 특징이 있었다. 낙관주의자들은 단순히 머리를 모래 속에 묻고 안녕감의 위협을 무시하는 사람들이 아니다. 정말로 그들은 위협에 주의를 기울이지만 선택적으로 주의를 기울인다. 낙관주의자들은 자신에 해당되면서 잠재적으로 심각한 건강문제와 관련된 위협에 초점을 맞춘다 (Aspinwall & Brunhart, 1996). 만일 잠재적인 건강문제가 작은 것이거나 그 병이 바로 없어질 것 같으면, 경계의 강도를 높이지 않는다. 오직 위협이 문제가 될 때에만 경계한다(Carver & Scheier, 2002). 본 연구의 설계에서는 낙관주의자들이 문제해결상황의 심각도나 통제가능성을 평가하고 이에 따라 능동적으로 대응한다는 점을 검증할 수 없었다. 따라서 추후연구에서는 문제해결의 난이도나 통제가능성을 처치한 연구를 통해 이 가

설을 확인할 필요가 있다.

둘째, 비판성이 높을수록 문제해결 자신감의 측면에서 자신을 덜 효과적이라고 지각하고 이것이 정적 감정의 감소와 관련되지만, 부적 감정의 증가와는 관련이 없었다. 비판성이 높을수록 문제해결에서의 회피 양식을 많이 사용한다고 지각하고, 이는 부적 감정의 감소와는 관련되었으나 정적 감정의 증가와는 관련되지 않았다. 비판성이 높을수록 문제해결상황에서 개인이 효과적으로 자신의 감정을 통제할 수 있다는 지각이 적어지고, 이는 부적 감정의 증가와 관련되었지만 정적 감정의 증가 혹은 감소와는 관련되지 않았다. 비판성이 높을수록 문제해결에서 회피양식이 많이 사용한다는 결과는 Litt, Tennen, Affleck, 및 Klock(1992)의 결과와 일치하는 것이다. 흥미로운 점은 높은 비판성이 문제 상황에서의 회피와 연결되지만 이것이 낮은 부적 감정과 관련된다는 점이다. 이는 한국문화에서 회피적인 대처가 감정의 억제와 관련될 수 있을 가능성을 시사한다. 하지만 이러한 결과가 회피적인 대처가 적응적인 결과를 가지고 온다고 일반화할 수는 없다. 본 연구에서는 감정 변인만을 종속변인으로 했기 때문에 다른 부적응 지표(예, 우울, 불안)를 종속변인으로 했을 때에도 비슷한 결과가 나올지는 후속 연구에서 검증할 문제이다.

중요한 것은 본 연구의 결과를 통해, 낙관성과 비판성이 정적 및 부적 감정에 이르는 경로가 서로 상이할 수 있음이 밝혀진 것이다. 이 차이점은 특히 문제해결상황에서 접근-회피 양식에서 나타날 수 있다는 점에 주목할 필요가 있다. 낙관주의자들은 일이 잘 풀리지 않을 때조차도 긍정적 결과를 기대하는 사람들로, 이러한 자신감은 비교적

긍정적인 감정들을 낳게 될 것이며, 비관주의자들은 부정적 결과를 예상하며, 이러한 의심은 부정적 느낌들, 불안, 죄책감, 분노, 슬픔으로 이어진다 (Carver & Scheier, 1998, Scheier & Carver, 1992; Snyder et al., 1996). 따라서 낙관주의자들은 통제 불가능한 상황에서 이를 수용하려는 자세를 보이는 반면 비관주의자들은 적극적으로 현실을 회피하려는 시도를 할 가능성이 높다. 이러한 차별적인 특징은 심리 및 교육 전문가들에게 중요한 함의를 제공한다. 본 연구 결과는 또한 문제해결 평가의 세 요인의 특성을 이해하는데 있어서도 시사점을 제공한다. 낙관성과 정서경험 사이에서 문제해결 자신감은 정적 감정을 증가시키는 기제로 작용한데 반해 개인의 통제감은 부적 감정을 감소시키는 방향으로 기능하였다. 이런 경향성은 비관성과 정서경험 사이에서도 일관적이었다. 그러나 접근-회피양식의 매개 역할은 비관성에서만 뚜렷하게 나타났다는 점이 특징적이다. 이러한 결과들은 문제해결 평가의 세 요인이 개인의 정신건강에 미치는 영향이 각각 다를 수 있음을 시사한다.

본 연구의 제한점 역시 논의될 필요가 있다. 먼저 본 연구에서 자기보고식 측정도구의 사용으로 인한 반응 편파의 가능성을 배제할 수 없다는 점과 연구 대상이 상담관련 교육을 받고 있는 대다수의 여성 참여자로 한정되어 있다는 제한점이 있다. 따라서 연구 대상자 집단의 특성이 결과에 반영되었을 가능성이 있으므로, 다른 집단을 대상으로 한 연구를 통해 일반화 가능성을 확대할 필요가 있다. 특히 본 연구의 참여자들 중 남성이 여성보다 정적 감정에서 유의하게 더 높은 점수를 보였다는 사실은 후속연구에서 낙관성/비관성

과 정적 감정 간의 모형을 검증할 때 성별에 따른 추가분석(예, 다집단 분석)을 실시할 필요성이 있음을 시사한다. 또한, 개념적인 측면에서 문제해결평가의 하위 요인인 문제해결 자신감(PSC)과 낙관성 간에 중첩되는 부분이 있을 수 있고 (Carver & Scheier, 2003의 논의 참조), 두 변인 간의 높은 상관($r = .65$)에 대한 염려로부터 완전히 자유로울 수는 없다. 다만 이 문제와 관해서 Chang과 D'Zurilla(1996)의 연구 결과에 의하면, 긍정적 문제해결 지향(PSC와 유사한 변인)은 낙관성의 약 26.9%의 변량을 설명하였다. 따라서 현재로서는 이 두 변인이 상당한 변량을 공유하지만 동일한 개념이라고 볼 정도는 아니라고 할 수 있다. 연구 설계와 논리적인 측면에서 본 연구의 중요한 제한점은 예언변인으로 사용된 낙관성 및 비관성과 매개변인으로 사용된 문제해결평가 간의 인과관계를 본 연구에서와 같은 횡단연구(cross-sectional research)에서는 검증할 수 없다는 데 있다(MacCallum, Wegener, Uchino, & Fabrigar, 1993). 특히 본 연구의 모형에서 정적/부적 감정과 낙관성/비관성의 순서를 뒤 바꾼 대안모형의 성립가능성을 배제할 수 없다. 이는 본 연구 자료가 횡단자료이고 또한 잠재변인 군이 세 개(A, B, C)이기 때문에 변인의 순서를 바꾼 모형들 간에 모형의 적합도에서 통계적으로 차이가 나지 않을 가능성이 높기 때문이다. 따라서 후속연구에서는 정적/부적 감정과 낙관성/비관성의 인과관계를 본 연구에서 가정한 순서와 정반대로 가정할 수도 있다는 점을 고려하고 종단연구(longitudinal research)를 통해서 이 두 변인 간의 인과관계를 검증할 필요가 있다. 그리고 본 연구에서 비관성을 측정하기 위해 사용한 항목들의

내적합치도가 .57로 낮은 점은 후속연구에서 심리 측정적 속성의 측면에서 추가 타당화가 필요함을 시사한다. 아울러, 문제해결의 세요인과 정적/부적 감정 간의 관계를 연구할 때, 문제해결 요인 중 개인의 통제감 요인의 경우 다중공선성 문제의 대상이 될 수 가능성을 배제할 수 없으므로 후속 연구에서는 이 부분에 대한 정밀한 검토가 필요할 것이다. 끝으로, 본 연구에서 사용한 종속변인 (정적/부적 감정)은 측정 순간의 감정을 반영한 것인지 한 개인의 정서적 적응의 지표로 보기에 어렵다는 한계가 있다. 본 연구 모형이 토대가 된 선행연구들에서는 순간적인 감정보다는 좀 더 안정적인 적응지표들이 사용되었다는 점을 고려할 때 적응과 관련해서 본 연구결과를 해석할 때 특별한 주의를 요한다.

이러한 제한점에도 불구하고, 본 연구결과는 기존의 낙관성/비관성 문제해결(대처) 적응지표 사이의 매개모형에서 낙관성과 비관성에 따라 상이한 기제가 나타날 수 있다는 점을 밝혔으며 문제해결의 여러 측면이 이 과정에서 상이한 역할을 담당할 수 있다는 점을 밝혔다는 측면에서 낙관성 문헌을 확장했다는 데 그 의의가 있다.

참 고 문 헌

- 김민정, 이희경 (2006). 낙관성이 심리적 안녕감에 미치는 영향: 인지적 정서조절전략과 사회적 지지를 매개변인으로. 1996년도 한국심리학회 연차대회 학술발표 논문집.
- 김영미, 오경자 (1995). 대학생활 부적응 집단의 사회적 문제해결 능력. 1995년도 한국심리학회 연차대회 학술발표 논문집.
- 신현숙 (2005). 청소년의 낙관성 및 비관성과 심리적 적응의 관계에서 대처의 매개효과. 청소년학연구, 12(3), 165-192.
- 신현숙, 류정희, 이명자 (2005). 청소년의 낙관성과 비관성: 1-요인 모형과 2-요인 모형의 검증. 한국심리학회지: 학교, 2(1), 79-97.
- 염영미 (1998). 대학생을 위한 낙관성 훈련 프로그램의 효과. 계명대학교 대학원 석사학위청구논문.
- 이유정 (1994). 성격특질이 기분의 수준 및 변화성에 미치는 영향. 중앙대학교 대학원 박사학위청구논문.
- 이지혜 (2007). 낙관성이 우울과 안녕감에 미치는 영향: 사회적 지지와 대처양식을 매개변인으로. 아주대학교 대학원 석사학위청구논문.
- 이현희, 김은정, 이민규 (2003). 한국판 정적 정서 및 부적 정서 척도의 타당화 연구. 한국심리학회지: 임상, 22(4), 935-946.
- 임현우, 이동귀, 박현주 (2004). 한국판 문제해결질문지. Dr. Heppner 초청 특별 심포지움 : 상담에서의 문제해결, 한국상담심리학회.
- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103, 411-423.
- Aspinwall, L. G., & Brunhart, S. M. (1996). Distinguishing optimism from denial: Optimistic beliefs predict attention to health threats. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 993-1003.
- Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1992). Modeling cognitive adaptation: A longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 989-1003.
- Ausbrooks, D. P., Thomas, S. P., & Williams, R. L. (1995). Relationships among self-efficacy, optimism, trait anger, and anger expression. *Health Values*, 19, 46-54.
- Billingsley, K. D., Waehler, C. A., & Hardin, S. I.

- (1993). Stability of optimism and choice of coping strategy. *Perceptual and Motor Skills*, 76, 91-97.
- Blankstein, K. R., Flett, G. L., & Koledin, S. (1991). The brief College Student Hassles Scale: Development, validation and relation with pessimism. *Journal of College Student Development*, 32, 258-264.
- Bowman, M. (1995). *The professional nurse. Coping with change, now and the future*. London: Chapman & Hall.
- Brissette, I., Scheier, M. F., & Carver, S. C. (2002). The role of optimism in social network development, coping, and psychological adjustment during a life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 102-111.
- Carscaddon, D. M., Poston, J., & Sachs, E. (1988). Problem-solving appraisal as it relates to state-trait personality factors. *A Journal of Human Behavior*, 25, 73-76.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1994). Situational coping and coping dispositions in a stressful transaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 184-195.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. New York: Cambridge University Press.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1999). Optimism. In C. R. Snyder (Ed.), *Coping: The psychology of what works* (pp. 182-204). New York: Oxford University Press.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2002). Optimism. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 231-243). New York: Oxford University Press.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2003). Optimism. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 75-90). Washington, DC: American Psychological Association.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- Chang, E. C., (1998). Dispositional optimism and primary and secondary appraisal of a stressor: Controlling for confounding influences and relations to coping and psychological and physical adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1109-1120.
- Chang, E. C., & D'Zurilla, T. J. (1996). Relations between problem orientation and optimism, pessimism, and trait affectivity: A construct validation study. *Behaviour Research and Therapy*, 34, 185-194.
- Chang, E. C., Maydeu-Olivares, A., & D'Zurilla, T. J. (1997). Optimism and pessimism as partially independent constructs: Relationship to positive and negative affectivity and psychological well being. *Personality and Individual Differences*, 23(3), 443-440.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. (2nd ed.), Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Creed, P. A., Patton, W., & Bartrum, D. (2002). Multidimensional properties of the LOT-R: Effects of optimism and pessimism on career and well-being related variables in adolescents. *Journal of Career Assessment*, 10(1), 42-61.
- Davey, G. C. (1994). Worrying, social problem-solving abilities, and social problem-solving confidence. *Behavior Research & Therapy*,

- 32, 327-330.
- D'Zurilla, T. J., & Goldfried, M. R. (1971). Problem solving and behavior modification. *Journal of Abnormal Psychology, 78*, 107-126.
- Dixon, W. A., Heppner, P. P., & Anderson, W. P. (1991). Problem-solving appraisal, stress, hopelessness, and suicide ideation in a college population. *Journal of Counseling Psychology, 38*, 51-56.
- Dunn, D. S. (1996). Well-being following amputation: Saturday effect of positive mean, optimism and control. *Rehabilitation Psychology, 41*, 285-302.
- Fontaine, K. R., & Manstead, A. S. R., & Wagner, H. (1993). Optimism, perceived control over stress, and coping. *European Journal of Personality, 7*, 267-281.
- Frazier, P. A., Tix, A. P., & Barron, K. E. (2004). Testing moderator and mediator effects in counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology, 51*, 115-134.
- Fredrickson, B. L., & Levenson, R. W. (1998). Positive emotions speed recovery from the cardiovascular sequelae of negative emotions. *Cognition and Emotion, 12*, 191-220.
- Fredrickson, B. L., Mancuso, R. A., Branigan, C., & Tugade, M. M. (2002). The undoing effect of positive emotions. *Motivation & Emotion, 24*, 237-258.
- Friedman, L. C., Nelson, D. V., Baer, P. E., Lane, M., Smith, F. E., & Dworkin, R. J. (1992). The relationship of dispositional optimism, daily life stress, and domestic environment to coping methods used by cancer patients. *Journal of Behavioral Medicine, 15*, 127-141.
- Fry, P. S. (1995). Perfectionism, humor, and optimism as moderators of health outcomes and determinants of coping styles of women executives. *Genetics, Social, and General Psychology Monographs, 121*, 211-245.
- Heppner, P. P. (1988). *The Problem Solving Inventory (PSI): Manual*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists.
- Heppner, P. P., & Krauskopf, C. J. (1987). An information-processing approach to personal problem-solving. *The Counseling Psychologist, 15*, 371-447.
- Heppner, P. P., & Lee, D-G. (2002). Problem-solving appraisal and psychological adjustment. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 288-298). New York: Oxford University Press.
- Heppner, P. P., & Petersen, C. H. (1982). The development and implications of a personal problem-solving inventory. *Journal of Counseling Psychology, 29*, 66-75.
- Heppner, P. P., Pretorius, T. B., Wei, M., Lee, D-G., & Wang, Y. (2002). Examining the generalizability of problem-solving appraisal in Black South Africans. *Journal of Counseling Psychology, 49*, 484-498.
- Heppner, P. P., Witty, T. E., & Dixon, W. A. (2004). Problem-solving appraisal and human adjustment: A review of 20 years of research using the problem solving inventory. *The Counseling Psychologist, 32*, 344-428.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1995). Evaluating model fit. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications* (pp. 76-99). Thousand Oaks, CA: Sage.
- King, K. B., Rowe, M. A., Kimble, L. P., & Zerwic, J. J. (1998). Optimism, coping and long-term recovery from coronary artery bypass in women. *Research in Nursing and Health, 21*, 15-26.
- MacCallum, R. C., Wegener, D. T., Uchino, B. N., & Fabrigar, L. R. (1993). The problem of

- equivalent models in applications of covariance structure analysis. *Psychological Bulletin*, *114*, 185-199.
- Marshall, G. N., Wortman, C. B., Kusulas, J. W., Hervig, L. K., & Vickers, R. R. (1992). Distinguishing optimism from pessimism: Relations to fundamental dimensions of mood and personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, *62*(2), 1067-1074.
- Miles, J., & Shevlin, M. (2001). *Applying regression and correlation: A guide for students and researchers*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Mroczek, D. K., Spiro, A., III, Aldwin, C. M., Ozer, D. J., & Bosse, R. (1993). Construct validation of the optimism and pessimism in older men: Findings from the normative aging study. *Health Psychology*, *12*(5), 406-409.
- Lei, J. C. L. (1994). Differential predictive power of the positivity versus the negatively worded items of the Life Orientation Test. *Psychological Reports*, *75*, 1507-1515.
- Litt, M. D., Tennen, H., Affleck, G., & Klock, S. (1992). Coping and cognitive factors in adaptation to in vitro fertilization failure. *Journal of Behavioral Medicine*, *15*, 171-187.
- Long, B. C., & Sangster, J. I. (1993). Dispositional optimism/pessimism and coping strategies: Predictors of psychosocial adjustment of rheumatoid and osteoarthritis patients. *Journal of Applied Social Psychology*, *23*, 1069-1091.
- Nelson, E. S., Karr, K. A., & Coleman, P. K. (1995). Relationships among daily hassles, optimism and reported physical symptoms. *Journal of College Student Psychotherapy*, *10*, 11-26.
- Nezu, A. M. (1985). Differences in psychological distress between effective and ineffective problem solvers. *Journal of Counseling Psychology*, *32*, 135-138.
- O'Brien, W. H., VanEgeren, L., & Mumby, P. B. (1995). Predicting health behaviors using measures of optimism and perceived risk. *Health Values*, *19*(1), 21-28.
- Park, C. L., Moore, P. J., Turner, R. A., & Adler, N. E. (1997). The roles of constructive thinking and optimism in psychological and behavioral adjustment during pregnancy. *Journal of Personality and Social Psychology*, *73*, 584-592.
- Rauch, W. A., Schweizer, K., & Moosbrugger, H. (2007). Method effects due to social desirability as a parsimonious explanation of the deviation from unidimensionality in LOT-R scores. *Personality and Individual Differences*, *42*, 1597-1607.
- Robinson-Whelen, S., Kim, C., MacCallum, R. C., & Kiecolt-Glaser, J. K. (1997). Distinguishing optimism from pessimism in older adults: Is it more important to be optimistic or not to be pessimistic? *Journal of Personality and Social Psychology*, *73*(6), 1345-1353.
- Rudd, M., Rajab, M., Orman, D. T., Stulman, D. A., Joiner, T., & Dixon, W. (1996). Effectiveness of an outpatient intervention targeting suicidal young adults: Preliminary results. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *64*, 179-190.
- Russell, D. W., Kahn, J., Spoth, R., & Altmaier, E. M. (1998). Analyzing data from experimental studies: illustration of a latent variable structural equation modeling approach. *Journal of Counseling Psychology*, *45*, 129-133.
- Schneider, S. L. (2001). In search of realistic optimism: Meaning, knowledge, and warm fuzziness. *American Psychologist*, *56*, 250-263.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism,

- coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology, 4*, 219-247.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (2002). Optimism. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment* (pp. 75-89). Washington, DC: American Psychological Association.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology, 67*, 1063-1078.
- Scheier, M. F., Matthews, K. A., Owens, J. F., Magovern, G. J., Lefebvre, R. C., Abbott, R. A., & Carver, C. S. (1989). Dispositional optimism and recovery from coronary artery bypass surgery: The beneficial effects on physical and psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*, 1024-1040.
- Scheier, M. F., Weintraub, J. K., & Carver, C. S. (1986). Coping with stress: Divergent strategies of optimists and pessimists. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*, 1257-1264.
- Schuller, I. S. (1995). Cognitive style categorization width and anxiety. *Studia Psychologica, 37*, 142-145.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist, 55*, 5-14.
- Stanton, A. L., & Snider, P. R. (1993). Coping with breast cancer diagnostics: A prospective study. *Health Psychology, 12*, 16-23.
- Strutton, D., & Lumpkin, J. (1992). Relationship between optimism and coping strategies in the work environment. *Psychology Reports, 71*, 1179-1186.
- Sumi, K., Horie, K., & Hayakawa, S. (1997). Optimism, Type A behavior, and psychological well-being in Japanese women. *Psychology Reports, 71*, 1179-1186.
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental-health. *Psychological Bulletin, 103*, 193-210.
- Taylor, S. E., Kemeny, M. E., Aspinwall, L. G., Schneider, S. G., Rodriguez, R., & Herbert, M. (1992). Optimism, coping, psychological distress, and high-risk sexual behavior among men at risk for Acquired Immunodeficiency Syndrome (AIDS). *Journal of Personality and Social Psychology, 63*, 460-473.
- Watson, D., Clark, L., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*, 1063-1070.
- Witty, T. E., Heppner, P. P., Bernard, C. B., & Thoreson, R. W. (2001). Problem-solving appraisal and psychological adjustment of chronic low back pain patients. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings, 8*, 149-160.

원고접수일: 2008년 5월 12일

수정원고접수일: 2008년 9월 2일

게재결정일: 2008년 9월 8일

Testing of the Relationships Among Optimism/Pessimism, Problem-Solving Appraisal, and Positive/Negative Affects

Hee-Kyung Lee

The Catholic University of Korea

This study examined whether the three aspects of problem-solving appraisal mediate the link from optimism to both positive and negative affects as well as the link from pessimism to both positive and negative affects, respectively. A total of 152(127 women) adults completed the research packet including measures of the Life Orientation Test-Revised, Problem-Solving Inventory, and Positive and Negative Affect Schedule. The study results from structural equation modeling suggested that (a) as for optimism, problem-solving confidence(PSC) and personal control(PC) significantly mediated some of the link between optimism and either positive or negative affect, but no mediation effect was found for approach-avoidance style(AAS), and (b) as for pessimism, the mediating effect was significant for all of the three dimensions of problem-solving appraisal(PSC, AAS, and PC). Discussion focused on a potentially differential mechanism by which optimism and pessimism lead to positive and negative affects.

Key words: Optimism, Pessimism, Problem-solving appraisal, Problem-solving confidence, Approach-avoidance style, Personal control, Positive and negative affects, Positive psychology