
발행처 : 한국건강심리학회

발행일 : 2014년 3월 30일

발행인 : 현 명 호

인쇄일 : 2014년 3월 30일

주 소 : (156-756) 서울특별시 동작구 흑석로 84 중앙대학교 대학원
성격 및 개인차 연구회 (302동 B107호)

제작처 : 나노미디어(전화: 02-703-7507)

전 화 : 070-4806-3331 팩스 : 02-816-5124

홈페이지 : <http://www.healthpsy.or.kr>

편집장 e-mail 주소 : rhoma777@hanmail.net

편집위원장 : 서경현(삼육대학교)

편집위원 : 강성군(강원랜드) 고영건(고려대학교) 권선중(침례신학대학교) 김용희(광주대학교)

유제민(강남대학교) 이민규(경상대학교) 이인혜(강원대학교) 장문선(경북대학교) 조성근(충남대학교)

「한국심리학회지: 건강」은 한국심리학회의 기관지로서 연 4회 간행되며, 건강심리학 분야의 연구논문, 자료 및 논설을 게재하며, 건강심리학회의 공식적 학술 모임의 발표 내용과 건강심리학 분야의 국내 석·박사학위 논문 목록을 게재할 수 있다. 「한국심리학회지: 건강」은 일정한 구독료를 받고 배부하며, 구독에 관해서는 한국건강심리학회로 문의하기 바란다.

Vol. 19, No. 1.

March. 2014.

The KOREAN JOURNAL OF HEALTH PSYCHOLOGY

published by

by Korean Health Psychological Association

This journal is issued quarterly per year and publishes original research articles and data. The Journal also publishes reports of the proceedings of academic meetings under the auspices of the Korean Society for Health Psychology, Korean Psychological Association, reviews on the profession of Health Psychology, and a list of M. A. theses and Ph.D. dissertation in this area. Inquiries concerning the guidelines of the subscription for the Journal and the submission of manuscripts should be sent to: Editor, Kyung-Hyun Suh, Department of Counseling Psychology, Sahmyook University, 815 Hwarangro, Nowon-gu, Seoul, Korea(E-mail : rhoma777@hanmail.net)

Editor : Kyung-Hyun Suh(Sahmyook University)

Associate Editor : Sung-Gun Kang(Kangwonland Addiction Care Center), Young-Gun Go(Korea University), Sun-Jung Kwon(Korea Baptist Theological University), Yong-Hee Kim(Gwangju University), Jhe-Min You(Kangnam University), Min-Kyu Rhee(Gyeongsang National University), In-Hyae Yi(Kangwon National University), Mun-Sun Chang(Kyungpook National University), Sung-Gun Cho(Chungnam National University)

Korean Health Psychological Association,

Chungang University, 84, Heukseok-ro,

Dongjak-gu, Seoul 156-756

KOREA

이 학술지는 2013년도 정부재원(교육과학기술부)으로
한국연구재단의 지원을 받아 출판되었음

한국건강심리학회 임원진

회 장 현 명 호 (중앙대학교 심리학과)

수석부회장 서 경 현 (삼육대학교 상담심리학과)
국내협력부회장 김 청 송 (경기대학교 청소년학과)
국제협력부회장 서 경 현 (삼육대학교 상담심리학과)

총무이사 조 성 근 (충남대학교)
교육이사 권 선 중 (침례신학대학교 상담심리학과)
홍보이사 최 성 진 (부산메리놀병원)
학술이사 조 현 주 (영남대학교 심리학과)
재무이사 심 은 정 (부산대학교 심리학과)

윤리위원장 박 경 (서울여자대학교 특수치료전문대학원)
편집위원장 서 경 현 (삼육대학교 상담심리학과)
수련위원장 박 준 호 (대전대학교 산업광고심리학과)

선임이사 고 영 건 (고려대학교 심리학과)
고 진 경 (송실사이버대학교 상담심리학과)
김미리혜 (덕성여자대학교 심리학과)
김 용 희 (광주대학교 심리학과)
박 경 (서울여자대학교 특수치료전문대학원)
안귀여루 (강남대학교 학교 교육대학원)
장 문 선 (경북대학교 심리학과)
정 경 미 (연세대학교 심리학과)
최 미 례 (육군사관학교 리더십센터)

감 사 이 민 규 (경상대학교 심리학과)
고 문 김 교 현 (충남대학교 심리학과)

사무국장 주 해 원 (중앙대학교 심리학과)
사무간사 홍 혜 인 (중앙대학교 심리학과)
편집간사 김 선 미 (삼육대학교 상담심리학과)

한국심리학회지

건강

제 19 권 제 1 호

[개관논문]

발달적 관점에서 본 아동·청소년의 정서조절 박 지 선 / 1

[경험논문]

마음챙김 요가와 요가니드라가 마음챙김, 스트레스 지각 및 심리적 안녕감에 미치는 영향 양 희 연·조 옥 경 / 23

마음챙김에 기초한 관계증진 훈련이 기혼여성의 결혼만족도에 미치는 효과 정 화 숙·정 봉 교 / 43

웰빙인지기법이 버스 운전기사들의 스트레스 및 웰빙에 미치는 효과 민 경 은·김 정 호·김미리혜 / 63

마음챙김 명상이 중년 여성의 화병 증상, 우울, 불안 및 스트레스에 미치는 효과 유 승 연·김 미 리 혜·김 정 호 / 83

긍정 심리치료가 학교부적응 청소년의 우울, 자아존중감 및 낙관성에 미치는 효과 정 지 현·손 정 략 / 99

The Validation of the Korean Version of the Knowledge of Evidence-based Services Questionnaire Chad Ebesutani · Sungwon Choi / 119

대학생용 SNS 중독경향성 척도개발 및 타당화 연구 정 소 영 · 김 종 남 / 147

Parental Knowledge of Peer Networks and Peer Influences on Adolescent Substance Use: Ethnic Group Comparisons within a National Study of Adolescents Jieun Lee · Lisa Jordan-Green · Hyungcho Lee / 167

불확실성에 대한 인내력 부족과 정서조절곤란이 걱정에 미치는 영향: 경험적 회피의 매개효과 양 경 은·박 기 환 / 187

대학생의 거부민감성이 우울증상에 미치는 영향에 대한 인지적 정서조절의 중재효과 류 혜 라·박 기 환 / 203

알코올 중독자의 정서인식력과 자기개념, 대인관계 문제 간의 관계 박 현 립·박 현 진·장 문 선·구 본 훈·배 대 석 / 219

다이어트, 섭취귀인양식 및 초기 부적응 도식이 정서적 섭식과 외부단서적 섭식에 미치는 영향 박 윤 선·최 윤 경 / 235

흡연갈망과 금단증상이 금연유지에 미치는 영향: 대처와 금연효과지각의 중재효과를 중심으로	김 지 회 · 이 영 호 / 253
Big-win과 Big-loss의 경험 유/무가 문제성 도박 심각성에 미치는 영향	목 현 수 · 박 기 뽐 · 강 성 군 · 황 순 택 / 271
사회적 불안 상황에서 시각조망과 해석 수준의 효과	최 성 은 · 최 훈 석 / 283
양육시설아동들의 인지능력 특성	이 선 주 · 조 혜 수 · 오 상 우 / 303
성인에착과 실연 스트레스 및 실연 후 성장의 관계: 자기가치감 수반성의 조절효과	임 지 준 · 권 석 만 / 321
노인의 신체건강과 주관적 행복에 대한 스트레스와 자기노출의 역할	김 혜 경 · 서 경 현 / 353
완벽주의, 반추, 우울의 관계: 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의	박 지 연 · 이 인 혜 / 371
분리개별화와 우유부단의 관계에서 자기존중감과 자기개념 명확성의 매개효과	정 선 경 · 정 남 운 / 387

[Brief Report]

아주 연민사랑척도 개발: Sprecher와 Fehr의 Compassionate Love Scale의 한국판 단축형	김 완 석 · 신 강 현 / 407
자아강도, 스트레스 대처 및 긍정적 정신건강 간 관계에 대한 구조방정식 모델: 청소년을 중심으로	김 진 영 / 421
신체손상을 입은 산업재해 환자가 경험하는 심리적 문제에 관한 질적 연구	이 해 경 · 서 경 현 / 431
여대생의 섭식 조절 행동에 대한 동기의 순서적 연계 모형 검증	이 미 령 · 신 용 균 / 443

자아강도, 스트레스 대처 및 긍정적 정신건강 간 관계에 대한 구조방정식 모델: 청소년을 중심으로[†]

김진영[‡]

서울여자대학교 아동학과

본 연구의 목적은 청소년을 대상으로 자아강도와 스트레스 대처 그리고 긍정적 정신건강 간 관계에 대한 구조방정식 모델을 검증하는 것이다. 본 연구에서는 자아강도와 긍정적 정신건강 간 관계에서 스트레스 대처가 부분매개 효과를 보이는 것을 제안모델로 제시하였다. 그 후 제안모델과 세 개의 대안모델들의 적합도를 비교하였다. 본 연구에서는 고등학생 249명(남자 161명과 여자 88명)에게 스트레스 대처방식 척도, 자아강도 척도 그리고 긍정적 정신건강 척도를 실시하였다. 그 결과, 자아강도와 긍정적 정신건강 간 관계에서 스트레스 대처가 부분매개변인의 역할을 하는 제안모델이 대안모델들보다 상대적으로 더 양호한 적합도를 나타냈다. 이러한 결과에 기초하여 청소년의 긍정적 정신건강을 증진시키기 위한 심리학적 개입방법이 논의되었다.

주요어: 스트레스 대처, 자아강도, 긍정적 정신건강, 매개효과, 구조방정식 모델

제 8차 청소년 건강행태 온라인 조사 결과(교육과학기술부, 보건복지부·질병관리본부, 2012)에 의하면, 평상시 스트레스를 많이 경험하는 청소년의 비율은 남학생이 34.8% 그리고 여학생이 49.6%인 것으로 나타났다. 청소년이 경험하는 이러한 스트레스는 정신장애로도 이어져 2009년 아동청소년 정신건강 선별검사결과에 따르면, 우울증 고위험군이 초등학생의 약 11%, 중학생의 15.1%, 그리고 고등학생의 19.7%로 심각한 수준으로 나타났다(김윤, 이선영, 2009). 특히 한국 사

[†] 이 논문은 2013학년도 서울여자대학교 사회과학연구소 교내학술연구비의 지원을 받았음.

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 김진영, (139-774) 서울특별시 노원구 화랑로 621, 서울여자대학교 아동학과, Tel: 02-970-5558, E-mail: kimjy@swu.ac.kr

회에서 청소년 자살문제는 대단히 심각하다. 통계청(2012)의 사망원인 자료에 따르면, 2000년을 기점으로 해서 자살이 우리나라 청소년 사망원인 중 1위를 차지하는 것으로 나타났다. 이러한 점은 한국사회에서 청소년의 정신건강 문제에 이미 적신호가 들어와 있는 상황임을 시사한다.

Cernovsky(1984)는 정신건강 문제와 관련해서 자아 기능의 세기를 뜻하는 자아강도가 정신적으로 건강한 집단과 부적응적인 집단을 구별하는데 유용하게 사용될 수 있는 지표라고 주장했다. Nunberg(1942)는 자아강도의 핵심적인 역할로 심리적 긴장 완화, 내·외부의 갈등 해소 및 중재 기능을 제안하였다. 그리고 Stagner(1974)에 따르면, 자아강도는 스트레스 하에서 자아의 붕괴를 막고 자기 향상성을 유지할 수 있는 능력에 해당된다. 따라서 자아강도는 스트레스에 효과적으로 대처함으로써 정신건강을 유지하는 데 핵심적인 역할을 한다고 할 수 있다.

일반적으로 대처(coping)는 개인이 환경과 상호 작용하는 과정에서 내부와 외부의 구체적인 요구를 다루기 위해 기울이는 정서, 인지, 행동적 노력을 말한다(Lazarus & Folkman, 1984). 많은 연구들(예컨대, Carver, Scheier, & Weintraub, 1989)은 개인의 스트레스 대처가 심리적 및 신체적 안녕감에 중요한 역할을 한다고 보고하였다.

이상의 논의를 고려해 볼 때, 이론적으로 스트레스 대처, 자아강도, 그리고 정신건강은 상호 불가분의 관계에 해당된다고 할 수 있다. 그런데 지금까지 자아강도와 스트레스 대처 그리고 정신건강 간 관계를 분석한 연구들은 주로 정신건강의 단일요인 이론을 바탕으로 한 것들이었다(예컨대, 하영윤, 오영환, 1996; Bellak, Hurvich, &

Gediman, 1973). 전통적 의학모델에 기초한 정신건강에 관한 일요인 이론에서는 정신건강 수준이 높을수록 정신장애 증상이 감소한다고 가정한다(Keyes, 2007).

하지만 정신건강에 관한 최근의 연구 결과들(예컨대, Keyes, 2005, 2007)은 정신건강 수준이 높을수록 정신장애 증상이 감소하는 것은 사실이지만 정신장애가 없다고 해서 정신적으로 건강한 상태에 있음을 뜻하지는 않으며 또 정신이 건강하지 않다고 해서 정신장애가 있는 것은 아니라 이요인 모델을 지지하는 것으로 나타났다. 이처럼 정신건강의 잠재적 요인과 정신장애의 잠재적 요인이 서로 다르다고 보는 것이 정신건강의 이요인 모델이다.

정신건강의 이요인 모델(Keyes, 2005, 2007)에서는 긍정적 정신건강이 정신장애와 연관되어 있지만 동시에 구분될 수 있는 것으로 간주한다. 물론 정신장애 증상이 심각한 사람은 일반적으로 심리적 웰빙 수준도 낮을 가능성이 있다. 하지만 정신장애가 있는 사람도 동시에 상대적으로 높은 수준의 정신건강을 유지할 수 있으며, 반대로 정신장애가 부재하다고 해서 그 사람이 충분히 자기실현적인 삶을 살고 있다는 점을 보장해 주지는 않는다(Lamers, Westerhof, Bohlmeijer, Ten Klooster, & Keyes, 2011). 다양한 선행 연구들에서 정신건강이 정신장애(혹은 역기능적 문제)와 긍정적 정신건강의 두 가지 요인으로 이루어진다는 근거가 제시되고 있다. Keyes(2005)는 정신건강에 대한 측정치를 확인적 요인분석한 결과, 정신건강이 정신장애의 단일요인이 아니라, 정신장애와 정신적 웰빙의 두 요인으로 구분된다는 점을 입증하였다. 우리나라의 연구들에서도 이러한

정신건강의 이요인 구조가 성인 및 청소년에게서 확인되었다(박동혁, 2007; 이명자, 류정희, 2008; 김현정, 2012).

Keyes(2007)는 완전한 정신건강, 즉 긍정적 정신건강으로서의 정신적 번영 상태(플로리시: flourish)를 평가하기 위해 다음의 조작적 정의를 활용하였다. 첫째, 플로리시(flourish)는 정서적 웰빙(emotional well-being) 척도에서의 높은 점수를 나타내는 동시에 긍정적 기능, 즉 심리·사회적 웰빙(psychological and social well-being) 척도에서 높은 점수를 받는 것을 말한다. 둘째, 정신적 쇠약(languishing)은 정서적 웰빙 척도에서 낮은 점수를 나타내는 동시에 심리·사회적 웰빙 척도에서도 낮은 점수를 나타내는 것을 뜻한다. 중간수준의 정신건강(moderately mentally healthy)은 플로리시

와 정신적 쇠약 집단 어느 쪽에도 해당되지 않는 경우 분류된다. 이러한 정신건강 관련 3수준을 정신장애 여부와 조합하게 되면 그림 1과 같이 여섯 유형의 정신건강 집단으로 분류할 수 있다.

지금까지 긍정적 정신건강 모델에 대한 연구는 긍정적 정신건강의 개념을 타당화하거나 평가척도를 개발하는 연구들이 대부분이었다(예컨대, Keyes, 2005, 2007; 임영진, 고영진, 신희천, 조용래, 2010). 하지만 앞으로는 연구과정에서 긍정적 정신건강을 어떻게 증진시킬 것인가 하는 점에 보다 주의를 기울일 필요가 있어 보인다. 긍정적 정신건강을 효과적으로 증진하기 위한 개입전략을 수립하는 데는 앞서 논의한 세 변인들, 즉 자아강도, 스트레스 대처, 그리고 긍정적 정신건강 간 단순상관에 관한 정보만으로는 부족하다. 왜냐



그림 1. 정신건강의 이요인 모델로서의 긍정적 정신건강 모델

하면 이 세 변인들 간 단순상관 정보로는 잠재적으로 이 세 변인들 간에 존재할 수 있는 매개효과에 관한 정보를 확인할 수 없기 때문이다.

매개효과는 두 변인 X와 Y 사이에 제3의 변인이 개입될 때 X와 Y 간 관계에 유의미한 변화가 나타나는 것을 말한다(Frazier, Tix, & Barron, 2004). 이 때 제3의 변인이 개입될 때, X와 Y의 관계가 약화되지만 여전히 유의미한 상태를 유지하면 부분매개 그리고 제3의 변인이 개입됨으로써 X와 Y의 관계가 유의미하지 않게 변하면 완전매개가 된다.

발달적 특성상, 자아강도는 스트레스 대처기술에 대한 선행변인으로 보인다. 왜냐하면 자아는 생애 초기부터 발달하는 것이기 때문이다

(Hartmann, 1958). 이런 점에서 긍정적 정신건강에 대한 효과적인 개입전략을 수립하기 위해서는 자아강도와 정신건강 간 관계에서 스트레스 대처의 매개효과에 대한 정보가 필요하다. 왜냐하면 자아강도와 긍정적 정신건강 간 관계에서 스트레스 대처가 완전매개효과를 보이는 지 아니면 자아강도와 긍정적 정신건강 간 관계에서 스트레스 대처가 부분매개효과를 보이는 지에 따라 효과적인 개입전략이 달라질 수 있기 때문이다. 스트레스 대처가 완전매개효과를 나타낸다면, 자아강도가 긍정적 정신건강에 직접 효과를 나타내지는 않는 것이기 때문에, 정신건강 증진을 위한 심리학적 개입 과정에서 스트레스 대처기술을 교육하는 데 주력할 필요가 있을 것이다. 반면에 스트레

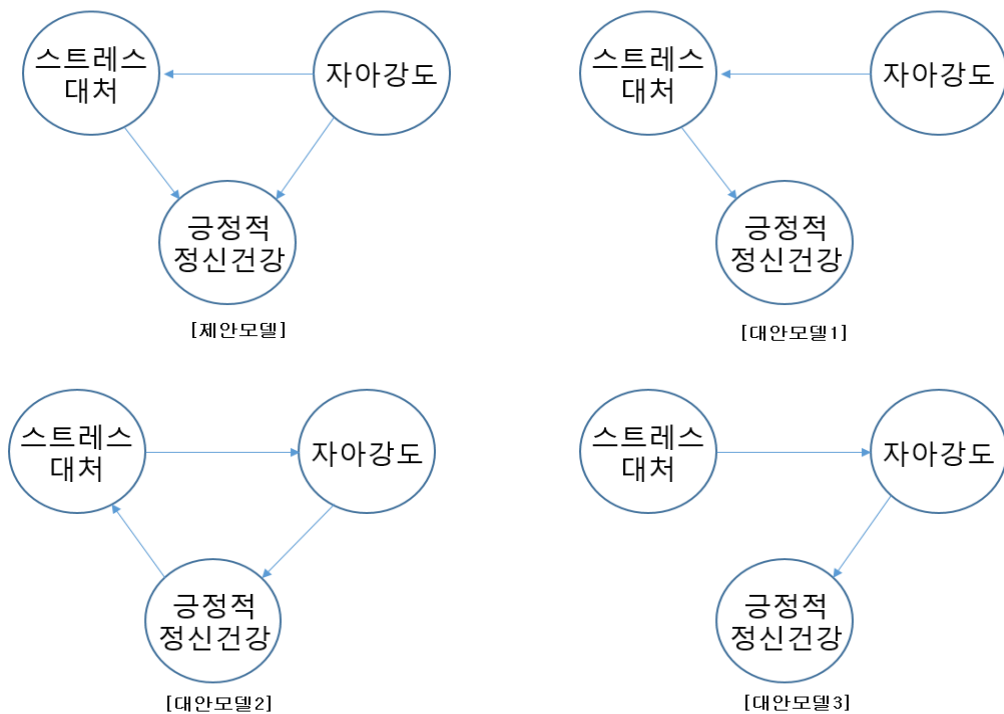


그림 2. 제안모델과 세 가지 대안모델들

스 대처가 부분매개효과를 나타낸다면, 자아강도가 긍정적 정신건강에도 직접 효과를 나타내는 것을 뜻하기 때문에, 정신건강 증진을 위한 심리학적 개입 과정에서 스트레스 대처기술과 더불어 자아강도를 증진시키기 위한 개입전략이 추가로 확보되어야 할 것이다.

이러한 관점에서 본 연구에서는 청소년을 대상으로 자아강도와 스트레스 대처 그리고 긍정적 정신건강 간 관계에 대한 구조방정식 모델을 검증하고자 한다. 이를 위해 본 연구에서는 자아강도와 긍정적 정신건강 간 관계에서 스트레스 대처가 부분매개효과를 보이는 것을 제안모델로 제시하였다(그림 2). 본 연구에서 스트레스 대처의 부분매개 모델을 제안한 이유는 자아강도는 자아의 기능을 통합하는 내적인 힘으로서(Last & Weiss, 1976), 스트레스 대처 기술로는 환원될 수 없는 고유한 기능을 갖고 있으며 자아의 이러한 통합 기능은 정신건강의 필수조건 중 하나이기 때문이다(Vaillant, 1997). 본 연구에서는 제안모델과 세 가지 대안모델을 대상으로 적합도 검증을 진행하였다. 먼저 본 연구에서는 자아강도와 긍정적 정신건강 간 관계에서 스트레스 대처가 완전매개효과를 보이는 대안모델1과 제안모델의 적합도를 비교하였다. 그 후 스트레스 대처와 긍정적 정신건강 간 관계에서 자아강도가 매개효과를 보이는 것으로 설정된 대안모델 2와 3을 제안모델과 비교하였다.

방 법

연구대상

본 연구에는 경기도 소재 일반 고등학교 4개교

의 학생 258명이 참여하였다. 이 중 질문지를 완결하지 않은 채로 제출한 9 사례를 제외한 총 249명(남자 161명과 여자 88명)의 자료를 분석에 사용하였다. 연구 참여자들은 자신의 성격에 대한 관심 때문에 자원을 하였고 이들에게는 검사에 대한 피드백이 제공되었다.

측정도구

스트레스 대처방식 척도. 본 연구에서 스트레스 대처방식 척도는 Lazarus와 Folkman(1984)의 척도를 김해욱(1989)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 능동적, 수동적, 회피적 대처양식을 평가하는 4점 척도 문항 각각 8개씩 총 24문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서 얻어진 척도의 신뢰도(Cronbach's α)는 능동적 대처방식 .72, 수동적 대처방식 .68, 회피적 대처방식 .68이었다.

자아강도 척도. 본 연구에서 자아강도 척도는 Barron의 자아강도 척도를 이장호와 김재환(1982)이 한국어판 타당화 작업을 한 자아강도 척도(48 문항)를 사용하였다. 본 연구에서 얻어진 척도의 신뢰도(Cronbach's α)는 .82였다.

청소년용 긍정적 정신건강 척도. 본 연구에서 긍정적 정신건강 척도는 Keyes(2005, 2007)의 긍정적 정신건강 척도 그리고 임영진, 고영건, 신희천, 조용래(2010)의 긍정적 정신건강 척도를 바탕으로 제작된 28문항 청소년용 긍정적 정신건강척도(고영건, 2013)를 사용하였다. 본 연구에서 얻어진 척도의 신뢰도(Cronbach's α)는 정신적 웰빙 .89 그리고 심리적 부적응 .78이었다.

통계적 분석

본 연구에서는 스트레스 대처와 자아강도 그리고 긍정적 정신건강 간 관계에 대한 구조방정식 모델을 검증하는 과정에서 Amos 18 프로그램을 사용하였다. 그리고 모델수정과정에서 정신적 웰빙과 능동대처 그리고 심리적 부적응과 수동대처의 측정오차 간 공분산 관계를 설정하였다.

결 과

스트레스 대처, 자아강도, 그리고 정신건강 간 상호 연관성을 확인하기 위해 상관분석을 실시하였다. 표 1에는 그 세 가지 척도들 간 상관계수가 제시되어 있다.

표 2에는 자아강도와 스트레스 대처 그리고 긍정적 정신건강 간 관계에 대한 구조방정식 모델을 검증하는 과정에서 나타난 제안모델과 대안모델의 적합도 변화량을 제시하였다. 이 때 적합도 검증과정에서 우종필(2013)이 제시한 기준을 참고로 해서 내생변수의 측정오차 간 공분산을 설정하였다. 제안모델과 대안모델들의 적합도를 비교한 결과, 세 가지 대안모델들에 비해 제안모델의 적합도가 상대적으로 더 양호한 것으로 나타났다(표 2 참조).

그림 3에는 자아강도와 스트레스 대처 그리고 긍정적 정신건강 간 관계에 대한 제안모델과 대안모델들의 구조방정식 모형이 제시되어 있다. 그림 3에 제시된 효과의 크기는 표준화된 회귀계수를 뜻한다.

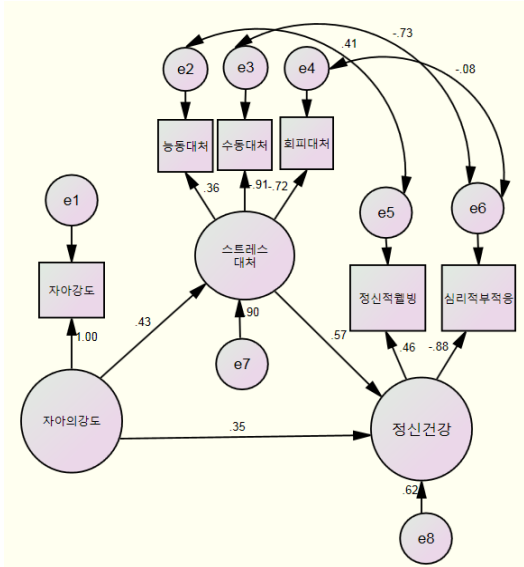
표 1. 주요 척도별 상관계수(N=249)

	정신적 웰빙	정신장애	자아강도	능동대처	수동대처	회피대처
정신적 웰빙	1					
정신장애	-.41**	1				
자아강도	.26**	-.52**	1			
능동대처	.45**	-.21*	.07	1		
수동대처	-.29**	.43**	-.37**	-.35**	1	
회피대처	-.21*	.46**	-.39**	-.17*	.66**	1

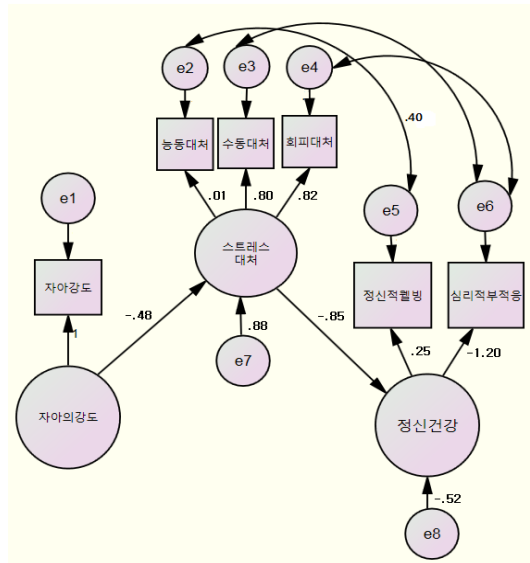
** $p < .001$. * $p < .01$.

표 2. 제안모델과 대안모델의 적합도 변화량

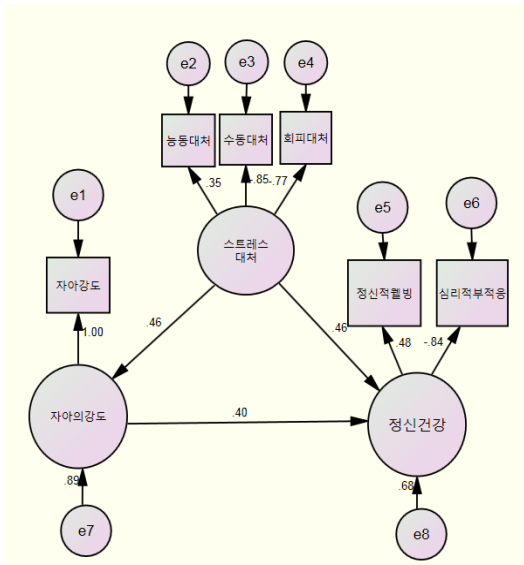
	χ^2 (df)	GFI	AGFI	NFI	IFI	TLI	CFI	RMSEA
제안모델	11.86(4)	.98	.91	.97	.98	.93	.98	.09
대안모델1	47.09(5)	.94	.77	.89	.90	.70	.90	.18
대안모델2	59.55(7)	.93	.78	.86	.88	.73	.87	.17
대안모델3	116.26(8)	.86	.64	.73	.74	.51	.74	.23



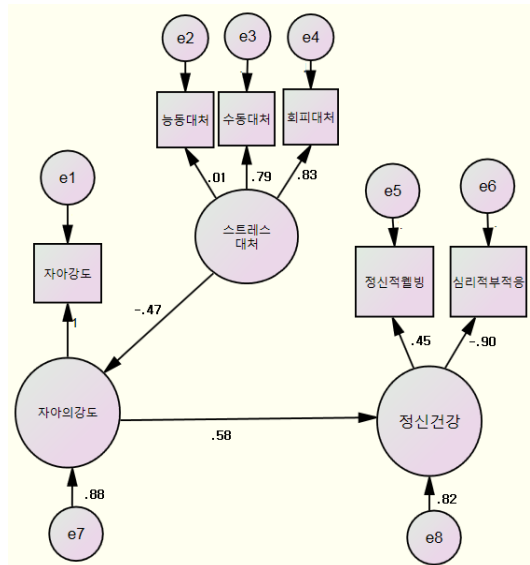
[제안모델]



[대안모델1]



[대안모델2]



[대안모델3]

그림 3. 자아강도, 스트레스 대처 및 긍정적 정신건강 간 관계에 대한 모델

논 의

본 연구에서는 청소년을 대상으로 자아강도와 스트레스 대처 그리고 긍정적 정신건강 간 관계에 대한 구조방정식 모델을 검증하였다. 그 결과, 자아강도와 긍정적 정신건강 간 관계에서 스트레스 대처가 부분매개효과를 보이는 것으로 설정된 제안모델이 완전매개효과를 보이는 것으로 설정된 대안모델1보다 더 타당한 것으로 나타났다. 또 제안모델은 스트레스 대처와 긍정적 정신건강 간 관계에서 자아강도가 매개효과를 보이는 것으로 설정된 대안모델 2와 3에 비해 상대적으로 더 양호한 적합도를 보였다. 이러한 결과는 긍정적 정신건강에 스트레스 대처와 자아강도가 모두 직접효과를 나타내는 것을 의미하기 때문에 청소년의 정신건강 증진을 위한 심리학적 개입 과정에서 스트레스 대처기술과 더불어 자아강도를 증진시키기 위한 개입전략이 함께 진행될 필요가 있음을 보여준다. 본 연구에서의 핵심적인 의의 중 하나는 단일요인 정신건강 개념이 아니라 이요인 정신건강 개념, 즉 긍정적 정신건강의 관점에서 자아강도와 스트레스 대처 그리고 정신건강 간 관계를 분석했다는 점이다.

청소년의 정신건강을 위한 심리학적 개입 전략이라는 측면에서 스트레스 기술 훈련은 자아강도 증진 훈련에 비해 상대적으로 구조화된 접근이 가능하며 또 단기 개입 프로그램의 형태로 진행하는 것이 가능하다는 장점이 있다. 하지만 본 연구 결과가 보여주듯이, 자아강도는 스트레스 대처가 긍정적 정신건강에 기여하는 것과는 독립적인 형태로 긍정적 정신건강에 기여할 수 있을 것으로 보인다. 특히 긍정적 정신건강에 대한 자아강

도의 간접효과(.24)와 직접효과(.36)를 모두 합할 경우, 그 전체 효과(.60)는 긍정적 정신건강에 대한 스트레스 대처의 효과(.55)보다도 더 커진다. 따라서 비록 스트레스 기술 훈련에 비해 구조화된 접근이 어렵고 또 장기적인 노력이 요구될 지라도, 청소년의 정신건강을 위한 심리학적 개입 과정에서 자아강도 증진 훈련이 간과되어서는 안 될 것으로 보인다.

본 연구의 제한점으로는 다음의 세 가지를 고려해 볼 수 있다. 첫째, 본 연구의 대상은 일반 고등학생들이었다. 따라서 본 연구에서 나타난 스트레스 대처의 부분매개효과가 다양한 임상 집단들에 대해서도 일반화될 수 있는 지에 관해서는 추가 검증이 필요하다. 둘째, 본 연구에서 사용된 척도들은 모두 자기보고식 질문지들이었다. 따라서 본 연구에서 사용된 척도 점수들은 객관적인 특성을 반영하는 데 한계가 있을 수 있다. 셋째, 본 연구에서 제시된 인과모형은 통계적 모형이기 때문에 향후 자아강도와 스트레스 대처 기술을 중심으로 한 심리학적 개입 프로그램이 진행될 경우 실제로 긍정적 정신건강에서 통계적 모형에 상응하는 효과가 나타나는 지 확인할 필요가 있다.

참 고 문 헌

- 고영진 (2013). 청소년을 위한 긍정적 정신건강 척도의 표준화 연구. 서울: 아산사회복지재단.
- 교육과학기술부, 보건복지부, 질병관리본부 (2012). 제 8차 청소년 건강행태 온라인 조사 결과.
- 김운, 이선영 (2009). 정신건강 선별검사 및 사례관리 연계체계 개발. 서울대학교 건강증진사업지원단.
- 김해옥 (1989). 학업성적과 스트레스 대처양식이 학업에 대한 무기력에 미치는 영향. 한양대학교 석사

- 학위 청구논문.
- 김현정 (2012). 긍정적 정신건강 모형의 타당화 연구. 고려대학교 박사학위 논문.
- 박동혁 (2007). 예방과 촉진을 위한 청소년 정신건강 모형의 탐색. 아주대학교 박사학위 논문.
- 우종필 (2013). 우종필 교수의 구조방정식모델 개념과 이해. 서울: 한나래.
- 이명자, 류정희 (2008). 완전한 정신건강모형 검증. *교육연구*, 31, 47-68.
- 이장호, 김재환 (1982). 상담효과측정을 위한 자아강도 척도 개발에 관한 연구 : Barron의 자아강도척도를 중심으로. *한국심리학회지: 임상* 3(1), 173-185.
- 임영진, 고영진, 신희천, 조용래 (2010). 한국인의 행복 및 정신건강 지수: 한국인의 정신건강. 2010 한국심리학회 연차학술발표대회 논문집.
- 통계청(2012). 사망원인통계연보 2012. 대전: 통계청.
- 하영윤, 오영환(1996). 대학생의 자아강도 수준과 스트레스 대처방식과의 관계 연구. *학생생활연구*, 8(12), 99-119.
- Bellak, L., Hurvich, M., & Gediman, H. K. (1973). *Ego functions in Schizophrenics, Neurotics and Normals : A systematic study of conceptual, diagnostic, and therapeutic aspect*. New York: John Wiley & Sons.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretical based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 267-283.
- Cernovsky, Z. (1984). Es scale level and correlates of MMPI elevation : Alcohol abuse vs MMPI scores in treated alcoholics. *Journal of Clinical Psychology* 40, 1502-1509.
- 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.
- Hartman, H. (1958). *Ego psychology and the problem of adaptation*. New York: International Universities Press.
- Keyes, C. L. M. (2005). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73, 539 - 548.
- Keyes, C. L. M. (2007). Promoting and protecting mental health as flourishing: A complementary strategy for improving national mental health. *American Psychologist*, 62, 95-108.
- Lamers, S., Westerhof, G. J., Bohlmeijer, E. T., Ten Klooster, P. M., & Keyes, C. L. M. (2011). Evaluating the psychometric properties of the mental health Continuum-Short Form (MHC-SF). *Journal of Clinical Psychology*, 67, 99-110.
- Last, V. & Weiss, A. (1976). A. Evaluation of Ego Strength based on certain Rorschach variables. *Journal of Personality Assessment*, 40, 57-66.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing company.
- Nunberg, H. (1942). Ego Strength and Ego Weakness. *American Imago*, 3, 25-40.
- Stagner, R. (1974). *Psychology of personality* (4th Ed.). New York: McGraw-HillBook.
- Vaillant, G. E. (1997). *The wisdom of the ego*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- 원고접수일: 2013년 11월 4일
 논문심사일: 2013년 12월 2일
 게재결정일: 2014년 3월 9일

A Structural Equation Modeling of Ego Strength, Stress-Coping, and Positive Mental Health : Focusing on Adolescents

Jin-young Kim
Seoul Women' s University

The purpose of the present study is to examine relationships between ego strength, stress-coping, and positive mental health in adolescents using structural equation modeling. The present study suggested a proposed model in which stress-coping exerted a partial mediating effect on the relation between ego strength and positive mental health. Goodness of fit tests were used to compare the proposed model against competing models. The participants were 249 high school students (161 males, 88 females). They completed the Stress-Coping Style Scale, the Ego Strength Scale, and the Positive Mental Health Scale. The results showed that the proposed model had a better goodness of fit. Based on these findings, it is suggested that psychological interventions for positive mental health in adolescents should consider strategies to enhance their ego-strength.

Keywords: stress coping, ego strength, positive mental health, mediating effect, structural equation modeling