

성인의 기질과 정서조절곤란의 관계에서 적응적 및 부적응적 정서조절방략의 매개효과[†]

이 지 영[‡]

서울디지털대학교 상담심리학과

본 연구는 성인을 대상으로 기질이 정서조절곤란에 미치는 영향을 확인하고, 기질과 정서조절곤란의 관계에서 적응적 및 부적응적 정서조절방략의 매개효과를 검증하고자 하였다. 이 때 기질과 정서조절의 관계에 영향을 미칠 수 있는 변인으로 지각된 부모의 양육방식과 성별 및 연령 등 인구학적 정보를 고려하였다. 성인 890명을 대상으로 성인용 기질 척도, 정서조절곤란 척도, 정서조절방략 질문지, 지각된 양육방식 척도를 실시하였다. 부분상관분석 결과, 기질 가운데 정서성과 활동성은 정서조절곤란과 정적 상관을 보였고, 사회성은 정서조절곤란과 부적 상관을 보였다. 위계적 중다회귀분석 결과, 지각된 부모의 양육방식과 연령을 통제한 상태에서 성인의 기질은 정서조절곤란의 전체 변량 가운데 37% 가량을 유의미하게 설명하였고, 기질 가운데 정서성과 사회성이 정서조절곤란을 유의미하게 예언하였다. 또한 정서성과 사회성은 적응적 및 부적응적 방략의 사용을 유의미하게 예측하였다. 부트스트랩 방법으로 중다매개가설을 검증한 결과, 정서성 및 사회성 기질이 정서조절곤란에 미치는 영향을 적응적 방략과 부적응적 방략의 사용이 부분매개하는 것으로 확인되었다. 즉, 정서성 기질이 높을수록 부적응적 방략을 자주 사용하고 적응적 방략을 덜 사용하여 정서조절곤란 수준이 높게 나타났다. 반면, 사회성 기질이 높을수록 부적응적 방략을 덜 사용하고 적응적 방략을 자주 사용하여 정서조절곤란 수준이 낮았다. 마지막으로 본 연구의 의의와 제한점, 후속 연구에 대해 논의하였다.

주요어: 기질, 정서조절곤란, 정서조절방략, 부모의 양육방식, 매개효과

[†] 이 논문은 2016년도 서울디지털대학교 대학연구비의 지원으로 연구되었음.

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 이지영, (07654) 서울시 강서구 공항대로 424 서울디지털대학교 상담심리학과, Tel: 02-2128-3067, E-mail: subblack@hanmail.net

매일 일상생활 속에서 경험하는 슬픔, 불안, 분노 등 불쾌한 감정을 어떻게 조절하느냐에 따라 다른 사람들과의 관계를 긍정적으로 형성 및 유지하고, 학업이나 업무 영역에서 성취를 보일 수도 있고 그렇지 않을 수도 있다. 정서를 조절하는 능력은 개인의 적응과 심리적 건강에 매우 중요한 영향을 미치는 요인으로 주목되어 왔다(Cohn, Jakupcak, Seibert, Hildebrandt, & Zeichner, 2010; McLaughlin, Hatzenbuehler, Mennin, & Nolen-Hoeksema, 2011; Mennin, Douglas, Fresco, & David, 2015). 정서조절의 실패가 반복되어 나타날 때 정서조절곤란에 이르게 되는데, 정서조절곤란은 불쾌한 정서를 더욱 증가시켜 개인내적 기능은 물론 대인관계와 직업적 상황 등에서 어려움을 야기하여 심리적 부적응을 초래할 수 있다고 보았다(Berkovits & Baker, 2014; Cole, Michel, & Teti, 1994; Kring & Werner, 2004; Paulus, Vanwoerden, Norton, & Sharp, 2016; Silk, Steinberg, & Morris, 2003).

Gratz와 Roemer(2004)는 정서조절능력의 결핍으로 정서조절에서의 어려움 즉 정서조절곤란을 경험한다고 가정하였다. 정서조절을 정서를 자각하고 이해하는 능력, 정서를 수용하는 능력, 부정적 정서를 경험할 때 충동적 행동을 조절하여 목표에 부합하도록 행동하는 능력, 개인의 목표와 상황적 요구에 따라 정서적 반응을 조절하고 상황에 맞는 정서조절방략을 융통적으로 사용할 수 있는 능력 등 4가지로 구분하여 정의하고, 이에 근거하여 정서조절곤란의 정도를 측정하는 정서조절곤란 척도(Difficulties in Emotion Regulation Scale: DERS)를 개발하였다. 정서조절곤란은 우울장애(Green, Cahill, & Malhi, 2007; Paulus et

al., 2016)와 불안장애(Mennin, Heimberg, Turk, & Fresco, 2005; Mennin, McLaughlin, & Flanagan, 2009)와 같은 정서장애 뿐 아니라, 외상 후 스트레스장애(Tripp & McDevitt-Murphy, 2015), 물질관련장애(Fox, Axelrod, Paliwal, Sleeper, & Sinha, 2007; Fox, Hong, & Sinha, 2008), 섭식장애(Buckholdt, Parra, & Jobe-Shields, 2010), 경계선적 성격장애(Bornovalova et al., 2008; Stepp et al., 2014) 등 다양한 정신병리 및 정신건강과 관련되는 것으로 나타났다. 최근 들어, 많은 연구자들이 정서조절곤란을 정신건강 영역에서 중요하게 다루고 있으며, 특히 신체적, 정서적 학대와 같은 스트레스 자극이 우울, 불안, 물질남용, 외상후 스트레스 증상 등을 야기하는 과정에서 핵심적인 매개 역할을 하는 것으로 주목하고 있다(Barahmand, Khazae, & Hashjin, 2016; Crow, Cross, Powers, & Bradley, 2014; D'Agostino, Covanti, Rossi Monti, & Starcevic, 2016; Hannan & Ocrutt, 2013; Jennissen, Holl, Mai, Wolff, & Barnow, 2016; Stepp et al., 2014).

이에 정신건강 영역에서 핵심적인 역할을 하는 정서조절곤란이 발생하는 기체에 대해서 구체적으로 분석하고 이해할 필요가 있다. 정서조절곤란에 영향을 미칠 수 있는 요인은 크게 개인내적 요인과 개인외적 요인으로 구분해서 살펴볼 수 있다. 개인외적 요인 즉 환경적 요인으로는 성장과정에서 경험하는 부모의 행동, 부모의 양육방식이 주로 제안되고 연구되었다(Santucci et al., 2008). 유아와 아이들은 생의 초기에는 자신의 정서를 조절하기 위해 양육자와의 상호작용에 의존하고, 성장하면서 점차 정서를 조절하는 능력을 내재화한다(Diamond & Aspinwall, 2003). 지각된

부모의 양육방식은 정서조절곤란에 영향을 미쳤고, 부정적인 양육방식일수록 정서조절곤란 수준이 높았다(김중희, 2011; 최미미, 조용래, 2008). 개인내적 요인으로는 성별(이지영, 권석만, 2009; Garnefski, Teerds, Kraaij, Legerstee, & Kommer, 2004; Gross & John, 2003), 연령(이지영, 2012; Charles & Carstensen, 2007; Southam-Gerow & Kendall, 2002; Underwood, 1997; Walden & Smith, 1997), 성격유형(민경환, 김지현, 윤석빈, 장승민, 2000; 이지영, 권석만, 2009), 정서적 각성 수준(Madeleine, Eleonora, & Elizabeth, 2010; Southam-Gerow & Kendall, 2002; Underwood, 1997) 등이 제안되었다.

정서조절곤란에 영향을 미칠 수 있는 대표적인 개인내적 요인은 기질이다. 많은 연구자들이 정서조절의 발달에 중요한 영향을 미치는 개인내적 요인으로 기질을 들어 왔다(이경남, 2009; 임정하, 강현지, 박선훈, 윤상희, 최정원, 2016; Wenhal, Jiamei, & Qing, 2011). 정서조절은 기질에 의해 영향을 받을 가능성이 매우 높은 발달적 과정으로 간주된다(Blair, Denham, Kochanoff, & Whipple, 2004). 기질은 유전적으로 타고난 특성으로, 개인의 환경이 변하여도 안정성 있게 나타나는 개인차를 말한다. 개인은 특유의 기질을 타고나며, 그에 따라 환경에 대처하는 방식이 달라져 성격과 행동에 개인차가 생기는 것으로 보았다(Buss & Plomin, 1984). 여러 연구자들은 이러한 기질이 정서적 발달에 청사진을 제공할 수 있을 것이며, 사회화나 부모양육과 상호작용함으로써 정서조절에 영향을 미칠 것으로 보았다(박진아, 정문자, 2007; Hilt, Hanson, & Pollak, 2011; Larsen & Diener, 1987; Santucci et al., 2008;

Southam-Gerow & Kendall, 2002; Walden & Smith, 1997). 유아를 대상으로 한 연구(황소연, 방희정, 2012)에서 정서조절능력의 모든 영역에 있어 기질의 설명력이 애착보다 더 큰 것으로 나타났다. 즉, 유전적 요인으로 전 생애동안 비교적 안정된 속성을 지닌 기질 요인의 영향을 이해하는 것이 개인의 정서조절에 대한 폭넓은 이해와 개입의 활용도를 높일 수 있을 것이다.

기질의 종류는 연구자들마다 조금씩 다르게 구분되었다. Thomas와 Chess(1977)는 기질을 새로운 자극에 대한 반응 패턴 및 환경의 변화에 적응하는 방식으로 보면서, 활동성, 규칙성, 접근성, 적응성, 반응역, 반응강도, 기분상태, 주의전환성, 집중력 및 지속성 등 9가지 요인을 제시하였다. Buss와 Plomin(1984)은 환경적 요인에 의해 변화될 수 있는 성격특성을 제외시키고, 기질을 구성하는 요소로 정서성(Emotionality), 활동성(Activity), 사회성(Sociability) 세 가지를 제시하고, 이를 측정하는 EAS 척도를 개발하였다. 이때 정서성은 환경의 자극에 대해 불안, 놀람, 화 등 부정적인 반응을 빠르게 보이는 것, 활동성은 성급하고 다혈질적인 것과 같이 계속 움직이는 높은 활동 수준으로 정의되었다. 사회성은 혼자 있기보다 타인과 함께 있기를 선호하는 기질을 말한다. 이러한 세 가지 기질은 성인기까지 지속된다고 보았다. Cloninger는 기질을 자극에 대해 자동적으로 반응하는 유전적 경향으로 가정하고, 자극추구, 위험회피, 사회적 민감성, 인내력 등 4가지 차원으로 구분하였다(Cloninger, Svrakic, & Przybeck, 1993).

기질과 정서조절의 관계에 관한 연구 대부분은 유아(김정민, 이순형, 2014; 박재윤, 2012; 박진아,

정문자, 2007; 유지현, 2016; 황소연, 방희정, 2012)와 아동(김윤하, 2016; 이경님, 2009; Jaffe, Gullone, & Hughes, 2010)을 대상으로 조사되었다. 또한 주로 Buss와 Plomin(1984)의 정서성, 활동성, 사회성 세 가지 기질 모델을 사용하여 이루어졌다. 이 중 정서성은 정서조절능력을 가장 많이 설명하는 중요한 예측 요인으로 나타났다(이경님, 2009; Yagmurla & Altan, 2010). 정서성이 높을수록 부적응적인 정서조절을 보이는 등 정서조절능력이 낮았다(김윤하, 2016; 김지윤, 도현심, 김민정, 2008; 유지현, 2016). 반면, 대부분의 연구에서 사회성은 정서조절능력에 긍정적인 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 사회성이 높을수록 적응적인 정서조절을 보였다. 반면, 정서성 및 사회성과 달리, 활동성은 유아 및 아동을 대상으로 한 연구들에서 비일관된 결과들을 보여주었다. 일부 연구(박재운, 2012; 박지숙, 2008)에서는 활동성이 높을수록 부적응적 정서조절을 보였고 정서조절을 잘하지 못하거나 잘하지 않는 것으로 나타났다. 반면, 유아의 활동성은 적응적 정서조절과 정적으로 관련되었고 부정 정서조절에는 유의한 상관을 보이지 않았다(유지현, 2016). 또한 아동의 활동성이 높을수록 자신의 정서를 조절하는 능력이 높은 것으로 보고되었다(김윤하, 2016).

기질은 정서조절곤란에 중요한 영향을 미치는 대표적인 개인내적 요인으로 제안되어 왔음에도 불구하고, 기질과 정서조절곤란의 관계를 체계적으로 검증한 연구는 쉽게 찾아보기 어렵다. 그 이유는 첫째, 기질과 정서조절의 관계를 다룬 대부분의 경험적 연구가 유아 및 아동에 제한되어 있었다. 둘째, 정서조절곤란의 타당한 측정 도구인 정서조절곤란 척도가 청소년 및 성인을 대상으로

하기 때문이다. 이에 본 연구에서는 성인을 대상으로 기질과 정서조절곤란의 관계를 검증하고자 하였다. 또한 기질이 쉽게 변화되기 어려운 특성이라는 점을 고려하여, 보다 효과적인 개입의 시사점을 얻기 위해서 기질과 정서조절곤란의 관계를 조절하거나 매개하는 변인을 찾아내는 것이 매우 중요하고 필요한 일이라 판단하였다.

기질과 정서조절곤란의 관계를 매개할 변인으로 정서조절방략에 주목하였다. 정서조절곤란에 영향을 미치는 가장 직접적인 요인으로 정서조절방략의 사용이 제안되고 검증되어 왔다. 여러 연구자들은 정서조절방략을 부적응적으로 사용하거나, 정서조절방략을 상황에 맞지 않게 부적절하게 사용하였을 때 정서조절곤란이 초래된다고 보았다(Cicchetti, Ackerman, & Izard, 1995; Gratz & Roemer, 2004; Keenan, 2000; Philippot & Feldman, 2004). Gratz와 Roemer(2004)는 정서조절곤란의 개념을 정의하면서 6가지 요인 중 하나로 정서조절전략에 접근하지 못하는 것을 포함시켰다. 이들은 정서조절방략과 관련하여 정서조절곤란을 설명할 때, 정서조절방략을 사용하지 못하거나 사용하더라도 목표나 상황에 맞게 정서조절방략을 사용하지 못하는 과정을 제안할 뿐, 구체적인 정서조절방략의 사용을 언급하거나 측정하지는 않았다(이지영, 2016). 정서를 조절하기 위해 사용하는 정서조절방략은 불쾌한 정서를 감소시키는 데 기여하는 적응적 방략과 불쾌한 정서를 축적 및 악화시켜 심리적 부적응을 초래하는 부적응적 방략들로 구분된다(Aldao, Nolen-Hoeksema, & Schweizer, 2010; Beveren, McIntosh, Vandevivere, Wante, & Vandweghe, 2016; Silk et al., 2003). 다양한 정서조절방략을

포괄적으로 측정하는 정서조절방략 질문지 (Emotion Regulation Strategy Questionnaire: ERSQ)를 사용한 연구(이지영, 2010)에서, 정서조절방략의 사용은 정서조절곤란의 전체 변량 중 40% 가량을 유의미하게 설명하였다. 특히, 부적응적 방략의 사용이 정서조절곤란을 가장 잘 예측하였고, 접근적 방략, 주의분산적 방략, 지지추구적 방략 등 적응적 방략 가운데에서는 불쾌한 정서와 상황에 접근하여 정서를 조절하는 접근적 성격의 방략이 정서조절곤란에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

기질과 정서조절방략의 관계를 조사한 연구결과를 살펴보면, 유아(Blair et al., 2004)와 청소년(Beveren et al., 2016)을 대상으로 한 연구에서 기질 가운데 부정적 정서성이 높을수록 부적응적 정서조절방략을 자주 사용하는 것으로 나타났다. 아동의 활동성은 공격적, 회피적 정서조절방략 등 부정적 정서조절방략과 관련되었다. 접근 및 융통성 기질은 문제 중심적 대처 등 긍정적 정서조절방략과 관련이 있었고, 주의 및 의도 통제 기질은 부정적 정서조절방략의 사용과 부적으로 관련되었다(임희수, 박성연, 2002; Blair et al., 2004).

한편, 많은 연구자들에 의해 기질은 부모의 양육방식과 상호작용하여 정서조절에 영향을 미치는 것으로 제안되고 검증되었다(김윤하, 2016; 박재윤, 2012; 임정하 외, 2016; 전병윤, 2017; Diamond & Aspinwall, 2003). 불안장애 유아들을 대상으로 한 연구(박진아, 정문자, 2007)에서 유아의 기질과 역기능적 정서조절의 관계는 어머니의 양육방식에 따라 달라졌다. 불안장애 남아의 경우 어머니의 민감성과 반응성 수준이 낮고 침해성 수준이 높은 경우에만 남아의 위험회피 기질과

취약성이 역기능적 정서조절에 영향을 미쳤다. 반면, 여아의 경우 어머니의 침해성 수준이 낮은 경우에만 여아의 사회적 민감성 기질 성향이 역기능적 정서조절을 완화시키는 일종의 보호요인으로 작용하였다. 즉 유아의 기질은 어머니의 양육방식과 상호작용하여 유아의 역기능적 정서조절에 영향을 미쳤다. 아동기 후기를 대상으로 한 연구(Jaffe et al., 2010)에서 융통성과 긍정 기분이 낮고 지각된 어머니의 애정 양육방식이 낮은 수준일수록 부정적인 억제 방략을 보다 자주 사용하였고, 지각된 어머니의 애정 양육방식이 높을수록 긍정적인 인지적 재평가 방략을 자주 사용하였다. 또한 지각된 부모의 양육방식은 정서조절방략의 사용에 영향을 미쳤고, 부모의 양육방식이 부정적일수록 억제, 회피적 정서조절방략 등 부적응적 방략을 자주 사용하였으며, 긍정적일수록 능동적 방략, 지지추구적 방략 등 적응적 방략을 자주 사용하였다(양유진, 정경미, 2008; 이정은, 2012; 이지영, 2016; Madeleine et al., 2010). 최근에 성인을 대상으로 한 연구(이지영, 2016)에서, 지각된 부모의 양육방식 중 부의 애정 방식이 정서조절곤란에 미치는 영향을 적응적 방략이 완전 매개하였고, 모의 거부 방식이 정서조절곤란에 미치는 영향을 부적응적 방략이 부분매개하는 것으로 나타났다.

본 연구에서는 성인을 대상으로 기질과 정서조절곤란의 관계를 검증하고, 기질이 정서조절곤란에 영향을 미치는 과정에서 정서조절방략이 매개하는 지 조사하고자 하였다. 그 이유는 첫째, 정서조절곤란에 영향을 미치는 중요한 개인내적 요인으로 기질적 특성이 제안되어 왔지만(김정민, 이순형, 2014; Diamond & Aspinwall, 2003;

Southam-Gerow & Kendall, 2002), 기질과 정서 조절곤란의 관계를 검증한 연구는 찾아보기 어려웠다. 둘째, 생애 초기의 기질이 이후 성인기까지 지속되는 것으로 가정됨에도 불구하고(Buss & Plomin, 1984; Caspi & Silva, 1995), 기질과 정서 조절의 관계를 살펴본 연구 대부분이 유아와 아동을 대상으로 이루어지는 데 제한되어 있었다(윤진영, 정옥분, 정순화, 2007; Jaffe et al., 2010). 이에 성인의 시기에 정서조절곤란에 미치는 비교적 안정된 속성의 기질 요인의 영향을 이해함으로써, 성인의 정서조절곤란에 대한 폭넓은 이해와 효과적인 개입을 모색해볼 수 있을 것이다. 셋째, 기질이 쉽게 변화되기 어려운 특성이므로, 기질이 정서조절곤란에 영향을 미치는 과정에서 개입할 수 있는 변인을 찾는 것이 중요하다. 그러나 지금까지 기질과 정서조절능력이나 정서조절곤란에 영향을 미치는 기제에 대해서는 구체적으로 살펴본지 않았다. 따라서 성인의 기질이 정서조절곤란에

미치는 영향을 조사하고, 기질이 정서조절곤란에 영향을 미치는 과정에서 정서조절방략의 사용이 개입되어 있을 것으로 가정하여, 성인의 기질이 정서조절곤란에 미치는 영향을 개입 가능한 정서조절방략의 사용이 매개하는지 확인하고자 하였다. 즉, 성인의 기질에 따라 사용하는 정서조절방략의 종류가 달라지고 그 결과 정서조절곤란에 이를 수 있음을 확인함으로써, 기질이 정서조절곤란에 미치는 영향에 개입할 수 있는 전략을 수립하는데 기여할 것으로 사료된다.

이를 위해, 20세에서 59세 연령범위에 있는 성인을 대상으로 성인용 기질척도(EAS), 정서조절곤란 척도(DERS), 정서조절방략 질문지(ERSQ)를 실시하였다. 본 연구가 성인의 기질을 대상으로 한다는 점에서 성인기까지 기질이 지속된다고 가정하고, 성인기까지 남아 있는 기질을 정서성, 활동성, 사회성 세 가지로 구분한 Buss와 Plomin (1984)의 기질 모델을 채택하였다. 또한 EAS 척

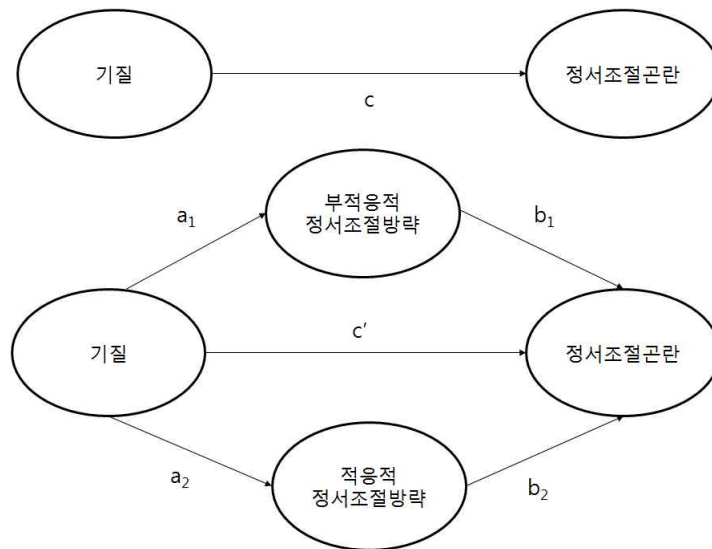


그림 1. 기질과 정서조절곤란 및 정서조절방략 간의 관계 모델

도는 정서조절과 관련하여 주로 사용되어져 왔다는 점에서, 축적된 연구결과를 바탕으로 기질과 정서조절의 관계에 대한 지식을 보다 확장시킬 수 있을 것으로 생각된다. 또한 기질과 정서조절 곤란의 관계에 영향을 미칠 수 있는 요인으로 성별 및 연령 등 인구학적 요인과 지각된 부모의 양육방식을 고려하였다. 분석 시 예언변인에 정서성, 활동성, 사회성 등 3가지 기질 요인을, 매개변인에 적응적 방략과 부적응적 방략의 총점을, 종속변인에 정서조절곤란 총점을 포함시켰다. 이 때 영향을 미칠 수 있는 연구대상자의 성별과 연령, 그리고 지각된 부모의 양육방식을 통제하였다.

본 연구 문체에 대한 가설을 관련 선행 연구결과들에 근거하여 세우면 다음과 같고, 모형으로 제시하면 그림 1과 같다. 첫째, 성인의 기질은 정서조절곤란에 유의미한 영향을 미칠 것이다. 둘째, 기질은 적응적 방략의 사용과 부적응적 방략의 사용에 유의미하게 영향을 미칠 것이다. 셋째, 기질과 정서조절곤란의 관계에서 적응적 방략과 부적응적 방략의 사용이 매개효과를 가질 것이다.

방 법

연구대상

본 연구는 일반 성인을 대상으로 온라인상에서 자발적인 참여로 이루어졌다. 연구 참여자 대부분은 연구자의 블로그와 수업을 통해 연구에 참여하였고, 설문지를 마친 후에는 자신의 평소 정서조절방략 프로파일을 제공받았다. 연구에 참여한 사람들 890명 가운데 불성실한 응답을 했거나 문항을 많이 누락시킨 경우와 같이 자료 분석이 어려

운 경우들은 모두 제외하였다. 최종 분석에는 총 814명의 자료가 사용되었다. 연구대상자는 20대에서 59세 사이의 성인으로서, 평균 연령은 35.65세이고 표준편차는 9.62이었다. 연령대별로는 20대가 270명(33.2%), 30대가 238명(29.2%), 40대가 244명(30.0%), 50대가 62명(7.6%)이었다. 남자는 186명(22.9%)이고 여자는 628명(77.1%)이었다.

측정도구

성인용 기질 척도(Adult Emotionality, Activity, Sociability: EAS). 성인의 기질을 측정하기 위해 Buss와 Plomin(1984)이 개발한 성인용 EAS 척도를 임진경(2013)이 번안하고 타당화한 설문지를 사용하였다. 이 척도는 총 20개의 문항에 대해 자기보고식 방식으로 리커트식 5점 척도상에서 반응하도록 되어 있다. 정서성, 활동성, 사회성 등 3가지 하위요인으로 구성되어 있고, 점수가 높을수록 해당 성향이 강하다는 것을 나타낸다. 정서성은 ‘나는 잘 놀란다.’, ‘나는 쉽게 의기소침해진다.’ 등의 11문항으로 측정되는데, 불안, 좌절, 화와 같은 부정적 정서에 쉽게 영향을 받는 정도를 의미한다. 활동성은 ‘나는 대체로 성급하다.’, ‘나는 에너지가 넘치는 것 같다.’ 등 5문항으로 구성되는데, 계속 움직이거나 격렬한 활동을 보이는 전반적인 활동 수준을 의미한다. 사회성은 ‘나는 사람들과 함께 있는 것을 좋아한다.’, ‘나는 무엇보다 사람들을 좋아한다.’ 등 4문항으로 이루어졌는데, 혼자 있기보다 타인과 함께 있기를 선호하는 특성을 말한다. 임진경(2013)의 연구에서 내적합치도(Cronbach α)는 정서성 .87, 활동성 .73, 사회성 .82이었다. 본 연구에서의 내적합치도는 정

서성이 .85, 활동성이 .57, 사회성이 .76이었다.

**지각된 양육방식 척도(Egna Minnen
Beträffande Uppfostran: EMBU-short).**

Arrindell과 Engebretsen(2000)이 자녀가 지각한 부모의 양육방식을 측정하기 위해 제작한 ‘양육에 대한 나의 기억’ 단축형 척도를 문민정(2008)이 한국판으로 번안 및 타당화한 자기보고식 검사를 사용하였다. 아버지와 어머니에 대한 지각된 양육방식을 애정, 거부, 과보호 등 3가지 방식으로 구분하였다. 3가지 양육방식에 대해 부모 각각 23문항으로 측정하는데, 애정적 양육방식은 ‘뜻대로 일이 잘 안될 때 아버지(어머니)는 나를 위로하고 격려해 주셨다.’ 등 8문항으로 구성된다. 거부적 양육방식은 ‘아버지(어머니)는 명확한 이유도 알려주지 않고 내게 화를 내시거나 불쾌해 하셨다.’ 등의 7문항으로 이루어졌으며, 과보호 양육방식은 ‘아버지(어머니)는 내가 하는 모든 일에 사사건건 간섭하셨다.’ 등 8문항으로 구성된다. 각 문항의 내용에 대해 자신의 부모의 평소 행동에 일치하는 정도를 4점 척도 상에서 평정하도록 한다. 문민정(2008)의 연구에서 아버지의 3가지 양육방식 척도의 내적합치도는 .68~.85이었고, 어머니의 양육방식의 내적합치도는 .74~.86이었다. 본 연구에서는 아버지의 지각된 양육방식은 애정이 .89, 거부가 .83, 과보호가 .75이었고, 어머니의 지각된 양육방식은 애정이 .87, 거부가 .84, 과보호가 .77이었다.

정서조절방략 질문지(Emotion Regulation Strategy Questionnaire: ERSQ). 다양한 정서조절방략을 포괄적으로 측정하기 위해 이지영과

권석만(2007)이 개발 및 타당화한 자기보고식 검사이다. 정서의 어떤 요소에 접근하여 정서적 변화를 초래하느냐에 따라 인지적 방략 5개, 체험적 방략 5개, 행동적 방략 6개로 구분된다. 총 69문항에 대해 7점 척도 상에서 평정하도록 되어 있다. 16개의 정서조절방략은 그 성격에 따라 부적응적 방략과 3가지 유형의 적응적 방략으로 구분된다. 부적응적 방략은 인지적 방략의 ‘부정적으로 생각하기’와 ‘타인 비난하기’, 체험적 방략의 ‘타인에게 부정적 감정 분출하기’와 ‘안전한 상황에서 부정적 감정 분출하기’, 행동적 방략의 ‘폭식하기’와 ‘탐닉 활동 하기’ 등 6개 방략으로 구성된다. 적응적 방략 가운데 접근적 방략은 인지적 방략의 ‘능동적으로 생각하기’와 ‘인지적으로 수용하기’, 행동적 방략의 ‘문제해결행동 취하기’, 체험적 방략의 ‘감정 수용하기’ 등 4개의 방략으로 이루어진다. 주의 분산적 방략은 인지적 방략의 ‘수동적으로 생각하기’, 체험적 방략의 ‘즐거운 상상하기’와 행동적 방략의 ‘기분전환활동 하기’ 등 3가지 방략으로 구성된다. 마지막 지지추구적 방략은 체험적 방략의 ‘감정을 표현하고 공감 얻기’, 행동적 방략의 ‘조언이나 도움 구하기’와 ‘친밀한 사람 만나기’ 등 3가지 방략으로 구성된다. 이지영과 권석만(2007)의 연구에서 내적합치도는 인지적 방략이 .81, 체험적 방략이 .77, 행동적 방략이 .85이었으며, 검사-재검사 신뢰도는 각각 .68, .78, .84이었다. 본 연구에서는 자료분석에 사용되는 부적응적 방략의 내적합치도가 .90이었고, 적응적 방략의 내적합치도는 .94이었다.

정서조절곤란 척도(Difficulties in Emotion Regulation Scale: K-DERS). Gratz와 Roemer

(2004)가 정서조절곤란의 정도를 평가하기 위하여 개발한 척도를 조용래(2007)가 한국판으로 변안한 자기보고식 검사이다. 충동통제곤란, 정서에 대한 주의와 자각 부족, 정서에 대한 비수용성, 정서적 명료성의 부족, 정서조절전략에 대한 접근 제한, 목표지향행동의 어려움 등 6개의 하위요인으로 구성되어 있다. 총 36문항에 대해 평소 자신에게 얼마나 자주 해당되는지 그 정도를 5점 척도 상에서 평정하도록 되어 있다. 예를 들어, ‘정서조절전략에 대한 접근 제한’은 ‘나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 내 기분을 더 좋아지게 하기 위하여 내가 할 수 있는 일이 아무것도 없다고 믿는다.’ 등 5개 문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 정서조절곤란의 총점을 사용하였으며, 총점이 높을수록 정서조절곤란 수준이 높고 정서조절능력이 낮다고 평가한다. 조용래(2007)의 연구에서 한국판 DERS의 내적합치도는 전체 척도가 .92이었고, 6개 하위척도들의 내적합치도는 .74~.89였다. 본 연구에서는 정서조절곤란 척도의 내적합치도는 .95이었다.

자료분석

본 연구의 가설을 검증하기 위해 SPSS 18.0을 사용하였다. 첫째, 변인들의 평균 및 표준편차 등의 통계치와 변인들 간의 관계를 확인하기 위해 기술통계, 상관분석, 부분상관분석 및 t -검증을 실시하였다. 둘째, 기질이 종속변인인 정서조절곤란에 미치는 고유한 효과와 기질이 매개변인인 부적응적 방략과 적응적 방략에 미치는 영향을 확인하기 위해 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 이러한 분석 결과, 기질 가운데 정서성과 사회성

에 대해 정서조절곤란과의 관계에서 부적응적 방략과 적응적 방략의 매개효과에 대한 중다매개가설을 그림 1과 같이 세울 수 있었다.

셋째, 중다매개가설을 검증하기 위해 Preacher와 Hayes(2008)가 개발한 SPSS macro를 사용하였다. a 는 기질이 매개변인에 미치는 효과를, b 는 기질의 효과를 제외하고 매개변인이 정서조절곤란에 미치는 효과를 나타낸다. c 는 기질이 정서조절곤란에 미치는 전체 효과를, c' 는 기질이 정서조절곤란에 가지는 직접 효과를 나타낸다. 이 때 부적응적 방략의 매개효과는 a_1b_1 , 적응적 방략의 매개효과는 a_2b_2 , 전체 매개효과는 이 두 가지 매개효과의 합이다. Preacher와 Hayes(2008)의 분석 방법은 기질과 정서조절곤란의 관계에서 적응적 방략과 부적응적 방략의 전체 매개효과를 알 수 있을 뿐 아니라, 다른 매개변인이 존재할 때 개별변인이 예언변인과 종속변인을 매개하는 정도까지 알 수 있다는 장점이 있다(정지현, 권석만, 2013). 부트스트랩의 표본 수는 1000이었고, 개별 매개효과의 유의도를 평가하기 위한 신뢰구간은 95% 신뢰수준을 사용하였다. 이 때 신뢰구간에 0이 포함되지 않으면 개별 매개효과가 유의미하다.

결 과

기질과 정서조절곤란, 정서조절방략의 상관관계

인구학적 변인 중 성별에 따라 측정변인들에서 차이가 나는지 알아보기 위해 t -검증을 실시하였다. 예언변인 중 정서성, $t(812)=-3.84, p<.001$, 과 활동성, $t(812)=-3.26, p<.01$, 에서 여성이 남성에 비해 유의미하게 높은 것으로 나타났고, 사회성에

서는 성차가 발견되지 않았다, $t(812)=-.10, p>.05$. 종속변인인 정서조절곤란, $t(812)=-.38, p>.05$, 매개변인으로 가정된 부적응적 방략, $t(812)=.53, p>.05$, 과 적응적 방략, $t(812)=-.55, p>.05$, 점수 상에서는 모두 성차가 나타나지 않았다.

연령 및 지각된 부모의 양육방식과 측정변인들 간의 상관을 조사하였다. 그 결과, 연령이 증가함에 따라 정서성은 감소하고, $r=-.23, p<.001$, 사회성은 유의미하게 증가하는 것으로 나타났다, $r=.08, p<.05$. 연령은 정서조절곤란과 유의미한 부적 상관을 보이는 바, 연령이 증가함에 따라 정서조절곤란이 감소하는 것으로 나타났다, $r=-.19, p<.001$. 연령은 부적응적 방략과 유의미한 부적 상관을 보였고, $r=-.33, p<.001$, 적응적 방략과는 유의미한 상관을 보이지 않았다, $r=.03, ns$.

지각된 부모의 양육방식은 3가지 기질 유형과 대부분 유의미한 상관을 보였다. 정서성은 지각된 부모의 애정 방식, $r=-.21, p<.001$; $r=-.23, p<.001$, 과 부적으로 상관되었고, 부모의 거부 방식, $r=.32, p<.001$; $r=.32, p<.001$, 및 과보호 방식, $r=.16, p<.001$; $r=.25, p<.001$, 과는 정적으로 상관되었다. 즉 정서성의 기질이 높을수록 과거 부모의 양육방식을 부정적으로 지각하는 것으로 나타났다. 사회성은 지각된 부모의 애정 방식, $r=.28, p<.001$; $r=.29, p<.001$, 과 정적으로 상관되었고, 부모의 거부 방식, $r=-.21, p<.001$; $r=-.19, p<.001$, 및 모의 과보호 방식, $r=-.08, p<.001$, 과 부적으로 상관되었다. 활동성은 6가지 지각된 부모의 양육방식 유형과 모두 정적으로 상관되었다.

정서조절곤란 수준은 지각된 부모의 애정 방식, $r=-.26, p<.001$; $r=-.23, p<.001$, 과 유의미한 부적 상관을 보였고, 부모의 거부 방식, $r=.33, p<.001$;

$r=.29, p<.001$, 및 과보호 방식, $r=.15, p<.001$; $r=.22, p<.001$, 과 유의미한 정적 상관을 보였다. 성인의 정서조절곤란 수준이 높을수록 지각된 부모의 양육방식은 부정적인 것으로 나타났다. 부적응적 방략은 지각된 부모의 애정 방식, $r=-.15, p<.001$; $r=-.11, p<.001$, 과 유의미한 부적 상관을, 부모의 거부 방식, $r=.31, p<.001$; $r=.29, p<.001$, 및 과보호 방식, $r=.21, p<.001$; $r=.30, p<.001$, 과 유의미한 정적 상관을 보였다. 반면, 적응적 방략은 부모의 애정 방식, $r=.28, p<.001$; $r=.33, p<.001$, 과 정적 상관을 보였고, 부모의 거부 방식, $r=-.09, p<.01$; $r=-.10, p<.01$, 과는 유의미한 부적 상관을 나타냈다. 모의 과보호 방식, $r=.07, p<.05$, 과는 유의미한 정적 상관을 보였으나, 부의 과보호 방식, $r=.04, ns$, 과는 유의미한 상관을 보이지 않았다.

성별, 연령 및 지각된 부모의 양육방식을 통제하고 기질, 정서조절곤란, 정서조절방략 세 변인 간의 부분상관계수를 구하여 표 3에 제시하였다. 기질 가운데 정서성, $r_p=.67, p<.001$, 과 활동성, $r_p=.12, p<.001$, 은 정서조절곤란과 정적 상관을 보였고, 사회성, $r_p=-.34, p<.001$, 은 정서조절곤란과 부적 상관을 보였다. 정서성은 부적응적 방략, $r_p=.57, p<.001$, 과 정적 상관을 보였고 적응적 방략, $r_p=-.36, p<.001$, 과 부적 상관을 보였다. 활동성은 부적응적 방략, $r_p=.20, p<.001$, 과 적응적 방략, $r_p=.15, p<.001$, 모두와 정적 상관을 나타냈다. 사회성은 부적응적 방략, $r_p=-.29, p<.001$, 과 부적 상관을 보였고 적응적 방략, $r_p=.39, p<.001$, 과 유의미한 정적 상관을 보였다. 부적응적 방략, $r_p=.56, p<.001$, 은 정서조절곤란과 정적 상관을

표 1. 성별에 따른 측정변인의 평균, 표준편차 및 차이검증 결과

	남성		여성		t
	평균(표준편차)	표준편차	평균(표준편차)	표준편차	
부 애정	17.98(6.36)		18.04(6.36)		-.11
부 거부	10.90(4.22)		10.87(4.54)		.09
부 과보호	12.60(3.69)		12.37(4.16)		.66
모 애정	21.06(5.93)		19.13(6.13)		3.81***
모 거부	10.24(3.69)		11.45(4.70)		-3.21**
모 과보호	15.08(4.48)		14.55(4.88)		1.31
정서성	29.76(8.81)		32.43(8.19)		-3.84***
활동성	14.94(3.54)		15.89(3.47)		-3.26***
사회성	13.52(3.79)		13.55(3.54)		-.10
부적응적 방략	49.76(23.31)		48.75(23.10)		.53
적응적 방략	156.15(40.07)		157.83(35.46)		-.55
정서조절곤란	85.56(25.19)		86.34(24.84)		-.38

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

표 2. 연령과 지각된 부모의 양육방식과 측정변인들의 상관계수(N=814)

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1	-.04	-.06	-.08*	-.19***	-.02	-.14***	-.23***	-.04	.08*	-.33***	.03	-.19***
2	-	-.39***	-.09*	.53***	-.17**	.01	-.21***	.10**	.28***	-.15***	.28***	-.26***
3		-	.44***	-.18***	.42***	.22***	.32***	.11**	-.21***	.31***	-.09**	.33***
4			-	.08*	.14***	.32**	.16***	.13***	-.04	.21***	.04	.15***
5				-	-.48***	.04	-.23***	.09*	.29***	-.11**	.33***	-.23***
6					-	.42***	.32***	.15***	-.19***	.29***	-.10**	.29***
7						-	.25***	.10**	-.08***	.30***	.07*	.22***
8							-	.24**	.38***	.66***	-.38***	.74**
9								-	.22***	.22***	.18***	.13***
10									-	-.35***	.45***	-.44***
11										-	-.14***	.65***
12											-	-.45***
평균	18.02	10.87	12.43	19.57	11.17	14.67	31.82	15.67	13.54	30.06	59.29	86.17
표준 편차	6.35	4.47	4.06	6.14	4.52	4.80	8.40	3.50	3.59	14.94	14.05	24.90

주. 1: 연령, 2: 부 애정, 3: 부 거부, 4: 부 과보호, 5: 모 애정, 6: 모 거부, 7: 모 과보호, 8: 정서성, 9: 활동성, 10: 사회성, 11: 부적응적 방략, 12: 적응적 방략, 13: 정서조절곤란.

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

표 3. 성별, 연령, 지각된 부모의 양육방식을 통제한 기질, 정서조절곤란, 정서조절방략 간의 부분상관계수

	정서성	활동성	사회성	부적응적 방략	적응적 방략	정서조절곤란
정서성	-					
활동성	.22***	-				
사회성	-.30***	.23***	-			
부적응적 방략	.57***	.20***	-.28***	-		
적응적 방략	-.36***	.15***	.38***	-.11**	-	
정서조절곤란	.67***	.12**	-.34***	.56***	-.42***	-

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

보였으며, 적응적 방략, $r_p = -.42, p < .001$, 은 정서 조절곤란과 부적 상관을 나타냈다.

기질이 정서조절곤란에 미치는 영향

종속변인인 정서조절곤란과 유의미한 상관을 보였던 연령과 지각된 부모의 양육방식의 영향을 통제한 상태에서, 성인의 기질이 정서조절곤란

수준에 미치는 영향을 탐색하였다. 1단계에서 연령과 지각된 부모의 6가지 양육방식을, 2단계에서 연령과 지각된 부모의 양육방식, 그리고 정서성, 활동성, 사회성 등 3가지 기질 유형을 예언변인에 넣은 후 정서조절곤란 총점을 종속변인으로 하여 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 이 때 예언변인들 간의 상관계수가 높게 나타나는 바, 공차한계 값(Tolerance)과 분산팽창요인(VIF) 값

표 4. 기질이 정서조절곤란에 미치는 영향을 검증하기 위한 위계적 중다회귀분석 결과

	Beta	t	Tolerance	VIF	$R^2(Adj.R)$	ΔR^2	F
1단계 연령	-.19	-6.00***	.93	1.07			
부 애정	-.11	-2.60*	.54	1.85			
부 거부	.18	4.31***	.56	1.80			
부 과보호	.03	.86	.68	1.48	.22(.21)	.22	31.53***
모 애정	-.15	-3.19**	.47	2.12			
모 거부	.09	1.94	.51	1.97			
모 과보호	.12	3.08**	.69	1.45			
2단계 연령	-.03	-1.34	.87	1.14			
부 애정	-.07	-2.08*	.54	1.87			
부 거부	.05	1.72	.54	1.85			
부 과보호	.02	.62	.68	1.48			
모 애정	-.00	-.06	.45	2.23	.58(.58)	.37	111.85***
모 거부	.02	.63	.49	2.03			
모 과보호	.03	.93	.68	1.48			
정서성	.62	21.58***	.64	1.57			
활동성	.08	.45	.79	1.26			
사회성	-.16	-6.00***	.71	1.41			

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

을 함께 확인하여 예언변인들 간의 상관으로 인한 다중공선성의 위험이 존재할 가능성을 조사하였다. 표 4에서 확인할 수 있듯이, 공차한계 값은 모두 .3 이하가 아니었고 분산팽창요인 값은 10보다 작은 1과 3사이의 값을 보이는 바, 다중공선성의 위험은 매우 낮은 것으로 나타났다(최옥현, 김봉환, 2007).

연령과 지각된 부모의 양육방식의 영향을 통제 한 상태에서, 성인의 기질은 정서조절곤란의 전체 변량 가운데 37% 가량을 추가로 설명하는 것으로 확인되었다, $\Delta R^2=37$, $p<.001$. 기질 가운데 정서성, $\beta=.62$, $t=21.58$, $p<.001$, 과 사회성, $\beta=-.16$, $t=-6.00$, $p<.001$, 이 정서조절곤란을 유의미하게 예측하는 변인으로 나타났다. 즉, 정서성이 높을수

록 정서조절곤란 수준이 높게 나타났고, 사회성이 높을수록 정서조절곤란 수준은 낮게 나타났다. 활동성은 정서조절곤란 수준에 유의미한 영향을 미치지 않았다, $\beta=.08$, $t=.45$, ns .

기질이 정서조절방략에 미치는 영향

연령과 지각된 부모의 양육방식을 통제 한 상태에서 기질이 적응적 및 부적응적 정서조절방략의 사용에 미치는 영향을 조사하기 위해, 1단계에 연령과 지각된 부모의 양육방식, 2단계에 연령과 지각된 부모의 양육방식, 그리고 3가지 기질 유형을 예언변인에 포함시키고 종속변인에 각각 부적응적 정서조절방략 점수와 적응적 정서조절방략 점

표 5. 기질이 정서조절방략에 미치는 영향을 검증하기 위한 위계적 종다회귀분석 결과

	부적응적 방략				적응적 방략			
	Beta	t	ΔR^2	F	Beta	t	ΔR^2	F
1단계 연령	-.31	-9.76***			.10	3.02**		
부 애정	-.06	-1.33			.13	3.00**		
부 거부	.16	4.01***			-.01	-.11		
부 과보호	.06	1.56	.26	39.86***	-.01	-.25	.14	18.03***
모 애정	-.06	-1.38			.29	6.16***		
모 거부	.11	2.68**			.05	1.03		
모 과보호	.15	4.19***			.06	1.42		
2단계 연령	-.18	-6.76***			-.00	-.10		
부 애정	-.02	-.68			.08	2.00*		
부 거부	.06	1.66			.07	1.77		
부 과보호	.04	1.33			-.01	-.34		
모 애정	.04	1.11	.26	84.78***	.15	3.47**	.20	40.13***
모 거부	.04	1.24			.04	1.05		
모 과보호	.86	2.83**			.12	3.39**		
정서성	.48	15.64***			-.33	-9.14***		
활동성	.10	3.68***			.16	4.92***		
사회성	-.15	-5.10***			.25	7.37***		

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

수를 넣어 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 표 5에서 보는 바와 같이, 기질은 부적응적 방략의 사용에 대한 전체 변량 가운데 26%를 추가로 설명하였고, $\Delta R^2=26$, $p<.001$, 적응적 방략의 사용에 대해서는 20%를 추가로 설명하였다, $\Delta R^2=20$, $p<.001$. 정서성, 활동성, 사회성 등 3가지 기질은 모두 부적응적 방략과 적응적 방략의 사용을 유의미하게 예측하였다. 정서성은 부적응적 방략의 사용을 정적인 방향으로 예측하였고, $\beta=.48$, $t=15.64$, $p<.001$, 적응적 방략의 사용을 부적인 방향으로 예측하였다, $\beta=-.33$, $t=-9.14$, $p<.001$. 반면, 사회성은 부적응적 방략의 사용을 부적인 방향으로 예측하였고, $\beta=-.15$, $t=-5.10$, $p<.001$, 적응적 방략의 사용을 정적인 방향으로 예측하였다, $\beta=.25$, $t=7.37$, $p<.001$. 활동성은 부적응적 방략, $\beta=.10$, $t=3.68$, $p<.001$, 과 적응적 방략, $\beta=.16$, $t=4.92$, $p<.001$, 을 모두 정적으로 영향을 미쳤다.

기질과 정서조절곤란의 관계에서 정서조절방략의 매개효과 검증

지금까지 분석된 결과에 근거해서 기질의 하위 요인 중 정서성과 사회성이 정서조절곤란에 미치는 영향을 부적응적 방략과 적응적 방략의 사용이 매개할 것이라는 중다매개가설을 세웠다. 정서

성과 사회성 각각에 대해 중다매개가설을 검증하여 각 효과의 비표준화계수 추정치를 표 6에 제시하였다. 정서성에 대한 중다매개가설을 검증할 때는 종속변인에 영향을 미칠 수 있는 연령, 지각된 부모의 양육방식, 사회성을 통제하였다. 사회성에 대한 중다매개가설을 검증할 때는 마찬가지로 연령, 지각된 부모의 양육방식, 그리고 정서성을 통제하였다.

정서성의 수준이 높을수록 부적응적 방략을 자주 사용하고, $B=1.33$, $p<.001$, 부적응적 방략을 자주 사용할수록 정서조절곤란 수준이 높았다, $B=.32$, $p<.001$. 정서성이 높을수록 적응적 방략을 적게 사용하고, $B=-.44$, $p<.001$, 적응적 방략을 적게 사용할수록 정서조절곤란 수준이 높았다, $B=-.15$, $p<.001$. 정서성이 정서조절곤란에 미치는 전체 효과는 유의미하였고, $B=1.83$, $p<.001$, 매개변인을 고려할 때도 정서성이 정서조절곤란에 미치는 효과는 유의미하였다, $B=1.19$, $p<.001$. 정서성과 정서조절곤란의 관계에서 부적응적 방략과 적응적 방략의 매개효과가 유의한지, 부트스트랩 방법으로 유의도를 검증하여 표 7에 제시하였다. 정서성이 부적응적 방략을 거쳐 정서조절곤란으로 가는 경로를 살펴보면, 95% 신뢰구간이 [.31, .53]으로 0을 포함하지 않으므로, 부적응적 방략의 매개효과는 유의하였다. 정서성에 대한 적응적 방

표 6. 기질과 정서조절곤란의 관계에서 정서조절방략의 중다매개효과 검증(비표준화계수 추정치)

	c	a ₁	a ₂	b ₁	b ₂	c'
기질	기질 →정서조절 곤란	기질 →부적응적 방략	기질 →적응적 방략	부적응적 방략 →정서조절곤란	적응적 방략 →정서조절곤란	기질 →정서조절곤란
정서성	1.83***	1.33***	-.44***	.32***	-.15***	1.19***
사회성	-1.12***	-.96***	2.56***	.32***	-.15**	-.44*

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

표 7. 기질과 정서조절곤란의 관계에서 정서조절방략의 매개효과에 대한 부트스트랩 검증 결과

기질	부적응적 방략		적응적 방략		전체	
	매개효과크기	95%신뢰구간	매개효과크기	95%신뢰구간	매개효과크기	95%신뢰구간
정서성	.64	[.31, .53]	.43	[.14, .29]	.21	[.49, .77]
사회성	-.31	[-.49, -.19]	-.38	[-.53, -.25]	-.68	[-.90, -.51]

략의 매개효과(CI=[.14, .29])와 부적응적 방략과 적응적 방략 두 변인의 전체 매개효과(CI=[.49, .77]) 모두 95% 신뢰수준에서 유의한 것으로 나타났다.

사회성의 경우, 사회성 수준이 높을수록 부적응적 방략을 덜 사용하였고, $B=-.96, p<.001$, 부적응적 방략을 덜 사용할수록 정서조절곤란 수준이 낮았다, $B=.32, p<.001$. 사회성이 높을수록 적응적 방략을 자주 사용하였고, $B=2.56, p<.001$, 적응적 방략을 자주 사용할수록 정서조절곤란 수준이 낮았다, $B=-.15, p<.001$. 사회성이 정서조절곤란에 미치는 전체 효과는 유의하였고, $B=-1.12, p<.001$, 매개변인을 고려할 때도 효과의 크기는 감소하지만 사회성이 정서조절곤란에 미치는 효과는 유의하였다, $B=-.44, p<.05$. 사회성과 정서조절곤란의 관계에서 부적응적 방략과 적응적 방략의 매개효과 유의도를 확인한 결과, 사회성에 대한 부적응적 방략의 매개효과(CI=[-.49, -.19]), 적응적 방략의 매개효과(CI=[-.53, -.25]), 두 변인의 전체 매개효과(CI=[-.90, -.51]) 모두 95% 신뢰수준에서 유의하였다.

논 의

본 연구는 성인을 대상으로 기질이 정서조절곤란에 미치는 영향을 확인하고, 기질과 정서조절곤

란의 관계에서 적응적 및 부적응적 정서조절방략의 매개효과가 유의한지 검증하고자 하였다. 관계에 영향을 미칠 수 있는 지각된 부모의 양육방식과 성별 및 연령 등 인구학적 변인의 영향을 통제된 상태에서, 성인의 기질은 정서조절곤란에 유의한 영향을 미쳤으며, 기질 중 정서성과 사회성이 정서조절곤란에 미치는 영향을 부적응적 방략과 적응적 방략의 사용이 부분매개하는 것으로 확인되었다.

먼저 성별, 연령, 지각된 부모의 양육방식과 측정변인들 간의 관계에 관한 주요한 결과를 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 정서조절곤란과 부적응적 및 적응적 방략 점수 상에서 남성과 여성 간에 유의한 차이는 없었다. 이는 아동, 청소년, 성인에서 정서조절능력 측정치나 정서조절곤란 점수 상에서 성차가 발견되지 않았고(박성연, 강지훈, 2005; 이원화, 이지영, 2011; 이지영, 2016; 임정하 외, 2016), 부적응적 방략과 적응적 방략 총점 상에서 일관되게 성차를 보이지 않았던 선행 연구(이지영, 2012; 이지영, 정지현, 2016) 결과와 일치한다. 그러나 정서조절방략의 경우 주로 사용하는 세부 방략의 종류에 있어서는 성차를 보이는 바(이지영, 권석만, 2009; Garnefski et al., 2004; Gross & John, 2003), 주로 사용하는 정서조절방략 종류의 성격에 있어서는 남녀 간의 차이가 있지만, 정서조절방략의 적응성 즉 적응적 및 부적

응적 방략의 총 사용 정도와 정서를 조절하는 능력 및 어려움에 있어서 남성과 여성 간의 차이가 있는 것은 아니라 하겠다.

둘째, 기질 가운데 정서성과 활동성은 여성이 남성보다 높았지만, 사회성은 남녀 간의 차이가 없었다. 아동 및 청소년의 경우 정서성과 사회성은 성인과 일치되는 결과를 보였으나, 활동성은 남녀 간의 차이가 나타나지 않았다(장휘숙, 2008). 이러한 결과를 보면, 여성이 남성보다 자극에 반응해서 슬픔, 불안, 화나 짜증 등 부정적 감정을 빠르게 보이는 경향이 있는 반면, 다른 사람들과의 관계를 선호하는 사회성에 있어서는 남녀 간의 차이가 일관되게 없는 것으로 보인다. 단, 계속 움직이는 활동적인 면이나 성급한 성향은 아동 및 청소년에서는 남녀 간의 차이가 없었지만 성인 여성이 남성보다 강하게 나타나는 바, 전체 발달 과정상 불안정한 시기인 아동 및 청소년의 경우 에너지 및 활동성이 증가하는 경향이 본래 남녀 간의 차이를 상쇄시켰을 가능성이 있는 것으로 생각된다(김진숙, 김창대, 유성경, 지승희, 2003).

셋째, 기질은 성인기에 연령이 증가함에 따라 정서성은 뚜렷이 감소하고 사회성은 경미한 수준으로 증가하는 경향을 보였으며, 활동성은 변화를 보이지 않았다. 이 같은 결과는 아동 및 청소년을 대상으로 한 연구(장휘숙, 2008)에서 아동에 비해 청소년이 정서성 기질이 높고 사회성 기질이 낮으며 활동성 기질에는 차이가 없었던 것과 대비된다. 이는 청소년기에 신경계와 호르몬계가 불안정해지면서 감수성이 예민하고 사소한 자극에도 흥분하거나 분노하는 등 강한 정서적 반응을 보이는 경향이 반영되었기 때문으로 생각된다(김진

숙 외, 2003; Silk et al., 2003). 또한 사회성의 경우 청소년기에 대인관계 보다는 학업에 초점을 두는 사회적 분위기가 반영된 것일 수 있겠다. 따라서 이러한 신체적 발달과 대학진학이라는 과제가 거의 완성된 20세에서 59세의 성인기에는 쉽게 기분이 나빠지거나 흥분하는 정서성이 감소하고, 대인관계에 관심을 가지면서 사회성이 증가하는 것으로 보인다.

넷째, 20대에서 50대까지 연령이 증가함에 따라 성인의 정서조절곤란 수준은 감소하였고, 정서조절방략 가운데 부적응적 방략의 사용은 감소하고 적응적 방략의 사용은 유의한 차이가 없었다. 이 같은 결과는 청소년기와 성인기를 대상으로 한 선행 연구(이지영, 2012)에서 연령에 따라 정서조절곤란 및 부적응적 방략의 사용은 점진적으로 감소한 결과에는 부합하지만, 적응적 방략의 사용이 유의미하게 증가한 결과와는 차이가 있다. 이러한 차이는 선행 연구의 10대에서 50대까지 연령대별 적응적 방략의 변화 추이 그래프를 분석해보면, 10대에서 20대 사이에 급격히 증가하고 이후 유의한 변화를 보이지 않기 때문인 것으로 이해된다.

다섯째, 기질과 지각된 부모의 양육방식의 관계에서, 정서성이 높을수록 부모의 애정 방식을 적게 보고하였고, 부모의 거부 및 과보호 방식을 높게 보고하였다. 반면, 사회성이 높을수록 부모의 애정 방식을 높게 보고하고, 부모의 거부 방식 및 부모의 과보호 방식을 적게 보고하였다. 즉, 정서성 기질의 수준이 높을수록 지각된 부모의 양육방식은 부정적이었고, 사회성이 높을수록 지각된 부모의 양육방식은 긍정적이었다. 이는 기질과 부모의 양육행동 사이의 상호작용으로 설명될 수 있다.

여러 연구자들은 아동의 타고난 기질에 따라 부모의 양육방식이 영향을 받고, 그러한 부모의 양육방식이 다시 아동의 기질에 영향을 준다고 보았다(Windle & Lerner, 1996). 예를 들어, 기질이 까다로울수록 부모의 양육방식이 부정적일 수 있다는 것이다. 실제로 까다로운 기질을 보이는 영아의 어머니는 18개월부터 부정적인 양육태도를 보였고, 이후 영아의 까다로운 기질은 더욱 심해졌다(Maccoby, 1980). 이처럼 아동의 기질과 부모의 양육방식이 서로 직접적인 영향을 주고받는 것으로 보인다(천희영, 1991; Thomas & Chess, 1977).

지각된 부모의 양육방식과 성별 및 연령을 통제한 상태에서, 정서성이 높을수록 정서조절 상에서 어려움을 더 많이 보고하였고, 부적응적 방략을 자주 사용하고 적응적 방략을 덜 사용하였다. 반면, 사회성이 높을수록 정서조절의 어려움을 적게 보고하고, 부적응적 방략을 덜 사용하고 적응적 방략을 자주 사용하였다. 이처럼 정서성과 사회성은 선행 연구에서와 같이 일관되게 정서조절에 각각 부정적, 그리고 긍정적으로 관련되었다(김윤하, 2016; 김지윤 외, 2008; Beveren et al., 2016).

그런데 활동성은 일관되지 않은 결과를 보여주었다. 즉, 활동성이 높을수록 정서조절에서의 어려움을 더 많이 보고하였는데, 부적응적 방략 뿐 아니라 적응적 방략 또한 자주 사용하는 경향을 보인 것이다. 선행 연구에서도 활동성은 비일관된 결과들을 나타냈다. 일부 연구(박지숙, 2008; 이경님, 2009)에서는 아동의 활동성이 높을수록 정서조절능력이 낮았고, 활동성이 부적응적 정서조절에 가장 큰 직접적인 영향을 미쳤지만, 다른 연구

(김윤하, 2016; 유지현, 2016)에서는 아동의 활동성이 높을수록 자신의 정서를 잘 조절하였고 적응적 정서조절 수준이 높았다. 이 같은 결과는 다른 요인들의 영향을 통제한 상태에서, 활동성이 성인의 정서조절곤란에 통계적으로 유의한 영향을 미치지 않았던 결과와 함께 논의해 볼 수 있다. 즉, 활동성은 성인의 정서조절곤란에 관련은 되지만, 정서조절곤란의 수준을 직접적으로 예언하거나 영향을 미치지 않는다. 가만히 있기보다 계속 움직이고 과격하게 자주 격렬한 행동을 보이는 성향의 활동성 기질이 높을수록 그렇지 않은 사람들에 비해서 적응적이든 부적응적이든 다양한 정서조절방략을 시도할 가능성이 높을 것이다. 이에 활동성이 부정적이거나 긍정적인 정서조절 관련 지표들에 모두 관련성을 보임으로써 이처럼 불일치하는 결과들이 초래되었을 것으로 사료된다.

본 연구의 주요한 결과 및 의의는 다음과 같다. 첫째, 정서조절곤란에 영향을 미칠 수 있는 지각된 부모의 양육방식과 연령 요인의 영향을 통제한 상태에서, 정서성, 사회성, 활동성 세 가지 기질이 성인의 정서조절곤란을 설명하는 모델은 통계적으로 유의미하였고, 성인의 기질은 정서조절곤란의 전체 변량 가운데 37%를 설명하는 것으로 나타났다. 이 같은 설명량은 연령과 지각된 부모의 양육방식이 정서조절곤란의 22% 가량을 설명하는 것보다 많은 수치이다. 유아에 대한 선행 연구(황소연, 방희정, 2012)에서도 유아의 정서조절능력의 모든 영역에서 양육자와의 애착 안정성에 비해 유아의 기질적 특성의 설명력이 더 크게 나타난 바 있다.

Blair 등(2004)은 정서조절이 기질적 경향에 의

해 영향 받을 가능성이 매우 높은 발달적 과정이라고 보았다. 또한 Southam-Gerow와 Kendall (2002)은 기질이 정서조절의 발달에 있어서 청사진을 제공하고, 그 기본적인 근간의 역할을 한다고 주장했다. 그동안 기질은 정서조절곤란에 영향을 미치는 핵심적인 개인내적 요인으로 제안되어 왔지만, 기질과 정서조절곤란의 관계는 체계적으로 검증되지 않았다. 기질이 생애 초기부터 성인기까지 안정적으로 지속되는 것으로 가정됨에도 불구하고(Buss & Plomin, 1984), 기질과 정서조절에 관한 연구 대부분이 유아와 아동을 대상으로 이루어졌고 정서조절곤란에 대한 기질의 고유한 설명력을 확인하지 않았다(Jaffe et al., 2010; Yagmurla & Altan, 2010). 이에 본 연구 결과를 통해 기질이 정서조절곤란을 설명하는 데 중요한 요인임을 확인하였고, 성인이 된 이후에도 유전적으로 타고난 기질이 정서조절곤란에 상당한 설명력을 갖는다는 것을 경험적으로 확인하였다는 점에서 그 의의가 있다. 이처럼 개인의 타고난 기질적 성향은 성인의 정서조절능력 및 정서조절곤란에 직접적으로 영향을 미치고 상당한 예측력을 갖는다.

둘째, 기질 가운데 정서성과 사회성이 성인의 정서조절곤란 수준을 직접적으로 예측하는 기질임을 구체적으로 확인하였다. 그 중에서 정서성은 정서조절곤란 수준에 가장 큰 설명력을 갖는 기질이었다. 기질과 정서조절에 관심을 가졌던 여러 연구자들은 특히 정서성이 정서조절곤란이나 정신병리의 발달 및 적응에 중요한 역할을 할 것으로 보았다(Southam-Gerow & Kendall, 2002). 유아의 정서조절능력에 수줍음, 사회성, 정서성의 기질이 영향을 미쳤고 그 중 정서성이 가장 중요한

예측 요인으로 나타났다(김지윤 외, 2008). 부정적 정서성을 가진 유아는 정서조절을 잘 못하고(김정민, 이순형, 2014), 정서성이 높은 아동일수록 부적응적인 정서조절을 보였으며(이경님, 2009), 부정적인 정서조절방식을 자주 사용하거나 정서조절을 잘 시도하지 않는 경향을 보였다(Blair et al., 2004; Yagmurla & Altan, 2010). 또한 부정적 정서성이 높을수록 긍정적인 대처 방식을 적게 사용하였고, 회피적 대처 방식을 자주 사용하였다(김정민, 이순형, 2014). 이처럼 외부 자극에 쉽게 놀라거나 불안, 분노, 의기소침 등 부정적인 정서를 쉽게 느끼는 정서성 기질은 성인이 된 이후에도 높은 정서조절곤란 수준을 예측하는 중요한 요인이라 하겠다.

반면, 사회성 기질은 낮은 정서조절곤란 수준 및 높은 정서조절능력을 예측하는 긍정적인 기질 요인으로 확인되었다. 이 같은 결과는 성격유형 가운데 외향적인 사람들이 내향적인 사람들에 비해 정서조절을 잘 한다는 연구결과에 부합된다(이지영, 권석만, 2009). 혼자 있기보다 다른 사람들과 함께 어울리는 것을 좋아하는 사회성 기질은 성격유형 가운데 넓은 대인관계를 추구하고 사교적인 특성을 지닌 외향성과 유사한 측면이 많다. 외향적인 사람들은 내향적인 사람들에 비해 적응적인 방략을 자주 사용하였고, 내향적인 사람들은 부적응적 방략을 자주 사용함으로써 외향성이 정서조절에 긍정적인 요인으로 작용할 것으로 시사된 바 있다.

정서성과 사회성의 두 가지 기질 요인의 조합에 따른 정서조절곤란 수준을 추가로 분석하였다. 그 결과 정서조절곤란 수준은 정서성 고 사회성 저 집단($M = 115.03$, $SD = 21.91$), 정서성 고 사회

성 고 집단($M = 105.02$, $SD = 21.39$), 정서성 저 사회성 저 집단($M = 74.94$, $SD = 16.03$), 정서성 저 사회성 고 집단($M = 63.92$, $SD = 13.53$) 순으로 유의미한 차이를 보였다. 이러한 결과는 정서성 기질이 사회성 기질에 비해 정서조절곤란에 보다 큰 영향력을 미치는 기질임을 말해준다.

셋째, 정서성 및 사회성과 정서조절곤란의 관계에서 적응적 및 부적응적 정서조절방략의 중다매개가설을 검증한 결과, 정서성과 사회성이 정서조절곤란에 미치는 영향을 적응적 방략과 부적응적 방략이 부분매개하는 것으로 확인되었다. 정서성이 높은 사람들이 부적응적 방략을 자주 사용하고 적응적 방략을 적게 사용함으로써 그 결과 높은 정서조절곤란 수준을 경험할 가능성이 크다는 것이다. 반면, 사회성이 높은 사람들은 불쾌한 감정을 경험할 때 부적응적 방략을 덜 사용하고 적응적 방략을 자주 사용함으로써 낮은 정서조절곤란 수준을 경험할 가능성이 컸다. 기질은 오랫동안 정서조절에 중요한 영향을 미치는 요인으로 제안됨에도 불구하고(Blair et al., 2004; Hilt et al., 2011), 관련 연구 대부분이 기질과 정서조절의 관련성 또는 기질과 부모의 양육방식의 상호작용에 초점을 두었을 뿐 기질이 어떠한 과정을 거쳐 정서조절곤란에 영향을 미치는지에 대해 조사한 연구는 거의 찾아보기 힘든 실정이다(김정민, 이순형, 2014; 박진아, 정문자, 2007; 최현진, 2008; Beveren et al., 2016; Jaffe et al., 2010; Santucci et al., 2008). 이에 본 연구에서는 기질과 정서조절곤란, 부적응적 및 적응적 정서조절방략의 관계를 분석함으로써 기질 가운데 정서성 및 사회성이 부적응적 및 적응적 방략의 부분매개과정을 통해 정서조절곤란에 영향을 미친다는 것을 새롭게

밝혔다는 점에서 그 의의가 있다.

넷째, 성인의 기질이 정서조절곤란에 직접적으로 영향을 주지만, 정서조절곤란 수준에 미치는 영향을 정서조절방략의 사용이 일부 매개한다는 사실은 정서조절방략의 사용에 개입함으로써 기질이 정서조절곤란에 미치는 영향을 변화시킬 수 있음을 시사한다. 기질이 변화하기 어려운 특성이란 점에서, 보다 효과적으로 개입하기 위해서는 기질과 정서조절의 관계를 조절하거나 매개하는 변인을 찾아내는 것이 매우 중요하고 필요한 일이다(조문한, 2015). 즉, 유전적으로 타고난 기질이 정서조절곤란에 막대한 영향을 미치지만, 기질이 정서조절곤란에 미치는 영향의 상당한 부분이 적응적 및 부적응적 방략의 사용을 통해 매개된다는 것은 타고난 기질이 그러하다고 해서 반드시 정서조절곤란을 겪는 것이 아니라 불쾌한 정서를 조절하기 위해 사용하는 방략에 따라 정서조절곤란의 상태에 이르지 않을 수도 있다는 것을 말해준다.

다섯째, 본 연구 결과를 바탕으로 기질에 따라 특정 정서조절방략의 교육 및 훈련을 통해 그 결과 정서조절곤란 수준을 감소시키고 정서조절능력을 증가시키는 치료적 개입이 가능할 것이다. 즉, 정서조절곤란에 취약한 기질인 정서성 기질이 높은 사람들에게 주로 사용하는 부적응적 방략을 확인하고 부적응적 방략의 부적응성을 교육함으로써 그 사용을 줄이도록 개입한다. 또한 적응적 방략의 사용을 교육하여 증가시킴으로써 높은 정서조절곤란 수준에 이르는 과정을 막을 수 있을 것으로 사료된다. 특히, 정서성의 기질이 높을수록 적응적 방략 가운데 효과적인 정서조절 4단계에 포함되는 접근적 성격의 방략, $r = -.44$, $p < .001$, 과

주의분산적 방략, $r = -.35$, $p < .001$, 을 적게 사용하는 것으로 나타나는 바, 궁극적인 정서조절에 필요한 접근적 방략 뿐 아니라 접근적 방략을 사용할 수 없을 때 일시적으로 불쾌한 감정을 완화시키는 다양한 주의분산적 방략을 함께 가르침으로써 정서조절능력을 효과적으로 증가시킬 수 있을 것이다(이지영, 2011).

마지막으로, 본 연구의 제한점을 논의하며 추후 연구에 대해 제안하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 기질에 대한 Buss와 Plomin(1984)의 세 가지 기질 모델을 따르고 있는 바, 그 이외의 다양한 기질 요인들을 포함하고 있지 않다는 제한점이 있다. Thomas와 Chess(1977)는 반응강도, 주의전환성 등 9가지 요인을, Cloninger 등(1993)은 자극추구, 위험회피, 사회적 민감성, 인내 등 4가지 요인을 제안하였다. 따라서 추후 연구에서는 정서성, 사회성, 활동성 이외의 다양한 기질 요인을 포함함으로써 정서조절에 영향을 미치는 기질을 추가적으로 조사하여 기질과 정서조절의 관계에 대한 지식을 확장시킬 필요가 있겠다.

둘째, 본 연구에서 정서조절곤란 및 정서조절방략 모두 자기보고식 질문지를 사용해 측정하였다는 한계가 있다. 정서조절곤란에 대한 연구자들은 정서조절이 이루어지는 맥락과 방식 그리고 정서조절방략을 상황에 맞게 융통적으로 사용하는 능력을 강조하였다(Cicchetti et al., 1995; Cole et al., 1994; Keenan, 2000; Walden & Smith, 1997). 그러나 자기보고식 질문지를 통한 방식은 정서를 조절하는 상황과 과정을 정확히 반영하기 어렵다는 문제점이 있다.

셋째, 본 연구의 자료 수집은 온라인 검사 방식을 사용했다. 온라인 검사와 오프라인 검사 결과

간의 차이에 대한 여러 견해가 있지만, 최근 온라인 검사와 오프라인 검사 방법 간에 참여율이나 반응시간에서 차이가 있을 뿐 실질적인 결과에서는 유의한 차이가 나타나지 않는다고 보고된 바 있다(Musallam, Schallert, & Kim, 2011). 또한 온라인 상에서 자발적인 참여자를 대상으로 이루어졌다는 점에서, 연구에 참여한 사람들의 독특한 특성이 결과에 영향을 미쳤을 가능성을 통제하지 못했다는 한계가 있다. 이에 추후 연구에서는 연구 참여자들의 특성을 짐작할 수 있는 심리적 특성이나 사회경제적 지위 등에 대해 구체적으로 조사할 필요가 있겠다.

넷째, 정서성은 정서조절에 부정적인 영향을 미치는 기질로, 사회성은 정서조절에 긍정적인 영향을 미치는 기질로 밝혀졌다. 그렇다면 정서성과 사회성이 모두 높은 사람이나 정서성과 사회성이 모두 낮은 사람을 포함해서 세 가지 기질의 관계나 조합에 따라 정서조절 측면에서 구체적으로 어떠한 차이가 있는지 추후 연구에서 분석해본다면, 세부 기질 특성에 따라 정서조절적인 개입을 달리 계획할 수 있는 치료적 시사점을 비롯한 흥미로운 연구 결과를 얻을 수 있을 것으로 보인다.

다섯째, 정서성이 정서조절곤란을 예측하는 중요한 기질 요인으로 부각되면서, 일부 연구자들(장휘숙, 2008; 최현진, 2008)은 정서성을 정서적 반응의 강도로 이해하는 등 정서강도와 혼동하는 것에 주목하였다. 정서성 기질은 자극에 부정적으로 빠르게 반응하는 경향으로 정의되고, 정서강도는 정서적 반응의 강도와 양을 반영하는 기질 차원으로 정의된다(Larsen & Diener, 1987). 이에 추후 연구에서는 정서성과 정서강도의 개념이 중

복되는 개념인지 아니면 별개의 개념인지 정확히 밝힘으로써, 정서성과 정서강도에 대한 축적된 연구결과들을 통합하여 분석할 필요가 있을 것이다.

참 고 문 헌

- 김윤하 (2016). 아동의 기질과 아동이 지각한 부모의 양육태가 아동의 정서조절능력에 미치는 영향. 중앙대학교 석사학위 청구논문.
- 김정민, 이순형 (2014). 유아의 기질이 상황에 따른 정서조절에 미치는 영향. 한국생활과학회지, 23(2), 193-204.
- 김중희 (2011). 부모의 부정적 양육행동이 청소년의 격정에 미치는 영향: 정서조절곤란을 매개변인으로. 인천대학교 석사학위 청구논문.
- 김지윤, 도현심, 김민정 (2008). 부부갈등과 유아의 기질 및 정서조절능력이 유아의 문제행동에 미치는 영향. 아동학회지, 29(5), 133-150.
- 김진숙, 김창대, 유성경, 지승희 (2003). 청소년상담 기초. 서울: 한국청소년상담원.
- 문민정 (2008). 아동이 지각한 부모의 양육태도가 자기수용능력 및 심리적 안녕감에 미치는 영향. 한양대학교 석사학위 청구논문.
- 민경환, 김지현, 윤석빈, 장승민 (2000). 부정적 정서 조절 방략에 관한 연구: 정서 종류와 개인 변인에 따른 정서조절 양식의 차이. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 14(2), 1-16.
- 박성연, 강지훈 (2005). 남·여 아동 정서조절능력 및 공격성과 학교생활 적응과의 관계. 한국아동학회지, 26(1), 1-14.
- 박재운 (2012). 유아의 기질, 어머니의 양육행동 및 기질-양육 조화적합성이 유아의 정서조절능력에 미치는 영향. 이화여자대학교 석사학위 청구논문.
- 박지숙 (2008). 아동의 기질, 정서조절능력, 어머니의 양육행동 및 아동의 사회적 행동 간의 관계. 이화여자대학교 석사학위 청구논문.
- 박진아, 정문자 (2007). 불안장애 유아의 기질과 역기능적 정서조절의 관계에 대한 어머니 양육행동의 중재효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 19(2), 273-295.
- 양유진, 정정미 (2008). 어머니의 양육태도가 청소년 우울에 미치는 영향: 회피적 정서조절과 정서인식의 명확성을 매개요인으로. 한국심리학회지: 임상, 27(3), 669-688.
- 유지현 (2016). 유아의 기질과 아버지의 양육참여도 및 어머니의 양육효능감이 유아의 정서조절에 미치는 영향. 동아대학교 석사학위 청구논문.
- 윤진영, 정옥분, 정순화 (2007). 유아의 기질 및 어머니의 정서표현 수용태도와 유아의 자기조절능력과의 관계. 인간발달연구, 14(3), 1-22.
- 이경남 (2009). 어머니의 정서표현과 아동의 기질 및 자아존중감이 정서조절능력에 미치는 영향. 한국생활과학회지, 18(6), 1209-1219.
- 이원화, 이지영 (2011). 청소년의 정서조절곤란의 수준과 정서조절방략의 사용: 중·고등학생과 대학생의 비교 연구. 인간이해, 32(2), 195-212.
- 이정은 (2012). 중학생이 지각한 부모양육행동, 정서조절양식 및 학교적응간의 관계. 국민대학교 석사학위 청구논문.
- 이지영 (2010). 정서조절방략이 정서조절곤란에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(3), 821-841.
- 이지영 (2011). 정서조절코칭북: 내 감정의 주인이 되어라. 서울: 시그마프레스.
- 이지영 (2012). 연령증가에 따른 정서조절의 차이: 청소년기와 성인기를 대상으로. 한국심리학회지: 일반, 31(3), 783-808.
- 이지영 (2016). 지각된 부모의 양육방식과 정서조절곤란의 관계에서 정서조절방략의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 28(1), 217-244.
- 이지영, 권석만 (2007). 정서조절방략 질문지의 개발: 대학생 집단을 대상으로. 한국심리학회지: 임상, 26(4), 963-976.
- 이지영, 권석만 (2009). 성별과 성격유형에 따른 정서조

- 절방략 사용의 차이. *한국심리학회지: 일반*, 28(3), 507-524.
- 이지영, 정지현 (2016). 부정 정서강도와 적응적 및 부적응적 정서조절방략의 관계에서 고통감내력의 조절효과. *한국심리학회지: 건강*, 21(4), 719-740.
- 임정하, 강현지, 박선훈, 윤상희, 최정원 (2016). 기질과 부정적 정서표현에 대한 어머니 반응이 청소년의 정서조절곤란에 미치는 영향. *인간발달연구*, 23(1), 95-112.
- 임진경 (2013). 어머니의 기질과 양육행동이 유아의 놀이성에 미치는 영향. *가천대학교 일반대학원 석사학위 청구논문*.
- 임희수, 박성연 (2002). 어머니가 지각된 아동의 기질, 어머니의 정서조절 및 양육행동과 아동의 정서조절간의 관계. *아동학회지*, 23(1), 37-54.
- 장휘숙 (2008). 기질과 애착이 형제자매와 친구관계에 미치는 영향. *한국심리학회지: 발달*, 21(1), 69-87.
- 전병윤 (2017). 행동억제기질과 부모의 심리적 통제가 사회불안에 미치는 영향: 부정적 자동적 사고, 정서조절곤란의 간접(매개) 효과. *경상대학교 석사학위 청구논문*.
- 정지현, 권석만 (2013). 고통 감내력과 심리적 건강의 관계: 탈중심화와 회피적 대처의 매개효과. *한국심리학회지: 임상*, 32(3), 627-647.
- 조문찬 (2015). 대학생의 기질, 인지적 정서조절방략이 심리적 부적응에 미치는 영향 분석: 인지적 정서조절방략의 중재효과를 중심으로. *한신대학교 대학원 석사학위 청구논문*.
- 조용래 (2007). 정서조절곤란의 평가: 한국판 척도의 심리측정적 속성. *한국심리학회지: 임상*, 26(4), 1015-1038.
- 천희영 (1991). 아동용기질측정도구의 개발 연구. *아동학회지*, 12(2), 78-93.
- 최미미, 조용래 (2008). 지각된 부모양육행동과 행동억제가 대학생의 사회불안에 미치는 영향: 역기능적 신념과 정서조절곤란의 매개효과. *한국임상심리학회 연차학술대회 발표논문집*, pp. 576-577. 8월 21일. 서울: 육군사관학교 흥무관.
- 최옥현, 김봉환 (2007). 대학생의 애착관계 및 유형과 진로탐색효능감이 진로발달에 미치는 영향. *상담학연구*, 8(3), 1063-1084.
- 최현진 (2008). 어머니와 유아의 기질유사성이 어머니의 양육태도에 미치는 영향. *숙명여자대학교 석사학위 청구 논문*.
- 황소연, 방희정 (2012). 유아의 애착과 기질이 정서조절 및 사회적 능력에 미치는 영향. *인간발달연구*, 19(3), 147-165.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 217-237.
- Arrindell, W. A., & Engebretsen, A. A. (2000). Convergent validity of the Short-EMBU and the Parental Bonding Instrument (PBI): Dutch findings. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 7, 262-266.
- Barahmand, U., Khazae, A., & Hashjin, G. S. (2016). Emotion dysregulation mediates between childhood emotional abuse and motives for substance use. *Archives of Psychiatric Nursing*, 30(6), 653-659.
- Berkovits, L. D., & Baker, B. L. (2014). Emotion dysregulation and social competence: Stability, change and predictive power. *Journal of Intellectual Disability Research*, 58(8), 765-776.
- Bevern, M. L., McIntosh, K., Vandevivere, E., Wante, L., & Vandweghe, L. (2016). Association between temperament, emotion regulation and depression in youth: The role of positive temperament. *Journal of Child and Family Studies*, 25, 1954-1968.
- Blair, K. A., Denham, S. A., Kochanoff, A., & Whipple, B. (2004). Playing it cool: Temperament, emotion regulation, and social behavior in preschoolers. *Journal of School Psychology*, 42, 419-443.

- Bornovalova, M. A., Gratz, K. L., Daughters, S. B., Nick, B., Delany-Brumsey, A., Lynch, T. R., ... Lejuez, C. W. (2008). A multimodal assessment of the relationship between emotion dysregulation and borderline personality disorder among inner-city substance users in residential treatment. *Journal of Psychiatric Research, 42*, 717-726.
- Buckholdt, K. E., Parra, G. R., & Jobe-Shields, L. (2010). Emotion dysregulation as a mechanism through which parental magnification of sadness increases risk for binge eating and limited control of eating behaviors. *Eating Behaviors, 11*(2), 122-126.
- Buss, A. H., & Plomin, R. (1984). *Temperament: Early developing personality traits*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Caspi, A., & Silva, P. A. (1995). Temperament qualities at age three predict personality traits in young adulthood: Longitudinal evidence from birth cohort. *Child Development, 66*, 486-498.
- Charles, S. T., & Carstensen, L. L. (2007). Emotion regulation and aging. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 307-327). New York: The Guilford Press.
- Cicchetti, D., Ackerman, B. P., & Izard, C. E. (1995). Emotions and emotion regulation in developmental psychopathology. *Development and Psychopathology, 7*(1), 1-10.
- Cloninger, C. R., Svrakic, D. M., & Przybeck, T. R. (1993). A psychobiological model of temperament and character. *Archives of General Psychiatry, 50*, 975-990.
- Cohn, A. M., Jakupcak, M., Seibert, A., Hildebrandt, T. B., & Zeichner, A. (2010). The role of emotion dysregulation in the association between men's restrictive emotionality and use of physical aggression. *Psychology of Men and Masculinity, 11*(1), 53-64.
- Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. O. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. In N. A. Fox (Ed.), *The development of emotion regulation. Biological and behavioral considerations* (pp. 73-100). *Monographs of the Society for Research in Child Development, 59* (2-3, Serial No. 240).
- Crow, T., Cross, D., Powers, A., & Bradley, B. (2014). Emotion dysregulation as a mediator between childhood emotional abuse and current depression in a low-income African-American sample. *Child Abuse & Neglect, 38*(10), 1590-1598.
- D'Agostino, A., Covanti, S., Rossi Monti, M., & Starcevic, V. (2016). Emotion dysregulation: A review of the concept and implications for clinical practice. *European Psychiatry, 33*, S659.
- Diamond, L. M., & Aspinwall, L. G. (2003). Emotion regulation across the life span: An integrative perspective emphasizing self-regulation, positive affect, and dyadic processes. *Motivation and Emotion, 27*(2), 125-156.
- Fox, H. C., Axelrod, S. R., Paliwal, P., Sleeper, J., & Sinha, R. (2007). Difficulties in emotion regulation and impulse control during cocaine abstinence. *Drug and Alcohol Dependence, 89*, 298-301.
- Fox, H. C., Hong, K. A., & Sinha, R. (2008). Difficulties in emotion regulation and impulse control in recently abstinent alcoholics compared with social drinkers. *Addictive Behaviors, 33*, 388-394.
- Gamefski, N., Teerds, J., Kraaij, V., Legerstee, J., & Kommer, T. (2004). Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: Differences between males and females. *Personality and Individual Differences, 36*(2), 267-276.

- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 28(1), 41-54.
- Green, M. J., Cahill, C. M., & Malhi, G. S. (2007). The cognitive and neurophysiological basis of emotion dysregulation in bipolar disorder. *Journal of Affective Disorders*, 103, 29-42.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual difference in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362.
- Hannan, S. M., & Ocrutt, H. K. (2013). Emotion dysregulation as a partial mediator between reinforcement sensitivity and posttraumatic stress symptoms. *Personality and Individual Differences*, 55(5), 574-578.
- Hilt, L. M., Hanson, J. L., & Pollak, S. D. (2011). Emotion dysregulation. *Encyclopedia of Adolescence*, 3, 160-169.
- Jaffe, M., Gullone, E., & Hughes, E. K. (2010). The roles of temperamental dispositions and perceived parenting behaviours in the use of two emotion regulation strategies in late childhood. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 31, 47-59.
- Jennissen, S., Holl, J., Mai, H., Wolff, S., & Barnow, S. (2016). Emotion dysregulation mediates the relationship between child maltreatment and psychopathology: A structural equation model. *Child Abuse & Neglect*, 62, 51-62.
- Keenan, K. (2000). Emotion dysregulation as a risk factor for child psychopathology. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 7(4), 418-434.
- Kring, A. M., & Werner, K. H. (2004). Emotion regulation and psychopathology. In P. Philippot & R. S. Feldman (Eds.), *The regulation of emotion* (pp. 359-385). London: Lawrence Erlbaum Associates.
- Larsen, R. J., & Diener, E. (1987). Affect intensity as an individual difference characteristic: A review. *Journal of Research in Personality*, 21, 1-39.
- Maccoby, E. E. (1980). *Social development: Psychological growth and child relationship*. New York: Marcut Brace Javanovich.
- Madeleine, J., Eleonora, G., & Elizabeth, H. (2010). The roles of temperamental dispositions and perceived parenting behaviours in the use of two emotion regulation strategies in late childhood. *Journal of applied developmental psychology*, 31(1), 47-59.
- McLaughlin, K. A., Hatzenbuehler, M. L., Mennin, D. S., & Nolen-Hoeksema, S. (2011). Emotion dysregulation and adolescent psychopathology: A prospective study. *Behaviour Research and Therapy*, 49, 544-554.
- Mennin, D. S., & Fresco, D. M. (2015). Advancing emotion regulation perspectives on psychopathology: The challenge of distress disorders. *Psychological Inquiry*, 26(1), 80-92.
- Mennin, D. S., Heimberg, R. G., Turk, C. L., & Fresco, D. M. (2005). Preliminary evidence for an emotion dysregulation model of generalized anxiety disorder. *Behavioral Research and Therapy*, 43, 1281-1310.
- Mennin, D. S., McLaughlin, K. A., & Flanagan, T. J. (2009). Emotion regulation deficits in generalized anxiety disorder, social anxiety disorder, and their co-occurrence. *Journal of Anxiety Disorders*, 23(7), 866-871.
- Musallam, A. B., Schallert, D. L., & Kim, H. (2011). Do millennial undergraduates's view of writing differ when surveyed online versus on paper? *Computers in Human Behavior*, 27(5), 1915-1921.

- Paulus, D. J., Vanwoerden, S., Norton, P. J., & Sharp, C. (2016). Emotion dysregulation, psychological inflexibility, and shame as explanatory factors between neuroticism and depression. *Journal of Affective Disorders, 190*, 376-385.
- Philippot, P., & Feldman, R. S. (2004). *The regulation of emotion*. London: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods, 40*(3), 879-891.
- Santucci, A. K., Silk, J. S., Shaw, D. S., Gentzler, A., Fox, N. A., & Kovacs, M. (2008). Vagal tone and temperament as predictors of emotion regulation strategies in young children. *Developmental Psychobiology, 50*, 205-216.
- Silk, J. S., Steinberg, L., & Morris, A. S. (2003). Adolescent's emotion regulation in daily life: Links to depressive symptoms and problem behavior. *Child Development, 74*(6), 1869-1880.
- Southam-Gerow, M. A., & Kendall, P. (2002). Emotion regulation and understanding implications for child psychopathology and therapy. *Clinical Psychology Review, 22*(2), 189-222.
- Stepp, S. D., Scott, L. N., Morse, J. Q., Nolf, K. A., Hallquist, M. N., & Pilkonis, P. A. (2014). Emotion dysregulation as a maintenance factor of borderline personality disorder features. *Comprehensive Psychiatry, 55*(3), 657-666.
- Thomas, R. A., & Chess, S. (1977). *Temperament and development*. New York: Bruner/Mazel.
- Tripp, J. C., & McDevitt-Murphy, M. E. (2015). Emotion dysregulation facets as mediators of the relationship between PTSD and alcohol misuse. *Addictive Behaviors, 47*, 55-60.
- Underwood, M. K. (1997). Top ten pressing questions about the development of emotion regulation. *Motivation and Emotion, 21*(1), 127-146.
- Walden, T. A., & Smith, M. C. (1997). Emotion regulation. *Motivation and Emotion, 21*(1), 7-25.
- Wenhal, Z., Jiamei, L., & Qing, Z. (2011). Effects of temperament on emotion regulation among adolescents: The role of teacher affect abilities. *Xinli Kexue, 34*(4), 834-838.
- Windle, M., & Lerner, R. M. (1996). The "Goodness of Fit" model of temperament-context relation: interaction or correlation? In J. V. Lerner & R. M. Lerner (Eds.), *Temperament and Social interaction in infant and children* (pp. 109-119). London: Jossey Bass.
- Yagmurla, B., & Altan, O. (2010). Maternal socialization and child temperament as predictors of emotion regulation Turkish preschoolers. *Infant and Child Development, 19*, 275-296.

원고접수일: 2017년 4월 28일

논문심사일: 2017년 5월 4일

게재결정일: 2017년 10월 2일

The Mediating Effect of Adaptive and Maladaptive Emotional Regulation Strategies on the Relationship Between an Adult's Temperament and Emotional Dysregulation

JiYoung Lee

Department of Counseling Psychology
Seoul Digital University

This study investigated the effects of temperament on emotional dysregulation and studied whether the relationship between temperament and emotional dysregulation was mediated by adaptive and maladaptive emotion regulation strategies in adults, while controlling for perceived parenting styles, sex, and age. The EAS, DERS, ERSQ, and EMBU-short were administered to 890 adults. Partial correlation analysis indicated that emotionality and activity correlated positively with emotional dysregulation, and sociability correlated negatively with it. The results of a hierarchical multiple regression showed that temperament accounted for 37% of the variance in emotional dysregulation, and emotionality and sociability among temperaments were significant predictors of emotional dysregulation. In addition, emotionality and sociability significantly influenced adaptive and maladaptive strategies. A bootstrap approach was used to test the mediation effect of the adaptive and maladaptive strategies. The results showed that the adaptive and maladaptive strategies partially mediated the influence of emotionality and sociability on emotional dysregulation. The higher the emotionality, the more frequent use of maladaptive strategies, and the decreased use of adaptive strategies resulted in higher emotional dysregulation. On the other hand, the higher the level of sociability, the lower the use of maladaptive strategies; frequent use of adaptive strategies resulted in lower emotional dysregulation. The implications and limitations of this study are discussed along with suggestions for future research.

Keywords: temperament, emotion dysregulation, emotion regulation strategy, parenting style, mediating effect