

정서접근적 대처, 정서표현양가성에 대한 잠재계층분석과 심리적 적응 수준의 차이[†]

신재은

중앙대학교 심리학과 학생

현명호[‡]

중앙대학교 심리학과 교수

본 연구에서는 정서접근적 대처의 하위 요인인 정서 처리, 정서 표현이 정서 표현 유관 변인인 정서 표현양가성의 수준에 따라 몇 개의 잠재계층으로 구분되는지 탐색하였다. 그리고 각 잠재계층의 특성을 정의하고 심리적 적응에서 어떠한 차이를 보이는지 살펴보았다. 총 223명의 연구대상자가 완성한 설문지를 최종 분석한 결과를 보면 첫째, 연구대상자는 ‘평균적 정서접근적 대처 사용 집단’, ‘적극적 정서접근적 대처 사용 집단’, ‘소극적 정서 표현 대처 사용 집단’, ‘회피적 정서접근적 대처 사용 집단’으로 명명된 총 네 개의 잠재계층으로 구분되었다. 둘째, 정서 처리와 정서 표현 수준이 가장 높고 정서표현양가성 수준이 가장 낮은 ‘적극적 정서접근적 대처 사용집단’에서 우울, 불안 수준이 낮고 삶의 만족도와 심리적 수용 수준이 높아 심리적 적응이 가장 양호한 반면 정서 처리와 정서 표현 수준이 가장 낮고 정서표현양가성 수준이 가장 높은 ‘회피적 정서접근적 대처 사용 집단’이 가장 적응적이지 못한 것으로 나타났다. 한편, ‘소극적 정서 표현 대처 사용 집단’의 경우 정서 처리는 평균 수준과 유사하게 가능하더라도 정서표현양가성이 높고 정서 표현의 수준이 낮아 심리적 부적응의 정도가 ‘회피적 정서접근적 대처 사용 집단’ 수준과 유사하게 나타났다. 본 연구의 결과는 상담 및 심리치료 장면에서 정서 경험에 대한 개방성을 지니고 그 의미를 탐색하고자하는 정서 처리와 정서 경험을 소통하고자 하는 정서 표현을 사용하도록 권장하는 것이 심리적 적응 수준 향상에 기여할 수 있음을 보여준다. 마지막으로 본 연구의 한계점과 후속 연구 방향에 대해 논의하였다.

주요어: 정서접근적 대처, 정서표현양가성, 우울, 불안, 삶의 만족도, 잠재계층분석

[†] 이 논문은 2016년도 중앙대학교 CAU GRS 지원에 의하여 작성되었음.

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 현명호, (16974) 서울특별시 동작구 흑석로 84 중앙대학교 심리학과,
Tel : 02)820-5125, E-mail : hyunmh@cau.ac.kr

우리가 살면서 경험하는 여러 가지 스트레스에 어떻게 대처하는가는 심리적 건강과 밀접한 관계가 있다. 대처란 개인이 보유한 자원을 초과하는 것으로 평가된 내·외적 요구를 다루기 위하여 끊임없이 기울이는 인지적, 행동적 노력으로 정의된다. 스트레스 대처 방식은 일상의 사소한 고민부터 심한 외상에 이르는 스트레스 사건이 우리 삶과 적응에 미치는 영향을 조절한다. 이러한 스트레스 대처 방식 유형은 여러 심리적 변인과의 관계 연구에서 심리적 건강과 밀접한 관계가 있다고 밝혀져 왔다(Aldwin, 1994; Folkman & Lazarus, 1980). 또한 다양한 스트레스 상황에서 그 특성에 따라 적응적인 스트레스 대처 양식을 역동적이고 유연하게 적용하는 것은 심리적 적응에 매우 중요하다(한성열, 허태균, 김동직, 채정민, 2001).

대처 방식에 대한 연구가 가장 많이 이루어진 것은 Lazarus와 Folkman(1984)의 문제중심적 대처와 정서중심적 대처라고 할 수 있다. 문제중심적 대처는 문제를 변화시키기 위한 직접적인 노력을 의미하는 반면, 정서중심적 대처는 상황에 의해 발생한 정서적 고통을 경험하거나 관리하는 것을 의미한다. 두 가지 대처 방식은 모두 적응에 긍정적인 잠재력을 보유하고 있다고 가정했음에도 불구하고 이후 많은 연구에서 정서중심적 대처보다 문제중심적 대처가 효과적이며 심리적 적응과 관련이 있다는 결과를 보고하였다(Aldwin, 1993; Greenglass, 1993; Krantz & Moos, 1987; Littrell & Beck, 2001; Stallard, Velleman, Lansford, & Baldwin, 2001). 이는 정서중심적 대처의 조작적 정의가 광범위하여 대처 노력과 정서적 고통의 결과 등의 내용이 혼입되어 있고, 접근지향적인 대처와 회피지향적인 대처를 포함하

는 내용이 혼재되어 있기 때문으로 보인다. 이로 인하여 정서중심적 대처가 부적응 관련 척도와 상관이 높게 보고되어(Austenfeld & Stanton, 2004; Baker & Berenbaum, 2007; Roth & Cohen, 1986; Stanton, Kirk, Cameron, & Danoff-Burg, 2000b), 정서중심적 대처의 적응적인 측면이 간과되고 정서적 대처와 심리사회적 적응과의 관련성이 부정확하게 해석되어 왔다.

정서는 상황에 대한 자신의 반응에 대해 풍부한 정보를 제공한다는 점에서 적응적이다. 상황을 분석하고 어떤 행위를 정확히 수행해야 하는지 계획하고 결정하려면 사고와 이성이 필요하지만, 정서는 상황에 대한 개인의 반응이 어떠한지에 대한 피드백을 제공하고 생존을 촉진하기 위한 빠른 행위 경향성을 제공한다. 정서는 지향해야 할 목표의 우선순위를 설정하며, 목적을 가지고 행동할 수 있도록 행위를 조직화한다(Frijda, 1986). 정서에 잘 접근하고 자신의 감정에 주의를 기울이며 정서 경험을 분별하여 명확히 표현하는 것은 개인의 적응에 매우 중요하다.

정서접근적 대처는 Lazarus와 Folkman(1984)이 제시한 정서중심적 대처의 본질적인 개념에 부합하고, 기존 척도가 가지고 있던 문제점을 해결하고자 한 노력의 산물로 적응적인 정서중심적 대처 방식을 의미한다(Stanton et al., 2000b). 정서접근적 대처를 구성하는 요인으로 정서 처리 대처는 정서를 인정하고 의미를 탐색하며 정서를 이해하기 위한 적극적인 시도를 의미하는 문항으로 구성되어 있으며 정서 표현 대처는 정서 경험을 소통하고 상징화하기 위한 적극적인 언어적, 비언어적 시도를 의미하는 문항으로 구성되어 있다(강성록, 양재원, 2015).

다양한 종류의 스트레스에 정서접근적 대처를 사용하는 것이 신체와 정신 건강 및 적응과 관련이 있다고 밝혀져 왔다(Kashdan, Barrios, Forsyth, & Steger, 2006); Smith, Lumley, & Longo, 2002; Stanton et al., 2000a). 예를 들어, 정서접근적 대처는 정서적 고통이나 우울증상과 부적 상관관이 있었다(Smith et al., 2002). 경로모델 연구에서는 정서접근적 대처가 행복에 정적인 영향을 미쳤다(Totan, Doğan, & Sapmaz, 2013). 정서접근적 대처가 우울 증상의 심각도를 잘 예측하는 것으로 나타났으며(Tull, Gratz, & Lacroce, 2006), 불안장애 환자는 정서접근적 대처의 수준이 낮았다(Marques et al., 2009), 종단 연구에서도 불임 커플의 정서 처리와 정서 표현이 우울의 감소와 관련이 있었다(Berghuis & Stanton, 2002). 내적 경험을 수용하게 하고 불편한 감정을 통제하기 위해 기존에 사용한 전략이 비효율적이라는 것을 이해시키는 기법을 사용하는 수용진념 치료(Acceptance and Commitment Therapy)는 효과적인 정서 처리와 표현을 돕는 대표적인 치료법 중 하나로 심리적 적응의 향상, 경험 회피의 감소와 심리적 수용의 촉진을 돕는다. 또한 정서 표현은 정서를 수용하게 해주고 부적 정서가 경험 회피에 미치는 영향을 조절해 준다(문현미, 2006; 허재홍, 2014; Kennedy-Moore & Watson, 2001; Stanton, 2011).

한편, 정서접근적 대처의 정서 처리 대처와 정서 표현 대처 요인은 임상적 변인을 설명하는데 있어서 차별적인 결과를 보인다. Stanton 등(2000b)은 정서접근적 대처와 심리적 적응과 관련이 있는 변인의 상관관을 분석하였다. 그 결과, 정서 처리 대처는 여성의 높은 자아 존중감, 삶의 만족,

낮은 특성 불안, 신경증, 우울 증상과 관련이 있었다. 그러나 이 상관관은 남성에게서는 유의하지 않았다. 정서 표현 대처는 남성의 삶의 만족과 정적 상관관이 있었으나 다른 적응 변인과는 남녀 모두 유의한 상관관이 없었다. 이러한 결과는 정서접근적 대처 중 정서 처리 대처가 여성의 심리적 적응과 관련이 있음을 보여준 것으로 여성에 비해 남성의 정서 경험이 사회적으로 덜 수용적이기 때문일 수 있다(Brody, 1997; Zeman & Gerber, 1996; Zeman & Shipman, 1997). 강성록과 양재원(2015)의 연구에서는 정서 처리 대처는 부적 정서, 우울, 상태불안과 부적 상관관, 삶의 만족도와는 정적 상관관을 보였으나 정서 표현 대처는 상태 불안과 부적 상관관을 보일 뿐, 부적 정서, 우울, 삶의 만족도와는 유의한 상관관이 없었다. 또한 우울과 상태 불안, 삶의 만족에 대한 정서접근적 대처 척도의 증분 타당도를 검증하기 위해 위계적 회귀분석을 실시한 결과, 정서 처리 대처는 상태 불안과 삶의 만족에 대해, 정서 표현은 상태 불안에 대해 부적 정서와 정서중심적 대처가 설명하지 못하는 고유한 설명력을 가지고 있었다.

정서 처리 및 정서 표현과 임상적 변인 간의 상관 및 설명량의 차이는 정서 처리는 잘 되더라도 정서 표현을 잘 하지 못하는 아시아권 문화의 영향으로도 설명될 수 있다. 그러나 정서를 처리하는 정도와 정서 경험을 표현하는 정도는 개인에 따라 차이가 있을 것이다. 예를 들어 어떤 사람은 정서를 경험할 때 자신의 정서를 표현하기는 하지만 인식하고 의미를 탐색하는 데는 어려움이 있을 수 있고, 자신의 정서를 처리할 수 있더라도 표현할 수 있는 사람과 그렇지 않은 사람으로 구분할 수 있을 것이다.

본 연구에서는 잠재계층분석을 통하여 정서 처리와 정서 표현이 조합되는 고유한 방식을 탐색하고자 한다. 전통적인 군집분석인 계층적 군집분석이나 K-평균 군집분석에서는 군집수가 통계적 기준에 의해 결정되지 않는다는 단점이 있다. 잠재계층분석은 모형 수의 결정에 정보준거지수(information criterion indices)를 이용하고 우도비 검증(likelihood ratio test)이 가능해 연구자의 주관적 판단에 따른 잠재계층의 임의적 분류를 피한다는 점에서 분류의 정확성이 높다는 장점이 있다(Magidson & Vermunt, 2002). 또한 지금까지의 정서접근적 대처에 대한 연구가 개별 변인 중심의 연구로 이루어져왔기 때문에, 정서접근적 대처 사용 유형의 개인차를 살펴보기 위하여 정서 처리 및 정서 표현 정도의 조합을 통한 개인 중심 분석(person-centered analysis)이 이루어질 필요가 있다. 아울러 분류된 잠재계층 집단에 따라 임상적 변인의 수준이 다를 수 있으며 이를 통해 정서접근적 대처 내에서 정서 처리 및 정서 표현 요인이 임상적 변인과의 상이한 관련성을 보이는 것에 대해 설명할 수 있을 것이다.

더불어 정서 과정은 다른 정서 변인의 존재 여부 및 수준에 따라 심리적 적응에 미치는 영향이 다를 수 있기 때문에 다른 정서 변인과의 상호작용을 살펴볼 필요가 있다(최혜연, 이동귀, 민경환, 2008). 이에 정서 대처 과정을 반영하는 핵심 변인으로 정서 처리와 정서 표현을 포함하고, 정서 표현양가성을 정서 대처 과정의 유관 변인으로 함께 분석함으로써 분류 계층 집단의 특성을 구체적으로 이해하고자 한다. 정서표현양가성은 정서 표현성이 단순하게 작용하지 않으며 정서 표현 자체보다 그 이면의 표현 욕구를 적극 억제하

려는 심리적 갈등에 초점을 둔 것으로 정서 표현에 대해 갈등하고 억제하는 자기 방어적 동기와 타인과의 관계를 고려하거나 체면을 유지하기 위해 행동을 통제하려는 노력을 반영한다(최혜연, 민경환, 2007; Joseph, Williams, Irwing, & Cammock, 1994; Pennebaker, 1985; Pennebaker, Barger, & Tiebout, 1989). 정서 표현을 억제하려는 동기를 가정하는 정서표현양가성이 정서 표현 대처의 실제적인 사용에 영향을 미칠 것으로 예상되는 바 정서접근적 대처의 사용 유형을 구분하는 핵심 변인으로 작용할 것이다. 또한 정서표현양가성을 지니고 정서 표현이 적은 사람이 정서 경험에 대한 회피 목표가 높아 정서적 안녕감이 낮을 것이다(장정주, 김정모, 2008; Emmons & Kaiser, 1995; Hayes, Luoma, Bond, Masuda, & Lillis, 2006; Hayes, Wilson, Gifford, Follette, & Strosahl, 1996).

정서접근적 대처 사용 유형은 정서 처리, 정서 표현, 정서표현양가성 수준의 고저에 따라 몇 가지의 잠재계층으로 구분될 수 있다. 각각의 정서접근적 대처 사용 유형에 따라 심리적 적응과 관련이 있는 특정적인 정서 경험이 달라질 수 있으며 삶의 만족도와 경험에 대한 개방성 및 수용성을 반영하는 심리적 수용 수준도 차이가 날 것이다. 정서 처리와 정서 표현이 높은 유형이 우울, 불안 수준이 낮고 삶의 만족도와 심리적 수용 수준이 가장 높은 적응적인 유형일 것으로 예상된다. 반면 정서접근적 대처를 가장 적게 사용하여 정서 처리와 정서 표현이 낮은 유형은 우울, 불안 수준이 여타 유형에 비해 가장 높고 삶의 만족도와 심리적 수용이 가장 낮을 것이다. 잠재계층분석을 통해 정서접근적 대처 잠재계층 집단을 분

유하는 것은 정서 처리와 정서 표현 각각을 개별 요인으로 임상적 변인과의 관계를 살펴볼 때보다 대처의 사용 수준과 유형에 따른 심리적 적응 양상을 구체적으로 밝힐 수 있다는 장점이 있다. 이러한 결과 토대로 하여 각 개인의 정서접근적 대처 사용 유형의 특성에 적합한 심리치료와 개입이 가능할 것이다.

방 법

연구대상

본 연구는 서울 소재의 4년제 C대학과 K대학에 재학 중인 대학생 및 대학원생을 대상으로 2017년에 자료를 수집하였다. 총 223명이 참여하였으며 각 참여자에게 연구에 대한 정보를 제시하고 연구 동의서에 서명을 받았다. 참여자의 평균 연령은 22.81($SD=5.53$)세였으며 남녀 비율은 여성 68.7%, 남성 31.3%이었다.

측정도구

정서접근적 대처. Stanton 등(2000b)이 개발하였고 강성록과 양재원(2015)이 번안하고 타당화한 정서접근적 대처 척도(Emotional Approach Coping Scale)를 활용하여 측정하였다. 이 척도는 정서 처리와 정서 표현으로 명명된 2개의 정서접근적 대처 요인으로 구성되어 있다. 정서 처리 요인의 경우 “나는 내 기분을 잘 이해하기 위해 내 기분을 면밀하게 알아본다.”와 같은 내용을 포함하며, 정서 표현 요인의 경우 “나는 내 감정을 기꺼이 표현한다.”와 같은 내용을 포함한다. 각 요인

별 4문항씩 총 8문항이며 4점 척도로 평정하도록 하여 8점에서 32점의 점수 범위를 가진다. 점수가 높을수록 정서접근적 대처를 적극적으로 사용하는 것을 의미한다. 강성록과 양재원(2015)의 연구에서 내적일치도(Cronbach's α)는 정서 처리 .90, 정서 표현 .88이었으며 본 연구에서는 정서 처리 .73, 정서 표현 .77이었다.

정서표현양가성. 정서를 표현하는데 갈등하고 억압하는 정도를 측정하기 위해 King과 Emmons(1990)의 정서표현양가성 척도(Ambivalence over Emotional Expressiveness)를 최해연과 민경환(2007)이 타당화한 한국판 정서표현양가성 척도(AEQ-K)를 사용하였다. AEQ-K 척도는 정서 표현 불능감과 표현 결과에 대한 두려움을 반영하는 ‘자기-방어적 양가성’ 요인과 대인관계민감성과 관련된 행동 통제를 반영하는 ‘관계-관여적 양가성’의 2 요인 구조로 이루어져 있다. “나는 실제로 느끼고 있는 것을 다른 사람에게 표현할 적당한 말을 찾기 어렵다.” 등의 문항 내용을 포함해 총 21문항으로 구성되며 5점 리커트 척도로 평정하도록 하여 21점에서 105점의 점수 범위를 갖는다. 최해연과 민경환(2007)의 연구에서 내적 일치도(Cronbach's α)는 .90이었으며 본 연구에서는 .92였다.

우울. 우울 관련 문항을 측정하기 위하여 조맹제와 김계희(1993)가 번역 표준화한 CES-D 한국 어판을 사용하였다. CES-D는 단일 요인 구조로 사용하는 것이 적절하다는 것이 밝혀져 왔다(신재은, 이태현, 윤소진 2017; Gomez & MaLaren, 2015). “모든 일들이 힘들게 느껴졌다.” 등의 문항

을 포함해 총 20문항으로 구성되어 있으며, 리커트 4점 척도로 20점에서 80점의 점수 범위를 가진다. 조맹제 등(1993)의 연구에서 내적 일치도(Cronbach's α)는 .90이었으며 본 연구에서는 .92였다.

불안. Spielberger(1985)가 개발한 상태 특질-불안 척도(Spielberger's State-Trait Anxiety Inventory: STAI)를 한덕웅, 이장호, 전점구(2000)가 표준화하였으며 상태 불안과 특질 불안을 측정하는 2 요인 구조로 구성되어 있다. 본 연구에서는 이 중 상태 불안 척도를 사용하였다. “나는 마음이 조마조마하다.” 등의 문항을 포함한 총 20개의 문항으로 구성되어 있으며 4점 리커트 척도로 20점에서 80점의 점수 범위를 가진다. 한덕웅 등(2000)의 연구에서 내적 일치도(Cronbach's α)는 .92였으며 본 연구에서는 .93이었다.

삶의 만족도. 삶에 대한 전반적인 만족도를 측정하는 Diener, Emmons, Larsen과 Griffin(1985)의 삶의 만족 척도(Satisfaction With Life Scale: SWLS)를 임남연, 이화령과 서은국(2010)이 신뢰도 및 타당도 분석한 것을 사용하였다. 이 척도는 단일 요인 구조로 “나는 내 삶에 만족한다.” 등의 문항을 포함해 총 5개의 문항으로 구성되어 있고, 7점 리커트 척도로 5점에서 35점의 점수 범위를 가지고 있으며, 점수가 높을수록 삶의 만족 수준이 높음을 의미한다. Diener 등(1985)의 연구에서 내적 일치도(Cronbach's α)는 .87이었으며 본 연구에서는 .84였다.

심리적 수용. 심리적 수용을 측정하기 위하여

Bond 등(2011)이 개발하고 허재홍, 최명식, 진현정(2009)이 타당화한 수용-행동 질문지(Acceptance & Action Questionnaire-II: AAQ-II)를 사용하였다. 이 질문지는 단일 요인 구조로 내면의 경험을 있는 그대로 수용하고 행동하는 과정을 평정하며 “나의 내 감정을 느끼는 것이 두렵다.(역채점)” 등의 내용을 포함한 총 8개의 문항으로 구성되며 7점 리커트 척도로 7점에서 56점의 점수 범위를 가진다. 허재홍 등(2009)의 연구에서 내적 일치도(Cronbach's α)는 .85였으며 본 연구에서는 .86이었다.

자료분석

자료의 분석은 두 단계로 진행되었다. 첫 번째로 정서접근적 대처 계층 집단을 확인하기 위해 잠재계층분석(Latent Class Analysis: LCA)을 실시하였다. 본 연구는 적절한 계층의 수를 결정하기 위하여 Morin, Morizot, Boudrias와 Madore(2011)가 제안한 BIC(Bayesian Information Criterion: Nylund, Asparouhov, & Muthén, 2007), AIC(Akaike Information Criterion), SSA-BIC(Sample-size-adjusted BIC: Tofighi & Enders, 2008)와 같은 정보준거지수, LMR(Lo-Mendell-Rubin likelihoodratio test: Lo, Mendell, & Rubin, 2001)과 BLRT(Bootstrap Likelihood Ratio Test: Nylund et al., 2007)와 같은 우도비 검증 통계량, 엔트로피 지수 등을 고려하였다. BIC, AIC와 SSA-BIC는 그 값이 작을수록 더 적합한 모형임을 의미한다. LMR과 BLRT는 계층이 한 개 증가했을 때 적합도의 개선이 이루어졌는지를 결정하는 데 사용되며, p 값이 유의하면 더 나은 적합도

를 가진 것으로 해석할 수 있다. 개인을 각 계층 집단에 귀속시키는 것의 정확성을 나타내는 지수인 엔트로피 지수는 1에 가까울수록 좋다. 그러나 이러한 통계적 지수 뿐 아니라 연구자의 이론적 배경을 바탕으로 각 모형의 계층 수가 얼마나 이론적으로 타당하며 해석 가능한지를 고려하여 최적의 모형을 선택한다. 잠재계층분석에는 Mplus7 통계 프로그램을 사용하였다.

두 번째로 정서접근적 대처 사용 유형에 따른 심리적 적응의 차이를 분석하기 위해, 잠재계층분석을 통해 나누어진 정서접근적 대처 계층 집단을 독립변수로 하고 우울, 불안, 삶의 만족도, 심리적 수용을 종속변수로 하는 다변량분산분석(Multivariate analysis of variance; MANOVA)을 실시하였다. 다변량분산분석에는 SPSS 23 통계 프로그램을 사용하였다.

결 과

잠재계층의 수 결정

정서 처리, 정서 표현, 정서표현양가성 척도의 평균 점수를 이용하여 세 변인의 조합에 따른 상이한 하위 유형을 구분하기 위하여 잠재계층분석을 실시하였다. 계층의 수가 두 개인 2-계층 모형에서부터 순차적으로 하나씩 계층을 추가하여 정보준거지수와 우도비 검증 통계량, 엔트로피 지수를 비교하였다. 이를 통해 계층의 수가 다섯 개인 5-계층 모형까지 구성하였고 각각의 적합도 수치를 표 1에 보고하였다. 각 모형의 정보준거지수를 살펴보면, 5-계층 모형에 이르기까지 AIC, SSA-BIC 값은 감소하였으나 BIC 값은 4-계층 모형에서보다 5-계층 모형에서 증가하였으며 AIC와 SSA-BIC 값의 감소량도 상대적으로 미미하였다. 또한 LMR과 BLRT가 5-계층 모형에서 유의하지 않았고, 엔트로피의 증가량도 적었다. 한편, 4계층

표 1. 잠재계층 수에 따른 모형 적합도 비교

| 모형 | LL | FP | AIC | BIC | SSA_BIC | LMR(<i>p</i>) | BLRT(<i>p</i>) | Entropy |
|---------|----------|----|---------|---------|---------|-----------------|------------------|---------|
| 2-계층 모형 | -1843.03 | 10 | 3706.06 | 3740.08 | 3708.39 | .0125 | .000 | .671 |
| 3-계층 모형 | -1817.71 | 14 | 3663.41 | 3711.05 | 3666.68 | .0157 | .000 | .813 |
| 4-계층 모형 | -1804.13 | 18 | 3644.27 | 3705.52 | 3648.47 | .1574 | .000 | .880 |
| 5-계층 모형 | -1799.21 | 22 | 3642.41 | 3717.27 | 3647.55 | .8777 | .157 | .885 |

표 2. 사후 확률 평균

| 유형 | 확률 | 사후 확률 평균 값 | | | |
|----|-------|------------|-------|-------|-------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1 | 49.09 | 0.937 | 0.013 | 0.050 | 0.000 |
| 2 | 10.81 | 0.034 | 0.966 | 0.000 | 0.000 |
| 3 | 36.48 | 0.058 | 0.000 | 0.924 | 0.017 |
| 4 | 3.60 | 0.000 | 0.000 | 0.093 | 0.907 |

모형에서도 LMR 검증 결과가 유의하지는 않았으나 부트스트랩 LR 검증(BLRT)이 LMR검증보다 계층 수에 대한 정확한 지표라는 점(Nylund et al., 2007)과 계층 분류의 해석 가능성까지 염두에 두고 판단한 결과, 계층의 수가 네 개인 모형을 최적의 것으로 선택하였다.

네 개의 계층 모형에 대한 사후확률평균(Mean posterior probabilities)은 표 2에 제시되었다. 이는 각 계층 집단에 속할 것으로 분류된 응답자가 실제 해당 유형에 속할 확률을 산출한 것이다. 이

를 통해 모형 분류의 질을 평가할 수 있다. 즉, 대각선에 해당하는 값이 크고 대각선에 속하지 않는 값이 작으면 분류가 정확한 것이다. 본 분석에서 사후확률평균의 범위는 .907 ~ .966으로 분류 오차가 작았다.

분류된 유형의 특성

잠재계층 집단 간 정서 처리, 정서 표현, 정서표현양가성의 차이를 확인하기 위해 일변량 분산분

표 3. 각 잠재계층의 추정평균 및 구성 비율

| 변인 | 전체 표본 (N=223) | | 유형 1 (N=109, 49.09%) | | 유형 2 (N=24, 10.81%) | | 유형 3 (N=81, 36.48%) | | 유형 4 (N=8, 3.6%) | |
|---------|------------------|------|-------------------------|------|------------------------|------|------------------------|------|---------------------|------|
| | M | SD | M | SE | M | SE | M | SE | M | SE |
| 정서 처리 | 11.77 | 1.98 | 11.88 | .14 | 14.04 | .52 | 11.10 | .26 | 10.11 | 1.58 |
| 정서 표현 | 10.72 | 2.41 | 11.56 | .12 | 15.23 | .22 | 8.74 | .16 | 5.83 | .71 |
| 정서표현양가성 | 67.46 | 14.8 | 63.56 | 1.37 | 50.84 | 2.93 | 75.48 | 1.33 | 89.48 | 3.17 |

주. SE: standard error of the mean

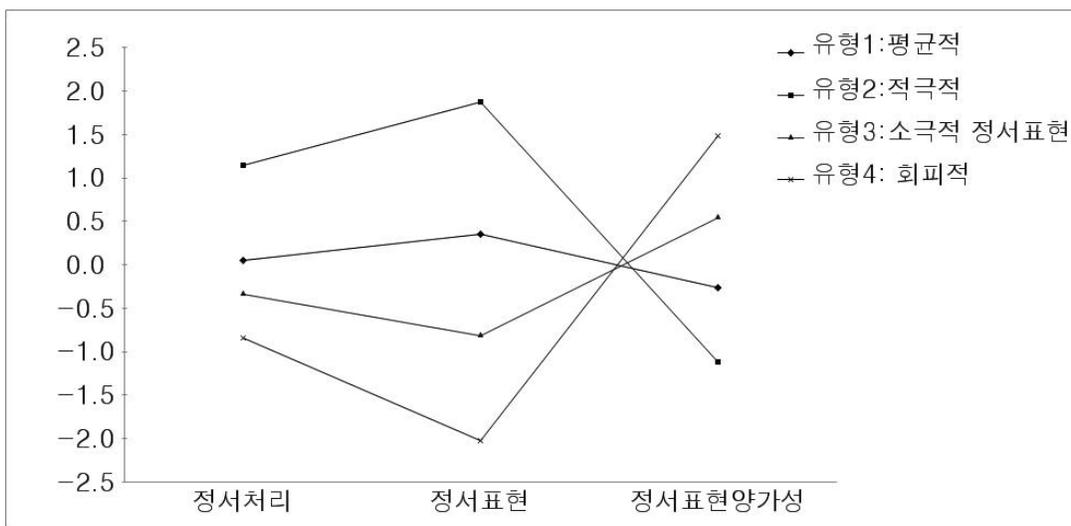


그림 1. 4-계층 모형에 대한 프로파일 유형

식을 실시하였다. 효과검정 결과, 집단 간의 정서 처리, $F = 20.773$, $p < .000$, 정서 표현, $F = 496.657$, $p < .000$, 정서표현양가성, $F = 45.404$, $p < .000$, 수준의 차이가 유의하였다. 부분 에타 제곱(Partial eta squared)으로 살펴본 정서 처리, 정서 표현, 정서표현양가성의 효과크기는 각각 .222, .872, .385로 정서 표현의 효과크기가 가장 커 정서 표현 수준이 집단을 구분하는데 결정적인 역할을 하였음을 알 수 있다. 표 3에 측정변인에 대한 각 잠재계층 집단의 추정 평균 및 구성 비율을 제시하였고 그림 1에 각 잠재계층의 특성을 보다 쉽게 파악하기 위해 표준점수를 통해 프로파일 유형을 제시하였다.

먼저 첫 번째 잠재계층 집단인 유형 1을 살펴보면, 표본의 절반에 가까운 49.09%가 이 잠재계층에 포함되어 있음을 알 수 있다. 이 집단의 정서 처리, $M = 11.88$, $SE = .14$, 정서 표현, $M = 11.56$, $SE = .12$, 그리고 정서표현양가성, $M = 63.56$, $SE = 1.37$, 은 표본 전체의 평균값과 가장 유사하여 집단 비교의 기준이 될 수 있는 ‘평균적 정서접근적 대처 사용 집단’으로 명명하였다.

유형 2는 전체 표본의 10.81%가 속해 있으며, 네 집단 중에서 정서 처리, $M = 14.04$, $SE = .52$, 와 정서 표현, $M = 15.23$, $SE = .22$,이 가장 높으며 정서표현양가성, $M = 50.84$, $SE = 2.93$, 이 가장 낮은 특징이 나타났다. 유형 2를 ‘적극적 정서접근적 대처 사용 집단’으로 명명하였다.

유형 3은 전체 표본의 36.48%가 속해 있는 집단인데, 정서 처리, $M = 11.10$, $SE = .26$, 는 평균과 유사하지만 정서 표현, $M = 8.74$, $SE = .16$, 이 다소 낮고, 정서표현양가성 값, $M = 75.48$, $SE = 1.33$, 도 평균 이상인 집단으로 ‘소극적 정

서 표현 대처 사용 집단’으로 명명하였다.

유형 4는 전체 표본의 3.6%가 속해 있는 집단으로 네 집단 중 정서 처리, $M = 10.11$, $SE = 1.58$, 와 정서표현, $M = 5.83$, $SE = .71$, 이 가장 낮고 정서표현양가성, $M = 89.48$, $SE = 3.17$, 이 가장 높은 집단으로 ‘회피적 정서접근적 대처 사용 집단’으로 명명하였다.

심리적 적응 수준 차이

정서접근적 대처 사용 유형 사이에서 심리적 적응 수준의 차이를 살펴보고자 정서접근적 대처계층 집단을 독립변수로 하고 우울, 불안, 삶의 만족도, 심리적 수용을 종속변수로 하여 MANOVA를 실시하였다. Box의 동질성 검증 결과, 분산 행렬의 동질성 가정이 충족되었다, Box's $M = 35.72$, $F(30, 2449.19) = 1.06$, $p = .37$. MANOVA 분석 결과, 정서접근적 대처 사용 유형에 따라서 심리적 적응 관련 변인의 차이가 유의하였다. 분산의 동질성이 성립하여 사후 검증 방법으로 Scheffe 검증을 실시한 결과는 표 4와 같다.

사후검증 결과 집단 차이를 보면, 표 4와 같이 우울과 불안의 경우 ‘적극적 정서접근적 대처 사용 집단’이 가장 낮은 값을 보이고 ‘평균적 정서접근적 대처 사용 집단’과 ‘소극적 정서 표현 대처 사용 집단’ 순서로 그 값이 높으며 ‘회피적 정서접근적 대처 사용 집단’이 가장 높았다. 또한 삶의 만족도와 심리적 수용의 경우 ‘적극적 정서접근적 대처 사용 집단’이 가장 높았고 ‘평균적 정서접근적 대처 사용 집단’과 ‘소극적 정서 표현 대처 사용 집단’ 순서로 그 값이 낮고 ‘회피적 정서접근적 대처 사용 집단’이 가장 낮았다.

표 4. 각 계층 유형별 우울, 불안, 삶의 만족도, 심리적 수용의 차이

| 변인 | 전체집단(N=223) | | 구분 | M | SD | F | 유형간 사후검증 |
|--------|-------------|-------|-----|-------|-------|----------|--------------|
| | M | SD | | | | | |
| 우울 | 35.08 | 11.89 | 유형1 | 33.29 | 10.38 | 7.15*** | 2, 1 < 3, 4 |
| | | | 유형2 | 28.66 | 11.34 | | |
| | | | 유형3 | 38.69 | 12.06 | | |
| | | | 유형4 | 42.25 | 17.87 | | |
| 불안 | 41.56 | 11.26 | 유형1 | 39.37 | 9.7 | 16.34*** | 2, 1 < 3 < 4 |
| | | | 유형2 | 33.79 | 10.16 | | |
| | | | 유형3 | 45.20 | 10.73 | | |
| | | | 유형4 | 57.75 | 12.48 | | |
| 삶의 만족도 | 22.70 | 5.9 | 유형1 | 24.44 | 5.38 | 17.59*** | 4, 3 < 1, 2 |
| | | | 유형2 | 26.20 | 4.81 | | |
| | | | 유형3 | 19.83 | 5.27 | | |
| | | | 유형4 | 17.5 | 6.71 | | |
| 심리적 수용 | 39.47 | 8.25 | 유형1 | 41.66 | 6.85 | 19.78*** | 4, 3 < 1, 2 |
| | | | 유형2 | 45.50 | 6.36 | | |
| | | | 유형3 | 35.59 | 7.92 | | |
| | | | 유형4 | 30.75 | 10.87 | | |

주. 유형1: 평균적 정서접근적 대처 사용 집단, 유형2: 적극적 정서접근적 대처 사용 집단, 유형3: 소극적 정서 표현 대처 사용 집단, 유형4: 회피적 정서접근적 대처 사용 집단

*** $p < .001$.

논 의

본 연구의 첫 번째 목적은 정서 처리, 정서 표현 요인으로 구분되는 정서접근적 대처와 정서표현양가성 수준에 따라 몇 개의 잠재계층이 나타나는지를 탐색하는 것이다. 두 번째로는 분류된 잠재계층 집단의 특성이 어떠한고, 잠재계층 집단에 따라 심리적 적응과 관련이 높은 변인에서 어떠한 차이를 보이는지 알아보는 데 있다. 이에 대한 결과에 근거하여 다음과 같이 논의와 제언을 진행하였다.

먼저 잠재계층의 수에 대한 분석 결과를 살펴보면, 정보준거지수와 우도비 검증 통계량, 그리고 각 잠재계층의 특성을 바탕으로 볼 때 총 네 개

의 잠재계층으로 분류하는 것이 가장 타당한 것으로 판단하였다. 일변량 분산분석 결과, 잠재계층 집단 간 정서 처리, 정서 표현, 정서표현양가성의 차이가 유의하였고 효과검정 결과, 정서 표현의 효과크기가 커 정서 표현 수준이 집단을 구분하는데 결정적인 역할을 하는 것으로 나타났다. 네 집단 중 모든 변인에서 표본 전체의 평균과 유사한 값을 보이는 잠재계층 집단에 대한 명칭을 ‘평균적 정서접근적 대처 사용 집단’이라고 명명하였다. 두 번째로는 정서표현양가성이 가장 낮고 정서 처리와 정서 표현이 가장 높은 잠재계층 집단을 ‘적극적 정서접근적 대처 사용 집단’이라고 명명하였다. 세 번째로는 정서 처리는 평균과 유사하나 정서표현양가성이 평균에 비해 다소 높고

정서 표현을 적게 하는 잠재계층 집단이며 ‘소극적 정서 표현 대처 사용 집단’이라고 명명하였다. 마지막으로 정서표현양가성이 가장 높고 정서 처리와 정서 표현을 가장 적게 하는 잠재계층 집단을 ‘회피적 정서접근적 대처 사용 집단’이라고 명명하였다. 잠재계층의 분류에 포함된 변인에 기반하여 각 잠재계층의 패턴을 살펴보면, 정서표현양가성이 높을수록 정서 표현 대처의 사용 수준이 감소하는 경향성을 확인할 수 있다. 정서 표현에 대한 갈등과 억제하려는 경향이 높은 경우 실제적인 정서 표현이 제한될 수 있으며 양가성의 정도에 따라 그 정도의 차이가 야기된다고 이해할 수 있다. 정서 표현이 정서 조절의 한 측면임을 고려할 때 이러한 정서 표현의 정도에 따라 적응의 결과가 달라질 수 있으며 이는 잠재계층 집단 간에 심리적 적응과 관련이 있는 변인 수준의 차이가 있는지를 확인함으로써 파악할 수 있다.

잠재계층 집단에 따라 우울, 불안, 삶의 만족도, 심리적 수용에 있어서 유의한 차이가 나타났다. ‘적극적 정서접근적 대처 사용 집단’은 네 개의 집단 중 우울과 불안이 가장 낮았으며 삶의 만족도와 심리적 수용에서 가장 높은 값을 보여 불쾌한 정서 경험이 적으며 정서적으로 안정되어 있고 자신의 감정이나 삶의 경험을 회피하지 않는 것으로 나타났다. ‘평균적 정서접근적 대처 사용 집단’은 전체 표본의 ‘적극적 정서접근적 대처 사용 집단’과 유사한 수준에서 평균적인 수준의 심리적 적응 상태를 보였다. 이 두 집단과 대조되는 ‘회피적 정서접근적 대처 사용 집단’은 우울과 불안 수준이 가장 높고 삶의 만족도와 심리적 수용 정도가 가장 낮은 집단으로 경험하는 정서의 처리와 표현을 회피할수록 부적 정서경험이 증가하며 정

서를 비롯한 삶의 경험을 회피하는 경향이 높고 삶의 만족도도 떨어지는 심리적으로 가장 부적응적인 상태를 보였다. 또한 정서 처리는 평균과 유사한 수준으로 가능하지만 정서 표현이 평균에 비해 저조하며 양가성이 상대적으로 높은 ‘소극적 정서 표현 대처 사용 집단’의 경우에도 부적 정서 경험과 심리적 회피 수준이 높은 편이었다.

기존 연구에서도 정서 표현에 대한 갈등적이고 부정적인 감정을 의미하는 정서표현양가성은 다양한 신체적 · 심리적 부적응과 관련이 있었다. 정서표현양가성이 높은 사람은 심리증상을 더 많이 보고하며 사회적 지지와 공감을 덜 받는다고 느끼고 대인관계에 어려움을 경험한다(김현주, 홍혜영, 2013; 최해연 외, 2008; Emmons & Colby, 1995). 본 연구에서도 정서표현양가성이 높은 수준에 해당하는 ‘소극적 정서 표현 대처 사용 집단’과 ‘회피적 정서접근적 대처 사용 집단’에서 상대적으로 부적 정서 경험이 높고 수용과 삶의 만족도 수준이 낮은 등 심리적 적응 수준이 저조하였다. 특히 ‘소극적 정서 표현 대처 사용 집단’의 경우 정서 처리 대처는 ‘평균적 정서접근적 대처 사용 집단’과 유사하나 심리적 적응 수준은 상대적으로 저조하였는데, 이는 정서 처리는 어느 정도 가능하더라도 정서 표현에 대한 내적 갈등이 높아 적절히 표현하지 못한 경우 정서 처리를 통한 심리적 이득이 적응을 의미한다. 정서 표현은 자신의 감정을 외부로 드러나게 함으로써 사회적 환경을 조절한다(Tompson, 1994). 예를 들어 자신이 경험하는 슬픈 감정을 배우자에게 토로함으로써 위로를 받을 수 있다. 그러나 감정을 표현하지 않으면 정서 표현을 통해 사회적 환경의 변화를 야기할 수 있는 기회가 차단될 수 있다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 결과는 정서 경험에 대한 개방성을 지니고 정서를 인정하고 의미를 탐색하며 이해하려는 적극적인 처리 시도와 정서 경험을 소통하고자 하는 표현을 통하여 심리적인 이득을 취할 수 있음을 확인하였다. 정서는 정신적 기능을 조절하며 사고와 행동을 조직화하는 적응적인 역할을 수행한다. 최근 심리치료 영역에서도 정서의 적응적 역할과 순기능을 강조하는 추세로 Greenberg와 Paivio (2008)는 감정을 일단 수용하고 받아들이면 우리의 대처 능력을 강화하지만 감정을 회피하면 심리적 문제를 악화시킨다고 언급하였다. 즉 정서를 회피하는 사람은 정서 경험이 가리키는 의미에 주의를 기울이지 못하게 되고 정서를 의식 속에 상징화하지 못하여 그에 따른 의미를 창조하지도, 인념감을 증진하기 위한 행위도 선택하지 못한다. 감정이 차단되어 다음 단계로 경험이 확장되지 못하는 것이다. 이러한 의미에서 본 연구의 결과는 상담 및 심리치료 장면에서 개인의 정서 대처의 사용 정도와 양가성 수준을 파악하고 적극적인 정서접근적 대처를 사용하도록 권장하는 것이 개인의 심리적 적응 향상을 촉진할 수 있다는 주장에 근거를 제시한다. 효과적인 정서 처리와 표현은 많은 전통적인 심리치료에서도 중요한 긍정적인 변화로 알려져 있으며(Whelton, 2004), 특별히 정서초점치료(Greenberg & Watson, 2006), 수용전념치료(Hayes et al., 2006), 변증법적 행동치료(Lynch, Chapman, Rosenthal, Kuo, & Linehan, 2006)에서 정서의 조절과 처리에 치료적 초점을 두고 있다. 이러한 치료 과정에서 정서 처리와 정서 표현의 변화 및 향상 수준을 확인하기 위하여 정서접근적 대처 척도를 활용하는 것이 도움이

되겠다. 둘째, 지금까지 이루어진 변인 중심 방법에서 벗어나 개인 중심 분석 방법을 통해 정서접근적 대처와 심리적 적응 간의 관계를 새로운 관점에서 다루어 정서접근적 대처 사용 수준에 따른 임상적 변인 수준의 차이를 명확히 했다는 점에서 의의가 있다.

본 연구는 다음과 같은 제한점을 지니고 있다. 첫째, 평균적 정서접근적 대처 집단과 적극적 정서접근적 대처 집단의 경우 집단 구분의 기준이 되는 정서 처리, 정서 표현, 정서표현양가성 변인의 수준 차이는 유의하였으나 우울, 불안, 삶의 만족도, 심리적 수용 등 종속변인의 집단 간 차이는 유의하지 않았다. 잠재계층분석과 같은 개인 중심 분석은 표본 특성에 민감하다. 본 연구는 대학생 및 대학원생을 대상으로 설문을 실시하였기 때문에 임상 집단을 포함해 연구 대상을 재 표집 하였을 때에도 정서 처리, 정서 표현, 정서표현양가성의 수준에 따른 잠재집단이 본 연구에서와 같이 도출되는지 확인할 필요가 있다.

둘째, 심리적 적응과 관련한 다른 종속변인을 적용하여 수준 차이가 나타나는지 살펴봄으로써 집단 구분의 특징과 유용성을 보다 탐색해 볼 필요가 있다. 본 연구에서는 정서 표현 이면에 정서 표현에 대한 갈등과 역제가 존재하고 그 정도에 개인차가 있다는 것을 다룬다는 점에서 정서표현양가성을 정서 표현 대처의 유관변인으로 분석에 포함하였으나 정서 처리 대처의 유관 변인은 포함하지 못하였다. 향후 연구에서는 정서의 인식과 표현, 그리고 내성(introspection)의 어려움을 반영하는 감정표현불능증(alexithymia)과 같이 정서접근적 대처의 총체적인 특성과 연관이 있는 변인을 유관변인으로써 잠재계층분석에 포함할 필요

가 있다.

셋째, 잠재계층으로 분류되는 원인을 보다 면밀히 파악하기 위한 영향요인 검증을 통하여 각 잠재계층에 대해 보다 명확히 파악할 필요가 있다. 정서접근적 대처의 경우 스트레스의 통제 가능성, 일시성, 심각도, 정서접근적 대처의 사용 시기 등의 스트레스의 유형과 특성에 따라 대처 전략의 유용성과 심리적 이득의 정도가 달라질 수 있으므로 스트레스의 특성에 대한 세분화가 필요하며 성별 간 차이나 정서 처리와 표현에 대한 문화적 맥락 등도 고려할 필요가 있겠다.

참 고 문 헌

- 강성록, 양재원 (2015). 정서접근적 대처 척도의 타당화 예비연구. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 34(2), 455-475.
- 김현주, 홍혜영 (2013). 고등학생의 내면화된 수치심이 청소년 우울에 미치는 영향. *청소년학연구*, 20(12), 181-209.
- 문현미 (2006). 심리적 수용 촉진 프로그램의 개발효과: 수용-전념 치료 모델을 중심으로. 가톨릭대학교 박사학위 청구논문.
- 신재은, 이태현, 윤소진 (2017). Bifactor 모형을 적용한 CES-D 척도의 요인구조 검증. *스트레스연구*, 25(4), 272-278.
- 임남연, 이화령, 서은국 (2010). 한국에서의 Diener의 삶의 만족 척도 사용 연구 개관. *한국심리학회지: 일반*, 29(1), 21-47.
- 장정주, 김정모 (2008). 정서적 자각, 표현 및 정서표현에 대한 양가성과 대인관계간의 관계에 대한 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 20(3), 697-714.
- 조맹제, 김계희(1993). 主要憂鬱症患者 예비평가에서 Center for Epidemiologic Studies Depression Scale(CES-D)진단적 타당성 연구. *신경정신의학*, 32(3), 381-199.
- 최혜연, 민경환 (2007). 한국판 정서표현에 대한 양가성 척도의 타당화 및 억제 개념들 간의 비교 연구. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 21(4), 71-89.
- 최혜연, 이동귀, 민경환 (2008). 정서강도, 정서주의, 정서명료성 및 정서표현양가성의 군집과 심리적 적응의 관계. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 22(4), 59-73.
- 한덕웅, 이장호, 전경구(2000). 상태특성불안검사(STAI-KYZ형). 서울: 학지사.
- 한성열, 허태균, 김동직, 채정민 (2001). 스트레스상황 특성에 따른 적응적인 대처양식. *한국심리학회지: 건강*, 6(2), 123-143.
- 허재홍 (2014). 대학생의 부정정서가 안녕감에 미치는 영향. *사회과학연구*, 25(3), 225-244.
- 허재홍, 최명식, 진현정 (2009). 한국어판 수용-행동 질문지 2 신뢰도 및 타당도 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 21(4), 861-878.
- Aldwin, C. M. (1993). Coping with traumatic stress. *PTSD Research Quarterly*, 4(3), 1-6.
- Aldwin, C. M. (1994). *Stress, coping, and development*. New York: The Guilford Press.
- Austenfeld, J. L., & Stanton, A. L. (2004). Coping through emotional approach: A new look at emotion, coping, and health-related outcomes. *Journal of Personality*, 72(6), 1335-1363.
- Baker, J. P. & Berenbaum, H. (2007). Emotional approach and problem-focused coping: A comparison of potentially adaptive strategies. *Cognition and Emotion*, 21(1), 95-118.
- Berghuis, J. P., & Stanton, A. L. (2002). Adjustment to a dyadic stressor: A longitudinal study of coping and depressive symptoms in infertile couples over an insemination attempt. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70(2), 433-438.
- Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., Waltz, T., &

- Zettle, R. D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior Therapy, 42*(4), 676-688.
- Brody, L. R. (1997). Gender and emotion: Beyond stereotypes, *Journal of Social Issues, 53*(2), 369-393.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment, 49*(1), 71-75.
- Emmons, R. A., & Colby, P. (1995). Emotional conflict and well-being: Relation to perceived availability, daily utilization and observer reports of social support. *Journal of Personality and Psychology, 68*(5), 947-959.
- Emmons, R. A., & Kaiser (1995). Goal orientation and emotional well-being : Linking goals and affect through the self. In L. L. Martin & A. Tesser (Eds.), *Striving and feeling: Interactions among goals, affect, and self-regulation* (pp. 79-98). Hillsdale, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior, 21*(3), 219-239.
- Frijda, N. H. (1986). *The Emotions*. UK: Cambridge University Press.
- Gomez, R., & McLaren, S. (2015). The Center for Epidemiologic Studies Depression scale: Support for a bifactor model with dominant general factor and a specific factor for positive affect. *Assessment, 22*(3), 351-360.
- Greenberg, L. S., & Paivio, S. C. (2008). 심리치료에서 정서를 어떻게 다룰 것인가. (이홍표 역). 서울: 학지사. (원전은 2003에 출판)
- Greenberg, L. S., & Watson, J. C. (2006). *Emotion-focused therapy for depression*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Greenglass, E. R. (1993). The contribution of social support to coping strategies. *Applied Psychology: An International Review, 42*(4), 323-340.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, process and outcomes. *Behavioral Research and Therapy, 44*(1), 1-25.
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders : A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 64*(6), 1152-1168.
- Joseph, S., Williams, R., Irwing, P., & Cammock, T. (1994) The preliminary development of a measure to assess attitudes towards emotional expression. *Personality and Individual Differences, 16*(6), 869-875.
- Kennedy-Moor, E., & Watson J. C. (2001). How and when does emotional expression help? *Review of General Psychology, 5*(3), 187-212.
- King, L. A., & Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression: Psychological and physical correlates. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*(5), 864-877.
- Krantz, S. E., & Moos, R. H. (1987). Functioning and life context among spouses of remitted and nonremitted depressed patients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 55*(3), 353-360.
- Kashdan T. B., Barrios, V., Forsyth, J. P., & Steger M. F. (2006). Experiential avoidance as a generalized psychological vulnerability: Comparisons with coping and emotion regulation strategies. *Behaviour Research and Therapy,*

- 449), 1301 - 1320.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Littrell, J., & Beck, E. (2001). Predictors of depression in a sample of African-American homeless men: Identifying effective coping strategies given varying levels of daily stressors. *Community Mental Health Journal, 37*(1), 15-29.
- Lo, Y., Mendell, N. R., & Rubin, D. B. (2001). Testing the number of components in a normal mixture. *Biometrika, 88*(3), 767-778.
- Lynch, T. R., Chapman, A. L., Rosenthal, M. Z., Kuo, J. R., & Linehan, M. M. (2006). Mechanisms of change in dialectical behavior therapy: Theoretical and empirical observations. *Journal of Clinical Psychology, 62*(4), 459-480.
- Magidson, J., & Vermunt, J. (2002). Latent class models for clustering: A comparison with K-means. *Canadian Journal of Marketing Research, 20*(1), 37-44.
- Marques, L., Kaufman, R. E., LeBeau, R. T., Moshier, S. J., Otto, M. W., Pollack, M. H., & Simon, N. M. (2009). A comparison of Emotional Approach Coping (EAC) between individuals with anxiety disorders and nonanxious controls. *CNS Neuroscience & Therapeutics, 15*(2), 100-106.
- Morin, A. J., Morizot, J., Boudrias, J. S., & Madore, I. (2011). A multifoci person-centered perspective on workplace affective commitment: A latent profile/factor mixture analysis. *Organizational Research Methods, 14*(1), 58-90.
- Nylund, K. L., Asparouhov, T., & Muthén, B. O. (2007). Deciding on the number of classes in latent class analysis and growth mixture modeling: A monte carlo simulation study. *Structural Equation Modeling, 14*(4), 535-569.
- Pennebaker, J. W. (1985). Traumatic experience and psychosomatic disease: Exploring the roles of behavioral inhibition, obsession, and confiding. *Canadian Psychology, 20*(2), 82-95.
- Pennebaker, J. W., Barger, S. D., & Tiebout. (1989). Disclosure of traumas and health among Holocaust survivors. *Psychosomatic Medicine, 51*(5), 577-589.
- Roth, S., & Cohen, L. (1986). Approach, avoidance, and coping with stress. *American Psychologist, 41*(7), 813-819.
- Smith, J. A., Lumley, M. A., & Longo, D. J. (2002). Contrasting emotional approach coping with passive coping for chronic myofascial pain. *Annals of Behavioral Medicine, 24*(4), 326-335.
- Spielberger, C. D. (1985). Assessment of state and trait anxiety: Conceptual and methodological issues. *The Southern Psychologist, 24*(4), 6-16.
- Stanton, A. L. (2011). Regulating emotions during stressful experiences: The adaptive utility of coping through emotional approach. In S. Folkman & P. E. Nathan (Eds.), *The oxford handbook of stress, health, and coping* (pp. 369-386). UK: Oxford University Press.
- Stanton, A. L., Danoff-Burg, S., Cameron, C. L., Bishop, M. M., Collins, C. A., & Kirk, S. et al. (2000a). Emotionally expressive coping predicts psychological and physical adjustment to breast cancer. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 68*(5), 875-882.
- Stanton, A. L., Kirk, S. B., Cameron, C. L., & Danoff-Burg, S. (2000b). Coping through emotional approach: Scale construction and validation. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*(6), 1150-1169.
- Stallard, P., Velleman, R., Langsford, J., & Bladwin, S. (2001). Coping and psychological distress in children involved in road traffic accidents, *British Journal of Clinical Psychology, 40*(2), 197-208.

- Tofighi, D., & Enders, C. K. (2008). Identifying the correct number of classes in growth mixture models. In G. R. Hancock & K. M. Samuelsen (Eds.), *Advances in latent variable mixture models* (pp. 317-341). Charlotte, NC: Information Age.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25-52.
- Totan, T., Doğan, T., & Sapmaz, F. (2013). Emotional self-efficacy, emotional empathy and emotional approach coping as sources of happiness. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 8(2), 247-256.
- Tull, M. T., Gratz, K. L., & Lacroce, D. M. (2006). The role of anxiety sensitivity and lack of emotional approach coping in depressive symptom severity among a non-clinical sample of uncued panickers. *Cognitive Behaviour Therapy*, 33(2), 74-87.
- Whelton, W. J. (2004). Emotional processes in psychotherapy: Evidence across therapeutic modalities. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 11(1), 58-71.
- Zeman, J., & Garber, J. (1996). Display rules for anger, sadness, and pain: It depends on who is watching. *Child Development*, 67(3), 957-973.
- Zeman, J., & Shipman, K. (1997). Social-contextual influences on expectancies for managing anger and sadness: The transition from middle childhood to adolescence. *Developmental Psychology*, 33(6), 917-924.

원고접수일: 2019년 7월 10일

논문심사일: 2019년 7월 30일

게재결정일: 2019년 10월 12일

한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2019. Vol. 24, No. 4, 909 - 925

A Latent Class Analysis of Emotional Approach Coping, Ambivalence Over Emotional Expressiveness and Differences in Psychological Adaptation

Jaeun Shin Myoung-Ho Hyun
Chung-Ang University, Department of Psychology

The purpose of this study was to identify the number of latent classes based on emotional processing, emotional expression, and ambivalence over emotional expressiveness. We also defined the characteristics of each latent class and examined the differences in psychological adaptation according to latent classes. A total of 223 university and graduate students participated in this study. Firstly, the study participants were classified by four latent classes: “average emotional approach coping group”, “active emotional approach coping group”, “passive emotional expression coping group”, and “avoidant emotional approach coping group”. Second, psychological adaptation was the best in the “active emotional approach coping group” with low level of depression and anxiety and high level of life satisfaction and psychological acceptance. The “avoidant emotional approach coping group” which had the lowest level of emotional processing and emotional expression level and the highest level of ambivalence over emotional expressiveness showed the most psychologically maladaptive condition. Conversely, in the case of the “passive emotional expressive coping group”, emotional processing was similar to the average level, but the ambivalence over emotional expressiveness was high and the level of emotional expression was low so that the degree of psychological maladjustment was at the level of the “avoidant emotional approach coping group”. The results of this study suggest that encouraging emotional approach coping in psychotherapeutic practices can contribute to improvement of the psychological adaptation level. Limitations, implications, and future directions of this study are discussed.

Keywords: emotional approach coping, ambivalence over emotional expressiveness, depression, anxiety, life satisfaction, latent class analysis