

# 자극추구, 위험회피 기질이 청소년의 내현화와 외현화 문제 행동에 미치는 영향: 자기조절양식과 의지적 억제양식의 매개효과를 중심으로<sup>†</sup>

홍 장 현

신우병원 임상심리사

오 현 숙<sup>‡</sup>

한신대학교 심리아동학부 교수

이 연구는 청소년의 자극추구, 위험회피 기질과 내현화, 외현화 문제행동과의 관계에서 청소년기에 중요한 발달적 의미를 갖는 자기조절양식과 의지적 억제양식이 매개효과를 갖는지 검증하고자 하였다. 연구 목적을 위해 중, 고등학생 290명을 대상으로 기질 및 성격 검사(JTCD), 자기조절척도(VCI) 및 청소년 자기행동평가척도(K-YSR)를 사용하여 조사하였다. 연구결과로서 첫째, 자극추구 기질과 위험회피 기질은 내현화와 외현화 문제행동과 모두 정적 상관을 보였다. 매개변인인 자기조절양식은 자극추구, 위험회피 기질, 내현화, 외현화 문제행동과 모두 부적 상관을 보였고, 의지적 억제양식은 자극추구, 위험회피 기질, 내현화, 외현화 문제행동과 모두 정적 상관을 나타내었다. 둘째, 청소년의 자극추구 기질과 외현화 문제행동 간의 관계에서 자기조절능력 중 의지적 억제양식만 부분 매개하는 것으로 나타났다. 셋째, 청소년의 위험회피 기질과 내현화 문제행동 간의 관계에서 자기조절양식과 의지적 억제양식 모두 부분 매개 하는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과를 바탕으로 본 연구의 시사점과 제한점에 대하여 논의하였다.

주요어: 기질, 자기조절능력, 자기조절양식, 의지적 억제양식, 내현화, 외현화 문제행동

<sup>†</sup> 본 연구는 홍장현의 석사학위 청구논문을 수정 정리한 것임.

<sup>‡</sup> 교신저자(Corresponding author): 오현숙, (18101) 경기도 오산시 한신대길 137, 한신대학교 심리.아동학부 교수, Tel: 031-379-0671, E-mail: hyunsookoh@hs.ac.kr

청소년기는 흔히 제2의 탄생을 위한 격동기로 표현되며 아동기에서 성인기로 이행하는 과도적 단계로 생물학적, 심리적, 사회적, 경제적인 측면에서 많은 변화가 일어난다. 특히, 이 시기는 2차 성장으로 인한 신체적 및 심리적 변화, 사회 진출에 대한 불안감과 미래에 대한 노력에의 요구 등과 같이 급작스러운 역할 변화와 그에 따른 적응 문제 등으로 인해 여러 가지 도전들에 직면하게 되고, 이 시기에 요구되는 과업들을 적절하게 해결한 청소년들은 성공적으로 성인기로 이행하지만, 그렇지 못한 청소년들은 많은 심리적 고통을 경험하면서, 여러 가지 문제행동들을 보이게 된다(남영옥, 김정남, 2010).

실제로 한국 사회에서는 학교폭력과 집단 괴롭힘 등과 같은 청소년들의 직접 또는 간접적인, 문제행동이 심각한 사회문제로 대두되고 있다(임지영, 2012). 2016년 청소년 위기 실태조사에 따르면 우리나라 일반 청소년들의 3.4%에 달하는 약 3천여 명의 청소년들이 인터넷, 스마트폰 게임이나 채팅으로 일상생활의 어려움을 겪고 있으며, 약 1.4%의 약 1천여 명이 자살 생각을 해봤으며, 2.8%에 달하는 약 2천여 명 이상이 1번 이상 자살시도를 한 것으로 조사되었다(황순길, 김동민, 강태훈, 손재환, 김지혜, 2016). 특히, 청소년기에 시작되는 부적응의 징후는 일시적인 것이 아니라 성인이 되어서도 심각한 장애로 발달할 가능성이 높고 청소년기 혹은 성인 초기에 시작되는 정신 질환은 대부분 성인기로까지 이어져 더욱 중요하게 다뤄야 할 필요가 있다(Kazdin, 1993). 따라서 청소년의 문제 행동을 예측하고 예방 또는 치료할 수 있는 변인을 탐색하는 것은 건강한 개인과 사회 모두의 발달을 위해서 매우 중요한 문제이

면서 건강, 임상, 상담 및 사회문제 등 여러 영역의 주요 공동 관심사 중 하나라 할 것이다. 청소년의 문제행동과 관련하여 Achenbach와 Edelbrock(1978)은 크게 내현화, 외현화 문제행동으로 분류하였는데, 내현화(internalizing)에는 불안, 신체화, 우울 등의 과다 통제된 행동, 외현화(externalizing)에는 공격, 파괴성, 비행 행동 등 과소 통제된 행동이 포함된다. 유사하게, Albayrak와 Kaymak(1999)도 정신과적 문제들을 크게 내현화와 외현화의 두 영역으로 구분할 수 있고, 이러한 분류는 문제행동의 원인과 예후를 파악하는데 의미 있는 정보를 제공하기 때문에 이 분류체계가 정신 병리에 대한 지표로 사용될 수 있다고 하였다.

청소년의 문제행동에 미치는 변인은 매우 다양하나 기질은 아동·청소년기의 정신 병리의 취약성과 부적응적 심리상태를 이해하는데 중요한 지표로 고려되어 왔다(하승수, 권석만, 2011). 기질은 생물학적인 기반을 가진 개인의 정서, 행동 유형으로 시간에 걸쳐 비교적 안정적으로 유지되고 상황에 따라 비교적 변하지 않는 특성으로 정의되어왔다(Rothbart & Bates, 1998). 많은 연구자들은 기질을 다양한 방식으로 정의하고 기질과 내현화, 외현화 문제행동과의 관련성을 밝혀왔는데, 기질의 생물학적 특성에 관하여 연구해온 Cloninger, Bayon과 Svrakic(1998)은 기질을 '다양한 환경 자극에 대한 반응에 관여하는 적응체계에서의 개인차'라고 정의하고 자극추구(novelty seeking), 위험회피(harm avoidance), 사회적 민감성(reward dependence), 인내력(persistence)의 네 가지 기질 차원을 제시하였다. 청소년의 기질과 문제행동간의 관련성에 대한 많은 연구 결과가

보고되었는데, 이를 살펴보면 높은 자극추구 성향은 비행, 공격성과 같은 외현화 문제와 관련되었고, 높은 위험회피 성향은 우울, 불안, 사회적 위축과 같은 내재화 문제와 관련되는 것으로 일관되게 보고되고 있다(김보경, 민병배, 2006; 한창환, 2003; Dinya, Csorba, Suli, & Grosz, 2012). 또한, 우울과 비행이 공존하는 집단의 경우 정상 집단에 비하여 위험회피, 자극추구 기질이 모두 높은 것으로 보고되기도 하였다(박정훈, 오경자, 2016; 이주영, 오경자, 2010).

이와 같이 개인의 타고난 기질은 문제행동을 예측하는 중요한 변인이지만 기질만으로 부적응적 행동을 설명하기에는 한계가 있을 것으로 가정된다. 이러한 이유를 두 가지 측면에서 고려해 봤을 때, 첫째, 기질적 특성이 유사한 사람들이 모두 문제행동을 일으킨다고 볼 수 없는 것이 가장 대표적 이유일 것이다. 둘째, 기질적 특성이 실제 행동으로 이어지는 과정에 매개 변수들이 존재하고 이를 탐색하는 것이 중요하다고 지적된 바와 같이(Wills, DuHamel, & Vaccaro, 1995) 기질이 문제행동에 영향을 미치는 과정에서 다른 변인들이 함께 작용할 수 있기 때문이다. 따라서 본 연구에서는 기질이 문제행동에 영향을 미치는 과정에 매개 변인이 있을 것이라는 점에 주목하였다. 그리고 다음과 같은 이유로 자기조절능력을 청소년의 기질과 문제행동간 매개변인으로 가정하였다.

자기조절능력은 상황적, 사회적 요구에 따라 자신의 감정과 행동을 스스로 조절할 수 있는 능력으로 정의되며(Kopp, 1982), Fonagy와 Target(2002)은 자기조절능력이 유전적 소인, 초기 경험과 성인기 기능의 관계에서 매개 역할을 한다고 간주하면서 자기조절능력의 발달이 성장 과정에

서 중요한 요소임을 강조하였다. 또한, 자기조절능력은 인간 활동의 생산적인 측면에서 직접적인 원인일 뿐만 아니라, 매개 역할을 함으로써 인지, 성격에 영향을 미치는 것으로 확인되었고(Morosanova & Fomina, 2017), 효율적인 자기조절능력은 건강증진 행동 등, 긍정적 심리적인 의미의 안녕(well-being), 높은 과제수행을 촉진하는 중요한 요인으로 보고되었다(Kuhl, Kazén, & Koole, 2006). 자기조절능력과 문제행동 간의 선행연구들을 살펴보면 낮은 자기조절능력은 충동조절, 불안, 우울장애, 폭력 및 범죄 등 다양한 심리장애 및 문제행동과 밀접한 관련이 있었다(Bauer & Baumeister, 2011). 연령별로 살펴보았을 때 아동을 대상으로 한 연구에서는 자기조절이 낮은 아동은 추후 외현화 또는 내재화 장애를 보일 위험이 높다고 보고되었으며(Gilliom, Shaw, Beck, Schonberg, & Lukon, 2002), 사회성의 기술이 떨어지고(Dennis, Brotman, Huang, & Gouley, 2007), 학업성취가 낮은 것으로 보고되기도 하였다(Blair & Razza, 2007; Valiente, Lemery-Chalfant, & Castro, 2007). 청소년을 대상으로 한 연구에서는 자기조절능력이 높을수록 학업 스트레스가 낮았으며(윤영신, 2007; 한창훈, 조영아, 2014), 내현화, 외현화 문제행동을 낮춰주는 것으로 나타났다(이정운, 최수미, 2011).

한편, 이러한 자기조절의 또 다른 중요한 측면으로서 내적 자원의 고갈 과정이 있다. 곧, 자신을 조절함으로써 환경 안에서 적응력을 높이는 의도적인 통제 노력은 제한된 자원을 소비하게 되는 과정이라는 것이다(Tice, Baumeister, Shmueli, & Muraven, 2007). Baumeister, Vohs와 Tice(2007)는 이를 강도 모델(strength model) 혹은 자아 소

모(ego depletion)로 설명하였으며, 자기조절능력의 한정된 특수성으로 인해, 지속적으로 자기조절을 하는 사람은 피로감을 느끼게 되어, 성공적인 자기조절을 이루지 못하는 결과에 이르게 된다(Moller, Deci, & Ryan, 2006). 유사한 관점에서 Kuhl과 Fuhrmann(1998)은 자기조절능력을 자기조절양식(self-regulation mode)과 의지적 억제양식(volitional inhibition mode)으로 나누어 구체적으로 설명하였다. 자기조절 양식은 의도한 목표를 수행하기 위해 동기통제, 정서통제, 자기결정, 자기이완 등의 적절한 사용을 말하며, 의지적 억제양식은 동화, 외적통제와 같은 부정적인 자기통제양식과 실패공포, 주의 및 정서 혼란과 같은 역기능적이고 비효율적인 자기조절능력을 의미한다고 보았다. 이와 관련된 선행연구들을 살펴보면, 효율적인 자기조절능력은 긍정적 심리적 안녕감을 촉진하는 것으로 나타난 반면(윈두리, 2011; Baumann, Kaschel, & Kuhl, 2007), 비효율적인 자기조절인 의지적 억제를 할수록 청소년들은 학업 스트레스를 더 많이 받으며(한창훈, 조영아 2014), 삶의 만족도가 낮고(송현심, 성승연, 2015), 내현화, 외현화 문제행동에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(윤영신, 2007). 이러한 연구결과를 바탕으로 봤을 때, 효율적인 자기조절 능력은 적응적인 방식으로 문제를 해결해나가는 반면, 비효율적인 자기조절은 오히려 목표한 계획이나 행동을 방해하고, 심리적 부적응을 초래할 가능성이 높을 것으로 예상된다(이회란, 2012).

그런데 자기조절능력은 문제행동에 영향을 미칠 뿐만 아니라, 기질에 의해 직접적인 영향을 받는 것으로 나타났다. Calkins(2002)는 자기조절능력의 개인차를 나타내는 가장 기본적인 요인으로

생물학적인 기질 요인을 지적하였고, 그 밖에 여러 연구들에서도 기질에 기초한 자동적이고 충동적인 반응경향성과 의식적 노력인 의도적 통제(effortful control) 과정이 자기조절의 근본적인 형태를 구성한다고 보며 기질과 자기조절능력의 깊은 관련성을 주장하였다(Kopp, 1982; Neuenschwander & Blair, 2017). 기질이 자기조절능력에 영향을 준다는 여러 경험적 연구들을 살펴보면, 유아의 활동성 기질은 자기조절능력의 발달에 부적인 영향을 미치며(An, 1997) 유아의 활동성이 높을수록 행동조절과 정서조절능력 모두 낮아지는 것으로 나타났고(서은희, 이미숙, 2012; 이정남, 2010), 까다로운 기질특성을 지닌 유아들은 자기조절능력이 저조한 것으로 나타났다(김리진, 정옥분, 2012). 또한, 교사가 지각한 유아의 기질 및 자기조절의 연구에도 유아의 활동성 기질이 높을수록 자기조절능력의 하위영역인 행동조절능력이 낮은 것으로 나타났다(최미숙, 김미숙, 2005). 반면, 낮은 사회적 상황에 대한 경계심을 나타내는 수줍음 기질이 높을수록 부적절한 정서 표현을 더 많이 하고 정서적 유연성이 부족하다는 연구 결과가 보고되었다(김지윤, 도현심, 김민정, 2008).

아동 및 청소년의 기질과 문제행동간의 관계, 그리고 이 둘 간의 관계를 매개하는 자기조절능력의 역할에 관한 선행연구들을 종합하여 보았을 때 청소년의 기질 특성은 자기조절 능력과 내현화, 외현화 문제에 영향을 미칠 것으로 예상되며, 자기조절능력이 매개변인으로서 작용할 것으로 예측할 수 있다. 그러나 기질과 자기조절능력, 문제행동을 체계적으로 검증한 연구는 극히 드물었다. 몇몇 연구가 일부 존재하였으나(김연수, 곽

금주, 2016; 정혜진, 이완정, 2009), 주로 아동 및 유아를 대상으로 한 연구가 주를 이루고, 청소년을 대상으로 한 연구들은 찾아보기 힘들었다. 이러한 이유에는 Posner와 Rothbart(2000)의 연구에서 자기조절능력이 신경학적, 인지적, 언어적인 성숙과 함께 아동기에 급격히 발달한다는 의견을 들 수 있겠으며, 자기조절능력과 유사한 맥락인 실행적 주의와 통제 노력 기질이 아동 초기 성장과정에서 함께 발달한다는 의견(장혜인, 2010; Rueda, Posner, & Rothbart, 2005)때문인 것으로 생각된다. 다른 한편으로, 기질은 선천적이고 생애 초기에 형성되어 잘 변하지 않는 속성인 점에 대해서는 일반적으로 통용되는 바이지만 기질의 선천성을 인정한다 해도 기질의 발달경로에 대해서는 과거에 여러 학자들 사이에서 이견이 있었기 때문에 가정된다(Rothbart & Jones, 1998).

그러나 자기조절 능력은 청소년기에도 지속적으로 발달하는 것으로 나타났으며(Gestsdottir & Lerner, 2008), 자기조절능력과 깊은 관계가 있는 것으로 확인된 실행기능은 전두엽 기능이 급등적으로 발달하는 속도에 맞게 연속적으로 성장해 나간다고 밝혀졌다(김성주, 정윤경, 2019; 이명주, 홍창희, 2006). 또한, 신경학적 연구에서는 청소년기의 중요한 발달적 특징으로 복잡한 사고나 의사결정과 같은 고차원적 기능을 담당하는 뇌 영역이 청소년기에 가장 빠르게 성장한다는 연구결과도 이를 뒷받침 한다(송민섭, 2016). 이는 아동기뿐만 아니라 아동기 이후에도 자기조절능력의 발달이 매우 중요함을 의미하는 것으로 청소년의 자기조절능력에 대한 연구의 필요성을 시사한다. 또한, 정서적, 신체적, 행동적으로 많은 변화를 겪는 청소년 시기는 오랜 기간에 걸친 학습 목표를

달성하기 위해 상황에 맞는 적절한 행동을 하고 그렇지 않은 행동이나 욕구들은 자제하며, 스스로 학업과 관련된 문제를 체계적으로 계획하고 해결, 평가하는 능력이 요구되는 과정으로, 자기조절능력이 청소년 시기에서 매우 중요한 발달과업이라고 평가할 수 있을 것이다(한창훈, 조영아, 2014).

그동안 청소년의 기질과 문제행동 간의 관계에 관한 연구는 많이 축적되어 있었으나, 두 변인간의 관계에서 자기조절능력을 매개변인으로 설정하여 조사한 연구는 찾아보기 힘들었다. 더욱이 앞서 언급한 바와 같이 자기조절능력은 주로 유아를 대상으로 연구됐으며, 부모의 양육과 같은 개인 외적 변인과의 관계에 대한 연구는 활발히 진행되어 왔으나 자기 조절과 관련된 개인 내적 변인에 주목한 연구는 부족했다(김성주, 정윤경, 2019). 이에 본 연구에서는 청소년들을 대상으로 자극추구 기질과 외현화 문제행동, 위험회피 기질과 내현화 문제행동 간의 관계에서 자기조절능력이 매개역할을 하는지 조사하기로 하였다. 생물학적으로 타고난 기질적 특성을 변화시키는 것은 쉽지 않기 때문에, 기질과 문제행동의 관계 속에서 함께 작용하는 심리적 변인과 그 경로를 밝히는 것이 치료적 시사점을 제공하는 데 보다 유용할 것으로 생각된다. 특히 매개 역할을 하는 변인이 후천적인 개입을 통해 수정 가능한 것이라면 비교적 안정적인 속성을 지닌 기질적 특성보다 매개변인에 직접적으로 개입하는 것이 문제행동에 개입하는데 더 용이할 것으로 보인다. 더 나아가 자기조절능력의 두 가지 상이한 측면인 자기조절양식과 의지적 억제양식이 청소년의 기질과 외현화 및 내현화 문제 사이에서 어떻게 영향을 미치는지 살펴보는 데 의의가 있다고 할 수 있겠

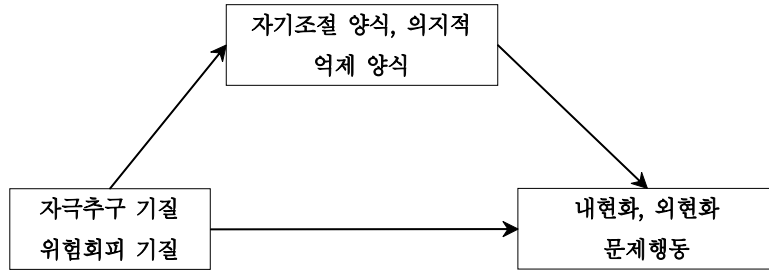


그림 1. 연구 모형

다. 청소년의 대표적 문제행동 사이에서 자기조절의 서로 다른 기능의 매개 효과가 확인된다면 학문적으로는 청소년기의 기질과 자기조절능력의 관계의 중요성을 밝히는데 기여할 것이며, 실제적 유용성 차원에서는 갈수록 사회적으로 큰 이슈가 되고 청소년 개인의 적응과 발달에도 큰 어려움이 되는 문제행동을 조기에 예측함으로써 예방적 효과를 가질 뿐만 아니라 문제행동에 대한 보다 구체적 치료 개입에 효율적 도움이 될 것으로 생각된다.

본 연구의 연구문제와 연구모형은 다음과 같다.

첫째, 청소년의 자극추구 기질과 외현화 문제행동 사이에서 자기조절양식과 의지적 억제양식은 매개역할을 하는가?

둘째, 청소년의 위험회피 기질과 내현화 문제행동 사이에서 자기조절양식과 의지적 억제양식은 매개역할을 하는가?

## 방 법

### 연구 대상 및 연구 절차

본 연구는 경기도 소재 3개 도시의 일반계 중학교와 고등학교 학생을 임의로 선정 한 후 총

311명을 대상으로 해당 학교 관계자의 협조를 구하고, 교사를 통해 검사 실시에 대해 부모들에게 사전에 알림으로써 동의를 얻은 후, 소속 학생들에게 연구목적을 설명하고 참여 동의를 구하여 수업에 방해되지 않는 시간을 활용하여 실시하였다. 연구를 위해 배포된 설문지는 311부였으나, 설문에 불성실하게 응답한 21명을 제외하여 총 290개의 설문지를 분석에 사용하였다(나이:  $M=16.43$ ,  $SD=1.22$ , 성별: 남=136, 여=154).

### 측정 도구

**기질.** 본 연구에서는 청소년의 기질특성을 측정하기 위해 Cloninger, Przybeck, Svrakic과 Wetzel (1994)의 심리생물인성모델에 기초하여 만들어진 기질 및 성격검사 TCI의 청소년용(12-18세)인 JTCI를 오현숙, 민병배(2004)가 표준화한 한국판 기질 및 성격검사-청소년용을 사용하였다. 이 검사는 4개의 기질차원 척도와 3개의 성격차원 척도로 구성되어 있으며, 기질 차원에는 자극추구, 위험회피, 사회적 민감성, 인내력이 포함되어 있으며, 성격차원 3개의 척도는 자율성, 연대감, 자기초월로 이루어져 있다. 본 연구에서는 청소년의 성격 차원과 인내력과 사회적 민감성을 제외한

자극추구, 위험회피 기질 차원을 측정하였다. 총 82문항으로 구성된 기질 및 성격검사 척도는 ‘그렇지 않다(0점)’에서 ‘그렇다(3점)’의 Likert 4점 척도로 측정된다. 이 검사는 전국단위 표준화를 거친 검사로서 각 하위척도 전체 내적 합치도는 자극추구 .74, 위험회피 .82, 사회적 민감성은 .69로서 사회적 민감성을 제외하고는 양호한 수준으로 나타났다. 사회적 민감성의 내적 합치도가 다소 낮은 이유는 사회적 민감성 척도가 다양한 개념을 포함함으로써 나타난 결과로 설명되고 있다.

**자기조절척도(VCI).** 본 연구에서는 Kuhl과 Fuhrmann(1998)이 개발한 의지구성목록(Volitional Components Inventory: VCI)을 윤영신(2007)이 영어판VCI-short version을 청소년 수준에 맞게 번안, 수정한 척도를 사용 하였다. 의지 구성목록(Volitional Components Inventory: VCI)은 성격체계 상호작용(PSD)이론에 따라 자기조절의 기능적 구성 요소 질문에 자기보고식 반응으로 자기조절 능력을 측정한다. 본 척도는 자기조절양식, 의지적 억제양식으로 구성되어 있으며, 응답은 ‘전혀 아니다’에 1점, ‘약간 그렇다’에 2점, ‘대체로 그렇다’에 3점, ‘아주 그렇다’에 4점 Likert척도로 총 21문항으로 구성되어 있다. 자기조절양식은 점수가 높을수록 목표 수행하기 위해 동기통제, 정서통제, 자기결정, 자기이완 등 목표와 자기(self)가 조화를 이루는 다양한 방법과 전략들의 적절한 사용을 의미한다. 의지적 억제양식에서 높은 점수는 동화, 외적통제, 실패공포, 주의 및 정서 혼란과 같은 역기능적 자기조절을 함으로써 목표 수행을 잘해나가지 못하는 것을 의미한다. 자기조절양식의 Cronbach’s  $\alpha$ 값은 .85, 의지적 억제양식은 .78로 나

타났으며 전체 내적 합치도는 .82로 양호한 수준으로 나타났다.

**청소년 자기행동평가척도(K-YSR).** 본 연구에서는 내현화·외현화 문제를 살펴보기 위해 한국판 청소년 자기행동평가척도(Korean-Youth Self Report: K-YSR)를 사용하였다. 한국판 청소년 자기행동평가척도(K-YSR)는 만 11세에서 18세까지의 청소년을 대상으로 활용되고, 크게 사회능력척도와 문제행동중후군 척도로 구성되어 있으며 본 연구에서는 문제행동중후군 척도만 사용하였다. 전체 문항 수는 119문항이며, 이 중 내현화 문제행동과 외현화 문제에 해당하는 61개 문항을 사용하였다. 내현화 문제행동은 위축 7문항, 신체증상 9문항, 우울/불안 15문항으로, 우울/불안 요인을 포함하여 총 31문항이다. 외현화 문제행동은 공격성 19문항과 비행 11문항으로 총 30문항으로 구성되어 있다. 3점 Likert척도로 구성되어 있으며, 지난 4개월 동안에 보인 행동에 대해 ‘0=전혀 아니다’, ‘1=가끔 그렇다’, ‘2=자주 그렇다’로 평가할 수 있다. 내현화 문제행동은 총 0점에서 62점 외현화 문제행동은 총 0점에서 60점의 범위를 가지며, 각 요인의 총점이 높을수록 문제행동이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 내현화 문제행동의 내적 합치도는 .90이고, 외현화 문제행동의 내적 합치도는 .88이었으며, 전체 내적 합치도는 .93으로 양호한 것으로 나타났다.

## 분석절차

수집된 자료의 분석은 SPSS 21.0 프로그램 및 SPSS Macro를 사용하여 실시하였다. 먼저 연구 모형의 기초자료가 되는 주요 변인들 간의 상관

관계를 알아보기 위하여 Pearson 이변량 상관분석을 실시하였다. 그 다음으로 자극추구 및 위협회피 기질이 자기조절을 매개로 직간접적으로 외현화 및 내현화 행동장애에 영향을 미친다는 매개모형의 유의도와 변인간 인과관계를 검증하기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 방법에 따라 위계적 중다회귀분석(hierarchical multiple regression analysis)을 실시하였다. 매개변인으로서 자기조절의 매개효과의 유의도를 검증하기 위해 sobel test와 부트스트래핑(Bootstrapping) 방법을 사용하였다. 부트스트래핑은 매개효과의 표준오차를 추정하는 방법으로, 구간추정 방법을 이용하여 95% 신뢰구간(Biased-corrected CI)에 0이 포함되지 않았을 때 매개효과가 통계적으로 유의미한 것으로 판단한다(서영석, 2010).

## 결 과

### 기초 자료 분석

기질이 자기조절양식과 의지적 억제양식을 매

개로 내현화, 외현화 문제행동에 영향을 미치는 관계를 분석하기 위한 기초자료가 되는 각 요인들의 평균 및 표준편차와 상관관계는 표 1에 제시되었다.

우선 문제행동과 기질과의 관계에서 내현화 문제행동은 자극추구 및 위협회피 기질과는 정적상관을( $r=.20, p<.01, r=.55, p<.01$ ) 나타냈으며, 외현화 문제행동과도 정적상관( $r=.49, p<.01, r=.25, p<.01$ )을 보였다. 매개변인인 자기조절양식, 의지적 억제양식과 기질과의 관계에서 자기조절양식은 자극추구, 위협회피 기질과 부적상관( $r=-.15, p<.01, r=-.30, p<.01$ )을 보였으며, 의지적 억제양식은 정적상관( $r=.28, p<.01, r=.50, p<.01$ )을 나타냈다. 마지막으로 자기조절양식, 의지적 억제양식과 문제행동과의 관계에서는 자기조절양식은 내현화, 외현화 문제행동과 부적상관( $r=-.29, p<.01, r=-.19, p<.01$ ), 의지적 억제양식과는 정적상관( $r=.53, p<.01, r=.43, p<.01$ )을 보였다. 그러나 자기조절능력 중의 하위요인인 자기조절양식과 의지적 억제양식( $r=-.04, ns$ ) 간의 상관은 통계적으로 유의미하지 않았다. 본 연구의 가설은 아니지만, 추가로

표 1. 측정변수들의 상관 및 평균, 표준편차

	1	2	3	4	5	6
1	1					
2	.14*	1				
3	-.15**	-.30**	1			
4	.28**	.50**	-.04	1		
5	.20**	.55**	-.29**	.53**	1	
6	.49**	.25**	-.19**	.43**	.66**	1
M	19.92	20.66	22.65	25.60	13.30	8.54
SD	5.58	6.18	5.64	6.04	9.34	6.90

Note 변인, 1=자극추구; 2=위협회피; 3=자기조절양식; 4=의지적억제양식; 5=내현화문제행동; 6=외현화문제행동  
\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$ .



얻은 결과(heuristic value)로는 외현화, 내현화 문제 행동은 표에서 보듯이 높은 정적 상관( $r=.66, p<.01$ )을 보인다는 것이다.

**매개효과 분석**

**위험회피와 내현화 문제행동과의 관계에서 자기조절양식과 의지적 억제양식의 매개효과**

표 2는 위험회피 기질이 내현화 문제행동에 미치는 영향에서 자기조절양식의 매개효과를 검증한 결과이다. 먼저 위험회피 기질과 내현화 문제 행동과의 사이에서 자기조절양식의 매개효과를 검증한 결과, 1단계에서 위험회피 기질이 자기조절양식에 유의한 영향을 미쳤으며( $\beta=-.30, p<.01$ ), 2단계에서 위험회피 기질이 내현화 문제행동에 유의한 영향을 미치고( $\beta=.55, p<.001$ ), 3단계에서 위험회피 기질, 자기조절양식 모두 내현화 문제행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta=.51, p<.01, \beta=-.14, p<.01$ ). 이때, 3단계의 위험회피 기질이 내현화 문제행동에 미치는 영향력이 2단계 보다 감소한 것으로 나타나( $\beta=.55 \rightarrow \beta=.51$ ), 위험회피

기질은 자기조절양식을 부분매개(partial mediating)하여 내현화 문제행동에 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다. 매개효과의 유의성을 판단하기 위해 sobel test를 실시한 결과  $Z=2.37$ 이며, 이는 자기조절양식의 매개효과가 유의미하다는 것을 의미한다( $Z=2.37, p<.01$ ). 다음으로 위험회피 기질이 의지적 억제양식을 매개로 내현화 문제행동에 미치는 영향을 살펴본 결과, 1단계에서 위험회피 기질은 의지적 억제양식에 유의한 영향을 미쳤으며( $\beta=.50, p<.001$ ), 2단계에서 위험회피 기질이 내현화 문제행동에 유의한 영향을 미쳤다( $\beta=.55, p<.01$ ). 3단계에서 위험회피 기질, 의지적 억제양식 모두 내현화 문제행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta=.37, p<.001, \beta=.34, p<.001$ ). 이때, 3단계의 위험회피 기질이 내현화 문제행동에 미치는 영향력이 2단계 보다 감소한 것으로 나타나( $\beta=.55 \rightarrow \beta=.37$ ), 위험회피 기질은 의지적 억제양식을 부분매개(partial mediating)하여 내현화 문제행동에 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다. 매개효과의 유의성을 판단하기 위해 sobel test를 실시한 결과  $Z=5.37$ 이며, 이는 의지적 억제양식의 매개효과가 유의미하다는 것을 의미한다( $Z=5.37, p<.001$ ).

표 2. 위험회피 기질과 내현화 문제행동에 대한 자기조절양식 및 의지적 억제양식의 매개효과

구분	단계	변인	B	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	F
위험회피	1단계 (독립→매개)	위험회피→자기조절	-.27	-.30	-5.29*	.09	27.99**
	2단계(독립→종속)	위험회피→내현화	.83	.55	11.14***	.30	124.07***
	3단계(독립·매개→종속)	위험회피→내현화	.77	.51	9.94***	.32	66.87***
		자기조절→내현화	-.22	-.14	-2.65**		
위험회피	1단계 (독립→매개)	위험회피→의지적억제	.49	.50	9.86***	.25	97.24***
	2단계(독립→종속)	위험회피→내현화	.82	.55	11.11***	.30	123.46***
	3단계 (독립·매개→종속)	위험회피→내현화	.56	.37	6.97***	.39	90.83***
		의지적억제→내현화	.53	.34	6.40***		

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

**자극추구와 외현화 문제행동과의 관계에서 자기조절양식과 의지적 억제양식의 매개효과**

표 3와 자극추구 기질이 외현화 문제행동에 미치는 영향에서 자기조절양식의 매개효과를 검증한 결과이다. 2단계에서 자극추구 기질은 외현화 문제행동에 유의한 영향을 미쳤고( $\beta=.48, p<.001$ ), 3단계에서 자극추구 기질과 자기조절양식 모두 외현화 문제에 유의한 영향을 미쳤으나( $\beta=.47, p<.001, \beta=-.12, p<.001$ ), 1단계에서 자극추구 기질과 매개변인인 자기조절 양식과 유의한 관계가 나타나지 않아( $\beta=.10, ns$ ) Baron과 Kenny(1986)의 1단계 조건에 충족되지 않음으로 자극추구 기질과 외현화 문제행동과의 사이에서 자기조절양식의 매개효과는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 다음으로, 자극추구 기질이 의지적 억제양식을 매개로 외현화 문제행동에 미치는 영향을 검증한 결과, 1단계에서 자극추구 기질이 의지적 억제양식에 유의한 영향을 미쳤고( $\beta=.28, p<.001$ ), 2단계에서 자극추구 기질이 내현화 문제행동에 유의한 영향을 미쳤으며( $\beta=.49, p<.001$ ), 3단계에서 자극추구 기질, 의지적 억제양식 모두 외현화 문제행

동에 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta=.40, p<.001, \beta=.32, p<.001$ ). 이때, 3단계의 자극추구 기질이 외현화 문제행동에 미치는 영향력이 2단계 보다 감소한 것으로 나타나( $\beta=.49 \rightarrow \beta=.40$ ) 자극추구 기질은 의지적 억제양식을 부분매개(partial mediating)하여 외현화 문제행동에 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다. 매개효과의 유의성을 판단하기 위해 sobel test를 실시한 결과  $Z=3.35$ 이며, 이는 의지적 억제양식의 매개효과가 유의미하다는 것을 의미한다( $Z=3.35, p<.001$ ).

이렇게 도출된 매개모형에서의 간접효과 크기가 유의한지 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 활용하여 검증하였다. 매개효과(ab)의 유의성을 검증하는 방법으로 그동안 많이 활용되어온 Sobel 검증의 경우, 간접효과(ab) 분포의 정규성을 가정하고 있기 때문에, 실제 표본의 분포를 반영하지 못하여 통계적 검증력이 낮아진다는 한계가 있다. 반면, 부트스트래핑 방법은 표본 분포의 정규성을 가정하지 않고 통계적 모의실험 절차를 통해 대규모 가상 무선 표본을 만든 후 매개효과의 유의성이 통계적 무선오차에 의한 결과가 아니라는 것을 확인하게 되므로(Shrout & Bolger, 2002), S

표 3. 자극추구 기질과 외현화 문제행동에 대한 자기조절양식 및 의지적 억제양식의 매개효과

구분	단계	변인	B	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	F
자극추구	1단계 (독립→매개)	자극추구→자기조절	.14	.10	1.69	.01	2.85
	2단계(독립→중속)	자극추구→외현화	.59	.48	9.35***	.23	87.46***
	3단계 (독립·매개→중속)	자극추구→외현화 자기조절→외현화	.57 -.15	.47 -.12	8.97** -2.34*	.25	47.17***
자극추구	1단계 (독립→매개)	자극추구→의지적억제	.31	.28	5.04***	.08	25.45***
	2단계(독립→중속)	자극추구→외현화	.61	.49	9.57***	.24	91.65***
	3단계 (독립·매개→중속)	자극추구→외현화 의지적억제→외현화	.49 .36	.40 .32	7.95*** 6.28***	.33	71.73***

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

표 4. 간접효과검증을 위한 부트스트래핑 분석 결과 (N = 290)

경로	Effect	Boot S.E.	95%신뢰구간	
			LLCI	ULCI
위험회피→자기조절양식→내현화문제행동	.06	.02	.02	.12
위험회피→의지적억제→내현화문제행동	.26	.05	.17	.38
자극추구→의지적억제→외현화문제행동	.11	.03	.06	.18

obel test에 비해 비교적 검증력이 높은 것으로 알려져 있다(Preacher, Rucker, & Hayes, 2007). 본 절차에서 부트스트래핑으로 재 추출된 표본 수는 5,000개였으며 부트스트랩 결과, 자극추구 기질과 위험회피 기질이 자기조절능력(자기조절양식, 의지적 억제양식)을 매개로 내현화 및 외현화 문제행동 각각에 미치는 경로 계수가 95% 신뢰구간의 하한값과 상한값 사이에서 0을 포함하고 있지 않아(.02, .12; .17, .38; .16, .18) 통계적으로 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다.

### 논의 및 결론

본 연구에서는 청소년 문제행동의 예방과 개입에 대한 시사점을 얻기 위해 청소년의 기질과 문제행동의 관계에서 자기조절능력이 매개하는지 검증하였다. 선행연구를 바탕으로 기질을 자극추구와 위험회피로 설정하였으며, 매개변인인 자기조절능력은 자기조절 양식과 의지적 억제 양식으로 구분하여 살펴보았다. 연구결과를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 자극추구 및 위험회피 기질, 자기조절양식과 의지적 억제양식 그리고 내현화 및 외현화 문제행동 간에는 모두 유의하게 상관이 있는 것으로 나타났다. 먼저, 자극추구 기질은 외현화 문제행동과 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 자극

추구 기질은 호기심이 많고 충동적이며, 자극에 대한 접근이 빠르고 쉽게 흥분하고 쉽게 실망하며 쉽게 분노하고 무질제하며 자유분방한 성향으로서 이러한 성향이 높은 것은 규칙을 잘 어기고 공격성 행동을 하는 비행 등의 외현화 문제 성향이 높아질 수 있음을 의미한다. 다음으로 위험회피 기질 또한 내현화 문제행동과 매우 유의한 정적 상관이 있었다. 즉, 조심성 많고 잘 위축되며 근심, 걱정이 많고 미리 걱정하며 스트레스를 잘 받을뿐더러 쉽게 지치는 이러한 성향이 높은 것은 우울, 불안, 사회적 위축과 같은 내현화 문제행동 성향이 높아질 수 있음을 의미한다. 이 연구결과는 그간 기질과 문제행동과의 관계에 대한 연구 결과로서 자극 추구 기질이 청소년의 외현화 부적응 행동에 영향을 미친다고 보고한 여러 선행 연구들과 위험회피 기질이 청소년의 내현화 부적응행동에 영향을 미친다고 보고한 여러 연구 결과를 지지하는 결과라 할 수 있다(김보경, 민병배, 2006; 한창환, 2003; Dinya et al., 2012). 다음으로, 수월하게 목표 수행을 도와주는 효과적인 자기조절능력인 자기조절양식은 내현화, 외현화 문제행동과 부적 상관을 보였으며, 비효율적인 자기조절능력을 의미하는 의지적 억제양식은 내현화, 외현화 문제행동과 정적 상관을 보였다. 자기조절양식 즉, 자신의 행동을 중단하고 내적 상태를 변화시킬 수 있으며, 바람직하지 않은 행동 경

항성이 실제 행동으로 실행되는 과정을 중지할 수 있는 능력이 부족할수록 내현화, 외현화 문제 행동을 보일 가능성이 높음을 의미한다. 의지적 억제양식의 측면에서도 의지적 억제양식이 학교 생활부적응을 일으키고, 삶의 만족에 부적으로 영향을 미친다는 연구(송현심, 성승연, 2015; 원두리, 2011)와도 유사한 결과라 할 수 있다. 이러한 결과는 주로 유아와 아동에게서 발견된 자기조절능력의 결핍과 외현화 및 내현화 장애의 관계(Gilliom et al., 2002)가 청소년에게서도 확인된 것이며 본 연구에서는 특히 자기조절의 긍정적인 측면과 부정적인 측면이 구분되어 확인되었다는 것에 의의가 있다. 또한, 자극추구, 위험회피 기질 모두 자기조절양식과는 유의한 부적 상관을 보였는데, 이는 자극추구, 위험회피 기질이 높을수록 적응적인 자기조절능력이 부족함을 의미한다. 이 또한 주로 유아 및 아동에게서 기질이 자기조절 능력 발달의 개인차 요인(Calkins, 2002)이라고 보고된 기존의 연구 및 유아 및 아동의 기질이 자기조절에 갖는 부정적 영향을 보고한 선행연구(서은희, 이미숙, 2012; 최미숙, 김미숙, 2005)를 지지하는 결과로서, 이 결과는 발달상 차이가 있는 청소년에게도 호환 가능한 결과로 확인된 것이다. 반면, 자극추구, 위험회피 기질과 의지적 억제양식은 유의한 정적인 상관을 보였다. 즉, 자극추구 기질과 위험회피 기질 모두 높을수록 부적응적이고 비효율적인 자기조절을 할 가능성이 높음을 의미한다. 한편, 자기조절능력의 자기조절양식과 의지적 억제양식은 상관을 나타내지 않았다. 이는 기존의 연구와도 일치하는 결과로서 자기조절양식과 의지적 억제양식이 서로 독립적인 개념임을 의미하는 것이며, 이는 두 개념이 분리 연구될 필

요가 있다는 본 연구의 가정을 확인해주는 결과라 할 수 있다(한창훈, 조영아, 2014).

둘째, 본 연구에서 가설검증의 기초자료로 살펴 보기 위한 상관분석에서 추가로 얻은 결과(heuristic value)는 외현화 장애와 내현화 장애가 통계적으로 매우 유의한 수준에서 상당히 높은 비율로 정적 상관이 있다는 것이다. 측정된 외현화 행동문제는 공격성과 품행문제의 비행과 관련되며 내현화 행동문제는 사회적 위축, 신체증상, 우울 및 불안과 관련됨으로써 두 문제행동 양식은 정신병리적으로 서로 구별되는 증상임에도 불구하고 두 장애 유형의 상관이 높다는 것은 다음과 같은 몇 가지 시사점을 내포한다. 논의는 공병요인 및 변별진단과 관련되며 먼저, 외현화 및 내현화 문제행동의 상관이 높다는 것은 두 유형의 공병률이 높다는 것을 의미한다. 가정하여볼 때 이것은 두 문제 유형에 공통적으로 영향을 미치는 기질 이외의 다른 변인, 예를 들어 환경 또는 기질과 성격의 상호작용 또는 기질과 환경의 상호작용 등이 관여하고 있다는 것을 유추할 수 있다. 따라서 본 연구와 같이 외현화 및 내현화 문제행동의 변별 요인 및 차이 경로를 탐색하는 것도 중요하지만 이 외에도 두 장애 유형에 공통적으로 영향을 미치는 요인을 탐색하는 것도 청소년 문제행동과 정신병리를 미연에 방지할 수 있는 중요한 방법이 될 것이라는 점이다. 청소년의 외현화 및 내현화 문제행동은 증상의 경과와 발전에 따라 각각 다양한 진단명의 하위 정신장애(예: 품행장애, 반항성장애, 불안장애, 사회공포증, 우울장애 등)로 진단될 것이기 때문이다. 따라서 외현화 및 내현화 문제행동의 공통요인과 공통의 진행 경과에 대한 연구가 계속될 필요가 있

다. 다음 변별 진단과 관련하여, 선행연구와 마찬가지로 본 연구에서도 기질 요인 중 자극추구가 외현화 문제행동과 그리고 위험회피가 내현화 문제행동과 가장 크게 관계가 있다는 결과가 나왔지만, 자극추구 기질은 내현화 문제행동, 그리고 위험회피 기질은 외현화 문제행동에도 비교적 작지만 통계적으로 유의한 수준의 상관이 있는 것으로 나타났다. 우울-비행이 공존하는 집단의 경우 정상 집단에 비해 위험회피 및 자극추구 기질이 모두 높다는 선행연구를 고려해 볼 때(박정훈, 오경자, 2016; 이주영, 오경자, 2010), 위험회피 기질 및 자극추구 기질이 모두 높거나 혹은 내재화 및 외현화 문제가 공존하여 위험회피 기질과 외현화 문제, 자극추구 기질과 내현화 장애의 유의한 상관관계의 원인으로 작용했을 가능성이 존재한다. 그리고 이는 각각의 기질 요인의 영향 이외에도 기질 요인들의 조합인 기질 구조를 외현화 및 내현화 문제행동과 관련시켜 연구해보는 것이 중요함을 시사한다.

셋째, 본 연구의 가설인 청소년의 자극추구 기질과 위험회피 기질이 내현화, 외현화 문제행동에 미치는 영향에서 자기조절양식의 매개효과를 검증한 결과, 자기조절양식은 위험회피와 내현화 문제행동과의 관계에서만 부분 매개하는 것으로 확인되었다. 즉, 선행연구에서 보고된 바와 같이 위험회피 기질이 내현화, 외현화 문제행동에 직접적인 영향을 미치지만 그 경로 상에서 간접적으로 자기조절양식을 통해서도 영향을 미치는 것으로 나타난 것이다. 위험회피 기질이 높은 사람들은 부끄러움, 조심성, 걱정, 의심, 긴장감이 많고 매사에 쉽게 피로감을 느끼기 때문에 이러한 수동적 억제 성향이 높을수록 우울, 불안, 신체증상 등과

같은 내현화 문제행동의 원인이 되기도 하지만, 위험하고 불안정한 정서를 느끼는 상황에서 자신의 반응을 조절하고 불안과 두려움을 통제하는 기제인 자기조절이 잘 이루어지지 못함으로써 우울, 불안, 위축감 등의 내현화 문제가 발생되기도 한다는 것이다. 이 결과는 자기조절양식의 매개 모형에 의해서 내현화 문제행동의 설명력이 증가하고 위험회피의 내현화 문제행동에 대한 직접 효과는 감소함으로써 기질만으로 부적응적 행동을 설명하기는 제한점이 있다는 본 연구의 가정을 재차 뒷받침한다고 볼 수 있다. 아울러 아동에게서 발견된 자기조절과 내현화 장애의 관련성(Blair & Razza, 2007; Gilliom et al., 2002)이 청소년에게도 호환됨을 확인했다는 의의가 있다.

넷째, 청소년의 자극추구 기질과 위험회피 기질이 내현화, 외현화 문제행동에 미치는 영향에서 의지적 억제양식의 매개효과를 검증한 결과, 의지적 억제양식은 위험회피와 내현화 문제행동, 자극추구와 외현화 문제행동 사이에서 모두 부분 매개하는 것으로 나타났다. 바꿔 말하면, 선행연구를 통해 보고된 바대로 위험회피 기질은 내현화 문제행동에, 자극추구 기질은 외현화 행동에 직접적인 영향을 미치지만 본 연구를 통해서 의지적 억제양식이 중간에서 매개역할을 함으로써 간접적인 영향을 미치는 것이 발견되었다. 먼저, 위험하거나 힘오스러운 자극에 대하여 행동이 위축되는 위험회피 기질이 높을수록 억압적이고 과잉 통제적인 비효율적 자기조절이 상승 되고 이것이 우울, 불안, 위축과 같은 내현화 문제행동으로 이어질 수 있음을 의미한다. 마찬가지로 새로운 자극에 쉽게 이끌리고, 호기심이 많으며 쉽게 흥분하는 자극추구 기질이 높을수록 비효율적인 자기조

절이 상승 되고 외현화 문제 행동으로 이어질 수 있음을 의미한다. 결과적으로, 높은 자극추구 및 위험회피 기질과 같은 기질적 취약성은 과잉통제 및 억압과 같은 비효율적인 자기조절방식에 영향을 미쳐 자기조절피로감을 촉진하게 되며(Moller et al., 2006) 이 과정에서 야기되는 스트레스가 문제행동을 가중시키는 것으로 볼 수 있다. 이는 의지적 억제양식이 심리사회적 적응과 학교생활 적응 및 삶의 만족에 부적으로 영향을 미친다는 기존의 연구(이회란, 2012; 한창훈, 조영아, 2014)와 내재화 및 외현화 행동문제 모두에 영향력이 큰 변인이라고 보고한 윤영신(2007)의 연구와도 일맥상통하는 결과로서, 높은 위험회피와 높은 자극추구와 같은 기질적 취약성을 가진 청소년들을 위해서는 의지적 억제양식에 개입하는 것이 기질적 특성으로 인한 문제행동을 변화시키는 한 방법일 수 있음을 의미한다.

본 연구결과는 매우 중요한 시사점을 나타낸다. 기질은 유전적이고 생물학적인 요인으로 (절차적, 양적 학습에 의해 변화가 전혀 안 되는 것은 아니지만) 변화가 비교적 쉽지 않은 속성인 반면, 자기조절 능력은 기질의 영향을 받는다 해도 환경과의 상호작용 속에서 발달하는 속성이므로 변화가 훨씬 용이한 편이다(Kopp, 1982; Posner & Rothbart, 2000). 곧, 자기조절 능력은 기질을 매개하여 외현화 및 내현화 문제행동에 영향을 미칠 수도 있지만, 역으로 기질보다는 변화가 쉬운 속성인 자기조절능력은 외현화 및 내현화 문제행동의 보호 요인이 될 수 있다는 점이다. 성상희, 홍창희, 김귀애(2014)의 연구에서 남자 비행 청소년을 대상으로 말로 자신의 감정을 표현하기, 타인의 감정에 예민하게 반응하기, 퍼즐이나 블록

쌓기 등과 같은 자기조절능력을 향상시킬 수 있는 프로그램을 실시한 결과, 자기 통제력이 유의하게 상승하였고, 충동성과 공격성은 유의하게 저하되는 결과가 나타나기도 하였다. 따라서 복잡한 사고나 의사결정과 같은 고차원적 뇌기능의 발달이 빠르게 이루어지는 청소년기에 이와 관련된 자기조절 능력을 향상 시킨다면, 즉 의도한 목표를 수행하기 위하여 동기통제, 정서통제, 자기결정 등 목표와 자기가 조화를 이루는 방법을 발전시킨다면 근심, 걱정이 많고 미리 걱정하며 스트레스에 취약하고 쉽게 지치며 신경질적인 특성의 위험회피 성향이 큰 유형의 청소년들이나 충동성이 크고 흥분을 잘하며 쉽게 낙심하는 특성의 청소년 또한 내현화 및 외현화 문제행동의 예방 또는 개선의 효과를 갖게 될 것이다.

본 연구는 자극추구 기질과 위험회피 기질이 내현화 및 외현화 문제행동에 영향을 미친다는 선행연구 결과에서 출발하여 기질과 외현화 및 내현화 문제행동 사이에서 자기조절능력인 자기조절양식 및 의지적 억제 양식의 매개 역할을 확인함으로써 외현화 및 내현화 장애의 발생에 대한 구체적인 설명력을 높였다는 것에 연구의 의의가 있다. 또한, 유아와 아동에게서 주로 강조되던 자기조절능력이 청소년의 문제행동을 예방하는 보호요인으로 작용할 수 있다는 것을 발견한 점 또한 본 연구결과의 의의라 할 것이다.

본 연구는 다음과 같은 제한점을 갖는다. 첫째, 본 연구는 표집의 범위가 경기도 지역 청소년들로 국한되었기 때문에 연구결과를 일반화하기에는 제한점이 있다. 따라서 후속연구에서는 다양한 지역을 연구에 포함시킬 필요가 있다. 둘째, 청소년의 기질 및 자기조절 능력에 성차가 존재할 수 있다. 본 연구에서는 변인들 간의 관계에 초점을

두고 연구하면서 성차는 고려되지 않았다는 제한점이 있다. 추후 연구에서는 성차를 연구 설계에 포함하여 청소년의 외현화 및 내현화 문제행동에 대한 성별에 따른 예방 및 개입 방안을 마련하는데 보다 정교한 자료를 얻을 수 있기를 기대한다. 셋째, 본 연구는 중, 고등학생을 구분하지 않고 조사했다는 제한점이 있다. 청소년이라 하더라도 중학생과 고등학생은 발달상 차이가 있을 수 있으므로 추후에는 학년과 연령을 고려하여 연구한다면 발달상의 특징을 고려한 보다 정교한 결과를 얻을 수 있을 것이라 기대한다.

## 참 고 문 헌

- 김리진, 정옥분 (2012). 유아의 기질과 자기조절능력의 관계: 보육교사-유아 관계와 어머니의 양육행동의 매개효과 검증. *인간발달연구*, 19(1) 89-104.
- 김보경, 민병배 (2006). 청소년 우울과 지각된 부모 양육행동, 기질 및 성격의 관계. *한국심리학회지: 임상*, 25(1), 221-236.
- 김성주, 정윤경 (2019). 아동초기 실행기능의 발달과 자기조절 능력의 관련성: 만족지연 과제를 중심으로. *한국심리학회지: 발달*, 32(2), 149-169.
- 김연수, 광금주 (2016). 영아기 기질의 변화가 아동초기 외현화 문제행동에 미치는 영향: 부정적 정서와 조절을 중심으로. *한국심리학회지: 발달*, 29(3), 95-111.
- 김지윤, 도현심, 김민정 (2008). 부부갈등과 유아의 기질 및 정서조절능력이 유아의 문제행동에 미치는 영향. *아동학회지*, 29(5), 133-150.
- 남영옥, 김정남 (2010). 청소년 문제행동에 영향을 미치는 심리사회적 요인 연구. *청소년복지연구*, 12(2), 123-141.
- 박정훈, 오경자 (2016). 위험회피 기질과 자극추구 기질이 청소년의 정신건강에 미치는 영향, 정서조절과  
 란의 매개효과. *청소년학연구*, 23(2), 221-241.
- 서영석 (2010). 상담심리 연구에서 매개효과와 조절효과 검증: 개념적 구분 및 자료 분석 시 고려 사항. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(4), 1147-1168.
- 서은희, 이미숙 (2012). 유아의 활동성 기질과 자기조절 능력과의 관계. *한국가정관리학회지*, 30(2), 27-46.
- 성상희, 홍창희, 김귀애 (2014). 자기조절능력 향상 프로그램이 남자 비행청소년의 자기통제력, 충동성 및 공격성에 미치는 효과. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 28(2), 157-178.
- 송민섭 (2016.7.27). 뇌의 고차원적 기능은 10대 때 가장 빠르게 성장. *세계일보*, <http://m.segye.com/view/20160727002338>에서 자료 얻음.
- 송현심, 성승연 (2015). 사회적 지지가 중학생의 학교생활 적응과 삶의 만족에 미치는 영향: 자아탄력성, 자기조절의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 27(1), 129-157.
- 오현숙, 민병배 (2004). 기질 및 성격 검사. 서울: 마음사랑.
- 원두리 (2011). 사회적지지, 희망 및 문제해결 대처가 청소년의 심리적 안녕감에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 16(2), 297-311.
- 윤영신 (2007). 청소년의 자기조절관련변인 연구. 숙명여자대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 이경남 (2010). 부모변인과 아동의 기질 및 내재적 통제소재가 자기조절능력에 미치는 영향. *한국가정관리학회 학술발표대회 자료집*, 300-300.
- 이명주, 홍창희 (2006). 실행기능의 차원과 영역별 발달. *한국 심리학회지: 임상*, 25(2), 587-602.
- 이정운, 최수미 (2011). 지각된 부모양육태도와 초기 청소년의 문제행동: 자기조절의 매개효과. *상담학연구*, 12(2), 635-650.
- 이주영, 오경자 (2010). 청소년기 우울-비행 공존 집단에 영향을 미치는 기질 및 성별의 효과: 잠재 프로파일 분석 (Latent profile analysis)의 적용. *한국심리학회지: 임상*, 29(1), 53-72.
- 이희란 (2012). 부모의 자율성지지 및 심리적 통제와 자녀의 심리사회적 적응의 관계: 자녀의 자기조절양

- 식의 매개효과. 단국대학교 대학원 박사학위 청구 논문.
- 임지영 (2012). 공격성 위험집단 청소년의 외현적, 내현적 자기애와 주도적, 반응적 공격성간의 관계. *청소년학연구*, 19(12), 1-29.
- 장혜인 (2010). 자기조절적 기질로서의 통제노력 : 연구 현황과 과제. *한국 심리학회지: 발달*, 23(3), 19-35.
- 정혜진, 이완정 (2009). 유아의 기질과 자기조절능력에 따른 문제행동. *한국가정관리학회지*, 27(3), 159-170.
- 최미숙, 김미숙(2005). 교사가 지각한 유아의 기질과 유아의 자기조절능력 및 사회적 능력과의 관계. *한국 영유아보육학*, 42, 209-228.
- 하승수, 권석만 (2011). 기질과 지각된 부모 양육태도가 성격 강점에 미치는 영향: 지각된 부모 양육태도의 매개효과를 중심으로. *한국심리학회지: 임상*, 30(1), 263-284.
- 한창환 (2003). 생물 유전적 기질과 가정환경이 청소년기 우울, 품행장애 성향 및 반사회적 행동에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 한창훈, 조영아 (2014). 청소년의 자기조절능력과 학업 스트레스와의 관계: 낙관성의 조절효과를 중심으로. *청소년학연구*, 21(12), 205-231.
- 황순길, 김동민, 강태훈, 손재환, 김지혜 (2016). 전국 청소년 위기실태 및 위기결과 분석. *청소년복지연구*, 18(4), 47-70.
- Achenbach, T. M., & Edelbrock, C. S. (1978). The classification of child psychopathology: a review and analysis of empirical efforts. *Psychological Bulletin*, 85(6), 1275 - 1301.
- Albayrak-Kaymak, D. (1999). Internalizing or externalizing: Screening for both problem youth. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 21(2), 125-137.
- An, M. K. (1997). *A study on the relationships among selfregulation, temperament of children, and mother's childrearing behavior*, Unpublished master's thesis. Seoul.: Seoul Women's University,
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator - mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Bauer, I. M., & Baumeister R. F. (2011). *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications*. NY: Guilford Publications.
- Baumann, N., Kaschel, R., & Kuhl, J. (2007). Affect sensitivity and affect regulation in dealing with positive and negative affect. *Journal of Research in Personality*, 41(1), 239-248.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice., D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science*, 16(6), 351-355.
- Blair, C., & Razza, R. P. (2007). Relating effortful control, executive function, and false belief understanding to emerging math and literacy ability in kindergarten. *Child Development*, 78(2), 647-663.
- Calkins, S. D. (2002). Does aversive behavior during toddlerhood matter? The effects of difficult temperament on maternal perceptions and behavior. *Infant Mental Health Journal*, 23(4), 381-402.
- Cloninger, C. R., Bayon, C., & Svrakic, D. M. (1998). Measurement of temperament and character in mood disorders: A model of fundamental states as personality types. *Journal of Affective Disorders*, 51(1), 21 - 32.
- Cloninger, C. R., Przybeck, T. R., Svrakic, D. M. & Wetzel, R. D. (1994). *The Temperament and Character Inventory(TCI): A Guide to its Development and use*. St. Louis, Missouri: Center for Psychobiology of Personality
- Dennis, T. A., Brotman, L. M., Huang, K. Y., &



- Gouley, K. K. (2007). Effortful control, social competence, and adjustment problems in children at risk for psychopathology. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 36*(3), 442-454.
- Dinya, E., Csorba, J., Suli, A., & Grosz, Z. (2012). Behaviour profile of Hungarian adolescent outpatients with a dual diagnosis. *Research in developmental disabilities, 33*(5), 1574-1580.
- Fonagy, P., & Target, M. (2002). Early intervention and the development of self-regulation. *Psychoanalytic Inquiry, 23*(3), 307-335.
- Gestsdottir, S., & Lerner, R. M. (2008). Positive development in adolescence: The development and role of intentional self-regulation. *Human Development, 51*(3), 202-224.
- Gilliom, M., Shaw, D. S., Beck, J. E., Schonberg, M. A., & Lukon J. L. (2002). Anger regulation in disadvantaged preschool boys: strategies, antecedents, and the development of self-control. *Developmental Psychology, 38*(2), 222-235.
- Kazdin, A. E. (1993). Adolescent mental health : Prevention and treatment programs. *American Psychologist, 48*(2), 127-141.
- Kopp, C. B. (1982). The Antecedents of Self-regulation :A Developmental Perspective *Development Psychology, 18*(2), 199-214.
- Kuhl, J., & A. Fuhrmann(1998). Decomposing self-regulation and self-control: The volitional components inventory. In J. Heckhausen & C. S. Dweck (Eds.), *Motivation and self-regulation across the life span* (p. 15 - 49). Cambridge University Press.
- Kuhl, J., Kazén, M., & Koole, S. L. (2006). Putting self regulation theory into practice: A user's manual. *Applied Psychology, 55*(3), 408-418.
- Moller, A. C., Deci, E. L., & Ryan R. M. (2006). Choice and ego-depletion: The moderating role of autonomy. *Personality and Social Psychology Bulletin, 32*(8), 1024-1036.
- Morosanova, V. I., & Fomina, T. G. (2017). Self-regulation as a Mediator in the Relationship between Anxiety and Academic Examination Performance. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 237*(21), 1066-1070.
- Neuenschwander, R., & Blair, C. (2017). Zooming in on children's behavior during delay of gratification: Disentangling impulsogenic and volitional processes underlying self-regulation. *Journal of Experimental Child Psychology, 154*(2), 46-63.
- Posner, M. I., & Rothbart M. K. (2000). Developing mechanisms of self-regulation. *Development and Psychopathology, 12*(3), 427-441.
- Preacher, K. J., Rucker,D. D., & Hayes, A. F. (2007). Addressing moderated mediation hypotheses: Theory, methods, and prescriptions. *Multivariate Behavioral Research, 42*(1), 185-227.
- Rothbart, M., & Bates, J. E. (1998). Temperament. In W. Damon & N. Eisenberg (Eds.) *Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional, and personality development*. (5th ed., pp.105-176). New York: Wiley.
- Rothbart, M. K., & Jones, L. B. (1998). Temperament, Self-regulation, and education. *School Psychology Review, 27*(4), 479-492.
- Rueda, M. R., Posner, M. I., & Rothbart, M. K. (2005). The development of executive attention: Contributions to the emergence of self-regulation. *Developmental Neuropsychology, 28*(2), 573-594.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: new procedures and recommendations. *Psychological Methods, 7*(4), 422-445.
- Tice, D. M. Baumeister., R. F., Shmueli, D., & Muraven, M. (2007). Restoring the self: Positive affect helps improve self-regulation following ego

- depletion. *Journal of Experimental Social Psychology*, 43(3), 379-384.
- Valiente, C., Lemery-Chalfant, K & Castro, K. S. (2007). Children's effortful control and academic competence: Mediation through school liking. *Merrill-Palmer Quarterly*, 53(1), 1-25.
- Wills, T. A., DuHamel, K., & Vaccaro, D. (1995). Activity and mood temperament as predictors of adolescent substance use: Test of a self-regulation mediational model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(5), 901-916.

원고접수일: 2020년 8월 31일

논문심사일: 2020년 9월 6일

게재결정일: 2020년 10월 13일

한국심리학회지: 건강

The Korean Journal of Health Psychology

2020. Vol. 25, No. 6, 1143 - 1161

---

# The Effects of Novelty Seeking and Harm Avoidance, Self-regulation Abilities, on Adolescent's Internalizing and Externalizing Problem Behaviors: Focused on the Mediating Effects of Self-regulation Mode and Volitional Inhibition Mode

JangHyun Hong  
Shin Woo Hospital  
Clinical Psychologist

HyunSook Oh  
Dept. of Psychology and  
Childcare, Hanshin University

This study aimed to examine the mediating effect of self-regulation mode, volitional inhibition mode in the relationships between novelty seeking, harm avoidance, and behavior of internalization and externalization problems among adolescents. For this purpose, surveys using the Junior Temperament and Character Inventory (JTCD), self-regulating ability scale (VCI), and internalization and externalization problem behavior scale of Youth Self-Report (YSR) were carried out with 290 middle school and high school students as the respondents. The results of the study showed that novelty seeking and harm avoidance were both positively related with internalization and externalization. Meanwhile, self-regulation mode, a mediating variable, was negatively related to all of novelty seeking, harm avoidance, and internalization and externalization problems. . Second, it was found that only the volitional inhibition mode was partially mediated in the relationship between novelty seeking temperament and externalization problem behavior. Third, the relationship between harm avoidance temperament and internalization problem behavior was shown to be partially mediated by both the self-regulation mode and the volitional inhibition mode. Finally, the implications and limitations of this study were discussed in the conclusion.

*Keywords:* Temperament, Self-regulation ability, Self-regulation mode, Volitional inhibition mode, Internalizing and Externalizing Problem Behaviors