

# 대학생의 우울 생성적 추론 양식과 과일반 기억 및 우울 증상의 관계: 자기 기능의 조절된 매개 효과<sup>†</sup>

한 시 은	이 종 환	임 종 민	장 문 선 <sup>‡</sup>
경북대학교병원 임상심리사	울산대학교 의과대학 의학교육학교실 연구교수	경북대학교 전문강사	경북대학교 심리학과 교수

본 연구는 우울 생성적 추론 양식과 우울 증상의 관련성에서 과일반 기억의 매개 효과를 확인하고자 수행되었다. 또 과일반 기억과 우울 증상 사이를 조절할 수 있는 변인으로 자기 기능의 조절 효과를 확인한 후, 조절된 매개 효과를 검증하였다. 검사 참여에 동의한 98명을 대상으로 자서전적 기억 검사(AMT)와 주제통각검사(TAT)를 활용한 SCORS-G 평정을 실시하였고 이를 통해 기억의 과일반 정도와 자기 기능을 평가하였다. 연구 결과, 우울생성적 추론 양식이 높을수록 과일반 기억 수준이 높아지고 이는 우울 증상을 심화시키는 것으로 나타났다. 마지막으로, 우울 생성적 추론 양식이 과일반 기억을 거쳐 우울 증상으로 이어지는 경로에서 자기 기능의 조절된 매개효과가 유의하였는데, 자기 기능이 높은 조건에서는 매개효과가 유의하지 않은 것으로 나타났다. 본 연구의 결과는 과일반 기억과 우울 증상의 관계에서 자기 기능의 중요성을 밝혔다는 점에서 의의가 있다.

주요어: 과일반 기억, 우울 생성적 추론 양식, 자기 기능, 우울 증상

<sup>†</sup> 이 논문은 한시은의 석사학위 청구논문을 수정 정리한 것임.

<sup>‡</sup> 교신저자(Corresponding author): 장문선, (41566) 대구광역시 북구 대학로 80 경북대학교 심리학과 교수,  
Tel: 053-950-5247, E-mail: moonsun@knu.ac.kr

우울장애(depressive disorders)는 슬픔, 공허, 과민한 기분 등이 존재하고 개인의 기능 수행에 유의한 영향을 미치는 장애이다(American Psychiatric Association [APA], 2022). 우울장애의 질병 부담도는 다양한 신체 및 정신 질환 중 3번째로 높게 나타나(World Health Organization, 2008), 우울장애를 다루는 연구는 중요할 것으로 보인다. 우울장애의 치료에 관한 메타분석 연구에 따르면 그동안 우울장애의 치료는 인지 치료를 중심으로 이루어졌다(Cuijpers et al., 2013). 국내에서 실시한 우울증의 근거기반치료 연구에 따르면 인지 치료는 우울장애에 효과가 있는 치료로 분류되었다(권호인, 2020).

Abramson, Metalsky와 Alloy(1989)는 부정적 사건에 대한 내부적, 안정적, 전반적 귀인이 우울 증상의 원인이라고 보는 귀인 이론을 스트레스-취약성 모델에 근거한 절망감 이론으로 발전시켰다. 기존의 귀인 이론에서는 원인 추론만을 강조하였다면, 절망감 이론에서는 내부적, 안정적, 전반적 귀인양식에 더하여 좋지 못한 결과를 추론하는 것과 자신을 무가치한 사람으로 추론하는 경향을 포함하는 우울 생성적 추론 양식을 주장하였다. 우울 생성적 추론 양식은 세 가지로 구성된다. 첫째, 원인 추론(inferred cause)은 부정적 생활 사건이 앞으로도 계속 일어날 것이라 추론하고, 다른 상황에서도 마찬가지로 부정적 생활 사건이 일어날 것이라고 보는 것을 의미한다. 둘째, 결과 추론(inferred consequence)은 부정적 생활 사건으로 인한 결과를 다시 부정적으로 추론함을 의미한다. 마지막으로 자기 추론(inferred self)은 부정적 생활 사건이 일어난 사실로부터 자신의 가치, 능력, 성격, 욕구 등을 도출해내는 부

정적 추론을 말한다. 우울 생성적 추론 양식은 Beck(2002)의 역기능적 인지 도식에서도 중심적인 것으로 알려져 있다. 역기능적 인지 도식은 자기 추론 및 결과 추론과 유사하게 부정적인 자기 특성이 변화할 가능성이 없다 생각되고 삶의 많은 영역에서 중요한 결과를 얻는 데 방해된다고 믿을 때 절망감을 유발할 가능성을 높이는 도식을 의미한다. 실제로 다양한 연구에서 우울 생성적 추론 양식과 우울 간의 관계를 확인하였다. 대표적으로 Alloy 등(1999)은 Beck(1987)의 인지 이론과 Abramson 등(1989)의 절망감 이론을 바탕으로 개인의 우울 삽화 발생 가능성을 높이는 부정적 인지 양식을 가정하고 이것이 부정적 생활 사건과 우울의 아형을 인지적으로 매개할 것이라고 가정하였다. 연구 결과, 우울 생성적 추론 양식은 우울장애와 자살에 대한 취약성이 될 수 있음을 밝혔다. 이처럼 우울 생성적 추론 양식은 우울장애와 밀접한 관련이 있는 것으로 보인다. 그러나 Haefel 등(2008)에 따르면 우울 생성적 추론 양식이 절망감의 발생 가능성을 증가시키는 원인이지만, 항상 절망감으로 이어지지는 않는다고 주장하였다. 즉 우울 생성적 추론 양식은 우울증의 취약성 요인이 될 수는 있으나, 반드시 우울증을 발생시키지는 않는다. 따라서 우울 생성적 추론 양식과 우울 증상의 관계를 설명하는 다른 변인이 있을 것으로 볼 수 있다.

본 연구에서는 Williams와 Broadbent(1986)가 최초로 연구한 과일반 기억을 중심으로 우울 생성적 추론 양식과 우울 증상과의 관계를 살펴보았다. 과일반 기억은 자살 시도자를 대상으로 하는 예비 연구에서 환자들이 자서전적 기억을 구체적으로 회상하지 못하는 현상을 통해 주목받게

되었다. 이후 우울장애, 기분 부전증 등과 같은 정신장애와 파일반 기억과의 관련성에 대한 연구가 진행되었다(Brewin, Watson, McCarthy, Hyman, & Dayson, 1998; Pollock & Williams, 2001; Wessel, Meeren, Peeters, Arntz, & Merckelbach, 2001). 파일반 기억과 우울 증상의 관계가 밝혀짐에 따라 파일반 기억의 기제에 관한 연구도 진행되었다. 대표적인 모델은 Williams(2006)의 CaR-FA-X 모델이다. CaR-FA-X 모델은 파일반 기억을 ‘사로잡음(Capture, Ca)과 반추(Rumination, R)’, ‘기능적 회피(Functional Avoidance, FA)’, ‘집행 통제(eXecutive control, X)’로 설명한다. 먼저 ‘사로잡음’은 기억 탐색 초기 단계에 활성화된 개념적 정보가 개인의 부정적인 자기 도식과 관련 있을 경우, 기억이 비구체적이고 단순한 수준에 머무를 수 있다고 가정한다. 이렇게 되면 탐색 과정이 개념적 정보 수준에 그치게 된다. 부정적 자기 표상과 관련된 개념적 정보는 일화 기억의 세부 사항을 활성화하는 것이 아니라 중간 수준의 자기 표상을 활성화한다. 특히 사로잡음은 ‘반추’를 자주 하는 경향이 있는 개인에게서 일어날 가능성이 높다(Sumner, 2012). 반추는 반복적이고 추상적인 방식으로 한 개인의 우울 증상과 그 증상의 결과에 초점을 맞추는 것이다(Nolen-Hoeksema, Wisco, & Lyubomirsky, 2008). 반추와 같은 분석적이고 평가적인 처리 방식은 더 높은 수준의 파일반 기억과 관련이 있는 것으로 나타났다(Debeer, Hermans, & Raes, 2009; Raes, Watkins, Williams, & Hermans, 2008). ‘기능적 회피’는 사건을 단순하게 회상하는 것에 비해 구체적인 회상은 정서적으로 더 강렬하기 때문에 잠재적인 정서적 영향을 줄이기 위

한 방략으로 단순한 수준의 정보를 인출함을 뜻한다. 마지막으로 집행 통제는 계획하기, 모니터링하기, 관련 없는 정보를 억제하기와 같은 목표 지향적 행동을 가능케 하는 처리 과정을 의미한다(Strauss, Sherman, & Spreen, 2006; Sumner, 2012에서 재인용). Williams 등(2007)에 따르면 다수의 연구에서 각각의 집행 통제 처리 과정은 구체적인 기억의 전략적인 인출을 돕는 역할을 하는 것으로 밝혀졌다.

다양한 연구에서 파일반 기억과 우울 증상과의 관계를 밝혔는데 먼저 파일반 기억은 우울 증상의 경과를 예측하는 것으로 나타났다(Hallford, Rusanov, Yeow, & Barry, 2021; Sumner et al., 2010). Hallford 등(2021)은 파일반 기억의 증가가 이후 더 높은 우울 증상과 연관이 있음을 발견하였고 처음 우울 증상의 수준보다 이후 더 높은 수준의 우울 증상을 예측함을 확인하였다. Hermans 등(2008)의 연구에서는 주요우울장애 기준을 충족하는 입원 직후의 환자들을 대상으로 자서전적 기억 검사를 실시하였다. 3-4주 후 재검사를 실시하였고 첫 번째 검사와 두 번째 검사 사이에 26명의 참가자 중 14명은 표준적인 치료 프로그램 외에 별도로 우울증에 대한 인지행동 집단 치료를 받았다. 그 결과, 자서전적 기억 검사를 통해 측정된 파일반 기억 수준이 높을수록 여전히 주요우울장애로 진단될 확률도 높은 것으로 나타났다. 또 Sumner 등(2014)은 우울증에 대한 취약성 특질 표지자(trait marker)로 제안되어 온 파일반 기억의 장기적인 안정성을 조사한 검사-재검사 연구에서 파일반 기억이 안정적인 변인임을 확인하였다. 국내에서도 도상금과 최진영(2003)의 연구에서는 공분산 구조 모형을 통해 다섯 가

지 모형의 적합도를 분석한 결과, 심리 외상 경험과 우울 간의 관계를 과일반 기억이 매개함을 밝혔다. 이러한 결과가 나타난 이유로는 우울한 사람들이 부정적 생활 사건에 대해 과일반 기억 경향을 보이는 것은 우울한 사람들의 인지 이론 및 무력감 이론에서 주장하는 부정적 기억 편향과 과일반화 경향을 지지한다고 보았다. Dalgleish 등(2003)도 부정적 도식이 활성화되면 기억 탐색에 가용한 처리 자원이 줄어들고 이는 잠재적으로 기억 탐색이 초기에 중단되어 단순한 수준에 머무를 가능성을 높인다고 제안하였다. 비슷한 연구로 Spinhoven 등(2007)은 역기능적 태도가 과일반 기억을 일으키는 것과 관련이 있음을 확인하였다. Marchetti(2019)는 절망감이 부정적인 기억 편향을 일으키고 미래를 예상하는 능력을 감소시킨다고 하며 이러한 능력의 감소는 과일반 기억과 관련이 있다고 보았다. 따라서 절망감과 깊은 관련이 있는 우울 생성적 추론 양식도 마찬가지로 과일반 기억의 증가와 관련이 있을 것으로 보인다. 실제로 Davis(2017)는 결과 추론과 자기 추론을 빼 나머지 세 개의 귀인 양식과 과일반 기억과의 관계를 살펴보았다. 그러나 서로 유의한 관계가 없는 것으로 나타났는데, 이는 Abramson 등(1989)이 제시한 결과 추론과 자기 추론을 포함하지 않아서 나타난 결과일 수 있으므로 본 연구에서는 귀인 양식(내부적, 안정적, 전반적)에 결과 추론과 자기 추론을 포함한 우울 생성적 추론 양식이 과일반 기억과 관계가 있을 것이라 가정하였다.

이와 같이 과일반 기억이 우울에서 중요한 취약성 요인이 될 수 있다는 점과 다양한 심리 기능을 저하시킨다는 결과가 보고됨에 따라 과일반

기억에 대한 개입의 중요성이 강조되었다. Raes, Williams와 Hermans(2009)는 우울 증상이 있는 10명의 비임상군을 대상으로 한 주에 1시간씩 총 4주에 걸쳐 기억 구체성 훈련(Memory Specificity Training: MEST)을 실시하였다. 세션 중에 참가자들에게 단어를 제시하고 세부적인 단서를 끄집어낼 수 있도록 유도함으로써 좀 더 효과적이고 구체적인 방식으로 인출할 수 있도록 도왔다. MEST는 기억 구체성을 높인다는 점에서 효과가 있는 것으로 보였으나 최근 진행된 메타 연구에 따르면 효과가 일시적인 것으로 나타났다(Barry, Sze, & Raes, 2019). 따라서 MEST는 과일반 기억과 관련하여 우울 증상을 조절할 수 있는 변인으로는 부족하며 새로운 변인에 관한 연구가 필요할 것으로 보인다. 여자 청소년을 대상으로 한 연구에서 과일반 기억과 관련이 있는 기제 중 하나인 반추적 대처는 우울 증상을 증가시키는 변인이며 반추적 대처가 자기 불일치감과 상호작용할 경우 더 높은 우울 점수와 관련이 있는 것으로 나타났다(Papadakis et al., 2006). 대학생을 대상으로 한 연구에서는 자기 초점적 주의의 적응적 측면과 부적응적 측면을 구분하였고 적응적 측면인 자기 반성(self-reflection)은 우울증 수준이 낮을수록 관련이 있었으나 자기 반추(self-rumination)는 우울증 수준이 높을수록 관련이 있음을 밝혔다(Takano & Tanno, 2009). Rimes와 Watkins(2005)의 연구에서는 우울군과 대조군을 각각 분석적 또는 경험적인 자기 초점적 반추에 할당하고 자기 가치감의 차이를 평가하였다. 그 결과, 분석적인 자기 초점적 조건에서는 자신을 쓸모없다고 평가하는 비율이 증가했지만, 경험적 자기 초점적 조건에서는 변화가 없는

것으로 나타났다. 따라서 본 연구에서는 자기 기능이 과일반 기억과 우울의 관계를 조절할 수 있을 것이라 예상하였다.

한편 성격 기능(personality functioning)은 DSM-5(APA, 2022)의 성격장애에 대한 대안적 모델에서 제시한 개념이다. 이 모델에서는 성격장애의 핵심 특징으로 성격 기능의 심각도와 병리적 성격 특질을 제안하였다. 성격 기능은 자기와 대인관계 기능으로 나뉘며, 자기는 정체성(identity)과 자기주도성(self-direction), 대인관계는 공감(empathy)과 친밀감(intimacy)으로 구성된다. 이 중 본 연구에서 주목한 자기 기능에서 '정체성'은 자신과 다른 사람과의 명확한 경계를 유지하면서 고유한 존재로 자신을 경험하는 것, 자존감의 안정성, 자기평가의 정확성, 다양한 정서 경험을 조절하고 수용하는 능력을 의미하며 '자기주도성'은 일관적이고 의미 있는 장기적 또는 단기적 목표 추구, 행동의 건설적이고 친사회적인 내적 기준의 활용, 생산적인 자기 성찰 능력을 의미한다(APA, 2022). Bender, Morey와 Skodol (2014)은 자기 및 타인에 대한 정신적 표상과 관련된 기능 수준을 평가하기 위해 구조화된 대표적인 측정 도구들을 개관하였다. 다양한 도구들 중 사회인지와 대상관계 척도-일반 평정법(The Social Cognition and Object Relations Scale-Global rating method: SCORS-G)은 정신병리의 수준과 유형을 변별하는 것과 치료 연구에 있어 폭넓은 임상적 유용성을 가지고 있다. SCORS-G에서 평정하는 여덟 가지 차원은 인간 표상의 복잡성(Complexity of Representations of People: COM), 표상의 정동 특성(Affective Quality of Representations: AFF), 관계를 향한 정서 투자

(Emotional Investment in Relationships: EIR), 가치와 도덕 기준을 향한 정서 투자(Emotional Investment in Values and Moral Standards: EIM), 사회적 인과성의 이해(Understanding of Social Causality: SC), 공격 충동의 경험과 관리(Experience and Management of Aggressive Impulses: AGG), 자존감(Self-Esteem: SE), 자기 정체성과 일관성(Identity and Coherence of Self: ICS)으로 이 여덟 가지 차원은 인지, 정동, 자기 기능 이렇게 세 가지 요인으로 나눌 수 있다(Siefert et al., 2018; Stein & Slavin-Mulford, 2018/2021). SCORS-G는 표준적인 치료 과정에서 환자가 제공하는 자기 및 대인관계 정보를 사용하여 성격 기능의 수준을 포함하여 심리사회적 기능의 다양한 유형을 신뢰롭고 타당하게 예측하는 것으로 입증된 도구임을 확인하였다. 이러한 결과는 성격 기능에 대한 다면적 수준의 설명을 포함하는 DSM-5용 척도 개발의 가능성을 뒷받침한다. 본 연구에서는 자기 기능을 측정하는 도구로 SCORS-G의 요인 중 자존감(SE)과 자기 정체성 및 일관성(ICS)을 활용하였다.

최근 진행된 연구들에 따르면 성격 기능은 우울과 관련이 있는 것으로 나타났다(Crempien et al., 2017; Huber, Zimmermann, & Klug, 2017; Huprich, Porcerelli, Binienda, Karana, & Kamoo, 2007). 자기조절 모델에 따르면, 우울증이 자기 정체성의 혼란, 동기 저하, 탈관여, 반추, 침습적 기억과 수동적인 삶의 목표의 반복적인 상호작용에 의해 유지된다고 보았으며 이에 자기조절 능력을 강화하고 자기 정체성을 재구성하는 데 초점을 둔다(Barton et al., 2023). 또 다른 연구에서는 자기 존중감이 안정적일수록 우울증 환자들이 더

빠르게 회복하였고 치료 과정 동안 증상의 심각도가 낮은 것으로 나타났다(Eberl et al., 2018). 따라서 본 연구에서는 과일반 기억과 우울 증상의 관계에서 자기 기능의 조절효과를 검증하였다.

본 연구의 목적은 다음과 같다. 우울에 대한 취약성 요인으로 알려진 우울 생성적 추론 양식이 자서전적 기억을 구체적으로 회상하지 못하는 것과 관련이 있는 과일반 기억을 거쳐 우울 증상으로 이어지는 모형을 검증하고 과일반 기억과 우울 증상 간의 관계에 대한 자기 기능의 조절효과를 확인하고자 하였다.

이를 확인하기 위해 본 연구에서 설정한 연구 가설은 다음과 같다.

가설 1. 우울 생성적 추론 양식과 과일반 기억, 우울 증상은 정적 상관, 자기 기능과 우울 생성적 추론 양식, 과일반 기억 및 우울 증상은 부적 상관을 나타낼 것이다.

가설 2. 우울 생성적 추론 양식과 우울 증상의 관계를 과일반 기억이 매개할 것이다.

가설 3. 자기 기능은 과일반 기억과 우울 증상의 관계를 조절할 것이다.

가설 4. ‘가설 2’에서 설정한 매개모형에서 과일반 기억과 우울 증상의 관계에서 자기 기능의 조절된 매개효과가 유의할 것이다.

## 방 법

### 측정 도구

**한국판 역학연구 우울척도 개정판(Korean version of Center for Epidemiologic Studies Depression Scale-Revised: K-CESD-R).**

Radloff 등(1977)이 우울 증상의 평가를 위해 개발한 CES-D는, Eaton, Smith, Ybarra, Muntaner와 Tien(2004)이 DSM-IV에 따른 2주 이상의 주요우울삽화 증상을 새롭게 반영하여 CESD-R로 개정되었다. 국내에서는 이산 등(2016)이 번안하고 표준화하여 K-CESD-R을 개발했다. 총 20문항으로 구성되어 있으며, 5점 Likert 척도(0-4점) 방식으로 평정하는 자기보고식 검사지이다. 절단점(cut-off)은 13점이며 한국판 타당화 연구에서 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .98이었고, 본 연구에서 내적 합치도는 .93이었다.

**인지양식 질문지(Cognitive Style Questionnaire: CSQ).** Peterson 등(1982)이 개발한 귀인양식 질문지(Attributional Style Questionnaire: ASQ)를 Abramson과 Metalsky (1986)이 수정한 것으로 ASQ에서 측정하는 내외성(internality), 안정성(stability), 전반성(globality)과 더불어 CSQ에서는 결과(consequences)와 자기 가치(self-worth)를 추가하여 절망감 이론에 맞게 구성한 질문지이다. 인지양식 질문지는 절망감 이론에서 인지 취약성 요인으로 여겨지는 세 가지(원인 추론, 결과, 자기 가치)를 자기보고식으로 측정한다(Haeffel et al., 2008). 문항마다 가상적인 사건이 실제로 자신에게 일어난 것처럼 생생하게 상상하도록 하고, 그러한 상황이 일어난 원인이 무엇인지 간단히 쓰도록 한다. 다음으로 내외성, 전반성, 안정성, 결과, 자기 가치와 관련된 문항을 작성한 원인에 따라 7점 Likert 척도(1-7점) 방식으로 응답한다. 문항은 12문항으로 구성되어 있고 각 문항마다 하위 문항이 6개로 총 72 문항으로 구성되어 있다. 원인 추론 점수는 전반

성과 안정성 차원의 평균 점수로 구성되고, 원인 추론, 결과, 자기 가치 점수를 모두 합하여 문항수로 나눠 산출한 점수가 최종적인 우울 생성적 추론 양식 점수가 된다. 점수가 낮을수록 우울 생성적 추론 양식을 사용하는 것과 거리가 멀고 점수가 높을수록 우울 생성적 추론 양식을 많이 사용하는 것과 관련이 있다. 우울 생성적 추론 양식이 높을수록 과거와 미래의 주요우울 삽화의 발생률이 높고 부정적 생활 사건 경험 후 우울 증상이 증가하는 것과 관련이 있다. 유정현과 현명호(2010) 연구에서 보고한 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .93이었고, 본 연구에서의 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .94인 것으로 나타났다.

**자서전적 기억 검사(Autobiographical Memory Test: AMT).** Williams와 Broadbent (1986)의 연구에서 처음으로 사용된 검사로 긍정적인 단어 5가지(happy, surprised, interested, successful, safe)와 부정적인 단어 5가지(clumsy, angry, sorry, hurt, lonely)를 단서 단어(cue word)로 제시하고, 각 단어에 대한 자서전적 기억을 60초 안에 구체적으로 회상하도록 지시하는 검사이다. 본 연구에서는 Williams와 Broadbent (1986)가 사용한 방식을 일부 수정하여 사용하였다. 단서 단어는 기존의 연구에서 사용한 것을 그대로 사용하였고 각 단어는 무작위로 제시되었으며 단서 단어에 해당하는 자기와 관련한 구체적인 기억을 보고하도록 지시하였다. 이때 선행연구와 마찬가지로 시간과 장소가 분명하고 하루 이내에 있었던 일을 보고하도록 지시하였다. 시간, 장소, 하루 이내라는 조건 중 하나라도 충족시키지 못할 경우, 과일반 기억으로 평정하였고, 조건

을 모두 만족시킬 경우 구체적인 기억으로 평정하였다. 검사를 진행하기 전 예시를 들어 구체적인 기억과 구체적이지 않은 기억의 정의를 설명하였다. 모든 응답은 동의를 구하고 녹음한 뒤 검사가 마친 후 다시 기록되었다. 충분한 시간이 주어지진 후에도 회상의 어려움을 보일 경우, 누락(omission)으로 기록하였다. 본 연구에서 기존의 검사와의 차이점은 시간제한을 두지 않았다는 점이다. 이민재, 박기환(2021)은 Williams와 교신을 통해 응답자의 자유로운 보고와 실험자가 촉진하지 않는 상황이 좋겠다는 조언을 얻었다. 특히 시간제한을 두면 정신운동지체의 일환일 수 있는 느린 발화 속도가 기억의 구체성에 영향을 미칠 수 있으므로 본 연구에서는 시간제한을 두지 않고 자유로운 발화를 유도하였다. 또 회상 시기를 만 18세 이전(대학교 입학 이전)의 기억으로 한정하였다. 이는 Mackinger, Loschin와 Leibetseder (2000)가 제안한 것으로 가장 최근 기억들은 자서전적 기억의 특징을 가지고 있지 못하며 최근 사건에 대한 기억은 오래된 사건을 회상할 때와 탐색 전략이 다르다는 점과 나이 어릴수록 최근 기억을 더 보고하는 경향이 있다는 점 때문에 연령을 제한하였다. 채점은 참가자가 보고한 기억 내용 중 시간 및 장소가 분명하고 하루 이내에 있었던 기억일 경우 구체적인 기억으로 평정하였고 이 세 가지 조건 중 하나라도 만족하지 않을 경우, 과일반 기억으로 평정하였다. 10개의 형용사 단어가 제시되었고 그 중 과일반 기억의 수를 전체 단어 수로 나눈 값을 과일반 기억 점수로 사용하였다. 임상 심리 수련생 2인이 각자 독립적으로 평정하였고 점수 간 불일치가 있으면 점수에 대한 근거를 제시하고 논의하는 과정을 거쳐 두

값의 평균을 최종값으로 사용하였다. 본 연구에서 AMT의 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .94인 것으로 나타났다.

**주제통각검사(Thematic Apperception Test: TAT).** 주제통각검사는 Murray(1943)가 개발한 것으로 일련의 도판을 보여주고 각각에 대해서 가능한 한 극적인 이야기를 만들도록 지시한다. 이야기는 과거, 현재, 미래 순으로 이어지도록 권하며, 이야기 속 등장인물의 생각과 감정을 중심으로 서술하도록 한다. 본 연구에서는 Stein 등(2014)이 제안한 SCORS-G 평정에 주로 쓰이는 7가지 도판을 사용하였다(도판 1, 2, 3BM, 4, 13MF, 12M, 14).

**사회인지와 대상관계 척도-일반 평정법(The Social Cognition and Object Relations Scale-Global rating method: SCORS-G).** SCORS-G는 다양한 형태의 이야기 자료에 활용 가능한 임상가 평정 체계이다. SCORS-G는 여덟 가지 차원을 바탕으로 이야기 자료를 7점 Likert 방식으로 평정하며 개인의 인지, 정동-관계, 자기와 관련한 성격 기능을 평가한다. 점수가 낮을수록 자기와 대인관계 기능이 병리적임을 반영한다. 본 연구에서는 선행연구를 참고하여 TAT를 활용하였다(Stein & Slavin-Mulford, 2018/2021). 훈련 과정을 거친 임상 심리 수련생 2인이 독립적으로 평정한 후, 각각 다른 임상 심리 전문가의 검토를 받았으며, 두 평정의 평균 점수를 사용하였다. 이종환, 임종민, 장문선(2018)이 진행한 타당화 연구에서 SE의 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .86이었고 ICS의 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .85이었다.

본 연구의 SCORS-G 신뢰도 계수는 표 1에 제시하였다.

표 1. SCORS-G의 평정자 간 신뢰도

차원	<i>M</i>	<i>SD</i>	ICC(1)	ICC(2,2)	<i>a</i>
SE	3.79	.36	.90	.94	.95
ICS	4.74	.34	.87	.93	.93

주.  $N=98$ ; 686 TAT narratives. ICC=급내상관계수(Intra-class Correlation Coefficient); (1)=Model 1, one-way random effect; (2,2)=Model 2, 2 raters, Spearman-Brown correlation for two-way random effect(absolute agreement). SE=자존감(Self-Esteem), ICS=자기 정체성과 일관성(Identity and Coherence of Self)

### 연구 절차

본 연구는 생명윤리심의위원회(IRB)의 승인(2021-0077)을 받은 후 적법한 규정에 준하여 진행되었다. 필요한 참가자 선정을 위해 지역 소재 4년제 대학교에 재학 중인 만 18세 이상 188명을 대상으로 온라인 설문을 실시하였고 설문에 응답한 사람 중 자서전적 기억 검사와 주제통각검사에 참여한 98명의 자료를 최종 분석에 사용하였다. 참가자 중 남성은 26명(27%), 여성은 72명(73%)이었으며, 평균 연령은 21.59세( $SD=2.47$ )이었다. 검사의 진행은 순서효과를 통제하기 위해 역균형화 한 후 무작위로 진행되었다. AMT는 단어 순서효과를 통제하기 위해 카드를 섞어 무작위로 제시하였고 평균적으로 15~20분 정도 소요되었다. TAT는 과거, 현재, 미래가 있는 구체적인 이야기를 보고하되, 등장인물의 생각이나 감정을 중심으로 이야기를 만들도록 지시하였다. TAT는 약 20~30분 정도 소요되었으며 연구 참가자 당 검사를 모두 진행하는데 걸린 시간은 약 40~50분이었다. AMT와 TAT는 기록의 누락

을 방지하기 위해 사전 동의 후 녹음되었고 연구가 끝난 후 적절한 보상이 지급되었다.

### 분석 방법

본 연구의 통계분석을 위해 IBM SPSS Statistics 21.0과 Hayes가 개발한 PROCESS macro for SPSS v4.0을 사용하였다. 분석 절차는 다음과 같다. 먼저 우울 증상, 우울 생성적 추론 양식, 과일반 기억, 자기 기능 간의 관련성을 알아보기 위해 상관 분석을 실시하였다. 다음으로, 우울 생성적 추론 양식과 우울 증상의 관계를 과일반 기억이 매개하는지 확인하기 위해 PROCESS macro Model 4를 통한 매개효과를 검증하였다. 간접효과 확인을 위해 표본 수 5,000개 재추출을 통한 부트스트래핑(bootstrapping) 검증을 실시하였다. 또한, 과일반 기억과 우울 증상의 관계를 자기 기능이 조절하는지 확인하기 위해 PROCESS macro Model 1을 이용하여 조절효과를 검증하였다. 조절변수의 특정 값에 따라 독립변수가 종속변수에 어떤 영향을 미치는지 확인하기 위해 Aiken 등(1991)이 제시한 단순 기울기 검증을 실시하여 조절변인의 특정값(평균값을 기준으로  $\pm 1SD$ )에서 독립변인이 종속변인에 미치는 영향을 확인하였다. 마지막으로 우울 생성적 추론 양식과 과일반 기억이 우울 증상에 미치는 영향이 자기 기능에 따라 조절되는지 확인하기 위해 PROCESS macro Model 14를 이용한 조절된 매개효과를 실시하였다.

## 결 과

### 변인 간 상관관계

본 연구에서 측정된 주요 변인들에 대한 상관 분석 결과를 표 2에 제시하였다. 먼저 우울 생성적 추론 양식은 과일반 기억 및 우울 증상과 중간 크기의 정적 상관이 있는 것으로 나타났고 과일반 기억도 우울 증상과 중간 정도의 정적 상관을 보였다. 반면, 자기 기능은 우울 증상과 중간 정도의 부적 관련성을 보였다.

표 2. 측정 변인들 간 상관

	1	2	3	4
1. 우울 증상	-			
2. 우울 생성적 추론 양식	.54**	-		
3. 과일반 기억	.42**	.41**	-	
4. 자기 기능	-.54**	-.45**	-.36**	-
<i>M</i>	15.6	4.06	0.44	4.26
<i>SD</i>	14.5	0.88	0.20	0.30

주.  $N=98$ , \*\* $p<.01$ .

### 우울 생성적 추론 양식과 우울 증상 간의 관계에서 과일반 기억의 매개효과 분석

우울 생성적 추론 양식과 우울 증상 간의 관계에서, 과일반 기억의 매개효과를 검증하기 위해 우울 생성적 추론 양식이 우울 증상에 미치는 영향이 유의한지 분석하였고 결과를 표 3에 제시하였다. 먼저 우울 생성적 추론 양식과 우울 증상 간의 정적인 관련성이 나타났고,  $\beta=.54$ ,  $p<.001$ . 이는 부정적인 추론 양식을 많이 사용할수록 높은 우울 증상을 경험한다는 것을 의미한다. 다음

표 3. 과일반 기억의 매개효과

종속 변인	독립 변인	<i>B</i>	$\beta$	<i>R</i> <sup>2</sup>	<i>F</i>
우울 증상	우울 생성적 추론 양식	8.96	.54***	.29	39.36***
과일반 기억	우울 생성적 추론 양식	0.09	.41***	.17	19.61***
우울 증상	과일반 기억	17.94	.24**		
우울 증상	우울 생성적 추론 양식	7.34	.44***	.34	24.20***

주. *N*=98, \*\**p*<.01, \*\*\**p*<.001.

으로 우울 생성적 추론 양식은 과일반 기억에도 영향을 미치는 것으로 확인되었다,  $\beta=.41, p<.001$ . 이는 우울 생성적 추론 양식을 주로 사용하는 개인은 자서전적 기억을 구체적으로 회상하지 못할 가능성이 높다는 것을 뜻한다. 독립변수인 우울 생성적 추론 양식을 통제하고도 매개변수인 과일반 기억이 우울 증상을 설명하는지 확인한 결과, 우울 생성적 추론 양식을 통제한 후에도 과일반 기억은 여전히 우울 증상과 관련이 있는 것으로 나타났다,  $\beta=.24, p<.01$ . 이러한 결과는 자서전적 기억이 비구체적인 개인은 우울 증상을 경험할 가능성이 높다는 것을 알 수 있다. 마지막으로 매개변수인 과일반 기억의 영향력을 고려한 상태에서도 우울 생성적 추론 양식은 우울 증상을 유의하게 설명함을 확인하였다,  $\beta=.44, p<.001$ . 독립변수가 종속변수에 미치는 영향이 매개변수를 통제 한 후에도 유의하였으므로 매개변수인 과일반 기억은 우울 생성적 추론 양식과 우울 증상 간의 관계를 부분 매개하고 있음을 알 수 있다. 매개모형의 간접효과 계수는 1.62인 것으로 나타났다. 또 95% 신뢰구간에서 하한값은 0.3213, 상한값은 3.2917로 0을 포함하지 않았으므로, 과일반 기억의 매개효과가 통계적으로 유의함을 확인하였다.

### 과일반 기억과 우울 증상 간의 관계에서 자기 기능의 조절효과 분석

과일반 기억과 우울 증상의 관계를 자기 기능이 조절하는지 확인하기 위해 위계적 회귀분석을 활용하여 조절효과 분석을 실시하였다.

먼저 1단계에 독립변인인 과일반 기억과 조절 변인인 자기 기능을 동시에 투입하고, 2단계에서 상호 작용항을 추가하여 우울 증상을 유의하게 설명하는지 살펴본 결과를 표 4와 그림 1을 통해 제시하였다. 자기 기능의 조절효과가 유의함을 확인하였으므로, 단순기울기 검증을 실시하였고 그 결과를 표 5에 제시하였다. 분석 결과, 자기 기능은  $-1SD$ , 평균 조건의 95% 신뢰구간 내에서 하한값과 상한값 사이에 0을 포함하지 않았으므로 단순회귀선이 유의한 것으로 나타났다. 그러나  $+1SD$  수준에서는 95% 신뢰구간 내에서 하한값과 상한값 사이에 0을 포함하였으므로 단순회귀선이 유의하지 않은 것으로 나타났다. 이는 자기 기능이 낮은 수준이거나 평균 수준일 때는 과일반 기억이 여전히 우울 증상을 높일 수 있음을 의미한다. 그러나 자기 기능이 높은 수준일 때는 과일반 기억과 우울 증상 간의 관계가 유의미하지 않게

표 4. 우울증상에 대한 자기 기능의 조절효과

단계	예측변인	<i>B</i>	$\beta$	<i>R</i> <sup>2</sup>	$\Delta R^2$
1	과일반 기억	19.56	.26**	.35	.35
	자기 기능	-21.68	-.45***		
2	과일반 기억	22.72	.30**	.41	.06
	자기 기능	-19.92	-.41***		
	과일반 기억 x 자기 기능	-78.56	-.25**		

주. *N*=98, \*\**p*<.01, \*\*\**p*<.001

표 5. 과일반 기억과 우울 증상의 관계에서 자기 기능 수준에 따른 단순회귀선 유의성 검증

자기 기능 수준	Effect	Boot S.E.	<i>t</i>	95% 신뢰구간	
				하한값	상한값
-1 <i>SD</i>	46.40	10.88	4.26***	24.7910	67.9965
Mean	22.72	6.50	3.50***	9.8169	35.6167
+1 <i>SD</i>	-0.96	9.29	-0.10	-19.4099	17.4896

주. \*\*\**p*<.001

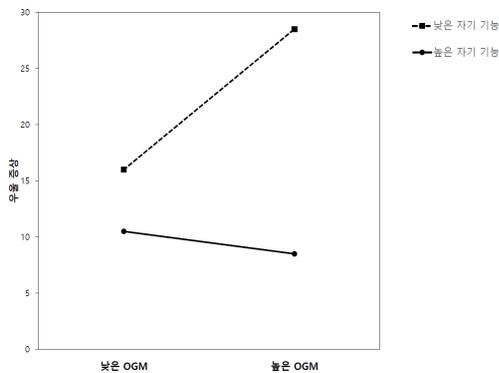


그림 1. 과일반 기억(과일반 기억)과 자기 기능의 조절효과 그래프

됨을 알 수 있다.

### 우울 생성적 추론 양식이 과일반 기억을 매개하여 우울 증상으로 이어지는 경로에서 자기 기능의 조절된 매개효과 분석

먼저 우울 생성적 추론 양식이 과일반 기억에 정적인 영향을 미치며,  $B=.09, p<.001$ , 자기 기능은 우울 증상에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다,  $B=-15.11, p<.001$ . 마찬가지로 과일반 기억과 우울 증상의 상호 작용 효과는 우울 증상에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다,  $B=-74.55, p<.01$ . 이에 조절된 매개효과의 유의성을 검증하였고 그 결과를 표 6에 제시하였고 이들 간의 관계를 그림 2로 나타내었다. 조절된 매개지수는  $-6.74$ 로 나타났으며 95% 신뢰구간의 하한값과 상한값 사이에 0이 포함되지 않아 자기 기능의 조절된 매개효과가 유의한 것으로 나타났다.

표 6. 우울 생성적 추론 양식과 과일반 기억이 우울 증상에 미치는 관계에서 자기 기능의 조절된 매개효과

	매개변수모형(종속변수: 과일반 기억)				
	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	95% 신뢰구간	
				하한값	상한값
상수	-0.37	0.08	-4.33***	-0.5354	-0.1988
우울 생성적 추론 양식	0.09	0.02	4.43***	0.0499	0.1310
	조절변수모형(종속변수: 우울 증상)				
	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	95% 신뢰구간	
				하한값	상한값
상수	-6.57	6.02	-1.09	-18.5215	5.3865
우울 생성적 추론 양식	5.09	1.46	3.49***	2.1956	7.9919
과일반 기억	15.83	6.45	2.45*	3.0232	28.6433
자기 기능	-15.11	4.15	-3.64***	-23.3422	-6.8729
과일반 기억 x 자기 기능	-74.55	24.35	-3.06**	-122.9135	-26.1928
조절된 매개 지수	조건부 간접효과		<i>SE</i>	95% 신뢰구간	
				하한값	상한값
			-6.74	3.50	-15.3862

주. *N*=98, \**p*<.05, \*\**p*<.01, \*\*\**p*<.001

표 7. 자기 기능의 조절된 매개효과 유의성 검증

자기 기능 수준	Effect	Boot S.E.	95% CI	
			Boot LLCI	Boot ULCI
-1SD	38.30	10.54	17.3660	59.2406
Mean	15.83	6.45	3.0232	28.6433
+1SD	-6.64	8.93	-24.3773	11.1036

주. Boot LLCI: Bootstrap 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서 하한값.  
 Boot ULCI: Bootstrap 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서 상한값.

마지막으로 자기 기능의 특정값에 따른 간접효과  
 과의 계수 및 통계적 유의성을 분석한 결과를 표  
 7에 제시하였다. 자기 기능이 -1SD, 평균 수준에  
 서 조절된 매개효과가 유의한 것으로 나타났다.  
 그러나 +1SD 수준에서는 유의하지 않은 것으로  
 나타났다. 즉 자기 기능이 높아질수록 우울 생성  
 적 추론 양식에서 과일반 기억을 거쳐 우울 증상  
 으로 이어지는 간접효과의 크기가 작아지는 것으  
 로 나타났다.

## 논 의

본 연구는 우울 증상과 밀접한 관련이 있는 우  
 울 생성적 추론 양식이 어떤 경로를 통해 우울  
 증상과 관련을 갖게 되는지 알아보고자 하였다.  
 이를 위해 우울 생성적 추론 양식이 과일반 기억  
 을 매개하여 우울 증상에 이르는 매개효과를 검  
 증하였다. 그리고 과일반 기억과 자기 기능이 상  
 호작용하여 우울 증상을 예측하는지에 대한 조절

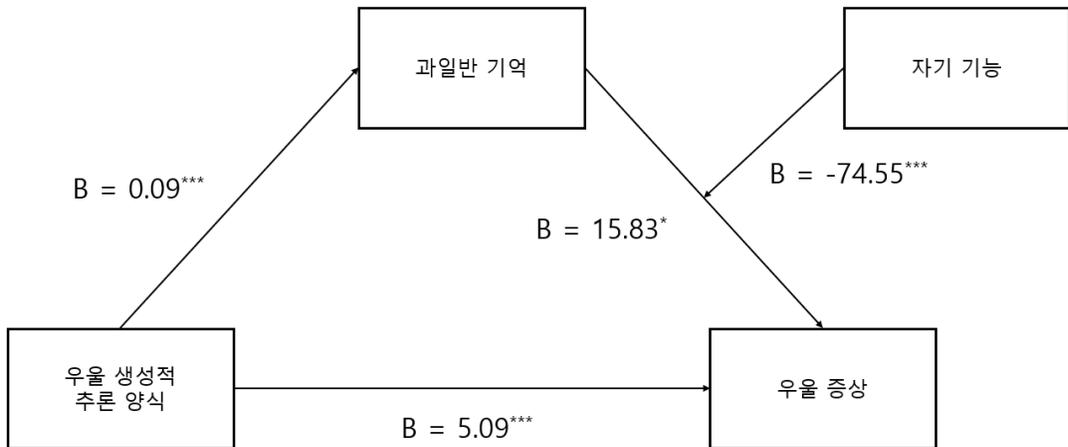


그림 7. 우울 생성적 추론 양식과 우울 증상, 과일반 기억 사이의 관계에서 자기 기능의 조절된 매개효과 모형

효과도 검증하였다. 마지막으로 두 모형을 통합한 조절된 매개효과 모형을 검증하였다.

본 연구의 주요 분석 결과는 다음과 같다. 우울 생성적 추론 양식 수준이 높을수록 더 큰 과일반 기억을 보이게 되고 이는 높은 우울 증상으로 이어질 수 있음을 확인하였다. 또 자기 기능이 과일반 기억과 상호작용하여 우울 증상을 낮출 수 있음을 확인하였다. 마지막으로 우울 생성적 추론 양식이 과일반 기억을 거쳐 우울 증상으로 이어지는 모형이 자기 기능에 의해 조절되는 것을 확인하였다.

본 연구 결과의 시사점은 다음과 같다. 첫째, 우울 생성적 추론 양식이 우울 증상에 정적인 영향을 미치는 것을 확인하였다. 두 변인 간의 관련성은 일찍이 Abramson 등(1989)의 절망감 이론에서 증명되어 왔다. 절망감 이론에서는 부정적 추론 양식이 부정적 생활 사건과 상호작용하여 우울증을 경험하게 될 가능성을 높인다고 주장한다. 특히 Haefel 등(2008)은 인지 취약성이 부정적 생활 사건과 상호작용하여 우울 생성적 추론 양식

을 만들어내며 이는 절망감 발달에 기여하고 결국 우울증의 충분한 원인이 됨을 검증하였다. 국내에서도 유정현, 현명호(2011)의 연구에서도 3개월 동안 실시한 종단연구에서 부정적 생활 사건은 우울증과 불안을 모두 예측하였으나, 우울 생성적 추론 양식과 부정적 생활 사건의 상호작용은 절망감 우울증만을 예측하는 것으로 나타났다. 특히 절망감 이론은 기존의 귀인 이론과 다르게 자기 가치에 대한 부정적 추론을 추가하였는데, 이는 어떤 특정한 부정적 생활 사건이 발생했다는 것로부터 자신의 가치, 능력, 성격, 바람직함 등을 추론하는 것이다. 절망감 이론은 Beck의 인지 이론과 유사한 점이 다수 있어 우울증을 설명하는 데 적합한 이론으로도 알려져 있다(Pössel & Smith, 2020).

둘째, 우울 생성적 추론 양식과 우울 증상 간의 관계에서 과일반 기억의 매개효과를 확인하였다. 본 연구에서는 과일반 기억이 우울 증상에 직접적인 영향을 미치며 아울러 우울 생성적 추론 양식과 우울 증상 간의 관계를 매개함을 확인하였다.

우울증을 경험하는 사람들은 과거 기억을 구체적으로 회상하지 못하고 범주적 수준(categorical level)에서 모호하게 떠올리는 경향이 있는 것으로 알려져 있으며 우울증의 주된 특징인 회피, 반추, 집행 기능의 손상 등은 과일반 기억의 기제임이 여러 연구를 통해 밝혀졌다(Fisk, Ellis, & Reynolds, 2019; Sumner, 2012; Williams, 2006). 이러한 과일반 기억을 구체적으로 변화시키는 개입은 우울 증상을 감소시키는 효과가 있는 것으로 나타났고 이는 우울 증상의 경감에 있어 과일반 기억을 다루는 개입이 효과적일 수 있음을 의미한다(Raes, Williams, & Hermans, 2009). Broxon (2018)의 연구에 따르면, 절망감이 증가함에 따라 과일반 기억이 증가하는 것으로 나타났고 Williams(2006)는 과일반 기억이 높은 개인은 시간이 지남에 따라 감정이 담긴 광범위한 기억에 연결하는 데 어려움을 겪게 되고 부정적 사고 패턴에 도전하기 더 어렵게 만드는 일반적 기억(generic memory)에 의존하게 된다고 보았다. Broxon(2018)은 이를 근거로 절망감을 겪는 개인은 특히 우울 삽화에 도전할 때 필수적인 내용물이 부족한 비구체적인 기억을 발생시키는 순환에 사로잡히게 된다고 설명하였다. 본 연구에서 제시한 우울 생성적 추론 양식은 절망감과 관련이 있으므로(Abramson et al., 1989) 우울 생성적 추론 양식과 우울 증상의 관계를 과일반 기억을 통해 설명할 수 있을 것으로 보이며 선행연구 결과를 지지할 것으로 여겨진다. 절망감을 겪는 개인은 현재 일어나는 부정적인 사건을 추론할 때도 과거 자신과 관련한 기억을 구체적으로 활용할 수 없으므로 다른 결론을 도출하지 못하고 똑같은 추론을 반복할 가능성이 있다. 이는 부정적 사건에 대해

다른 결론을 내릴 수 없도록 만들어 우울로 이어질 가능성이 있다.

셋째, 과일반 기억과 우울 증상의 관계에서 자기 기능의 조절효과가 확인되었으며, 조절된 매개효과 또한 유의한 것으로 나타났다. 자기 기능 수준이 낮거나 평균 수준일 때는 여전히 과일반 기억이 높아질수록 우울 증상도 높아지는 것으로 나타났다. 반면, 자기 기능이 높은 수준인 경우, 과일반 기억과 우울 증상 간의 관계가 유의하지 않음을 확인하였다. 이러한 결과는 자기 기능이 건강한 사람일수록 기억이 구체적이지 못하고 모호한 수준에 머무르지라도 우울 증상으로 이어질 가능성을 낮출 수 있음을 시사한다. 부정적인 해석 양식을 반복적으로 사용하는 것은 절망감으로 이어지는 것으로 알려져 있다(Abramson et al., 1989). 미래에 대한 기대를 잃어버리면 개개의 사건을 특별하게 경험하지 않고 일반화할 가능성이 있다. 이것이 누적되면 자신과 관련한 과거 경험을 구체적으로 떠올릴 수 없는 과일반 기억으로 이어질 것이다. 이는 과거로부터 현재까지 자신이 누구인가에 대한 연속성을 잃게 만들 수 있다. 자기 기능이 낮은 사람은 현재 자신의 모습을 긍정적으로 바라보지 못할 것이고 자기 정체성이 안정적이지 못할 것이며 이는 우울 증상으로 이어질 수 있다. 반면 자기 기능이 높은 경우에는 자신과 관련 있는 과거 경험을 현재와 적절히 통합하여 긍정적인 자존감과 안정적인 자기 정체감을 바탕으로 심리적 안녕을 유지할 것이다. 또 자서전적 기억의 기능 중에는 정체성, 사회성, 목표 지향성 등이 있는데(Harris, Rasmussen & Berntsen, 2014) 자서전적 기억을 구체적으로 회상하지 못하는 개인은 이 세 가지 기능이 부족할

가능성이 있다. 이때 자기 기능에서 발달적 성취를 잘 이룬 개인의 경우에는 자서전적 기억이 명료하지 않더라도 우울 증상으로 가는 가능성을 줄일 수 있을 것으로 보인다. 따라서 자기 기능의 증진이 과일반 기억의 매개효과를 조절할 수 있을 것으로 보인다. Bulteau 등(2023)에 따르면, 우울장애에서 자기 정체성의 변화가 중요하며 자서전적 기억은 자기 정체성과 관련이 있다고 하였다. 우울증 환자들은 주로 자기 정체성이 불안정하며 자기를 정의하는 방식이 부정적이어서 심리적 유연성이 부족하고 주관적인 정체성을 환경의 변화에 따라 변화시키지 못하여 결국 부정적인 쪽으로 편향이 일어난다고 보았다. Sowislo와 Orth(2013)는 낮은 자기존중감은 우울을 예측함을 밝혔다. Lee-Flynn 등(2011)은 스트레스 상황에서 자존감이 낮은 사람은 높은 우울 증상을 경험하지만, 자기개념 명확성이 높은 것은 자존감이 낮더라도 완충 역할을 해줌을 확인하였다. 마지막으로 Mullin과 Hilsenroth (2014)는 환자의 자기 기능이 낮을수록 치료자들이 환자가 회피하고 있는 주제에 대한 주관적 인식을 높이는 것에 더욱 초점을 맞춘다는 것을 발견하였다. 따라서 본 연구에서 나타난 자기 기능의 조절효과는 선행연구 결과를 뒷받침하는 것으로 생각된다.

본 연구의 함의는 다음과 같다. 먼저 과일반 기억이 부정적 추론 양식과 우울 증상 간의 관계를 매개한다는 것을 밝혀 Davis(2017) 연구와 상반된 결과를 도출하였다는 점에서 의의가 있다. Davis는 본 연구에서 사용한 우울 생성적 추론 양식에서 결과 추론과 자기 추론이 빠진 개념을 사용하였고 이는 과일반 기억과 유의한 관계가 없는 것으로 나타났다. 그러나 본 연구에서는 결과 추론

과 자기 추론을 포함하였고 그 결과 우울 생성적 추론 양식이 높을수록 과일반 기억이 높아짐을 발견하였다. 그간 역기능적 태도, 부정적 신념과 같은 우울증을 설명하는 인지 이론들이 과일반 기억과 관련 있음을 밝혀왔던 선행연구들과 일치하게 본 연구에서도 인지 이론 중 하나인 우울 생성적 추론 양식도 과일반 기억 및 우울과 관계 있음을 확인하였다는 점에서 의미 있다고 할 수 있겠다.

둘째, 우울 증상에 대한 개입에 있어 자기 기능 변화의 중요성을 밝혔다라는 점에서 의의가 있다. James 등(1890)은 인간 기억은 자기(self)의 주요한 구성 요소라고 하였다. 자서전적 기억은 목표 활동을 위한 경험에 가까운 감각 및 지각적 기록, 보다 추상화되고 개념적으로 풍부한 개념 및 기억에 저장된 지식의 장기 저장소로서 자기 일관성 및 일치성, 자기상 등과 관련이 있는 것으로 알려져 있다(Conway et al., 2004). 따라서 과일반 기억 경향성이 높은 개인은 자기 발달이 다른 사람들에 비해 부족할 수 있으며 이는 건강한 자기 발달을 이룬 사람들에 비해 우울 증상을 더 쉽게 경험할 가능성이 있음을 시사한다. 최근의 메타 연구에 따르면 기억 구체성을 증진시키는 개입인 MEST의 효과는 일시적임을 확인하였는데(Barry, Sze, & Raes, 2019), 이는 기억을 구체적으로 변화시키는 개입과 더불어 다른 개입이 필요함을 의미한다고 볼 수 있다. Pepping 등(2013)에 따르면, 경로분석을 통해 마음챙김(mindfulness)과 관련 있는 4가지 측면인 비반응성(non-reactivity), 알아차림(awareness), 명명(labeling), 비판단(non-judging) 수준이 높을수록 자존감도 높다는 것을 발견하였다. 이들은 두 번째 연구에서는 실험연구

를 통해 마음챙김 개입이 현재 상태의 자존감을 증진시킴을 밝혔다. 따라서 마음챙김 기반 개입이 우울 증상에 효과적일 것으로 보인다. 또 여러 학자들은 과거 자신의 인생에 대한 이야기 처리(narrative processing)와 자전적 추론 autobiographical reasoning)의 상호작용이 정체성 발달에 중요하다고 보았다(Bluck & Habermas, 2001; McAdams & McLean, 2013; Singer & Bluck, 2001). 이야기 처리는 생생한 이미지, 순차적인 플롯, 등장인물 그리고 뚜렷한 목표를 사용하는 사고 단위를 형성하는 경향을 일컫는 것으로 이는 정보를 조직하는 뚜렷한 사고 방식이다. 자신의 인생사에 대한 이야기 처리는 간단한 일화 수준에서 완전히 발달된 자서전에 이르기까지 과거 사건에 대한 이야기를 구성한다. 이렇게 구성된 구체적인 개인적 기억은 삶의 특정한 목표의 중요성에 대한 설명을 제공하고 이는 한 개인의 주요한 가치와 신념의 표현을 돕는다. 자전적 추론은 반복적인 고찰을 통해 기억 사이의 주제적, 해석적 연결고리를 점진적으로 구축할 수 있게 해주는 것을 의미하는데, 이는 자신의 인생 사건에 대해 반복적으로 생각하고 이야기함으로써 서로 간의 연결성 및 주제를 발달해가는 역할을 한다. 따라서 이야기 처리 및 자전적 추론을 기반으로 하는 개입이 자기 정체성 증진에 도움이 될 것으로 보인다. 종합하면 자서전적 기억이 개인의 자기감 및 정체성 형성과 관련이 있고 이러한 사실은 우울 증상의 치료에서 그동안 인지행동치료적 개입과 마음챙김 기반 개입의 중요성이 강조되었지만, 그에 못지않게 자기 기능의 향상도 중요할 수 있음을 밝혔다는 점에서 의의가 있다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 먼저 본 연구에서 사용한 연구 참가자 표본과 관련한 제한점이 있다. 본 연구는 경북대학교 만 18세 이상의 성인만을 대상으로 하였으며 연구대상의 70%가 여대생이었다. 따라서 연구의 결과를 모든 연령과 성별에 일반화하는 것은 무리가 있을 것으로 예상된다. 후속 연구에서는 다양한 연령 및 성별을 대상으로 연구를 진행할 필요가 있겠다. 또 다른 한계점은 G\*power 3.1 program을 활용하여 산출한 최소 표본 수를 통해 산출한 정적 표본 수는 119명이었으나, 본 연구는 98명에 그쳤다는 점이다. 이는 검증력을 저하시킬 수 있어 1종 오류 확률을 높일 수 있다는 한계점이 있다. 후속 연구에서는 충분한 참가자 수를 확보하여 1종 오류율을 낮출 필요가 있을 것으로 보인다. 표본과 관련한 마지막 제한점은 연구 참가자들이 모두 비임상군이었다는 점이다. 따라서 본 연구에서 도출한 결과를 임상군에도 적용하는 데는 다소 무리가 있다. 후속 연구에서는 임상군에서도 본 연구의 결과가 반복되는지 확인해볼 필요가 있다. 또 과일반 기억은 인지 기능, 특히 집행 통제(executive control)의 영향을 받는다고 알려져 있는데(Williams et al., 2007), 본 연구에서는 별도의 인지기능검사를 측정하지 않았다. CaR-FA-X 모델에서 제안한 반추와 회피보다 우울 생성적 추론 양식이 과일반 기억을 더 잘 설명하는 것으로 나타났으나, 집행 통제는 연구에 포함되지 않았으므로 결과가 제한적이라고 볼 수 있다. 마지막으로 본 연구는 실험연구가 아니므로 변인들 간의 인과관계를 설명할 수 없다는 제약이 있다. 따라서 후속 연구에서는 우울 생성적 추론 양식을 사용하는 개인과 그렇지 않은

개인으로 집단을 구분하고 그에 따라 과일반 기억에서 유의한 차이가 있는지 검증하고, 자기 기능의 향상과 관련이 있는 개입을 통해 과일반 기억을 경험하는 개인의 우울 증상을 경감시킬 수 있는지를 확인하는 연구가 필요하다.

## 참 고 문 헌

- 권호인 (2020). 우울증의 근거기반치료. 한국심리학회 학술대회 자료집, 65.
- 도상금, 최진영 (2003). 외상 경험 및 우울과 자서전적 기억의 일반화 경향성. *Korean Journal of Clinical Psychology, 22*(2), 321-341.
- 박세란, 이훈진 (2013). 자존감, 자기자비와 심리적 부적응 및 안녕감의 관계. *Korean Journal of Clinical Psychology, 32*(1), 123-139.
- 유정현, 현명호 (2011). 절망감 이론의 우울증 예측 특성 검증. *한국심리학회지: 건강, 16*(1), 79-93.
- 이민재, 박기환 (2021). 우울한 사람들의 과일반화 기억. *학습자중심교과교육연구, 21*, 403-417.
- 이산, 오승택, 류소연, 전진용, 이진석, 이은, ... 최원정. (2016). 한국판 역학연구 우울척도 개정판 (K-CESD-R)의 표준화 연구. *정신신체의학, 24*(1), 83-93.
- 이종환, 임종민, 장문선 (2018). 주제통각검사를 활용한 사회인지와 대상관계 척도 타당화 연구. *Korean Journal of Clinical Psychology, 37*(4), 540-557.
- Abramson, L. Y., & Metalsky, G. I. (1986). *The Cognitive Style Questionnaire: Measurement of negative cognitive styles about self and consequences*. Unpublished manuscript.
- Abramson, L. Y., Metalsky, G. I., & Alloy, L. B. (1989). Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological Review, 96*(2), 358-372.
- Aiken, L. S., West, S. G., & Reno, R. R. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Alloy, L. B., Abramson, L. Y., Whitehouse, W. G., Hogan, M. E., Tashman, N. A., Steinberg, D. L., ... Donovan, P. (1999). Depressogenic cognitive styles: Predictive validity, information processing and personality characteristics, and developmental origins. *Behaviour Research and Therapy, 37*(6), 503-531.
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th edn, Text Revision*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Barton, S. B., Armstrong, P. V., Robinson, L. J., & Bromley, E. H. (2023). CBT for difficult-to-treat depression: self-regulation model. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy, 51*(6) 543-558.
- Barry, T. J., Sze, W. Y., & Raes, F. (2019). A meta-analysis and systematic review of Memory Specificity Training (MeST) in the treatment of emotional disorders. *Behaviour Research and Therapy, 116*, 36-51.
- Beck, A. T. (1987). Cognitive models of depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy, 1*, 5-37.
- Beck, A. T. (2002). Cognitive models of depression. *Clinical Advances in Cognitive Psychotherapy: Theory and Application, 14*(1), 29-61.
- Bender, D. S., Morey, L. C., & Skodol, A. E. (2014). Toward a model for assessing level of personality functioning in DSM-5, part I: A review of theory and methods. *Personality Assessment in the DSM-5*, 35-49.
- Bluck, S., & Habermas, T. (2001). Extending the study of autobiographical memory: Thinking back about life across the life span. *Review of General Psychology, 5*(2), 135-147.
- Brewin, C. R., Watson, M., McCarthy, S., Hyman, P.,

- & Dayson, D. (1998). Intrusive memories and depression in cancer patients. *Behaviour Research and Therapy, 36*(12), 1131-1142.
- Broxon, D. R. (2018). *"I'm always going to feel this way": Overgeneral memory and hopelessness in depressed emerging adults*. Doctoral Dissertation. Case Western Reserve University.
- Bulteau, S., Malo, R., Holland, Z., Laurin, A., & Sauvaget, A. (2023). The update of self identity: Importance of assessing autobiographical memory in major depressive disorder. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science, 14*(3), e1644. doi: 10.1002/wcs.1644
- Conway, M. A., Singer, J. A., & Tagini, A. (2004). The self and autobiographical memory: Correspondence and coherence. *Social Cognition, 22*(5), 491-529.
- Crempien, C., Grez, M., Valdés, C., López, M. J., De La Parra, G., & Krause, M. (2017). Role of Personality functioning in the quality of life of patients with depression. *The Journal of Nervous and Mental Disease, 205*(9), 705-713.
- Cuijpers, P., Berking, M., Andersson, G., Quigley, L., Kleiboer, A., & Dobson, K. S. (2013). A meta-analysis of cognitive-behavioural therapy for adult depression, alone and in comparison with other treatments. *The Canadian Journal of Psychiatry, 58*(7), 376-385.
- Dagleish, T., Tchanturia, K., Serpell, L., Hems, S., Yiend, J., de Silva, P., & Treasure, J. (2003). Self-reported parental abuse relates to autobiographical memory style in patients with eating disorders. *Emotion, 3*(3), 211-222.
- Davis, C. A. (2017). *Examining a hierarchical linear regression model of overgeneral memory: methodological issues, CaR-FA-X model mechanisms, and memory encoding as represented by cognitive attributional style*. Doctoral Dissertation. San Jose State University.
- Debeer, E., Hermans, D., & Raes, F. (2009). Associations between components of rumination and autobiographical memory specificity as measured by a Minimal Instructions Autobiographical Memory Test. *Memory, 17*(8), 892-903.
- Eaton W., Smith C., Ybarra M., Muntaner C., Tien A. Center for Epidemiologic Studies Depression Scale: review and Revision (CESD and CESD-R) In M. E. Maruish (Ed.), *The use of psychological testing for treatment planning and outcomes assessment: Instruments for adults* (3rd ed., pp. 363 - 377). NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Eberl, C., Winkler, I., Pawelczack, S., Tröbitz, E., Rinck, M., Becker, E. S., & Lindenmeyer, J. (2018). Self-esteem consistency predicts the course of therapy in depressed patients. *PLoS ONE, 13*(7), e0199957. doi: 10.1371/journal.pone.0199957
- Fisk, J., Ellis, J. A., & Reynolds, S. A. (2019). A test of the CaR-FA-X mechanisms and depression in adolescents. *Memory, 27*(4), 455-464.
- Fresco, D. M., Moore, M. T., van Dulmen, M. H., Segal, Z. V., Ma, S. H., Teasdale, J. D., & Williams, J. M. G. (2007). Initial psychometric properties of the experiences questionnaire: validation of a self-report measure of decentering. *Behavior Therapy, 38*(3), 234-246.
- Haefel, G. J., Gibb, B. E., Metalsky, G. I., Alloy, L. B., Abramson, L. Y., Hankin, B. L., ... Swendsen, J. D. (2008). Measuring cognitive vulnerability to depression: Development and validation of the cognitive style questionnaire. *Clinical Psychology Review, 28*(5), 824-836.
- Hallford, D. J., Rusanov, D., Yeow, J. J. E., & Barry, T. J. (2021). Overgeneral and specific autobiographical memory predict the course of

- depression: an updated meta-analysis. *Psychological Medicine*, 51(6), 909-926.
- Harris, C. B., Rasmussen, A. S., & Berntsen, D. (2014). The functions of autobiographical memory: An integrative approach. *Memory*, 22(5), 559-581.
- Hermans, D., Vandromme, H., Debeer, E., Raes, F., Demyttenaere, K., Brunfaut, E., & Williams, J. M. G. (2008). Overgeneral autobiographical memory predicts diagnostic status in depression. *Behaviour Research and Therapy*, 46(5), 668-677.
- Huber, D., Zimmermann, J., & Klug, G. (2017). Change in personality functioning during psychotherapy for depression predicts long-term outcome. *Psychoanalytic Psychology*, 34(4), 434-445.
- Huprich, S. K., Porcerelli, J. H., Binienda, J., Karana, D., & Kamoo, R. (2007). Parental representations, object relations and their relationship to depressive personality disorder and dysthymia. *Personality and Individual Differences*, 43(8), 2171-2181.
- James, W., Burkhardt, F., Bowers, F., & Skrupskelis, I. K. (1890). *The principles of psychology* (Vol. 1, No. 2). London: Macmillan.
- Ma, S. H., & Teasdale, J. D. (2004). Mindfulness-based cognitive therapy for depression: replication and exploration of differential relapse prevention effects. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(1), 31-40.
- Mackinger, H. F., Loschin, G. G., & Leibetseder, M. M. (2000). Prediction of postnatal affective changes by autobiographical memories. *European Psychologist*, 5(1), 52-61.
- Marchetti, I. (2019). Hopelessness: a network analysis. *Cognitive Therapy and Research*, 43(3), 611-619.
- McAdams, D. P., & McLean, K. C. (2013). Narrative identity. *Current Directions in Psychological Science*, 22(3), 233-238.
- Mullin, A. S., & Hilsenroth, M. J. (2014). Relationship between patient pre treatment object relations functioning and psychodynamic techniques early in treatment. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 21(2), 123-131.
- Murray, H. A. (1943). *Thematic apperception test*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Neff, K. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-101.
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 3(5), 400-424.
- Lee-Flynn, S. C., Pomaki, G., DeLongis, A., Biesanz, J. C., & Puterman, E. (2011). Daily cognitive appraisals, daily affect, and long-term depressive symptoms: The role of self-esteem and self-concept clarity in the stress process. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(2), 255-268.
- Otte, C., Gold, S. M., Penninx, B. W., Pariante, C. M., Etkin, A., Fava, M., Mohr, D. C., & Schatzberg, A. F. (2016). Major depressive disorder. *Nature Reviews Disease Primers*, 2(1), 1-20.
- Papadakis, A. A., Prince, R. P., Jones, N. P., & Strauman, T. J. (2006). Self-regulation, rumination, and vulnerability to depression in adolescent girls. *Development and Psychopathology*, 18(3), 815-829.
- Pepping, C. A., O'Donovan, A., & Davis, P. J. (2013). The positive effects of mindfulness on self-esteem. *The Journal of Positive Psychology*, 8(5), 376-386.
- Peterson, C., Semmel, A., Von Baeyer, C., Abramson, L. Y., Metalsky, G. I., & Seligman, M. E. (1982). The attributional style questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, 6(3), 287-299.
- Pollock, L. R., & Williams, J. M. G. (2001). Effective problem solving in suicide attempters depends on specific autobiographical recall. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 31(4), 386-396.

- Pössel, P., & Smith, E. (2020). Integrating Beck's cognitive theory of depression and the hopelessness model in an adolescent sample. *Journal of Abnormal Child Psychology*, *48*(3), 435-451.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, *1*(3), 385-401.
- Raes, F., Watkins, E. R., Williams, J. M. G., & Hermans, D. (2008). Non-ruminative processing reduces overgeneral autobiographical memory retrieval in students. *Behaviour Research and Therapy*, *46*(6), 748-756.
- Raes, F., Williams, J. M. G., & Hermans, D. (2009). Reducing cognitive vulnerability to depression: A preliminary investigation of MEmory Specificity Training (MEST) in inpatients with depressive symptomatology. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, *40*(1), 24-38.
- Rimes, K. A., & Watkins, E. (2005). The effects of self-focused rumination on global negative self-judgements in depression. *Behaviour Research and Therapy*, *43*(12), 1673-1681.
- Siefert, C. J., Stein, M., Slavin-Mulford, J., Haggerty, G., Sinclair, S. J., Funke, D., & Blais, M. A. (2018). Exploring the factor structure of the Social Cognition and Object Relations - Global Rating Method: Support for two- and three-factor models. *Journal of Personality Assessment*, *100*(2), 122-134.
- Singer, J. A., & Bluck, S. (2001). New perspectives on autobiographical memory: The integration of narrative processing and autobiographical reasoning. *Review of General Psychology*, *5*(2), 91-99.
- Sowislo, J. F., & Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, *139*(1), 213-240.
- Spinhoven, P., Bockting, C. L., Kremers, I. P., Schene, A. H., & Williams, J. M. G. (2007). The endorsement of dysfunctional attitudes is associated with an impaired retrieval of specific autobiographical memories in response to matching cues. *Memory*, *15*(3), 324-338.
- Stein, M. & Slavin-Mulford, J. (2021). 사회인지와 대 상관계 척도 - 일반 평정법: 임상가, 상담자, 연구자 를 위한 종합 지침서 [The Social Cognition and Object Relations Scale - Global rating method (SCORS-G): A comprehensive guide for clinicians and researchers]. (이종환, 임종민, 장문선 역). 서울: 학지사. (원전은 2018년에 출판).
- Stein, M. B., Slavin-Mulford, J., Siefert, C. J., Sinclair, S. J., Renna, M., Malone, J., Bello, I., & Blais, M. A. (2014). SCORS - G stimulus characteristics of select Thematic Apperception Test cards. *Journal of Personality Assessment*, *96*(3), 339-349.
- Sumner, J. A., Griffith, J. W., & Mineka, S. (2010). Overgeneral autobiographical memory as a predictor of the course of depression: A meta-analysis. *Behaviour Research and Therapy*, *48*(7), 614-625.
- Sumner, J. A. (2012). The mechanisms underlying overgeneral autobiographical memory: An evaluative review of evidence for the CaR-FA-X model. *Clinical Psychology Review*, *32*(1), 34-48.
- Sumner, J. A., Mineka, S., Zinbarg, R. E., Craske, M. G., Vrshek-Schallhorn, S., & Epstein, A. (2014). Examining the long-term stability of overgeneral autobiographical memory. *Memory*, *22*(3), 163-170.
- Takano, K., & Tanno, Y. (2009). Self-rumination, self-reflection, and depression: Self-rumination counteracts the adaptive effect of self-reflection. *Behaviour Research and Therapy*, *47*(3), 260-264.

- Vanderveren, E., Bijttebier, P., & Hermans, D. (2017). The importance of memory specificity and memory coherence for the self: Linking two characteristics of autobiographical memory. *Frontiers in Psychology, 8*, 1-13. doi: 10.3389/fpsyg.2017.02250
- Wessel, I., Meeren, M., Peeters, F., Arntz, A., & Merckelbach, H. (2001). Correlates of autobiographical memory specificity: The role of depression, anxiety and childhood trauma. *Behaviour Research and Therapy, 39*(4), 409-421..
- World Health Organization. (2008). *WHO global report on falls prevention in older age*. World Health Organization. <https://iris.who.int/handle/10665/43811>
- Williams, J. M. G. (2006). Capture and rumination, functional avoidance, and executive control (CaRFAX): Three processes that underlie overgeneral memory. *Cognition and Emotion, 20*(3-4), 548-568.
- Williams, J. M. G., Barnhofer, T., Crane, C., Herman, D., Raes, F., Watkins, E., & Dalgleish, T. (2007). Autobiographical memory specificity and emotional disorder. *Psychological Bulletin, 133*(1), 122-148.
- Williams, J. M. G., & Broadbent, K. (1986). Autobiographical memory in suicide attempters. *Journal of Abnormal Psychology, 95*(2), 144-149.
- Williams, J. M. G., Teasdale, J. D., Segal, Z. V., & Soulsby, J. (2000). Mindfulness-based cognitive therapy reduces overgeneral autobiographical memory in formerly depressed patients. *Journal of Abnormal Psychology, 109*(1), 150-155.

원고접수일: 2023년 9월 12일

논문심사일: 2023년 12월 18일

게재결정일: 2024년 5월 27일

# The Effects of Depressogenic Inferential Styles and Overgeneral Memory on Depressive Symptoms: The Moderated Mediation Effect of Self Functionings

Sion Han	Jong-hwan Lee	Jong-min Lim	Mun-Seon Chang
Kyungpook National University Hospital	University of Ulsan College of Medicine Department of Medicine Education	Kyungpook National University	Kyungpook National University

The purpose of this study is to investigate the role of overgeneral memory in the connection between depressogenic inferential styles and depressive symptoms. Additionally, the study aims to explore whether self functionings moderate the relationship between overgeneral memory and depressive symptoms, and to test the effect of moderated mediation. A total of 188 university students completed the Cognitive Style Questionnaire(CSQ) and the Korean version of the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale-Revised(K-CESD-R). From the 98 participants who agreed to take part, the the Autobiographical Memory Test(AMT) and the SCORS-G assessment, which utilized the Thematic Apperception Test(TAT), were used to measure the level of memory overgenerality and self functionings. The findings revealed a positive association between higher levels of depressogenic inferential styles and overgeneral memory, which in turn were associated with increased depressive symptoms. Moreover, it was found that self functionings moderated mediating effect, whereby the pathway linking depressogenic inferential styles to depressive symptoms through overgeneral was significant, except in the high self functionings condition. These results are noteworthy as they highlight the significance of self functionings in the relationship between overgeneral memory and depressive symptoms.

*Keywords:* Overgeneral Memory, Depressogenic Inferential Styles, Self Functionings, Depressive Symptoms