

## 지각된 부모의 양육방식과 정서조절곤란의 관계에서 정서조절방략의 매개 효과\*

이 지 영<sup>†</sup>

서울디지털대학교 상담심리학과

본 연구는 성인을 대상으로 지각된 부모의 양육방식, 정서조절곤란, 정서조절방략 세 변인의 관계를 살펴보고자 하였다. 이를 위해 943명의 성인을 대상으로 지각된 양육방식 척도(EMBU-short), 정서조절곤란 척도(DERS)와 정서조절방략 질문지(ERSQ)를 실시하여, 성별과 연령을 통제한 상태에서 지각된 부모의 양육방식과 정서조절곤란의 관계에서 정서조절방략의 매개효과를 검증하였다. 부분상관분석 결과, 부모의 거부와 과보호 방식은 정서조절곤란 및 부적응적 방략과 정적 상관을, 부모의 애정 방식은 정서조절곤란과 부적 상관, 적응적 방략과는 정적 상관을 나타냈다. 위계적 중다회귀분석 결과, 성별과 연령을 통제한 상태에서 지각된 부모의 양육방식은 정서조절곤란의 전체 변량 중 11%를 설명하였고, 부의 애정과 모의 거부 방식이 정서조절곤란을 통계적으로 유의미하게 예언하였다. 성별과 연령을 통제하였을 때, 지각된 부모의 양육방식은 적응적 방략의 13%를, 부적응적 방략의 10%를 설명하였다. 부모의 애정 방식은 적응적 방략을, 부모의 거부 방식은 부적응적 방략을 유의미하게 예언하였다. 지각된 부모의 양육방식과 정서조절곤란의 관계에서 정서조절방략의 매개효과를 검증한 결과, 적응적 방략은 부의 애정 방식이 정서조절곤란에 미치는 영향을 완전매개하고, 부적응적 방략은 모의 거부 방식이 정서조절곤란에 미치는 영향을 부분매개하는 것으로 확인되었다. 본 연구의 시사점과 앞으로의 연구 방향에 대해 논의하였다.

주요어 : 부모의 양육방식, 정서조절곤란, 정서조절방략, 매개효과

\* 이 논문은 2014년도 서울디지털대학교 대학연구비의 지원으로 연구되었음.

† 교신저자 : 이지영, 서울디지털대학교 상담심리학과, 서울시 강서구 공항대로 424

Tel : 02-2128-3067, E-mail : subblack@hanmail.net

우리는 살아가는 동안 다양한 불쾌한 감정을 마주하게 되고, 그 감정을 어떻게 다루느냐가 중요한 삶의 과제가 된다. 이렇듯 일상생활 속에서 필연적으로 경험하는 정서와 정서조절에 대한 관심이 증가하면서, 정서를 어떻게 조절하느냐가 개인의 적응과 심리건강에 중요한 영향을 미친다는 데 연구자들은 주목하였다(Aldao, Nolen-Hoeksema, & Schweizer, 2010; Cohn, Jakupcak, Seibert, Hildebrandt, & Zeichner, 2010; McLaughlin, Hatzenbuehler, Mennin, & Nolen-Hoeksema, 2011).

Cole, Michel과 Teti(1994)는 정서조절의 실패가 계속 반복될 때 이를 정서조절곤란(emotion dysregulation)이라고 명명하였는데, 정서조절곤란이 부정적인 정서를 축적 및 악화시킴으로써 개인내적 기능 뿐 아니라, 사회적 및 직업적 기능 등을 방해하여 심리적 부적응과 다양한 정신병리를 초래할 수 있다고 보았다(Cole et al., 1994; Kring & Werner, 2004; Silk, Steinberg, & Morris, 2003). 특히 정서조절곤란이 정신병리를 설명하는 데 핵심적 역할을 하며(Barlow, Allen, & Choate, 2004; Philippot & Feldman, 2004), 우울장애, 불안장애, 물질관련장애, 섭식장애, 신체화 장애 등의 다양한 정신병리와 관련된다고 보고되고 있다(Buckholdt, Parra, & Jobe-Shields, 2010; Green, Cahill, & Malhi, 2007; Kobak & Ferenz-Gilles, 1995; Mennin, Heimberg, Turk, & Fresco, 2005; Taylor, Bagby, & Parker, 2000). Gratz와 Roemer(2004)는 정서조절을 정서를 자각하고 이해하는 능력, 정서를 수용하는 능력, 부정적인 정서를 경험할 때 충동적인 행동을 조절하고 자신이 바라는 목표에 부합하도록 행동하는 능력, 자신의 목표와 상황적 요구를 충족하기 위해 정서적 반응을 조절하고 상황에 적절한 정서조절방략

을 융통적으로 사용하는 능력 등 4가지로 구분하여 정의하고, 이에 근거하여 정서조절곤란 척도(Difficulties in Emotion Regulation Scale: 이하 DERS)를 개발하였다. DERS의 총점은 정서조절곤란 수준을 의미하고, 총점의 역점수는 정서조절능력으로 평가된다(이지영, 2010; 이지영, 2012; 조용래, 2007; Mennin, McLaughlin, & Flanagan, 2009).

이러한 정서조절곤란에 영향을 미치는 요인으로 정서조절방략의 사용이 중요하게 제안되었다(이지영, 2010; Cicchetti, Ackerman, & Izard, 1995; Gratz & Roemer, 2004; Keenan, 2000). 정서조절곤란은 여러 연구자들(Cicchetti et al., 1995; Kennan, 2000; Philippot & Feldman, 2004)에 의해 다양하게 정의되어 왔는데, Gratz와 Roemer(2004)를 비롯해 많은 연구자들이 정서조절곤란을 설명하는 여러 측면이나 요인 가운데 하나로 정서조절방략의 사용 부분을 포함시켰다. 즉 부적응적으로 정서조절방략을 사용하는 것, 정서조절방략을 부적절하게 사용하는 것, 상황에 맞지 않게 사용하는 것 등이 정서조절곤란에 영향을 미칠 수 있다고 설명하였다. Gratz와 Roemer(2004)는 정서조절곤란의 개념을 정의하면서 충동을 통제하기 어려운 것, 정서에 주의를 잘 기울이지 못하거나 자각하지 못하는 것 외에 정서조절전략에 접근하지 못하는 것을 6가지 정서조절곤란 요인 중 하나로 포함시켰다. 이처럼 정서조절방략과 관련해서 정서조절곤란을 설명하는 경우는 구체적인 정서조절방략의 사용을 측정하고 있지는 않으며, 정서조절방략을 사용하지 못하거나, 사용하더라도 목표나 상황에 맞게 정서조절방략을 사용하지 못하는 과정이나 결과를 제안하고 있다. 반면, 정서조절방략의 개념은 정서를 조절하기 위해 사용하는 구체적인

방략을 의미하고 측정하는 등 다양한 측면에서 서로 구분되는 개념으로 다루어지고 있다(이지영, 2010).

정서를 조절하기 위해 사용하는 정서조절방략들 가운데에는 불쾌한 정서를 효과적으로 감소시키는 것도 있지만, 오히려 불쾌한 정서를 축적 및 악화시켜 정신과적 증상을 야기하고 정신병리를 초래하는 부적응적인 방략들 또한 있다(Aldao et al., 2010; Silk et al., 2003). 이지영과 권석만(2007)은 다양한 정서조절방략을 포괄적으로 측정하고 구분하기 위해 정서조절방략 질문지(Emotion Regulation Strategy Questionnaire: 이하 ERSQ)를 개발하였다. 이들은 선행 연구와 이론에 근거하여 정서의 어떤 측면에 접근하여 정서적 변화를 초래하느냐에 따라 인지적·체험적·행동적 방략으로 구분하였다. 총 16개 방략은 고차 요인 구조(higher-order factor structure) 분석을 통해 경험적으로 부적응적 방략과 세 가지 적응적 방략으로 다시 구분되었다. 인지적 방략의 '부정적으로 생각하기'와 '타인 비난하기', 체험적 방략의 '타인에게 부정적 감정 분출하기'와 '안전한 상황에서 부정적 감정 분출하기', 행동적 방략의 '폭식하기'와 '탐닉활동 하기' 등의 6개 방략은 부적응적인 방략이며, 10개의 적응적 방략 가운데 인지적 방략의 '능동적으로 생각하기'와 '인지적으로 수용하기', 행동적 방략의 '문제해결행동 취하기', 체험적 방략의 '감정 수용하기'는 감정이나 상황에 접근하는 성격을 지닌 접근적 방략, 인지적 방략의 '수동적으로 생각하기', 체험적 방략의 '즐거운 상상하기'와 행동적 방략의 '기본전환활동 하기'는 주의 분산적 방략, 체험적 방략의 '감정을 표현하고 공감 얻기', 행동적 방략의 '조언이나 도움 구하기'와 '친밀한 사람 만나기'는 지지추구적

성격의 방략으로 분류되었다. ERSQ와 DERS를 사용하여 정서조절방략과 정서조절곤란의 관계를 조사한 연구(이지영, 2010)에서, 정서조절방략의 사용은 정서조절곤란의 전체 변량 가운데 40% 가량을 설명하는 것으로 나타났고, 특히 부적응적 정서조절방략의 사용이 정서조절곤란에 대한 가장 높은 예측력을 보임으로써 정서조절곤란에 중요한 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 적응적 정서조절방략 가운데에서는 접근적 성격의 방략이 주의분산적 방략과 지지추구적 방략과 달리 정서조절곤란에 직접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

한편, 정서조절능력과 정서조절방략은 전생애 걸쳐 발달하고 변화한다고 제안되었다(Southam-Gerow & Kendall, 2002; Walden & Smith, 1997). 정서를 조절하는 능력은 나이가 들면서 점차 향상되는데(Charles & Carstensen, 2007; Underwood, 1997), 유아기에는 양육자와의 상호작용에 의존하며 수동적이고 반응적인 정서조절방식을 취하다가 점차 독립적이고 적극적인 방식의 조절방법을 획득해간다고 한다(Calkins & Hill, 2007). 정서조절의 표준 발달적 견해에 따르면, 유아와 아동은 초기에 자신의 정서를 조절하기 위해 보호자와 함께 하는 상호작용에 의존하지만, 나이가 들며 성장하면서 이러한 정서를 조절하는 능력을 내재화한다. 정서조절능력과 전략들에 있어서 개인차는 성인기까지 이어지는데, 문제해결과정, 대인관계의 질, 사회적 지지 뿐 아니라 심리적 및 신체적 건강 등에 지속적으로 영향을 미친다(Diamond & Aspinwall, 2003). 청소년기와 성인기를 포함하는 경험적 연구에서, 실제로 연령이 증가함에 따라 정서조절곤란이 꾸준히 감소함으로써 정서조절능력이 증가한다는 가

설이 입증되었다(이지영, 2012). 정서조절곤란은 10대에서 가장 높았고, 20대와 30대에 걸쳐 서서히 감소하다가 40대와 50대에 이르러 두드러진 감소를 보였다. 또한 나이가 들면서 부적응적 정서조절방략의 사용빈도는 점진적으로 감소하였고, 적응적 정서조절방략의 사용빈도는 증가하였다.

연령 이외에도 정서조절능력과 정서조절방략의 사용에 영향을 미치는 요인들에 대한 관심은 꾸준히 있었다. 정서조절방략의 사용패턴에 성별(이지영, 권석만, 2009; Garnefski, Teerds, Kraaij, Legerstee, & Kommer, 2004; Gross & John, 2003)과 성격유형(민경환, 김지현, 윤석빈, 장승민, 2000; 이지영, 권석만, 2009)과 같은 개인차 요인이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 정서조절의 발달에 있어 정서적 각성 수준 등의 기질이 영향을 미칠 것이라고 제안되었다(Madeleine, Eleonora, & Elizabeth, 2010; Southam-Gerow & Kendall, 2002; Underwood, 1997). 무엇보다 정서조절능력과 정서조절방략의 발달에 영향을 미치는 가장 핵심적 요인으로 부모의 양육방식과 애착 등이 제안되었다(Calkins & Hill, 2007; Thompson & Meyer, 2007; Walden & Smith, 1997). 부모와 자녀의 관계의 질은 정서조절의 발달에 영향을 미치는데, 양육자는 정서적 발달의 발판을 제공한다. 아이의 욕구에 민감하게 반응해주는 태도, 정서적 경험을 함께 이해하고 조직화하는 방식, 그리고 아이가 자신의 감정을 독립적으로 조절하는 방법을 익히도록 북돋워주는 것이 아이의 정서발달에 긍정적으로 작용한다(Southam-Gerow & Kendall, 2002).

연구 결과, 부모의 부정적인 양육방식은 아동의 낮은 정서조절능력과 관련되었다(Hardy, Power, & Jaedicke, 1993). 성장하는 과정에서 양

육자가 보다 지지적이고 유연할수록, 양육자와 보다 안정적인 애착관계를 가질수록 보다 나은 정서조절능력을 발달시키는 반면, 강압적이고 거부적이거나 방임하는 부모의 양육방식은 부정적인 정서조절능력과 관련이 있었다(Calkins & Hill, 2007; Eisenberg et al., 1993). 적대적이고 거부적인 모의 양육방식은 모와 청소년 자녀의 정서조절을 유의미하게 매개하였고(Dileka, Joan, & Tülin, 2013), 모가 심리적으로 통제를 많이 할수록 청소년기의 낮은 수준의 정서조절과 관련되었다(Manzeske, 2009). 주의 전환 및 주의집중, 통제 등을 측정하는 Early Adolescents Temperament Questionnaire(Ellis & Rothbart, 2001)를 사용한 청소년기의 정서조절에 권위적인 부모의 양육방식이 긍정적인 영향을 미친 데 반해, 허용적인 부모의 양육방식은 부정적인 영향을 미치는 것으로 보고되었다(Jabeen, Anis-ul-Haque, & Riaz, 2013). 또한 부모의 양육방식은 정서조절곤란을 매개로 하여 아동 및 청소년의 문제행동, 우울 및 불안 등의 부정적 정서, 심리적 안녕감 및 적응에 영향을 미치는 것으로 나타났다(김빛나, 진미경, 2014; 김종희, 2011; 김혜선, 2011; 도순희, 2008; 이정은, 2012; 최미미, 조용래, 2008; Lei, Dodge, & Schwartz, 2003; Walton & Flouri, 2010). 한편, 부모의 양육방식과 정서조절방략의 관계에서, 부모의 양육방식이 부정적일수록 아동 및 청소년에게서 억제와 회피적 정서조절방략을 더 자주 사용하고, 긍정적일수록 능동적 방략과 지지추구적 방략을 자주 사용하였다(양유진, 정경미, 2008; 이정은, 2012; Madeleine et al., 2010).

이처럼 정서조절능력 및 정서조절방략의 발달에 영향을 미치는 요인으로 부모의 양육방식이 중요하게 제안되어 왔지만, 부모의 양육

방식과 정서조절에 대한 연구 대부분이 유아기와 아동기에 제한되어 있었다(박진아, 정문자, 2007; Calkins & Hill, 2007; Hinnant, Nelson, O'Brien, Calkins, & Keane, 2013; Madeleine et al, 2010; Thompson & Meyer, 2007; Walden & Smith, 1997). 게다가 자기보고식 질문지 사용의 어려움 때문에 실험이나 유아 및 아동용 검사 도구, 면담법 등의 방법을 사용하다보니, 정서조절에 대한 일부 방법이나 측면에 한정하여 다루어질 수밖에 없었다. 그러나 최근에는 자기보고식 질문지 등을 사용해 청소년과 대학생들을 대상으로 한 부모의 양육방식에 관한 연구가 증가하고 있는데, 이들 대부분은 부모의 양육방식이 청소년의 부정적인 문제 측면에 영향을 미치는 데 정서조절곤란이 매개한다는 것을 증명하고자 하였다(김빛나, 진미경, 2014; 김종희, 2011; 김혜선, 2011; 이정은, 2012; 최미미, 조용래, 2008; Walton & Flouri, 2010).

정서조절능력과 정서조절방략의 개인차는 유아기나 아동기와 같은 특정 발달시기에 한정되지 않고, 청소년기를 넘어서 성인기 전반에 걸쳐 지속되는 것으로 제안되어 왔다(이지영, 2012; Diamond & Aspinwall, 2003). 또한 실제 상담현장에서 성인 내담자의 지각된 양육방식이 현재의 정서적, 행동적 문제에 영향을 미치고 있는 경우를 어렵지 않게 접하곤 한다. 이처럼 양육시기 동안에 자녀가 부모와 경험했던 관계는 성인기까지 영향을 미치는 것으로 알려져 있으며, 이러한 생각은 프로이트 학파에 의해 생애 초기 경험이 강조되면서 지금까지 이어지고 있다(박경환, 2011). 이에 성인기에도 부모의 양육방식이 정서조절에 여전히 영향을 미치는지 경험적으로 확인할 필요성이 제기된다.

부모의 양육방식은 부모가 자녀를 기르는데 있어서 비교적 일관되고 안정적으로 나타나는 태도 및 행동으로 정의된다. 부모의 실제 양육방식과 자녀가 지각한 양육방식은 차이가 나타날 수 있는데, 실제 양육방식보다 지각된 양육방식이 자녀의 감정, 행동, 정신병리에 더 중요하게 영향을 미친다고 밝혀진 후 오랫동안 지각된 부모의 양육방식이 연구에 주로 채택되어 사용되고 있다(김종희, 2011, 문민정, 2008, 주종현, 2013; Fletcher, Parler, Bayes, Paterson, & McClure, 2014; Madeleine et al, 2010; Schaefer, 1965). 즉 부모의 양육방식을 현재 어떻게 지각하고 있는지가 겪고 있는 감정, 행동과 문제들에 보다 영향을 미친다는 것이다. 부모의 양육방식을 구분하는 차원은 학자들마다 다양하지만, 대체로 애정(수용), 거부(적대), 과보호(통제) 3가지 양육방식이 공통적으로 언급되고 있다(오현미, 2011). 이에 Arrindell과 Engebretsen(2000)은 부모의 지각된 양육방식을 애정, 거부, 과보호 3차원에서 구분하여 이를 측정하는 도구(Egna Minnen Beträffande Uppfostran: EMBU-short)를 개발하였다. 부모의 거부 방식은 자녀에게 사랑, 애정, 온정을 주지 않는 것으로, 적대감 및 공격성, 무관심 및 무시, 미분화된 거부 세 형태로 나타난다. 애정 방식은 자녀에게 따뜻함과 사랑을 신체적 및 언어적 표현으로 나타내는 것을 말하고, 과보호 방식은 자녀에게 과잉된 기대와 관심을 갖는 것으로 과도한 간섭과 통제가 포함된다.

지각된 부모의 양육방식 척도는 주로 아동이나 청소년에 한해서 사용되었으나, 최근에는 성인인 대학생들을 대상으로 사용한 연구들이 꾸준히 발표되고 있다(주종현, 2013; 허재홍, 2006; 홍영미, 성형란, 2012). 또한 Fletcher

등(2014)은 성인 우울장애 환자들을 대상으로 지각된 부모의 양육방식 척도를 사용하여, 지각된 부모의 양육방식이 역기능적일수록 부적응적 정서조절방략을 보다 자주 사용한다는 연구결과를 보고하기도 하였다(Fletcher et al., 2014). 박경환(2011)은 성인기 이전의 부모의 양육방식에 대한 지각이 성인기의 자기평가 및 행동에 중요하게 영향을 미칠 것이라고 가정하고, 19세에서 60세에 이르는 성인을 대상으로 지각된 부모양육방식 척도를 사용한 연구를 발표하기도 하였다.

부모의 양육방식이 정서조절곤란과 정서조절방략에 관련된 것이라는 제안 및 연구결과들이 꾸준히 보고되고 있지만, 여러 가지 이유 때문에 부모의 양육방식, 정서조절곤란, 정서조절방략 등 세 가지 변인의 관계를 조사한 연구는 없었다. 첫째, 정서와 정서조절이라는 개념이 모호하고 복잡하여 객관적이고 타당하게 측정하기가 쉽지 않아서 경험적 연구가 이루어지는 것이 그리 쉽지 않다(이지영, 권석만, 2006). 둘째, 정서조절 연구 분야에서 가장 핵심적인 개념이 정서조절곤란과 정서조절방략인데, 두 가지 개념이 확립되고 측정도구가 개발 및 타당화되어 경험적 연구가 이루어진 것은 최근 10년 사이이다. 셋째, 정서조절곤란과 정서조절방략의 자기보고식 질문지의 대상은 주로 성인인데 반해, 지각된 부모의 양육방식 척도는 주로 아동기 및 청소년기를 대상으로 이루어졌다. 아동 및 청소년을 대상으로 이루어진 연구에서도 부모의 양육방식이 정서조절곤란이나 정서조절방략 각각에 관련된다 는 보고가 있었을 뿐, 세 가지 변인이 어떻게 관련되는지에 대한 연구는 이루어지지 않았다. 그러나 최근 들어 정서조절 관련 개념들이 체계적으로 정의되고 측정도구가 다양하게 개발

되어 경험적 연구에 활발하게 사용되고 있으며, 지각된 부모의 양육방식 척도를 대학생 및 성인을 대상으로 사용한 연구들이 꾸준히 나오고 있다. 이에 본 연구는 성인기를 대상으로 지각된 부모의 양육방식, 정서조절곤란, 정서조절방략 세 변인이 서로 어떠한 관계에서 영향을 주고받는지에 대해 관심을 가졌다.

선행 연구에 의하면, 부모의 양육방식은 정서조절곤란(Calkins & Hill, 2007; Eisenberg et al., 1993; Manzeske, 2009)과 정서조절방략(양유진, 정경미, 2008; Fletcher et al., 2014; Madeleine et al., 2010)에 각각 관련되었다. 또한 정서조절방략은 정서조절곤란에 유의미한 정적 영향을 미쳤다(이지영, 2010). 그러나 부모의 양육방식의 유형들과 정서조절곤란, 그리고 정서조절방략의 종류 사이의 구체적인 관계가 보고되거나 예측되지는 않았다. 연구 결과들을 종합해볼 때, 부모의 양육방식이 정서조절의 어려움과 관련되는 데, 정서조절방략 사용의 역할이 중요하게 작용할 것으로 보인다. 구체적으로는 부모의 양육방식이 정서조절곤란에 미치는 영향을 정서조절방략의 사용이 매개할 것으로 예상할 수 있다. 이러한 관계를 밝히는 것은 지각된 부모의 양육방식이 정서조절곤란에 영향을 미치는 기저의 과정을 정서조절방략의 측면에서 설명할 수 있는 계기를 마련하는 것이다. 구체적인 부모의 양육방식의 유형과 정서조절방략의 유형을 포함시켜 세 변인의 관계를 조사함으로써, 어떠한 부모의 양육방식 유형이 어떠한 정서조절방략의 사용을 통해 정서조절곤란에 영향을 미치는지 알 수 있을 것이다. 또한 지각된 부모의 양육방식이 성인기에 여전히 정서조절곤란에 중요한 영향을 미치고 있고, 나아가 그 관계를 정서조절방략의 사용이 매개 역할을

한다는 것을 입증한다면, 성인을 대상으로 세 변인 가운데 보다 개입 가능한 정서조절방략의 사용에 접근하여 지각된 부모의 양육방식이 정서조절곤란에 미치는 영향을 변화시킬 수 있는 가능성이 시사된다.

이에 본 연구에서는 지각된 부모의 양육방식, 정서조절곤란, 정서조절방략 세 변인의 관계를 성인기를 대상으로 살펴보고자 하였다. 구체적으로는 지각된 부모의 양육방식과 정서조절곤란의 관계를 정서조절방략의 사용이 매개하는지 조사하고자 하였다. 이를 위해 20세에서 59세에 이르는 성인을 대상으로 지각된 부모의 양육방식 척도(EMBU-short), 정서조절곤란 척도(DERS), 정서조절방략 질문지(ERSQ)를 실시하였다. 분석에는 예언변인에 부모 각각 거부, 애정, 과보호 등 6가지 지각된 부모 양육방식 유형, 매개변인으로 부적응적 방략과 적응적 방략 총점을, 종속변인으로 정서조절곤란 총점을 포함시켰다. 이 때 영향을 미칠 수 있는 개인차 요인으로 연구대상자의 성별과 연령 두 가지 변인을 함께 고려하였다. 본 연구 문제에 대한 구체적인 가설을 선행 연구들에 근거하여 세우면 다음과 같다. 첫째, 성인기에 지각된 부모의 양육방식은 정서조절곤란에 유의미한 영향을 미칠 것이다. 둘째, 성인기에 지각된 부모의 양육방식은 정서조절방략의 사용에 유의미하게 영향을 미칠 것이다. 셋째, 성인기에 지각된 부모의 양육방식이 정서조절곤란에 미치는 영향을 정서조절방략의 사용이 매개할 것이다.

## 방 법

### 연구대상

자료 수집은 성인을 대상으로 온라인상에서 자발적으로 이루어졌다. 연구에 참여한 986명 가운데 불성실하게 응답하거나 누락된 문항이 많아 자료 분석이 어려운 43명의 자료는 제외하였다. 유효한 총 943명의 자료를 분석에 사용하였다. 남자는 268명(28.4%)이고 여자는 675명(71.6%)이었다. 연령범위는 20세부터 59세까지였으며, 평균 연령은 35.50세이고 표준편차는 9.37이었다. 연령대별로는 20대가 297명(31.5%), 30대가 298명(31.6%), 40대가 283명(30.0%), 50대가 65명(6.9%)이었다.

### 연구도구

#### 지각된 양육방식 척도(Egna Minnen

#### Beträffande Uppfostran: EMBU-short)

Arrindell과 Engebretsen(2000)이 자녀가 지각한 부모의 양육방식을 측정하기 위해 제작한 ‘양육에 대한 나의 기억’ 단축형 척도를 문민정(2008)이 한국판으로 번안한 자기보고식 검사이다. 총 23문항으로 이루어졌으며, 애정, 거부, 과보호 등의 3가지 부모의 양육방식을 측정한다. 애정적 양육방식은 ‘뜻대로 일이 잘 안될 때 아버지(어머니)는 나를 위로하고 격려해 주셨다.’ 등의 8문항으로 구성되어 있고, 거부적 양육방식은 ‘아버지(어머니)는 명확한 이유도 알려주지 않고 내게 화를 내시거나 불쾌해 하셨다.’ 등의 7문항으로 구성되며, 과보호 양육방식은 ‘아버지(어머니)는 내가 하는 모든 일에 사사건건 간섭하셨다.’ 등의 8문항으로 측정한다. 제시된 문항의 내용이 자신의 아버지(어머니)의 평소 행동에 일치하는 정도를 4점 척도 상에 표시하도록 되어 있다. 문

민정(2008)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach  $\alpha$ )는 아버지의 세 가지 양육방식 척도의 경우 .68~.85이었고, 어머니의 경우 .74~.86이었다. 본 연구에서 아버지의 양육방식 척도의 경우 내적 합치도(Cronbach  $\alpha$ )는 거부, 애정, 과보호가 각각 .86, .89, .75이었고, 어머니의 양육방식 척도의 경우 각각 .86, .87, .77이었다.

#### **정서조절곤란 척도(Difficulties in Emotion Regulation Scale: DERS)**

정서조절곤란의 정도를 평가하기 위하여 Gratz와 Roemer(2004)가 개발한 척도를 조용래(2007)가 한국판으로 번안한 자기보고식 검사이다. 각 문항 내용이 평소 자신에게 얼마나 자주 해당되는지 그 정도를 5점 척도 상에서 평정하도록 되어 있다. 총 36개 문항 중 11개는 반대로 채점하도록 되어 있다. 총점이 높을수록 정서조절곤란의 정도가 크고 정서조절 능력은 낮다는 것을 의미한다. 총동통계곤란, 정서에 대한 주의와 자각 부족, 정서에 대한 비수용성, 정서적 명료성의 부족, 정서조절전략에 대한 접근 제한과 목표지향행동의 어려움 등 6개의 하위척도로 구성되어 있다. 한국판 DERS의 내적합치도(Cronbach  $\alpha$ )는 전체 척도 .92이었고, 6개 하위척도들의 내적합치도(Cronbach  $\alpha$ )는 .74~.89였다. 본 연구에서는 정서조절곤란 및 정서조절능력의 지표로서 총점만을 사용하였고, 전체척도의 내적합치도(Cronbach  $\alpha$ )는 .95이었다.

#### **정서조절방략 질문지(Emotion Regulation Strategy Questionnaire: ERSQ)**

이지영과 권석만(2007)이 다양한 정서조절방략을 포괄적으로 분류 및 측정하기 위해 개발한 자기보고식 검사이다. 총 69문항으로 이루어

어졌으며, 제시된 문항의 내용에 대해 평소 부정적이거나 불쾌한 일을 경험할 때 보이는 모습과 일치하는 정도를 7점 척도 상에 표시하도록 되어 있다. 인지적 방략 5개, 체험적 방략 5개, 행동적 방략 6개를 측정한다. 16개 방략은 경험적으로 4가지 종류로 구분되는데, 부적응적 방략 6개와 접근적 방략 4개, 주의 분산적 방략 3개, 지지추구적 방략 3개 등 10개의 적응적 방략으로 나누어진다. 내적 합치도(Cronbach  $\alpha$ )는 인지적 방략이 .81, 체험적 방략이 .77, 행동적 방략이 .85이었으며, 검사-재검사 신뢰도는 각각 .68, .78, .84이었다. 본 연구에서 각 하위척도의 내적합치도는 인지적 방략이 .80, 체험적 방략이 .76, 행동적 방략이 .85이었다. 분석에 사용된 부적응적 방략은 .65이고, 적응적 방략은 .87이었다.

#### **자료분석**

모든 자료분석은 SPSS 버전 18을 활용하였다. 먼저, 성별 및 연령 변인과 측정변인들 간의 상관관계를 검토하기 위해, 성별과 측정변인들 간의 Spearman 비모수 상관계수와 연령과 측정변인들 간의 Pearson 상관계수를 구하였다. 측정변인들 간의 상관관계를 조사하기 위해, 성별과 연령을 통제하여 부분상관계수를 구하였다. 성별과 연령 변인을 통제한 상태에서 지각된 부모의 양육방식, 정서조절곤란, 정서조절방략의 관련성을 검증하기 위해 위계적 중다회귀분석(stepwise multiple regression)을 실시하였다. 위계적 회귀분석에서 다중공선성 문제의 위험가능성을 확인하기 위해 공차한계 값(Tolerance)과 분산팽창요인(VIF) 값을 함께 확인하였다. 이 때 성별은 회귀분석을 위한 편의적 방법을 고려하여 dummy coding



(남=0, 여=1)을 하였다. 지각된 부모의 양육방식과 정서조절곤란의 관계에서 정서조절방략의 매개효과를 검증하기 위해, Baron과 Kenny (1986)의 절차에 따라 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 또한 매개효과의 유의미성을 검증하기 위해 Sobel 검증(Sobel, 1982)을 실시하였다.

### 결 과

#### 성별 및 연령 변인과 측정 변인들 간의 상관관계

먼저 개인차 요인으로 고려한 성별 및 연령 변인과 지각된 부모의 양육방식, 정서조절곤란, 정서조절방략 등의 측정변인들 간의 상관관계를 조사하기 위해, 성별과 지각된 부모의 양육방식 6가지 유형, 정서조절곤란, 정서조절방략 2가지 유형 간에 Spearman 비모수 상관계수를 구하여 표 1에 제시하였다. 연령과 측정 변인들 간에는 Pearson 상관계수를 구하여 표 2에 제시하였다. 성별은 6가지 지각된 부모의 양육방식 가운데 부의 과보호( $r_s = -.12, p < .001$ ), 모의 거부( $r_s = .16, p < .001$ ), 모의 애정( $r_s = -.19, p < .001$ ), 모의 과보호( $r_s = -.09, p < .05$ ) 등 4가지 유형과 유의미한 상관을 보였다. 반면, 부의 거부( $r_s = -.03, ns$ )와 부의

애정( $r_s = -.04, ns$ )과는 유의미한 상관을 보이지 않았다. 구체적으로 살펴보면, 성인에서 부의 거부( $t = .50, ns$ )와 애정( $t = .99, ns$ )은 남성과 여성에게서 유의미한 차이를 보이지 않았다. 그러나 모의 거부( $t = -4.86, p < .001$ )는 여성이 남성에 비해 높게 평가한 반면, 부의 과보호( $t = 3.22, p < .01$ ), 모의 과보호( $t = 2.10, p < .05$ ), 모의 애정( $t = 5.81, p < .001$ )은 남성이 여성에 비해 높게 평가하였다. 성별은 성인의 정서조절곤란( $r_s = .05, ns$ ), 부적응적 방략( $r_s = .03, ns$ ), 적응적 방략( $r_s = .05, ns$ ) 총점과 유의미한 상관을 보이지 않았다.

연령은 부의 거부( $r_p = -.09, p < .01$ ), 애정( $r_p = -.10, p < .01$ ), 과보호( $r_p = -.08, p < .05$ ) 방식과 모의 거부( $r_p = -.08, p < .05$ ), 애정( $r_p = -.09, p < .01$ ), 과보호( $r_p = -.13, p < .001$ ) 등 6가지 지각된 부모의 양육방식 모두와 유의미한 부적 상관을 보였다. 즉 성인기에 연령이 증가할수록 지각된 부모의 양육방식 6가지 유형 모두에 대해 점차 낮게 평가하는 것으로 나타났다. 연령은 성인의 정서조절곤란( $r_p = -.19, p < .001$ )과 부적 상관을 보였고, 부적응적 방략( $r_p = -.33, p < .001$ ) 총점과 부적 상관을, 적응적 방략( $r_p = .02, ns$ ) 총점과는 유의미한 상관을 보이지 않았다.

표 1. 성별과 측정변인들 간의 Spearman 상관계수

	부 거부	부 애정	부 과보호	모 거부	모 애정	모 과보호	정서조절 곤란	부적응적 방략	적응적 방략	연령
성별	-.03	-.04	-.12***	.16***	-.19***	.08*	.05	.03	.05	-.11**

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

표 2. 연령과 측정변인들 간의 Pearson 상관계수

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. 부 거부	1.00									
2. 부 애정	-.37***	1.00								
3. 부 과보호	.48***	.08*	1.00							
4. 모 거부	.40***	-.16***	.22***	1.00						
5. 모 애정	-.17***	.46***	.04	-.46***	1.00					
6. 모 과보호	.26***	.04	.42***	.46***	-.01	1.00				
7. 정서조절곤란	.24***	-.15***	.16***	.30***	-.18***	.21***	1.00			
8. 부적응적 방략	.26***	-.06	.20***	.29***	-.08*	.24***	.68***	1.00		
9. 적응적 방략	-.08*	.26***	-.00	-.10**	.30***	.04	-.46***	-.19***	1.00	
10. 연령	-.09**	-.10**	-.08*	-.08*	-.09**	-.13***	-.19***	-.33***	.02	1.00
평균(M)	10.87	17.50	12.77	11.18	19.10	15.19	91.02	51.12	151.04	35.50
표준편차(SD)	4.71	6.25	4.20	4.63	6.13	4.93	26.13	22.74	38.88	9.37

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

지각된 부모의 양육방식, 정서조절곤란, 정서 조절방략 간의 상관관계

성별과 연령 변인이 측정 변인들의 점수에

영향을 미치는 것으로 나타난 바, 성별과 연령 변인을 통제하고 지각된 부모의 양육방식, 정서조절곤란, 정서조절방략 세 변인 간의 부분상관계수를 구하여 표 3에 제시하였다. 부

표 3. 지각된 부모의 양육방식, 정서조절곤란, 정서조절방략 간의 부분상관계수

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. 부 거부	1.00								
2. 부 애정	-.39***	1.00							
3. 부 과보호	.47***	.07*	1.00						
4. 모 거부	.40***	-.16***	.23***	1.00					
5. 모 애정	-.18***	.46***	.00	-.45***	1.00				
6. 모 과보호	.25***	.02	.41***	.48***	-.03	1.00			
7. 정서조절곤란	.23***	-.17***	.16***	.29***	-.20***	.19***	1.00		
8. 부적응적 방략	.26***	-.10**	.19***	.29***	-.12***	.22***	.67***	1.00	
9. 적응적 방략	-.07*	.27***	.01	-.10**	.32***	.04	-.47***	-.20***	1.00

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

모의 거부 방식( $r_p=.23, p<.001; r_p=.29, p<.001$ )과 과보호 방식( $r_p=.16, p<.001; r_p=.19, p<.001$ )은 정서조절곤란과 유의미한 정적 상관을 보였고, 부모의 애정 방식( $r_p=-.17, p<.001; r_p=-.20, p<.001$ )은 정서조절곤란과 유의미한 부적 상관을 나타냈다.

또한 부모의 거부 방식( $r_p=.24, p<.001; r_p=.29, p<.001$ )과 과보호 방식( $r_p=.19, p<.001; r_p=.22, p<.001$ )은 부적응적 방략과 유의미한 정적 상관을 보였고, 부모의 애정 방식( $r_p=-.10, p<.01; r_p=-.12, p<.001$ )은 부적응적 방략과 유의미한 부적 상관을 나타냈다. 반면, 부모의 거부 방식( $r_p=-.07, p<.05; r_p=-.10, p<.01$ )은 적응적 방략과 유의미한 부적 상관을, 부모의 애정방식( $r_p=.27, p<.001; r_p=.32, p<.001$ )은 유의미한 정적 상관을 보였고, 부모의 과보호 방식( $r_p=.01, ns; r_p=.04, ns$ )은 유의

미한 상관을 보이지 않았다. 정서조절방략과 정서조절곤란의 관계에서 부적응적 방략( $r_p=.67, p<.001$ )은 정서조절곤란과 높은 정적 상관을 보였고, 적응적 방략( $r_p=-.47, p<.001$ )은 정서조절곤란과 부적 상관을 나타냈다.

지각된 부모의 양육방식이 정서조절곤란에 미치는 영향

성별과 연령 변인을 통제한 상태에서 지각된 부모의 양육방식이 정서조절곤란의 수준에 미치는 영향을 탐색하기 위해, 1단계에서 성별과 연령, 2단계에서 성별, 연령과 부모의 거부, 애정, 과보호 등의 양육방식을 예언변인에 넣고 정서조절곤란 총점을 종속변인으로 하여 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 그런데 표 3에서 보는 바와 같이, 예언변인들 간의 상관을 살펴보았을 때, 부 거부와 부 과보호

표 4. 지각된 부모의 양육방식이 정서조절곤란(DERS)에 미치는 영향을 검증하기 위한 위계적 중다회귀분석 결과

	Beta	t	Tolerance	VIF	R <sup>2</sup> (Adj.R)	ΔR <sup>2</sup>	F
1단계 성별	.03	.96	.99	1.01	.04(.04)	.04	18.73***
연령	-.19	-5.91***	.99	1.01			
2단계 성별	.00	.10	.92	1.09	.15(.14)	.11	20.68***
연령	-.18	-5.65***	.94	1.06			
부 거부	.07	1.70	.53	1.90			
부 애정	-.09	-2.31*	.61	1.64			
부 과보호	.06	1.63	.61	1.64			
모 거부	.16	3.74***	.50	2.00			
모 애정	-.08	-1.88	.57	1.75			
모 과보호	.07	1.83	.63	1.59			

주. DERS = Difficulties in Emotion Regulation Scale.

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

( $r_p=.47, p<.001$ ), 부 애정과 모 애정( $r_p=.46, p<.001$ ) 사이의 상관을 포함하여 다수의 변인 간 상관계수가 높게 나타났다. 이에 위계적 중다회귀분석을 실시할 때 공차한계 값(Tolerance)과 분산팽창요인(VIF) 값을 함께 확인하여, 예언변인들 사이의 상관으로 인한 다중공선성의 위험이 존재할 가능성을 조사하였다. 표 4에 제시된 바와 같이, 공차한계 값이 모두 .50 이상으로 나타남으로써 .3 이하가 아니었고 VIF 값은 10보다 작은 1과 2 사이의 범위 값을 보였다. 이에 예언변인들 간의 관련성이 낮아 다중공선성의 위험은 매우 낮은 것으로 생각되었다(최옥현, 김봉환, 2007).

지각된 부모의 양육방식이 정서조절곤란을 예측할 수 있는 정도를 성별과 연령 변인을 통제한 상태에서 조사한 결과, 정서조절곤란의 전체변량 가운데 11%가 지각된 부모의 양육방식에 의해 추가 설명되는 것으로 확인되었다. 부모의 양육방식 가운데 부의 애정 방

식(Beta=-.09,  $t=-2.31, p<.05$ )과 모의 거부 방식(Beta=.16,  $t=3.74, p<.001$ )이 정서조절곤란을 예측하는 데 통계적으로 유의미한 변인으로 나타났다.

지각된 부모의 양육방식이 정서조절방략에 미치는 영향

성별과 연령을 통제한 상태에서 지각된 부모의 양육방식이 개인의 정서조절방략의 사용에 미치는 영향을 조사하기 위해, 1단계 성별과 연령, 2단계에 성별과 연령, 그리고 부모의 양육방식 6가지를 예언변인에 넣고 종속변인에 각각 부적응적 정서조절방략 점수와 적응적 정서조절방략 점수를 넣어 위계적 중다회귀분석을 실시하여 표 5에 제시하였다.

성별과 연령을 통제하였을 때, 6가지 부모의 양육방식은 부적응적 방략의 전체 변량 가운데 10%를 추가설명하였고, 적응적 방략에

표 5. 지각된 부모의 양육방식이 정서조절방략에 미치는 영향을 검증하기 위한 위계적 중다회귀분석 결과

	부적응적 방략				적응적 방략			
	Beta	t	$\Delta R^2$	F	Beta	t	$\Delta R^2$	F
1단계 성별	.01	.15	.11	59.08***	.05	1.65	.00	1.58
연령	-.33	-10.79***			.03	.84		
2단계 성별	-.01	-.26	.10	30.97***	.11	3.53	.13	17.44***
연령	-.30	-10.06***			.08	2.65		
부 거부	.09	2.26*			.05	1.20		
부 애정	-.04	-.95			.17	4.32***		
부 과보호	.07	1.88			-.06	-1.41		
모 거부	.18	4.40***			.01	.22		
모 애정	-.00	-.03			.27	6.66***		
모 과보호	.07	1.88			.06	1.42		

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

대해서는 13%의 추가설명량이 유의미하였다. 6가지 부모의 양육방식 가운데 부모의 거부 방식(Beta=.09,  $t=2.26$ ,  $p<.05$ ; Beta=.18,  $t=4.40$ ,  $p<.001$ )이 부적응적 방략의 사용을 예측하는 데 통계적으로 유의미하였고, 적응적 방략의 사용에 대해서는 부모의 애정 방식(Beta=.17,  $t=4.32$ ,  $p<.001$ ; Beta=.27,  $t=6.66$ ,  $p<.001$ )이 유의미한 설명 변인으로 나타났다.

지각된 부모의 양육방식과 정서조절곤란의 관계에서 정서조절방략의 매개효과 검증

성별과 연령을 통제한 상태에서 지각된 부모의 양육방식과 정서조절곤란의 관계를 정서조절방략이 매개하는지 검증하고자 하였다. 앞서 분석된 결과에서, 부모의 양육방식 가운데 부의 애정 방식과 모의 거부 방식 등 두 가지 양육방식만이 정서조절곤란에 유의미한

표 6. 지각된 부모의 양육방식과 정서조절곤란의 관계에서 정서조절방략의 매개 효과

	예언변인	중속변인	Beta	$t$	$R^2(Adj.R)$	$F$
	성별		.02	.74		
	연령	정서조절곤란	-.21	-6.53***	.07(.06)	22.45***
1단계(c)	부의 애정		-.17	-5.37***		
	성별		.07	2.07*		
	연령	적응적 방략	.06	1.76	.07(.07)	24.71***
2단계(a)	부의 애정		.27	8.41		
	성별		.05	1.85		
	연령	정서조절곤란	-.18	-6.41***	.25(.25)	79.60***
3단계(b)	적응적 방략		-.45	-15.31***		
4단계(c')	부의 애정		-.05	-1.73		
	성별		-.01	-.38		
	연령	정서조절곤란	-.17	-5.58***	.12(.11)	41.37***
1단계(c)	모의 거부		.28	9.13***		
	성별		-.04	-1.21		
	연령	부적응적 방략	-.32	-10.66***	.18(.18)	70.64***
2단계(a)	모의 거부		.27	9.13***		
	성별		.01	.50		
	연령	정서조절곤란	.04	1.47	.47(.47)	211.51***
3단계(b)	부적응적 방략		.66	25.25***		
4단계(c')	모의 거부		.10	4.12***		

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

영향을 미쳤다. 또한 부모의 애정 방식은 적응적 방략에 유의미한 영향을 미쳤고, 부모의 거부 방식이 부적응적 방략에 유의미한 영향을 미쳤다. 그리고 부적응적 방략은 정서조절곤란과 높은 정적 상관을 나타냈고, 선행 연구(이지영, 2010)에서 정서조절곤란에 매우 높은 예측력( $Beta=.54, t=9.59, p<.001$ )을 보여주었다. 이러한 결과들에 근거할 때, 지각된 부모의 양육방식 가운데 부의 애정 방식이 정서조절곤란에 미치는 영향을 적응적 방략이 매개하고, 모의 거부 방식이 정서조절곤란에 미치는 영향을 부적응적 방략이 매개할 것이라는 가설을 세워볼 수 있다.

이를 검증하기 위해 부의 애정 방식과 모의 거부 방식 각각에 대해 4단계의 매개효과 분석절차에 따라 중다회귀분석을 실시하였고(서영석, 2014; Baron & Kenny, 1986), 모든 단계에 성별과 연령 변인을 포함시켜 통제하였다. 1단계에서 부의 애정 방식과 모의 거부 방식 각각을 예언변인에 넣고 정서조절곤란 총점을 종속변인에 투입한 후 중다회귀분석을 실시하여 그림 1의 경로 c값을 구하였다. 2단계에서

부의 애정 방식과 모의 거부 방식 각각을 예언변인에 넣고 매개변인으로 가정된 적응적 방략과 부적응적 방략 각각을 종속변인에 포함시켜 중다회귀분석을 실시하여 경로 a값을 구하였다. 3단계에서는 예언변인인 부의 애정 방식과 모의 거부 방식이 종속변인인 정서조절곤란에 미치는 영향을 통제된 상태에서 매개변인인 적응적 방략과 부적응적 방략이 종속변인인 정서조절곤란에 미치는 효과인 경로 b값을 구하였다. 마지막 4단계에서는 가정된 매개변인인 적응적 방략과 부적응적 방략 각각이 통제된 상태에서 부모의 양육방식이 정서조절곤란에 미치는 효과를 확인하기 위해 경로 c'를 구하여, 1단계에서 구한 경로 c에 비해 유의미하게 감소하였는지 확인하였다.

부의 애정 방식의 경우, 1단계에서 정서조절곤란에 유의미하게 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다( $Beta=-.17, t=-5.37, p<.001$ ). 2단계에서 부의 애정 방식은 적응적 방략에 유의미한 정적 영향을 보였고( $Beta=.27, t=8.41, p<.001$ ), 3단계에서 부의 애정 방식이 정서조절곤란에 미치는 영향을 통제된 상태에서 적

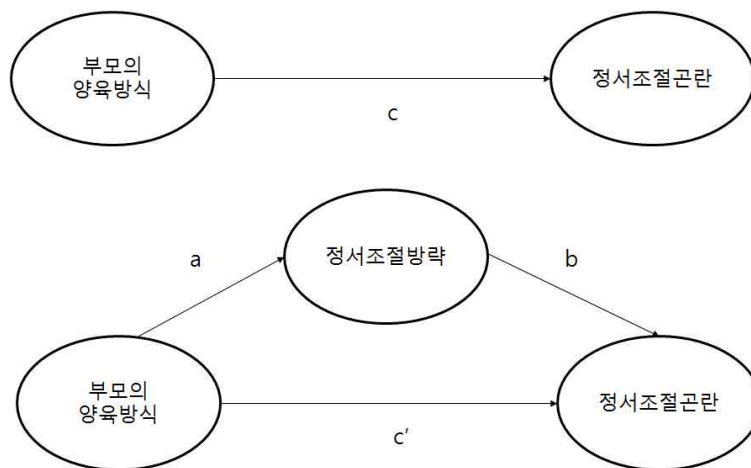


그림 1. 지각된 부모의 양육방식과 정서조절곤란의 관계에서 정서조절방략의 매개 모형

응적 방략은 정서조절곤란에 매우 높은 유의미한 부적 영향을 보여주었다(Beta=-.45,  $t=-15.31$ ,  $p<.001$ ). 4단계에서 적응적 방략이 정서조절곤란에 미치는 영향을 통제하였을 때 부의 애정 방식이 정서조절곤란에 미치는 효과(Beta=-.05,  $t=-1.73$ ,  $ns$ )가 유의미하지 않게 나타나는 바, 적응적 방략은 부의 애정 방식이 정서조절곤란에 미치는 영향을 완전매개하는 것으로 확인되었다.

같은 방식으로 모의 거부 방식에 대해서도 부적응적 방략의 매개효과를 분석하였다. 그 결과, 모의 거부 방식이 정서조절곤란에 미치는 영향(Beta=.28,  $t=9.13$ ,  $p<.001$ )은 부적응적 방략을 통제하였을 때 그 효과(Beta=.10,  $t=4.12$ ,  $p<.001$ )가 유의미하게 감소하였으므로 부적응적 방략은 둘의 관계에서 부분매개효과가 있는 것으로 나타났다. 베타값의 감소 즉 매개효과의 유의미성을 검증하기 위해 Sobel 검증(Sobel, 1982)을 실시한 결과, Z값이 8.94로 유의도 .001 수준에서 유의미하게 나타나는 바 부분매개효과가 유의미한 것으로 확인되었다.

## 논 의

본 연구는 성인을 대상으로 지각된 부모의 양육방식과 정서조절곤란 및 정서조절방략 등의 세 변인의 관계를 확인하고자 하였다. 또한 지각된 부모의 양육방식이 정서조절곤란에 미치는 영향을 정서조절방략의 사용이 매개하는지 검증하고자 하였다. 이 때 결과에 영향을 미칠 수 있는 요인으로 성별과 연령 변인을 고려하였다.

먼저 성별은 6가지 부모의 양육방식 가운데

부의 거부와 애정 방식을 제외한 4가지 양육방식과 유의미한 상관을 보였다. 이 같은 결과는 연령 변인을 통제한 부분상관분석에서도 동일하게 나타났다. 성인들은 과거 양육과정에서 아버지의 거부와 애정 방식에 대한 지각에서는 남녀 간의 차이를 보이지 않았지만, 남성은 여성에 비해 부모 양쪽 모두의 과보호 즉 과도한 기대나 관심 그리고 간섭이나 통제에 대해 높게 평가하였고 모의 애정에 대한 지각 또한 높았다. 반면, 여성은 모의 거부 방식에 대한 지각에서만 남성에 비해 높게 보고하였다. 지각된 부모의 양육방식에 대한 성차 연구 대부분이 청소년을 대상으로 이루어졌는데, 이들 연구들은 대체로 비일관된 연구결과를 보고하였다(노경선, 허묘연, 홍현주, 2003; 이에은, 2013; 임인섭, 2012; 장혜림, 2014). 그러나 남성이 여성에 비해 부모 양쪽 모두로부터 과도한 기대를 받는다고 지각하는 점은 일관되었다. 성인이 된 뒤에 과거 어린 시절을 떠올렸을 때 남성이 여성에 비해 부모로부터 지나친 기대와 관심을 받았다고 지각하는 것은 이러한 결과들과 같은 연장선상에서 이해될 수 있다. 한편, 주목할 점은 성인 여성이 남성에 비해 과거 양육과정에서 어머니로부터 사랑을 받지 못하고 무관심과 방임되었다고 지각하였지만, 남성은 여성에 비해 어머니로부터 사랑을 많이 받았다고 지각하였다는 점이다. 이러한 결과들은 부모가 딸에 비해 아들에게서 성공과 성취에 대한 높은 기대를 하고 남아를 선호하던 사회문화적 정서가 반영된 것이라 볼 수 있겠다.

연령은 부모의 양육방식 6가지 모두와 부적 상관을 보임으로써, 20세에서 59세에 이르는 성인들이 연령이 증가할수록 과거 양육과정에서 부모의 양육방식에 대해 점차 낮게 평

가하는 것으로 나타났다. 이는 성인에게서 과거 부모로부터 받았던 양육방식을 회상하는 연구 방식의 특성상, 나이가 들수록 어린 시절에 대한 기억이 약해지고 다양한 경험을 통한 성숙으로 과거 부모의 양육방식에 대한 지각이 희석되기 때문으로 생각된다.

이처럼 성인의 지각된 부모의 양육방식에 영향을 미치는 성별 요인과 연령 요인을 통제하여, 지각된 부모의 양육방식, 정서조절곤란, 정서조절방략 간의 관계를 조사하였다. 세 측정변인 간의 부분상관분석을 실시한 결과, 세 가지 변인은 서로 밀접하게 관련되어 있는 것으로 나타났다. 첫째, 부모의 양육방식 가운데 부모의 거부 방식과 과보호 방식이 정서조절 곤란에 유의미한 정적 상관을 보였고, 부모의 애정 방식은 부적 상관을 나타냈다. 즉 거부와 과보호와 같은 부정적인 양육방식을 경험한 사람일수록 이후 정서조절에 어려움을 경험할 가능성이 높은 반면, 애정과 같이 긍정적인 양육방식을 경험할수록 정서조절에 덜 어려움을 경험하는 경향이 있음을 보여주었다. 선행 연구에서 부모의 부정적인 양육행동이 아동의 낮은 정서조절능력과 관련되고, 안정적인 양육행동이 보다 나은 정서조절능력과 관련된다고 보고되었다(Calkins & Hill, 2007; Eisenberg et al., 1993; Hardy et al., 1993). 또한 과잉간섭과 통제와 같은 부모의 부정적인 양육방식은 청소년의 정서조절곤란과 정적으로 관련되었고(김중희, 2011), 특히 모의 지나친 통제와 간섭의 과보호 방식은 청소년 및 청년기의 낮은 정서조절과 관련되었다(Manzkeske, 2009; Walton & Flouri, 2010). 따라서 이 같은 결과는 아동 및 청소년을 대상으로 한 선행 연구결과들에 부합되며, 나아가 지각된 부모의 양육방식이 아동기 및 청소년기를 넘어서

성인기 전반에 걸쳐 개인의 정서조절 상에서의 어려움에 관련된다는 것을 보여주는 것이라 하겠다.

둘째, 부모의 양육방식 가운데 부모의 거부와 과보호 방식은 부적응적 방략과 정적 상관을 보인 반면, 부모의 애정 방식은 적응적 방략과 정적 상관을 나타냈다. 이는 아동 및 청소년을 대상으로 한 선행 연구(김경아, 2009; 양유진, 정경미, 2008; 이정은, 2012; Madeleine et al., 2010)에서, 학대나 방치, 과잉 간섭 등의 부정적인 양육방식이 억제나 회피적 정서조절 방략 등의 부정적인 방략들과 정적으로 관련되고, 애정과 같은 긍정적인 양육방식이 인지적 재평가, 문제해결적 방략, 능동적 방략과 지지추구적 방략과 같은 적응적인 방략들과 관련된다는 결과들에 부합되는 것이다. 즉, 부모가 부정적인 양육방식을 취할수록 아동 및 청소년은 정서조절에 도움이 되지 않고 오히려 우울 및 불안 등 심리적 부적응을 초래할 수 있는 부적응적인 방략을 자주 사용하게 되는 반면, 부모가 애정으로 대할 때 정서를 조절하는 데 기여하는 적극적이고 능동적인 방략을 사용하는 경향이 있으며, 이러한 경향은 성인기에서도 꾸준히 지속되어 나타난다는 것을 보여주었다.

셋째, 정서조절방략 가운데 부적응적 방략은 정서조절곤란에 높은 정적 상관을 보였고, 적응적 방략은 정서조절곤란과 부적 상관을 나타냈다. 이는 선행 연구(이지영, 2010)의 결과와 일치하는 것으로, 부적응적 방략을 자주 사용할수록 정서조절에 어려움을 겪는 반면, 정서조절에 도움이 되는 적응적 방략을 자주 사용할수록 정서를 조절하는 데 덜 어려움을 겪는다는 것을 재차 확인한 결과이다. 그런데 본 연구에서 부적응적 방략과 정서조절곤란의



상관계수는 .67로 선행 연구(이지영, 2010)의 .56에 비해 다소 높게 나오므로써, 두 개념 간의 구분이 논란이 될 수 있다. 그러나 두 가지 개념은 다음의 이유에서 서로 구분되는 개념으로 받아들여진다. 첫째, 정서조절곤란은 정서를 조절하는 데 있어서의 어려움이 지속적으로 반복됨으로써 사회적, 직업적 손상이 발생하는 것을 말한다. 반면, 정서조절방략은 정서를 조절하는 방법 자체를 의미한다. 둘째, 정서조절곤란을 정의하면서 여러 요인들 가운데 하나로 정서조절방략의 사용이 고려되기도 하지만, 충동통제곤란, 정서에의 주의곤란, 정서자각곤란 등 여러 가지 요소들과 함께 하나의 측면으로 논의될 뿐이다. 셋째, 이 또한 정서조절방략을 잘 사용하지 못하는 것, 부적응적으로 사용하는 것, 부적절하게 사용하는 것, 극단적으로 사용하는 것 등 정서조절곤란의 개념은 구체적인 정서조절방략의 사용을 측정하지는 않는다. 넷째, 정서조절곤란 척도(DERS)의 문항들을 살펴보면, 정서조절방략을 측정하는 문항들은 없다. DERS의 6가지 요인 중 하나인 '정서조절방략에 대한 접근 제한'에 해당하는 5개 문항 또한 정서조절방략을 사용할 생각을 하지 못한다는 내용의 4문항과 정서조절방법을 찾아낼 수 있다고 믿는다는 내용 1문항으로 구성되어 있다. 따라서 정서조절곤란과 정서조절방략의 개념은 구분되고 이를 측정하는 측정도구 또한 거의 중복되는 문항들 없이 별개의 내용으로 구성되어 있다고 볼 수 있다.

지각된 부모의 양육방식이 정서조절곤란에 미치는 영향을 조사하였을 때, 성별과 연령을 통제하고도 성인의 정서조절곤란의 11%를 지각된 부모의 양육방식이 유의미하게 설명하였다. 부모의 양육방식과 정서조절에 대한 연구

는 그동안 아동을 중심으로 이루어졌다(김선숙, 2007; Blandon, Calkins, Keane, & O'Brien, 2008; Calkins & Hill, 2007; Hinnant et al., 2013). 즉, 아동의 정서조절에 관심을 가졌던 연구자들은 부모가 아동을 양육하는 방식에 따라 아동의 정서인식 능력, 정서반응성과 정서조절능력에서 차이를 보이게 된다고 보았다. 또한 아동일 때 경험한 부모의 양육방식은 갑작스런 스트레스의 증가와 정서조절에 심한 도전을 맞이하는 청소년기에도 지속적으로 영향을 미침으로써 정서조절에 막대한 어려움을 끼친다고 보았다(Hilt, Hanson, & Pollak, 2011). 이처럼 부모의 양육방식은 아동의 정서조절에 영향을 미치는 중요한 요인으로 제안되어 왔지만 그 관련성이 다양한 방식으로 제안 및 검증되었을 뿐, 정서조절곤란에 미치는 영향을 체계적으로 검증한 연구는 찾아보기 어렵고 더욱이 성인기를 대상으로 하는 경험적 연구는 거의 이루어지지 않았다. 이에 본 연구 결과는 어린 시절 경험한 부모의 양육방식에 대한 지각이 아동기 및 청소년기를 넘어서 성인기 전반에 걸쳐 개인이 경험하는 정서조절의 어려움의 상당부분을 설명함으로써 정서조절능력에 지속적인 영향을 미친다는 것을 직접 확인하였다는 점에서 그 의미가 있다.

또한, 지각된 부모의 양육방식은 성별과 연령을 통제하고도 성인기에 사용하는 적응적 방략의 13%를, 부적응적 방략은 10%를 유의미하게 설명하였다. 특히 부모의 애정 방식은 성인의 적응적 방략 사용을 직접적으로 예언하였고, 부모의 거부 방식은 성인의 부적응적 방략 사용에 직접적인 예측력을 보였다. 아동은 부모와의 상호작용을 통해 부모가 보이는 정서에 대한 반응성이나 정서를 조절하는 방식 등에 대해 모델링을 함으로써 학습하고,

이후 성장하면서 사용하는 정서조절방략의 목록이 정교화된다(Diamond & Aspinwall, 2003; Walden & Smith, 1997). 즉 부모가 부정적인 양육방식을 가질수록 자녀가 성장하면서 부적응적 방략을 내재화할 가능성이 높고, 애정의 방식으로 양육할수록 적응적 방략을 학습하고 내재화하여 사용할 가능성이 높다는 것이다. 이 같은 결과는 바로 부모가 양육하는 방식이 자녀가 정서를 조절하는 방법을 선택하는 데 영향을 미치고, 이러한 영향은 아동기에 한정되지 않고 성인기 전반에 걸쳐 지속적으로 이루어진다는 것을 보여주었다.

성별과 연령의 영향을 통제한 상태에서, 정서조절곤란에 유의미한 예측력을 보인 부모의 양육방식은 6가지 가운데 부의 애정 방식과 모의 거부 방식 두 가지 뿐이었다. 이 중 부의 애정 방식이 정서조절곤란에 미치는 영향은 적응적 방략이 완전매개하였고, 모의 거부 방식이 정서조절곤란에 미치는 영향은 부적응적 방략이 부분매개하는 것으로 확인되었다. 즉 성인기의 지각된 부모의 양육방식에 영향을 미칠 수 있는 남녀의 차이와 연령의 차이를 제외하더라도, 과거 부가 온정으로 대했다는 지각은 적응적 방략의 사용을 증가시킴으로써 정서조절의 어려움을 효과적으로 낮추었고, 과거 모가 자신을 거부했다는 지각은 부적응적 방략의 사용을 증가시킴으로써 정서조절의 어려움을 유의미하게 증가시키는 것으로 나타났다.

이 같은 결과는 다음의 측면들에서 논의해 볼 수 있다. 첫째, 세 가지 양육방식 유형 중 성인의 정서조절곤란에 직접적인 예측력을 보인 것은 부모의 애정 방식과 거부 방식 차원이라는 점이다. 많은 연구자들이 부모의 양육방식 중 부모의 수용-거부 차원의 중요성과 영

향력에 대해 강조하였다(최주영, 2015; Rohner, 1981). 부모의 수용은 자녀로 하여금 자신을 긍정적으로 인식하게 하지만, 거부와 무시는 스스로를 무가치하고 부적절하다고 여김으로써 심리적 건강에 부정적인 영향을 미친다. 특히 부모의 수용-거부 방식에 대한 지각은 대학생들의 정서적 불안정성에 높은 관련성을 보였다(정윤주, 이주리, 2005). 부모의 과보호 방식이 정서조절곤란 뿐 아니라, 정서조절방략 모두에 의미 있는 영향을 미치지 않은 점은 부모의 양육방식 중 부모의 수용-거부 방식이 정서조절에 중요한 영향을 미치는 양육방식이라는 잠정적인 가설을 가능하게 한다. 부모가 자녀에게 과잉된 기대와 관심을 갖고 통제하는 것은 성인이 된 이후의 정서조절의 어려움이나 부적응적 정서조절방략을 사용하는 것과 관련은 있지만, 성별과 연령의 효과를 제외한다면 정서조절에 직접적인 예측력을 갖지는 않는 것으로 보인다.

둘째, 부모의 애정-거부 방식 중 성인기의 정서조절곤란을 가장 잘 설명하는 양육방식은 아버지의 애정 방식과 어머니의 거부 방식이라는 것이다. 부모의 수용-거부 방식에 대한 연구(최주영, 2015)에서 어머니의 수용 방식과 아버지의 거부 방식이 대학생의 주관적 웰빙을 잘 설명하는 양육방식으로 나타났다. 즉 부모의 서로 다른 양육방식이 주관적 웰빙에 영향을 미친다는 것이다. 흥미로운 점은 본 연구에서는 아버지의 애정 방식과 어머니의 거부 방식이 정서조절의 어려움을 잘 설명하는 양육방식으로 나타남으로써 대비되는 결과를 보였다. 이 같이 부모로부터 서로 다른 양육방식이 주관적 웰빙과 정서조절곤란에 다른 영향력을 미치는 것은 다음의 관점에서 일부분 설명될 수 있다. 흔히 주양육자로 인식

되는 어머니로부터는 수용과 애정을 기대하는 반면, 2차 양육자인 아버지에게는 수용에 대한 기대가 비교적 덜하다. 즉 자녀는 어머니를 바라보며 끊임없이 수용되고 인정받기를 갈구하는 반면, 아버지에게서는 거부당하지 않는 것으로 만족할지 모른다. 따라서 부모로부터 요구되는 양육방식이 다를 것으로 생각된다. 어머니에게서는 수용 방식이 요구되고, 아버지에게서는 거부되지 않는 방식이 요구될 것이다. 이에 요구되는 어머니의 수용 방식과 아버지의 거부 방식이 충족될 때 주관적 웰빙에 이르게 될 것이다. 반면, 예상치 못했던 어머니의 거부는 자녀의 정서조절에 부정적인 영향을 미쳐 정서조절곤란에 이르게 하였을 것이다.

셋째, 어머니의 거부 방식과 아버지의 애정 방식이 정서조절곤란에 미치는 영향을 정서조절방략이 매개한다는 점이다. 부모의 양육방식은 전 생애 중에서 아동기와 청소년기에 중요한 영향을 미칠 것이고, 청소년기는 정서조절의 발달상에서 효과적인 정서조절방략의 학습이 이루어지는 임계기로 제안된다(이지영, 2012). 이러한 측면에서 볼 때, 부모의 양육방식은 청소년기에 자녀의 정서를 조절하는 방식의 선택에 영향을 미침으로써 정서조절곤란에 영향을 줄 것이며, 이러한 영향은 성인기 이후까지 지속되는 것으로 보인다.

넷째, 아버지가 자녀를 사랑과 애정으로 대하는 것이 자녀로 하여금 감정을 조절하는 데 있어 적응적이고 효과적인 방법을 학습하도록 도와 정서조절능력을 높인다는 점이다. 이 같은 결과는 선행 연구(장혜림, 2014; 조정희, 2007; 최준석, 류진아, 2012)에서 아버지가 온정적이고 애정적일 때 자녀의 친사회적 행동이 발달하고 자존감이 높아지고 불안감이 낮

고 정서적으로 안정이 된다는 결과들에 부합한다. 성장하는 동안 양육자가 따뜻하고 지지적일 때 정서조절능력에 긍정적이라고 보고되었는데(Calkins & Hill, 2007; Eisenberg et al., 1993), 특히 아버지가 정서조절에 있어 긍정적인 측면에서 중요한 역할을 하는 것으로 보인다. 즉 어머니보다 아버지가 양육과정에서 자신을 애정과 사랑으로 대했다는 지각이 있을 때 보다 효과적이고 적응적인 정서조절방략을 발달시켜 정서조절능력에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보인다.

다섯째, 어머니가 온정으로 대하지 않고 무시하거나 거부하는 양육방식은 자녀로 하여금 감정을 조절하는 데 도움이 되지 않는 반추, 과극화, 타인에게 부정적 감정 분출하기, 폭식 등의 부적응적 방략을 자주 사용하게 하여 정서조절에서의 어려움에 일부 영향을 미친다는 점이다. 부모가 양육과정에서 거부적이거나 방임적이었을 때 정서조절능력에 부정적으로 관련되었다(Dileka et al., 2013; Eisenberg et al., 1993). 대학생을 대상으로 한 연구에서 양육과정에서 지각된 부모의 거부 방식은 분노표출을 증가시키는 등 분노조절에 부정적인 영향을 미쳤다(장윤성, 2007). 그런데 본 연구 결과에서 부모의 거부 방식과 과보호 방식의 부정적인 양육방식 가운데 어머니가 자신을 거부하고 방임하였다는 지각이 20대에서 50대까지의 성인에게서 성별과 연령의 효과를 제외하더라도 강력하게 남아서 정서조절곤란에 영향을 미친다는 점은 주목할 만하다. 성인의 정서조절에 있어서 모의 거부가 보다 강력한 부정적인 영향력을 갖는다는 것은 어머니가 자녀를 애정이나 사랑으로 대하지 않고 적대적이거나 무관심한 양육방식이 자녀의 정서조절능력의 발달에 심각한 문제를 유발할 수 있음

을 의미한다. Diamond와 Aspinwall(2003)은 어머니와의 상호작용을 통한 정서조절의 발달을 강조하였는데, 아이가 어머니와의 상호작용을 통해 정서를 조절하는 방법을 학습하고 발달시키게 된다는 것이다. 아이는 온통 일차적 양육자인 어머니를 바라보며, 어머니로부터 수용되고 사랑과 보살핌을 받기를 원하고 기대한다. 따라서 어머니로부터 수용되지 못하고 무관심과 방임 등의 거부당한 양육방식은 큰 충격과 상처일 것이며 정서적인 불안정을 야기하여 정서조절에서의 어려움에 이를 것으로 생각된다.

본 연구의 결과는 다음의 측면들에서 의의가 있다. 첫째, 20대에서 50대에 이르는 성인기 전반에 걸쳐 성별과 연령을 통제하더라도 어린 시절 부모로부터 경험한 양육방식이 한 개인이 정서를 대하는 태도, 정서를 다루는 능력, 그리고 정서조절에서의 어려움 등에 상당한 영향을 여전히 미친다는 것을 경험적으로 확인하였다. 그만큼 개인의 심리적 건강과 정신병리에 핵심적인 역할을 하는 정서조절곤란(이지영, 권석만, 2006; Aldao et al., 2010; Green et al., 2007; Mennin et al., 2005)에 어린 시절 경험한 부모의 양육방식에 대한 지각은 중요한 역할을 한다. 이에 최근 아이의 정서 발달과 정서조절에 관심이 증가하고 있는 가운데, 예방적인 차원에서 부모의 양육방식의 중요성에 대한 인식을 높임으로써 부모가 자녀를 대하는 과정에서 보다 긍정적인 방식으로 양육할 수 있도록 안내하고 개입하는 접근이 필요할 것으로 사료된다.

둘째, 한 개인의 정서조절의 발달 과정에서 양육과정 동안 아버지가 보다 따뜻한 보살핌과 지지를 보이는 방식이 자녀로 하여금 적응적인 정서조절방략의 학습을 통해 정서조절능

력에 긍정적인 영향을 미치고, 이러한 영향은 성인기 전반에 걸쳐 지속된다는 것을 확인하였다. 이는 그동안 어머니에게 초점이 맞추어져 왔던 양육방식의 관점에서 최근 양육에서의 아버지의 역할에 대한 관심이 증가하고 있는 가운데, 정서조절 발달에서 아버지의 긍정적인 역할을 재조명할 수 있는 계기를 마련하였다.

셋째, 부모로부터 경험한 양육방식은 성인기 전반에 걸쳐 정서조절능력과 정서조절의 어려움에 영향을 미친다. 그러나 특히 부의 애정 방식과 모의 거부 방식이 직접적인 영향을 미치고, 그 영향이 적응적 방략과 부적응적 방략 등의 정서조절방략의 매개를 통해 이루어진다는 것을 확인함으로써, 정서조절방략에 대한 개입을 통해 정서조절능력에 미치는 영향을 변화시킬 수 있는 가능성이 제시된다. Greenberg(2002)는 상담자는 내담자로 하여금 정서를 조절할 수 있도록 도와주는 정서코치라고 명명했다. 상담자는 내담자에게 ‘정서를 명명하기’, ‘주의조절기술’, ‘호흡조절기술’, ‘근육이완기법’, ‘기분전환활동’ 등의 다양한 정서조절방법을 가르치고 안내하여 정서조절능력을 증진시켜야 한다는 것이다. 따라서 개인 상담 뿐 아니라 집단상담 장면에서 성인을 대상으로 평소 사용하고 있는 부적응적인 방략의 사용을 줄임으로써 정서조절곤란에 미치는 지각된 부모의 양육방식에 대한 영향을 감소시키고, 보다 적응적인 정서조절방략을 교육하여 사용하도록 안내함으로써 정서조절능력을 향상시키는 개입이 효과적일 수 있음이 시사된다.

마지막으로 본 연구의 제한점을 지적하면서 앞으로의 연구 과제를 제안하면 다음과 같다. 첫째, 지각된 부모의 양육방식이 정서조절에

미치는 영향을 조사하는 과정에서, 정서조절에 영향을 미칠 수 있는 요인으로 성별과 연령에 대한 통제만이 이루어졌다. 정서조절에 영향을 미칠 수 있는 요인으로는 기질, 성별, 성격유형과 같은 개인차 요인과 부모의 사회경제적 지위 등이 있다(도순희, 2008; 이정은, 2012; 이지영, 권석만, 2009; Madeleine et al., 2010; Southam-Gerow & Kendall, 2002). 그 밖에도 자녀의 유무나 성인 자신의 양육태도가 영향을 미칠 수 있다. 따라서 본 연구의 결과는 정서조절에 영향을 미칠 수 있는 여러 요소들을 모두 고려하지 않았다는 점을 감안하여 조심스럽게 해석해야 할 것이다. 또한 추후에는 성별과 연령 뿐 아니라 영향을 미치는 여러 요인들을 고려하여, 각 요인들의 정확한 관련성을 확인하고 영향을 통제하여 연구가 이루어져야 할 것이다.

둘째, 지각된 부모의 양육방식은 실제로 개인이 경험한 부모의 양육방식과는 차이가 날 수 있다. 선행 연구들에서 부모의 실제 양육방식과 자녀가 지각한 양육방식은 차이가 있다는 점은 꾸준히 지적되었다(오현미, 2010; 주종현, 2013; Fletcher et al., 2014). 또한 모의 양육태도와 자녀가 지각한 양육태도 간의 차이를 중학생을 대상으로 조사한 연구에서, 애정지향적, 자율지향적, 합리지향적, 성취지향적 영역 대부분에서 일치하는 경향을 보였으나 성취지향적 영역에서는 자녀가 모에 비해 더 성취지향적이라고 지각하는 경향이 있음을 보여주었다(윤라경, 2010). 물론 부모의 실제 양육행동보다 자녀가 지각한 양육행동이 자녀의 감정, 행동, 정신병리에 더 중요한 영향을 미친다고 밝혀지면서 지각된 부모의 양육방식이 주로 사용되었다(김중희, 2011; 박경환, 2011; 주종현, 2013; Fletcher et al., 2014;

Madeleine et al., 2010; Schaefer, 1965). 그러나 정서조절곤란과 정서조절능력의 향상을 위해 핵심적 영향을 미치는 부모의 양육방식에의 개입이 중요하게 제안되는 시점에서, 실제 부모의 양육방식이 자녀에게서 어떻게 다르게 지각될 수 있는지 그 차이를 살펴보고, 그 차이를 설명하는 요인이나 과정에 대한 체계적인 연구가 이루어질 필요가 있을 것으로 보인다.

셋째, 자기보고식 질문지를 측정도구로 사용함으로써, 정서를 조절하는 데 고려해야 할 상황적 측면이나 과정에 대해서 충분히 반영하지 못했다는 점에서 그 한계가 있다. 정서를 조절하는 과정은 한 가지 방법을 사용해서 이루어지는 단편적인 과정이 아니라, 처해 있는 상황을 고려하여 여러 가지 방법을 단계별로 사용함으로써 점진적으로 이루어지는 과정인데(이지영, 2011), 자기보고식 질문지를 통해서 이러한 측면을 반영하기가 어렵다. 이에 정서조절이 이루어지는 상황이나 단계를 반영한 보다 정밀한 평가법을 개발할 필요가 있다.

넷째, 측정 변인인 정서조절곤란과 정서조절방략 간의 높은 상관을 보이는 바, 둘 간의 높은 관련성이 결과에 영향을 미칠 수 있다. 선행 연구들(Cicchetti et al., 1995; Kennan, 2000; Philippot & Feldman, 2004)에서 정서조절곤란을 설명하는 하나의 측면으로 정서조절방략이 다루어져 왔다. 정서조절곤란은 충동통제를 못하거나, 정서를 잘 수용하지 못하는 등 전반적인 정서조절 관련 어려움을 의미하는 반면, 정서조절방략은 구체적인 정서조절의 방법들을 의미한다. 정서조절곤란과 정서조절방략을 측정하는 도구의 문항들 사이에도 중복되는 문항은 없다. 그러나 이 둘 간의 높은 상관은 두 개념의 독립성을 의심하게 한다. 즉 어떤

정서조절방략을 사용하느냐에 따라, 정서조절방략을 어떻게 사용하느냐에 따라 정서조절곤란이 영향을 받을 수밖에 없다. 따라서 추후에는 두 개념을 명확히 구분하고, 두 개념을 구성하는 하위 변인들 간의 관계를 비롯한 체계적인 관계를 분석할 필요가 있다.

다섯째, 정서조절의 발달에 영향을 미치는 요인으로 부모의 양육방식과 함께 자녀의 기질이 중요하게 제안되어 왔다. 기질이 정서적 발달에 청사진을 제공할 수 있으며, 기질은 사회화나 부모양육과 상호작용함으로써 정서 조절에 영향을 미친다는 것이다(Hilt et al., 2011, Larsen & Diener, 1987; Southam-Gerow & Kendall, 2002; Walden & Smith, 1997). 따라서 추후에는 기질이 정서조절에 미치는 영향과 그 구체적인 과정에 대한 체계적인 연구가 이루어질 필요가 있겠다.

### 참고문헌

- 김경아 (2009). 아동이 지각한 아버지의 언어통제 유형 및 양육행동과 아동의 정서조절전략과의 관계. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 김빛나, 진미경 (2014). 아동이 지각한 모의 양육태도와 문제행동의 관계에서 정서조절능력의 매개효과. 한국놀이치료학회지, 17(3), 329-344.
- 김선숙 (2007). 부모의 양육행동이 아동의 공격성에 미치는 영향-정서조절의 매개효과를 중심으로. 사회복지연구, 32, 65-95.
- 김종희 (2011). 부모의 부정적 양육행동이 청소년의 걱정에 미치는 영향: 정서조절곤란을 매개변인으로. 인천대학교 석사학위논문.
- 김혜선 (2011). 부모의 양육행동과 청소년의 심리적 안녕감의 관계에서 정서조절능력의 매개효과 분석. 단국대학교 석사학위논문.
- 노경선, 허묘연, 홍현주 (2003). 청소년기 애착 유형과 부모양육행동에 관한 연구. 신경정신의학, 42(1), 116-123.
- 도순희 (2008). 부모의 훈육방식과 역기능적 양육행동이 청소년의 정서조절력 및 문제행동에 미치는 영향: 성차를 중심으로. 경남대학교 석사학위논문.
- 문민정 (2008). 아동이 지각한 부모의 양육태도가 자기수용능력 및 심리적 안녕감에 미치는 영향. 한양대학교 석사학위논문.
- 민경환, 김지현, 윤석빈, 장승민 (2000). 부정적 정서 조절 방략에 관한 연구: 정서 종류와 개인 변인에 따른 정서조절 양식의 차이. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 14(2), 1-16.
- 박경환 (2011). 직장인의 지각된 부모양육태도와 자아분화가 핵심자기평가에 미치는 영향. 한국심리학회지: 일반, 30(1), 243-264.
- 박진아, 정문자 (2007). 불안장애 유아의 기질과 역기능적 정서조절의 관계에 대한 어머니 양육행동의 중재효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 19(2), 273-295.
- 서영석 (2014). 심리학 연구에서 매개효과와 조절효과 검증: 개념적 분석 및 자료 검증. 한국임상심리학회 봄학술대회 자료집.
- 양유진, 정경미 (2008). 어머니의 양육태도가 청소년 우울에 미치는 영향: 회피적 정서조절과 정서인식의 명확성을 매개요인으로. 한국심리학회지: 임상, 27(3), 669-688.
- 오현미 (2011). 부모의 양육방식과 청소년의 행복감과 관계: 자기자비의 역할. 경남대학교 석사학위논문.
- 윤라경 (2010). 어머니와 자녀가 지각한 어머니의

- 이상적 양육태도와 실제 양육태도. 고려대학교 석사학위논문.
- 이예은 (2013). 성별에 따른 부모양육태도가 중학생의 학교생활적응과 삶의 만족에 미치는 영향. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 이정은 (2012). 중학생이 지각한 부모양육행동, 정서조절양식 및 학교적응간의 관계. 국민대학교 석사학위논문.
- 이지영 (2010). 정서조절방략이 정서조절곤란에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(3), 821-841.
- 이지영 (2011). 정서조절코칭북: 내 감정의 주인이 되어라. 시그마프레스.
- 이지영 (2012). 연령증가에 따른 정서조절의 차이: 청소년기와 성인기를 대상으로. 한국심리학회지: 일반, 31(3), 783-808.
- 이지영, 권석만 (2006). 정서조절과 정신병리의 관계: 연구 현황과 과제. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 18(3), 461-493.
- 이지영, 권석만 (2007). 정서조절방략 질문지의 개발: 대학생 집단을 대상으로. 한국심리학회지: 임상, 26(4), 963-976.
- 이지영, 권석만 (2009). 성별과 성격유형에 따른 정서조절방략 사용의 차이. 한국심리학회지: 일반, 28(3), 507-524.
- 임인섭 (2012). 중학생의 부모양육 행동지각, 정서능력, 외현화 문제행동의 성차 및 관계. 한남대학교 석사학위논문.
- 장윤성 (2007). 자녀가 지각한 부모의 수용-거부 양육태도에 따른 대학생의 분노표현방식의 차이. 청소년상담연구, 15(1), 91-103.
- 장혜림 (2014). 남녀청소년이 지각한 부모양육태도가 청소년의 분노표현방식에 미치는 상대적 영향력: 중산층 가정의 청소년을 중심으로. 덕성여자대학교 석사학위논문.
- 정윤주, 이주리 (2005). 대학생이 지각한 부모 및 부모 이외 애착대상의 수용-거부, 행동통제와 심리적 적응 간의 관계. 한국생활과학회지(충북가정학회지), 14(6), 947-959.
- 조용래 (2007). 정서조절곤란의 평가: 한국판 척도의 심리측정적 속성. 한국심리학회지: 임상, 26(4), 1015-1038.
- 조정희 (2007). 남녀 고등학생이 지각한 아버지의 양육태도와 자아존중감 및 우울과의 관계. 전남대학교 석사학위논문.
- 주종현 (2013). 정서조절방략과 지각된 부모양육태도가 부정적 정서에 미치는 효과. 강원대학교 석사학위논문.
- 최미미, 조용래 (2008). 지각된 부모양육행동과 행동억제가 대학생의 사회불안에 미치는 영향: 역기능적 신념과 정서조절곤란의 매개효과. 한국임상심리학회 연차학술대회 발표 논문집. 576-577.
- 최옥현, 김봉환 (2007). 대학생의 애착관계 및 유형과 진로탐색효능감이 진로발달에 미치는 영향. 상담학연구, 8(3), 1063-1084.
- 최주영 (2015). 부모의 수용-거부양육태도와 정서표현갈등, 대인불안 및 주관적 웰빙 간의 관계. 삼육대학교 석사학위논문.
- 최준석, 류진아 (2012). 성별에 따른 지각된 부모의 양육행동과 청소년의 자기통제력 및 공격성. 상담학연구, 13(1), 273-290.
- 허재홍 (2006). 부모양육태도, 완벽주의, 외상경험이 사회불안에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 18(3), 593-611.
- 홍영미, 성형란 (2012). 대학생의 기질 및 지각된 부모양육행동이 외현적, 내재적 자기애 성향에 미치는 영향. 한국심리학회지: 발달, 25(4), 35-48.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S.

- (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review, 30*(2), 217-237.
- Arrindell, W. A. & Engebretsen, A. A. (2000). Convergent validity of the Short-EMBU and the Parental Bonding Instrument (PBI): Dutch findings. *Clinical Psychology and Psychotherapy, 7*, 262-266.
- Barlow, D. H., Allen, L. B., & Choate, M. (2004). Toward a unified treatment for emotional disorders. *Behavior Therapy, 35*, 205-230.
- 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.
- Blandon, A. Y., Calkins, S. D., Keane, S. P., & O'Brien, M. (2008). Individual differences in trajectories of emotion regulation processes: The effects of maternal depressive symptomatology and children's physiological regulation. *Developmental Psychology, 44*(4), 1110-1123.
- Buckholdt, K. E., Parra, G. R., & Jobe-Shields, L. (2010). Emotion dysregulation as a mechanism through which parental magnification of sadness increases risk for binge eating and limited control of eating behaviors. *Eating Behaviors, 11*(2), 122-126.
- Calkins, S. D. & Hill, A. (2007). Caregiver influences on emerging emotion regulation. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 229-248). New York: The Guilford Press.
- Charles, S. T. & Carstensen, L. L. (2007). Emotion regulation and aging. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 307-327). New York: The Guilford Press.
- Cicchetti, D., Ackerman, B. P., & Izard, C. E. (1995). Emotions and emotion regulation in developmental psychopathology. *Development and Psychopathology, 7*(1), 1-10.
- Cohn, A. M., Jakupcak, M., Seibert, A., Hildebrandt, T. B., & Zeichner, A. (2010). The role of emotion dysregulation in the association between men's restrictive emotionality and use of physical aggression. *Psychology of Men and Masculinity, 11*(1), 53-64.
- Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. O. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. In N. A. Fox (Ed.), *The development of emotion regulation. Biological and behavioral considerations* (pp. 73-100). Monographs of the Society for Research in Child Development, 59 (2-3, Serial No. 240).
- Diamond, L. M. & Aspinwall, L. G. (2003). Integrating diverse developmental perspectives on emotion regulation. *Motivation and Emotion, 27*(1), 1-6.
- Dileka, S., Joan, G., & Tülin, G. (2013). In Warm and harsh parenting as mediators of the relation between maternal and adolescent emotion regulation. *Journal of Adolescence, 36*(6), 1093-1101.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Shepard, S. A., Guthrie, I. K., Murphy, B. C., & Reiser, M. (1993). Parental reaction to children's negative emotions: Longitudinal relations to quality of children's social functioning. *Child Development, 64*(1), 174-190.



- 70, 513-534.
- Ellis, M. S. & Rothbart, M. K. (2001). Revision of the Early Adolescent Temperament Questionnaire. Poster presented at the 2001 Biennial Meeting of the Society for Research in Child Development, in Minneapolis, Minnesota. University of Oregon, Eugene.
- Fletcher, K., Parler, G., Bayes, A., Paterson, A., & McClure, G. (2014). Emotion regulation strategies in bipolar II disorder and borderline personality disorder: Differences and relationships with perceived parental style. *Journal of Affective Disorders, 157*, 52-59.
- Garnefski, N., Teerds, J., Kraaij, V., Legerstee, J., & Kommer, T. (2004). Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: Differences between males and females. *Personality and Individual Differences, 36*(2), 267-276.
- Gratz, K. L. & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 2*(1), 41-54.
- Green, M. J., Cahill, C. M., & Malhi, G. S. (2007). The cognitive and neurophysiological basis of emotion dysregulation in bipolar disorder. *Journal of Affective Disorders, 103*, 29-42.
- Greenberg, L. S. (2002). *Emotion-focused therapy. Coaching clients to work through their feelings*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Gross, J. J. & John, O. P. (2003). Individual difference in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 85*(2), 348-362.
- Hardy, D. F., Power, T. G., & Jaedicke, S. (1993). Examining the relation of parenting to children's coping with everyday stress. *Child Development, 64*(6), 1829-1841.
- Hilt, L. M., Hanson, J. L., & Pollak, S. D. (2011). Emotion dysregulation. *Encyclopedia of Adolescence*, 160-169.
- Hinnant, J. B., Nelson, J. A., O'Brien, M., Calkins, S. D., & Keane, S. P. (2013). The interactive roles of parenting, emotion regulation and executive functioning in moral reasoning during middle childhood. *Cognition and Emotion, 27*(8), 1460-1468.
- Jabeen, F., Anis-ul-Haque, M., & Riaz, M. M. (2013). Parenting Styles as Predictors of Emotion Regulation Among Adolescents. *Pakistan Journal of Psychological Research, 28*(1).
- Keenan, K. (2000). Emotion dysregulation as a risk factor for child psychopathology. *Clinical Psychology: Science and Practice, 7*(4), 418-434.
- Kobak, R. & Ferenz-Gilles, R. (1995). Emotion regulation and depressive symptoms during adolescence: A functionalist perspective. *Development and Psychopathology, 7*, 183-192.
- Kring, A. M. & Werner, K. H. (2004). Emotion regulation and psychopathology. In P. Philippot, & R. S. Feldman(Ed.). *The regulation of emotion* (pp.359-385). Lawrence Erlbaum Associates.
- Larsen, R. J. & Diener, E. (1987). Affect intensity

- as an individual difference characteristic: A review. *Journal of Research in Personality*, 21, 1-39.
- Lei, C., Dodge, K. A., & Schwartz, D. (2003). Harsh parenting in relation to child emotion regulation and aggression. *Journal of family psychology* 17(4), 598-606.
- Madeleine, J., Eleonora, G., & Elizabeth, H. (2010). The roles of temperamental dispositions and perceived parenting behaviours in the use of two emotion regulation strategies in late childhood. *Journal of applied developmental psychology*, 31(1), 47-59.
- Manzeske, D. P. (2009). Parenting styles and emotion regulation: The role of behavioral and psychological control during young adulthood. *Journal of Adult Development*, 16(4), 223-229.
- McLaughlin, K. A., Hatzenbuehler, M. L., Mennin, D. S., & Nolen-Hoeksema, S. (2011). Emotion dysregulation and adolescent psychopathology: A prospective study. *Behaviour Research and Therapy*, 49, 544-554.
- Mennin, D. S., Heimberg, R. G., Turk, C. L., & Fresco, D. M. (2005). Preliminary evidence for an emotion dysregulation model of generalized anxiety disorder. *Behavioral Research and Therapy*, 43, 1281-1310.
- Mennin, D. S., McLaughlin, K. A., & Flanagan, T. J. (2009). Emotion regulation deficits in generalized anxiety disorder, social anxiety disorder, and their co-occurrence. *Journal of Anxiety Disorders*, 23(7), 866-871.
- Philippot, P. & Feldman, R. S. (2004). *The regulation of emotion*. Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Rohner, R. P. (1981). Worldside tests of parental acceptance-rejection theory. *Behavior Science Research*, 15, 1-21.
- Schaefer, E. S. (1965). Children's reports of parental behavior: An inventory. *Child Development*, 36, 413-424.
- Silk, J. S., Steinberg, L., & Morris, A. S. (2003). Adolescent's emotion regulation in daily life: Links to depressive symptoms and problem behavior. *Child Development*, 74(6), 1869-1880.
- Sobel, M. E. (1982). Asymptotic confidence intervals for indirect effects in structural equation model. *Sociological Methodology*, 13, 290-312.
- Southam-Gerow, M. A. & Kendall, P. (2002). Emotion regulation and understanding implications for child psychopathology and therapy. *Clinical Psychology Review*, 22(2), 189-222.
- Taylor, G. J., Bagby, R. M., & Parker, J. D. A. (2000). Disorders of affect regulation: Alexithymia in medical and psychiatric illness. *Journal of Psychosomatic Research*, 48, 603-604.
- Thompson, R. A. & Meyer, S. (2007). Socialization of emotion regulation in the family. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 229-248). New York: The Guilford Press.
- Underwood, M. K. (1997). Top ten pressing questions about the development of emotion regulation. *Motivation and Emotion*, 21(1), 127-146.
- Walden, T. A. & Smith, M. C. (1997). Emotion regulation. *Motivation and Emotion*, 21(1), 7-25.
- Walton, A. & Flouri, E. (2010). Contextual risk, maternal parenting and adolescent externalizing

이지영 / 지각된 부모의 양육방식과 정서조절곤란의 관계에서 정서조절방략의 매개 효과

behaviour problems: the role of emotion  
regulation. *Child: Care, Health & Development*,  
32(2), 275-284.

원 고 접 수 일 : 2015. 04. 05

수정원고접수일 : 2015. 11. 05

게 재 결 정 일 : 2016. 01. 05

## Mediating Effect of Emotion Regulation Strategies on the Relationship Between Perceived Parenting Style and Emotion Dysregulation

Ji-Young Lee

Department of Counseling Psychology, Seoul Digital University

This study investigated whether the relationships between perceived parenting styles and emotion dysregulation were mediated by emotion regulation strategies in adults, controlling for sex and age. EMBU-short, DERS, and ERSQ were implemented to 943 adults. Partial correlation analysis indicated that parents' refusal and overprotection correlated positively with emotion dysregulation and maladaptive strategies and parents' affection correlated negatively with them. Results of hierarchical multiple regression showed that parenting style accounted for 11% of the variance in emotion dysregulation, 13% of adaptive strategies, and 10% of maladaptive strategies. Father's affection and mother's refusal were significant predictors of emotion dysregulation. In the process of examining the mediation effect, the full mediating effect of adaptive strategies was found in the relationship between father's affection and emotion dysregulation and the partial mediating effect of maladaptive strategies was found in the relationship between mother's refusal and emotion dysregulation. Implications and suggestions for future research are discussed.

*Key words* : parenting style, emotion dysregulation, emotion regulation strategy, mediation effect