

자전적 기억의 과일반화와 반추가 우울에 미치는 영향*

이 혜 립

최 윤 경[†]

계명대학교 심리학과

본 연구의 목적은 과일반화기억과 반추가 우울에 미치는 영향을 검토하는 것이다. 이를 위해 179명의 대학생들에게 자전적 기억 검사, 반추적 반응 척도 및 Beck 우울 척도를 실시하였다. 과일반화기억의 세부적인 양상에 따라 우울에 미치는 영향이 다를 수 있으므로 선행 연구에 근거하여 과일반화기억을 범주 및 연장기억, 긍정단서 및 부정단서기억으로 구분하였으며, 더 나아가 Beck의 성격 취약성 가설을 적용하여 회상 내용의 주제에 따라 대인관계 및 성취-실패기억으로 구분하여 살펴보았다. 상관분석으로 변인들 간의 관련성을 검토한 후 위계적 회귀분석을 실시하였다. 그 결과 과일반화기억과 반추 모두 우울에 유의한 영향을 미치지만 반추의 영향력이 상대적으로 더 큰 것으로 나타났다. 과일반화기억을 세분하였을 때에는 범주기억, 연장기억, 부정단서기억, 성취-실패기억이 우울에 유의한 영향을 미치며, 이 때 범주기억과 성취-실패기억이 반추와의 상호작용에서 유의한 것으로 나타났다. 즉, 반추가 우울에 미치는 영향은 범주기억 또는 성취-실패기억의 정도에 따라 더욱 증대될 수 있다. 이러한 결과는 우울증에 대한 인지적 개입의 측면에서 논의되었으며, 마지막으로 본 연구의 의의와 제한점을 기술하였다.

주제어 : 자전적 기억, 과일반화기억, 반추, 우울, 성격 취약성

* 이 논문은 제1저자의 석사학위논문을 수정하여 작성된 것임.

이 논문은 2011년 한국임상심리학회 봄 학술대회에서 포스터 발표되었음.

[†] 교신저자(Corresponding Author) : 최윤경 / 계명대학교 심리학과 / (704-701) 대구광역시 달서구 달구벌대로 1095번지 / Tel : 053-580-5405 / Fax : 053-580-5313 / E-mail : ykchoi@kmu.ac.kr

우울증은 오랫동안 임상가들의 관심을 받아온 장애로, 앞으로 경도 우울장애(minor depression)까지 공식적 진단 분류에 포함된다면 더 많은 사람들이 우울 스펙트럼 장애에 포함될 것이고 우울증에 대한 관심이 더욱 높아질 것이라 예상된다. 정신장애진단 및 통계편람, 제4판(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders(4th ed), 이하 DSM-IV; American Psychiatric Association, 1994)에 따르면 우울증은 슬픈 기분과 무기력감을 주된 증상으로 하는 기분장애로 분류된다. 그러나 우울증은 기분의 저하라는 정서적인 측면뿐만 아니라 문제 해결 능력의 저하, 대인관계에서의 어려움과 밀접하게 관련되어 있으며, 자살 시도의 주된 원인이 된다는 점에서 더욱 사회적 이슈가 되고 있다. 이 뿐만 아니라 우울증은 성공적인 치료 후에도 재발이 잦고 만성적인 경과를 나타내는 경우가 많아 이에 대한 원인을 규명하고 효과적인 치료 계획을 수립하는 것이 무엇보다 중요하다. 우울증의 발병과 유지는 취약성-스트레스 모델에 의해 설명될 수 있으며(Beck, 1967; Brown, Bifulco, & Andrews, 1990; Holahan & Moos, 1991), 우울증 환자에 대한 인지적 및 성격적 취약성에 대한 연구가 활발하게 이루어졌다. Beck(1967)의 우울증 인지적 모델의 전통에 따라 많은 이론들이 우울증적 인지 과정과 내용에 초점을 맞추고 있다. 즉 우울한 사람들은 부정적인 정보에 선택적으로 주의를 기울이고(Bradley, Mogg, & Lee, 1997; Gotlib & Joormann, 2004; Mogg, Bradley, Williams, & Mathews, 1993) 사고의 내용이 부정적이며 부정적인 정보를 더 잘 기억하는 경향이 있었다(Mathew & MacLeod, 2005; Matt, Vazquez, & Campbell, 1992; Watkins, Martin, Sten, 2000). 이 같은 부정적 인지 편향은 우울

증의 발병과 재발에 대한 취약성을 증가시키는 데 결정적인 역할을 한다. 최근 들어서는 우울증의 부정적인 인지 내용뿐만 아니라 인지 과정상의 결함에 관심이 증가하고 있다. 우울한 사람들은 부정적인 정서를 경험할 때 반추적인 사고를 활성화 시키며(Nolen-Hoeksema, 1991) 자전적 기억의 회상에서 사건의 구체적인 내용이 결여된 과일반화 경향을 나타내는데(Williams & Broadbent, 1986), 이러한 취약성은 우울증을 설명하는 지속적이고 안정적인 요인으로 알려져 있다(예: Nolen-Hoeksema, Wisco, & Lyubomirsky, 2008; van Minnen, Wessel, Verhaak, & Smeenk, 2005).

한편, 우울에 대한 성격 이론가들은 우울의 원인으로 개인의 성격 취약성과 생활사건 간의 상호작용을 주장하였다(예: Abramson, Meltasky, & Alloy, 1989; Beck, 1983; Blatt & Zuroff, 1992; Robins & Luten, 1991). Beck(1983)은 우울의 소인이 되는 성격양식으로 사회지향성과 자율지향성 성격을 가정하고, 특정 성격양식이 지배적인 사람은 그 양식과 일치하는 사건에 직면할 때 우울을 경험하게 된다는 성격-사건 일치성 가설을 제안한 바 있다. 사회지향성이 강한 사람은 대인관계와 관련된 부정적인 경험, 예컨대 상실이나 타인의 거부를 경험할 때 우울에 더 취약해질 수 있으며, 자율지향성이 강한 사람은 목표 좌절이나 실패와 같은 성취와 관련된 부정적 경험을 할 때 우울에 더 취약해질 수 있다. 이와 같은 인지적, 성격적 취약성은 우울증의 원인인 동시에 증상의 재발과 만성적 경과에 기여한다.

우울과 과일반화기억

Conway와 Pleydel-Pearce(2000)의 자기-기억 체

계(self-memory system)에 따르면, 자전적 기억은 세 가지 표상 수준으로 구성되며 이들은 위계적으로 조직화되어 있다. 위계상 가장 상위 수준은 ‘내가 ○○에 살았을 때’와 같이 시작 및 종료점이 있는 비교적 명확한 장기 기억으로 이루어져 있으며 ‘생애 기간(lifetime period)’의 정보를 포함하고 있다. 중간 수준 표상은 경험에 대한 비교적 일반적이고 개념적인 요약의 형태로, ‘일반적 사건(general event)’에 관한 정보를 포함하고 있다. 여기서 일반적 사건은 두 가지 형태, 즉 ‘아침에 운전해서 출근하는 일’과 같은 반복되는 사건이나 ‘○○에서 보낸 지난 휴가’와 같은 단일 사건이 모두 가능하다. 가장 하위 수준은 특정 사건에 대한 기억으로 ‘사건-특정적 지식(event-specific knowledge)’이라고 하며, 구체적이고 감각-지각적인 정보들을 더 많이 포함하고 있다. 자전적 기억은 과거에 경험한 사건 각각에 대응하는 단일한 표상체계가 있는 것이 아니라 서로 중첩되기도 하는데, 예를 들어 ‘아이들을 데리고 유치원에 가는 일’이라는 일반적 사건은 ‘아이들이 어렸을 때’라는 생애기간과 연결된다. 즉 자전적 기억은 생애 기간, 일반적 사건, 사건-특정적 지식이라는 세 가지 수준으로부터 정보를 종합하여 구성된다(Conway & Pleydel-Pearce, 2000; Williams, Barnhofer, Crane, Hermans, Reas, Watkins et al., 2007에서 재인용).

이 설명에 따르면 과일반화기억은 인출 과정이 하향식으로 진행될 때, 즉 생애 기간에서 사건-특정적 지식으로 기억 탐색이 이루어질 때, 가장 하위 단계인 사건-특정적 지식에 까지 접근하지 못하고 일반적 지식 수준에서 멈출 때 일어난다. 우울한 사람들은 자전적 기억의 회상에서 일화를 가진 특정기억 보다

는 반복되거나 하루 이상 지속되는 사건을 보고하는 과일반화 경향을 나타냈다. 예를 들어 ‘행복’이라는 단어를 주고 이와 관련된 특정기억(시간과 장소를 포함하는 하루 안에 일어난 기억)을 보고하라고 하였을 때 보통 사람들은 ‘중학교 2학년때 친구들과 축구를 하다가 처음으로 두 골을 넣었을 때’와 같은 특정 사건을 쉽게 기억해 내지만 우울한 사람들은 ‘친구들과 놀 때’와 같이 일반적인 기억을 보고하였다(도상금, 최진영, 2003). 이처럼 우울한 사람들이 과일반화기억을 하는 이유는 정서 조절 가설로 설명된다(Raes, Hermans, Williams, & Eelen, 2006). 이 이론에 따르면 부정적인 경험에 대한 구체적인 기억은 강렬한 감정을 수반하는 반면, 중간 수준의 범주화된 기억은 덜 명확하고 덜 강렬한 감정을 수반한다(Williams, 1996). 따라서 우울한 사람들은 구체적인 기억이 주는 정서적인 고통을 최소화하기 위해 기억 인출 시 과일반화 전략을 사용하게 되는 것이다. 과일반화기억은 정서적 고통을 회피하게 해준다는 점에서 단기적으로는 이익을 주지만 이러한 전략을 장기적으로 사용할 경우에는 오히려 우울을 악화시킬 수 있다.

과일반화기억에 관한 기존 연구들을 살펴보면 과일반화기억은 다양하게 세분될 수 있다. 먼저 과일반화기억은 범주기억(categoric memory)과 연장기억(extended memory)으로 구분되며, 범주기억은 반복되는 사건(예: ‘지하철을 탈 때마다’)을, 연장기억은 하루 이상 지속되는 사건(예: ‘지난 여름 휴가동안’)을 의미한다. 우울한 사람들은 과일반화기억에서 연장기억 보다 범주기억을 더 많이 나타내는데, 자살을 시도한 환자 집단과 통제 집단을 구분하여 과일반화기억을 비교한 결과, 통제 집단은 연장

기억과 범주기억의 비율이 비슷하였지만 환자 집단은 범주기억의 비율이 유의하게 높았다 (Mackinger, Pachinger, Leibetseder, & Fartacek, 2000; Williams & Dritschel, 1992). 뿐만 아니라 일반 대학생 집단을 대상으로 한 국내 연구에서도 우울 경향이 높을수록 범주기억의 회상이 더 많은 것으로 나타났다(도상금, 최진영, 2003). 이러한 결과는 연장기억보다 범주기억이 우울과 더 밀접하게 관련되어 있음을 시사한다.

또한 과일반화기억을 단서 단어의 정서가에 따라 긍정단서기억과 부정단서기억으로 구분하였을 때에는 과일반화 양상이 나타나기도 하고 그렇지 않기도 하였다. 연구에 따르면 자살을 시도한 경험이 있는 환자 집단은 부정적 단서에서보다 긍정적 단서에서 과일반화기억을 더 많이 보고한 반면(Sidley, Calam, Wells, Hugues, & Whitaker, 1999), 우울증 환자를 대상으로 한 다른 연구에서는 긍정적 단서보다 부정적 단서에서 과일반화 양상이 더 많이 나타났다(Williams & Broadbent, 1986).

우울과 반추

반추는 부정적인 정서에 대한 반응으로 나타나는 지속적이고 반복적인 사고를 의미한다 (Rippere, 1977). 반추는 우울증, 강박장애, 외상 후 스트레스장애와 같은 다양한 정서장애의 임상적 특징인 동시에 정서장애를 지속시키는 요인으로 알려져 있다.

Nolen-Hoeksema(1991)의 반응 양식 이론(response style theory)에 따르면, 사람들은 우울한 기분에 대한 일관된 반응 양식을 가지고 있으며 이 반응 양식은 우울한 기분의 경과에 중요한 영향을 미친다. 그가 제안한 반응 양

식은 주의 전환적 반응과 반추적 반응으로 구분되며, 반추적 반응은 ‘자신이 우울하다는 사실에 사고의 초점을 맞추고 우울 증상과 원인, 그리고 그 결과에 대해 반복적으로 생각하는 것’으로 우울한 기분을 지속, 심화시킨다.

우울한 사람들은 기존에 형성된 부정적인 인지 도식의 영향이 매우 크기 때문에 우울할 때 반추적 반응을 활성화시키는 것은 과거, 현재, 미래에 대해 더욱 부정적인 사고로 이끌 수 있다(Alloy, Abramson, Whitehouse, Hogan, Tashman, Steinberg et al., 1999; Beck, 1995). 이와 같이 반추는 부정적인 기억에 대한 접근성을 증가시킴으로써 우울한 기분을 더욱 지속시키며(Lyubomirsky, Caldwell, & Nolen-Hoeksema, 1988; McFarland & Buehler, 1998), 도구적인 행동과 문제해결 능력을 감소시키고 자신과 환경을 통제하는데 실패하게 함으로써 우울에 기여한다(Diener & Dweck, 1978; Heckhausen, 1980; Kuhl, 1981; Sarason, 1975; Watkins & Moulds, 2005).

반추는 또한 과일반화기억의 원인으로도 주목받고 있다. Williams(1996, 2004)는 우울한 사람들은 우울한 기분이 들 때 반추적 자기초점주의를 활성화시킴으로써 과일반화기억을 하게 된다고 주장하였다. Watkins와 Teasdale(2001)은 이를 경험적으로 증명하기 위한 실험을 수행하였는데, 이들은 반추가 자기초점화와 분석적 사고라는 두 가지 분리 가능한 요소로 구성되어 있음을 지적하면서 주의의 초점(자기초점화의 고-저)과 사고방식(분석적 사고의 고-저)을 조작하여 우울과 과일반화기억 사이의 관련성을 검토하였다. 그 결과 자기초점화와 분석적 사고 모두에서 유의한 효과가 발견되었으며 자기초점화는 슬픈 기분에, 분석적 사고는 과일반화기억에 영향을 미치는

것으로 나타났다. 즉 자기초점화보다는 반추적인 분석적 사고가 과일반화기억과 더 관련되어 있으며, 이러한 결과는 우울한 사람들의 과일반화기억이 반추 유도에 의해 증가하고 주의전환에 의해 감소한다는 연구를 통해서도 지지된 바 있다(Watkins, Teasdale & Williams, 2000).

이처럼 과일반화기억과 반추 사이의 관련성이 시사되고 있지만 두 변인이 어떤 식으로 우울에 영향을 미치는지는 명확하지 않으며, 이에 대한 국내 연구가 미비한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 과일반화기억과 반추가 상호작용하는지, 그리고 과일반화기억을 세분하여 구체적인 과일반화기억과 반추가 상호작용하는지 알아보려고 한다. 이 때, 구체적인 과일반화기억은 첫째, 선행연구에 의해 범주 및 연장기억으로 구분하고 반추와 상호작용하는지, 둘째, 기억내용의 정서가에 따라 긍정 및 부정단서기억으로 구분하고 반추와 상호작용하는지, 셋째, 기억내용의 주제에 따라 대인관계 및 성취-실패로 구분하고 반추와 상호작용하는지 살펴볼 것이다. 과일반화기억과 반추는 우울증의 만성적 경과를 예측하는 중요한 요인이므로, 본 연구에서 두 변인이 어떤 식으로 영향을 미치는지 규명하는 것은 우울한 사람들의 인지적 취약성을 이해하고 치료적 장면에서 적절한 개입 방안을 모색하는데 도움이 될 것으로 기대한다.

방 법

연구대상

대구광역시에 소재한 K대학 재학생 187명을

대상으로 설문을 실시하였다. 이 때 설문에 빠뜨린 문항이 있거나 획일적으로 응답한 경우, 나이가 만 30세 이상인 경우는 제외되어 179명(남자 43명, 여자 136명)의 자료가 최종 분석에 포함되었다. 참가자들의 평균 연령은 21.55세($SD=1.76$)이었다.

측정도구

Beck 우울 척도(Beck Depression Inventory, BDI)

BDI는 Beck(1983)이 우울과 관련된 인지적, 정서적, 생리적 측면을 측정하기 위해 개발한 것으로, 본 연구에서는 이영호와 송종용(1991)이 번안한 한국판 Beck 우울 척도를 사용하였다. 이 척도는 모두 21개의 문항으로 구성되어 있으며, 4개의 보기 중 하나를 선택하도록 되어있다. 총점의 범위는 0점에서 63점으로 점수가 높을수록 우울이 심각함을 의미한다. 본 연구에서의 내적 일치도는 .87이었다.

반추적 반응 척도(Ruminative Response Scale, RRS)

RRS는 Nolen-Hoeksema와 Morrow(1991)가 개발한 71문항의 반응양식 질문지(Response Style Questionnaire, RSQ)에서 우울과 가장 높은 관련을 보이는 반추적 반응만을 선별하여 별도로 구성한 검사이다. 본 연구에서는 김은정과 오경자(1994)가 번안한 RSQ 척도에서 반추적 반응 척도로 사용되는 22개의 문항을 사용하였다. 이 검사는 우울할 때 하게 되는 여러 가지 생각과 행동의 정도를 1점에서 4점 척도에 평정하도록 되어 있다. 총점의 범위는 22점에서 88점이며, 점수가 높을수록 반추 경향 두드러짐을 의미한다. 본 연구에서의 내적 일

치도는 .89이었다.

자전적 기억 검사(Autobiographical memory test, AMT)

AMT는 Williams와 Broadbent(1986)가 자전적 기억의 과일반화를 측정하기 위해 개발한 것으로, 단서 단어를 제시하고 이와 관련된 기억을 서술하도록 되어 있다. 본 연구에서는 지현경(2008)이 사용한 10개의 정서가 단어를 사용하였으며, 각각의 단어는 빈도, 친숙성, 쾌-불쾌 수준을 고려하여 선정된 것이다. 제시된 단서단어는 다음과 같다.

긍정단서(5개): 고맙다, 반갑다, 사랑스럽다, 편안하다, 행복하다

부정단서(5개): 무섭다, 미안하다, 슬프다, 후회하다, 화나다

참가자들은 각 단서에 대해 떠오르는 기억을 한 가지씩 작성하도록 하였고, 대개 5문장 내외로 서술하였다. 대부분 10개의 기억을 모두 작성하였고 무응답은 1.3%이었다. 자전적 기억의 채점은 선행연구(도상금, 최진영, 2003)

와 동일한 방식으로 이루어졌다. 먼저 자전적 기억을 특정기억, 중간기억, 과일반화기억으로 구분하였다. 이 때 시간과 장소, 인물 등 일화가 구체적이고 하루 안에 일어난 사건이 분명한 경우 특정기억으로, 반복되거나 하루 이상 지속된 사건의 경우 과일반화기억으로, 그리고 구체적인 사건의 기억의 시기가 모호하거나 일반적인 기억일 가능성이 있는 경우는 중간기억으로 정의하였다. 참가자들이 보고한 자전적 기억의 평균 빈도는 특정기억 4.07개, 중간기억 4.40개, 과일반화기억 1.40개이었다. 과일반화 점수는 과일반화기억의 회상 빈도로, 한 참가자가 받을 수 있는 과일반화기억의 점수 범위는 0-10점 이었다. 그리고 과일반화기억으로 채점된 문항을 다시 범주 및 연장기억, 긍정단서 및 부정단서기억, 대인관계 및 성취-실패기억으로 구분하였으며, 이 때 어느 유형에도 해당되지 않는 기억은 채점에서 제외하였다(과일반화기억의 하위 유형에 대한 채점 기준은 표 1에 제시하였다).

모든 채점은 사전에 평정기준을 숙지한 두 명의 평정자(본 연구의 제1 연구자 및 임상심리전공 대학원생)에 의해 독립적으로 이루어

표 1. AMT 채점 기준

채점 기준	
긍정단서기억	제시된 단어 중 긍정단서에서 과일반화한 경우
부정단서기억	제시된 단어 중 부정단서에서 과일반화한 경우
범주기억	반복적으로 일어나는 사건인 경우 (예: ‘아침에 지하철을 탈 때마다’)
연장기억	하루 이상 지속된 사건인 경우 (예: ‘지난 학기 중간고사 기간에’)
대인관계기억	중요한 타인의 상실, 대인관계에서의 갈등과 관련된 사건을 과일반화한 경우 (예: ‘친구가 나와 한 약속을 지키지 않을 때’)
성취-실패기억	과업의 실패, 목표의 좌절, 독립성의 유지와 관련된 사건에서 과일반화한 경우 (예: ‘중요한 시험에서 떨어졌을 때’)

졌으며, 90개의 프로토콜을 무선적으로 선정하여 평정자간 신뢰도를 산출한 결과 $r=.78$ 로 나타났다. 일치하지 않는 평정에 대해서는 평정자들이 다시 합의하여 재평정하였다.

절차 및 분석

설문은 10명 내외의 소규모 집단으로 실시되었으며 AMT, RRS, BDI 순으로 이루어졌다.

AMT는 단어 단어가 제시된 기록 용지를 나누어 주고, 단어와 관련되는 특정기억, 즉 시간, 장소, 인물을 포함하는 사건을 구체적으로 기술 할 것을 설명하였다. 기존의 AMT는 60 초 이내에, 18세 이전의 기억을 서술하도록 되어 있지만 본 연구는 20대 초반의 대학생 대상으로 하는 연구이며, 시간제한을 둘 경우 대학생 집단의 과일반화기억을 지나치게 높일 수 있다는 제언(이인혜, 2008)에 근거하여 작성 시간 및 나이를 제한하지 않았다. AMT 작

성이 끝나면 이어서 RRS와 BDI를 작성하도록 하였다.

자료 분석은 먼저 상관분석으로 주요 변인들 간의 관련성을 검토한 후, 과일반화기억과 반추가 우울에 미치는 영향을 알아보기 위해 위계적회귀분석을 실시하였다. 이때 1단계에서는 반추와 과일반화기억을 투입하였고, 2단계에서는 반추와 과일반화기억의 상호작용항을 투입하였다. 모든 통계분석은 윈도우용 SPSS 12.0을 사용하였다.

결 과

먼저, 주요 변인들 간 상관관계 및 평균과 표준편차는 표 2에 제시하였다. 상관분석 결과, 우울은 반추($r=.59, p<.01$) 및 과일반화기억($r=.31, p<.01$)과 정적 상관을 보였으며, 우울은 과일반화기억을 세분하였을 때에도 모두

표 2. 주요 변인의 상관관계 및 평균과 표준편차

	1	2	3	3-1	3-2	3-3	3-4	3-5	3-6
1. 우울	-								
2. 반추	.59**	-							
3. 과일반화기억	.31**	.12	-						
3-1. 범주기억	.20**	.09	.86**	-					
3-2. 연장기억	.23**	.03	.53**	.14	-				
3-3. 긍정단서기억	.20**	.01	.87**	.81**	.36**	-			
3-4. 부정단서기억	.32**	.20**	.86**	.68**	.56**	.50**	-		
3-5. 대인관계기억	.21**	.07	.84**	.67**	.51**	.73**	.71**	-	
3-6. 성취-실패기억	.22**	.08	.74**	.64**	.46**	.58**	.71**	.38**	-
평균	9.67	44.90	1.40	.98	.33	.83	.56	.63	.57
표준편차	6.70	10.13	1.75	1.40	.72	1.04	.98	1.05	.84

** $p<.01$.

정적 상관관이 있었다. 반추는 부정단서기억($r=20, p<.01$)과 정적 상관관을 나타냈다.

과일반화기억 및 반추가 우울에 미치는 영향을 살펴보기 위해 위계적 회귀분석을 실시한 결과를 살펴보면 다음과 같다. 먼저 과일반화기억을 세분하지 않았을 때, 반추와 과일반화기억이 우울의 총 변량 중 40%를 설명하는 것으로 나타났다($F=57.88, df=178, p<.001$). 반추($\beta=.56, t=9.42, p<.001$)와 과일반화기억($\beta=.24, t=4.00, p<.001$)의 주효과가 모두 유의하였으나 반추의 영향력이 상대적으로 더 큰 것으로 나타났다. 다음 단계에서 반추×과일반화기억의 상호작용항을 투입하였을 때 우울에 대한 설명량이 1% 증가하였으나($F=40.02, df=178, p<.001$), 상호작용항의 효과는 유의하지 않았다(표 3).

다음으로 과일반화기억을 세분하여 회귀분석을 실시하였다. 과일반화기억을 범주 및 연장기억으로 구분하였을 때(표 4) 반추, 범주기억 및 연장기억이 우울의 총 변량 가운데 40%를 설명하는 것으로 나타났다($F=38.79, df=178, p<.001$). 이 때 반추($\beta=.57, t=9.65, p<.001$), 범주기억($\beta=.12, t=2.00, p<.05$) 및 연장기억($\beta=.19, t=3.27, p<.01$)의 주효과가 모두 유의하였으며, 범주기억보다는 연장기억의 영향이 상대적으로 더 큰 것으로 나타났다. 다음 단계에서 반추×범주기억, 반추×연장기억, 범주기억×연장기억의 상호작용항을 투입하였고 그 결과 전체 설명량이 2% 증가하였으며($F=20.70, df=178, p<.001$), 이 때 반추×범주기억의 상호작용항이 유의한 것으로 나타났다($\beta=.59, t=2.35, p<.05$).

표 3. 우울에 대한 반추와 과일반화기억의 위계적 회귀분석

단계	예측변인	β	t	R^2	ΔR^2	F
1	반추(A)	.56	9.42***			
	과일반화기억(B)	.24	4.00***	.40	.40	57.88***
2	A × B	.47	1.73	.41	.01	40.02***

*** $p<.001$.

표 4. 우울에 대한 반추, 범주기억, 연장기억의 위계적 회귀분석

단계	예측변인	β	t	R^2	ΔR^2	F
1	반추(A)	.57	9.65***			
	범주기억(B)	.12	2.00*			
	연장기억(C)	.19	3.27**	.40	.40	38.79***
2	A × B	.59	2.35*			
	A × C	.04	.13			
	B × C	.07	.78	.42	.02	20.70***

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

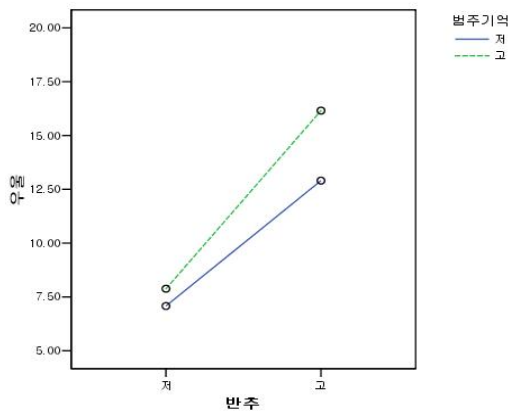


그림 1. 반추와 범주기억의 상호작용

반추와 범주기억의 상호작용의 양상을 확인하기 위해 평균을 기준으로 범주기억이 높은 집단과 낮은 집단을 분류하여 그래프를 작성하였다(그림 1). 그림 1에서 보는 바와 같이 반추 경향이 낮을 때에는 범주기억의 수준에 따른 우울의 차이가 크지 않지만 반추 경향이 높을 때에는 범주기억의 수준에 따른 우울의 차이가 크게 나타난다. 즉 반추 경향이 높을 때 더 우울해지며, 이 때 범주기억을 많이 한다면 우울이 더욱 심각해질 수 있음을 시사한다.

다음으로 정서가에 따라 파일반화기억을 분

류한 후, 반추와의 상호작용을 살펴보았다(표 5). 1단계에 반추, 긍정단서기억과 부정단서기억을 투입한 결과 우울에 대한 총 변량의 39%를 설명하는 것으로 나타났으며($F=37.97, df=178, p<.001$), 이 때 반추($\beta=.55, t=9.16, p<.001$)와 부정단서기억($\beta=.15, t=2.12, p<.05$)의 주효과가 유의하였다. 다음 단계에서 반추×긍정단서기억, 반추×부정단서기억, 긍정단서기억×부정단서기억의 상호작용항을 추가하였을 때 전체 설명량이 2%증가하였다($F=20.04, df=178, p<.001$). 반추와 부정단서기억의 상호작용 경향이 시사되었을 뿐($p=.06$), 각각의 상호작용항은 어느 것도 통계적으로 유의하지 않았다.

마지막으로 파일반화기억을 회상 내용의 주제에 따라 대인관계 및 성취-실패기억으로 구분하여 위계적 회귀분석을 실시하였다(표 6). 1단계에 반추, 대인관계기억, 성취-실패기억을 투입한 결과 우울에 대한 총 변량의 39%를 설명하는 것으로 나타났으며($F=36.70, df=178, p<.001$), 이 때 반추($\beta=.57, t=9.52, p<.001$)와 성취-실패기억($\beta=.13, t=2.01, p<.05$)의 주효과가 유의하였다. 다음 단계에서 반추×대인관계기억, 반추×성취-실패기억, 대인관계기억×성취-실패기억의 상호작용항을 추가하였을 때, 전

표 5. 우울에 대한 반추, 긍정단서기억, 부정단서기억의 위계적 회귀분석

단계	예측변인	β	t	R^2	ΔR^2	F
1	반추(A)	.55	9.16***	.39	.39	37.97***
	긍정단서기억(B)	.12	1.74			
	부정단서기억(C)	.15	2.12*			
2	A × B	-.07	-.21	.41	.02	20.04***
	A × C	.50	1.88			
	B × C	-.09	-.71			

* $p<.05$. *** $p<.001$.

표 6. 우울에 대한 반추, 대인관계기억, 성취-실패기억의 위계적 회귀분석

단계	예측변인	β	t	R^2	ΔR^2	F
1	반추(A)	.57	9.52***	.39	.39	36.70***
	대인관계기억(B)	.13	1.98			
	성취-실패기억(C)	.13	2.01*			
2	A × B	-.25	-.78	.41	.03	20.06***
	A × C	.92	2.69**			
	B × C	-.01	-.08			

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

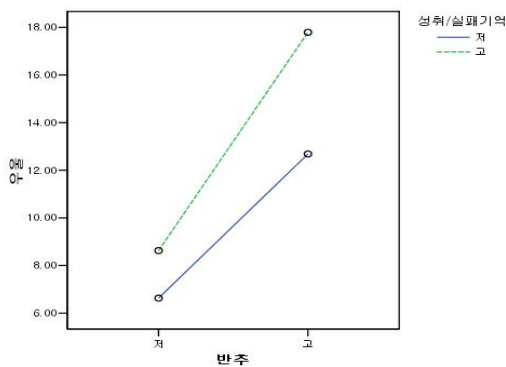


그림 2. 반추와 성취-실패기억의 상호작용

체 설명량이 3% 증가하였으며($F=20.06$, $df=178$, $p < .001$), 이때 반추×성취-실패기억의 상호작용항 회귀 계수가 유의한 것으로 나타났다 ($\beta=.92$, $t=2.69$, $p < .01$).

반추와 성취-실패기억 간 상호작용의 양상을 확인하기 위해 평균을 기준으로 성취-실패기억이 높은 집단과 낮은 집단을 분류하여 그 그래프를 작성하였다(그림 2). 그림 2에서 보는 바와 같이 반추 경향이 낮을 때에는 성취-실패기억의 수준에 따른 우울의 차이가 크지 않지만 반추 경향이 높을 때에는 성취-실패기억의 수준에 따른 우울의 차이가 크게 나타난다. 이는 성취-실패기억에 대한 반추경향이 높을

때 더 우울해지는 경향이 있음을 시사한다.

논 의

본 연구는 과일반화기억과 반추가 우울을 지속, 심화시키는 요인이며, 두 변인 간에 관련성이 시사됨에 따라 우울에 영향을 미치는 과정에 두 변인이 상호작용 하는지 알아보기 위해 시도되었다. 그 결과 과일반화기억과 반추 모두 우울에 유의한 영향을 미치지만 반추의 영향력이 더 큰 것으로 나타났다. 두 변인 간의 상호작용은 유의하지 않았으나 과일반화기억을 좀 더 세분하여 분석했을 때 반추와의 상호작용을 확인할 수 있었다. 그 결과들을 요약하고 주요 결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

먼저 범주 및 연장기억으로 구분하였을 때 반추, 범주기억, 연장기억이 모두 우울에 영향을 미치지만 범주기억보다 연장기억의 영향력이 상대적으로 더 크게 나타났다. 연장기억의 영향이 더 크게 나타난 점은 범주기억이 우울과 더 높은 관련이 있다는 대부분의 선행연구(도상금, 최진영, 2003; Mackinger et al., 2000;

Williams & Dritschel, 1992)와 일치하지 않는다. 연장기억은 우울증은 물론이고 외상과도 거의 관련이 없는 것으로 알려져 있으나 소수의 연구만이 연장기억에서의 차이를 보고하였다. 예를 들어, Stokes, Dritschel 및 Bekerian(2004)의 연구에서 화상을 입은 청소년군은 통제군에 비해 연장기억을 더 많이 나타내었고, 그들은 화상을 입은 청소년들이 특정 사건에 대한 기억이 촉발될 때 하루보다 짧은 시간 지속된 사건으로 시간 틀을 예민하게 조정하지 못함을 의미한다고 해석하였다. 연장기억은 단서의 정서성과 관련이 있는 것으로 알려져 있으며(Williams & Dritschel, 1992), 어떤 시기와 연합된 정서는 기억의 탐색을 중단시킬 수도 있다(Stokes et al., 2004). 만일 본 연구가 단서의 정서가에 따라 연장기억을 구분했다면 정서성과의 관계를 좀 더 명확히 할 수 있었겠지만 본 연구에서는 그렇게 하지를 못했다. 따라서 연장기억이 범주기억보다 우울과 더 관련이 높다고 나온 이유가 연구 참가자의 어떤 특성이 반영된 것인지, 아니면 또 다른 원인이 있는지는 추후 연구에서 검증되어야 할 것으로 생각된다. 하지만 범주기억은 반추와 상호작용하여 우울에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 범주기억이 우울에 미치는 영향은 반추에 따라 달라질 수 있으며, 높은 반추 경향과 범주기억의 연합은 우울을 더욱 심화시킬 수 있을 것이다. 이 결과는 반추를 많이 할수록 더 많은 범주기억을 산출하며 이는 더 높은 우울과 관련된다는 선행 연구(Raes, Hermans, Williams, Beyer, Brunfaut, & Eelen, 2006; Watkins & Teasdale, 2001; Williams, 1996)를 지지하는 바이다.

과일반화기억을 회상 내용의 정서가에 따라 긍정 및 부정단서기억으로 구분하여 본 결과,

반추와 부정단서기억이 우울에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 단서의 정서가에 따른 과일반화기억에 관한 연구결과들은 비일관적인 양상을 나타내고 있다. 부정적 단서보다 긍정적 단서가 우울한 사람들의 과일반화기억을 더 많이 유발한다는 연구(예: Williams & Broadbent, 1986)와 단서의 정서가와 관련이 없다는 연구(Williams et al., 2007)가 공존하고 있다. 본 연구에서 긍정단서기억과 부정단서기억이 모두 우울과 유의한 상관을 보였으나 부정단서기억만이 우울과 더 관련이 높으며, 비록 통계적으로는 유의하지 않았지만 부정단서기억과 반추 사이의 상호작용 가능성이 시사되었다. 이는 긍정단서기억보다 부정단서기억이 우울과 더 관련되어 있다는 선행 연구(도상금, 최진영, 2003; Brewin, Reynolds, & Tata, 1999; Mackinger, Pachinger, Libetseder, & Fartacek, 2000; Williams & Dritschel, 1988)와 일치하며, 우울한 사람들은 부정적인 기억이 주는 고통스러운 감정을 회피하기 위한 정서 조절 방략으로 과일반화기억을 하게 된다는 설명(Williams, 1996)을 반영하는 결과이기도 하다. Williams 등(2007)에 의하면, 기억 인출에는 적절한 양의 자원이 요구되며 정서가가 있는 복잡한 기억은 더 많은 자원을 필요로 한다. 이 때 효과적인 기억 인출을 위해서는 필요한 정보를 촉진하고 불필요한 정보를 억제하는 중앙 집행 통제(central executive control)의 역할이 중요하다. 그런데 우울한 사람들은 반추적 반응으로 인해 부정적인 정보를 효율적으로 처리하는데 어려움을 겪는 것으로 보인다. 즉, ‘행복’이라는 단어를 주고 이와 관련된 특정 사건을 회상하라고 한다면, 먼저 ‘나를 행복하게 하는 것은 무엇인가?’와 같은 자기-관련 정보에 대한 개념적 탐색이 이루어져야 한다.

그런데 우울한 사람들은 이 과정에 자기와 관련된 부정적 사고를 활성화시킴으로써 ‘나는 불행하다’, ‘사람들은 나를 거절했다’와 같은 불필요한 정보를 떠올리게 된다. 이 때문에 우울한 사람들은 자전적 기억의 회상에서 구체적인 사건을 떠올리지 못하고 과일반화된 기억을 하게 된다. 과일반화 경향은 우울한 사람들로 하여금 부정적 사건이 자신에게는 일반적으로 일어나는 것으로 느끼게 하여 더욱 우울해지는 결과를 초래한다.

마지막으로 과일반화기억을 회상 내용의 주제에 따라 대인관계 및 성취-실패기억으로 구분하여 본 결과, 반추 및 성취-실패기억이 우울에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 두 변인 간의 상호작용이 유의하였다. 일반 대학생들의 경우 대인관계에서의 부정적인 경험보다 성취와 관련된 부정적인 경험이 우울에 더 큰 영향을 미칠 수 있으며, 실패 경험을 반복적, 수동적으로 반추하는 것은 우울을 더욱 악화시킬 수 있을 것이다. 이러한 결과는 대학생 집단은 학업적 성취와 취업이라는 청년기의 중요한 목표를 달성해 가는 과정에 있으며, 특히 최근 청년 실업이 사회적 이슈가 됨에 따라 이와 관련된 스트레스가 대학생들의 정서에 더 큰 영향을 미치는 것으로 해석될 수 있겠다.

자전적 기억은 개인이 자기감(sense of self)을 유지하고 환경에 적응하며, 과거 경험에 비추어 문제를 해결하는 능력에서 중요한 역할을 한다(Conway & Pleydell-Pearce, 2000). 그런데 자전적 기억에서 구체성이 결여되면 문제 해결 및 미래 사건의 이미지를 형성하는 능력이 손상되고, 이후 우울증의 원인이 될 수 있다(Williams et al., 2007). 한편, 반추는 특질적인 동시에 상태적인 변인(Crane, Bamhofer, Visser,

Nightingale, & Williams, 2007)으로, 단기간의 개입으로도 우울한 기분과 과일반화기억을 유의하게 감소시킬 수 있는 것으로 밝혀졌다(Watkins, 2001, 2004). 또한 반추는 추상적일 수도 구체적일 수도 있는데, 구체적인 반추는 과일반화기억을 감소시키고 자신을 긍정적으로 평가하는 것, 그리고 사회적인 문제에서 더 능동적으로 대처하는데 도움을 주는 것으로 나타났다(Watkins, 2008).

최근 들어, 과일반화기억과 반추와 같은 우울증의 인지적 취약성에 대한 다양한 치료적 개입이 시도되고 있다. 이러한 치료적 개입은 과일반화기억이 기분이나 약물치료에 의해 변하지 않는 비교적 안정적인 과정이고(Watkins et al., 2000) 이후의 우울(Gibbs & Rude, 2004)과 자살(Williams & Dritschel, 1988)과 관련이 있다는 측면에서 임상적으로 매우 중요하다. 예를 들어, 우울한 개인에게 구체적으로 에세이를 작성하도록 하거나(McBride, Segal, & Kennedy, 2007; Maccallum & Bryant, 2011), 일상 사건에 좀 더 세심하게 주의를 기울이게 하고 회피하거나 억제하지 않고 생각이 일어나도록 하는 접근, 즉 마음챙김에 근거한 인지치료(Williams, Teasdale, Segal, & Soulsby, 2000)는 과일반화기억을 감소시킬 수 있다고 한다. 또한 불필요한 단서로부터 주의를 돌리도록 주의를 재지시하는 방법이 반추적 반응을 감소시킬 수 있는데(Gotlib & Joormann, 2010), 이러한 접근들은 과일반화기억과 반추를 감소시킴으로써 궁극적으로 우울증을 감소시킬 수 있다는 것이다.

본 연구에서는 과일반화기억과 반추가 우울에 미치는 영향을 살펴보았다. 본 연구의 의의는 다음과 같다. 과일반화기억을 세분하여 봄으로써 과일반화기억의 하위 유형에 따라

우울에 미치는 영향이 어떻게 다른지를 알아 보았고, 이 과정에 반추와의 상호작용을 확인할 수 있었다. 도상금과 최진영(2003)의 연구를 제외하고 자전적 기억에 대한 대부분의 국내 연구들이 과일반화기억의 양상을 구분하지 않았는데, 이 때문에 과일반화기억과 우울 간의 관련성이 민감하게 탐지되지 않았을 수 있다. 본 연구에서는 과일반화기억을 구분하여 살펴봄으로써 선행 연구의 결과들을 다시 확인할 수 있었고, 반추와의 상호작용을 통해 범주기억 또는 성취-실패 기억이 우울한 기분을 더욱 악화시킬 수 있다는 점을 알 수 있었다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 비임상 대학생 집단을 대상으로 하여 우울이 심각한 참가자가 상대적으로 적었으며, 이 때문에 우울 집단의 특성이 충분히 반영되지 않았을 수 있다. 따라서 본 연구 결과가 임상 집단에서도 동일하게 나타나는지 살펴 볼 필요가 있을 것이다.

둘째, 자전적 기억 검사의 채점과 관련된 것으로, 본 연구에서는 평정자간 신뢰도가 낮은 편이었다. 평정자들이 자전적 기억의 내용을 분석하여 하루 안에 일어난 사건인지, 시간과 장소를 포함하는지에 따라 과일반화 여부를 평정하게 되는데 모호한 경우가 상당히 많았다. 따라서 사전에 평가기준을 좀 더 명료화하고 평정자 훈련을 철저하게 시킬 필요가 있어 보인다. 또한 자전적 기억을 평가할 때 체크리스트를 사용하여 사건의 기간 및 특성을 연구 참가자들이 직접 보고하도록 하는 것이 대안이 될 수도 있을 것이다.

셋째, 자전적 기억 검사에 사용된 단어 자극에 대한 것으로, 분석 결과 특정 단어(‘편안하다’)에서 과일반화기억이 유난히 많이 보고

되는 경향이 발견되었다. 추후 연구에서는 단어 선정 시 각각의 단어가 자전적 기억을 회상하기에 얼마나 적절한지에 대한 보다 면밀한 검토가 요구된다.

넷째, 반추 외에 과일반화기억에 관여하는 다양한 요인이 고려되어야 할 필요가 있겠다. Williams 등(2007)이 제안한 과일반화기억에 대한 통합 모형(CaR-FA-X: Capture and Rumination, Functional Avoidance and eXecutive control)에 따르면 과일반화기억은 우울증적 반추, 집행 용량(executive capacity)의 감소, 그리고 외상 경험으로 인한 기능적 회피의 상호작용의 결과로 설명된다. 따라서 과일반화기억과 관련되는 다른 변인들의 영향이 함께 검토되어야 할 것이다. 또한 이들은 우울한 사람들이 과일반화기억을 나타내지만 우울의 심각성과 과일반화기억이 반드시 비례하는 것은 아니라는 점을 지적하였다. 따라서 이러한 문제를 보다 명확하게 설명할 수 있는 연구들이 이루어져야 할 것이다.

참고문헌

- 김은정, 오경자 (1994). 우울증상의 지속에 영향을 주는 인지 및 행동요인들: 3개월간 추적연구. *한국심리학회지: 임상*, 13, 1-19.
- 도상금, 최진영 (2003). 외상 경험 및 우울과 자서전적 기억의 일반화 경향성. *한국심리학회지: 임상*, 22, 321-341.
- 이영호, 송종용 (1991). BDI, SDS, MMPI-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. *한국심리학회지: 임상*, 10, 98-113.
- 이인혜 (2008). 자기초점주의가 자전적 기억의 과일반화와 우울에 미치는 효과: 자기초

- 점주의의 적응성과 부적응성. 한국심리학회지: 임상, 27, 633-650.
- 지현경 (2008). 자서전적 기억의 과일반화 경향과 PTSD, 침습 및 회피. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- Abramson, L. Y., Metalsky, G. I., & Alloy, L. B. (1989). Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological Review*, 96, 358-372.
- Alloy, L. B., Abramson, L. Y., Whitehouse, G., Hogan, M. E., Tashman, N. A., & Steinberg, D. L., et al. (1999). Depressogenic cognitive styles: Predictive validity, information processing and personality characteristic, and developmental origins. *Research & Therapy*, 37, 503-5531.
- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders(4th ed.)*. Washington DC: Author.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical experimental and theoretical aspect*. New York: Harpev & Row.
- Beck, A. T. (1983). Cognitive therapy of depression: New perspective. In P. J. Clayton & J. E. Barrett (Eds.), *Treatment of depression: Old controversies and new approaches* (pp.265-290). New York: Raven Press.
- Beck, J. S. (1995). *Cognitive therapy: Basics and beyond*. New York: Guilford Press.
- Blatt, S. J., & Zuroff, D. C. (1992). Interpersonal relatedness and self-definition: Two prototypes for depression. *Clinical Psychology Review*, 12, 527-562.
- Bradley, B. P., Mogg, L., & Lee, S. C. (1997). Attentional biases for negative information in induced and naturally occurring dysphoria. *Behavioral Research & Therapy*, 35, 911-927.
- Brewin, C., Reynolds, M., & Tata, P. (1999). Autobiographical memory process and the course of depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 108, 511-517.
- Brittlebank, A. D., Scoot, J., Williams, J. M. G., & Ferrier, I. N. (1993). Autobiographical memory in depression: State or trait maker? *British Journal of Psychiatry*, 162, 118-121.
- Brown, G. W., Bifulco, A., & Andrews, B. (1990). Self-esteem and depression III. Aetiological issues. *Social Psychiatry & Psychiatric Epidemiology*, 25, 235-243.
- Conway, M. A., & Rubin, D. C. (1993). The structure of autobiographical memory. In A. E. Collins, S. E. Gatherole, M. A. Conway, & P. E. Morris (Eds.), *Theories of memory* (pp.103-138). England: Erlbaum.
- Cowny, M. A., & Pleydel-Pearce, C. W. (2000). The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*, 107, 261-288.
- Crane, C., Bamhofer, T., Visser, C., Nightingale, H., & Williams, J. M. G. (2007). The effects of analytical and experiential rumination on autobiographical memory specificity in individuals with a history of major depression. *Behaviour Research & Therapy*, 45, 3077-3087.
- Diener, C. I., & Dweck, C. S. (1978). Analysis of learned helplessness: And achievement cognition following failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 451-462.
- Gotlib, I. H., & Joormann J. (2004). Attentional biases for negative interpersonal stimuli in

- clinical depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 113, 127-135.
- Gotlib, I. H., & Joormann J. (2010). Cognition and Depression.: Current status and future direction. *Annual Review of Clinical Psychology*, 27, 285-312.
- Heckhausen, H. (1980). Task-irrelevant cognitions during an exam: Incidence and effects. In H. W. Kuohne & L. Laux (Eds.), *Achievement, Stress, and anxiety*. Washington, DC: Hemisphere.
- Holahn, C. J., & Moos, R. H. (1991). Life stressors, personal and social resources, and depression: A 4-year structural model. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 31-38.
- Keller, M. B. (1994). Depression: A long-term illness. *British Journal of Psychiatry*, 165, 9-15.
- Kelly, O., Matheson, K., Ravindran, A., Merali, Z., & Anisman, H. (2007). Rumination copying among patients with dysthymia before and after pharmacotherapy. *Depression & Anxiety*, 24, 233-243.
- Kuhl, J. (1981). Motivational and functional helplessness: The moderating effects of state versus action orientation. *Journal of Personality & Social Psychology*, 40, 155-170.
- Lyubomirsky, S., Caldwell, N. D., & Nolen-Hoeksema, S. (1988). Effects of rumination and distracting response to depressive mood on retrieval of autobiographical memory. *Journal of Personality & Social Psychology*, 75, 166-177.
- Maccallum, F. & Bryant, R. A. (2011). Autobiographical memory following cognitive behaviour therapy for complicated grief. *Journal of Behavior Therapy & Experimental Psychiatry*, 42, 26-31.
- Mackinger, H. F., Pachinger, M., Leibetseder, M. M., & Fartacek, R. R. (2000). Autobiographical memories in women remitted form major depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 331-334.
- Mathews, A., & MacLeod, C. (2005). Cognitive vulnerability to emotional disorders. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1, 167-195.
- Matt, G. E., Vazquez, C., Campbell, W. L. (1992). Mood-congruent recall of affectively toned stimuli: A meta-analytic review. *Clinical psychology Review*, 12, 227-255.
- McBride, C., Segal, Z., & Kennedy, S. (2007). Changes in autobiographical memory specificity following cognitive behavior therapy and pharmacotherapy for major depression. *Psychopathology*, 40, 147-152.
- Mogg, K., Bradley, B. P., Williams, R. & Mathews, A. (1993). Subliminal processing of emotional information in anxiety and depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 102, 304-311.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Response to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 569-582.
- Nolen-Hoeksema, S., & Morrow, J. (1991). A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: The 1989 Loma Prieta earthquake. *Journal of Personality & Social Psychology*, 61, 115-121.
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky,

- S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 3, 400-424.
- Papageorgiou, C., & Wells, A. (2003). *Depressive Rumination: Nature, theory and treatment*. New York: John Wiley & Sons.
- Raes, F., Hermans, D., Williams, J. M. G., Beyer, W., Brunfaut, E., & Eelen, P (2006). Reduced autobiographical memory specificity and rumination in predicting the course of depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 115, 699-704.
- Raes, F., Hermans, D., Williams, J. M. G., & Eelen, P. (2006). Reduced autobiographical memory specificity and affect regulation. *Cognition & Emotion*, 20, 402-429.
- Rippere, V. (1977). "What's the thing to do when you're feeling depressed?": A pilot study. *Behaviour Research & Therapy*, 15, 185-191.
- Robinson, C. J. & Luten, A. C. (1991). Sociotropy and autonomy: Differential patterns of clinical presentation in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 74-77.
- Sarason, I. G. (1975). Anxiety and Self-preoccupation. In I. G. Sarason, & C. D. Spielberger (Eds.), *Stress and anxiety* (pp.27-44). Washington, DC: Hemisphere.
- Sidley, G. L., Calam. R., Wells, A., Hughes, T., & Whitaker. K. (1999). The prediction of parasuicide reputation in a high-risk group. *British Journal of Clinical Psychology*, 38, 375-386.
- Strokes, D. J., Dritschel, B. H., & Bekerian, D. A. (2004). The effect of burn injury on adolescents autobiographical memory. *Behaviour Research & Therapy*, 42, 1357-1365.
- van Minnen, A., Wessel, I., Verhaak, C., & Smeenk, J. (2005). The relationship between autobiographical memory specificity and depressed mood following a stressful life event: A prospective study. *British Journal of Clinical Psychology*, 44, 405-415.
- Watkins, E. (2008). Constructive and unconstructive repetitive thought. *Psychological Bulletin*, 134, 163-206.
- Watkins, E., & Moulds, M. (2005). Distinct modes of ruminative self-focus: Impact of abstract versus concrete rumination on problem solving in depression. *Emotion*, 5, 319-328.
- Watkins, E., & Teasdale, J. D. (2001). Rumination and overgeneral memory in depression: Effects of self-focus and analytic thinking. *Journal of Abnormal Psychology*, 110, 353-357.
- Watkins, E., & Teasdale, J. D. (2004). Adaptive and maladaptive self-focus in depression. *Journal of Affective Disorder*, 82, 1-8.
- Watkins, E., Teasdale, J. D., & Williams, J. M. (2000). Decentring and distraction reduced overgeneral autobiographical memory in depression. *Psychological Medicine*, 30, 911-920.
- Watkins, P. C., Martin, C. K., & Sten, L. D. (2000). Unconscious memory bias in depression: Perceptual and conceptual processes. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 282-289.
- Williams, J. M. G. (1996). Depression and the specificity of autobiographical memory. In D. C. Rubin (Ed.), *Remembering our past: Studies in autobiographical memory* (pp.244-267). England: Cambridge University Press.
- Williams, J. M. G. (2004). Experimental cognitive

- psychology and clinical practice: Autobiographical memory as a paradigm case. In J. Yiend (Ed.), *Cognition, emotion and psychopathology* (pp.251-269). England: Cambridge University Press.
- Williams, J. M. G., & Broadbent, K. (1986). Autobiographical memory in suicide attempts. *Journal of Abnormal Psychology, 95*, 144-149.
- Williams, J. M. G., & Dritschel, B. (1992). Categorical and extended autobiographical memories. In M. A. Conway, D. C. Rubin, H. Spinnler, & W. A. Wagenaar (Eds.), *Theoretical perspectives on autobiographical memory* (pp.391-410). Netherlands: Kluwer Academic.
- Williams, J. M. G., & Dritschel, B. H. (1988). Emotional disturbance and the specificity of autobiographical memory. *Cognition & Emotion, 2*, 221-234.
- Williams, J. M. G., Barnhofer, T., Crane, C., Hermans, D., Reas, F., Watkins, E., et al. (2007). Autobiographical memory specificity and emotional memory. *Psychological Bulletin, 133*, 122-148.
- Williams, J. M. G., Teasdale, J. D., Segal, Z. V., & Soulsby, J. (2000). Mindful-based cognitive therapy reduces overgeneral autobiographical memory in formerly depressed patients. *Journal of Abnormal Psychology, 109*, 150-155.
- 원고접수일 : 2012. 2. 13.
1차 수정 원고접수일 : 2012. 4. 7.
게재결정일 : 2012. 4. 23.

Influence of Overgeneral Autobiographical Memory and Rumination on Depression

Hye Rim Lee

Yun Kyeung Choi

Department of Psychology, Keimyung University

The purpose of the present study was to examine the influence of overgeneral autobiographical memory and rumination on depression. One hundred and seventy-nine college students participated in this study. All subjects were tested for autobiographical memory(Autobiographical Memory Test) and also a completed self-report measure of depression(Beck Depression Inventory) and rumination(Ruminative Response Scale). As the subtype of overgeneral memory might have different effects on depression, overgeneral memories were distinguished as categoric and extended memories, as positive cues and negative cues memories on the basis of previous studies. In addition, by applying a personality vulnerability hypothesis(Beck, 1993), overgeneral memories were distinguished as interpersonal and achievement-failure memories. After reviewing the relevance between variables using correlation analysis, hierarchical regression analyses were performed. The results show that; overgeneral memory and rumination were significantly associated with depression. Particularly, categoric memory, extended memory, negative cues memory, and achievement-failure memory were significant. In the interaction with rumination along with categoric memory and achievement-failure memory were significant. That is, high rumination and categoric memory, achievement-failure memory were associated with higher depression. These findings were discussed in terms of cognitive intervention on depression. Finally, the limits of the current study and suggestions for future research were described.

Key words : autobiographical memory, overgeneral memory, rumination, depression, personality vulnerability