

## 정서접근적 대처 척도의 타당화 예비연구: 사관학교 생도 표본에서\*

강 성 록

육군사관학교 심리학과

양 재 원†

가톨릭대학교 심리학과

본 연구의 목적은 Stanton과 동료 연구자들(2000b)에 의해 개발된 정서접근적 대처 척도를 타당화하는 것이다. 398명의 사관생도들을 대상으로 설문을 실시하고 탐색적 요인분석을 실시한 결과, 정서 처리 4문항, 정서 표현 4문항의 2개 요인이 확인되었으며, 이들의 총 설명변량은 60.28%였다. 사관생도 627명을 대상으로 확인적 요인분석을 실시한 결과,  $\chi^2(15)=35.81$ , CFI=.99, TLI=.99, RMSEA=.05, SRMR=.01로 2요인 모형이 적합함을 확인하였다. 신뢰도 검증에서, 정서 처리와 정서 표현은 각각 .90, .88로 매우 높은 신뢰도 계수를 나타냈다. 그리고 대처전략 척도, 정적 정서, 부적 정서, 우울, 상태 불안, 삶의 만족도와와의 상관분석을 통해 정서접근적 대처 중 정서 처리가 문제중심적 대처와 마찬가지로 접근지향적 대처전략임을 확인할 수 있었다. 또한 증분 타당도를 알아보기 위한 위계적 회귀분석 결과, 정서접근적 대처는 상태 불안과 삶의 만족도에 있어서 부적 정서와 정서중심적 대처가 설명하지 못하는 고유한 설명력을 가지고 있음을 밝혔다. 마지막으로 본 연구의 의의와 제한점, 후속연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어 : 정서접근적 대처 척도, 정서 처리, 정서 표현

\* 본 논문은 육군사관학교 화랑대연구소의 2014년도 연구활동비 지원을 받아 연구되었음.

† 교신저자(Corresponding Author) : 양재원 / 가톨릭대학교 심리학과 / (420-743) 경기도 부천시 원미구 지봉로 43 / E-mail : jwyang@catholic.ac.kr

실제로 존재하거나 예상되는 문제들과 이에 따른 부정적 정서를 다루는 대처는 “개인이 가지고 있는 자원에 부담을 지우거나 자원을 초과하는 것으로 평가된 특정한 외적 그리고/또는 내적 요구를 다루기 위하여 끊임없이 변화하는 인지적, 행동적 노력”으로 정의된다(Lazarus & Folkman, 1984). 즉 대처란 스트레스나 스트레스 사건의 변화하는 요구에 대한 반응으로서 변화하는 지속적인 역동적 과정이다.

접근적 대처와 회피적 대처, 능동적 대처와 수동적 대처, 일차적 대처와 이차적 대처 등 대처의 유형에 대한 다양한 구분이 존재하는 가운데(개관을 위하여 Aldwin, 2007/2015 참조), 대처 문헌에서 가장 많이 사용되고 있는 구분법은 Lazarus와 Folkman(1984)에 의해 발전된 두 가지 유형의 대처전략, 즉 문제중심적 대처(problem-focused coping)와 정서중심적 대처(emotion-focused coping)을 들 수 있다. 문제중심적 대처는 문제를 변경시키기 위한 직접적 노력을 포함하는데, 문제의 정의, 정보탐색, 문제를 해결하기 위한 방법의 생성, 다양한 방법의 장점과 단점의 평가, 문제를 해결하기 위한 절차의 시행 등을 포함한다. 반면, 정서중심적 대처는 대개 상황과 관련된 정서적 고통을 관리하는데 목표를 두는 것으로 정의되는데, 부정, 정서에 집중하기와 정서의 분출, 사건의 긍정적 재해석, 사회적 지지의 추구하고 같은 반응을 포함한다. 즉, 문제중심적 대처는 스트레스의 근원 문제를 해결하고자 하는 노력과 적극적인 변화 시도를 의미하는 반면, 정서중심적 대처는 상황에 의해 발생한 정서적 고통을 경감하거나 관리하는 것을 의미한다(Lazarus & Folkman, 1984).

Lazarus와 Folkman(1984)은 문제중심적 대처와 정서중심적 대처 모두 적응적 잠재력을 가

지고 있다고 보았음에도 불구하고, 기존의 대처 척도들을 활용한 연구 결과에서는 일반적으로 문제중심적 대처가 더 나은 적응적 전략으로 받아들여지고 있는 반면, 정서중심적 대처는 심리적 고통과 부적응과 관련이 있는 것으로 알려져 있다(Aldwin, 2007/2015). 또한 Gross(1998)가 지적한 바와 같이, 심리학자들은 종종 정서를 혼돈스럽고 미성숙하며 비합리적인 것으로 간주한다.

정서중심적 대처가 심리적 고통이나 부적응과 정적인 상관을 보이는 연구 결과들에 대해 Baker와 Berenbaum(2007)은 몇 가지 이유를 제시하였다. 첫째, 정서중심적 대처전략에는 접근지향적인 대처(예. 사회적 지지 추구)와 회피지향적인 대처(예. 부정)가 혼재되어 있다는 점이다(Roth & Cohen, 1986). 이와 같이 전혀 다른 성질을 가진 정서중심적 대처의 하위 성분이 합해진 결과, 정서중심적 대처는 의심스러운 결과를 만들어내게 되었다(Stanton, Kirk, Cameron, & Danoff-Burg, 2000b). 둘째, 정서중심적 대처의 조작적 정의가 폭넓게 이루어졌다는 점이다. 많은 대처 척도의 문항들이 순수한 정서중심적 대처뿐만 아니라 화, 속상함, 자기 자신에 대한 비난 등과 같은 정서적 고통이나 부정적 정서를 포함하고 있는 것으로 나타났다(Austenfeld & Stanton, 2004; Stanton, Danoff-Burg, Cameron, & Ellis, 1994). 즉 대처 노력과 정서적 고통이 혼입되어 단일 구인을 조작적 정의할 때 의미 있는 결론에 도달하기 어렵게 되거나(Scheier, Weintraub, & Carver, 1986), 정서중심적 대처가 역기능과 관련되어 있다는 것이다(Stanton 등, 2000b). 마지막으로, 정서중심적 대처가 부정적 결과와 잘못 짝지어지는 이유는, 연구자들이 종종 횡단적 연구 설계에 따른 상관적 본질을 가진 자료로부터

인과 관계를 추론하는 우를 범하기 때문이다.

이러한 비판에 따른 문제점을 극복하고 Lazarus와 Folkman(1984)이 제안한 바와 같이 정서에 기반한 대처의 적응적 잠재력을 새롭게 개념화하기 위해, Stanton과 동료 연구자들(1994, 2000b)은 정서접근적 대처에 관한 일련의 연구를 실시하였다. Stanton 등(1994)은 기존의 대처 척도뿐만 아니라 자신들이 직접 제작한 문항들, 정신병리를 포함하거나 포함하지 않은 문항들로 구성된 척도를 심리학자들에게 보내어 그 문항들이 정신병리 증상과 독립적인지, 혼입되어 있는지 여부를 평가하게 하였다. 여기에 사용된 기존의 대처 척도는 5개의 정서중심적 대처 척도(정서적 지지 추구, 긍정적 재해석, 수용, 부정, 그리고 종교에의 귀의), 5개의 문제중심적 대처 척도, 3개의 “덜 유용한 대처 반응” 척도로 구성되어 있는 COPE(Coping orientations to problems experience; Carver, Scheier, & Weintraub, 1989), 정서지향적, 과제지향적, 그리고 회피지향적 하위척도로 구성된 CISS(coping inventory for stressful situations; Endler & Parker, 1990, 1994), 대처 반응 척도(Coping Responses Inventory; Moos, 1988), 그리고 대처전략 척도(Coping Strategies Inventory; Tobin, Holroyd, Reynolds, & Wigal, 1989) 등이 사용되었다.

다음으로, 위의 척도에 대하여 대학생 집단을 대상으로 설문한 후 요인분석을 실시한 결과, 정서적 결과와 혼입된 문항들과 혼입되지 않은 문항들의 2개 요인이 식별되었다. 혼입되지 않은 문항은 정서를 표현하는데 시간을 가지는 것과 그것들을 검토하는 것으로 구분되었고, 혼입된 문항들은 화를 내고, 긴장하거나 자기와 타인을 비난하는 것 등이었다. 이 연구의 중요한 결과는, 혼입된 문항들이 혼입

되지 않은 문항들에 비해 우울, 적대감, 부정적인 신체적 증상 등의 부적응 관련 척도들과 더 높은 상관관계를 보였다는 점인데, 이는 혼입된 문항들이 역기능의 측정과 중복되어 있음을 시사한다.

후속연구에서 Stanton 등(2000b)<sup>1)</sup>은 이러한 접근법을 확장하여 정서 처리(emotional processing)와 정서 표현(emotional expression)으로 구분되는 정서접근적 대처 척도를 개발하였다. 정서 처리 대처는 정서를 인정하고, 의미를 탐색하며, 정서를 이해하기 위한 적극적인 시도를 의미하는 4문항으로 구성되어 있으며, 정서 표현 대처는 정서 경험을 소통하고 상징화하기 위한 적극적인 언어적, 비언어적 시도를 의미하는 4문항으로 구성되어 있다. 이러한 정서접근적 대처 척도는 스트레스 상황을 경험할 때 일반적으로 행하거나, 느끼고, 생각하는 것과 관련된 성향적 대처(dispositional coping)뿐만 아니라 현재의 특정한 스트레스원과 관련된 상황적 대처(situational coping) 장면에서도 사용할 수 있도록 발전되었다.

정서접근적 대처의 신뢰도 측면에서, Austenfeld와 Stanton(2004)은 정서접근적 대처 척도를 사용한 연구를 분석한 결과, 이 척도가 높은 내적 일관성 신뢰도(Cronbach's  $\alpha=.72 \sim .94$ )를 가지고 있으며, 검사-재검사 신뢰도도

1) 본 연구는 Stanton 교수의 허락 하에 진행되었으며, Stanton 등(2000b)의 연구에서와 마찬가지로 8 문항 척도를 타당화하였음. 그런데 원저자와의 개인교신을 통해 정서접근적 대처가 중요한 연구 대상일 경우에는 16문항으로 확장된 형식으로도 사용할 수 있음을 알게 되었으며, 원저자는 Stanton 등(2000b)의 연구 3에서 사용된 데이터와 비교 시 16문항 척도의 신뢰도가 더 높았음을 알려 주었음. 본 연구에서 실시된 확장된 척도에 대한 결과는 부록에 간략히 소개하였음.

높다( $r=.72\sim.78$ )는 점을 밝혀냈다.

Stanton과 동료 연구자들(2000a, 2000b)은 정서접근적 대처 척도가 문제중심적 대처와 사회적 지지 추구와 같은 접근지향적 대처전략과는 정적인 상관관계를 보인 반면, 정신적 이탈(mental disengagement)과 같은 회피지향적 대처전략과는 상관관계를 보이지 않음을 밝혔다. 그리고 Smith, Lumley와 Longo(2002)는 만성 근막동통(chronic myofascial pain)을 가진 성인을 대상으로 한 연구에서, 수동적 대처전략들은 상호 간에 정적인 상관을 보인 반면, 정서접근적 대처는 이들 대부분과 역상관 관계를 보임을 밝혔다. 그리고 수동적 대처전략들은 부적 정서와 정적 상관을 보인 반면, 정서접근적 대처는 부적 정서와 부적 상관을 나타냈다. 즉 정서접근적 대처는 문제중심적 대처와 유사한 속성을 가지고 있으며, 정서적 고통과 혼입된 기존의 정서중심적 대처와는 구별되는 특징을 가지고 있음을 알 수 있다.

정서접근적 대처는 다양한 임상적 변인들을 설명하는 데 유용한 것으로 밝혀지고 있다. 예를 들어, Marques와 동료 연구자들(2009)은 불안 장애 환자들이 불안하지 않은 통제집단보다 정서 처리와 정서 표현이 유의미하게 낮음을 보고하였다. 그리고 Tull, Gratz와 Lacroce(2006)는 지난 1년간 공황 발작을 경험한 대학생들을 대상으로 한 연구에서, 정서접근적 대처가 우울 증상의 심각도를 잘 예측함을 밝혔다. Smith 등(2002)은, 수동적 대처의 사용은 더 높은 통증, 손상, 우울과 관련이 있었던 반면, 높은 정서접근적 대처는 낮은 정서적 통증 및 낮은 우울 증상과 관련 있으며, 부적 정서를 통제된 이후에도 같은 결과를 보임을 밝혔다. 또한 Hassija와 동료들(2012)은 외상에 노출된 제대군인에 대한 연구에서, 높은 정서

적 회피 수준과 낮은 정서 표현 수준이 외상 후 스트레스 장애와 우울 증상의 증가와 관련이 있으며, 정서 표현을 장려하는 대처 기법의 적용은 적응 향상을 촉진할 수 있음을 보였다. 한편 Totan, Doğan과 Sapmaz(2013)는 경로모델을 이용하여 대학생의 행복을 연구한 결과, 정서접근적 대처가 행복에 정적인 영향을 미친다는 점을 보여 주었다.

또한 정서접근적 대처의 효과는 횡단연구뿐만 아니라 종단연구에서도 증명되고 있다. Berghuis와 Stanton(2002)은 불임커플의 대처와 우울 증상에 대한 연구에서, 부정적인 임신 결과를 받은 이후에 여성과 남성 모두에게 정서 처리와 정서 표현이 감소된 우울과 관련이 있음을 보여 주었다. 그리고 Beals, Peplau와 Gable(2009)은 동성애자에 대한 연구에서, 성적 정체성 노출과 이어지는 삶의 만족 간의 관계에서 정서 처리가 매개변인으로 작용함을 발견하였다.

그리고 정서접근적 대처에서 종종 성차가 발견되었는데, Stanton 등(1994)은 현재의 가장 큰 스트레스 상황에서 정서접근적 대처의 사용은 여성의 경우 시간이 지남에 따라 향상된 적응을 보인 반면, 남성의 경우에는 감소된 적응을 보이는 것으로 나타났다(우울 증상, 삶에 대한 만족). 그리고 정서접근적 대처를 사용하는 여성은 대인관계적 스트레스 상황과 통제할 수 없는 것으로 지각되는 스트레스 상황에서 시간이 지남에 따라 덜 우울해지는 것으로 나타났다. 그리고 Stanton 등(2000b)은, 대인관계 스트레스원을 경험한 남성과 성취 관련 스트레스원을 경험한 여성에게 있어서, 정서 처리와 정서 표현이 단일하게 더 많이 사용될수록 향상된 적응을 보이는 것으로 나타났다.

이상에서 볼 수 있는 바와 같이, 정서접근적 대처는 Lazarus와 Folkman(1984)이 제시했던 정서중심적 대처의 본질적인 개념에 부합하고, 기존 척도들이 가지고 있던 문제점을 해결하고자 한 노력의 산물이다. 이에 본 연구에서는 Stanton과 동료 연구자들(2000b)의 정서접근적 대처 척도를 타당화하고자 하였다. 이를 위해 생도 집단을 대상으로 변안한 한국판 정서접근적 대처 척도를 2차에 걸쳐 설문을 실시하여 탐색적 요인분석과 확인적 요인분석을 통해 원 척도의 요인구조가 적합한지 여부를 검증하고자 하였다. 또한 내적 합치도와 상관분석을 통해 타당도를 확인하였다. 그리고 위계적 회귀분석을 통해 증분 타당도를 알아보 고자 하였다.

## 연구 1. 탐색적 요인분석

### 방 법

#### 연구 대상

탐색적 요인분석을 위한 설문은 인터넷을 이용하여 서울 소재 사관학교에 재학 중인 생도 398명을 대상으로 실시하였다. 응답자의 성비는 남자가 357명(89.7%), 여자가 41명(10.3%)이었으며, 이는 사관학교 전체 생도의 성비(남:여=9:1)와 대체로 일치하였다. 이들의 평균 나이는 20.9세(표준편차=1.52)였다. 학년 별로는 1학년 115명(28.9%), 2학년 83명(20.9%), 3학년 58명(14.6%), 4학년 142명(35.7%)의 분포를 보였다.

#### 측정 도구

### 정서접근적 대처 척도

본 연구에서는 Stanton 등(2000b)이 개발한 8 문항의 정서접근적 대처 척도를 변안하여 사용하였다. Stanton 등(2000b)은 요인분석 결과 정서 처리와 정서 표현 등 2개의 정서접근적 대처 요인을 찾아내었다. 정서 처리와 정서 표현은 각 4문항으로 구성되어 있는데, 1점 ‘거의 하지 않는다’에서 4점 ‘매우 많이 하는 편이다’까지 4점 Likert 척도로 반응하도록 되어 있다. 점수가 높을수록 정서 처리와 정서 표현이 높음을 의미한다.

### 분석 방법

정서접근적 대처 척도의 타당화를 위하여 1차 표집을 대상으로 정서접근적 대처 척도(8 문항)의 문항이 정서 처리와 정서 표현 요인을 잘 설명하는지 알아보기 위하여 탐색적 요인분석(exploratory factor analysis)을 실시하였다. 주축요인 추출(principal axis factoring)과 요인 간 상관 관계가 있을 것으로 가정하여 Oblimin 방법을 사용하여 문항 요인과 요인 부하량을 확인하였다. 모든 탐색적 요인분석의 통계적 분석은 SPSS 20.0을 사용하였다.

### 결 과

문항의 요인구조를 확인하기 위해 요인분석을 실시한 결과, KMO 값은 .847이며, Bartlett's Test of Sphericity의  $\chi^2$  값은 1466.27( $p < .001$ )로 나타나 변수들이 요인분석을 할 수 있는 것으로 확인되었다. Eigenvalue 값이 1보다 큰 요인은 2개 요인이었으며, scree 검사 결과에서도 2개 요인이 적당함을 알 수 있었다.

최종적인 문항의 요인분석 결과는 표 1에 제시된 바와 같으며, 5번 문항(“나는 차분하게 내 감정을 표현한다”)은 정서 처리와 정서 표현에 동일한 값으로 중복적재되었다. 이들의 총 설명변량은 60.28%로 나타났다. 그리고 정서 처리와 정서 표현 요인 간의 상관은  $.54(p < .001)$ 였다.

척도의 신뢰도 검증을 위해 척도 전체와 하위 요인별 내적 합치도를 계산한 결과, 정서 접근적 대처 척도 전체의 Cronbach's  $\alpha$  값은 .87이었으며, 정서 처리는 .83, 정서 표현은 .85로 높게 나타났다.

## 연구 2. 확인적 요인분석

연구 1의 탐색적 요인분석에서 확정된 8문

항으로 구성된 2요인 모형을 일반화할 수 있는지 여부를 검증하기 위하여 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis)과 신뢰도 분석, 타당도 검증을 실시하였다.

## 방 법

### 연구 대상

정서접근적 대처 척도의 타당화를 위해 1차 연구에 참여하지 않은 생도를 대상으로 인터넷을 통한 설문을 실시하였다. 총 627명 중 남학생이 570명(90.9%), 여학생이 55명(8.8%)이었으며, 2명(.3%)의 무응답자가 있었다. 학년별로는 1학년 226명(36.0%), 2학년 136명(21.7%), 3학년 139명(22.2%), 4학년 126명(20.1%)의 분

표 1. 정서접근적 대처 척도에 대한 탐색적 요인분석 결과

문 항	요 인	
	정서 처리	정서 표현
1. 나는 나의 기분이 어떤 것인지에 대해 이해하고자 하는 시간을 갖는다. I take time to figure out what I'm really feeling.	<b>.73</b>	.07
2. 나는 내 기분을 잘 이해하기 위해 내 기분을 면밀하게 알아본다. I delve into my feelings to get a thorough understanding of them.	<b>.86</b>	.03
3. 나는 내 기분이 타당하고 중요하다는 것을 깨닫는다. I realize that my feelings are valid and important.	<b>.81</b>	.01
4. 나는 내 감정을 인정한다. I acknowledge my emotions.	<b>.55</b>	-.15
5. 나는 차분하게 내 감정을 표현한다. I take time to express my emotions.	<b>.36</b>	<b>-.36</b>
6. 나는 내 기분이 자유롭게 드러나도록 한다. I let my feelings come out freely.	-.02	<b>-.88</b>
7. 나는 스스로 내 감정을 잘 표현하도록 한다. I allow myself to express my emotions.	-.01	<b>-.89</b>
8. 나는 내 감정을 기꺼이 표현한다. I feel free to express my emotions.	.01	<b>-.79</b>

포를 나타냈다. 응답자들의 평균 나이는 20.75세(표준편차=1.27)였다.

#### 측정 도구

연령, 성별, 학년 등의 인구사회학적 정보를 조사함과 동시에, 정서접근적 대처 척도, 대처전략 척도, 정적 정서 및 부적 정서 척도, 우울, 상태 불안, 삶의 만족도 척도로 구성된 설문지를 사용하였다.

#### 정서접근적 대처 척도

정서접근적 대처 척도는 연구 1의 결과에 따라 정서 처리 4문항, 정서 표현 4문항으로 구성된 척도를 사용하였다. 4점 Likert 척도를 사용하였으며, 각 요인의 점수가 높을수록 정서 처리와 정서 표현이 높음을 의미한다.

#### 대처전략 척도(Ways of Coping Scale)

대처전략 척도(Ways of Coping Scale)는 Folkman과 Lazarus(1985)가 제작하였으며, 김정희(1987)가 타당화하였다. 이 척도는 총 62문항으로, 모든 문항은 4점 Likert 척도로 평정(1='사용하지 않음', 2='약간 사용', 3='어느 정도 사용', 4='아주 많이 사용')하였으며, 점수가 높을수록 각 대처전략을 더 많이 사용하였음을 의미한다. 그리고 대처전략 척도는 문제중심적 대처(21문항), 정서중심적 대처(23문항), 사회적 지지 추구(6문항), 소망적 사고(12문항) 등 네 개 하위 요인으로 구성되어 있다.

김정희의 연구(1987)에서 Cronbach's  $\alpha$  값은 .87~.95였다. 그리고 대학생 집단을 대상으로 한 박준호와 서영석(2010)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  값은, 문제중심적 대처는 .87, 정서중심적 대처는 .78, 소망적 사고는 .75, 사

회적 지지 추구는 .72를 보였다. 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  값은, 문제중심적 대처는 .92, 정서중심적 대처는 .87, 소망적 사고는 .84, 사회적 지지 추구는 .74로 높게 나타났다.

#### 정적 정서 및 부적 정서 척도(PANAS; Positive Affect and Negative Affect Schedule)

정적 정서 및 부적 정서 척도는 Watson, Clark와 Tellegen(1988)이 긍정적 정서와 부정적 정서를 측정하기 위해 개발하였으며, 이현희, 김은정, 이민규(2003)가 타당화하였다. 이 척도는 긍정적 정서와 부정적 정서 각 10문항씩 두 개의 요인으로 구성되어 있으며, 5점 Likert 척도(0='전혀 그렇지 않다', 1='약간 그렇다', 2='보통 정도로 그렇다', 3='많이 그렇다', 4='매우 많이 그렇다')로 평정하도록 되어 있다.

그런데 '기민한(alert)' 문항은 원 척도에서는 정적 정서에 포함되었으나, 이현희 등(2003)의 연구에서는 부적 정서 요인에 포함되는 차이를 보였다. 이에 따라 박준호와 서영석(2010)은 '기민한' 문항을 '정신을 바짝 차린'으로 수정 번역하여 요인분석을 실시한 결과, 원 연구에서와 같이 정적 정서에 포함되었다. 이에 따라 본 연구에서도 '기민한' 문항을 '정신을 바짝 차린' 문항으로 바꾸어 사용하였다. 이현희 등(2003)의 연구에서 정적 정서의 Cronbach's  $\alpha$  값은 .84, 부적 정서는 .87이었으며, 박준호와 서영석(2010)의 연구에서는 정적 정서는 .78, 부적 정서는 .86으로 나타났다. 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$  값은 정적 정서가 .86, 부적 정서가 .87로 높게 나타났다.

#### 우울(CESD)

우울은 Radloff(1977)가 개발하고, 신승철 등

(1991)이 번안한 CESD(Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale)를 사용하여 측정하였다. CESD는 20문항의 자기 보고형 질문지로 구성되어 있으며, 지난 일주일 동안 경험한 빈도에 따라 각 문항에 대해 0(극히 드물게-1일 이하)~3(거의 대부분-5~7일)까지 4점 Likert 척도로 평정하게 하였다. 그러므로 점수가 높을수록 우울성향이 높은 것으로 해석할 수 있다. 본 연구에서 CESD의 Cronbach's  $\alpha$  값은 .92로 나타났다.

### 상태 불안

상태 불안은 Spielberger, Gorsuch와 Lushene (1970)에 의해 개발되고, 김정택(1978)에 의해 표준화된 상태-특성 불안 척도(State-Trait Anxiety Inventory: STAI) 중 상태 불안을 사용하여 측정하였다. 상태-특성 불안 척도는 상태 불안과 특성 불안 척도 각 20문항씩 총 40문항으로 구성된 자기 보고형 불안 검사이다. 상태 불안 척도는 지금 이 순간에 느끼고 있는 상태에 대한 질문으로 구성되어 있는데, 각 문항은 4점 Likert 척도로 평정(1='전혀 그렇지 않다', 2='조금 그렇다', 3='보통으로 그렇다', 4='대단히 그렇다')하였으며, 점수가 높을수록 불안이 높음을 나타낸다. 총 20문항 가운데 10개 문항이 역채점되었다. 본 연구에서 상태 불안의 Cronbach's  $\alpha$  값은 .89였다.

### 삶의 만족도 척도

삶의 만족도는 Diener, Emmons, Larsen과 Griffin(1985)이 개발한 삶의 만족도 척도(Satisfaction With Life Scale; SWLS)를 이용하여 측정하였다. 삶의 만족도 척도는 개인이 자신의 총체적인 삶에 대하여 전반적으로 얼마나 만족하는지에 대한 인지적인 판단을 측정한다

(임남연, 이화령, 서은국, 2010). 이 척도는 7점 Likert 척도 5문항으로 구성되어 있다(1=전혀 그렇지 않다, 7=매우 그렇다). 삶의 만족도 척도의 범위는 최소 5점에서 최대 35점 사이이며, 점수가 높을수록 삶의 만족이 높음을 의미한다. 삶의 만족 척도 값이 5~9점은 매우 불만족스러운 상태이며, 10~14점은 불만족, 15~19점은 약간 불만족, 21~25점은 약간 만족, 26~30점은 만족, 31~35점은 매우 만족스러운 상태를 의미한다. 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  값은 .88로 나타났다.

### 분석 방법

통계적 분석은 SPSS 20.0과 Mplus 7.11 통계 프로그램을 이용하여 검증하였으며, 분석절차는 다음과 같다. 첫째, 구인타당도를 알아보기 위하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 적합도는  $\chi^2$  이외에 CFI(comparative fit index), TLI (Tucker-Lewis index), RMSEA(root mean square error of approximation), SRMR(standardized root mean square residual)을 이용하였다. 둘째, 각 측정도구의 신뢰도를 알아보기 위하여 Cronbach's  $\alpha$  값을 구하였다. 셋째, 대처전략 척도, 정적 정서 및 부적 정서 척도, 우울, 상태 불안, 삶의 만족도 척도와 상관계 분석을 실시하여 타당도를 확인하였다. 마지막으로 부적 정서, 정서중심적 대처, 정서접근적 대처를 독립변인으로, 우울, 상태 불안, 삶의 만족도를 종속변인으로 하는 위계적 회귀분석(hierarchical multiple regression)을 실시하여 정서접근적 대처 척도의 증분 타당도를 규명하고자 하였다.

## 결 과

확인적 요인분석

본 연구에서는 정서접근적 대처 척도 8문항에 대한 탐색적 요인분석 결과에서 도출된 2요인 모형을 일반화할 수 있는지 여부를 검증하기 위하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 모형의 적합도 지수의 기준은 CFI는 .95 이상, TLI는 .95 이상, RMSEA는 .06 이하, 그리고 SRMR는 .08 이하일 경우 좋은 적합도로 해석하였다(Hu & Bentler, 1999).

우선 탐색적 요인분석 결과를 토대로 정서 처리 4문항, 정서 표현 4문항에 대한 모형을 검증한 결과  $\chi^2(19)=204.08$ , CFI=.95, TLI=.92, RMSEA=.13, SRMR=.08로 나타났으며, 특히 RMSEA값이 양호하지 않았다. 이에 따라 Brown(2006)이 제안한 대로 수정지수(modification index)를 기반으로 정서 처리 1번과 2번, 정서 표현 3번과 4번, 2번과 4번, 2번과 3번에 대한 오차항의 상관을 차례로 추가하였다. 이에 대한 RMSEA 값은 각각 .11, .10, .10, .05로 나타났다. 최종적인 모델의  $\chi^2(15)$

=35.81이며, CFI=.99, TLI=.99, RMSEA=.05, SRMR=.01로 양호한 적합도를 보였다. 그러므로 정서접근적 척도에 대한 정서 처리와 정서 표현의 2요인 구조는 적절한 모형이라고 할 수 있다. 확인적 요인분석 결과는 그림 1에 제시되어 있다. 정서 처리의 요인 부하량은 .78에서 .86이었으며, 정서 표현의 요인 부하량은 .57에서 .86의 유의미한 값을 나타냈다.

신뢰도 분석

정서접근적 대처 척도의 신뢰도 검증을 위하여 내적 합치도를 계산한 결과, 정서접근적 대처 척도 전체의 Cronbach's  $\alpha$  값은 .89였으며, 정서 처리는 .90, 정서 표현은 .88로 매우 높은 것으로 나타났다.

상관분석

정서접근적 대처 척도와 다른 척도들 간의 상관분석 결과는 표 2에 제시되어 있다. 첫째,

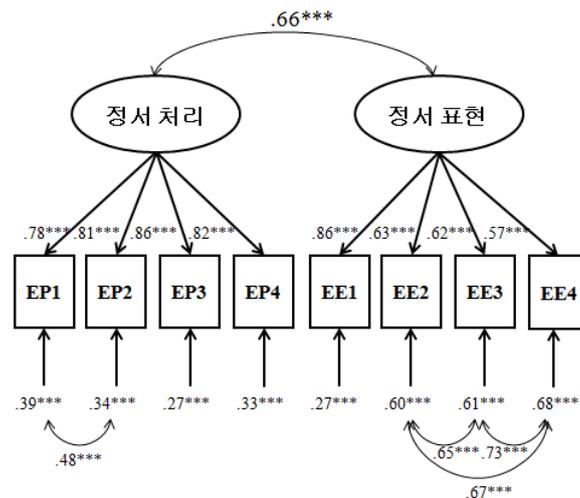


그림 1. 정서접근적 대처 척도의 확인적 요인분석

표 2. 변인 간의 상관 ( $n=602$ )

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. 정서 처리	-										
2. 정서 표현	.45***	-									
3. 문제중심적 대처	.40***	.34***	-								
4. 정서중심적 대처	.20***	.27***	.51***	-							
5. 소망적 사고	.33***	.24***	.61***	.50***	-						
6. 사회적 지지	.34***	.39***	.63***	.48***	.55***	-					
7. 정적 정서	.18***	.24***	.35***	.20***	.21***	.24***	-				
8. 부적 정서	-.11*	.04	.00	.20***	.09*	.08	-.07	-			
9. 우울	-.10*	-.02	-.10*	.22***	.04	.01	-.37***	.62***	-		
10. 상태 불안	-.17***	-.08*	-.17***	.12**	.02	-.01	-.44***	.57***	.67***	-	
11. 삶의 만족도	.14**	.06	.23***	.00	.04	.09*	.51***	-.27***	-.50***	-.51***	-
평균	2.81	2.57	1.54	1.28	1.57	1.49	1.87	1.33	.77	2.18	3.98
표준편차	.67	.70	.51	.45	.50	.54	.66	.71	.49	.45	1.19

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

정서 처리와 정서 표현은 정적 상관( $r=.45$ ,  $p<.001$ )을 보였다. 둘째, 정서 처리와 정서 표현 모두 대처전략 척도(WOC)의 모든 하위 척도들과 정적인 상관을 나타냈다. 그리고 대처 전략 척도의 하위 척도들도 모두 상호 간에 정적인 상관을 보였다. 셋째, 정서 처리와 정서 표현, 대처전략 척도의 모든 하위 척도들은 정적 정서와 정적인 상관을 보인 반면, 정서 처리만이 부적 정서와 부적 상관( $r=-.11$ ,  $p<.05$ )을 보였다. 특히 정서중심적 대처( $r=.20$ ,  $p<.001$ )와 소망적 사고( $r=.09$ ,  $p<.05$ )는 부적 정서와 정적 상관을 나타냈다. 마지막으로, 정서 처리는 우울( $r=-.10$ ,  $p<.05$ ), 상태 불안( $r=-.17$ ,  $p<.001$ )과 부적 상관을, 삶의 만족도( $r=.14$ ,  $p<.01$ )와 정적 상관을 보였는데, 이는 문제중심적 대처와 대체로 동일한 결과이다.

반면, 정서중심적 대처는 우울( $r=.22$ ,  $p<.001$ ), 상태 불안( $r=.12$ ,  $p<.01$ )과 정적 상관을 보였다. 한편 정서 표현은 상태 불안( $r=-.08$ ,  $p<.05$ )과 부적 상관을 보일 뿐, 부적 정서, 우울, 삶의 만족도와 유의미한 상관을 보이지 않았다.

이상의 결과로 볼 때, 정서 접근적 대처는 문제중심적 대처와 유사한 특징을 가지고 있으며, Lazarus와 Folkman(1984)이 주장한 바와 같이 적응적 잠재력을 가지고 있는 정서중심적 대처의 본질에 부합하는 것으로 판단된다.

#### 위계적 회귀분석

정서접근적 대처 척도의 증분 타당도를 검

증하기 위해 정서접근적 대처 척도의 우울과 상태 불안, 삶의 만족에 대한 설명변량을 확인하였다. 이를 위해 위계적 회귀분석을 실시하였는데, 1단계에는 부적 정서를, 2단계에는 정서중심적 대처를, 3단계에는 정서접근적 대처 척도를 투입하였다.

우울을 예언하는 회귀분석 결과는 표 3에 제시되어 있다. 1단계에서 부적 정서는 우울에 대해 38%의 설명량을 나타냈고( $F_{\text{change}} = 364.13, p < .001$ ), 2단계에서 정서중심적 대처가 1%의 증가된 설명량을 보였으며( $F_{\text{change}} = 9.67, p < .01$ ), 3단계에서 정서접근적 대처는 설명량이 1% 증가하였다( $F_{\text{change}} = 3.14, p < .01$ ). 부적 정서( $\beta = .59, p < .001$ )와 정서중심적 대처( $\beta = .13, p < .001$ )는 우울에 대한 정적 예언변인이었으며, 정서 처리와 정서 표현은 유의미하지 않았다.

상태 불안에 대한 회귀분석 결과는 표 4에 제시되어 있다. 1단계에서 부적 정서는 상태 불안에 대해 32%의 설명량을 나타냈고( $F_{\text{change}} =$

$289.17, p < .001$ ), 2단계에서 정서중심적 대처는 설명량이 증가하지 않았으며( $F_{\text{change}} = .08, ns$ ), 3단계에서 정서접근적 대처는 2%의 증가된 설명량을 보였다( $F_{\text{change}} = 8.15, p < .001$ ). 상태 불안에 대하여 부적 정서( $\beta = .55, p < .001$ )는 정적 예언변인인 반면, 정서 처리( $\beta = -.09, p < .05$ )와 정서 표현( $\beta = -.08, p < .05$ )은 부적 예언변인이었다.

삶의 만족을 예언하는 회귀분석 결과는 표 5에 제시되어 있다. 1단계에서 부적 정서는 삶의 만족에 대해 7%의 설명량을 나타냈고( $F_{\text{change}} = 48.72, p < .001$ ), 2단계에서 정서중심적 대처는 설명량이 증가하지 않았으며( $F_{\text{change}} = 2.41, ns$ ), 3단계에서 정서접근적 대처는 1%의 증가된 설명량을 보였다( $F_{\text{change}} = 3.87, p < .05$ ). 상태 불안과 반대로, 삶의 만족에 대하여 부적 정서( $\beta = -.27, p < .001$ )는 부적 예언변인이며, 정서 처리( $\beta = .09, p < .05$ )는 정적 예언변인이었다.

이상의 결과를 종합해 볼 때, 정서 처리는

표 3. 우울에 대한 부적 정서, 정서중심적 대처, 정서접근적 대처의 위계적 회귀분석 결과

종속변인	독립변인	B	SE B	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$
우울	1단계					
	부적 정서	.42	.02	.61***	.38	.38***
	2단계					
	부적 정서	.40	.02	.59***	.38	.01**
	정서중심적 대처	.11	.04	.10**		
	3단계				.39	.01*
	부적 정서	.40	.02	.59***		
	정서중심적 대처	.14	.04	.13***		
	정서 처리	-.03	.03	-.04		
		정서 표현	-.04	.03	-.05	

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

표 4. 상태 불안에 대한 부적 정서, 정서중심적 대처, 정서접근적 대처의 위계적 회귀분석 결과

종속변인	독립변인	B	SE B	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$
상태 불안	1단계					
	부적 정서	.36	.02	.57***	.32	.32***
	2단계					
	부적 정서	.36	.02	.57***	.32	.00
	정서중심적 대처	.01	.03	.01		
	3단계				.34	.02***
	부적 정서	.35	.02	.55***		
	정서중심적 대처	.05	.04	.05		
	정서 처리	-.06	.03	-.09*		
		정서 표현	-.05	.02	-.08*	

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

표 5. 삶의 만족에 대한 부적 정서, 정서중심적 대처, 정서접근적 대처의 위계적 회귀분석 결과

종속변인	독립변인	B	SE B	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$
삶의 만족	1단계					
	부적 정서	-.46	.07	-.27***	.07	.07***
	2단계					
	부적 정서	-.48	.07	-.29***	.08	.00
	정서중심적 대처	.16	.11	.06		
	3단계				.08	.01*
	부적 정서	-.45	.07	-.27***		
	정서중심적 대처	.08	.11	.03		
	정서 처리	.15	.08	.09*		
		정서 표현	.07	.08	.04	

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

상태 불안과 삶의 만족에 대해, 정서 표현은 상태 불안에 대해 부적 정서와 정서중심적 대처가 설명하지 못하는 고유한 설명력을 가지고 있었다.

## 논 의

본 연구에서는 사관학교 생도 집단을 대상으로 Stanton과 동료 연구자들(2000b)이 개발한

정서접근적 대처 척도를 타당화하였다.

정서접근적 대처 척도의 주요 연구결과와 논의는 다음과 같다. 첫째, 탐색적 요인분석 결과, 정서접근적 대처 척도는 원 척도와 같이 2개의 하위요인 구조로 이루어져 있었다(정서 처리 4문항, 정서 표현 4문항). 이들 2개 요인의 총 설명변량은 60.28%였다. 그리고 최종적인 확인적 요인분석에서 모형의 적합도 지수는 양호하였으며, 각 문항의 요인 부하량은 .57에서 .86으로 나타나 안정적인 요인구조를 가지고 있음을 확인하였다.

그러나 최종적인 요인분석 모형에는 4개의 오차항 간의 상관관이 포함되어 있음을 주목할 필요가 있다. 오차항 간의 상관관이 포함되지 않은 최초 모형에서는 적합도 지수, 특히 RMSEA 값이 .13으로 좋지 못했다. Stanton 등(2000b)의 연구에서는 오차항 간의 상관관이 존재하는지 여부가 구체적으로 명시되지 않아 이론적 근거를 제시하기가 곤란하여 Brown(2006)이 제시한 모든 가능성을 점검하였다. 첫째, 탐색적 요인분석에서도 볼 수 있는 바와 같이 정서 표현 1번 문항이 정서 처리와 정서 표현 요인에 중복적재될 수 있다. 이 모델을 검증한 결과 적합도 지수는  $\chi^2(18)=118.12$ , CFI=.97, TLI=.96, RMSEA=.10, SRMR=.03으로 나타나 RMSEA값이 만족할만한 수준을 보이지 않았다. 둘째, 정서 표현 1번 문항이 잘못된 요인에 적재되어 있을 가능성을 파악하기 위해 정서 표현 대신 정서 처리에 적재되도록 하였다. 즉 정서 처리 5문항, 정서 표현 3문항으로 구성된 모형의 적합도 지수는  $\chi^2(19)=243.44$ , CFI=.94, TLI=.90, RMSEA=.14, SRMR=.08로, 역시 RMSEA값이 좋지 않았다. 마지막으로, 문항이 어떠한 요인과의 명백한 관계를 가지고 있지 않은 경우로, 정서 표현 1

번 문항을 제외한 경우이다. 즉 정서 처리 4문항, 정서 표현 3문항으로 구성된 모형의 적합도 지수는  $\chi^2(13)=90.30$ , CFI=.98, TLI=.96, RMSEA=.10, SRMR=.03으로 나타나 역시 RMSEA 값이 양호하지 않았다.

이상의 점검을 통해 Stanton 등(2000b)에서 제시한 요인 구조를 변경하지 않고 수정지수를 바탕으로 문항의 오차항 간의 상관을 추가하였다. 그러므로 이와 같은 결과, 특히 정서 표현 1번 문항을 어떤 요인에 포함하여야 하는지 여부를 확인하는 추가적인 연구가 필요하다고 하겠다.

추가적으로, 정서 표현 1번 문항(“나는 차분하게 내 감정을 표현한다.”(I take time to express my emotions))에 대한 변안의 적절성을 검토할 필요가 있다. 이 문항에서 “차분하게”가 정서를 이미 처리한 후의 결과를 의미하여 정서 처리적 요소를 시사하기 때문에 요인 부하량이 중복적재되었을 가능성이 있다. 그러므로 이 문항을 정서 표현의 의미가 잘 드러날 수 있도록 변안(예. “나는 내 감정을 표현하는 시간을 갖는다.”)하여 어떤 문항이 더 적절한지 여부를 검증하는 연구가 필요한 것으로 판단된다.

둘째, 정서접근적 대처 척도의 정서 처리와 정서 표현의 내적 합치도는 연구 1에서는 각각 .83, .85였으며, 연구 2에서는 .90, .88로 높게 나타나 척도가 매우 신뢰로운 도구임을 확인하였다.

셋째, 상관분석 결과에서 정서 처리와 정서 표현은 유의미한 정적 상관관계를 보였으며, 정서 처리와 정서 표현은 대처전략 척도의 모든 하위 척도들과 정적 상관관계를 나타냈다. 즉, 문제중심적 대처와 같은 접근지향적 대처 전략뿐만 아니라 소망적 사고와 같은 회피지

향적 대처전략과도 유의미하게 정적인 상관을 보였다. 이는 주지한 바와 같이 정서접근적 대처 척도가 접근지향적 대처전략과 정적 상관을, 회피지향적 대처전략과 유의미한 상관이 없거나 정서 처리가 수동적 대처와 부적 상관을 보인 과거의 연구(Smith 등, 2002; Stanton 등, 2000a, 2000b)와 다소 차이가 있다. 그러나 Aldwin(2007/2015)에 따르면, 어떤 대처를 많이 사용할수록 성격이 전혀 다른 대처를 적게 사용하는 것이 아니라, 다양한 대처전략을 함께 사용할 수 있으며, 다양한 대처전략을 사용할수록 더 긍정적인 결과를 얻는 것으로 보고되고 있다(Roussei, Krikeli, Hatzidimitriou, & Koutri, 2007). 그러므로 정서접근적 대처가 다른 대처전략과 어떤 관계를 나타내는지, 그리고 이러한 다양한 대처전략의 사용이 긍정적인 결과를 가져오는지의 여부에 대한 추가적인 연구가 필요하다.

그리고 정서접근적 대처 척도 중 정서 처리는 정적 정서, 삶의 만족도와는 정적 상관을, 부적 정서, 우울, 상태 불안과는 부적 상관관계를 나타냈다. 이러한 결과는 대처전략 척도 중 문제중심적 대처와 매우 유사한 결과이다. 반면에 정서중심적 대처는 정적 정서, 부적 정서, 우울, 상태 불안과 정적 상관을 보였다. 그러므로 정서 처리는 문제중심적 대처와 마찬가지로 접근지향적 대처전략으로 볼 수 있다. 그러나 정서 표현은 정적 정서와 정적 상관을, 상태 불안과 부적 상관을 보였을 뿐, 부적 정서, 우울, 삶의 만족도와 유의미한 상관을 보이지 않았다. 이러한 결과는 개인주의 문화권과 집단주의 문화권의 차이에 의해서 나타나는 것일 수 있다. 일반적으로 서양문화는 더 개인주의적이며 독립성과 자율성을 중요시하는 반면, 아시아권 문화에서는 가족이

나 사회 내에서의 개인의 역할에 의해 자아가 형성되며 구성원 간의 협력을 중요시한다(Aldwin, 2007/2015). 이러한 문화의 차이를 고려할 때, 아시아권 문화에서는 정서 처리는 잘 되더라도 밖으로 정서 표현을 잘 하지 못할 가능성이 있다(Butler, Lee, & Gross, 2007). 예를 들어, Aldwin과 Greenberger(1987)는 한국계 미국인 학생들과 유럽계 미국인 학생들을 비교한 연구에서, 한국계 학생들이 자신의 문제를 타인에게 말하는 것을 더 꺼린다는 점을 발견했다. 추가적으로 미국인들이 언어 표현에 중점을 두는 반면, 아시아인들은 행동에 더 의존할 가능성이 있음을 시사하였다.

또 다른 가능성 하나는 이러한 결과가 사관학교도 집단의 특성에 기인할 수 있다. 사관학교는 군대 사회의 엄격한 규율이 적용되며 신체적, 정신적 강인함을 요구하는 특수한 조직이다. 그러므로 생도들은 자신의 감정을 인식하는 정서 처리는 잘 하더라도, 자신의 감정을 표현해야 하는 정서 표현은 바람직하지 않은 것으로 인식하여 효과적으로 사용되지 않았을 가능성이 있다.

넷째, 증분 타당도를 알아보기 위한 위계적 회귀분석에서, 우울에 대해서는 정서중심적 대처가 우울에 유의한 영향을 미쳤으나, 정서접근적 대처는 추가적인 영향을 미치지 않았다. 그러나 상태 불안에 대해서는 정서중심적 대처가 유의한 영향이 없었던데 반해, 정서처리와 정서 표현이 부적 정서와 정서중심적 대처가 설명하지 못하는 고유한 설명력을 가지고 있음을 알 수 있었다. 그리고 상태 불안의 결과와 마찬가지로, 정서 처리가 추가적으로 삶의 만족에 영향을 미쳤다.

정서 처리를 많이 사용할수록 상태 불안이 감소하고 삶의 만족이 증가한 이유는, 정서

처리, 즉 정서의 질과 가치를 식별하고 이해하는 것이 정서 조절을 촉진하여 상태 불안을 감소시키고 삶의 만족을 향상시켰기 때문일 것이다(Hassija 등, 2012). 반면에 정서 표현은 상태 불안과 유의미한 관련을 보였으나, 흥미롭게도 기존의 연구 결과와 다르게 우울이나 삶의 만족에는 유의미한 관계를 보이지 않았다(Berghuis & Stanton, 2002; Hassija 등, 2012; Marques 등, 2009; Tull 등, 2006). 그리고 정리 처리도 우울과는 유의미한 관련을 나타내지 않았다. 이러한 결과에 대한 설명은 앞에서 논의한 문화나 연구 대상의 차이에 따른 결과 이외에, 정서 처리화 모델(emotional processing model)을 고려해 볼 필요가 있다(Foa & Kozak, 1986). 이 모델에 따르면, 정서 표현은 정서 처리를 경유하여 최적의 적응을 촉진할 가능성이 있음을 시사한다. Beals 등(2009)은 비록 정서 표현을 측정하지는 않았지만, 동성연애자의 성적 정체성 노출과 삶의 만족 간의 관계에서 정서 처리가 매개변인의 역할을 함을 밝혀냈다. 그러므로 구조모형방정식 등을 이용하여 정서 처리화 모델을 검증하는 추가 연구가 필요하다.

본 연구의 한계점과 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 사관학교 생도 집단을 대상으로 실시되었기 때문에, 그 결과를 일반화하는데 있어 제한이 있다. 즉 생도 집단은 다른 대학생 집단과 구별되는 환경과 특성을 가지고 있으므로(강성록, 김용주, 고재원, 2012; 강성록, 이상원, 이현엽, 고재원, 2013), 일반 대학생뿐만 아니라 발달적 관점에서 다양한 연령대, 그리고 다른 특성을 나타내는 집단에서 본 척도를 재표준화할 필요가 있다. 예를 들어, 앞에서 논의된 정서 표현 1번 문항을 제외하고 7문항으로 구성된 척도의

결과에 정서 처리 1번과 2번의 오차항 간의 상관을 추가하면, 적합도 지수가  $\chi^2(12)=27.01$ , CFI=1.00, TLI=.99, RMSEA=.05, SRMR=.02로 매우 우수하였다. 그러므로 정서접근적 대처 척도의 타당화에 있어서 8문항과 7문항으로 구성된 척도 중 어떠한 것이 더 타당한지, 8문항과 부록에 제시된 16문항 척도의 관계는 어떠한지에 대한 추가적인 연구가 필요할 것으로 판단된다.

추가적으로, 앞에서 논의된 바와 같이 다른 특성을 가진 집단에서만 아니라 동서양의 문화권 차이에 기인하여 기존 연구와 차이가 발생했을 수도 있다. 본 연구의 자료로는 이 두 가능성에 대한 판단을 하기는 쉽지 않으며, 이의 확인을 위해서는 다른 특성을 가진 집단이나 비교문화적인 관점에서의 비교 등에 관한 추가적인 연구가 필요하다.

둘째, 정서접근적 대처 문항의 본질에 관한 문제이다(Stanton 등, 2000b). 즉 분노, 슬픔과 같은 특정 정서의 맥락에서 정서접근적 대처의 다양한 사용에 대한 연구가 필요하다. 그리고 다양한 스트레스 유형에 따라 정서접근적 대처가 어떻게 효과적으로 사용될 수 있는지 여부를 검증해 볼 필요가 있다. 또한 정서접근적 대처는 성향적 장면인지, 상황적 장면인지가 중요한 이슈가 될 수 있다. 예를 들어, 정서 처리의 효과는 어떤 대처의 유형을 얼마나 오랫동안 사용했는가와 스트레스 사건의 시간에 따라 다르다. 만약 정서 처리를 장시간 사용하게 되면 반추와 심리적 고통을 증가시킬 수 있다(Stanton 등, 2000a). 그러므로 다양한 스트레스 유형뿐만 아니라 성향적 또는 상황적 장면에서 정서접근적 대처의 사용이 어떠한 효과를 나타내는지에 대해 면밀하게 연구해 볼 필요가 있다.

셋째, 정서접근적 대처와 일련의 연구에서 가장 큰 특징 중의 하나는 정서접근적 대처의 사용과 효과에 있어서 성차가 존재한다는 점 이므로, 이에 대한 추가적인 연구가 필요하다. Stanton 등(2000b)의 연구에서, 정서 처리(남성 평균=2.61(표준편차=.62), 여성 평균=2.85(표준편차=.63))와 정서 표현(남성 평균=2.45(표준편차=.71), 여성 평균=2.79(표준편차=.73)) 모두 유의미한 성차가 존재하였다. 그러나 본 연구에서는 정서 처리(남성 평균=2.79(표준편차=.68), 여성 평균=2.92(표준편차=.66))와 정서 표현(남성 평균=2.57(표준편차=.70), 여성 평균=2.55(표준편차=.78)) 모두 유의미한 성차가 존재하지 않았다. 특히 정서 처리의 평균은 남녀 모두 Stanton 등(2000b)의 결과보다 높지만, 정서 표현에 있어서는 여성이 상대적으로 낮은 평균을 보였다는 점은 주목할 만하다. 그러나 본 연구에서 사용된 집단은 남녀 성비가 9:1이므로 효과적으로 성차를 연구하기에는 제한점이 있었다.

서론에서 제시된 성차에 관한 연구 이외에도, 여성의 정서 처리 사용은 더 적응적인 성격 자원의 증거가 되는 반면, 남성의 정서 처리는 성격적 기질과 덜 관련되어 있는 것으로 보인다(Austenfeld & Stanton, 2004; Jack & Dill, 1992; Stanton 등, 2000b). 그러므로 다양한 특징을 가진 대상과 다양한 스트레스 장면에서 정서 처리와 정서 표현의 효과성 간에 성차가 존재하는지 여부를 밝히는 연구가 필요하다고 하겠다.

이러한 제한점에도 불구하고, 본 연구는 기존의 정서중심적 대처 척도들이 가지고 있던 혼입의 문제에 대한 해결책을 제시한 정서접근적 대처 척도를 타당화하였다는데 의의가 있다. 이를 통해 정서접근적 대처는 회피적

대처가 아닌 접근적 대처의 특징을 가지고 있음을 알 수 있었으며, 본 연구를 출발점으로 정서접근적 대처에 대한 활발한 논의와 연구가 진행되었으면 한다.

## 참고문헌

- 강성록, 김용주, 고재원 (2012). 스트레스와 대처 전략 그리고 지각된 통제감이 사관생도의 정신건강에 미치는 효과. 한국군사학논집, 68, 129-158.
- 강성록, 이상원, 이현엽, 고재원 (2013). 육사생도의 스트레스, 대처전략, 우울, 불안에 관한 연구. 화랑대논문집, 6, 53-74.
- 김정택 (1978). 특성-불안과 사회성과의 관계: Spielberger의 STAI를 중심으로. 고려대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김정희 (1987). 지각된 스트레스, 인지 세트 및 대처방식의 우울에 대한 작용: 대학신입생의 스트레스 경험을 중심으로. 서울대학교 대학원 박사학위 논문.
- 박준호, 서영석 (2010). 대학생을 대상으로 한 한국판 지각된 스트레스 척도 타당화 연구. 한국심리학회지: 일반, 29, 611-629.
- 신승철, 김만권, 윤관수, 김진학, 이명선, 문수재, 이민준, 이호영, 유계준 (1991). 한국에서의 the Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale(CES-D)의 사용-표준화 및 요인구조에 대한 횡문화적 검토. 신경정신의학, 30, 752-767.
- 이현희, 김은정, 이민규 (2003). 한국판 정적 정서 및 부적 정서 척도(Positive Affect and Negative Affect Schedule; PANAS)의 타당화 연구. 한국심리학회지: 임상, 22, 935-946.

- 임낭연, 이화령, 서은국 (2010). 한국에서의 Diener의 삶의 만족 척도(Satisfaction With Life Scale: SWLB) 사용 연구 개관. *한국심리학회지: 일반*, 29, 21-47.
- Aldwin, C. M. (2015). 스트레스, 대처, 그리고 발달 2판 (강성록, 양재원, 유현경, 정유진 번역). 서울: 시그마프레스. (원전 출판: 2007).
- Aldwin, C. M., & Greenberger, E. (1987). Cultural differences in the predictors of depression. *American Journal of Community Psychology*, 15, 789-813.
- Austenfeld, J. L., & Stanton, A. L. (2004). Coping through emotional approach: A new look at emotion, coping, and health-related outcomes. *Journal of Personality*, 72, 1335-1364.
- Baker, J. P. & Berenbaum, H. (2007). Emotional approach and problem-focused coping: A comparison of potentially adaptive strategies. *Cognition and Emotion*, 21, 95-118.
- Beals, K. P., Peplau, L. A., & Gable, S. L. (2003). Daily decisions to disclose sexual orientation and the well-being of lesbians and gay men: The role of social support, cognitive processing and suppression. Manuscript in preparation.
- Berghuis, J. P., & Stanton, A. L. (2002). Adjustment to a dyadic stressor: A longitudinal study of coping and depressive symptoms in infertile couples over an insemination attempt. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70, 433-438.
- Brown, T. A. (2006). *Confirmatory factor analysis for applied research*. NY: Guilford Press.
- Butler, E. A., Lee, T. L., & Gross, J. J. (2007). Emotion regulation and culture: Are the social consequences of emotion suppression culture-specific? *Emotion*, 7, 30-48.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- Diener, E., Emmons, R. A. Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1990). *Coping Inventory for Stressful Situations (CISS): Manual*. Toronto: Multi-Health Systems.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1994). Assessment of multidimensional coping: Task, emotion, and avoidance strategies. *Psychological Assessment*, 6, 50-60.
- Foa, E. B., & Kozak, M. J. (1986). Emotional processing of fear: Exposure to corrective information. *Psychological Bulletin*, 99, 20-35.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 150-170.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271-299.
- Hassija, C. M., Luterek, J. A., Naragon-Gainey, K., Moore, S. A., & Simpson, T. (2012). Impact of emotional approach coping and hope on PTSD and depression symptoms in a trauma exposed sample of Veterans receiving outpatient VA mental health care services.

- Anxiety, Stress, & Coping*, 25, 559-573.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indices in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6, 1-55.
- Jack, D. C., & Dill, D. (1992). The Silencing the Self Scale: Schemas of intimacy associate with depression in women. *Psychology of Women Quarterly*, 16, 97-106.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Marques, L., Kaufman, R. E., LeBeau, R. T., Moshier, S. J., Otto, M. W., Pollack, M. H., & Simon, N. M. (2009). A comparison of emotional approach coping (EAC) between individuals with anxiety disorders and nonanxious controls. *CNS Neuroscience & Therapeutics*, 15, 100-106.
- Moos, R. H. (1988). *Coping responses inventory manual*. Palo Alto, CA: Stanford University and Department of Veterans Affairs Medical Centers.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D Scale: A Self-report Depression Scale for Research in the General Population. *Applied Psychological Measurement*, 1, 385-401.
- Roth, S., & Cohen, L. (1986). Approach, avoidance, and coping with stress. *American Psychologist*, 41, 813-819.
- Roussi, P., Krikeli, V., Hatzidimitriou, C., & Koutri, I. (2007). Patterns of coping, flexibility in coping and psychological distress in women diagnosed with breast cancer. *Cognitive Therapy and Research*, 31, 97-109.
- Scheier, M. F., Weintraub, J. K., & Carver, C. S. (1986). Coping with stress: Divergent strategies of optimists and pessimists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1257-1264.
- Smith, J. A., Lumley, M. A., & Longo, D. J. (2002). Contrasting emotional approach coping with passive coping for chronic myofascial pain. *Annals of Behavioral Medicine*, 24, 326-335.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, California: Consulting Psychologist Press.
- Stanton, A. L., Danoff-Burg, S., Cameron, C. L., Bishop, M. M., Collins, C. A., & Kirk, S. et al. (2000a). Emotionally expressive coping predicts psychological and physical adjustment to breast cancer. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68, 875-882.
- Stanton, A. L., Danoff-Burg, S., Cameron, C. L., & Ellis, A. P. (1994). Coping through emotional approach: Problems of conceptualization and confounding. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 350-362.
- Stanton, A. L., Kirk, S. B., Cameron, C. L., & Danoff-Burg, S. (2000b). Coping through emotional approach: Scale construction and validation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1078-1092.
- Tobin, D. L., Holroyd, K. A., Reynolds, R. V., & Wigal, J. K. (1989). The hierarchical factor structure of the Coping Strategies Inventory. *Cognitive Therapy and Research*, 13, 343-361.
- Totan, T., Doğan, T., & Sapmaz, F. (2013). Emotional self-efficacy, emotional empathy and

- emotional approach coping as sources of happiness. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 8, 247-256.
- Tull, M. T., Gratz, K. L., & Lacroce, D. M. (2006). The role of anxiety sensitivity and lack of emotional approach coping in depressive symptom severity among a non-clinical sample of uncued panickers. *Cognitive Behaviour Therapy*, 35, 74-87.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of Positive Affect and Negative Affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.
- 원고접수일 : 2014. 10. 29.  
수정원고접수일 : 2015. 03. 16.  
게재결정일 : 2015. 04. 30.

## **Preliminary Validation of Emotional Approach Coping (EAC) scale: A Case Study of Korean Military Academy cadets**

**Sungrok Kang**

Department of Psychology  
Korea Military Academy

**Jae-Won Yang**

Department of Psychology  
Catholic University of Korea

The purpose of the present study is to validate Stanton et al(2000b)'s Emotional Approach Coping (EAC) scale in Korean Military Academy cadets. For this purpose, exploratory factor analysis has been conducted, targeting 398 KMA cadets. Its result has disclosed that the EAC scale yields 2 distinct EAC factors: 4 items for emotional process and 4 items for emotional expression. A 2-factor solution accounts for 60.28% of the variance. The result of confirmatory factor analysis based on a sample of 627 KMA cadets has shown that a model of 2 factors fits well with the data:  $\chi^2(16)=35.81$ , CFI=.99, TLI=.99, RMSEA=.05, SRMR=.01. The result also shows a high internal consistency reliability, providing .90 of emotional process and .88 of emotional expression respectively. We have found that emotional process - in its correlations with WOC, positive and negative affect, depression, state anxiety, and satisfaction with life scale - has the characteristic of approach-oriented coping strategies which are usually considered to belong to problem-focused coping. From the result of hierarchical multiple regression analysis, we have known that EAC can take into account the inherent variance in state anxiety and satisfaction with life that negative affect and emotion-focused coping cannot explain. At the end of this study, we have addressed implications and limitations of this study, and have provided recommendations for future studies.

*Key words* : Emotional approach coping scale, emotional process, emotional expression

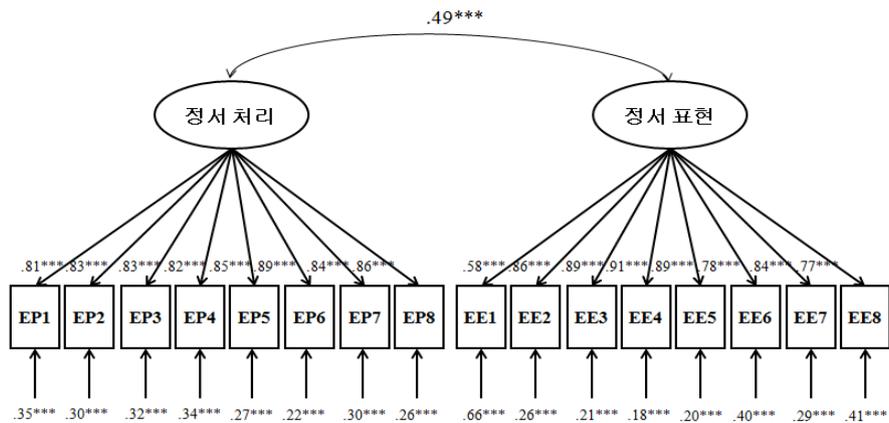
부록 1. 정서접근적 대처 척도에 대한 탐색적 요인분석 결과

문 항	요 인	
	정서 처리	정서 표현
1. 나는 나의 기분이 어떤 것인지에 대해 이해하고자 하는 시간을 갖는다.	.71	.08
2. 나는 내 기분을 잘 이해하기 위해 내 기분을 면밀하게 알아본다.	.78	-.01
3. 나는 내 기분이 타당하고 중요하다는 것을 깨닫는다.	.80	.02
4. 나는 내 감정을 인정한다.	.64	-.09
5. 나는 내 기분을 이해하기 위해 노력한다.	.82	.04
6. 나는 내 감정을 잘 살펴본다.	.74	-.09
7. 나는 내 감정을 더 잘 이해하는 방법을 찾는다.	.76	-.01
8. 나는 내 기분의 이유를 면밀히 관찰한다.	.78	-.05
9. 나는 차분하게 내 감정을 표현한다.	.46	-.29
10. 나는 내 기분이 자유롭게 드러나도록 한다.	.10	-.77
11. 나는 스스로 내 감정을 잘 표현하도록 한다.	.15	-.71
12. 나는 내 감정을 기꺼이 표현한다.	-.02	-.89
13. 나는 내가 느끼는 기분을 표현한다.	-.06	-.88
14. 나는 내 감정을 표현할 수 있는 방법을 찾는다.	.21	-.66
15. 나는 내 기분이 드러나도록 한다.	-.06	-.85
16. 나는 내 기분을 공개적으로 표현한다.	-.08	-.79
설명변량(67.26%)	50.80%	16.46%

주. KMO=.928, Bartlett's Test of Sphericity의  $\chi^2$  값=3700.27( $p<.001$ ).

두 요인의 상관  $r=.54(p<.001)$ , Cronbach's  $\alpha$  값 : 정서 처리=.92, 정서 표현=.93

부록 2. 정서접근적 대처 척도에 대한 확인적 요인분석 결과



주.  $\chi^2(103)=613.06$ , CFI=.94, TLI=.93, RMSEA=.09, SRMR=.07