

# Psychological Inflexibility in Korean Children and Adolescents: Validation of the Korean Version of the Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth-Eight Item Type (K-AFQ-Y8)

Seong-Hye Choi Eun-Jung Kim

Department of Psychology, Ajou University, Suwon, Korea

Psychological inflexibility is an important construct that has gained much attention recently as a critical mechanism of psychopathology in Acceptance and Commitment Therapy (ACT). This current study aimed to validate the Korean version of the Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth-Eight item type (AFQ-Y8; Greco, Lambert & Baer, 2008), which is a child-report measure of psychological inflexibility. Elementary and middle school students completed the K-AFQ-Y8, Revised Children's Manifest Anxiety Scale (RCMAS), Youth Self-Report (YSR), Concise Measure of Subjective Well-Being (COMOSWB), Acceptance and Action Questionnaire (AAQ), and White Bear Suppression Inventory (WBSI). The K-AFQ-Y8 showed adequate reliability and was fitted for a one-factor measurement model. The K-AFQ-Y8 positively correlated with thought suppression, anxiety, depression, somatic complaint, and problem behavior, and negatively with acceptance and subjective well-being. Even after removing the effects of acceptance and thought suppression, the K-AFQ-Y8 correlated significantly, as expected, with all measures. These results support the convergent and construct validity of the K-AFQ-Y8. Overall, the results suggest that the K-AFQ-Y8 is a useful child-report measure of psychological inflexibility, and psychological inflexibility may be a critical factor of psychopathology and the quality of life in Korean children and adolescents. Finally, the implication and limitation of this study, as well as possible suggestions for future study were discussed.

**Keywords:** psychological inflexibility, acceptance and commitment therapy, children and adolescents, reliability, validity

심리적 경직성(psychological inflexibility)은 수용과 전념치료(Acceptance and Commitment Therapy, ACT; Hayes, Strosahl, & Wilson, 1999) 모델에서 정신병리를 일으키는 핵심기제로, '상황적 맥락이나 가치로운 삶에 부합되게 효과적으로 행동을 조절할 수 없는 심리적 반응의 경직성'이다(Bond et al., 2011). 특히, 심리적 경직성은 '원치 않는 불편한 사고나 감정, 신체증상 등이 있을 때 삶의 가치에 부합되게 효율적으로 행동을 할 수 없는 것'을 말한다(Hayes et al., 1999; Hayes, Wilson, Gifford, Follette, & Strosahl,

1996). 이런 측면에서 심리적 경직성은 ACT의 치료 목표인 '심리적 유연성'과는 대조되는 개념이다(Hayes, Luoma, Bond, Masuda, & Lillis, 2006).

특히, 심리적 경직성은 사람들이 평가적이고 자기-기술적인 사고와 융합하고(인지적 융합), 원치 않는 내적 사건에 대해 경험하는 것을 회피하려 할 때(경험회피) 주로 발생하게 된다(Bond et al., 2011). 따라서, 인지적 융합과 경험회피의 상호작용이 심리적 경직성을 일으키는 주요 요인이 된다(Hayes et al., 2006).

인지적 융합은 '규칙과 관계구성의 틀 같은 언어적 과정이 인간의 행동 조절을 과도하게 또는 부적절하게 지배해버리는 현상'으로(Hayes et al., 1999), 이런 융합상태가 되면, 인간은 상황적 맥락이나 경험과 직접 접촉하기보다 상대적으로 덜 유연한 언어적 관계구성('다른 사람과 함께 있으면 난 창피를 당할 거야')에 따라 행동

Correspondence to Eun-Jung Kim, Department of Psychology, Ajou University, 206 Worldcup-ro, Yeongtong-gu, Suwon 16499, Korea; E-mail: kej@ajou.ac.kr

Received Feb 3, 2016; Revised May 25, 2016; Accepted Jul 6, 2016

This study was performed with the permission of Laurie A. Greco who developed the AFQ-Y8.

(‘모임에 가지 않음’)을 하게 됨으로써, 선택된 가치와 목적에 부합되게 행동할 가능성이 낮아지게 된다(Hayes et al., 2006). 또한, 융합상태가 되면 내적인 사고와 감정들도 일시적인 내적 사건으로 경험되는 대신, 현실에 대한 정확한 표상(현실 그 자체)으로 여겨지면서, 결과적으로 소모적인 경험 회피와 통제 노력이 일어나게 된다(Greco, Lambert, & Baer, 2008).

경험회피는 평가적이고 상징적 사고를 할 수 있는 인간에게 나타나는 현상으로(Blackledge & Hayes, 2001), 불편한 사고와 감정, 감각에 대한 부정적 평가와 관련된 심리과정이다(Hayes et al., 1999). 경험회피는 두 가지 측면, 즉, 1) 신체감각, 감정, 사고, 기억을 포함한 불편한 사적 경험에 접촉하지 않으려는 것과 2) 불편한 경험이나 이를 일으키는 사건의 형태나 빈도, 강도를 바꾸려고 시도하는 것을 포함하는데(Hayes et al., 1996), 단기적으로는 효과적일 수 있지만, 심리적 경직성을 증가시켜 삶을 협소하게 만드는 등 장기적으로는 부정적인 결과를 가져온다(Chawla & Ostafin, 2007). ACT에서는 많은 형태의 정신병리들이 부정적인 내적 경험을 회피하기 위한 부질없는 노력(물질남용, 해리, 폭식, 부정적 경험을 일으키는 사람, 장소, 상황을 회피하는 행동 등)과 관련 있다고 가정하며(Hayes et al., 1996), 실제로 여러 경험적 연구들에서 경험회피와 물질남용, 외상 후 스트레스 장애, 불안장애, 경계성 인격장애, 섭식장애 등의 다양한 정신병리와의 관련성이 입증되었다(Chapman, Specht, & Cellucci, 2005; Chawla & Ostafin, 2007; Lillis, Hayes, & Levin, 2011).

인지적 융합과 경험회피는 모두 현재 순간에 대한 접촉을 방해하고, 현재의 맥락에서 할 수 있는 가능한 반응의 범위를 축소시킴으로써 심리적 경직성을 증가시키고, 결과적으로 가치부합 행동을 할 가능성을 줄어뜨리게 한다(Bond et al., 2011).

심리적 경직성은 ACT 모델이 정립된 초기부터 인간의 고통을 심화시키고 정신병리를 일으키는 주요 기제로 여겨져 왔지만, 연구 주제로 주목받기 시작한 것은 최근의 일이다. 최근 성인 연구에서 가장 널리 사용되고 있는 대표적인 심리적 경직성 척도는 Bond 등(2011)이 성인을 대상으로 개발한 수용-행동 질문지-II(Acceptance and Action Questionnaire-II, AAQ-II)이다. AAQ-II는 Hayes 등(2004)이 경험회피 및 수용정도를 측정하기 위해 개발한 수용-행동 질문지(Acceptance and Action Questionnaire, AAQ)의 신뢰도 문제를 보완하여 경험회피를 포함한 심리적 경직성을 측정하기 위해 개발한 척도로, 7문항으로 구성되어 있다. 최근에는 특수한 대상의 심리적 경직성을 측정하기 위한 척도들이 개발되고 있는데, 대표적인 척도로는 만성 통증 환자의 심리적 경직성을 측정하기 위한 통증환자용 심리적 경직성 척도(Psychological Inflexibility in Pain Scale, PIPS; Wicksell, Renöfält, Olsson, Bond, & Melin, 2008)와 신

체이형장애 환자의 심리적 경직성을 평가하기 위한 신체상 심리적 경직성 척도(Body Image Psychological Inflexibility Scale, BIPIS; Callaghan, Sandoz, Darrow, & Feeney, 2015) 등이 있다.

이런 척도들을 사용한 심리적 경직성에 대한 최근 연구결과를 보면, 심리적 경직성은 우울, 불안, 신체이형장애, 외상후 스트레스 장애에 같은 다양한 정신병리와 유의미한 정적 관련성이 있었고(Bond et al., 2011; Callaghan et al., 2015; Curtiss & Klemanski, 2014; Miron, Sherrill, & Orcutt, 2015), 완벽주의 성격특성의 부적응적 차원과 관련되었을 뿐 아니라(Crosby, Bates, & Twohig, 2011), 행복을 포함한 삶의 질과는 부적의 관계를 보여 정신건강의 부정적 지표임이 시사되었다(Wicksell et al., 2008).

이상의 연구결과들은 모두 성인을 대상으로 검증된 것으로, 국외의 경우에도 아동과 청소년의 심리적 경직성의 특성과 역할에 대한 연구는 아직 초기 단계에 있다.

아동과 청소년의 경험회피, 인지적 융합을 포함한 심리적 경직성 연구가 촉진되기 시작한 것은 Greco, Lambert와 Baer(2008)가 아동과 청소년에게 적합한 심리적 경직성 척도인 아동 및 청소년용 회피-융합 척도(Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth, AFQ-Y)를 개발하면서부터이다. 최근, 성인의 심리적 경직성 연구에 가장 널리 사용되고 있는 AAQ-II(Bond et al., 2011)는 이전 버전인 AAQ(Hayes et al., 2004)의 신뢰도 문제와 문항개념의 모호성 등을 일부 해결하였으나, 여전히 문항이 복잡하고, 독해력이 많이 요구되어 독해력이 부족하거나 학력이 낮은 대상의 경우 자기-보고의 타당도와 신뢰도가 떨어질 수 있다(Fergus et al., 2012). 또한, 이 척도는 심리적 경직성의 하위개념을 균형적으로 포함하고 있지 않다는 지적도 받고 있다(Schmalz & Murrell, 2010).

특히, 아동과 청소년은 성인에 비해 주의집중력과 상위인지능력이 덜 발달되어 있고(Metcalfe, Eich, & Castel, 2010), 교육연수가 짧은 점을 감안할 때, 성인에게 익숙한 언어표현을 사용하여 문항이 해가 어렵고, 실시가 복잡한(7점 Likert형 척도) 성인용 심리적 경직성 척도를 사용하는 것은 바람직하지 않다. 대신, 아동과 청소년이 이해하기 쉬운 단어와 언어표현을 사용하고, 친구관계나 학교생활 같은 친숙한 주제들로 문항구성을 하고, 실시가 상대적으로 간편한 척도(5점 Likert형 척도)를 사용하는 것이 더 적절하다(Choi & Kim, 2015). 또한, 사람은 생후 초기부터 언어의 지배를 받기 시작하면서 인지적 융합상태에 빠질 수 있고(Hayes et al., 1999), 경험회피는 출생 이후 사회적으로 강화되는 개념으로(Greco & Hayes, 2008), 아동과 청소년도 인지적 융합과 경험회피의 결과로 심리적 경직성이 발생하여 심리적 고통이 증가될 수 있다. 따라서, 아동과 청소년의 심리적 경직성 연구를 위해 심리적 경직성의 주요 하위 개

념인 경험회피와 인지융합을 균형적으로 포함한 심리적 경직성 척도가 필요하다.

Greco, Lambert와 Baer(2008)는 인간의 고통이 심리적 경직성에 의해 심화되며, 심리적 경직성이 인지적 융합과 경험회피의 결과라는 ACT 모델에 입각하여, 5-10학년의 지역사회 아동, 청소년을 대상으로 5개의 척도 개발 및 타당화 연구를 진행하였다. 연구 1에서는 아동과 전문가의 피드백을 받아 아동과 청소년에게 익숙한 주제 및 간결한 언어표현을 사용한 50개의 문항을 구성하였다. 연구 2에서는 탐색적 요인분석을 통해 요인 부하량이 낮고 ACT 이론에 부적합한 문항들을 제거하고 최초 50문항 중 25문항을 선택하였다. 연구 3에서는 25문항 중 문항-전체 상관인 .40보다 낮고, 전문가의 소견에 기초하여 내용이 겹치는 8문항을 제거하고 17문항을 선택하였다. 또한, 집단 연구에 효율적인 척도를 개발하기 위해 AFQ-Y 17문항 중 탐색적 요인분석을 통해 요인 1(심리적 경직성)과 요인 부하량이 .50보다 높은 문항을 선택하여 AFQ-Y 단축형(AFQ-Y8)을 구성하였다. 연구 4에서는 AFQ-Y 두 버전(17문항형, 8문항형)에 대한 신뢰도 검증 및 확인적 요인분석을 실시하였다. 그 결과, 두 버전은 양호한 신뢰도 및 단일 요인 구조를 보였다. 단일 요인의 검증은 '심리적 경직성이 인지융합과 경험회피의 상호작용의 결과로 발생하는 하나의 상위 구성개념'이라고 가정하는 ACT의 관점에서 볼 때, 인지융합과 경험회피 문항으로 구성된 AFQ-Y 두 버전이 '심리적 경직성'이라는 독특한 구성개념을 잘 반영한다는 증거일 수 있다(Greco et al., 2008). 연구 5에서는 AFQ-Y 두 버전에 대한 타당도를 검증하였고, 그 결과, 두 버전 모두 양호한 수렴 및 구성타당도를 보였다.

특히, 본 연구에서 타당화 한 AFQ-Y 단축형(AFQ-Y8)은 양호한 신뢰도를 보였고, 삶의 질 척도와는 유의미한 부적상관을, 불안과 신체화 증상, 내현화 및 외현화 문제를 포함한 문제행동 총점과는 유의미한 정적상관을 보였다. 또한, AFQ-Y8은 인지회피의 일종인 사고억제와는 정적상관을, 수용과는 부적상관을 보여 수렴타당도가 지지되었다. 아울러, AFQ-Y8은 ACT의 주요개념인 수용과 사고억제의 영향을 제거한 후에도 모든 아동 보고식 측정치에서 기대된 방향으로 유의미한 상관인 유지되어 AFQ-Y8이 수용과 사고억제와는 다른 '심리적 경직성'이라는 독특한 구성개념을 평가하고 있음이 검증되었다(Greco et al., 2008). Greco 등(2008)의 연구에서, AFQ-Y8은 탐색적 요인분석을 통해 AFQ-Y 17문항으로부터 도출되었고, AFQ-Y (17문항형)와 마찬가지로 양호한 신뢰도 및 타당도를 보였다. 또한, AFQ-Y8과 관련변인들과의 상관분석 결과도 AFQ-Y의 상관분석 결과와 일치하여 AFQ-Y8과 AFQ-Y간의 밀접한 관련성 및 호환 가능성을 보여 주었다. 특히, 확인적 요인분석 결

과, AFQ-Y8은 AFQ-Y보다 더 명확한 일요인(심리적 경직성) 구조를 보였는데, Greco 등(2008)은 특히, 면밀한 감독이 어렵고 변수가 많은 집단연구에서 AFQ-Y보다 요인구조가 더 명확한 AFQ-Y8을 사용할 것을 제안한 바 있다. 최근에는 AFQ-Y8을 활용하여 다양한 아동, 청소년 임상집단의 심리적 경직성 연구(Biglan et al., 2015; Livheim et al., 2016)와 ACT 치료 효과 연구가 진행되고 있으며(Livheim et al., 2015), 이 연구들에서 .82 - .90의 양호한 내적 합치도를 보여 아동, 청소년 연구에서 AFQ-Y8의 유용성과 호환 가능성이 입증되고 있다.

아동과 청소년을 대상으로 AFQ-Y 및 AFQ-Y8 척도를 활용한 최근 연구결과들을 보면, 심리적 경직성은 우울장애, 불안장애, 주의력결핍 및 과잉행동장애, 경계성 인격장애를 포함한 다양한 정신병리와 정적인 관련성을 보였고(Murrell, Steinberg, Connally, Hulsey, & Hogan, 2015; Schramm, Venta, & Sharp, 2013; Venta, Sharp, & Hart, 2011), 일반적인 지역사회 아동, 청소년의 정신건강과 삶의 질 뿐 아니라(Greco et al., 2008), 류마티스 관절염 같은 신체질환을 앓고 있는 청소년의 삶의 질에 부정적인 지표임이 입증되었다(Feinstein et al., 2011). 또한, Biglan 등(2015)은 6, 7, 8학년 청소년을 대상으로 가족 갈등과 청소년기 우울증과의 관계에서 심리적 경직성의 역할을 살펴보았는데, 심리적 경직성은 우울과 유의미한 관계를 보였을 뿐 아니라, 가족 갈등이 더 높은 청소년들에서 더 높은 심리적 경직성과 우울이 나타났다. 이 결과는 가족 갈등이 청소년 우울증의 위험 요소일 수 있으며, 심리적 경직성은 우울증을 심화시키는 주요 기제일 수 있음을 시사한다(Biglan et al., 2015).

이처럼, 최근 들어 국외에서는 다양한 연령집단의 정신병리 및 삶의 질에 있어 심리적 경직성의 역할과 특성에 대한 연구들이 꾸준히 증가하고 있다. 하지만, 국내의 경우 아동과 청소년뿐 아니라 성인을 대상으로 한 연구에서도 심리적 경직성을 주요 주제로 한 연구는 거의 없다. 최근에는 국내에도 아동과 청소년에게 ACT를 적용하려는 시도들이 있었지만, 대부분 Hayes 등(2004)이 성인의 수용 및 경험회피를 측정하기 위해 개발한 AAQ를 평가도구로 사용하여, ACT 프로그램의 효과를 검증한 연구에 국한되어 있다(Cho, 2011; Hwang & Park, 2010).

국내에서 아동과 청소년을 대상으로 경험회피, 인지융합, 심리적 경직성 같은 ACT의 주요 개념의 역할과 특성에 대한 연구들이 촉진되지 못한 가장 큰 이유는 ACT의 주요 개념을 측정할 만한 적절한 도구가 개발되지 않았었다는 점이다. 최근, Choi와 Kim(2015)이 국외에서 가장 널리 사용되고 있는 아동, 청소년용 심리적 경직성 척도인 '아동 및 청소년용 회피-융합 척도(AFQ-Y)' 17문항형을 국내 아동과 청소년을 대상으로 타당화하였다. 이 연구(Choi & Kim,



2015)에서 ‘한국형 아동 및 청소년용 회피-융합척도(Korean version of the Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth, K-AFQ-Y)’는 적절한 내적 합치도와 좋은 검사-재검사 신뢰도를 보였을 뿐 아니라, 양호한 구성 및 수렴 타당도를 보였다.

AFQ-Y 17문항형의 경우, 아동과 청소년을 대상으로 한 국외 연구에서 가장 널리 사용되고 있는 유용한 척도이며, 최근에는 성인을 대상으로 한 연구에서도 그 유용성이 입증되고 있다(Fergus et al., 2012). 하지만, 여러 연구들에서 정신병리의 유형 등에 따라 그 유용성이 제한되는 경우가 있어 최근에는 아동과 청소년 연구에서 AFQ-Y 단축형(AFQ-Y8)의 필요성이 더욱 대두되고 있다.

구체적으로 보면, 첫째, 주의력 및 외현화 문제를 주요 증상으로 하는 주의력결핍 및 과잉행동장애, 품행장애, 적대적 반항장애 아동과 청소년을 대상으로 심리적 경직성의 역할을 살펴본 연구들(Murrell & Kapadia, 2011; Murrell et al., 2015)에서 AFQ-Y 17문항형을 사용했을 때 피검자들이 질문지를 끝까지 완성하지 못하거나 질문지를 완성했다더라도 결과의 신뢰성이 떨어져 결과 해석이 어려운 경우가 있었다. 이와 관련, 외현화 및 주의력 문제가 있는 임상집단의 경우 단시간 내에 간단하게 실시할 수 있는 단축형 척도의 필요성이 강하게 제기되었다.

둘째, Greco 등(2008)은 AFQ-Y가 경험회피, 인지적 융합 같은 내적인 심리과정을 측정하는 자기-보고식 검사이기 때문에, 많은 자료를 한 번에 수집해야 하면서 면밀한 감독이 어려운 집단 연구의 경우 신뢰롭고 효과적인 자료 수집을 위해 AFQ-Y 단축형(AFQ-Y8)을 사용할 것을 제안하고 있다.

셋째, 인지융합과 경험회피는 언어와 추상적 사고력이 발달하면서 생애 초기부터 형성되는 개념으로(Greco & Hayes, 2008), 어린 아동의 정신건강 및 정신병리에도 인지융합과 경험회피를 포함한 심리적 경직성이 중요한 영향을 끼칠 수 있다. 따라서, 발달과정상 주의집중력이 짧은 어린 아동을 대상으로 연구를 할 경우, 문항 수가 적고 실시가 간단한 단축형 심리적 경직성 척도의 사용이 더 효율적일 수 있다.

요약하면, 특히, 집단연구, 주의력 및 외현화 문제를 가진 임상집단, 그리고, 어린 연령의 아동을 대상으로 한 연구에서는 단축형 심리적 경직성 척도를 사용하는 것이 훨씬 더 효과적일 수 있다.

따라서, 본 연구에서는 Greco, Lambert와 Baer(2008)가 아동과 청소년의 심리적 경직성을 간편하게 측정하기 위해 개발한 아동 및 청소년용 회피-융합척도의 단축형(AFQ-Y8)을 국내 아동과 청소년을 대상으로 타당화하고자 했다. 이를 위해, 한국판 AFQ-Y8 (K-AFQ-Y8)의 신뢰도와 타당도를 검증하였고, K-AFQ-Y8과 증상 및 행복척도와의 관계를 살펴봄으로써 국내 아동, 청소년의 정신병리

및 삶의 질과 심리적 경직성 간의 관련성에 대한 기초자료를 얻고자 하였다.

## 방법

### 연구대상

수원 및 경기지역 2개 초등학교 5, 6학년 학생과 1개 중학교 1, 2, 3학년 학생 785명을 대상으로 설문을 실시하였다. 설문지는 한국판 아동 및 청소년용 회피-융합척도 단축형(K-AFQ-Y8)과 아동발현 불안척도, 청소년 행동평가척도 자기보고용, 단축형 행복척도, 수용-행동 질문지, 사고억제 질문지로 구성하였고, 결측치가 있는 자료 53부를 제외하고 732부를 분석하였다.

전체 732명 중 남학생은 356명(48.63%), 여학생은 376명(51.37%)이었다. 초등학생의 경우 5학년이 135명(남 66, 여 69), 6학년이 136명(남 66, 여 70)이었고, 중학생의 경우 1학년이 162명(남 76, 여 86), 2학년 138명(남 68, 여 70), 3학년이 161명(남 80, 여 81)이었다. 연령 범위는 만 11-15세였고, 평균연령은 13.07세(SD = 1.41)였다.

검사-재검사 신뢰도 측정을 위해 대상자 일부, 즉, 중학교 1, 2학년 277명에게 2주 간격으로 K-AFQ-Y8을 실시하였고, 불성실한 자료 24부를 제외하고 253부를 분석하였다. 중학교 1학년이 146명(남 68, 여 78), 2학년이 107명(남 51, 여 56)이었고, 평균연령은 13.42(SD = .50)였다.

### 측정도구

한국판 아동 및 청소년용 회피-융합척도 단축형(Korean Version of the Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth-Eight Item Type, K-AFQ-Y8)

Greco, Lambert와 Baer(2008)가 아동과 청소년의 심리적 경직성을 측정하기 위해 개발한 아동 및 청소년용 회피-융합척도(AFQ-Y)의 단축형(AFQ-Y8)을 우리나라 말로 번안한 척도이다.

AFQ-Y는 17문항으로 구성된 자기-보고형 척도이다. 경험 회피(예: 나는 기분이 나쁠 때마다 나에게 중요한 일조차도 그만뒀버린다)와 인지적 융합(예: 내가 생각하는 내 자신의 나쁜 점들은 틀림 없는 사실이다)을 측정하는 문항들로 구성되어 있고, 5점 Likert형 척도(0점: 전혀 그렇지 않다 - 4점: 매우 그렇다)에 평정한다. 점수 범위는 0-68점이며, 점수가 높을수록 심리적 경직성이 높음을 의미한다. AFQ-Y는 Greco 등(2008)이 개별 내담자의 심리적 경직성 정도를 좀 더 정밀하게 평가하기 위해 개발했으며, 내적 합치도는 .90으로 좋은 신뢰도와 양호한 구성 및 수렴 타당도를 보였다. 이 척도는 Choi와 Kim(2015)이 우리나라말로 번안하여 국내 아동과 청소년

년을 대상으로 타당화하였으며, .87의 내적 합치도와 양호한 수렴 및 구성타당도를 보였다.

본 연구에서 타당화한 아동 및 청소년용 회피-융합척도 단축형(AFQ-Y8)은 Greco 등(2008)이 집단 연구 및 개별 내담자의 간단한 감별 평가를 목적으로 개발한 척도로, 기존의 AFQ-Y 17문항에 대한 탐색적 요인분석을 통해 요인 1(심리적 경직성)과 .50 이상이 되는 8문항을 선택하여 구성하였다. Greco 등(2008)의 연구에서 AFQ-Y8의 내적 합치도는 .83이었고, 양호한 구성 및 수렴 타당도를 보였다.

한국판 아동 및 청소년용 회피-융합척도 단축형(K-AFQ-Y8)은 Greco 등이 AFQ-Y 단축형을 구성했던 절차에 따라 Choi와 Kim(2015)이 국내 아동과 청소년을 대상으로 타당화한 한국형 아동 및 청소년용 회피-융합척도(K-AFQ-Y) 17문항 중 미국판 AFQ-Y 단축형(AFQ-Y8)과 동일한 8문항(1, 2, 4, 10, 12, 13, 16, 17번)을 선택하여 구성하였다. 즉, 본 연구자들도 예비 타당화 표본(초등학생 261명, 중학생 460명)을 대상으로 K-AFQ-Y 17문항을 실시하여 탐색적 요인분석을 한 후, 요인 1(심리적 경직성)과 요인부하량이 .50 이상인 13문항들 중 원척도와와의 결과 비교 등을 위해 미국판 AFQ-Y8을 구성하는 8문항을 선택하였다. 이때, K-AFQ-Y 17문항과 K-AFQ-Y8을 구성하는 8문항 간의 상관은 .91로 매우 높았다. Choi와 Kim(2015)의 연구에서 K-AFQ-Y8을 구성하는 8문항은 .45 이상의 문항-전체 상관을 보였고, 확인적 요인분석결과 단일요인(심리적 경직성)과 .49-.74의 양호한 요인 부하량을 보였다. K-AFQ-Y8은 경험 회피(예: 나는 내 감정들이 두렵다)와 인지적 융합(예: 내가 행복하게 느끼기 전까지는 내 삶이 좋을 수는 없다)을 측정하는 문항들로 구성되어 있고, 5점 Likert형 척도(0점: 전혀 그렇지 않다 - 4점: 매우 그렇다)에 평정한다. 점수 범위는 0-32점이며, 합당한 총점이 높을수록 심리적 경직성이 높음을 의미한다. 본 연구에서 K-AFQ-Y8의 내적 합치도는 .80이었다.

아동발현 불안척도(Revised Children's Manifest Anxiety Scale, RCMAS)

Castenada, McCandless와 Palermo(1956)가 아동과 청소년의 특성 불안을 측정하기 위해 개발한 척도를, Reynolds와 Richmond(1978)가 수정, 보완한 척도이다. 28개의 불안 문항과 검사의 타당성을 고려한 9개의 허구 문항을 포함, 총 37문항으로 구성되어 있다. 자신에 대해 어떻게 생각하고 느끼는지에 따라 '예'(1점: 그렇다)나 '아니오'(0점: 아니다) 중 하나로 응답하며, 점수가 높을수록 특성 불안이 높음을 의미한다. 본 연구에서는 Choi와 Cho(1990)가 번안한 한국판 RCMAS를 사용하였으며, 본 연구에서의 내적 합치

도는 .87로 나타났다.

청소년 행동평가척도 자기보고용(Youth Self-Report, YSR)

Achenbach와 Edelbrock(1987)가 청소년의 전반적인 문제행동의 정도를 평가하기 위해 개발한 척도이다. 본 연구에서는 Oh, Kim, Ha, Lee와 Hong(2010)이 기존의 한국판 YSR을 개정하여 2010년에 출시한 YSR 개정본을 사용하였다.

적응척도와 문제행동척도로 구성되어 있고, 문제행동척도는 총 118문항으로 3점 Likert형 척도(0점: 전혀 해당되지 않는다/ 1점: 가끔 그렇거나 그런 편이다/ 2점: 자주 그런 일이 있거나 많이 그렇다)에 평정한다. 본 연구에서는 문제행동척도 중 외현화와 내현화 척도를 구성하는 불안/우울, 위축/우울, 신체증상, 규칙위반, 공격행동 척도를 사용하였다. 본 연구에서의 5개 척도에 대한 내적 합치도는 불안/우울 .85, 위축/우울 .82, 신체증상 .80, 규칙위반 .75, 공격행동 .85였다.

단축형 행복척도(Concise Measure of Subjective Well-Being, COMOSWB)

한국인의 주관적 행복정도를 평가하기 위해 Suh와 Koo(2011)가 개발한 척도이다. 총 9문항으로 구성되어 있고, 행복의 인지적 요소(삶의 만족)를 측정하는 3개 문항과 정서적 요소(긍정적 정서와 부정적 정서)를 측정하는 6개 문항을 포함한다. 7점 Likert형 척도(1점: 전혀 그렇지 않다/전혀 느끼지 않았다 - 7점: 매우 그렇다/항상 느꼈다)에 평정하며, 총점이 높을수록 주관적 행복감이 높음을 의미한다. 본 연구에서의 삶의 만족, 긍정적 정서, 부정적 정서의 내적합치도는 각각 .80, .88, .75였고, 행복감 총점의 내적 합치도는 .86이었다.

수용-행동질문지(Acceptance and Action Questionnaire, AAQ)

자신의 가치에 부합되게 행동하면서 생각과 감정을 수용하는 정도를 측정하기 위해 Hayes 등(2004)이 개발한 질문지로, 16문항형과 9문항형이 있다. 7점 Likert형 척도(1점: 전혀 그렇지 않다 - 7점: 항상 그렇다)에 평정하며, 점수가 높을수록 수용의 정도가 높음을 의미한다. 본 연구에서는 Moon(2006)이 번안 및 타당화한 한국판 수용-행동 질문지 16문항 형을 사용하였으며, 아동과 청소년에게 척도 선택의 복잡성을 줄여주기 위해 7점 척도를 5점 척도로 수정하여 사용하였다(1점: 전혀 그렇지 않다 - 5점: 항상 그렇다). 본 연구에서 나타난 AAQ의 내적 합치도는 .70이었다.

사고억제 질문지(White Bear Suppression Inventory, WBSI)

인지적 회피의 일종인 사고통제와 억제를 측정하기 위해 Wegner

와 Zanakos(1994)가 개발한 질문지이다. 총 15문항으로 구성되어 있고, 5점 Likert형 척도(1점: 전혀 그렇지 않다 - 5점: 매우 그렇다)에 평정하며, 점수가 높을수록 사고억제 경향이 높음을 의미한다. 본 연구에서는 Lee와 Won(1999)이 타당화한 한국판 질문지를 사용하였다. 본 연구에서의 내적 합치도는 .94였다.

## 절차

자료 수집은 2014년 2월부터 2015년 2월까지 진행하였다. 절차는 연구자가 연구의 목적과 방법, 자료 활용 범위 등 연구에 관한 내용을 학교장 및 담임교사에게 설명하고 허가를 받은 학교와 반을 대상으로 설문을 실시하였다. 초등학교의 경우 설문 전에 각 가정으로 연구를 구체적으로 설명한 가정통신문을 보내 부모에게 사전 동의를 구했고, 부모와 아동 모두 동의를 한 경우에만 설문을 실시하였다. 중학생의 경우, 담임교사와 학생에게 연구의 목적과 절차, 자료 활용 범위, 비밀보장, 소요시간 등 연구에 관한 사전설명을 하였고, 동의를 한 학생에게만 설문을 실시하였다.

설문지 작성은 각 학급의 자율활동 시간에 진행하였고, 약 20-25분 정도 소요되었다. 설문을 완성한 모든 참가자들은 연구 참여에 대한 보상으로 연구척도 중 하나인 YSR의 불안/우울, 위축/우울, 신체증상, 규칙위반, 공격행동 척도에 대한 심리평가 결과를 결과지 형식으로 받았다.

## 분석방법

본 연구에서는 PASW 18.0과 AMOS 18.0 프로그램을 이용하여 자료 분석을 실시하였다. 먼저, 다른 발달단계에 있을 수 있는 초, 중학교에 따른 K-AFQ-Y8 점수 간 차이와 학년 및 성별에 따른 점수 차이를 알아보기 위해 변량분석(ANOVA)을 실시하였다. 또한, K-AFQ-Y8의 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's alpha 계수를 살펴보고, 2주 간격으로 검사-재검사 신뢰도를 측정하였다.

아울러, 초등학교와 중학생 간, 성별 간 측정 동일성 및 요인구조의 동일성을 검증하기 위해 K-AFQ-Y8에 대한 다집단 요인분석을 실시하였고, K-AFQ-Y8의 요인구조에 대한 확인적 요인분석을 위해 AMOS 18.0의 최대우도(Maximum Likelihood, ML) 추정법을

사용하여 구조방정식 모형 분석을 실시하였다. 요인 구조 모형에 대한 적합성을 평가하기 위해 여러 적합도 지수를 사용하였는데, 첫째, 상대적 적합도 지수로 Comparative Fit Index (CFI)를 사용하였고, 둘째, 절대적 적합도 지수로 Goodness of Fit Index (GFI)와 Adjusted GFI (AGFI), 그리고, 모형오류와 모형의 간명성을 동시에 고려한 적합도 지수인 Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)를 살펴보았다.

다음으로, K-AFQ-Y8의 수렴 타당도 검증 및 정신병리와 삶의 질 변인과의 관련성을 살펴보기 위해 K-AFQ-Y8과 수용-행동 질문지, 사고억제 질문지, 아동발현 불안척도, 청소년 행동평가척도 자기보고용, 단축형 행복척도와와의 상관계수를 살펴보았다. 또한, K-AFQ-Y8의 타당도 검증을 위해 ACT의 주요 심리과정인 수용과 사고억제의 영향을 제거한 후에 K-AFQ-Y8과 관련 척도들 간의 편상관계수를 살펴보았다.

## 결과

먼저, 다른 발달단계에 있을 수 있는 초등학교와 중학생의 K-AFQ-Y8 총점 간 차이 여부를 검증하기 위해 일원변량분석을 실시하였다. 그 결과, 측정치들 간에 유의미한 차이는 나타나지 않았고,  $F(1, 730) = 3.19, ns$ , 초등학교와 중학생의 K-AFQ-Y8 평균과 표준편차는 각각 7.44 (SD = 6.11)와 8.22 (SD = 5.46)였다.

다음으로, 학년과 성별에 따른 K-AFQ-Y8 점수 간 차이 여부를 검증하기 위해 변량분석을 실시하였다. 그 결과, 학년과 성별 모두에서 주효과는 나타나지 않았고,  $F(4, 722) = 1.50, ns$ ;  $F(1, 722) = .45, ns$ , 이 둘 간에 상호작용 효과도 나타나지 않았다,  $F(4, 722) = 1.16, ns$ . 학년 및 성별에 따른 K-AFQ-Y8 평균과 표준편차 점수는 Table 1에 제시하였다.

Greco 등(2008)은 10-15세의 5-10학년(5-6학년: 515명, 7-8학년: 446명, 9-10학년: 227명)에 해당하는 지역사회 아동, 청소년 1,188명(남: 503명, 여: 685명)을 대상으로 AFQ-Y8의 타당화 연구를 진행하였는데, 원칙도의 경우 5-6학년의 평균과 표준편차가 8.93 (SD = 6.86), 7-8학년이 8.08 (SD = 6.17), 9-10학년이 8.06 (SD = 6.08)으로,

**Table 1.** Mean and Standard Deviation of the K-AFQ-Y8

Sex	Grade	ES grade 5 (n = 135)	ES grade 6 (n = 136)	MS grade 1 (n = 162)	MS grade 2 (n = 138)	MS grade 3 (n = 161)
		Mean (SD)	Mean (SD)	Mean (SD)	Mean (SD)	Mean (SD)
Male		8.25 (6.50)	7.64 (6.26)	7.28 (4.60)	8.29 (5.47)	8.85 (6.32)
Female		6.44 (5.31)	7.48 (6.31)	7.93 (5.60)	8.91 (5.97)	8.12 (4.62)
Overall		7.32 (5.97)	7.56 (6.26)	7.63 (5.15)	8.61 (5.72)	8.48 (5.53)

Note. ES = Elementary School; MS = Middle School.



**Table 2.** Mean, Standard Deviation, Corrected Item-total Correlation, Alpha If Item Deleted on the K-AFQ-Y8

Item	M	SD	Item-total correlation	Cronbach's $\alpha$ if the item deleted
1. My life won't be good until I feel happy.	1.42	1.27	.46	.78
2. My thoughts and feelings mess up my life.	.63	.96	.60	.76
3. The bad things I think about myself must be true.	1.72	1.19	.40	.79
4. If my heart beats fast, there must be something wrong with me.	.64	1.0	.36	.79
5. I stop doing things that are important to me whenever I feel bad.	.85	1.07	.54	.77
6. I do worse in school when I have thoughts that make me feel sad.	1.15	1.25	.56	.76
7. I am afraid of my feelings.	.73	1.09	.58	.76
8. I can't be a good friend when I feel upset.	.80	1.07	.55	.76

우리나라 아동, 청소년과 비슷한 점수대를 보였다.

요약하면, 학년과 성별, 그리고 초등학생과 중학생 간에 K-AFQ-Y8 점수 간 차이가 나타나지 않았을 뿐 아니라, 다집단 요인분석 결과(확인적 요인분석 참고), 초등학생과 중학생 간, 성별 간 측정 동일성 및 요인구조의 동일성이 검증되었으므로, 결과 분석은 초, 중학생 732명의 자료를 통합하여 진행하였다.

### 신뢰도

K-AFQ-Y8의 신뢰도를 검증하기 위해 문항들의 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )와 검사-재검사 신뢰도를 살펴보았다. 먼저, K-AFQ-Y8을 구성하는 8문항의 내적 합치도는 .80으로, 원척도의 내적합치도 .83과 비슷한 수준으로 나타났다. 신뢰도 검증을 할 때 Cronbach's  $\alpha$  수치가 정밀한 연구에서 .80 이상이면 양호한 수준임을 감안할 때(Clark & Watson, 1995), K-AFQ-Y8의 내적 합치도는 양호한 수준이다.

또한, 원 척도인 AFQ-Y8을 구성하는 8문항이 한국판 AFQ-Y8에서도 꼭 필요한지 각 문항의 적절성을 살펴보았다. 이를 위해 한 문항과 그 문항을 제외한 나머지 모든 문항 총점과의 상관을 반영하는 수정된 문항-전체 상관계수와 전체 척도에서 해당 문항을 제외했을 경우의 Cronbach's  $\alpha$  계수를 살펴보았다. 결과는 Table 2에 제시하였다. 문항-전체 상관은 .36-.60에 해당하였고, 각 문항을 제거했을 경우의  $\alpha$  계수는 척도 전체에 대한  $\alpha$  계수(Cronbach's  $\alpha = .80$ )보다 다소 낮아지긴 했으나, 8문항 중 각 문항을 제거한 후 전체의 내적 합치도를 크게 저해하는 문항은 나타나지 않았다. 이는 원척도에 포함되었던 8문항이 K-AFQ-Y8을 구성하는데도 적절한 문항임을 시사한다.

다음으로, 대상자 일부( $n = 253$ )에게 2주 간격으로 측정된 K-AFQ-Y8의 검사-재검사 신뢰도는 .81로 양호한 수준이었고, 통계적으로 유의미하였다( $p < .001$ ).

### 타당도

#### 확인적 요인분석

발달과정상 다른 단계에 있을 수 있는 초등학생과 중학생 집단과 남, 여 집단에서 K-AFQ-Y8의 요인구조가 동일하게 나타나는지(요인구조의 동일성), 그리고, 각 집단에서 K-AFQ-Y8 각 문항들이 심리적 경직성이란 구성개념을 동일하게 잘 측정하는지(측정 동일성)를 평가하기 위해 K-AFQ-Y8에 대한 다집단 확인적 요인분석을 실시하였다. 그 결과, 초등학생과 중학생에 대한 비제약 모형(unconstrained model)과 요인부하량 제약 모형(measurement weights model) 간에 유의미한 차이가 나타나지 않아,  $\chi^2$  difference = 12.00,  $df = 7$ , ns, 두 집단 간 측정 동일성 및 요인구조의 동일성이 검증되었다. 또한, 남, 녀 집단에 대한 다집단 요인분석 결과에서도 유의미한 차이는 나타나지 않아,  $\chi^2$  difference = 13.28,  $df = 7$ , ns, K-AFQ-Y8은 남, 녀 집단에서 동일하게 구성개념을 잘 측정하며, 동일한 요인 구조를 갖는 것으로 나타났다.

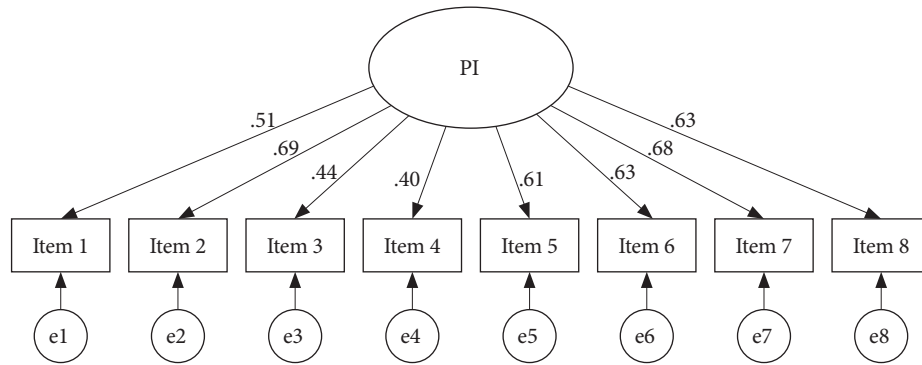
다음으로, K-AFQ-Y8에서도 원척도와 마찬가지로 일요인 구조가 나타나는지를 확인하고, 요인 구조 모형에 대한 적합성을 평가하기 위해 확인적 요인분석을 실시하였다. 또한, 국내 아동과 청소년을 대상으로 한 K-AFQ-Y8의 경우 국외 아동과 청소년을 대상으로 한 원척도와 요인구조가 다를 수 있음을 감안하여, K-AFQ-Y8을 구성하는 두 개념, 즉, 경험회피와 인지적 융합을 두 가지 잠재변수로 가정하고, 2요인 모형을 경쟁모형으로 분석에 포함하였다. 1, 2요인 모형에 대한 확인적 요인분석 결과는 Table 3에 제시하였다.

엄격한 기준을 적용했을 때, CFI와 GFI, 그리고 모형의 간명성을 고려하도록 수정된 AGFI는 0.95 이상이면 좋은 적합도를 의미하며, RMSEA의 경우, .06에서 .08에 해당하면 적절한 적합도를 의미한다(Schreiber, Nora, Stage, Barlow, & King, 2006). 이 기준을 적용했을 때, 1요인 모형에 대한 CFI, GFI, AGFI는 .95, .97, .95로 좋은 적합도를 보였고, RMSEA는 .07로 적절한 적합도 수준에 해당하였다. 하지만, 2요인 모형에 대한 적합도 지수가 1요인 모형과 동일했

**Table 3.** Model Fit Index of the K-AFQ-Y8

Model	$\chi^2$	df	CFI	GFI	AGFI	RMSEA (90% CI)
1 factor model	92.17***	20	.95	.97	.95	.07 (.056-.085)
2 factor model	90.95***	19	.95	.97	.95	.07 (.058-.087)

Note. CFI = Comparative Fit Index; GFI = Goodness of Fit Index; AGFI = Adjusted GFI; RMSEA = Root Mean Square Error of Approximation. \*\*\* $p < .001$ .



**Figure 1.** Standardized regression estimates of one-factor model. PI = Psychological Inflexibility.

고, 두 모형 간의  $\chi^2$ 값 차이도 유의미하지 않았다,  $\chi^2$  difference = 1.22,  $df=1$ ,  $ns$ . 이 결과는 두 모형이 각각 구별되는 요인구조를 갖기보다, 두 모형의 요인구조가 동일함을 시사하는 결과이다. 특히, 2 요인 모형 분석에서 두 잠재변인(경험회피, 인지적 융합) 간의 상관인 .97로 매우 높게 나타나 두 변인이 구별되는 두 요인이 아닌, 하나의 요인(심리적 경직성)임을 강하게 시사하는 결과를 보여주었다.

이상의 결과를 종합하면, K-AFQ-Y8는 원칙도와 마찬가지로 1 요인 모형에 적합하며, 2요인 모형 분석에서 나타난 두 잠재변인(경험회피, 인지적 융합) 간의 매우 높은 상관은 K-AFQ-Y8이 밀접하게 관련되는 두 변인(경험회피, 인지적 융합)의 상호작용의 결과로 나타나는 독특한 하나의 구성개념(심리적 경직성)을 측정하고 있음을 지지해주는 결과이다.

일요인(심리적 경직성)과 문항 간의 표준화된 회귀계수, 즉, 각 문항의 요인부하값은 Figure 1에 제시하였다. 그림에서 보는 바와 같이 각 문항의 요인부하값은 .40-.69로, 대체로 적절한 수준이었으며, 통계적으로 모두 유의미하였다( $p < .001$ ). 확인적 요인분석 결과, K-AFQ-Y8의 일요인 구조가 명확히 검증됨에 따라, 일요인(심리적 경직성)의 설명 변량을 확인하기 위해 요인수를 1로 지정하여 탐색적 요인분석을 실시한 결과, 일요인(심리적 경직성)의 설명 변량은 41.89%로 나타났다.

수렴 타당도

K-AFQ-Y8의 수렴 타당도를 검증하기 위해 K-AFQ-Y8과 ACT의

**Table 4.** Correlation between the K-AFQ-Y8 and Other Scales

	K-AFQ-Y8
AAQ	-.58***
WBSI	.62***
RCMAS	.65***
YSR	
Anxious/Depressed	.64***
Withdrawn/Depressed	.57***
Somatic complaints	.48***
Rule-Breaking Behavior	.42***
Aggressive Behavior	.58***
Internalizing	.65***
Externalizing	.57***
COMOSWB	-.57***

Note. K-AFQ-Y8 = Korean Version of the Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth-Eight Item Type; AAQ = Acceptance and Action Questionnaire; WBSI = White Bear Suppression Inventory; RCMAS = Revised Children's Manifest Anxiety Scale; YSR = Youth Self-Report; COMOSWB = Concise Measure of Subjective Well-Being. \*\*\* $p < .001$ .

주요 심리과정인 수용과 인지회피(사고억제) 간의 상관을 살펴 보았다. 결과는 Table 4에 제시하였다.

K-AFQ-Y8은 심리적 수용을 측정하는 수용-행동질문지(AAQ)와는 유의미한 부적상관을 보였고,  $r = -.58$ ,  $p < .001$ , 경험회피 중 인지적 회피를 평가하는 사고억제 질문지(WBSI)와는 유의미한 정적상관을 보였고,  $r = .62$ ,  $p < .001$ . 이는 원칙도의 결과와 일치하는 것으로, K-AFQ-Y8의 수렴 타당도가 양호함을 지지하는 결과이다.



**Table 5.** Partial Correlation of the K-AFQ-Y8 after Removing Variance from the AAQ and WBSI

	K-AFQ-Y8		
	AAQ	WBSI	AAQ & WBSI
AAQ	-	-.36	-
WBSI	.43	-	-
RCMAS	.49	.45	.38
YSR			
Anxious/Depressed	.49	.43	.37
Withdrawn/Depressed	.47	.40	.37
Somatic complaints	.38	.30	.28
Rule-Breaking Behavior	.35	.29	.28
Aggressive Behavior	.46	.42	.38
Internalizing	.53	.46	.42
Externalizing	.46	.41	.38
COMOSWB	-.41	-.40	-.33

Note. All correlation coefficients were significant at  $p < .001$  level. K-AFQ-Y8 = Korean Version of the Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth-Eight Item Type; AAQ = Acceptance and Action Questionnaire; WBSI = White Bear Suppression Inventory; RCMAS = Revised Children's Manifest Anxiety Scale; YSR = Youth Self-Report; COMOSWB = Concise Measure of Subjective Well-Being.

또한, K-AFQ-Y8이 ACT의 주요 개념인 심리적 수용과 인지회피(사고억제)의 효과를 배제한 후에도 독특한 구성개념, 즉 '심리적 경직성'이라는 심리적 과정을 측정하는지 검증하기 위해 AAQ와 WBSI의 영향을 통제한 후에 K-AFQ-Y8과 관련 척도들 간의 상관을 살펴보았다. 편상관 분석 결과는 Table 5에 제시하였다.

그 결과, AAQ와 WBSI의 영향을 각각 통제한 후에도 .29-.53 범위로, K-AFQ-Y8과 모든 측정 척도들 간의 유의미한 상관이 그대로 유지되었다. 이는 수용과 사고억제의 효과를 각각 통제한 상태에서 AFQ-Y8과 삶의 질 및 여러 증상척도들 간에 .22-.54 범위의 상관을 보였던 원척도의 결과와 유사하다. 또한, 두 척도의 영향을 동시에 통제한 후에도, K-AFQ-Y8과 모든 척도들 간의 유의미한 상관인 .28-.42 범위로 유지되었다. 이는 K-AFQ-Y8의 타당도를 지지해주는 결과로, K-AFQ-Y8이 ACT의 주요 심리과정인 수용 및 사고억제와는 별개의 구성개념(심리적 경직성)을 측정하고 있음을 시사한다.

#### 정신병리 및 삶의 질과의 관계

심리적 경직성과 아동, 청소년의 정신병리 및 삶의 질과의 관계를 살펴보기 위해, K-AFQ-Y8과 아동발현 불안척도(RCMAS), 청소년 행동평가척도 자기보고용(YSR), 단축형 행복척도(COMOSWB)와의 상관을 살펴보았다(Table 4). 그 결과, K-AFQ-Y8은 RCMAS와는 중등도 이상의 정적상관을 보였고,  $r = .65, p < .001$ ,

YSR의 불안/우울과는 .64, 위축/우울은 .57, 신체증상은 .48, 규칙 위반은 .42, 공격행동과는 .58의 유의미한 정적상관을 보였다 ( $ps < .001$ ). 또한, 불안/우울, 위축/우울, 신체증상을 포함하는 내재화 척도와는 .65, 규칙위반과 공격행동을 포함하는 외현화 척도와는 .57의 유의미한 정적상관이 나타났다. 반면, 주관적 행복을 측정하는 COMOSWB와는 유의미한 부적상관을 보였다,  $r = -.57, p < .001$ . 이 결과는 K-AFQ-Y8로 측정하는 심리적 경직성이 아동과 청소년의 정신병리 및 행복을 포함한 삶의 질과 관련됨을 지지해주는 결과이다.

## 논 의

본 연구에서는 ACT 모델에서 정신병리의 핵심기제로 가정되는 심리적 경직성을 간편하게 측정하기 위해 Greco, Lambert와 Baer (2008)가 개발한 아동 및 청소년용 회피-융합척도의 단축형(AFQ-Y8)을 국내 아동과 청소년에게 적용하여 신뢰도와 타당도를 검증하고자 했다. 또한, 국외 연구결과들에서 나타난 심리적 경직성과 아동, 청소년의 정신병리 및 삶의 질과의 관련성이 국내 아동과 청소년에서도 나타나는지를 살펴보았다.

연구 결과, K-AFQ-Y8은 양호한 내적 합치도 및 검사-재검사 신뢰도를 보여 신뢰도가 적절함이 검증되었다. 또한, 확인적 요인분석 결과, K-AFQ-Y8은 일요인 구조가 적합한 것으로 나타났다. 이 결과는 원칙도인 AFQ-Y8의 요인분석 결과와 일치하는 것으로, Greco 등(2008)은 심리적 경직성이 '인지융합과 경험회피의 상호작용의 결과로 발생하는 하나의 독특한 구성개념'이기 때문에, 인지융합과 경험회피 문항으로 구성된 AFQ-Y8이 일요인 구조를 갖는 것이 적합하다고 주장한 바 있다. 따라서, 인지융합과 경험회피 문항으로 구성된 K-AFQ-Y8이 단일요인 구조에 적합하다는 본 연구의 결과는 K-AFQ-Y8이 심리적 경직성에 대한 ACT의 이론적 개념을 잘 반영하고 있음을 시사한다.

또한, K-AFQ-Y8은 경험회피의 일종인 사고억제와는 유의미한 정적상관을, 그리고 경험회피의 반대개념인 수용과는 유의미한 부적상관을 보여 수렴 타당도가 지지되었다. 이 결과는 AFQ-Y8에 대한 Greco 등(2008)의 연구결과와 일치할 뿐 아니라, 국내 아동과 청소년을 대상으로 AFQ-Y 17문항형(K-AFQ-Y)의 타당도를 검증했던 Choi와 Kim(2015)의 연구결과와도 유사하다. Choi와 Kim(2015)은 ACT의 관점에서 심리적 경직성의 하위구성개념 중 하나가 경험회피이고, 경험회피의 반대개념이 심리적 수용이기 때문에, 경험회피 문항을 포함하는 K-AFQ-Y와 사고억제와의 정적 관련성 및 수용과의 부적 관련성은 K-AFQ-Y가 ACT의 이론적 개념을 잘

반영하고 있음을 시사하는 결과라고 했다. 따라서, K-AFQ-Y의 단축형인 K-AFQ-Y8과 사고억제 및 수용과의 유의미한 관련성은 K-AFQ-Y8이 K-AFQ-Y와 마찬가지로 ACT의 이론적 개념을 잘 반영하고 있음을 의미한다.

특히, K-AFQ-Y8은 ACT의 주요 관련개념인 수용과 사고억제의 효과를 각각 또는 모두 제거한 후에도 모든 증상 및 삶의 질 변인들과의 유의미한 상관이 유지되었다. 이는 국외 아동과 청소년을 대상으로 AFQ-Y8의 타당도를 검증했던 Greco 등(2008)의 연구결과와 일치하는 것으로, K-AFQ-Y8이 원칙도와 마찬가지로 사고억제 및 수용과는 구별되는 심리적 경직성이라는 독특한 구성개념을 적절하게 측정하고 있음을 의미한다.

다음으로, K-AFQ-Y8은 불안, 우울, 신체증상 같은 내재화 문제 및 규칙위반, 공격행동을 포함한 외현화 문제들과는 유의미한 정적 상관을, 주관적 행복과는 유의미한 부적상관을 보였다. 이는 국외 아동과 청소년을 대상으로 심리적 경직성과 불안, 우울, 주의력 문제, 행동화 문제와의 정적 관련성 및 삶의 질과의 부적 관련성을 입증했던 최근 연구들과 일치하는 결과이다(Biglian et al., 2015; Greco et al., 2008; Murrell et al., 2015; Venta et al., 2011). 뿐만 아니라, 이 결과는 국내 아동과 청소년을 대상으로 심리적 경직성과 우울, 불안, 신체증상을 포함한 내재화 증상 및 규칙위반, 공격성을 포함한 외현화 증상과의 정적인 관련성과 주관적 행복과의 부적 관련성을 보여 주었던 Choi와 Kim(2015)의 연구 결과를 반복적으로 지지하는 결과이다. 이는 심리적 경직성이 국외뿐 아니라 국내 아동과 청소년의 정신병리 및 삶의 질에도 영향을 끼치는 주요 기제일 수 있음을 시사한다.

요약하면, 본 연구의 결과들은 K-AFQ-Y8이 우리나라 아동, 청소년의 심리적 경직성을 간편하게 측정하기 위한 신뢰롭고 타당한 척도이며, 심리적 경직성이 국내 아동과 청소년의 정신병리 및 삶의 질에 영향을 주는 중요한 요인임을 시사해준다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 ACT 모델에서 정신병리 및 심리적 고통을 심화시키는 핵심 기제로 가정되는 아동과 청소년의 심리적 경직성을 8문항으로 간편하게 평가할 수 있는 신뢰로운 척도를 타당화했다는 데 그 의의가 있다. Greco 등(2008)은 아동과 청소년의 심리적 경직성을 측정하기 위해 AFQ-Y 17문항형과 8문항형을 개발하였다. 두 버전 모두 신뢰롭고 타당한 척도임이 검증되었고, AFQ-Y (17문항형)는 아동과 청소년의 심리적 경직성 연구에 가장 널리 사용되고 있는 척도이다. 하지만, 주의 집중력이 짧거나 행동문제가 있는 아동과 청소년을 대상으로 한 연구들에서 AFQ-Y (17문항형)를 사용했을 때 신뢰로운 자료 수집을 할 수 없는 등(Murrell & Kapadia, 2011; Murrell et al., 2015) AFQ-Y의

한계가 나타나면서 AFQ-Y 단축형(AFQ-Y8)의 필요성이 제기되어 왔다. 최근, 임상 및 일반집단의 아동과 청소년을 대상으로 AFQ-Y 두 버전의 심리측정적 특성을 비교한 연구 결과를 보면(Greco et al., 2008; Livheim et al., 2016), AFQ-Y8은 AFQ-Y와 같이 양호한 신뢰도와 타당도를 지녔을 뿐 아니라, 정신병리를 포함한 관련변인들과의 상관분석 결과도 두 척도가 일치하며, 두 버전 모두 일요인 구조를 갖고 있어 주의력 및 행동문제를 지닌 특정 임상집단뿐 아니라, 그 외의 아동, 청소년의 경직성 연구에 AFQ-Y8을 호환하여 사용할 수 있음이 제안되었다. 뿐만 아니라, AFQ-Y에 비해 AFQ-Y8의 일요인(심리적 경직성) 구조가 더 명확한 것과 관련하여, Greco 등(2008)은 면밀한 감독이 어려운 집단 연구에서 AFQ-Y보다 AFQ-Y8을 사용할 것을 제안하고 있다. 최근에는 여러 임상집단의 경직성 연구와 ACT 치료 효과 연구에 AFQ-Y8이 활용되고 있으며 (Biglan et al., 2015; Greco et al., 2008; Livheim et al., 2015), 이 연구들에서 안정된 신뢰도와 유용성이 검증되었다.

국내에서는 본 연구가 우리나라 아동과 청소년에게 AFQ-Y 단축형(AFQ-Y8)을 적용하여 그 유용성을 검증한 첫 번째 시도이다. 본 연구를 통해 K-AFQ-Y8이 11-15세의 지역사회 아동과 청소년의 심리적 경직성을 측정할 수 있는 신뢰롭고 타당한 도구임이 검증되었다. 더 나아가, Greco 등(2008)이 AFQ-Y 17문항에서 AFQ-Y8 문항을 도출했던 것처럼, 본 연구의 예비 타당화 과정에서도 K-AFQ-Y 17문항으로부터 K-AFQ-Y8 문항을 구성했던 점과 K-AFQ-Y 17문항과 8문항 간의 상관이 .91로 높았던 점, 그리고, 본 연구에서 나타난 요인분석 및 상관분석 등의 결과가 11-15세의 지역사회 아동, 청소년을 대상으로 AFQ-Y (17문항형)의 심리측정적 특성을 검증했던 Choi와 Kim(2015)의 연구결과와 일치했던 점 등은 K-AFQ-Y8과 K-AFQ-Y의 면밀한 관련성 및 호환 가능성을 지지해 주는 결과이다.

이런 측면에서 볼 때, K-AFQ-Y8은 우리나라 아동, 청소년의 심리적 경직성 연구에 간편하게 적용 가능한 하나의 측정도구일 뿐 아니라, K-AFQ-Y와 호환하여 사용가능한 측정도구가 될 수 있다.

둘째, ACT 모델이 구체화되어 연구되기 시작한 초기부터 심리적 경직성은 정신병리의 핵심기제로 가정되어 왔다. 하지만, 하나의 독특한 구성개념으로 주목받고 연구되기 시작한 것은 최근의 일이다. 연구들이 축적되면서 심리적 경직성과 다양한 정신병리 및 삶의 질과의 관련성, 즉, 심리적 경직성의 역할에 대한 부분은 점차 밝혀지고 있다(Greco & Hayes, 2008; Levin et al., 2014). 하지만, '심리적 경직성'이란 구성개념 자체의 특성에 대한 경험적인 연구는 거의 없다. 이런 점에서 본 연구의 편상관 분석 결과, 즉, ACT의 주요 개념인 수용과 인지회피(사고억제)의 영향을 각각 또는 모두 제거한 후에도 K-AFQ-Y8과 증상 및 행복척도와의 유의미한 관계가 유지되

었다는 점은 '심리적 경직성'이 경험회피와 수용과는 별개로 아동, 청소년의 정신병리와 삶의 질에 영향을 주는 '독특한 구성개념'이라는 객관적인 증거가 될 수 있다. 또한, 경험회피와 인지융합 문항으로 구성된 K-AFQ-Y8이 단일 요인구조를 갖는다는 결과는 '심리적 경직성이 인지융합과 경험회피의 상호작용의 결과로 발생하는 하나의 상위 구성개념'이라는(Bond et al., 2011; Hayes et al., 2006) 심리적 경직성의 특성에 대한 ACT의 설명을 객관적으로 검증해낸 결과일 수 있다. 따라서, 본 연구를 통해 '심리적 경직성'이란 구성개념에 대한 기초적인 경험적 증거가 마련되었다는 데 의의가 있다.

셋째, 본 연구에서 나타난 심리적 경직성과 내재화, 외현화 증상들과의 정적 관련성 및 주관적 행복과의 부적 관련성은 ACT 모델에서 가정하듯이 심리적 경직성이 아동, 청소년의 다양한 정신병리를 일으키는 핵심 기제인 동시에 삶의 질을 방해하는 주요 요인일 수 있음을 시사한다. 이 결과는 ACT 이론(정신병리에 대한 심리적 경직성 모델)에 입각하여 국내 아동과 청소년의 정신병리를 개념화하기 위한 기초자료가 될 수 있으며, 향후 아동과 청소년의 정신병리 및 정신건강을 연구할 때 경험회피, 인지융합을 포함한 심리적 경직성의 정도와 역할, 특성이 중요한 연구주제가 될 수 있음을 시사한다. 또한, 심리적 경직성과 다양한 정신병리 증상과의 정적인 관련성은 아동, 청소년의 심리치료에도 중요한 함의를 가진다. 즉, 다양한 정신병리를 치료하는 데 있어 증상감소에만 초점을 맞추기보다 증상의 핵심 기제인 심리적 경직성의 감소 및 심리적 유연성의 증가를 주요 치료 목표로 포함시키고, 심리치료 과정에서 심리적 경직성을 야기하는 주요 요인인 인지융합과 경험회피를 감소시키기 위한 개입 즉, 언어의 한계를 인식하고 언어적 맥락을 약화시키기 위한 탈융합 기법(예, 우유 우유 우유 연습법, 언어를 대상화하기, 생각하는 과정에 이름 붙이기 등)이나 수용을 촉진하기 위한 개입이 중요할 수 있음을 시사한다. 또한, 개인 및 집단치료 과정에서 치료의 효과를 평가할 때 주요 증상척도와 함께 K-AFQ-Y8을 활용하여 심리적 경직성 정도 및 변화 정도를 평가해 봄으로써 치료 효과에 대한 추가적인 자료를 얻을 수 있다.

다음으로, 본 연구의 제한점과 향후 연구방향에 대한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 경기도 내 초등학교와 중학교에 재학 중인 만 11-15세의 지역사회 아동, 청소년을 대상으로 하였다. 따라서, 다른 연령의 아동, 청소년 및 임상집단에 연구결과를 일반화하는 데는 한계가 있을 수 있다. 특히, 본 연구에서는 K-AFQ-Y8 총점에서 학년 및 성별 간 차이가 나타나지 않았다. 하지만, 6, 7, 8학년의 청소년을 대상으로 우울증과 가족갈등 및 심리적 경직성과의 관계를 연구한 Biglan 등(2015)의 연구에서는 여자 청소년에서 더 높은 우울

증 및 심리적 경직성을 보였고, 자해 경향이 있는 청소년을 대상으로 심리적 경직성의 영향을 살펴본 Howe-Martin, Murrell과 Guarnaccia(2012)의 연구에서는 여자 청소년이 더 높은 자해 경향 및 경직성 정도를 보였다. 이런 결과는 병리증상의 종류에 따라 심리적 경직성에서의 성차이가 나타날 수 있음을 시사한다. 따라서, 향후에는 다양한 연령의 임상집단을 대상으로 심리적 경직성의 역할과 특성에 대한 연구가 필요하며, 특히, 성차를 보였던 우울증 및 자해 증상의 경우 국내 청소년에서도 비슷한 양상이 나타나지는지를 검증해 볼 필요가 있다.

또한, 인지융합과 경험회피는 생애 초기부터 발달하는 개념으로(Greco & Hayes, 2008; Hayes et al., 1999) 유아 및 10세 이전의 어린 아동들도 심리적 경직성을 보일 수 있고, 그 결과 다양한 정신병리들이 촉진될 수 있으므로, 정신병리의 조기발견 및 예방, 치료적 개입을 위해 향후에는 10세 이전의 어린 아동을 대상으로 한 심리적 경직성의 역할과 특성에 대한 연구도 필요하다.

둘째, 성인의 경우 심리적 경직성을 평가하기 위한 척도로 AAQ-II(Bond et al., 2011)를 널리 사용하고 있으나, AAQ-II는 심리적 경직성에 대한 일반적인 척도로, 특정한 진단이 내려진 임상집단에 적용할 경우 신뢰도가 달라지는 등의 한계가 나타나고 있다(Callaghan et al., 2015). 이와 관련, 최근에는 신체이형장애 집단을 위한 심리적 경직성 척도인 BIPIS(Callaghan et al., 2015) 같은 특정 대상에 적용가능한 심리적 경직성 척도가 개발되고 있는 추세이다.

K-AFQ-Y8의 경우 성인의 AAQ-II와 마찬가지로, 아동과 청소년의 심리적 경직성을 평가하기 위한 일반적인 척도이다. 따라서, 특정 정신병리 집단에 적용했을 때 그 장에 해당하는 심리적 경직성의 특징을 효율적으로 반영하지 못함으로써 그 유용성이 제한될 수 있다. 따라서, 향후에는 각 정신병리에 따른 심리적 경직성의 특성과 역할, 기제에 대한 연구 및 ACT 개입에 대한 효과성 검증 등을 위해 각 병리집단에 특정한 심리적 경직성 척도의 개발이 필요하다.

셋째, ACT의 정신병리 모델은 최근에도 여러 연구들을 통해 지속적으로 발전하고 있다. ACT의 관점에서 정신병리 및 정신건강은 심리적 경직성의 정도에 따라 달라지는 것으로 가정하기 때문에, ACT의 정신병리 모델은 심리적 경직성 모델로도 볼 수 있다. 하지만, 심리적 경직성의 구성요소와 특성에 대한 연구는 아직 시작 단계에 머무르고 있다. Hayes 등(2006)은 인지적 융합과 경험회피를 심리적 경직성을 야기하는 가장 중요한 요인으로 보았지만, 그 외에도 심리적 경직성을 증가시키는 요소로 '개념화된 과거와 미래에 대한 지배성', '가치 명료도의 부족' 등을 언급한 바 있다. 본 연구에서 타당화한 K-AFQ-Y8은 심리적 경직성을 야기하는 두 가지 요소



인 인지융합과 경협회피만을 포함하고 있다. 본 연구를 통해 ‘심리적 경직성’이 ‘인지융합과 경협회피의 상호작용의 결과로 나타나는 하나의 상위 구성개념’이라는 점은 객관적으로 확인되었다. 하지만, 심리적 경직성을 증가시킬 수 있는 또 다른 요인들이 있을 수 있으므로, 향후에는 심리적 경직성을 일으키는 다양한 요인들에 대한 연구와 그 요인을 측정하기 위한 척도 개발도 필요해 보인다.

## References

- Biglan, A., Gau, J. M., Jones, L. M., Hinds, E., Rusby, J. C., Cody, C., & Sprague, J. (2015). The role of experiential avoidance in the relationship between family conflict and depression among early adolescents. *Journal of Contextual Behavioral Science, 4*, 30-36.
- Blackledge, J. T., & Hayes, S. C. (2001). Emotion regulation in acceptance and commitment therapy. *Clinical Psychology Science and Practice, 10*, 161-165.
- Bond, F. W., Hayes, S. C., Bear, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., ... Zettle, R. D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior Therapy, 42*, 676-688.
- Callaghan, G. M., Sandoz, E. K., Darrow, S. M., & Feeney, T. K. (2015). The Body Image Psychological Inflexibility Scale: Development and psychometric properties. *Psychiatry Research, 226*, 45-52.
- Chapman, A. L., Specht, M. W., & Cellucci, T. (2005). Borderline personality disorder and deliberate self-harm: Does experiential avoidance play a role? *Suicide and Life-Threatening Behavior, 35*, 388-399.
- Chawla, N., & Ostafin, B. (2007). Experiential avoidance as a functional dimensional approach to psychopathology: An empirical review. *Journal of Clinical Psychology, 63*, 871-890.
- Cho, H. A. (2011). *The effect of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) on interpersonal relationship stress and psychological well-being in low income children* (Unpublished master's thesis). Kyungpook National University, Daegu, Korea.
- Choi, J. S., & Cho, S. C. (1990). Assessment of anxiety in children: Reliability and validity of Revised Children's Manifest Anxiety Scale. *Journal of the Korean Neuropsychiatric Association, 29*, 691-702.
- Choi, S. H., & Kim, E. J. (2015). Assessing psychological inflexibility in childhood and adolescence: Validation of the Korean Version of the Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth (K-AFQ-Y). *Cognitive Behavior Therapy in Korea, 15*, 595-617.
- Clark, L. A., & Watson, D. (1995). Constructing validity: Basic issues in objective scale development. *Psychological Assessment, 7*, 309-319.
- Crosby, J. M., Bates, S. C., & Twohig, M. P. (2011). Examination of the relationship between perfectionism and religiosity as mediated by psychological inflexibility. *Current Psychology, 30*, 117-129.
- Curtiss, J., & Klemanski, D. H. (2014). Teasing apart low mindfulness: Differentiating deficits in mindfulness and in psychological flexibility in prediction symptoms of generalized anxiety disorder and depression. *Journal of Affective Disorders, 166*, 41-47.
- Feinstein, A. B., Forman, E. M., Masuda, A., Cohen, L. L., Herbert, J. D., Moorthy, L. N., & Goldsmith, D. P. (2011). Pain intensity, psychological inflexibility, and acceptance of pain as predictors of functioning in adolescents with Juvenile Idiopathic Arthritis: A preliminary investigation. *Journal of Clinical Psychology Medical Settings, 18*, 291-298.
- Fergus, T. A., Valentiner, D. P., Gillen, M. J., Hiraoka, R., Twohig, M. P., Abramowitz, J. S., & McGrath, P. B. (2012). Assessing psychological inflexibility: The psychometric properties of the Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth in two adult samples. *Psychological Assessment, 24*, 402-408.
- Greco, L. A., & Hayes, S. C. (2008). *Acceptance and mindfulness treatments for children and adolescents: A practitioner's guide*. Oakland, CA: New Harbinger.
- Greco, L. A., Lambert, W., & Baer, R. A. (2008). Psychological inflexibility in childhood and adolescents: Development and evaluation of the Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth. *Psychological Assessment, 20*, 93-102.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, process and outcomes. *Behavior Research and Therapy, 44*, 1-25.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and commitment therapy: An experiential approach to behavior change*. New York: The Guilford Press.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., Wilson, K. G., Bissett, R. T., Pistorello, J., Tomarino, D., ... McCurry, S. M. (2004). Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working model. *The Psychological Record, 54*, 553-578.
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M., & Strosahl, K. D. (1996). Emotional avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 64*, 1152-1168.
- Howe-Martin, L. S., Murrell, A. R., & Guarnaccia C. A. (2012). Repetitive nonsuicidal self-injury as experiential avoidance among a community sample of adolescents. *Journal of Clinical Psychology, 68*, 809-828.
- Hwang, S. O., & Park, S. H. (2010). The effects of the Acceptance & Commitment Therapy Model on the middle school stu-

- dents' test-anxiety. *The Korean Journal of East West Science*, 13, 83-95.
- Lee, Y. S., & Won, H. T. (1999). Thought suppression and control strategies for unwanted thoughts and their individual differences. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 18, 37-58.
- Levin, M. E., MacLane, C., Daflos, S., Seeley, J. R., Hayes, S. C., Biglan, A., & Pistorello, J. (2014). Examining psychological inflexibility as a transdiagnostic process across psychological disorders. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 3, 155-163.
- Lillis, J., Hayes, S. C., & Levin, M. E. (2011). Binge eating and weight control: The role of experiential avoidance. *Behavior Modification*, 35, 252-264.
- Livheim, F., Hayes, L., Ghaderi, A., Magnusdottir, T., Högfeltd, A., Rowse, J., ... Tengström, A. (2015). The effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy for adolescent mental health: Swedish and Australian pilot outcomes. *Journal of Child and Family Studies*, 24, 1016-1030.
- Livheim, F., Tengström, A., Bond, F. W., Andersson, G., Dahl, J., & Rosendahl, I. (2016). Psychometric properties of the Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth: A psychological measure of psychological inflexibility in youth. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 5, 103-110.
- Metcalfe, J., Eich, T. S., & Castel, A. D. (2010). *Metacognition of agency across the lifespan*. *Cognition*, 116, 267-282.
- Miron, L. R., Sherrill, A. M., & Orcutt, H. K. (2015). Fear of self-compassion and psychological inflexibility interact to predict PTSD symptom severity. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 4, 37-41.
- Moon, H. M. (2006). *Development and validation of the program for facilitation of psychological acceptance based of Acceptance & Commitment Therapy Model* (Unpublished doctoral dissertation). Catholic University, Bucheon, Korea.
- Murrell, A. R., & Kapadia, V. (2011). Brief report on experiential avoidance and valuing in at-risk adolescents. *Behavioral Development Bulletin*, 11, 38-42.
- Murrell, A. R., Steinberg, D. S., Connally, M. L., Hulsey, T., & Hogan, E. (2015). Acting out to ACTing on: A preliminary investigation in youth with ADHD and co-morbid disorders. *Journal of Child and Family Studies*, 24, 2174-2181.
- Oh, K. J., Kim, Y. A., Ha, E. H., Lee, H., & Hong, K. E. (2010). *Korean version of Youth-Self Report*. Seoul: Huno Inc.
- Schmalz, J. E., & Murrell, A. R. (2010). Measuring experiential avoidance in adults: The Avoidance and Fusion Questionnaire. *International Journal of Behavioral Consultation and Therapy*, 6, 198-213.
- Schramm, A. T., Venta, A., & Sharp, C. (2013). The role of experiential avoidance in the association between borderline features and emotion regulation in adolescents. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 4, 138-144.
- Schreiber, J. B., Nora, A., Stage, F. K., Barlow, E. A., & King, J. (2006). Reporting structural equation modeling and confirmatory factor analysis results: A review. *The Journal of Educational Research*, 99, 323-337.
- Suh, E. K., & Koo, J. S. (2011). A Concise Measure of Subjective Well-Being (COMOSWB): Scale development and validation. *Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 25, 95-113.
- Venta, A., Sharp, C., & Hart, J. (2011). The relation between anxiety disorder and experiential avoidance in inpatient adolescents. *Psychological Assessment*, 24, 240-248.
- Wegner, D. M., & Zanakos, S. (1994). Chronic thought suppression. *Journal of Personality*, 62, 615-640.
- Wicksell, R. K., Renöfält, J., Olsson, G. L., Bond, F. W., & Melin, L. (2008). Avoidance and cognitive fusion: Central components in pain related disability? Development and preliminary validation of the Psychological Inflexibility in Pain Scale (PIPS). *European Journal of Pain*, 12, 491-500.

## 국문초록

## 아동과 청소년의 심리적 경직성: 한국판 아동 및 청소년용 회피-융합척도 단축형(K-AFQ-Y8)의 타당화

최성혜 · 김은정

아주대학교 심리학과

심리적 경직성은 수용과 전념치료 모델에서 정신병리의 핵심기제로 가정되는 주요 구성개념이다. 본 연구에서는 아동과 청소년의 심리적 경직성을 간편하게 평가하기 위해 Greco, Lambert와 Baer(2008)가 개발한 아동 및 청소년용 회피-융합척도의 단축형(Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth-Eight item type: AFQ-Y8)을 우리나라 아동과 청소년에게 적용하여 타당화하였다. 이를 위해 초등학교 271명과 중학생 461명에게 한국판 아동 및 청소년용 회피-융합척도 단축형(K-AFQ-Y8)과 아동발현 불안척도, 청소년 행동평가척도 자기보고용, 단축형 행복척도, 수용-행동 질문지, 사고억제 질문지를 실시하였다. 연구 결과, K-AFQ-Y8은 양호한 신뢰도를 보였고, 원 척도와 동일하게 일요인 구조를 갖는 것으로 나타났다. 또한, K-AFQ-Y8은 경험회피의 일종인 사고억제 및 불안, 우울, 신체증상, 규칙위반, 공격성 같은 정신병리 증상과는 유의미한 정적상관을 보였고, 심리적 수용 및 주관적 행복과는 유의미한 부적상관을 보였다. 특히, K-AFQ-Y8은 수용 전념치료 모델의 주요 개념인 수용과 사고억제의 효과를 제거한 후에도 증상 및 행복척도와의 유의미한 상관이 그대로 유지되었다. 이 결과들은 K-AFQ-Y8이 우리나라 아동과 청소년의 심리적 경직성을 간편하게 측정할 수 있는 신뢰롭고 타당한 척도일 뿐 아니라, 국내 아동과 청소년의 정신병리 및 삶의 질에 있어 심리적 경직성이 중요한 역할을 할 수 있음을 시사한다. 마지막으로, 연구의 의의와 제한점, 그리고 향후 연구 방향을 논의하였다.

주요어: 심리적 경직성, 수용과 전념치료, 아동과 청소년, 신뢰도, 타당도



## Appendix A

### Korean Translation of the K-AFQ-Y8

K-AFQ-Y8      아래의 문항들은 여러분이 어떻게 생각하고, 느끼고, 행동하는지를 나타내고 있습니다. 각 문항을 잘 읽고, 자신에게 얼마나 잘 해당되는지에 따라 '전혀 그렇지 않다(0)'에서부터 '매우 그렇다(4)'까지 자신에게 해당되는 숫자에 O표를 해주세요.

문항	전혀 그렇지 않다	약간 그렇다	그런 편이다	그렇다	매우 그렇다
1. 내가 행복하게 느끼기 전까지는 내 삶이 좋을 수는 없다.	0	1	2	3	4
2. 내 생각과 감정들이 내 삶을 망치고 있다.	0	1	2	3	4
3. 내가 생각하는 내 자신의 나쁜 점들은 틀림없는 사실이다.	0	1	2	3	4
4. 내 심장이 빠르게 뛰다면, 나에게 무언가 잘못된 것이 있는게 확실하다.	0	1	2	3	4
5. 나는 기분이 나쁠 때마다 나에게 중요한 일조차도 그만뒀어린다.	0	1	2	3	4
6. 나는 나를 슬프게 하는 생각들이 있을 때에 학교공부를 더 못하게 된다.	0	1	2	3	4
7. 나는 내 감정들이 두렵다.	0	1	2	3	4
8. 나는 기분이 상하면 좋은 친구가 되어줄 수 없다.	0	1	2	3	4