

비합리적 사고와 귀인양식에 있어서 우울집단과 불안집단 비교

신현균·원호택

서울대학교 심리학과

본 연구에서는 대학생을 피험자로 하여 우울집단과 불안집단의 인지적 측면들 중, 비합리적 사고와 귀인 양식을 비교하였다. 먼저 비합리적 사고 검사와 귀인 양식 질문지의 신뢰도와 요인 타당도를 검토하기 위한 예비 연구를 하였고, 연구 1에서는 260명의 대학생을 피험자로 해서 상관과 중다 회귀 분석, 판별 분석, 및 일원 변량분석을 실시하였다. 연구 2에서는 연구 1에서 나온 결과를 다른 표본에 교차 검증하였다.

연구 결과, 우울집단과 불안집단에서 공통적으로 나타나는 비합리적 사고는 앞으로 일어날지도 모르는 일에 대한 과염려와 과거에 대한 무력감이었다. 우울집단과 불안집단을 구별시켜줄 수 있는 비합리적 사고는 지나치게 높은 자기 기대감과 성취 요구로 이는 불안 집단에 특징적이었다. 귀인 양식 측면을 보면, 우울집단과 불안집단은 통제 집단에 비해, 긍정적 사건에 대해 비안정적 귀인을 하였고, 부정적 사건에 대해 안정적, 변화 불가능한, 그리고 통제 불가능한 귀인을 하였다. 이러한 역기능적 귀인 양식은 우울집단과 불안집단 모두에서 공통적으로 나타났으나, 상황을 세분화했을 때는 부정적 성취 사건에서 불안집단이 우울집단보다 더 역기능적 귀인을 하였다.

위의 결과들이 인지 치료에 주는 시사점들이 논의되었고, 마지막으로 본 연구의 문제점과 앞으로의 연구 방향이 제시되었다.

1. 문제 제기

최근 들어 우울증, 불안 장애 같은 정서적인 문제에서, 인지적 측면의 역할이 강조되어 왔다. 많은 연구자들은 정서적 역기능과 관련된 과정에 대해 인지적 변인들이 정서 장애의 중요한 결정인자라고 제안하였다(Beck, 1967; Ellis, 1977; Mahoney, 1977). 이러한 개념적 강조와 맥을 같이해서 정서적 장애와 관련된 인지적 요인들을 검

토하기 위한 경험적 연구가 시작되었다. 특히 우울증이나 불안 장애와 관련된 인지적 과정이 관심거리였다. 이들 분야에서 주로 연구된 주제는 도식에 따른 역기능적 정보처리, 비합리적 사고, 부정적인 자기 진술, 부정적인 자기 초점적 주의, 귀인 양식, 학습된 무력감 등이었다(Clark & Teasdale, 1982; Derry & Kuiper, 1981; Ingram, Smith & Brehm, 1983; Nelson, 1977;

Harrell & Ryon, 1983; Hollon & Kendall, 1980; Ingram, Lumry, Cruet & Sieber, 1987; Ingram & Smith, 1984; Smith & Greenberg, 1987; Hamilton & Abramson, 1983; Seligman, Abramson, Semmel & von Baeyer, 1979; Seligman, 1974, 1975; Mueller & Thompson, 1984; Smith, Ingram & Brehm, 1983; Gormally, Sipps, Raphael, Edwin & Varvil-Weld, 1981; Himle, Thyer & Papsdorf, 1982; Glass, Merluzzi, Biever & Larsen, 1982; Smith, Houston & Zurawski, 1984; Carver, Peterson, Follansbee & Scheier, 1983; Sarason, 1975; Wine, 1971; Phillips, Pitcher, Worsham & Miller, 1980; Girodo, Dotzenroth & Stein, 1981; Dweck & Wortman, 1982).

이들 장애에 대한 인지적 접근의 유사성에도 불구하고 우울증과 불안 장애에서의 인지적 과정의 특수성을 밝히려는 비교 연구에 대해서는 별로 관심이 기울여지지 않았다. 그러나 최근의 몇몇 이론과 경험적 연구들은 이런 비교 자료를 검토하는 것이 유용하다는 것을 보여준다. 먼저 이론적 입장으로 Beck(1976)은 각 장애가 가지는 인지적 내용이 장애에 따라 특정적이라는 특수성(specificity) 가설을 제안하였다. 그는 우울증, 불안 장애, 강박증, 편집증, 공포증, 히스테리아, 정신병 등의 사고 장애에 대해서도 그 독특성을 언급하였고, 또한 여러 장애들 간의 유사성에 대해서도 언급하였다. 이러한 Beck의 이론적 입장은 여러 장애에서의 인지적 측면에 대해 경험적인 비교 연구가 필요함을 시사해 준다.

여러 장애 간의 비교 연구가 중요하다는 것을 보여주는 경험적 연구들로는 Heimberg, Vermilyea, Becker, Dodge, 및 Barlow(1987)의 연구를 들 수 있는데 이들은 긍정적, 부정적 사건에 대한 귀인 양식에서 우울과 불안 환자들이 다르다는 것을 발견하였다. 또한 Ingram, Kendall, Smith, 및 Donnell(1987)은 우울증과 불안 장애

모두에서 정보 처리 기제가 역기능적이지만, 처리되는 정보의 유형은 매우 다르다고 결론지었다. 즉 우울한 피험자들은 우울 도식에 따라, 불안한 피험자들은 불안 도식에 따라 정보를 처리하였다.

우울증과 불안 장애는 가장 흔히 나타나는 신경증으로, 이들에 대한 개별적 연구들이 많이 행해져왔다. 최근의 진단적, 심리 생리적, 요인 분석적, 치료적 영역에서의 여러 증거들은 비록 우울증과 불안 장애가 자주 상관되지만, 구분되는 증후임을 제안한다. 따라서 특수성 문제는 이 두 장애의 원인, 경과, 치료에 대한 인지적 가정에 대해 중요한 시사점을 갖는다. 그런데도 지금까지 비교 인지 연구가 활발하지 못했던 한가지 이유는, 우울증과 불안 장애 간의 강한 경험적 공변(covariation) 때문이다. 비록 많은 문헌들은 이 두 장애를 구분되는 정신 병리적 상태라고 하지만, 많은 개인들에서 이 두 장애가 함께 나타난다(Hollon & Kendall, 1980; Gotlib, 1984). 그러나 Barlow(1988)는 불안하지 않은 우울 환자를 찾는 것은 힘들지만, 순수한 우울이나 순수한 불안 환자와, 여러 장애를 함께 지닌 환자들은 증상의 심각성에서 차이가 있고 인지 내용 자체도 다를 가능성이 있으므로 이들을 따로 연구해야 한다고 주장하였다. 즉 장애에 특정적인 인지 내용을 밝히기 위해서는 불안 수준을 통제한 우울 집단과 우울 수준을 통제한 불안 집단의 비교가 필요하다고 할 수 있다.

여러 장애에서의 인지적 과정의 공통점과 특수성을 밝히려는 시도에서 Ingram과 Kendall(1987)의 정신 병리에 대한 인지적 구성모델이 유용한 틀을 제공해 준다. 그들은 각 장애에 공헌하는 인지적 변량들의 원천(source)을 강조했는데, 그 원천들은 특수한 정신병리적 특징(critical psychopathological feature), 공통적 정신병리적 특징(common psychopathological feature), 오차 변량(error variance)으로 나누어진다. 본 논문에서는 Ingram 등이 제안한 인지적 구성 모델에 부합되게, 우울증과 불안 장애의 인지적 공통 특징과 특수한 특징들을 밝혀보려 한다. 이러한 연

구는, 정서 장애에서 인지적 측면의 역할을 이해하는 데 도움이 될 뿐 아니라, 장애의 효율적인 평가와 이에 따른 차별적 인지 치료를 가능하게 함으로써, 치료 효과를 증가시키는 데 기여할 수 있을 것이다. 여기에서는 인지적 내용 측면인 Ellis(1962)가 제안한 비합리적 사고와 귀인 양식에 초점을 맞추려 한다. Ellis는 신경증적인 정서적, 행동적 반응들이 비현실적인 또는 비합리적인 인지에 의해 발생되고 유지된다고 가정하고, 따라서 심리 치료는 비합리적인 인지에 도전하여 그것을 합리적이고 현실적인 인지로 대체하는 것이라고 하였다. 이러한 Ellis의 견해는 최근의 인지적 심리 치료에서 매우 중요한 역할을 하고 있어, 효율적인 평가와 치료를 위해서는 비합리적 사고에서 장애에 따른 특징이 밝혀져야 한다.

Ellis의 비합리적 사고와, 이론과 실제에서 많은 유사점을 가지고 있는 또 다른 인지적 측면은 귀인 양식으로, 최근에 여러 심리적 장애, 특히 우울증과 관련되어 많이 연구되고 있고, 여러 연구들에 기초해 귀인 재훈련을 통한 행동 수정이 제안되었다. 비합리적 사고와 귀인 양식에 대해 각 장애별로 개별적인 연구는 있어 왔지만 장애 간 비교 연구는 거의 없었다. 또한 대부분의 우울증이나 불안 장애에 대한 개별적 연구들에서 두 장애의 중복 가능성을 통제하지 않았으므로, 그 연구 결과들이 우울증, 혹은 불안 장애의 독특한 인지적 특징들을 밝혀내지 못했다고 볼 수 있다. 본 연구에서는 우울증과 불안 장애에서 어떤 비합리적 사고와 어떤 귀인 양식이 중요한 역할을 하는지를 알아보기 위해 집단을 세분하여 두 장애의 중복 가능성을 통제 한 집단 간의 비교 자료를 제시할 것이다.

2. 선행 연구의 개관과 본 연구의 방향

우울증에서 연구된 Ellis의 비합리적 사고들은 전반적으로 불 때 인정에의 욕구, 지나치게 높은 자기 기대감, 좌절 반응, 과염려, 문제 회피, 무력감, 완벽주의 등인 것으로 나타났다(Nelson,

1977; La pointe & Crandel, 1980). 불안 장애와 비합리적 사고 간의 관계에 관한 연구에서는 인정에의 욕구, 과염려, 무력감, 문제 회피, 좌절적 반응, 높은 자기 기대감, 정서적 무책임감, 의존성 등이 불안과 관련있는 것으로 나타났다(Gormally, 1981; Lohr & Rea, 1981; Himle & Thyer, 1982; Mizes, Fritsche & Mckee, 1987; Thyer & Popsdorf, 1981).

귀인 양식에 대한 연구들을 살펴보면, Abramson, Seligman 및 Teasdale(1978)은 귀인에 기초해서 학습된 무력감과 우울을 연구하였다. 이들은 개정된 학습된 무력감 모델을 제안하였는데 이 모델에 의하면, 우울한 사람들은 사건을 독특한 방식으로 해석하는 경향이 있고 그런 해석 방식이 우울증의 발병과 유지에 관계가 있다. 우울한 사람들은 역기능적 귀인 양식을 가진다고 가정되었는데, 즉 부정적 사건을 내적, 안정적, 총체적 원인에 귀인한다는 것이다. 이와 유사한 결과들이 다른 여러 연구 결과에서도 나타났다(Seligman et al, 1979; Raps, Peterson, Abramson, Larsen & Franklin, 1982). 개정된 학습된 무력감 모델에서는, 이러한 귀인 양식이 우울증에 민감하고 특정적이라고 가정된다. 이는 특정한 귀인 양식이 우울 환자의 인지 과정을 기술할 수 있어야 하고(민감성), 그런 것이 다른 정서 장애 환자에게서는 나타나지 않아야 한다는 것을 의미한다(특수성). 그러나 우울적 귀인의 민감성에 대한 연구 결과들은 비 일관적이며(Blaney, Behar & Head, 1980; Hammen & Cochran, 1981; Harvey, 1981; Raps, 1982; Seligman, 1979; Lewinson, Steinmetz, Larsen & Franklin, 1981), 우울적 귀인의 특수성에 대한 연구 결과들도 모호하다. Hamilton과 Abramson(1983)은 우울 환자와 비우울 환자의 귀인 점수에서 차이가 없었다고 보고하였다. 또한 Girodo, Dotzenroth 및 Stein(1981)은 불안한 피험자들 역시 역기능적 귀인 양식을 가진다고 보고하였다. Heimberg 등(1987)은 우울 집단이 불안 집단보다 더 역기능적 귀인을

한 것으로 나타났으나, 이 연구에서는 우울 집단에서 불안 수준을 통제하지 못한 문제점이 있었다. 이상의 개관에서 살펴본 바에 의하면, 우울증과 불안 장애에서의 비합리적 사고와 귀인 양식에 대한 연구들은 일관적인 결과를 보이고 있지 않으며 장애 간 비교 연구들은 아직 많지 않은 실정이다. 본 연구에서는 우울증과 불안 장애의 공통 특징과 특수한 특징들을 알아보기 위해 우울과 불안 수준이 둘 다 높은 집단, 순수한 우울 집단, 순수한 불안 집단, 통제 집단으로 세분화할 것이다.

이전 연구들의 또 다른 문제점은 귀인 양식 연구에서 긍정적, 부정적 사건을 구분한 연구는 많았으나, 상황 특정적 귀인에 대한 연구는 Anderson과 Arnoult(1985)의 연구를 제외하고는 거의 없었다는 것이다. 이 연구는, 장애에 따라 여러 상황에서의 귀인 양식이 다를 수 있으므로, 긍정적, 부정적 사건 뿐 아니라, 대인, 성취 상황 등도 고려해서 연구할 필요가 있음을 시사해 준다.

본 연구에서는 이전 연구들의 이러한 문제점들을 개선해서, 우울증과 불안 장애의 비합리적 사고와 귀인 양식에서 공통점과 차이점을 찾아내고자 한다. 연구 1에서는 상관 분석과 중다 회귀 분석을 통해, 우울증과 불안 장애 각각에 있어서 어떤 비합리적 사고와 귀인 양식이 중요한지를 알아보고, 집단을 세분화해서 변량분석과 관별 함수 분석을 통해, 인지적 측면에서의 장애 간 차이점을 알아보고, 집단을 구별시켜줄 수 있는 요인들을 찾아낼 것이다. 연구 2에서는 연구 1의 결과를 다른 피험자 집단에 교차검증해볼 것이다.

예비연구

1. 비합리적 사고 검사의 요인 타당도와 신뢰도

비합리적 사고 검사(Irrational Beliefs Test : IBT)는 Ellis의 비합리적 사고를 측정하기 위해 Jones(1969)가 개발하였다. 이 척도는 인정받아야

한다는 강박적인 욕구(demand for approval), 높은 자기 기대감(high self expectation), 잘못에 대한 비난 경향(blame proneness), 좌절적 반응(frustration reactivity), 정서적 무책임감(emotional irresponsibility), 과염려(anxious overconcern), 문제 회피(problem avoidance), 의존성(dependency), 무력감(helplessness), 완벽주의(perfectionism), 등의 10개 하위 척도로 구성되어 있다.

본 예비 연구에서는 288명의 대학생 피험자에게 번안한 IBT를 실시하여 요인 분석을 통해 요인 타당도와 각 척도별 신뢰도를 확인하였다. 그 결과, 9개의 요인들이 변량의 34.5%를 설명하였는데, 각 요인명과 설명변량은 표 1과 같다.

표 1. 비합리적 사고 검사의 9개 요인명과 설명 변량

요인명	설명변량
지나치게 높은 자기 기대감	8.8%
인정받아야 한다는 강박적인 욕구	6.0%
과염려	3.6%
잘못에 대한 비난경향	3.4%
정서적 무책임감	3.0%
완벽주의	2.8%
의존성	2.5%
문제 회피	2.2%
무력감	2.2%

9개의 하위 척도에 대한 신뢰도를 알아보기 위해 전체 척도와 각 하위 척도별로 내적 일관성 신뢰도를 계산한 결과, 전체 척도의 신뢰도는 .83이었고 각 하위 척도의 신뢰도는 .56에서 .81로 비교적 높게 나타났다(N=288). 이 척도를 다른 대학생 표본에 교차 검증해본 결과, 신뢰도 계수는 .39에서 .80으로, 척도 6, 7, 8에서 α 가 .5를 넘지 못하였다 (N=132).

2. 귀인 양식 질문지의 신뢰도 연구

귀인 양식 질문지(Attribution Style Questionnaire : ASQ)는 Peterson, Semmel, Baeyer, Abramson, Metalsky와 Seligman(1982)이 귀인 양식을 측정하기 위해 만든 척도로, 12개의 상이한 가상적 사건들에 대해 각 사건의 원인을 쓰도록 하고 각 원인에 대해 내외성, 안정성, 총체성, 변화 가능성, 통제 가능성, 의도성의 6차원에서 7점 척도상에 평정하도록 되어 있다.

12개의 가상적 사건은 긍정적 사건과 부정적 사건이 각각 6개씩이고, 채점은 6개의 귀인 차원 각각의 점수가 계산되는데, 긍정적 사건과 부정적 사건 각각에 대해 채점되어 12개의 하위 척도 점수가 나오게 된다.

상황을 세분화하면 긍정적 성취 사건, 긍정적 대인 사건, 부정적 성취 사건, 부정적 대인 사건으로 나누어지고, 이 4상황에 대해 6차원 점수가 계산되므로 24개의 하위 척도 점수가 나오게 된다.

귀인 양식 질문지는 이영호(1989, 미발표)가 번안하였는데, 이 척도의 신뢰도를 알아보기 위해 12개 하위 척도에 대해 내적 일관성 신뢰도와 검사-재검사 신뢰도가 계산되었다. 그 결과 6문항으로 구성된 하위 척도들의 내적 일관성을 보면 신뢰도 α 계수가 .40-.75로, 긍정적, 부정적 사건의 내외성 차원과 긍정적 사건의 의도성 차원을 제외하고는 모두 신뢰도 값이 .5이상이었다. 2주 간격으로 실시한 검사-재검사 신뢰도를 보면, r 이 .47-.68로 나타났다.

그러나 상황을 세분화하여 3문항으로 구성된 하위 척도들의 신뢰도는 .20-.65(평균 .41)로 낮게 나타났다. 이는 Peterson등(1982)의 연구에서도 나타난 결과로, 그들은 문항 수가 적기 때문에 신뢰도가 낮게 나온 것이라고 설명하였다. 상황을 세분화했을 때 개별 차원에서 신뢰도가 낮으므로 내외성, 안정성, 총체성 차원을 더한 합산(composite) 점수를 사용해 상황에 따른 귀인 양식을 알아 보았다. 이는 내적, 안정적, 총체적 방향으로 세 차원의 점수를 더해서 나온 것으로, 역기능적 귀인 양식의 정도를 알아볼 수 있다. 이 세 차원은

서로 상관되어 있으므로 하나의 지표로 자주 사용되어 왔다(Seligman, Abramson, Semmel, & Baeyer, 1979; Ingram & Kendall, 1987). 대학생들을 피험자로 하여 합산 귀인 점수에 대한 내적 일관성 신뢰도와 검사-재검사 신뢰도를 계산한 결과, α 는 .56-.70이었고, 검사-재검사 신뢰도는 .44-.69였다($N=204$).

연구 I 방법

피험자

질문지를 실시한 피험자들은 남, 여 대학생, 약 600명이었다.

도 구

1. BDI(Beck Depression Inventory : 우울 척도) : 본 연구에서는 BDI 수정판(Beck, 1978)을 이영호(1989, 미발표)가 번안한 것을 사용하였는데 신뢰도 계수는 .80이었다.
2. STAI(State-Trait Anxiety Inventory : 상태-특질 불안 척도) : 불안의 측정은 Spielberger(1970)가 제작한 STAI를 사용하였다. STAI는 김 정택(1978)이 번안하였는데, 이 척도의 신뢰도 계수는 .86이었다.
3. IBT(Irrational Beliefs Test : 비합리적 사고 검사) : 총 77문항이며 9개의 하위 척도로 구성되어 있다.
4. ASQ(Attribution Style Questionnaire : 귀인 양식 질문지)

자료 분석 방법

1. 261명의 피험자에 대해 BDI, STAI 점수와 IBT, ASQ 점수 간의 상관과 중다 회귀 분석을 실시하였다.
2. 600명 중에서 BDI와 STAI 점수에 따라 4집단

의 자료를 분석하였다. 우울, 불안 수준이 둘다 높은 집단(우울, 불안 점수 모두 상위 15% 이상), 우울 수준만 높고 불안 수준은 평균치인 집단(우울 점수는 상위 25% 이상이면서 불안 점수는 하위 55% 이하), 불안 수준만 높고 우울 수준은 평균치인 집단(불안 점수는 상위 25% 이상이면서 우울 점수는 하위 55% 이하), 통계 집단(우울, 불안 점수 모두 하위 15% 이하), 각 26명씩 총 104명의 피험자를 선정하여 IBT와 ASQ점수에 대해 일원 변량 분석과 판별 분석을 실시하였다.

결 과

(1) 비합리적 사고 분석 결과

우울 점수, 불안 점수와 9가지 비합리적 신념 점수 간의 상관관계가 표 2에 제시되어 있다.

우울 점수가 높을수록 과염려, 높은 자기 기대감, 무력감, 문제 회피를 나타내었고, 완벽주의와는 역상관을 보였다. 불안 점수가 높을수록 높은 자기 기대감, 과염려, 무력감, 문제 회피, 인정욕구, 정서적 무책임감을 보였고, 완벽주의와는 역상

관을 보였다. 비합리적 사고가 우울과 불안을 어느 정도 예언해 주는지를 알아보기 위해 비합리적 사고를 예언 변인으로 해서 우울 점수와 불안 점수에 대해 중다 회귀 분석(방법: 단계별)한 결과가 표 3과 표 4에 제시되어 있다.

우울 점수에 대해 과염려, 무력감, 높은 자기 기대감, 완벽주의, 인정 욕구 모두가 유의미한 예언 변인이었고, 이들이 변량의 26%를 설명하였다. 우울 점수를 예언하는데 특히 과염려가 가장 중요한 예언 변인이었고 나머지 4변인은 설명력을 크게 추가시켜 주지 못하였다

불안 점수에 대해 높은 자기 기대감, 과염려, 무력감, 완벽주의 모두가 유의미한 예언 변인이었고, 이들이 변량의 46%를 설명하였다. 특히 높은 자기 기대감과 과염려가 가장 중요한 예언 변인으로 나타났다.

우울, 불안 점수에 따라 4집단을 나누어 각 비합리적 사고에서의 차이를 F검정한 결과, 높은 자기 기대감, 과염려, 정서적 무책임감, 완벽주의, 문제 회피, 무력감 점수에서 집단 간에 유의미한 차이가 있었다. 즉 우울, 불안집단이 통계 집단보다 여러 비합리적 사고를 더 많이 나타냈다(표 5).

표2. 우울, 불안 점수와 비합리적 사고 점수간의 상관(N=261)

	높은기대	인정욕구	과염려	비난경향	무책임감	완벽주의	의존성	회피	무력감
우울	.31**	.04	.38**	.03	.03	-.22**	-.03	.21**	.31**
불안	.52**	.17**	.50**	.07	.16**	-.28**	-.02	.31**	.42**

* p<.05 ** p<.01

표3. 비합리적 사고의 우울 점수에 대한 중다 회귀 분석표(N=261)

예언변인	R ²	B	SE B	Beta	T	유의도
과염려	.15	1.97	.44	.28	4.51	.00
무력감	.05	1.51	.49	.18	3.10	.00
높은기대감	.02	1.98	.69	.17	2.88	.00
완벽주의	.02	-1.17	.49	-0.13	-2.40	.02
인정욕구	.02	-1.30	.58	-0.13	-2.25	.03

표4. 비합리적 사고의 불안 점수에 대한 중다 회귀 분석표(N=261)

예언변인	R ²	B	SE B	Beta	T	유의도
높은기대감	.27	6.53	.97	.34	6.72	.00
과염려	.11	3.37	.61	.28	5.51	.00
무력감	.06	3.02	.69	.22	4.39	.00
완벽주의	.02	-2.34	.69	-0.16	-3.37	.00

표5. 비합리적 사고의 집단별 평균, 표준편차와 변량분석표(N=104)

	통제집단	복합집단	순수불안집단	순수우울집단	F비	유의도
높은기대감	2.31(.49)	3.07(.51)	3.10(.45)	2.47(.39)	19.84	.00
인정욕구	3.76(.58)	3.83(.77)	3.82(.55)	3.66(.51)	.41	.75
과염려	2.28(.77)	3.81(.61)	3.18(.75)	2.90(.74)	20.13	.00
비난경향	3.82(.69)	4.07(.85)	3.82(.97)	3.97(.83)	.55	.65
무책임감	2.31(.65)	2.49(.68)	2.79(.61)	2.49(.58)	2.66	.05
완벽주의	3.09(.87)	2.52(.53)	2.53(.63)	2.73(.78)	3.71	.01
의존성	3.38(.56)	3.50(.46)	3.22(.56)	3.21(.49)	1.90	.13
문제회피	2.96(.55)	3.56(.61)	3.45(.69)	3.15(.48)	5.69	.00
무력감	2.54(.73)	3.56(.71)	3.45(.69)	3.15(.48)	11.37	.00

우울 집단과 불안 집단에 대한 사전 비교한 결과를 보면, 불안 집단이 우울 집단보다 높은 자기 기대감을 더 많이 보였고($t=-4.85, p<.000$), 정서적 무책임감과 문제 회피에서는 경향성만 보였다($t=-1.81, p<.10; t=-1.73, p<.10$).

집단 간 차이를 보이는 것으로 나타난 비합리적 사고들이 우울과 불안 집단을 어느 정도 구별시켜 줄 수 있는지, 또한 각 사고의 중요도가 어느 정도 인지를 알아보기 위해 판별 분석을 실시하였다. 비난 경향과 의존성 척도는 우울, 불안 점수와 상관을 보이지 않았으므로 이 두 척도를 제외한 나머지 척도 점수를 판별 변인으로 해서 우울, 불안 집단에 대해 판별 분석을 실시하였다. 분석은 단계별 방식으로 Wilks 방식을 사용하였다. 그 결과 우울과 불안 집단을 판별하는데, 높은 자기 기대감, 정서적 무책임감, 문제 회피 변인이 유의미한 판별 변인이었고($p<.00$), 특히 높은 자기 기대감이 두

집단을 잘 판별해줄 수 있는 것으로 나타났다.

위의 세 변인의 선형 조합이 두 집단을 유의미하게 구분해 주었고, 전체 정확 판별율은 78.85%로 나타났다.

표6. 비합리적 사고를 판별 변인으로 한 판별 결과

실제집단	예언된 집단	
	불안집단	우울집단
불안집단(26명)	20명(76.9%)	6명(23.1%)
우울집단(26명)	5명(19.2%)	21명(80.8%)

(2) 귀인양식 분석 결과

긍정적, 부정적 사건에서 귀인 양식의 6차원과 우울, 불안 점수 간의 상관이 표 7과 표 8에 제시되어 있다.

표7. 긍정적 사건의 귀인 차원과 우울, 불안 점수 간의 상관(N=254)

	내외성	안정성	총체성	변화가능성	통제가능성	의도성
우울	-.20**	-.22**	-.13*	.15**	-.08	-.09
불안	-.27**	-.27**	-.21**	.20**	-.14**	-.09

* p<.05 ** p<.01

표8. 부정적 사건의 귀인 차원과 우울, 불안 점수 간의 상관(N=259)

	내외성	안정성	총체성	변화가능성	통제가능성	의도성
우울	.05	.16**	.14*	-.07	-.11	-.01
불안	.07	.22**	.18**	-.10	-.20**	.02

* p<.05 ** p<.01

우울과 불안 점수가 높을수록 긍정적 사건에 대해 외적, 비안정적, 특정적 귀인을 하며, 그 원인이 더 변화 가능하다고 귀인하였다.

우울과 불안 점수가 높을수록 부정적 사건에 대해 더 안정적, 총체적 귀인을 하며, 통제 불가능한 쪽으로 귀인하였다.

귀인 양식의 6차원을 예언 변인으로 하고 우울과 불안 점수를 종속 변인으로 해서 중다 회귀 분석한 결과가 표 9-표 12에 제시되어 있다.

긍정적 사건에 대한 비안정적, 변화가능한, 외적 귀인이 불안에 대해 유의미한 예언 변인으로 나타났고 이들이 변량의 12%를 설명하였다

부정적 사건에 대한 안정적, 통제 불가능적 귀인이 불안에 대해 유의미한 예언 변인이었고 이들이 변량의 7%를 설명하였다

긍정적 사건에 대한 비안정적 귀인이 우울을 유의미하게 예언하였다.

부정적 사건에 대해 안정적 귀인 양식이 우울을

표9. 긍정적 사건에서 귀인차원의 불안점수에 대한 중다 회귀 분석표(N=254)

예언변인	R ²	B	SE B	Beta	T	유의도
안정성	.07	-2.88	1.22	-0.17	-2.37	.02
변화가능성	.03	1.71	.67	.15	2.55	.01
내외성	.02	-2.03	.94	-0.15	-2.15	.03
constant		61.00	6.82		8.95	.00

표10. 부정적 사건에서 귀인 차원의 불안점수에 대한 중다 회귀 분석표(N=259)

예언변인	R ²	B	SE B	Beta	T	유의도
안정성	.05	2.20	.71	.19	3.07	.002
통제가능성	.02	-2.26	.82	-.16	-2.5	.01
constant		44.06	5.78		7.62	.00

표 11. 긍정적 사건에서 귀인차원의 우울점수에 대한 중다 회귀 분석표 (N=254)

예언변인	R ²	B	SE B	Beta	T	유의도
안정성	.05	-2.22	.62	-0.22	-3.58	.000
constant		21.08	3.33		6.33	.00

표 12. 부정적 사건에서 귀인차원의 우울점수에 대한 중다 회귀 분석표 (N=259)

예언변인	R ²	B	SE B	Beta	T	유의도
안정성	.03	1.10	.42	.16	2.58	.01
constant		1.24	1.99		2.13	.03

유의미하게 예언하였다.

표 9~표 12까지의 결과를 보면 우울, 불안 모두에서 안정성 차원이 가장 중요한 예언 변인임을 알 수 있다. 즉 긍정적 사건의 원인이 앞으로는 나타나지 않을 것이라는 믿음과, 부정적 사건의 원인이 앞으로도 계속 나타날 것이라는 믿음이 우울과 불안을 설명해줄 수 있었다.

우울, 불안 점수에 따라 4집단을 나누어 귀인 차원에서의 차이를 F검정한 결과, 긍정적 사건에 대한 안정성 차원에서 유의미한 집단 간 차이를 보였

고, 내외성, 총체성, 변화성 차원에서는 경향성을 보였다. 즉 우울, 불안 집단들이 통제 집단에 비해 긍정적 사건을 더 비안정적으로 귀인하였고, 더 외적, 특정적, 변화가능한 쪽으로 귀인하는 경향이 있었다. 부정적 사건에 대해서는 통제 가능성 차원만이 유의미한 집단 간 차이를 보였다. 즉 통제 집단보다 우울, 불안 집단에서 부정적 사건을 더 통제 불가능하다고 귀인하였다(표 13).

우울 집단과 불안 집단에 대해 사전 비교를 실시한 결과, 긍정적 사건의 총체성 차원에서 불안 집

표 13. 귀인 차원의 집단별 평균, 표준편차와 변량분석표 (N=104)

	통제집단	복합집단	순수불안집단	순수우울집단	F빈	유의도
긍정적사건						
내외성	5.12(.82)	4.72(.99)	4.54(.61)	4.87(.69)	2.48	.066
안정성	5.80(.48)	5.46(.57)	5.17(.69)	5.41(.53)	5.41	.002
총체성	5.54(.88)	5.13(.79)	4.96(.98)	5.42(.80)	2.46	.07
변화성	4.51(1.19)	5.17(.80)	4.90(.98)	4.58(1.04)	2.41	.07
통제성	4.69(1.05)	4.79(.61)	4.44(.91)	4.42(.88)	1.13	.34
의도성	4.56(1.06)	4.54(1.11)	4.38(1.05)	4.48(.89)	.15	.93
부정적사건						
내외성	4.81(.87)	4.91(.90)	4.76(.69)	4.84(.87)	.14	.94
안정성	4.27(1.15)	4.88(1.16)	4.77(.83)	4.50(.85)	1.95	.13
총체성	4.71(1.19)	5.09(1.20)	4.81(1.05)	4.71(1.18)	.86	.59
변화성	5.35(.98)	5.04(.85)	4.82(.72)	4.78(1.03)	2.21	.09
통제성	5.26(.92)	4.92(.66)	4.61(.81)	4.78(.80)	3.02	.03
의도성	3.17(1.10)	3.40(1.15)	3.34(1.17)	3.24(.93)	.23	.88

단이 더 특정적 귀인을 하는 경향성을 보였으나 ($p=.057$), 유의미한 차이를 보이는 차원은 없었다.

어떤 귀인 차원이 우울 집단과 불안 집단을 구별시켜줄 수 있는지, 또한 어느정도 구별시켜줄 수 있는지를 알아보기 위해 판별 분석을 실시하였다. 의도성 차원은 우울, 불안과 상관이 없으므로 제외하고 나머지 차원들을 판별 변인으로 해서 판별 분석한 결과 우울 집단과 불안 집단을 판별하는데 긍정적 사건에서 총체성 차원과 부정적 사건에서 안정성 차원이 판별 변인이었으나 유의미하지는 않았고 경향성만 보였다($p<.10$).

표14. 귀인 양식 차원을 판별 변인으로 한 판별 결과

실제집단	예언된 집단	
	불안 집단	우울집단
불안집단(26명)	17명 (65.4%)	9명 (34.6%)
우울집단(26명)	7명 (26.9%)	19명 (73.1%)

귀인 양식 차원들로 이루어진 함수로써 우울과 불안을 판별하는데 전체 정확 판별율은 69.23%로 통계적으로 유의미하지는 않았고 경향성만 보였다.

특정 상황에서의 귀인 양식을 알아보기 위해 4 가지 상황에서의 귀인 양식이 분석되었다. 여기서는 내외성, 안정성, 총체성 차원을 더한 합산점수를 사용하였다. 4 상황에서의 합산점수와 우울, 불안 점수 간의 상관이 표 15에 제시되어 있다.

우울과 불안 점수는 모든 상황에서 역기능적 귀인과 상관되었다. 즉 긍정적 성취와 대인 상황에서는 외적, 비안정적, 특정적 귀인 양식과 상관되었

고, 부정적 성취와 대인 상황에서는 내적, 안정적, 총체적 귀인 양식과 상관되었다.

우울과 불안 점수에 따라 4집단을 나누어 분석한 결과, 부정적 대인 상황을 제외한 3상황에서 집단 간 차이가 있었다($p<.01$). 즉, 우울, 불안 집단이 통제 집단에 비해 긍정적 성취와 대인 상황에서는 더 외적, 비안정적, 특정적 귀인을 하고, 부정적 성취 상황에서는 내적, 안정적, 총체적 귀인을 하였다. 우울과 불안 집단에 대해 사전비교한 결과 대인 사건에서는 집단 간 차이가 없었으나 성취 상황에서는 불안 집단이 우울 집단보다 더 역기능적 귀인을 하였다($p<.05$).

연 구 II

연구 2는 연구 1에서 나온 결과가 새로운 피험자 집단에도 적용되는지를 알아보기 위해 실시되었다.

방 법

피험자

대학생 520명을 대상으로 연구 1에서와 같은 방법으로 우울, 불안 2집단에 44명의 피험자를 선정하였다.

도 구

연구 1에서와 같음.

자료 분석 방법

표15. 각 상황에서의 귀인 점수와 우울, 불안 점수 간의 상관(N=254)

	긍정적성취상황	긍정적대인상황	부정적성취상황	부정적대인상황
우울	-0.186**	-0.186**	.169*	.126*
불안	-0.269**	-0.249**	.238**	.153**

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

연구 1에서 나온 판별 함수를 새로운 표본에 교차 검증하였다.

결 과

표 16. 비합리적 사고를 판별 변인으로 한 판별 결과

실제 집단	예언된 집단	
	불안 집단	우울 집단
불안 집단 (24명)	17명 (70.8%)	7명 (29.2%)
우울 집단 (20명)	7명 (35%)	13명 (65%)

전체 정확 판별율은 68.18%로 조금 낮아졌으나 여전히 우울과 불안 집단을 판별하는데 유용하였다.

논 의

연구 결과, 비합리적 사고 중 우울을 가장 잘 설명해줄 수 있는 것은 과염려와 무력감이었다. 즉 우울한 사람들은 앞으로 일어날 일에 대해 지나치게 걱정하고 그런 일이 일어날 가능성에 대해 계속 생각하며, 또한 과거에 생긴 어떤 일이 언제까지나 영향을 주고, 사람이 타고난 것을 변화시킬 수 없다는 비합리적 사고를 가지고 있다. 이 결과는 Beck의 이론적 관점에서 설명되어질 수 있는데, Beck은 우울증의 주요 인지적 패턴으로 세계, 자신, 미래에 대한 부정적 견해를 들고, 여기서 파생된 사고 내용은 경험에 대한 부정적 해석, 성취 활동에서의 패배감, 과장된 자기 비하라고 하였다. 본 연구에서 우울과 크게 관련된 것으로 나타난 과염려는 Beck이 말하는 우울한 사람들의 미래에 대해 비관적으로 생각하는 경향을 반영한다고 볼 수 있다. 즉 미래를 부정적으로 보며 앞으로 일어날지도 모를 어떤 일의 부정적 측면에 주의를 기울임으로써 그 일에 대해 더 걱정하게 된다고 할 수 있다.

본 연구에서 불안을 가장 잘 설명해준 것으로 나

타난 비합리적 사고는 높은 자기 기대감과 과염려였다. 즉 불안한 사람들은, 사람이 가치 있으려면 모든 분야에서 철저하게 유능하고 성취적이어야 한다는 생각을 갖고 있고, 만약 그렇지 못하면 매우 좌절적 반응을 보인다. 또한 미래의 일에 대해서도 과염려를 나타낸다. 지나치게 높은 자기 기대감이 불안을 가장 잘 설명한다는 결과는 Sarason과 Sarason(1987)의 연구와 일치하는 것으로, 그들에 의하면, 불안한 사람들은 자신에 대한 과도한 기대를 하고, 도달할 수 없는 목표를 실현하지 못했을 때조차도 매우 좌절하는 경향이 있다. 따라서 이러한 비합리적 사고가 불안 정서를 유발했을 가능성이 크다고 볼 수 있다. 또한 불안 집단의 과염려는, Beck의 이론에서 불안한 사람들이 미래의 불쾌한 일에 대한 기대감을 많이 보인다는 것과 일치하는 것으로, 과염려가 우울증과 불안장애에서 공통적으로 나타난다는 Beck의 견해와 같은 결과라고 볼 수 있다.

우울, 불안 집단은 통제 집단에 비해 과염려, 무력감을 더 많이 보였다. 또한 불안 집단은 우울 집단보다 높은 자기 기대감을 더 많이 보였고, 어려운 문제에 대해 직면하지 않고 회피하려는 문제 회피 경향과, 행복은 외적으로 결정되고 인간은 자신에 대해 통제력이 없으므로 자신의 삶에 대해 책임을 회피하려는 정서적 무책임감도 더 많이 가지는 경향성을 보였다. 이러한 세 변인의 조합이 우울 집단과 불안 집단을 성공적으로 구분시켜 줄 수 있었다.

귀인 양식을 보면, 우울과 불안 모두에 대해, 긍정적, 부정적 사건의 안정성 차원이 가장 유의미한 예언 차원이었다. 즉 긍정적 사건의 원인이 다시는 나타나지 않을 것이라는 믿음과, 부정적 사건의 원인이 앞으로도 나타날 것이라는 믿음이 우울, 불안에 대한 중요한 예언 변인이었다. 긍정적 사건의 총체성 차원에서 불안 집단이 더 특정적 귀인을 하는 경향성을 보이긴 했으나 유의미하지 않았으므로 우울과 불안 집단의 귀인 양식에서의 특수성은 나타나지 않았다고 할 수 있다. 이는 Heimberg,

Klosa, Dodge, Shadick, Becker, 및 Barlow (1989)의 연구와 일치하는 결과로, 이들은 환자 집단을 피험자로 해서 우울증과 불안 장애의 귀인 양식을 비교하였는데, 통제 집단보다는 더 역기능적 귀인을 했지만, 우울과 불안 집단 간에는 귀인 양식에서 차이를 발견하지 못하였다. 그들은 부적응적 귀인 양식이 우울증에만 특징적인 것이 아니고 여러 정서 장애에서 나타난다고 결론지었다. 그러나 본 연구에서 상황을 세분해 분석했을 때 개인 사건에서는 집단 간 차이가 없었으나 성취 사건에서 불안 집단이 우울 집단에 비해 더 역기능적 귀인을 하였다. 이는 비합리적 사고 중 불안 집단이 높은 자기 기대감을 더 많이 나타낸 것과 유사한 결과로, 불안 집단이 성취 측면에 민감하다는 것을 보여주는 결과라고 할 수 있다.

위의 결과들은 우울증과 불안 장애에 대한 인지 치료에서 어떤 비합리적 사고와 귀인 양식이 다루어져야 할지를 시사해 준다. 예를 들어 불안한 사람들의 경우, 성공에의 집착과 지나친 경쟁의식, 나쁜 결과에 대한 과도한 걱정과 긴장 등에 대해 논의하고 그러한 사고를 합리적인 것으로, 즉 성취 자체보다는 어떤 일을 좋아하고 즐기면서 하는 것이 중요하다는 것을 깨닫도록 해 줌으로써, 불안을 감소시킬 수 있을 것이다. 우울한 사람들과 불안한 사람들에게서 나타나는 과염려에 대해서도 앞으로 일어날 일에 대해 계속 걱정하는 것은 재난을 예방하는데 도움이 되지 않으며, 위험을 더 과장해서 생각하게 되어 실제적으로 더 잘 대처하지 못하게 된다는 것을 깨닫게 하는 것이 증상 감소에 도움이 될 것이다. 또한 우울하거나 불안한 사람들의 귀인 양식인, 긍정적 사건에 대한 비안정적 귀인과 부정적 사건에 대한 안정적, 변화 불가능한, 통제 불가능한 귀인 양식이 무기력감과 동기 저하를 불러 일으킬 수 있으므로, 역기능적 귀인 양식을 교정할 수 있을 것이다.

본 연구의 문제점과 앞으로의 연구에 대한 시사는 다음과 같다.

첫째, 우울증과 불안 장애에 독특한 인지적 측면

을 알아보기 위해 집단을 나누어 분석하는 것이 필요했으나, 우울, 불안 피험자 선정에서 둘 간의 높은 상관으로 인해, 순수한 우울, 불안 집단이라고 부르는 데는 문제가 있었다. 우울 집단의 불안 점수는 평균 수준이었으나, 우울 점수가 가벼운-보통 수준에 머물렀고, 불안 집단도 불안 점수가 매우 높지 않았으므로, 환자 집단의 우울, 불안 수준에 미치지 못하는 준 임상 집단의 인지 내용을 연구한 것이었다고 할 수 있다. 따라서 본 연구 결과를 심각한 임상 환자에게 적용하는 데는 주의를 요하며, 대개의 심각한 정서 장애 환자들은 비록 어느 하나의 병명으로 진단된다 하더라도, 우울과 불안 수준 모두 높게 올라가기 때문에 이들 환자의 문제를 이해하고 치료하는 데는 본 연구 결과에서 나온 우울집단, 불안집단의 인지적 특성들을 모두 고려해야 할 것이다.

둘째, 본 연구에서는 대학생만을 피험자로 선정함으로써, 대학생에 독특한 인지적 측면들이 부각되었을 가능성이 있다. 이로 인해 불안 집단의 비합리적 사고에서 높은 자기 기대감과 성취 욕구 등이 중요한 것으로 나타났을 수 있다. Mizes 등 (1987)은 임상 전집과 대학생 전집의 인지 패턴이 유사하다고 하였으나 본 연구 결과를 학생 아닌 일반인 환자 집단으로 일반화하는 데는 주의를 요한다고 볼 수 있다.

셋째, 귀인 양식 질문지의 내외성 차원의 신뢰도가 낮게 나왔는데, 이로 인해 내외성 차원에서 집단 간 차이를 보이지 않았을 가능성이 있다. 내외성 차원은 이전 연구들에서도 신뢰도가 .5를 넘지 못했는데, 이는 내외성 차원이 타당한 구성 개념인지에 대해 의문이 제기될 수 있음을 나타낸다. 따라서 이 차원에 대한 더 많은 연구가 요구된다.

넷째, 본 연구에서 무력감 요인이 우울집단과 불안집단에서 중요한 역할을 하는 것으로 나타났는데, 이들 집단이 실제로 과거 경험이 더 부정적이었을 가능성도 있다. 즉 과거의 영향에서 벗어날 수 없다는 생각이, 실제 부정적인 과거 경험 때문에 생긴 것일 수 있으므로, 앞으로의 연구에서는

과거의 부정적 경험의 빈도나 내용적 측면에도 주의를 기울여야 할 것이다.

다섯째, 본 연구는 상관 연구이므로 특정한 인지 내용과 인지 양식이 정서 장애를 유발시켰는지, 혹은 정서 장애로 인해 인지적 문제가 발생했는지에 대해 말해주지 못한다. 이러한 인과 관계를 밝히기 위해서는 실험적 접근이나 치료효과에 대한 장기간의 연구가 필요하다.

참고문헌

- 김정택(1978). 특성-불안과 사회성과의 관계. 고려대학교 석사 학위 청구논문.
- 이영호(1989). 귀인 양식 질문지의 신뢰도 연구 (미발표).
- Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P., & Teasdale, J. (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 49-74.
- Anderson, C. A., & Arnoult, L. H. (1985). Attributional style in everyday problems in living: Depression, loneliness, and shyness. *Social Cognitions*, 3, 16-35.
- Barlow, D. H. (1988). *Anxiety and its disorders*. New York: Guilford Press.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. New York: Hoeber.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press.
- Blaney, P. H., Behar, V., & Head, R. (1980). Two measures of depressive cognitions: Their association with depression and with each other. *Journal of Abnormal Psychology*, 89, 678-682.
- Carver, C. S., Peterson, L. M., Follansbee, D. J., & Scheier, M. F. (1983). Effects of self-directed attention on performance and persistence among persons high and low in test anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 7, 333-354.
- Clark, D. M., & Teasdalle, J. D. (1982). Diurnal variation in clinical depression and accessibility of memories of positive and negative experiences. *Journal of Abnormal Psychology*, 91, 87-95.
- Derry, P. A., & Kuiper, N. A. (1981). Schematic processing and self-reference clinical depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 90, 286-297.
- Dweck, C. S., & Wortman, C. B. (1982). Learned helplessness, anxiety, and achievement motivation: Neglected parallels in cognitive, affective and coping responses. In H. W. Krohne & L. Laux (Eds.), *Achievement, Stress, and Anxiety* (pp 93-125). Washington, DC: Hemisphere.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. New York: Lyle Stuart.
- Ellis, A., & Grieger, R. (1977). *Handbook of rational-emotive therapy*. New York: Springer Publishing.
- Girodo, M., Dotzenroth, S. E., & Stein, S. J. (1981). Causal attribution bias in shy males: Implications for self-esteem and self-confidence. *Cognitive Therapy and Research*, 5, 325-338.
- Glass, C. R., Merluzzi, T. V., Biever, J. L., & Larsen, K. H. (1982). Cognitive assessment of social anxiety: Development and validation of a self-statement

- questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, 6, 37-56.
- Gormally, J., Sipp, G., Raphael, R., Edwin, D., & Varvil-Weld, D. (1981). The relationship between maladaptive cognitions and social anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 49, 300-301.
- Gotlib, I. H. (1984). Depression and general psychopathology in university students. *Journal of Abnormal Psychology*, 93, 19-30.
- Hammen, C. L., & Cochran, S. D. (1981). Cognitive correlates of life stress and depression in college students. *Journal of Abnormal Psychology*, 90, 23-27.
- Hamilton, E. W., & Abramson, L. Y. (1983). Cognitive patterns and major depressive disorder: A longitudinal study in a hospital setting. *Journal of Abnormal Psychology*, 92, 173-184.
- Harrell T. H., & Ryon, N. B. (1983). Cognitive-behavioral assessment of depression: Clinical validation of the automatic thoughts questionnaire. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51, 721-725.
- Harvey, D. (1981). Depression and attributional style: Interpretations of important personal events. *Journal of Abnormal Psychology*, 90, 134-142.
- Heimberg, R. G., Klosko, J. S., Dodge C. S., Shadick, R., Becker, R. E., & Barlow, D. H. (1989). Anxiety disorders, depression, and attributional style: A further test of the specificity of depressive attribution. *Cognitive Therapy and Research*, 13, 21-36.
- Heimberg, R. G., Vermilyea, J. A., Dodge, C. S., Becker, R. E., & Barlow, D. H. (1987). Attribution style, depression, and anxiety: An evaluation of the specificity of depressive attributions. *Cognitive Therapy and Research*, 11, 537-550.
- Himle, D. P., Thyer B. S., & Papsdorf J. D. (1982). Relationships between rational beliefs and anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 6, 219-224.
- Hollon, S. D., & Kendall, P. D. (1980). Cognitive self-statements in depression: Development of an automatic thoughts questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, 4, 383-395.
- Ingram, R. E., & Kendall, P. C. (1987). The cognitive side of anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 11, 523-536.
- Ingram, R. E., & Kendall, P. C., Smith, T. W., Donnell, C., & Ronan, K. (1987). Cognitive specificity in emotional distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 734-742.
- Ingram, R. E., Lunty, A., Cruet, D., & Sieber, W. (1987). Attentional processes in depressive disorders. *Cognitive Therapy and Research*, 11, 351-360.
- Ingram, R. E., & Smith, T. W. (1984). Depression and internal versus external focus of attention. *Cognitive Therapy and Research*, 8, 139-152.
- Ingram, R. E., & Smith, T. W. & Brehm, S. S. (1983). Depression and information processing: Self-schemata and the encoding of self-referent information. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 412-420.

- Jones, R. G. (1969). A factored measure of Ellis' irrational belief system with personality and adjustment correlates. (Doctoral dissertation, Texas Technical College, 1968). *Dissertation Abstracts International*, 29, (11-13), 4379-4380.
- LaPoint, K. A., & Crandell C. J. (1980). Relationship of irrational beliefs to self-reported depression. *Cognitive Therapy and Research*, 4, 247-250.
- LeWinsohn, P. M., Steinmetz, J. L., Larsen, D. W., & Franklin, J. (1981). Depression-related cognitions: Antecedent or consequence? *Journal of Abnormal Psychology*, 90, 213-219.
- Lohr, J. M., & Rea, R. G. (1981). A disconfirmation of the relationship between fear of public speaking and irrational beliefs. *Psychological Reports*, 48, 795-798.
- Mahoney M. J. (1977). Reflections on the cognitive-learning trend in psychotherapy. *American Psychologist*, 32, 5-13.
- Mizes, J. S., Landolf-Fritsche, B., & Grossman-McKee, D. (1987). Patterns of distorted cognitions in phobic disorders: An investigation of clinically severe simple phobics, social phobics, and agoraphobics. *Cognitive Therapy and Research*, 11, 583-592.
- Mueller, J. H., & Thompson, W. B. (1984). Test anxiety and distinctiveness of personal information. In H. M van der Ploeg, T. Schwarzer, & C. D. Spielberger(Eds.), *Advances in test anxiety Research*, (Vol. 3, pp. 21-37) Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Nelson, R. (1977). Irrational beliefs in depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 45, 1190-1197.
- Nunnally, J. (1967). *Psychometric theory*. New-York: McGraw-Hill.
- Phillips, B. N., Pitcher, G. D., Worsham, M. E., & Miller, S. C. (1980). *Test anxiety and the school environment*. In I. G. Sarason(Ed.), *Test anxiety: Theory, research, and applications*(pp. 327-347). Hillsdale, Erlbaum.
- Raps, C. S., Peterson, C., Reinhard, K. E., Abramson, L. Y., & Seligman, M. E. P. (1982). Attributional style among depressed patients. *Journal of Abnormal Psychology*, 91, 102-108.
- Sarason, I. G. (1975). Anxiety and self-preoccupation. In I. G. Sarason & C. D. Spielberger(Eds.), *Stress and anxiety* (Vol. 2, pp. 333-354). New York: Hemisphere.
- Sarason, I. G., Sarason, B. R. (1987). *Abnormal Psychology*, (5th ed.).
- Seligman, M. E. P. (1974). Depression and learned helplessness. In R. F. Friedman & M. M. Latz(Eds.), *The psychology of depression: contemporary theory and research*(pp. 83-113). Washington, DC: Hemisphere.
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: On depression: contemporary theory and research*. (pp. 83-113). Washington, DC: Hemisphere.
- Seligman, M. E. P., Abramson, L. Y., Semmel, A., & von Baeyer, C. (1979). Depressive attributional style. *Journal of Abnormal Psychology*, 88, 242-247.
- Smith, T. W., & Greengerg, J. (1981). Depression and self-focused attention,

- Motivation and Emotion*, 5, 323-331.
- Smith, T. W., Houston, B. K., & Zurawski, R. M. (1984). Irrational beliefs and the arousal of emotional distress. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 190-201.
- Smith, T. W., Ingram, R. E., & Brehm, S. S. (1983). Social anxiety, anxious self-preoccupation, and recall of self-relevant information. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 1276-1283.
- Spielberg, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Thyer, B. A., & Papsdorf, J. D. (1981). Concurrent validity of the rational behavior inventory. *Psychological Reports*, 48, 255-258.
- Wine, J. (1971). Test anxiety and direction of attention. *Psychological Bulletin*, 76, 92-104.

The comparative study of depressive group and anxious group in irrational beliefs and attributional style.

Hyun Kyun, Shin & Ho Taek, Won

Department of Psychology Graduate school of Seoul National University

In this study, the cognitive aspects of depressive and anxious group which are very similar but distinctive, were compared. Especially, among many cognitive aspects, irrational beliefs and attributional style were studied. Such study will be helpful to understand the features of depression and anxiety, and also, to find the discriminative therapy.

To start with, the reliability and factorial validity of Irrational Beliefs Test and Attributional Style Questionnaire were examined in the preliminary study. In study 1, correlation and multiple regression analysis were executed for 260 college students, and One-way ANOVA and discriminant analysis were executed for 104 students. In study 2, the results from study 1 were cross-validated with new samples.

The results were as follows. In irrational beliefs, the common features of depression and anxiety were 'anxious over-concern' and 'helplessness over the past'. The irrational belief which could discriminate between depressive and anxious group was 'high self-expectation', which was specific to anxious group.

With regard to attributions, depressive group and anxious group made more unstable attributions for positive events, and more stable, unchangeable, and uncontrollable attributions for negative events than control group. Such dysfunctional attributional style appeared in depressive group and anxious group commonly, but when the situations were specified, the latter made more dysfunctional attribution than the former in the negative achievement situations. This result shows that anxious group is very sensitive to achievement, which is similar to the fact that anxious group shows 'high self-expectation' and 'high desire for achievement' in irrational beliefs.

The implications of this study to cognitive therapy, the limitations of this, and the direction of further research were discussed.