

남자 중학생의 정서조절과 행동문제의 관계에서 행동조절의 매개효과 연구*

박 선 영 설 경 옥[†] 박 지 은
이화여자대학교

자기조절 능력은 급격한 신체 심리적 변화와 스트레스를 경험하는 청소년들에게 중요한 발달 과업이며 자기조절의 실패는 행동문제로 연결되기 쉽다. 본 연구는 중학교 2학년 남자 청소년 262명을 대상으로 자기조절능력의 두 하위영역인 정서조절과 행동조절, 그리고 이들의 외현화, 내재화 행동문제의 구조적 관계를 검증하기 위해 실시되었다. 구체적으로 청소년이 사용하는 재평가와 억제 두 가지 정서조절 전략과 행동문제의 관계에서 행동조절의 매개효과를 연구하였다. 청소년의 행동문제는 자기보고와 보다 객관적인 행동문제 평가를 위해 담임교사의 보고도 포함하였다. 그 결과 정서조절의 하위 영역인 재평가와 억제 전략에 따라 남자 청소년의 행동조절과 행동문제의 수준에 차이가 나타났다. 재평가 전략은 행동조절과 정적관계 그리고 행동문제 정도와는 부적관계가 있었으며, 재평가와 행동문제의 관계를 행동조절이 부분 매개하는 것으로 나타났다. 반면 억제 전략은 남자 청소년의 행동문제 정도와 정적관계가 있었으며, 행동조절과는 관련이 없는 것으로 나타났다. 연구결과, 재평가 전략을 사용한 정서조절이 남자 청소년들의 효과적인 행동조절로 이어지며 행동조절이 잘 될수록 행동문제는 더 적게 보고되었다. 그러나 억제 전략의 사용은 행동문제 정도가 더 높은 것과 관련 있는 것은 물론 남자 청소년들의 행동조절에도 도움이 되지 않았다. 본 연구의 의의와 한계점을 논의에 포함하였다.

주요어 : 정서조절, 행동조절, 행동문제, 남자 청소년, 중학생

* 본 연구는 박선영(2013)의 이화여자대학교 석사학위논문을 수정, 보완한 것임.

† 교신저자: 설경옥, 이화여자대학교 심리학과, (120-750) 서울시 서대문구 대현동 11-1
Tel: 02-3277-3918, E-mail: koseol@ewha.ac.kr

정서나 행동의 자기조절 실패는 심리적 문제를 야기하는 중요한 원인이다(이지영, 권석만, 2006). 특별히 청소년들은 급격한 심리적, 신체적 변화로 인한 스트레스와 성인보다 더 큰 폭으로 변화하는 감정을 경험하지만(Csikszentmihalyi & Larson, 1984), 이를 조절하는 능력이 성인보다 부족해 이로 인한 심리적인 어려움을 빈번히 경험한다(이창호, 양미진, 이희우, 이은경, 2005). 실제로 교육과학기술부의 2012년 학생정서 행동특성검사 결과에 따르면 우리나라 청소년 중 105만 명(16.3%)은 우울 또는 높은 공격성을 보이고, 그 중 22만 명(4.5%)은 전문가의 개입이 시급한 상황이며 이런 청소년들 중 중학생의 비율이 가장 높았다(연합뉴스, 2013년 2월 7일). 그 중에서도 중학교 2학년은 사춘기의 정점으로 반항적이거나 충동적인 중학생을 일컫는 ‘중2병’이라는 신조어가 생길만큼 문제가 활발히 드러나며(SBS뉴스, 2013년 6월 3일), 중학교 2학년 남학생들의 행동문제는 “적들도 무서워서” 전쟁을 일으키지 못한다는 웃지 못할 말이 우리 사회 안에서 화자 될 만큼 행동문제가 두드러지는 시기이다(서울신문, 2013년 5월11일).

이에 본 연구에서는 신체적 성장과 감정의 변화가 급격히 시작되는 초기 청소년기 중학교 2학년 남학생들을 대상으로 자기조절능력의 두 하위 영역인 정서조절과 행동조절 그리고 이들의 외현화 내재화 행동문제의 구조적 관계를 알아보고자 했다.

정서조절

정서조절은 우리가 어떤 정서를 언제 어떻게 경험하고 표현할지 결정하는 것에 영향력을 행사하는 시도이자 과정이다(Gross, 1998).

Gross와 John(2003)의 정서조절 과정모델에서 정서경험은 정서 단서에 대한 평가로부터 시작되며, 정서에 대한 평가 후에는 조직적인 경험, 행동, 그리고 생리적 반응 경향성이 유발된다. 반응 경향성이 활성화된 이후에는 다양한 방법으로 정서 조절이 이루어지며, 정서 조절 전략은 정서발생과정 중 어느 단계에 영향력을 미치는가에 따라 구분된다. 정서 발생은 개인이 1) 상황을 선택하고, 2) 상황을 수정하고, 3) 상황에 주의를 할당하고, 4) 인지적으로 변화를 주며 그에 따라 5) 반응을 수정하는 다섯 단계의 과정을 거친다. 정서조절은 정서 발생의 각 단계에서 가능한데 구체적으로 1) 특정 상황을 선택하거나 2) 선택한 상황을 수정하고, 상황 수정이 불가능하면 3) 주의 할당의 변화를 통해 조절하며 그 이후에는 4) 상황에 대한 의미를 인지적으로 재해석하거나 재평가하여 그 의미를 바꿈으로써 조절할 수 있다. 마지막으로 이전 단계들의 정서 활성화 과정이 종료된 후 5) 반응하는 행동의 변화를 통해 정서를 조절한다. Gross(1998)의 모델에서는 정서조절을 정서 발생과정 안에서 정서 반응경향성의 활성화 전 후를 기준으로 하여 크게 둘로 나누었다. 1-4 단계까지는 선행사건에 중심을 두는 정서조절이며, 5단계는 반응 중심의 정서조절이다. 이를 근거로 대표적인 정서조절 전략을 선행사건 중심이자 인지적 변화 단계의 재평가(reappraisal)전략과 반응수정 단계의 정서억제(suppression)전략 두 가지로 나누어 정의하였다(John & Gross, 2004). 재평가 전략(이하 재평가)은 잠재적으로 정서가 활성화될 사건에 대해 자신이 생각하는 것을 인지적으로 재평가하여 정서를 조절하는 전략이고, 정서억제 전략(이하 억제)은 정서가 분명한 사건에 대해 반응하는 정서를 숨기거나 억제함

으로써 정서를 조절하는 전략이다. 재평가의 사용은 조절하려는 정서에 대한 경험과 표현 모두를 감소시키는 반면 억제의 사용은 이미 정서가 활성화된 상태에서 억제하는 것에 집중하기 때문에 조절하려는 정서에 대한 표현은 감소하지만 실제 경험하는 정서의 있어서는 차이는 없다(English & John, 2013).

재평가와 억제의 사용은 심리적 적응에 있어 차이를 보인다. 재평가의 사용은 인지적 자원 사용에 대한 부담이 적어 사회적 단서나 정보를 알아채고 기억하는 것에 손실이 적으며(Gross et al., 2003), 높은 수준의 긍정 정서 경험과 낮은 수준의 부정 정서 경험과 관계있고, 높은 삶의 만족과 자존감에 영향을 주었다(John et al., 2004). 국내 청소년을 대상으로 한 연구결과 역시 재평가는 청소년의 학교생활 적응, 학업성적 그리고 긍정적 교사관계와 높은 정적 상관성이 있었다(이경희, 2009). 반면 억제의 사용은 자신의 정서 반응을 억제하는데 집중하며 인지적 자원을 과도하게 사용하므로 사회적 단서나 정보를 놓치게 되기 쉽다(Gross et al., 2003). 또한 억제의 사용은 스스로 느끼는 정서 반응의 진정성(authenticity)의 부족으로 불편감을 경험하며, 자아(self)와 실제 경험하는 것 사이의 부적절성은 자아에 대한 부정적인 정서와 생각에 영향을 주어 더 높은 수준의 우울로 연결된다(John et al., 2004). 억제의 사용은 개인 내적(intrapersonal)뿐 아니라 개인 간(interpersonal) 상호작용에도 부정적인 영향을 미친다. Butler와 동료들(2003)의 실험연구에 의하면 억제의 사용은 사회적 상호작용에 필요한 정서를 억제함으로써 타인과의 적절한 정서교류를 통한 의사소통을 방해하고, 상대방에게 자신의 호감을 떨어뜨리는 결과를 가져왔다. 이처럼 억제는 친밀한 사회적 관계

맺기를 어렵게 하며 가깝고 지지적인 대인관계의 결핍을 야기할 수 있다. 실제로 습관적으로 억제를 사용하는 사람은 재평가를 사용하는 사람에 비해 자신의 삶에 더 비관적이며 삶에 대한 만족도가 낮았다(Gross et al., 2003).

한편, 정서 조절 전략과 심리적 적응의 관계는 정서조절 전략을 사용하는 사람의 개인 및 문화적인 배경에 따라 관계의 방향성이나 정도가 달라질 수 있다(Butler, Lee, & Gross, 2007). 재평가의 경우 선행연구 결과 문화, 성별 그리고 발달단계와 상관없이 심리적 적응에 일관적으로 긍정적인 영향을 주었다(이경희, 2009; Gross & John, 2003). 따라서 정서조절에서 재평가를 사용하는 남자청소년의 경우 행동문제와 부적 관계가 있을 것이라 예상했다. 그러나 억제의 경우 사용하는 사람의 문화, 성별 그리고 발달단계에 따라 심리적 적응과의 관계가 달라질 수 있다. 먼저 개인주의와 집단주의의 문화차에 따른 차이가 있는데, 독립적인 개인이 강조되는 개인주의 문화에서는 억제가 자기주장이나 진정성과 같은 개인주의적 성향의 행동을 저지하기 때문에 부적응적으로 여겨진다. 반면에 상호의존적인 개인이 강조되는 집단주의 문화에서 억제는 중요한 사회적 목표인 조화(harmony)를 성취하는데 도움이 되는 가치 있는 전략으로 여겨질 수 있다(Heine, Lehman, Markus, & Kitayama, 1999; Markus & Kitayama, 1991; Mauss & Butler, 2010). 따라서 억제가 심리적 적응과 부정적으로 관련 있다는 연구결과는 대부분은 정서조절 연구가 진행되었던 미국이라는 개인주의 문화적 맥락에서 이해되어야 한다. Butler와 동료들(2007)의 연구 결과 동양계 미국인이 유럽계 미국인에 비해 억제를 더 많이 사용하였는데, 억제 경향이 높은 유럽계 미국인은 부정

정서를 더 많이 경험한 것에 비해 동양계 미국인은 억제 경향이 높을 때 부정정서를 덜 경험했다. 최근 연구에서도 억제와 낮은 삶의 만족, 높은 우울의 관계는 유럽계 미국인들에서만 발견되었고, 홍콩과 싱가포르의 중국인들의 경우 억제와 삶의 만족, 우울과는 상관이 없었다(Soto, Perez, Kim, Lee, & Minnick, 2011; Su, Lee, & Oishi, 2013). 한국인과 미국인의 정서조절 전략과 심리적 적응을 비교한 연구에서도 한국인의 경우 억제를 많이 사용하는 것과 자아존중감 그리고 대인관계 만족도가 관련이 없었던 반면 억제를 많이 사용하는 미국인은 자아존중감 및 대인관계 만족도 모두 낮게 나타났다(이은경, 서은국, 2009). 또한 같은 사회 문화권 안에서도 성별에 따른 차이가 존재할 수 있다. 동서양 문화권에서 전반적으로 여성이 남성보다 자신의 정서를 더 많이 표현하고 강하게 나타내는 경향이 있는데(Searle & Meara, 1999), 특히 우리나라와 같은 동양 문화권에서는 남성이 자신의 감정을 드러내는 것보다 정서를 통제하고 억제하는 것이 사회적으로 더 바람직하게 여겨진다. 최근 연구에서는 동양계 미국인 여자의 억제와 삶의 만족은 유의한 관계가 없었던 반면 동양계 미국인 남자는 억제 수준이 높을수록 삶의 만족이 더 높았다(Su et al., 2013). 또한 억제와 심리적 적응은 문화차와 성차뿐 아니라 발달 단계에 따라 그 관계가 달라질 수 있다. 국내에서 청소년을 대상으로 한 스트레스 대처방식과 심리적 적응문제에 대한 연구결과 정서를 억제하는 청소년의 불안과 우울 수준이 더 높았고 대인 관계 만족도와 학교 소속감이 더 낮았다(신현숙, 구분용, 2001). 이경희(2009)의 연구결과 역시 청소년의 억제 사용은 학업, 교우, 교사와의 관계에서 모두 부적으로 관련

있었다. 이는 Butler 와 동료들(2007) 그리고 이은경과 서은국(2009)의 연구에서 성인 한국인의 경우 억제가 심리적 안녕과 상관이 없게 나온 것과 다른 결과이다. 이 같이 문화, 성별 그리고 발달단계에 따른 정서조절 전략, 특별히 억제와 심리적 적응에 관한 선행연구를 살펴보았을 때 국내 남자청소년이 여자청소년에 비해 억제 경향성이 더 두드러질 것으로 예상되나(이경희, 2009) 남자청소년의 억제와 행동 문제의 관계는 확실하지 않다. 다시 말해, 정서의 억제에 대해 호의적으로 생각하는 집단주의 문화의 가치를 고려했을 때 억제는 행동 문제와 상관이 없을 것으로 예상되나, 청소년이라는 발달단계와 기존 청소년 대상 연구결과를 고려했을 때 억제는 높은 수준의 행동문제와 관련이 있을 수 있다.

행동조절

자기조절(self-regulation)은 크게 두 영역으로 나눌 수 있으며 이는 행동적 영역과 정서적 영역으로 구분된다(Wils, Pokhrel, Morehouse, & Fenster, 2011). 행동적 자기조절에는 계획을 짜거나, 행동하기 전에 대안을 고려하는 것, 행동으로 인한 결과를 미리 따져보는 것 같은 행동조절(behavioral regulation)이 포함된다(Carver & Scheier, 2000). 행동조절은 충동통제(impulse-control) 혹은 자기통제(self-control)의 용어와 함께 사용되어 왔는데 결국 행동조절의 핵심은 ‘충동’의 ‘통제’이며(조혜진, 권석만, 2011), 스스로 바람직하지 않은 반응을 참고 억제하거나 바람직한 반응으로 자신의 행동을 수정하는 형태로 나타난다(Vohs & Schmeichel, 2003). 정서적 자기조절에는 지나치게 각성된 기분이나 부정정서를 주의를 돌리

거나 정서 상태를 알아차리는 것과 같은 적극적인 인지적 전략을 통해 조절하는 정서조절이 포함된다(Southam-Gerow & Kendall, 2002). 물론 정서조절과 행동조절은 이론적으로 서로 연관되어 있다(Wills, Walker, Mendoza & Ainette, 2006). Michel(1961)의 고전적 만족지연 실험에서 참여한 취학 전 아동이 더 큰 목적을 위해 자기가 원하는 것을 지연시키는 행동조절 과정 중, 스스로 주의를 분산시키거나 재구성하는 정서조절을 보다 잘한 아동이 만족지연과제를 끝까지 성공시킬 수 있었다(Gross, 2007). 행동통제(executive control)를 담당하는 뇌의 전두엽은 행동조절뿐 아니라 정서조절과 같은 인간의 전반적인 조절 능력을 담당하여(Ochsner & Gross, 2005) 생물학적으로도 행동조절과 정서조절은 연관이 깊다. 정서조절과 행동조절은 서로 비슷한 면이 있지만 정서조절이 행동조절의 실패에 영향을 줄 수 있다는 점에서 행동조절과 구분된다. 예를 들면, 한 개인이 욕구를 충족하는 과정에서 즐거움을 느끼는 반면 식단을 조절하거나 돈을 절약하는 것과 같이 스스로 욕구와 충동을 통제하는 행동조절 과정에서는 부정 정서를 함께 경험할 수 있다. 그러나 정서조절이 어려운 경우, 이러한 행동조절 과정에서 동반되는 부정 정서를 잘 조절하지 못해 불편한 정서는 피하고 즉각적으로 기분이 나아지는 것에 집중하여 행동조절의 실패를 경험할 수 있다(Tice & Bratslavsky, 2000).

행동조절의 이상이나 결핍은 우울이나 공격성과 같은 정신 병리를 유발하는 주요한 위험요인임이 강조되어 왔고 아동, 청소년기 행동조절능력의 발달은 이후 발달 단계에서의 적응에 필수적이다(Carver, Johnson, & Joormann, 2008). 초기 청소년기 행동문제와 관련된

Feldam과 Weinberger(1994)의 종단 연구 결과에 의하면, 11-12세의 청소년기 남아의 행동조절 수준이 높을수록 이들의 4년 후 행동문제 수준이 더 낮았다. 박현수(2012)의 중학교 2학년 청소년 대상 한국 청소년패널조사 종단자료 연구결과에서 역시 중학교 2학년 때의 행동조절은 이후 이들이 고등학생이 되었을 때의 더 낮은 정도의 문제행동과 비행 빈도를 예측하는 중요한 요인이었다.

행동조절은 인간이 성공적으로 기능하기 위해서 필요한 결정적인 능력임과 동시에 다른 신체적 에너지와 마찬가지로 그 자원의 양이 제한되어 있다. 즉, 행동조절을 할 때 그만큼 필요한 양의 자원이 있으며 이를 계속해서 사용하다보면 결국 자원이 부족하고 사라지게 된다. 이를 자아고갈(ego depletion)이라고 하는데(Vohs & Heatherton, 2000) 가지고 있는 자원의 수준이 매우 낮은 자아고갈 상태에서는 행동조절 능력이 급격히 저하되고 알콜 남용, 공격성 문제와 같은 부적응적인 행동이 증가하게 된다(Tice, Baumeister, Smeuli, & Muraven, 2007). Tice와 동료들(2007)의 실험연구 결과 자아가 고갈된 상태에서 벗어나기 위해서는 휴식과 충분한 수면과 같은 일반적인 방법 외에 긍정정서를 유도하는 것이 효과적이었다. 성공적인 정서조절 결과로 인한 긍정정서 경험은 행동조절 능력의 향상을 이끌어냈다. 특히 정서조절 전략 중 재평가가 긍정정서의 유도과 긍정정서 경험의 증가와 관련 있고, 역제의 경우 부정정서 경험과 관련 있으며, 나아가 부정정서와 관련된 심리적 불편감(distress)은 자기 파괴적인 행동에 영향을 준다(Baumeister & Vohs, 2007). 따라서 본 연구에서는 재평가를 더 많이 사용하는 청소년의 행동조절 수준이 높을 것이라 예상하였고, 이에

반해 억제를 더 빈번히 사용하는 청소년의 행동조절 수준은 더 낮을 것이라 예상하였다. 또한 정서 및 행동조절 수준에 따라 청소년의 행동문제 정도가 다를 것이라 예상하였다. 정서 및 행동조절은 청소년의 행동문제와 부적응을 예측하는 중요한 선행변수로 밝혀져 왔는데(Cole, Martin, & Dennis, 2004; Eisenberg, Spinrad, & Eggum, 2010), 개인주의 문화의 서구에서 진행된 연구 결과를 고려하면 정서조절에 '건강하지 못한' 방략인 억제(John et al, 2004)를 사용할수록 더 높은 수준의 행동문제를 보일 수 있지만, 본 연구의 대상인 국내 남자 청소년의 경우 한국의 집단주의 문화적 맥락에서 억제와 행동문제의 관계가 약하거나 없을 수도 있다고 예상하였다. 반면 재평가의 경우 남자 청소년의 행동문제 완화에 긍정적인 영향을 미쳐 행동문제와 부적관련이 있을 것이라고 예상하였다. 그러나 현재까지 정서조절, 행동조절 그리고 심리적 적응문제의 구조적 관계에 대한 연구는 매우 제한적이다. 국외에서는 부정적 생애사건과 청소년기 약물 사용 및 행동문제와의 관계에서 행동조절과 정서조절의 두 자기조절 능력 영역의 조절 효과를 검증한 연구가 있었으며(Wills et al., 2011), 국내에서는 정서조절 방략과 청소년의 행동문제 간의 관계, 그리고 행동조절과 청소년기 행동문제 관계를 각각 살펴본 연구만 존재하고(권재환, 이은희, 2006; 민수홍, 2006; 이경희, 2009) 아직 정서조절 방략과 행동조절을 구분하여 정신건강 및 심리적 적응문제의 관계를 연구한 논문은 없다.

이에 본 연구의 목적은 중학교 2학년 남자 청소년을 대상으로 자기조절의 두 하위영역인 정서조절과 행동조절 그리고 이들의 외현화 및 내재화 행동문제의 구조적 관계가 어떻게

나타나는지 검증하고자 했다. 청소년의 행동 문제는 자기보고뿐 아니라 이들의 행동문제를 보다 다각적으로 이해하고 객관적으로 측정하기 위해 매일 학교 장면에서 청소년들과 가까이에서 생활하며 관찰하는 담임교사의 보고를 포함하였다. 본 연구에서 설정한 구체적인 연구가설은 다음과 같다. 첫째, 남자 청소년의 정서조절 방략 중 재평가는 행동문제와 부적상관이, 그리고 억제는 정적상관 혹은 유의한 상관이 없을 것이다. 둘째, 남자 청소년의 정서조절 방략 중 재평가는 행동조절과 정적관련이 있고, 억제는 행동조절과 부적 관련이 있을 것이다. 셋째, 남자 청소년의 정서조절 방략이 행동문제에 미치는 영향을 행동조절이 부분적으로 매개할 것이다.

방 법

연구대상

본 연구는 서울 소재 한 남자 중학교 전체 2학년(평균나이=만 13.5세) 280명을 대상으로 실시하였다. 정서조절, 행동조절, 외현화, 내재화 행동문제에 대해 연구 대상인 청소년들이 자기보고 하도록 설문을 실시하였고 수집된 설문지 중 불성실하게 응답한 18부를 제외하고 총 262부를 최종 분석에 사용하였다. 또한 해당 청소년의 담임교사가 외현화, 내재화 행동문제에 대한 설문에 답을 하였다. 담임교사는 총 7명이 참여하였으며 연구 진행 당시 약 6개월 간 해당 청소년의 답임을 맡고 있었다.

측정도구

정서조절

정서조절 방략은 Gross와 John(2003)의 정서 조절 척도(Emotion Regulation Questionnaires)를 손재민(2005)이 한글로 번안한 척도를 사용하였다. 정서조절 척도는 총 10문항으로 2개의 하위영역인 정서를 일으킨 선행사건을 인지적으로 재평가하여 정서를 조절하는 재평가 방략(예: “기쁨이나 즐거움 같은) 긍정적인 감정을 더 느끼고 싶을 때, 나는 생각하는 것을 바꾼다.”) 6문항과 반응 시기에 정서를 표현하지 않고 억제함으로 정서를 조절하는 정서 억제 방략(예: “나는 나의 감정을 드러내지 않으므로써 감정을 통제한다.”) 4문항으로 구성되어 있으며, 6점 Likert 척도로 평정하였다(1=전혀 그렇지 않다, 6=매우 그렇다). 본 연구에서 재평가와 정서억제의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 각각 .86과 .77이었다.

행동조절

행동조절 측정을 위해 Kendall과 Wilcox (1979)가 초등학생 대상으로 개발한 행동조절 척도(Self-Control Rating Scale; SCRS)를 김문신, 김광웅(2003)이 한글로 번안하여 수정 및 보완한 척도를 사용하였다. 본 척도는 총 33문항으로 3개의 하위요인인 자기통제(예: “나는 어떤 일을 하겠다고 약속했을 때 그 약속을 지키는 편이다.”) 10문항, 충동성(예: “나는 행동하기 전에 생각하는 편이다.”) 13문항, 그리고 자기통제와 충동성의 두 가지 가능성인 행동조절능력추론(예: “나는 질문에 대답할 때, 한 가지 대답을 신중하게 하는가? 아니면 여러 가지의 대답을 이것저것 하는가?”) 10문항으로 구성되어 있으며, Likert 6점 척도로 평정하였

다(1=매우 아니다, 6=매우 그렇다). 본 연구에서 전체 행동조절의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .84이고, 자기통제, 충동조절, 자기통제능력추론 각각 .63, .75, .70이었다.

외현화 행동문제

외현화 행동문제에는 자기보고식 주의력문제 및 과잉행동과 반항(CASS) 및 품행문제(ODD)와 교사보고식 외현화 행동문제가 측정되었다.

주의력문제 및 과잉행동

주의력문제 및 과잉행동을 측정하기 위해 Conners(1997)의 Conners & Wells' Adolescent Self-Report Scale-Revised(CRS-R)를 한국판으로 타당화한 청소년용 Conners-Wells' Adolescent Self-Report Scale(CASS)를 사용하였다(반건호, 신민섭, 조수철, 홍강의, 2001). CRS-R 복합검사 중 하나인 CASS는 ADHD진단을 위한 청소년용 자기보고식 검사로 총 27문항으로 3개의 하위요인인 주의집중문제(예: “나는 한 번에 한 가지 일에 집중하기가 어렵다.”) 13문항, 과잉행동(예: “나는 오래 가만히 앉아 있기가 힘들다.”) 10문항, 품행문제(예: “우리 부모님은 내 나쁜 행동만 지적하십니다.”) 4문항으로 구성되어 있고, Likert 4점 척도로 평정하였다(0=절대 아니다, 3=매우 흔하다). 본 연구에서 주의력문제 및 과잉행동의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .90이었다.

반항·품행문제

반항·품행문제는 아동 청소년 지역기관을 위한 정신건강 선별조사 척도집(서울시 소아청소년 광역정신보건센터, 2007) 안에 수록된

Diagnostic and Statistical Manual of mental disorders, fourth edition(DSM-IV) 반항·품행 문제(Oppositional Defiant Disorder, ODD) 진단기준에 기반한 반항성장애척도를 사용하였다. 본 척도는 Likert 4점(1=전혀 없음, 4=아주 심함)의 총 8문항으로 원 척도는 부모 보고식으로 구성되어 있으나 본 연구에서는 청소년의 자기보고식 검사로 실시하였다. 본 연구에서 반항·품행문제의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .82였다.

내재화 행동문제

내재화 행동문제에는 자기보고식 우울(BDI), 불안(BAI)과 교사보고식 내재화 행동문제가 측정되었다.

우울

우울 정도를 측정하기 위해 Beck Depression Inventory(BDI)(Beck, 1967)를 이영호, 송종용(1991)이 번안한 한국판 K-BDI를 사용하였다. K-BDI는 우울의 인지적, 정서적, 동기적, 신체적 증상 영역을 포함하는 총 21문항으로 구성되어 있으며, 우울증상의 심한 정도를 표현하는 4개의 구체적인 진술문 중에 지난 한 주 동안 경험한 우울의 정도에 해당하는 진술문을 선택하도록 하였다. 각 문항은 0-3점으로 채점하고 총 점수가 0-9점이면 우울하지 않은 상태, 10-15점이면 가벼운 우울 기분장애, 16-23점이면 중한 우울, 24-63이면 심한 우울 상태를 나타낸다. 비록 BDI는 성인의 우울을 측정하기 위해 개발되었으나 청소년을 대상으로 그 신뢰도와 타당도가 국내외에서 확인된 바 있다(김정원, 오경자, 1993; Teri, 1982). 국내 청소년을 대상으로 한 김정원 외(1993)의

연구에서의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .86이었고, 본 연구에서는 .88이었다.

불안

불안 증상의 정도를 측정하기 위해 Beck Anxiety Inventory(BAI)(Beck, Epstein, Brown & Steer, 1988)를 권석만(1992)이 한글로 번안하고 육성필, 김중술(1997)이 타당화한 척도를 사용하였다. BAI는 불안의 인지적, 정서적, 신체적 영역을 포함하는 총 21문항으로 구성되어 있으며, 지난 한 주 동안 경험한 불안의 정도를 Likert 4점 척도로 평정하였다(0=전혀 안 느낌, 3=심하게 느낌). BAI 역시 성인의 불안을 측정하기 위해 개발되었으나 청소년을 대상으로 그 신뢰도와 타당도가 국내외에서 확인되었다(김갑숙, 전영숙, 2009; Jolly, Aruffo, Wherry, & Livingston, 1993). 국내 청소년을 대상으로 한 김갑숙 외(2009) 연구에서의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .89이었고 본 연구에는 .86이었다.

교사보고식 외현화 및 내재화 행동문제

연구대상의 담임교사가 본 청소년의 행동문제를 측정하기 위해 Bierman과 동료들(1995)이 개발한 또래 평정용 청소년기 행동문제 척도(Peer rating of behavior problem-Multidimensional Peer Rating Scale)를 교사 평정용으로 바꾸어 사용하였다. 원척도는 총 18문항으로 4개의 하위요인인 공격성(예: “다른 아이들을 위협한다.”) 4문항, 부주의(예: “일이 잘못되면 짜증을 낸다.”) 5문항, 과잉 행동(예: “생각하기 전에 행동한다.”) 4문항, 철수(예: “또래들 속에서 위축되어 있다.”) 5문항으로 구성되어 있으며, Likert 6점 척도로 평정하였다(1=전혀 그렇지

않다, 6=매우 그렇다). 본 연구의 저자들이 한글로 번안하였고 설문 실시 이후 내적 합치도 및 요인분석을 통해 척도의 타당성을 확인했다. 주축요인추출법과 promax 회전방식을 이용한 탐색적 요인 분석 결과, 고유치가 1이상인 요인은 모두 2개였고, 2개 요인의 누적 설명량은 67%였다. 1요인에는 공격성, 부주의, 과잉행동으로 구성된 교사보고 외현화 행동문제 13문항이 해당하였고, 2요인에는 철수인 내재화 행동문제 5문항이 해당하였다. 하위요인간의 상관은 .57로 변별도가 있었고, 전체척도와 하위 요인 간 상관은 .97, .76으로 $p < .01$ 수준에서 유의하였다. 본 연구에서는 2요인이 적합한 것으로 나타나 공격성, 부주의, 과잉행동을 포함한 교사보고 외현화 행동문제와 철수를 포함한 교사보고 내재화 행동문제로 재구성하였으며, 각 요인의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 각각 .95, .83이었다.

분석방법

본 연구의 자료 분석은 SPSS 18을 이용하여 주요 변인의 정규성 검토, 기술통계 및 상관분석을 실시하였고 Amos 18을 이용하여 구조방정식으로 연구 모형을 검증하였다. 모형 검증은 Anderson과 Gerbing(1988)의 2단계 구조모형 분석 방법을 사용하였다. 1단계는 측정모형 검증을 통해 측정변수들이 잠재변수를 제대로 측정하고 있는지 확인하였고, 2단계는 구조모형을 통해 정서조절 방략과 남자 청소년의 외현화, 내재화 행동문제의 관계에서 행동조절의 매개효과를 검증하였다. 본 연구에서는 표본의 크기에 영향을 덜 받는 상대적 지수인 TLI, CFI 그리고 RMSEA를 기준으로 연구모형의 적합도를 살펴보았다. TLI, CFI가 .90

이상이고, RMSEA가 .08 이하이면 좋은 적합도를 나타내는 것으로 평가하였다(홍세희, 2000). 끝으로 매개효과의 유의도를 검증하기 위해 Sobel(1982) 검증을 실시하였다.

결 과

기술통계

정서조절 방략, 행동조절, 외현화 행동문제, 내재화 행동문제에 대한 측정변인들의 평균과 표준편차, 그리고 변인 간 상관계수를 표 1에 제시하였다. 변인들이 정상성 가정을 충족하는지 알아보기 위해 왜도 및 첨도 값을 확인하였고, 그 절대값이 각각 2와 7이하로 다변량 정상성 가정을 충족했다(Curran, West, & Finch, 1996). 상관분석 결과 행동조절은 재평가($r = .19, p < .01$)와 억제($r = .17, p < .05$)의 두 정서조절방략 모두와 유의한 정적 상관을 나타냈다. 또한 예상했던 대로 행동조절은 외현화($r = -.54, p < .01$) 및 내재화($r = -.35, p < .01$) 행동문제 모두와 유의한 부적 상관을 보였다. 그러나 정서조절방략과 행동문제는 정서조절방략의 종류 및 내재화 그리고 외현화 행동문제 영역에 따라 그 관계가 다르게 나타났다. 구체적으로 재평가는 외현화 행동문제와 부적상관이($r = -.19, p < .01$) 나타났으나, 억제는 외현화 행동문제와 유의한 상관이 없었다. 반면 재평가는 내재화 행동문제와 유의한 상관이 없었고, 억제($r = .14, p < .05$)와 내재화 행동문제 간에는 유의한 정적 상관이 있었다.

표 1. 주요 변인의 평균, 표준편차 및 상관계수 (N = 262)

	1	2	3	3-1	3-2	3-3	4	4-1	4-2	4-3	5	5-1	5-2	5-3
1. 재평가	1													
2. 정서억제	.47**	1												
3. 행동조절	.19**	.17**	1											
3-1. 자기 통제	.22**	.18**	.86**	1										
3-2. 충동성	.04	.07	.81**	.51**	1									
3-3. 행동조절 능력후론	.21**	.13*	.79**	.57**	.44**	1								
4. 외현화	-.19**	-.04	-.54**	-.42**	-.43**	-.46**	1							
4-1. 과잉행동 주의력문제	-.19**	.01	-.43**	-.30**	-.34**	-.37**	.79**	1						
4-2. 빈항 품행문제	-.20**	-.07	-.48**	-.40**	-.38**	-.37**	.81**	.54**	1					
4-3. 교사보고 외현화	-.04	-.04	-.24**	-.17**	-.22**	-.21**	.62**	.36**	.18**	1				
5. 내재화	-.10	.14*	-.35**	-.24**	-.26**	-.34**	.63**	.46**	.52**	.35**	1			
5-1. 불안	-.09	.13*	-.30**	-.20**	-.23**	-.31**	.46**	.39**	.47**	.12	.82**	1		
5-2. 우울	-.10	.09	-.34**	-.21**	-.26**	-.34**	.46**	.49**	.43**	.07	.81**	.64**	1	
5-3. 교사보고 내재화	-.07	.09	-.15*	-.13*	-.10	-.13*	.47**	.16*	.24**	.52**	.61**	.21**	.20**	1
평균	3.86	3.39	3.63	4.08	3.54	3.25	-.01	.60	.40	2.00	.00	.29	.36	2.11
표준편차	1.01	1.06	.47	.62	.62	.48	.74	.37	.40	.93	.75	.28	.34	1.01

*p < .05, **p < .01. 외현화 및 내재화행동문제의 평균은 표준화 점수의 평균

표 2. 최종 구조모형의 모수추정결과

경로			비표준화 계수	표준화 계수	표준오차	임계치
재평가	→	행동조절	.09	.18	.04	2.18*
재평가	→	외현화	-.05	-.18	.02	-2.28*
정서억제	→	행동조절	.05	.11	.04	1.28
정서억제	→	외현화	.04	.16	.02	2.02*
행동조절	→	외현화	-.36	-.67	.06	-6.31***
재평가	→	행동조절	.09	.20	.04	2.36*
평가	→	내재화	-.04	-.16	.02	-1.99*
정서억제	→	행동조절	.05	.10	.04	1.24
정서억제	→	내재화	.06	.29	.02	3.70*
행동조절	→	내재화	-.23	-.47	.04	-5.16***

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

정서조절 방략과 외현화 행동문제의 관계에서 행동조절의 매개효과

행동조절과 외현화 행동문제에 대한 측정모형의 검증결과 TLI는 .992, CFI는 .997 그리고 RMSEA는 .021로 좋은 적합도를 나타냈다. 먼저 재평가 및 억제와 외현화 행동문제 간의 관계를 행동조절이 부분 매개하는 연구모형의 적합도 검증 결과 χ^2 는 21.418, 자유도(df)는

16, TLI는 .971, CFI는 .997, RMSEA는 .035로 좋은 적합도를 나타냈다.

다음으로 재평가 및 억제와 외현화 행동문제 간의 관계를 행동조절이 완전 매개 하는 경쟁모형의 검증을 실시한 결과 χ^2 는 27.628, 자유도(df)는 18, TLI는 .952, CFI는 .976, RMSEA는 .045로 좋은 적합도를 나타냈다. 연구모형과 경쟁모형의 χ^2 차이검증 결과 연구모형이 경쟁모형에 비해 $\Delta df=2$, $\Delta \chi^2=6.48$ 감

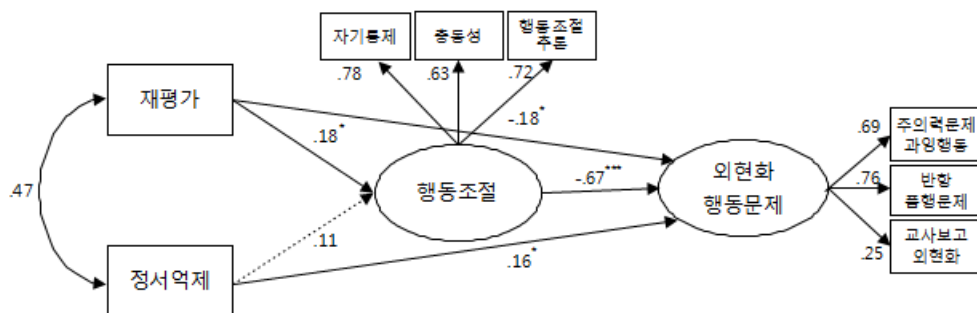


그림 1. 정서조절방략, 행동조절, 외현화 행동문제의 구조모형(표준화된 회귀계수)

* $p < 0.5$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, 점선은 유의하지 않은 경로

소한 것이 .05수준에서 유의하여 연구모형을 최종모형으로 채택했다($\Delta\chi^2=6.48>\chi^2_{.05}(2)=5.99$).

최종 구조모형을 검증한 결과, 억제와 행동 조절의 경로계수를 제외한 모든 경로계수가 유의하였다(그림 1). 구체적으로 재평가와 행동 조절의 표준화 경로계수는 .18($p<.05$), 재평가와 외현화 행동문제의 표준화 경로계수는 -.18($p<.05$). 억제와 외현화 행동문제의 표준화 경로계수는 .16($p<.05$). 행동조절과 외현화 행동문제의 표준화 경로계수는 -.67($p<.001$)이었다. Sobel 검증을 통해 재평가와 외현화 행동문제 간의 관계에서 행동조절의 매개효과의 유의성을 검증한 결과, 행동조절이 재평가와 외현화 행동문제 간의 관계를 부분 매개하는 것으로 밝혀졌다($z=-2.11, p<.05$).

정서조절 방략과 내재화 행동문제의 관계에서 행동조절의 매개효과

행동조절과 내재화 행동문제에 대한 측정모형의 검증결과 TLI는 .987, CFI는 .995이고, RMSEA 값이 .028로 좋은 적합도를 나타냈다. 먼저 재평가 및 억제와 내재화 행동문제 간의

관계를 행동조절이 부분 매개하는 연구모형의 적합도 검증 결과 χ^2 는 19.207, 자유도(df)는 16, TLI는 .983, CFI는 .992, RMSEA는 .028로 좋은 적합도를 나타냈다.

다음으로 재평가 및 억제와 내재화 행동문제 간의 관계를 행동조절이 완전 매개 하는 경쟁모형의 검증을 실시한 결과 χ^2 는 33.383, 자유도(df)는 18, TLI는 .926, CFI는 .963, RMSEA는 .057로 좋은 적합도를 나타냈다. 연구모형과 경쟁모형의 χ^2 차이검증 결과 연구모형이 경쟁모형에 비해 $\Delta df=2, \Delta\chi^2=14.176$ 감소한 것이 .05수준에서 유의하여 연구모형을 최종모형으로 채택했다($\Delta\chi^2=14.176>\chi^2_{.05}(2)=5.99$).

최종 구조모형을 검증한 결과, 억제와 행동 조절의 경로계수를 제외한 모든 경로계수가 유의하였다(그림 2). 구체적으로 재평가와 행동조절의 표준화 경로계수는 .18($p<.05$), 재평가와 내재화 행동문제의 표준화 경로계수는 -.16($p<.05$), 억제와 내재화 행동문제의 표준화 경로계수는 .29($p<.05$). 행동조절과 내재화 행동문제의 표준화 경로계수는 -.47($p<.001$)이었다. Sobel 검증을 통해 재평가와 내재화 행동문제 간의 관계에서 행동조절의 매개효과의

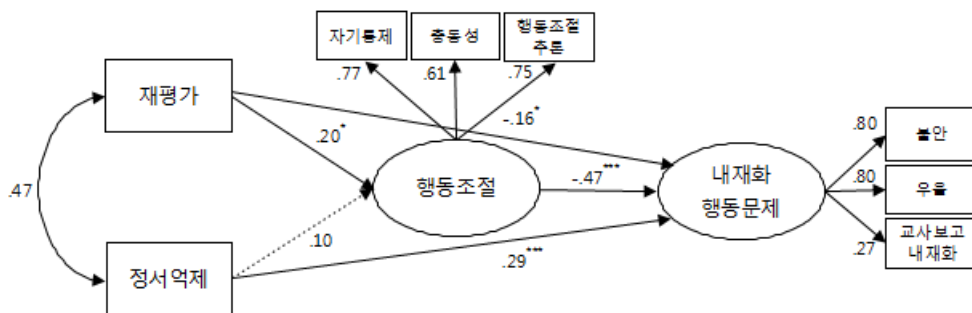


그림 2. 정서조절방략, 행동조절, 내재화 행동문제의 구조모형(표준화된 회귀계수)

* $p < 0.5$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, 점선은 유의하지 않은 경로

유의성을 검증한 결과, 행동조절이 재평가와 내재화 행동문제 간의 관계를 부분 매개하는 것으로 밝혀졌다($z=-2.10, p<.05$).

논 의

본 연구는 급격한 신체 심리적 변화로 인한 스트레스와 갈등이 고조되는 초기 청소년기 남자 중학생의 자기조절능력을 정서조절과 행동조절로 나누어 행동문제와 어떤 관계를 갖는지 알아보았다. 구체적으로 남자 청소년의 정서조절방략과 행동문제의 관계를 행동조절이 매개한다는 구조모형을 설정하고 모형의 적합도 및 매개효과를 검증하였다. 그 결과와 논의는 다음과 같다.

첫째, 정서조절 방략에 따라 남자 청소년들의 행동문제가 다르게 나타났는데 정서조절방략 중 인지적 재평가를 많이 사용할수록 남자 청소년의 행동문제 정도가 더 낮았음에 반해, 정서 억제 경향성이 높을수록 이들의 행동문제 정도는 더 높았다. 이는 한정된 인지, 정서적 자원을 가진 인간이 자신의 정서를 억제하는 방법으로 정서조절에 노력을 기울이면 그 동안 다른 수행기능이 떨어지게 되어 심리적 부적응을 경험하게 된다는 선행연구 결과와 일치한다(Gross & Levenson, 1997; Gibert, Krull, & Pelham, 1988). 이와는 달리 재평가의 사용은 잠재적으로 활성화될 정서 단서에 대해 미리 인지적으로 재해석하여 정서가 발생하는 상황을 보다 객관적이고 중립적으로 인식해 정서를 조절할 수 있게 한다(Gross, 2001). 따라서 정서 반응 경향성이 완전히 활성화되기 이전에 인지적으로 상황을 재해석하고 재평가함으로써 자신이 목적하는 바를 얻기 위

해 충동을 통제하고 바람직하지 않은 행동을 조절할 수 있는 행동조절의 과정을 돕게 된다. 본 연구결과에서도 재평가를 더 자주 사용하는 남자 청소년의 행동조절 정도가 더 높고 행동문제의 수준은 더 낮았다.

본 연구에서는 행동문제를 외현화와 내재화로 구분하여 정서조절과 행동조절의 구조적 관계를 살펴보았는데, 행동문제 종류에 따른 모형의 차이는 나타나지 않았다. 외현화 및 내재화 행동문제는 각기 다른 종류의 행동문제이며, 모두 자기조절의 실패에서 출발하지만 그 발달 경로에 차이가 있다. 즉, 외현화 행동문제는 감정이나 행동에 있어 통제가 부족하여 나타나는 것으로 공격성, 충동성, 비행 등의 문제행동이 포함되며, 내재화 행동문제는 정서적 문제와 관련된 증상으로 내부로 향하는 자신의 욕구를 통제하고 억제하는 방식에서 비롯된 문제로 우울, 불안, 위축, 두려움 등이 포함된다(Achenbach & Edelbrock, 1983). 본 연구에서도 외현화 문제는 행동조절과 더 큰 상관을 보인 반면 내재화 문제는 정서조절, 그 중에서도 억제와 더 큰 상관을 보였다. 물론 외현화와 내재화 행동문제의 표현방식은 달라도 두 문제행동은 서로 관련이 깊다. 예를 들면, 분노, 적개심과 같이 외현화 행동문제와 관련 있는 부정적 정서는 사회적 상호작용에 악영향을 주며, 이로 인한 대인관계에서의 거부나 소외는 우울, 불안과 같은 내재화 행동문제로 이어질 수 있다. 또한 슬픔과 우울같이 내재화 행동문제와 관련 있는 부정적 정서는 자신의 욕구에 미숙하거나(예: 사회적 위축) 부적절한 방법(예: 때리기)으로 충족시키려 하여 외현화 행동문제로 이어질 수 있다(Eisenberg et al., 2005).

정서 조절은 즉각적인 만족과 욕구를 참고

상황에 맞게 통제하는 행동조절 과정에서 발생하는 부정정서를 감소시켜(Tice et al., 2000) 행동조절의 성공에 중요한 역할을 한다. 그런데 억제를 사용하여 정서조절을 할 경우 부정정서를 더 많이 경험하고, 자신의 정서반응 억제에 집중하는 동안 중요한 사회적 단서를 놓쳐 개인 내적인 어려움뿐 아니라 대인관계에서의 어려움으로 발전할 수 있다(Gross et al., 2003). 이에 억제는 행동조절을 방해하고, 행동조절의 저하는 높은 수준의 행동문제로 이어질 것이라 예상하였다. 본 연구 결과 억제는 남자 청소년의 행동문제와 정적인 관련은 있었으나 예상과는 달리 행동조절과는 유의한 관계가 없었다. 이러한 결과는 집단의 조화가 강조되는 집단주의 문화의 한국에서 개인 감정의 억제는 더 허용적이며 바람직하게 여겨져 온 한국이라는 사회적 문화 배경에서 이해될 수 있고(이은경 외, 2009) 서구의 연구 결과와는 달리 억제가 행동조절의 저하와 같은 심리적 기능손상과 상관 없이 있을 수 있다(Butler et al., 2007). 성차 또한 본 연구의 결과를 설명할 수 있는데, 여자와 비교하여 남자의 정서 억제가 사회적으로 더 바람직하다고 인정되는 경향이 있는데, 억제를 더 빈번히 사용하는 남자의 경우 오히려 더 높은 수준의 심리적 기능을 나타내기도 했다(Su et al., 2013). 이렇듯 한국 그리고 남자라는 사회문화적 맥락에서 억제와 심리적 역기능과의 관계가 미비하게 나타날 수는 있지만, 억제의 사용이 여전히 청소년의 행동문제에 직접적으로 부정적인 영향을 미친다는 것을 간과할 수 없다.

둘째, 남자 청소년의 정서조절 전략 중, 재평가와 외현화 및 내재화 행동문제의 관계에서 행동조절의 부분 매개효과가 검증되었다.

즉, 재평가를 더 자주 사용하는 청소년들이 더 효과적으로 행동조절을 하며, 행동조절능력이 높은 청소년들의 외현화 및 내재화 행동문제의 정도가 낮았다. 이와 같은 결과는 남자 청소년들이 자신의 정서를 조절하는 전략으로 정서를 감추거나 참는 억제가 아니라 인지적으로 상황의 의미를 재해석 할 수 있는 재평가를 사용할 수 있도록 지지해주는 것이 주의력 결핍 문제나 공격성 등과 같은 외현화 행동문제나 우울 불안 등과 같은 내재화 행동문제 정도를 완화 시키는 것에 도움이 될 수 있음을 시사한다. 또한 재평가의 사용은 자신의 충동을 통제하는 행동조절 과정에서 동반되는 부정감정의 조절을 더 원활히 도와 행동조절을 강화할 수 있고, 향상된 행동조절 능력은 청소년들이 경험하는 행동문제 수준에 부적인 관련이 있어 이들의 심리적 적응 능력을 더 높게 할 수 있다.

본 연구의 제한점과 추후 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 연구 참여자가 한 학교 대상 남자 중학생으로 한정되어 전체 남자 청소년들에게 일반화시키기 어려울 수 있다. 후속 연구에서는 모집단을 대표할 수 있는 보다 다양한 지역 및 학교에서의 표집을 통해 본 연구결과가 재검증 되는지 확인해볼 필요가 있다. 둘째, 본 연구는 신체적 심리적 변화가 급격하게 일어나는 초기 청소년기에 특히, 성역할에 따른 사회화의 과정에 따라 정서조절의 성차가 강화(Doyle & Biaggio, 1981)되어 일반적으로 남학생이 여학생에 비해 정서조절에 어려움을 겪는다는 것(임희수, 박성연, 2001)을 근거로 중학교 2학년 남학생을 그 연구 대상으로 하였다. 후속 연구에서는 같은 청소년 초기의 여아를 대상으로 이들의 정서조절 전략의 사용과, 사용하는

방략에 따라 행동조절이나 행동문제와 어떠한 관계가 있는지 남자 중학생과 비교해서 알아볼 필요가 있다. 셋째, 본 연구는 연구 대상자들의 정서조절 방략과 행동조절 능력, 외현화 내재화 행동문제를 한 시점에서 측정된 자료를 사용하여 분석하였으므로 이들 변인들 간의 인과관계를 추론할 수 없다는 한계점을 가진다. 따라서 정서조절 방략 및 행동조절과 행동문제의 인과적 관계추론을 위해서는 종단연구가 이루어져야 할 필요가 있다. 또한 앞서 언급했듯이 청소년의 외현화 및 내재화 행동문제는 자기조절실패라는 원인을 공유하며 서로 긴밀한 관계를 갖는 변인이다. 종단연구를 통해 정서 및 행동조절에 따른 외현화, 내재화 행동문제의 발달 궤적에 어떠한 변화 및 유지가 이루어지는지 알아볼 필요가 있다. 결론으로 본 연구는 미국과 국내 대학생 및 성인의 정서억제와 심리적 적응을 비교한 선행 연구(이은경 외, 2009)에서 국내 대학생 및 성인의 정서억제는 심리적 적응과 관련이 없다는 결과와 달리 청소년들의 정서억제는 행동문제와 정적인 상관이 있는 것을 발견하였다. 이것은 정서억제와 심리적 적응 연구에 있어 문화차는 물론 발달단계에 따른 차이에 대한 고려가 필요함을 시사한다. 후속연구에서는 보다 구체적으로 각 발달단계에서 정서조절과 심리적 적응이 어떠한 관계에 있는지 살펴볼 필요가 있다.

본 연구는 연구 대상자의 행동문제를 측정하는데 있어 보다 다양한 평가와 객관적인 결과를 위해 담임 교사보고를 연구에 포함하여 중학교 2학년 남학생들의 자기조절을 정서조절과 행동조절로 구분하였으며, 정서 조절의 과정을 자세히 알아보기 위해 재평가와 정서억제의 정서조절 방략을 선택하여 행동조절에

따른 행동문제와의 관계를 확인해보았다는데 의의가 있다. 본 연구결과 중학교 2학년 남자 청소년의 정서조절 방략에 따라 행동조절과 행동문제에 미치는 영향이 다르게 나타났다. 특히 재평가를 사용한 정서조절은 더 낮은 수준의 외현화 및 내재화 행동문제와 직접적 상관이 있었던 것은 물론 행동조절을 매개로 외현화 및 내재화 행동문제 수준에 영향을 주었다. 억제를 사용한 정서조절은 행동조절과는 상관이 없었지만, 더 높은 수준의 외현화 및 내재화 행동문제와 관련이 있는 것으로 밝혀졌다. 본 연구는 보다 적응적인 정서조절 방략인 재평가 방략과 행동문제의 관계에서 행동조절의 매개효과를 검증함으로써 남자 청소년의 자기조절과 행동문제 접근에 중요한 임상적 의의를 제공한다. 남자 청소년들이 정서를 조절할 때, 상황의 의미를 재해석하는 재평가의 사용을 지지하는 것이 직접적인 행동문제 정도의 완화와 관련 있으며, 또한 재평가의 사용이 부정정서 조절에 영향을 주어 효과적인 행동조절로 이어지고, 행동조절이 잘 될수록 행동문제 정도 완화에 긍정적 영향을 미친다는 본 연구결과를 바탕으로 청소년기 자기조절에 어려움을 겪거나 높은 수준의 행동문제를 보이는 경우의 치료적 개입과 예방에 도움을 줄 수 있을 것이다.

참고문헌

- 권석만 (1992). Differential roles of dysfunctional attitudes and automatic thoughts in depression: an integrated cognitive model of depression. Queensland대학교 박사학위논문.
권재환, 이은희 (2006). 남녀 청소년의 충동성,

- 부모의 양육태도, 개인의 통제력, 부모-자녀 의사소통이 문제행동에 미치는 영향. *한국청소년연구*, 17(1), 325-351.
- 김갑숙, 전영숙 (2009). 청소년의 부모-자녀의 사소통과 자아분화가 불안에 미치는 영향. *한국가족복지학*, 14(4), 79-94.
- 김문신, 김광웅 (2003). 어머니의 정서표현과 정서 표현수용태도가 아동의 자기조절 능력에 미치는 영향. *놀이치료연구*, 6(1), 3-13.
- 김정원, 오경자 (1993). 청소년기 우울과 비행간의 관계: 인지적 몰락을 매개변인으로. *한국심리학회지: 임상*, 12(2), 126-141.
- 민수홍 (2006). 청소년의 자기통제력이 비행과 범죄에 미치는 영향: 패널자료를 이용한 인과성 및 일반성 검증. *청소년학연구*, 13(6), 27-47.
- 박현수 (2012). 자기통제의 안정성과 낮은 자기통제 수준에서 상황적 요인이 청소년비행에 미치는 영향. *형사정책연구*, 23(1), 385-418.
- 반건호, 신민섭, 조수철, 홍강의 (2001). 청소년 ADHD 평가도구 개발을 위한 예비연구. *소아·청소년 정신의학*, 12(2), 218-224.
- 서울시소아청소년광역정신보건센터 (2007). 아동, 청소년 지역기관을 위한 정신건강선별 조사 척도집. 서울시.
- 서울신문, 2013년 5월11일. 사춘기 청소년들의 반항적 심리상태 '중2병' 급증.
- 손재민 (2005). 정서조절방략에서의 개인차: 인지적재해석인과 정서표현 억제인의 비교. 서울대학교 석사학위논문.
- 신현숙, 구본용 (2001). 청소년의 스트레스 대처방식과 적응과의 관계. *청소년상담연구*, 9, 189-225.
- 연합뉴스, 2013년 2월 7일. 2012년 학생정서행동특성검사 현황.
- 육성필, 김중술 (1997). 한국판 Beck Anxiety Inventory의 임상적 연구. 환자군과 비환자군의 비교. *한국심리학회지: 임상*, 16(1), 185-197.
- 이경희 (2009). 중·고등학생의 정서조절 전략과 학교생활 적응. *한국가정교육학회지*, 21(2), 159-169.
- 이영호, 송중용 (1991). BDI, SDS, MMPI-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. *한국심리학회지: 임상*, 10, 98-113.
- 이은경, 서은국 (2009). 정서억제와 주관적 안녕감: 문화 비교 연구. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 23(1), 131-146.
- 이지영, 권석만 (2006). 정서조절과 정신 병리의 관계: 연구 현황과 과제. *한국 심리학회지: 상담 및 심리치료*, 18(3), 461-493.
- 임희수, 박성연 (2001). 어머니가 지각한 아동의 기질, 어머니의 정서조절 및 양육행동과 아동의 정서조절과의 관계. *아동학회지*, 23(1), 37-54.
- 이창호, 양미진, 이희우, 이은경 (2005). 청소년 정신건강 관련요인 연구. *한국청소년상담원*.
- 조혜진, 권석만 (2011). 자기조절과 정서가 폭식행동에 미치는 영향. *한국심리학회지: 임상*, 30(4), 963-983.
- 홍세희 (2000). 구조방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *한국심리학회지: 임상*, 19, 161-178.
- Achenbach, T. M., & Edelbrock, C. S. (1983). *Manual for the child behavior checklist and revised behavior profile*. Burlington: University of Vermont Department of Psychiatry.

- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103(3), 411-423.
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2007). Self-Regulation, Ego Depletion, and Motivation. *Social and Personality Psychology Compass*, 1(1), 115-128.
- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. A. (1988). An Inventory for Measuring Clinical Anxiety: Psychometric Properties. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 56(6): pp.893-897.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, Experimental, and Theoretical Aspects*. New York: Harper & Row.
- Bierman, K. L., & Wargo, I. (1995). Predicting the longitudinal course associated with aggressive-rejected, aggressive (non-rejected) and rejected (non-aggressive) status. *Development and Psychopathology*, 7, 669-682.
- 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(1), 30-48.
- Butler, E. A., Egloff, B., Wilhelm, F. H., Smith, N. C., Erickson, E. A., & Gross, J. J. (2003). The social consequences of expressive suppression. *Emotion*, 3, 48-67.
- Carver, C. S., Johnson, S. L., & Joormann, J. (2008). Serotonergic function, two-mode models of self-regulation, and vulnerability to depression: What depression has in common with impulsive aggression. *Psychological Bulletin*, 134, 912-943.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2000). On the structure of behavioral self-regulation. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp.41-84). San diego: Academic Press.
- Cole, P. M., Martin, S. E., & Dennis, T. A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: Challenge and directions for child development research. *Child Development*, 75(2), 317-333.
- Conners, C. K. (1997). *Conners Rating Scales-Revised Technical Manual*, New York: Multi-Health Systems.
- Csikszentmihalyi, M., & Larson, R. (1984). *Being adolescent*. New York; Basic Books.
- Curran, P. J., West, S. G., & Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological Methods*, 1, 16-29.
- Doyle, M. A., & Biaggio, M. K. (1981). Expression of anger as a function of assertiveness and sex. *Journal of Clinical Psychology*, 37, 154-157.
- Eisenberg, N., Sadovsky, A., Spinrad, T. L., Fabes, R. A., Losoya, S. H., et al. (2005). The relations of problem behavior status to children's negative emotionality, effortful control, and impulsivity: concurrent relations and prediction of change. *Developmental Psychology*, 41, 193-211.
- Eisenberg, N., Spirad, T. L., & Eggum, N. D. (2010). Emotion-Related Self-Regulation and Its Relation to Children's Maladjustment. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6,

- 495-525.
- English, T., & John, O. P. (2013). Understanding the Social Effects of Emotion Regulation: The Mediating Role of Authenticity for Individual Differences in Suppression. *Emotion, 13*(2), 314-329.
- Feldman, S. S., & Weinberger, D. A. (1994). Self-restraint as a mediator of family influences on boys' delinquent behavior: A longitudinal study. *Child Development, 65*, 195-211.
- Gilbert, D. T., Krull, D. S., & Pelham, B. W. (1998). Of thoughts unspoken: Social inference and the self-regulation of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology, 55*, 685-694.
- Gross, J. J., & Levenson, R. W. (1997). Hiding feelings: The acute effects of inhibiting positive and negative emotions. *Journal of Abnormal Psychology, 106*, 95-103.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology, 2*, 271-299.
- Gross, J. J. (2001). Emotion Regulation in Adulthood: Timing is everything. *Current Directions in Psychological Science, 10*(6), 214-219.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology, 85*(2), 348-362.
- Gross, J. J. (2007). Handbook of emotion regulation. In Gross, J. J., & Thompson, R. A. (Eds.) *Emotion regulation: Conceptual foundations*. New York NY: Guilford Press.
- Heine, S. J., Lehman, D. R., Markus, H. R., & Kitayama, S. (1999). Is there a universal need for positive self-regard? *Psychological Review, 106*, 766-794.
- John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and lifespan development. *Journal of Personality, 72*, 1301-1334.
- Jolly, J. B., Aruffo, J. F., Wherry, J. N., & Livingston, R. (1993). The utility of the Beck Anxiety Inventory with inpatient adolescents. *Journal of anxiety disorders, 7*(2), 95-106.
- Kendall, P. C., & Wilcox, L. E. (1979). Self-control in children; Developmental of a rating scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 47*(6), 1020-1029.
- Markus, H. R. and Kitayama, S. (1991). "Culture and the self: implications for cognition, emotion, and motivation", *Psychological Review, 98*(2), 224-53.
- Mauss, I. B., & Butler, E. A. (2010). Cultural context moderates the relationship between emotion control values and cardiovascular challenge versus threat responses. *Biological Psychology, 84*, 521-530.
- Mischel, W. (1961). Delay of gratification, need for achievement, and acquiescence in another culture. *Journal of Personality and Social Psychology, 62*, 116-124.
- Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2005). The cognitive control of emotion. *Trends in Cognitive Sciences, 9*, 242-249.
- Soto, J. A., Perez, C. R., Kim, Y. H., Lee, E. A., & Minnick, M. R. (2011). Is Expressive

- Suppression Always Associated With Poorer Psychological Functioning? A Cross-Cultural Comparison Between European Americans and Hong Kong Chinese. *Emotion*, 11(6). 1450-1455.
- SBS뉴스, 2013년 6월 3일. 사춘기의 정점 ‘중2병’ 대처방안은?
- Searle, B., & Meara, N. M. (1999). Affective dimensions of attachment styles: Exploring self-reported attachment style, gender, and emotional experience among college students. *Journal of Counseling Psychology*, 46, 147-158.
- Sobel, M. E. (1982). Asymptotic intervals for indirect effects in structural equations models. In S. Leinhardt (Ed.), *Sociological methodology* 1982 (pp.290-312). San Francisco: Jossey-Bass.
- Southam-Gerow, M. A., & Kendall, P. C. (2002). Emotional regulation and understanding: Implications for child psychopathology. *Clinical Psychology Review*, 22, 189-222.
- Su, J., Lee, R. M., & Oishi, S. (2013). The Role of Culture and Self-Construal in the Link between Expressive Suppression and Depressive Symptoms. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 44(2), 316-331.
- Teri, L. (1982). The use of the beck depression inventory with adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 10, 277-284.
- Tice, D. M., & Bratslavsky, E. (2000) Giving in to feel good: The place of emotion regulation in the context of general self-control. *Psychological Inquiry*, 11(3), 149-159.
- Tice, D. M., Baumeister, R. F., Shmueli, D., & Muraven, M. (2007). Restoring the self: Positive affect helps improve self-regulation following ego depletion *Journal of Experimental Social Psychology*, 43, 379-384.
- Vohs, K. D., & Heatherton, T. F. (2000). Self-regulatory failure: A resource-depletion approach. *Psychological Science*, 11, 249-254.
- Vohs, K. D., & Schmeichel, B. J. (2003). Self-Regulation and the Extended Now: Controlling the self alters the subjective experience of time. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 217-230.
- Wills, T. A., Walker, C., Mendoza, D., & Ainette, M. G. (2006). Behavioral and emotional self-control: Relations to substance use. *Psychology of Addictive Behaviors*, 20, 265-278.
- Wills, T. A., Pokhrel, P., Morehouse, E., & Fenster, B. (2011). Behavioral and emotional regulation and adolescent substance use problems: A test of moderation effects in a dual-process model. *Psychology of Addictive Behaviors*, 25(2), 279-292.

1차원고접수 : 2012. 12. 30.

수정원고접수 : 2013. 08. 04.

최종게재결정 : 2013. 09. 12.

Behavioral Regulation as a Mediator of the Relation between Emotional Regulation Strategies and Behavior Problems in Adolescent Boys

Sun Young Park

Kyoung Ok Seol

Ji Eun Park

Ewha Womans University

This study examined two aspects of self-regulation- emotional and behavioral regulations, and how they were related to behavior problems among 262 adolescent boys. Specifically, we hypothesized that behavioral regulation would mediate the relation between emotional regulation strategies of reappraisal and suppression, and behavior problems. Adolescent self-reports of emotional and behavioral regulations and behavior problems were used. Additionally, teachers reported behavior problems of adolescents. Results revealed that reappraisal emotional regulation strategy was positively associated with behavioral regulation, and negatively associated with behavior problems. The behavioral regulation partially mediated the link between reappraisal emotional regulation strategy and behavior problems of adolescent boys. However, suppression emotional regulation strategy was not related to behavioral regulation but positively associated with behavior problems. There was no mediational effect of behavioral regulation on the relation between suppression emotional regulation strategy and behavior problems. In conclusion, reappraisal emotional regulation strategy appeared to have a more positive association with adolescent boys' behavioral regulation. Adolescent boys who exercised better behavioral regulation in turn, showed lower levels of behavior problems. However, suppression emotional regulation strategy was positively associated with higher levels of behavior problems when it was not related to adolescent boys behavioral regulation.

Key words : emotional regulation, behavioral regulation, self-regulation, behavior problems, adolescent boys