

통제욕구가 우울에 미치는 영향: 스트레스 상황에서 나타나는 지각된 통제 가능성의 조절효과*

최 지 윤

오 경 자[†]

연세대학교 심리학과

본 연구에서는 통제욕구가 우울에 미치는 영향을 확인하고, 이와 같은 통제욕구의 영향이 상황을 얼마나 통제 가능한 것으로 지각하느냐와 스트레스를 얼마나 경험하고 있느냐에 따라 달라지는지를 파악하고자 하였다. 이를 위하여 대학생 256명(남자 103명, 여자 153명)을 대상으로 주요 생활스트레스 사건(major life stress)들을 제시하고 그 가운데 경험한 사건과 스트레스 사건에 대한 지각된 통제 가능성을 보고하도록 하였으며, 이를 통제욕구, 우울 수준과 함께 분석하였다. 분석 결과, 통제욕구가 높은 개인이 그렇지 않은 개인에 비해 전반적으로 우울 수준이 낮게 나타났다. 한편, 스트레스 경험 빈도가 낮은 경우에는 통제욕구가 높은 사람이나 낮은 사람 모두 지각된 통제 가능성에 따라 우울 수준이 달라지지 않았다. 그러나 스트레스 경험 빈도가 높을 경우, 지각된 통제 가능성에 따라 통제욕구가 우울에 미치는 영향이 달라졌다. 가설과는 달리, 통제욕구가 높은 사람이라고 해서 통제가능성을 낮게 지각했을 때 더 우울해지는 것은 아니었다. 대신 심한 스트레스 상황 가운데에서도 지각된 통제 가능성이 높은 경우, 통제욕구가 높은 사람은 통제욕구가 낮은 사람과는 달리 우울증상이 완화되어 나타났다. 위의 결과를 바탕으로 본 연구의 시사점과 제한점 및 후속연구에 대한 제안에 대해 논의하였다.

주요어 : 통제욕구, 지각된 통제 가능성, 스트레스 경험, 우울

* 이 논문은 제1저자의 2011년 연세대학교 석사학위논문을 정리한 것임.

[†] 교신저자: 오경자, 연세대학교 심리학과, 서울시 서대문구 신촌동 134

Tel: 02-2123-2441, E-mail: kjoh@yonsei.ac.kr

앞으로 나타날 결과를 예측하여 통제하려는 것은 인간의 강한 욕구 중 하나이며, 따라서 상황이 '통제 하에 있다'고 지각하는 것은 신체적, 심리적 건강과 높은 연관성이 있다는 사실이 많은 연구들을 통해 밝혀져 왔다 (Affleck, Tennen, Pfiffer, & Fifield, 1987; Gebhardt & Brosschot, 2002). 이처럼 인간이 기본적으로 가지고 있는 통제욕구는 "삶에서 일어나는 사건들에 대해 통제력을 발휘하고자 하는 개인의 동기"로서(Burger & Cooper, 1979), 모든 사람이 가지고 있는 보편적인 것이지만 개인별로 그 강도는 다르다고 가정된다(Gebhardt & Brosschot, 2002). 통제욕구와 정신건강의 관계를 살펴본 많은 연구들에서 통제욕구가 심리적 안녕감, 대학생활 적응, 높은 학업성취 등 여러 가지 긍정적인 심리적 결과와 연관되어 있음을 보여주고 있다(Cooper, Okamura, & McNeil, 1995; Aspinwall & Taylor, 1992; Burger, 1985).

한편, 인지-성격적 특징과 부정적 생활사건이 상호작용하여 우울을 예측한다는 소인-스트레스 모델(diathesis-stress model)을 기반으로, 부정적 생활 경험을 하게 되는 상황에서는 통제욕구가 정신건강에 부정적인 역할을 할 것이라는 예측 하에 이를 검증하고자 한 시도도 많았다(Mazure, Raghavan, Maciejewski, Jacobs, & Bruce, 2001; Robins, 1995). 스트레스 사건 가운데에서도 특히 통제 불가능한 사건이 높은 통제욕구를 가진 개인에게 위협요소로 작용할 가능성이 클 것으로 추정되었다. 이는 통제의 '환경적 측면'인 통제 가능 여부와 '개인적 측면'인 통제에 대한 믿음이나 기대, 욕구, 혹은 그에 따른 행동양식 사이에 부조화가 있을 경우 통제권을 획득하려는 노력이 부적응적으로 작용할 수 있기 때문이다(Evans, Shapiro, &

Lewis, 1993). 그 예로, Mazure와 Maciejewski (2003)는 통제욕구를 핵심으로 하는 자율지향성(autonomy)이라는 성격특징을 가진 개인이 성취, 독립, 통제가 좌절되는 스트레스 상황에 처했을 때 우울에 취약해짐을 확인하였으며, Compas, Malcarne와 Fondacaro(1988)의 연구에서는 부모 이혼 시 부모의 재결합을 위한 시도를 한 청소년들이 감정조절 전략을 사용한 청소년들보다 더 심각한 정서 문제를 보였다는 결과를 얻어, 통제욕구와 높은 상관관계에 있는 문제 중심적 대처양식이 통제 불가능 상황에서 부정적 효과가 있음을 보여주었다. 통제욕구와 유의한 상관관계에 있는 또 다른 특성인 완벽주의에 관한 연구에서도, 자기 지향적 완벽주의가 높은 사람은 그렇지 않은 사람에 비해 평소에는 우울 수준이 낮지만 부정적 생활사건을 경험할 경우에는 더 심한 우울 증상을 보인다는 결과가 나타났고, 연구자들은 그 이유를 부정적 생활경험이 완벽주의자들의 높은 통제욕구를 침해하기 때문으로 추정하였다 (Flett, Hewitt, Blankstein & Mosher, 1995).

이처럼 통제욕구와 통제 가능성 사이에 상호작용이 있을 것임을 추정하게 하는 관련 연구결과는 많았으나, 막상 '통제욕구' 자체를 변인으로 설정했던 연구들에서의 결과는 일관되지 나타나지 않았다. 이 연구들을 살펴보면, 대부분 통제욕구 측정 방식은 일치하였으나 '통제 가능성' 조건 및 종속변인이 상이하였다. 상호작용이 나타난 일부 연구들에서는 '통제 불가능' 조건 설정을 위해 실험 상황에서 참가자에게 주어지는 통제도를 제한하고 그에 대한 반응을 살펴보거나 혹은 통제가 불가능한 상황을 묘사한 시나리오를 제공하여 그 상황에서 나타날 것으로 예상되는 반응을 보고 하도록 하였다. 또한 이러한 연구들 대부분은

일시적인 스트레스 수준을 종속변인으로 지정하였는데, 예를 들어 Baron, Cusumano, Evans와 Hodne(2004)는 산모의 예기되는 스트레스 수준을, Baron과 Logan(1993)은 치과 환자의 두려움과 스트레스 수준을 관찰하였으며, Lawler, Schmieid, Armstead와 Lacy의 연구(1990)에서는 심장 박동수를, Burger와 Arkin의 소음 연구(1980)에서는 상태 우울을 측정하였다. 하지만 이와 같이 실험을 통해 얻은 결과는 실제 삶에서 마주치는 제한된 통제 상황에서의 적응으로는 일반화되기 어렵다는 문제점을 가지고 있다(Vitaliano, DeWolfe, Maiuro, Russo, & Katon, 1990). 또한 우울과 같은 지속적 적응상태가 아닌 일시적인 스트레스 반응에 미치는 영향을 검증하는 것만으로는 임상적 의미가 제한적이라는 점에서 한계가 있다.

한편, 보다 임상적인 관심의 대상이 되는 지속적 적응상태-전반적 우울 증상이나 심리적 안녕감과 같은 종속변인으로 사용한 연구들에서는 통제욕구와 통제 가능성의 상호작용이 나타나지 않은 경우가 많았다. Burger(1984)는 통제욕구와 통제소재에 따라 사람들의 우울 관련 반응이 어떻게 다르게 나타나는지를 살펴보았다. 그 결과 통제욕구가 높은 동시에 외부 통제소재를 가진 사람들도 다른 집단 사람들에 비해 전반적 우울수준이 높지는 않은 것으로 나타났으며, 오히려 이들에게서 심리전문가 방문과 같은 도움 추구 행동 즉, 우울을 적극적으로 해결하려는 노력이 다른 집단에서보다 많이 관찰되었다. 또한 Cooper 등(1995)의 심리적 안녕감에 대한 연구에서는 통제욕구와 지각된 통제 가능성 각각은 안녕감을 예측해주었으나 두 변인 간의 상호작용은 발견되지 않았다.

이렇듯 상호작용 결과를 얻지 못한 연구들

의 경우를 살펴보면, ‘통제 불가능’ 조건을 대부분 통제소재 척도에서 낮은 내부 통제소재, 높은 외부 통제소재 점수를 받은 경우로 지정하고 그에 따른 적응상태를 확인하였다. 그러나 통제소재 척도의 질문 내용을 살펴보면, 개인에게 주어진 통제 가능성에 대한 믿음보다는 일반적인 통제의 유용성을 묻는 것에 가까워, 각 개인이 생활사건을 경험하는 가운데 느끼는 통제 가능성을 잘 반영하지 못할 소지가 있을 것으로 여겨진다. Bandura(1989)도 통제소재는 강화(reinforcement)가 통제되는 방식에 대한 전반적 믿음이며, 이는 개개인 자신이 특정 상황에서 발휘할 수 있는 통제에 대한 믿음과는 구분되는 것이라고 보았다. 또한 소인-스트레스 모델에 따르면 스트레스 수준이 높을 때 소인의 영향이 나타나게 되는데, 통제소재 척도만을 활용해서는 개인이 높은 스트레스 상황에서 보이는 반응을 살펴보기 어려울 수 있다는 한계점이 있다.

위와 같은 문제점들은 통제 불가능 상황에서 높은 통제욕구가 개인의 적응에 미치는 영향이 일시적일뿐인지 혹은 지속적으로 나타날 것인지에 대한 탐색과, 그러한 통제욕구의 영향이 인위적으로 통제를 제한한 실험상황이나 시나리오를 통해 가정된 상황이 아닌, 실생활과 관련된 상황에서도 나타날 것인지에 관한 연구를 통해 통제욕구라는 변인의 임상적인 유용성을 확인할 필요가 있음을 시사한다. 이에 본 연구에서는 개인이 실제 경험한 스트레스 사건의 빈도와, 스트레스 사건이 얼마나 통제 가능한 일이라고 지각하는지를 보고하게 하고, 통제욕구와 지각된 통제 가능성이 우울에 미치는 영향이 스트레스 사건 경험 수준에 따라 다르게 나타나는지를 알아보고자 하였다. 구체적으로는, 스트레스 경험 수준이 높고, 상

황에 대한 통제 가능성이 낮다고 지각할 경우, 통제욕구가 높은 사람은 그렇지 않은 사람보다 우울에 취약해질 것이라는 예측 하에 이 가설을 검증하고자 하였다.

방 법

연구대상

서울 소재 4년제 대학교의 학부생 중 심리학 교양 수업을 수강하는 학생 256명(남자 103명, 여자 153명)이 연구에 참가하였으며, 참가자의 평균 연령은 20.84($SD = 2.10$)세였다. 교내 심리학 연구 개설 홈페이지에서 연구에 관한 간략한 소개를 읽고 참가를 희망한 학생들은 연구 참가 동의서에 체크한 후 온라인 설문에 참여하였다. 설문은 약 25분 내외 소요되었으며, 설문을 마친 후에는 사후 설명서가 온라인으로 제공되었다.

측정도구

통제욕구 척도(the Desirability of Control Scale: DC Scale; Burger & Cooper, 1979)

연구 참가자의 통제욕구 수준을 측정하기 위해 Burger와 Cooper(1979)가 개발한 통제욕구 척도(the Desirability of Control Scale: DC Scale)를 역 번역 과정(Brislin, 1970)을 포함, 번역하여 사용하였다. 연구자가 1차 번역한 내용을 이중 언어 구사자가 역 번역하여 두 결과를 비교, 수정하는 작업이 이루어졌다. 척도는 삶에서 일어나는 사건들에 대해 통제력을 발휘하고자 하는 개인의 동기를 평가하는 7점 척도의 20문항으로 이루어져 있으며, 1) 전반적 통

제 욕구("내 스스로의 운명을 통제할 수 있는 것이 좋다.") 2) 결단력("결정을 내려야 하는 상황보다는 하나의 선택권 밖에 없는 상황이 낫다.") 역 채점 3) 준비-예방 통제("무슨 일을 하기 전에 그 일에 대한 정보를 모두 얻기를 원한다.") 4) 의존 회피("다른 사람이 나에게 무엇을 해야 하는지 말해주는 상황은 피하려고 한다.") 5) 리더십("그룹 프로젝트에 참여할 때 다른 사람이 리더를 맡아줬으면 좋겠다.") 역 채점의 다섯 개 요인을 측정하고 있다. 내적 합치도는 Burger와 Cooper의 연구(1979)에서 .80, 본 연구에서는 .79로 나타났다.

생활경험 조사 질문지(Life Experiences

Survey: LES; Sarason, Johnson, & Siegel, 1978)

일상생활 스트레스 척도는 Sarason, Johnson과 Siegel(1978)이 제작한 Life Experiences Survey(LES)를 이영호(1993)가 번안한 생활경험 조사 질문지를 사용하였다. 원척도 생활경험 조사 설문지는 개인의 생활에 변화와 영향을 줄 수 있는 47개의 사건들로 구성되어 있으며, 최근 3개월 동안 경험했던 사건들을 고르고 그 사건을 얼마나 자주 경험했는지와 그 사건이 생활에 얼마나 긍정적이거나 부정적인 영향을 미쳤는지를 평가하도록 되어 있다. '한 번도 경험하지 않았다(0)'에서 '자주 경험했다(3)'의 4점 척도로 되어 있으며 총점이 높을수록 일상생활 스트레스가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서는 제시된 사건들 중 최근 3개월 동안 겪었던 사건의 경험횟수를 평가하는 부분에, 각 스트레스 사건에 대한 지각된 통제 가능성에 대한 질문을 추가하여 사용하였으며, 대학생과 관련 없는 3개 문항은 제외하였다.

지각된 통제 가능성은 "본인이 사건의 유해성(aversiveness)에 영향을 미칠 재량이 있다는

믿음”이라는 Thompson(1981)의 정의에 따라 Vitaliano 등(1990)이 사용했던 질문인 “이것은 당신이 바꾸거나 무언가를 할 수 있는 상황입니까?(is this a situation one that you could change or do something about?)”와 Forsythe와 Compas(1987), Brown과 Siegel(1988) 등이 사용한 “이 사건에 대해 얼마나 통제권을 가지고 있었다고 생각합니까? (how much control over this event did you have?)”라는 질문을 차용하여 “해당 스트레스 상황을 얼마나 통제할 수 있을 것 같은지: 그 상황에서 무언가 할 수 있는 일이 있다고 느끼는지”를 평가토록 하였고, 지각된 통제 가능성의 총점을 분석에 활용하였다.

이영호(1993)의 연구에서 경험빈도에 대한 47문항의 내적 합치도 계수는 .88이었으며, 본 연구에서 44문항의 내적 합치도는 .83이었다. 또한 본 연구에서 지각된 통제 가능성에 대한 내적 합치도는 .95로 나타났다.

우울 척도(Beck Depression Inventory: BDI; Beck, Ward, Mendelson, Mock, & Erbaugh, 1961)

우울 수준을 측정하기 위하여 Beck의 우울 척도(Beck Depression Inventory: BDI; Beck, Ward, Mendelson, Mock, & Erbaugh, 1961)를 사용하였다. BDI는 우울의 인지적, 정서적, 동기적, 생리적 증상을 포함하는 21문항으로 이루어져 있으며, 각 문항마다 4개의 문장 중에서 자신에게 가장 적절하다고 생각되는 문장을 선택하도록 하는 것이다. 본 연구에서는 이영호와 송중용(1991)이 번안한 척도를 사용하였다. 한홍무 등(1986)의 BDI에 대한 한국판 표준화 연구에 따르면 반분 신뢰도는 정상 집단에서 .89, 우울증 집단에서 .94로 나타났으며,

본 연구에서의 내적 합치도는 .87이었다.

분석방법

설문 응답 자료들의 전반적 통계 분석을 위해 SPSS 15.0을 사용하였다. 스트레스 사건 경험 빈도와 통제욕구, 지각된 통제 가능성, 우울 간의 관계를 살펴보기 위해 Pearson 상관분석을 하였고, 우울에 미치는 스트레스 사건 경험과 통제욕구, 지각된 통제 가능성의 주효과 및 상호작용 효과 검증을 위하여 각 변인을 평균값을 중심으로 한 상하 두 집단으로 나눈 후, 삼원 변량분석을 실시하였다.

결 과

주요변인들의 기술통계치 및 변인 간의 상관관계

설문에 참가한 256명이 보고한 스트레스 사건 경험 빈도와 통제욕구, 스트레스 사건에 대한 지각된 통제 가능성, 우울의 평균 및 표준편차를 표 1에 제시하였다. 성별에 따른 변인들 간 평균을 비교한 t-test 분석 결과, 평균에서의 성차가 발견되지 않아, 남녀 집단을 구분하지 않고 분석하였다.

스트레스 사건 경험 빈도와 통제욕구, 지각된 통제 가능성, 우울 사이의 관련성을 알아보기 위해 Pearson 상관 분석을 실시하였으며, 그 결과가 표 2에 제시되어 있다. 스트레스 사건의 경험 빈도는 지각된 통제 가능성과는 부적 상관을($r = -.174, p < .01$), 우울과는 정적 상관을 보였다($r = .335, p < .01$). 한편 통제욕구는 지각된 통제 가능성과는 정적 상관

표 1. 통제욕구와 스트레스 사건 경험 빈도, 지각된 통제 가능성, 우울의 평균 및 표준편차

변인	전체(N=256)	남자(n=103)	여자(n=153)	t
스트레스 사건 경험 빈도	19.70(10.42)	19.25(10.72)	19.99(10.23)	-.557
통제욕구	93.84(11.12)	95.26(11.26)	92.88(10.83)	1.685
지각된 통제 가능성	140.99(29.38)	144.42(29.87)	138.69(28.92)	1.535
우울 (BDI)	7.88(6.48)	7.15(6.39)	8.37(6.52)	-1.480

표 2. 통제욕구와 스트레스 사건 경험 빈도, 지각된 통제 가능성, 우울 사이의 상관관계

	1	2	3	4
1. 스트레스 사건 경험 빈도	1			
2. 통제욕구	-.061	1		
3. 지각된 통제 가능성	-.174**	.208**	1	
4. 우울	.335**	-.275**	-.182**	1

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

을($r = .208, p < .01$), 우울과는 부적 상관을($r = -.275, p < .01$) 보였다. 지각된 통제 가능성은 우울과 부적 상관관계에 있는 것으로 나타났다($r = -.182, p < .01$).

통제욕구와 지각된 통제 가능성이 우울에 미치는 영향: 스트레스 경험 빈도에 따른 차이 분석

스트레스 사건 경험 빈도와 통제욕구, 지각된 통제 가능성이 우울에 미치는 영향을 살펴 보기 위해 각 변인을 평균값을 중심으로 한 상하 두 집단으로 나눈 후, 삼원 변량 분석을 실시하였으며, 그 결과가 표 3에 제시되어 있다. 분석 결과, 우울에 미치는 지각된 통제 가능성의 주효과는 유의하지 않았다, $F(1, 248) = 1.88, ns$. 그러나 스트레스 사건 경험 빈도와 통제욕구 각각의 주효과는 유의하였다.

$F(1, 248) = 30.36, p < .01$; $F(1, 248) = 16.36, p < .01$. 스트레스 사건 경험이 많은 경우, 그리고 통제욕구가 낮은 경우 우울 수준이 더 높았다.

다음으로, 스트레스 사건 경험 빈도×통제욕구, 스트레스 사건 경험 빈도×지각된 통제 가능성, 통제욕구×지각된 통제 가능성의 이원 상호작용 효과는 모두 유의하지 않았다, $F(1, 248) = 2.75, ns$; $F(1, 248) = .88, ns$; $F(1, 248) = 3.03, ns$.

마지막으로, 스트레스 사건 경험 빈도×통제욕구×지각된 통제 가능성의 삼원상호작용은 유의하게 나타났다, $F(1, 248) = 5.05, p < .05$. 그 결과는 그림 1과 같다. 유의미한 상호작용을 보인 변인들에 대해 단순효과 분석을 실시한 결과, 스트레스 경험 빈도가 낮은 경우에는 통제욕구가 낮은 사람과 높은 사람 모두 지각된 통제 가능성의 높고 낮음에 따라 우울

표 3. 스트레스 사건 경험 빈도, 통제욕구 및 지각된 통제 가능성에 따른 우울 수준 차이 변량분석 결과표

변량원	df	F	η^2
스트레스 사건 경험 빈도(A)	1	30.36**	.06
통제욕구(B)	1	16.36**	.11
지각된 통제 가능성(C)	1	1.88	.01
A×B	1	2.75	.01
A×C	1	.88	.01
B×C	1	3.03	.00
A×B×C	1	5.05*	.02
오차	248	(35.28)	

주. 괄호 안의 수치는 오차제곱평균(MSE)을 나타냄.

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

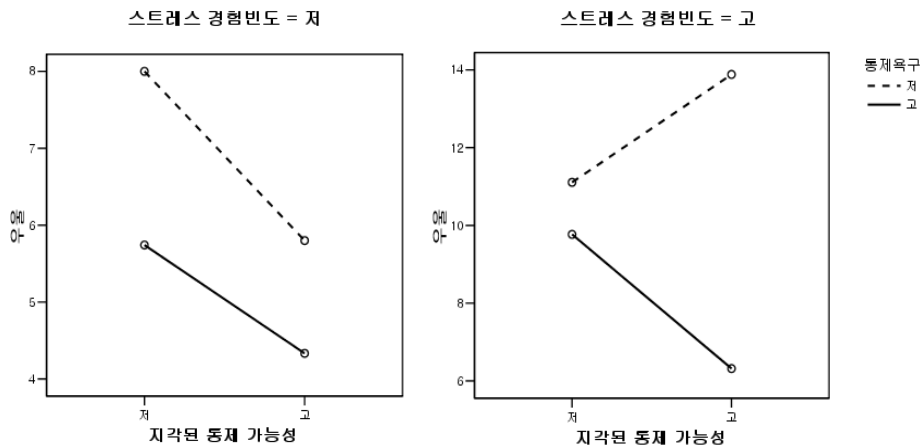


그림 1. 통제욕구와 지각된 통제가능성이 우울에 미치는 영향(스트레스 사건 경험 빈도에 따라)

감이 달라지지 않았다, $F(1, 66) = 2.72, ns$; $F(1, 71) = 2.20, ns$. 그러나 스트레스 경험 빈도가 높은 경우에는 통제욕구가 낮은 사람은 지각된 통제 가능성에 따라 우울감이 달라지지 않았으나($F(1, 52) = 1.35, ns$), 통제욕구가 높은 사람은 지각된 통제 가능성이 높을 때 우울감이 유의하게 낮게 나타났다, $F(1, 59) = 4.31, p < .05$.

논 의

본 연구에서는 통제욕구가 우울에 미치는 영향을 확인하고, 이와 같은 통제욕구의 영향이 상황을 얼마나 통제 가능한 것으로 지각하느냐와 스트레스를 얼마나 경험하고 있느냐에 따라 달라지는지를 파악하고자 하였으며 그 결과는 다음과 같다.

우선, 스트레스 경험 빈도가 낮을 때보다 높을 때 우울 수준이 높게 나타났으며, 또한 통제욕구가 높은 개인이 그렇지 않은 개인보다 우울 수준이 낮게 나타나 통제욕구가 우울에 대한 보호요인으로 작용함이 확인되었다. 그 다음으로, 스트레스 사건 경험 빈도와 통제욕구, 지각된 통제 가능성이 상호작용하여 우울에 미치는 영향에 대해 살펴본 결과, 각 변인 간의 이원 상호작용은 유의미하지 않았다. 즉, 통제욕구에 따라 스트레스 사건 경험 빈도의 영향이 달라지거나, 지각된 통제 가능성에 따라 스트레스 사건 경험 빈도의 영향이 달라지지 않는 것으로 나타났다. 뿐만 아니라 지각된 통제 가능성에 따라 통제욕구가 우울에 미치는 영향도 달라지지 않아, 단순히 통제욕구와 지각된 통제 가능성이 부조화를 이룬다고 해서 우울 수준이 달라지지는 않았다.

한편 삼원 상호작용을 검증해본 결과, 스트레스 수준에 따라 통제욕구와 지각된 통제 가능성의 상호작용이 달리 나타나는 것이 확인되었다. 스트레스 경험 빈도가 낮은 경우에는 통제욕구가 높은 개인이나 낮은 개인 모두 지각된 통제 가능성에 따라 우울감이 달라지지 않았다. 그러나 스트레스 경험 빈도가 높은 경우, 통제욕구가 낮은 개인은 지각된 통제 가능성의 고저에 따라 우울 수준이 달리 나타나지 않았으나, 통제욕구가 높은 개인은 지각된 통제도가 높은 상황에서 우울 수준이 더 낮게 나타났다.

이와 같은 결과는 높은 통제욕구가 통제 불가능 상황에서 심리 적응에 부정적 기능을 할 것이라는 소인-스트레스 모델에 따른 가설과는 일치하지 않았다. 이 모델에 따르면, 높은 스트레스 상황에 처해 있고 그 상황에 대해 통제 가능성이 낮다고 지각할 경우, 통제욕구

가 높은 개인은 그렇지 않은 개인보다 우울에 더 취약해질 것이라 예상되었으나, 이러한 가설은 지지되지 않았다. 이러한 결과는, 높은 통제욕구를 가진 개인의 취약성을 검증하는데 실패했던 기존 연구자들의 추정과 같이, 통제욕구가 높으며 통제 가능성이 낮다고 지각한 사람들은 높은 스트레스 상황에 부딪힐 경우 쉽게 우울해지기보다는 문제를 해결하기 위하여 더 열심히 노력하게 됨을 시사한다고 볼 수도 있을 것이다(Cooper et al., 1995). 통제욕구가 높은 개인은 통제욕구가 낮은 개인보다 자신의 고통에 대한 원인을 찾고 문제가 재발하거나 악화되는 것을 방지하기 위한 인과적 귀인 과정에 더욱 많이 개입한다는 연구 결과도 여러 차례 보고되었던 바, 높은 통제욕구를 가진 개인은 스트레스 상황에 더 쉽게 좌절하기보다는 통제감을 되찾기 위한 시도를 더 많이 보이는 것으로 생각해볼 수 있겠다(Keinan & Sivan, 2001; Weary & Gannon, 1996).

이에 더해, 본 연구의 결과에 따르면 높은 통제욕구를 가진 개인은 스트레스 사건을 많이 경험하였을지라도 지각된 통제 가능성이 높을 경우, 같은 상황에 처한 통제욕구가 낮은 개인에 비해 우울 증상이 낮게 나타났다. 이러한 결과를 볼 때, 선행 연구들에서 통제욕구와 지각된 통제 가능성 사이의 상호작용을 검증하지 못한 이유 중 하나는, 상호작용을 확인하기 위해 ‘통제 불가능’ 상황에서의 적응을 확인하려 하였기 때문일 것이라 추정해 볼 수 있다. 만약 객관적으로는 매우 악조건일지라도 지각된 통제 가능성이 높은 경우의 적응을 확인한다면, 높은 통제욕구를 가진 사람들이 보다 적응적인 반응을 보이는 양상의 상호작용을 확인할 수 있을 것이다.

본 연구의 제한점은 참가자의 통제욕구와

우울점수의 범위, 경험한 스트레스 사건의 종류가 한정적이었다는 것이다. 대학생 집단을 대상으로 하여 참가자들끼리 공유하는 개인 내외적 특성이 많고 성향이 한쪽으로 치우쳐져 있었을 가능성도 있다. 우울수준도 전반적으로 낮았는데, BDI 평균점수가 7.88점으로, 남자 총 103명 가운데 3명, 여자 총 153명 가운데 8명만이 한글판 BDI(한홍무 등, 1986)에서 제시한 우울증 절단점인 21점 이상에 해당하는 것으로 나타났다. 이는 이 집단이 전반적으로 성공적인 적응을 하고 있음을 말해주며, 따라서 통제욕구가 부적응적으로 작용할 정도로 심각한 스트레스 사건을 경험하거나, 지각된 통제 가능성이 크게 낮은 참가자가 별로 존재하지 않았을 가능성을 보여준다. 추후 연구에서는 더 넓은 범위의 집단을 대상으로 하여 좀 더 일반화된 결과를 얻을 필요가 있어 보인다. 특히 말기 암환자나 자연 재해로 심각한 피해를 입은 사람들과 같이 통제 가능성이 극단적으로 제한된 상황에 처한 집단을 대상으로 살펴봄으로써, 높은 통제욕구가 통제 불가능한 상황에서 부정적 효과를 보일 것이라는 본 연구의 가설을 보다 분명하게 확인할 수 있을 것으로 생각된다.

참고문헌

- 이영호 (1993). 귀인양식, 생활사건, 사건귀인 및 무명감과 우울의 관계: 공변량 구조모형을 통한 분석. 서울대학교 박사학위논문.
- 이영호, 송종용 (1991). BDI, SDS, MMPI-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. 한국심리학회지: 임상, 10(1), 98-113.
- 한홍무, 염태호, 신영우, 김교현, 윤도준, 정근재 (1986). Beck Depression Inventory의 한국판 표준화 연구 - 정상집단을 중심으로(1). 신경정신의학, 25(3), 487-502.
- Affleck, G., Tennen, H., Pfiffer, C., & Fifield, J. (1987). Appraisals of control and predictability in adapting to a chronic disease. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(2), 273-279.
- Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1992). Modeling cognitive adaptation: A longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 6, 989-1003.
- Bandura, A. (1989). Perceived self-efficacy in the exercise of personal agency. *The Psychologist*, 2, 411-424.
- Baron, R. S., & Logan, H. (1993). Desired control, felt control, and dental pain: Recent findings and remaining issues. *Motivation and Emotion*, 17, 181-204.
- Baron, R. S., Cusumano, M. A., Evans, D. C., & Hodne, C. J. (2004). The effect of desired control and anticipated control on the stress of childbirth. *Basic and Applied Social Psychology*, 26(4), 249-261.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 53-63.
- Brislin, R. W. (1970). Back-translation for cross-cultural research. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 1, 185-216.
- Brown, J. D., & Siegel, J. M. (1988). Attributions for negative life events and depression: The role of perceived control. *Journal of Personality*

- and Social Psychology*, 54(2), 316-322.
- Burger, J. M. (1984). Desire for control, locus of control, and proneness to depression. *Journal of Personality*, 52(1), 71-89.
- Burger, J. M. (1985). Desire for control and achievement-related behaviors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(6), 1520-1533.
- Burger, J. M., & Cooper, H. M. (1979). The desirability of control. *Motivation and Emotion*, 3(4), 381-393.
- Burger, J. M., & Arkin, R. M. (1980). Prediction, control, and learned helplessness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(3), 482-491.
- Compas, B., Malcarne, V., & Fondacaro, K. (1988). Coping with stressful events in older children and young adolescents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 405-411.
- Cooper, H., Okamura, L., & McNeil, P. (1995). Situation and personality correlates of psychological well-being: Social activity and personal control. *Journal of Research in Personality*, 29, 395-417.
- Evans, G. W., Shapiro, D. H., & Lewis, M. A. (1993). Specifying dysfunctional mismatches between different control dimensions. *British Journal of Psychology*, 84, 255-273.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., & Mosher, S. W. (1995). Perfectionism, life events, and depressive symptoms: A test of a diathesis-stress model. *Current Psychology: Research & Reviews*, 14(2), 112-137.
- Forsythe, C. J., & Compas, B. E. (1987). Interaction of cognitive appraisals of stressful events and coping: Testing the goodness of fit hypothesis. *Cognitive Therapy and Research*, 11(4), 473-485.
- Gebhardt, W. A., & Brosschot, J. F. (2002). Desirability of control: Psychometric properties and relationships with locus of control, personality, coping, and mental and somatic complaints in three Dutch samples. *European Journal of Personality*, 16, 423-438.
- Keinan, G., & Sivan, D. (2001). The effects of stress and desire for control on the formation of causal attributions. *Journal of Research in Personality*, 35, 127-137.
- Lawler, K. A., Schmied, L. A., Armstead, C. A., & Lacy, J. E. (1990). Type A behavior, desire for control, and cardiovascular responsivity in young adult women. *Journal of Social Behavior and Personality*, 5, 135-158.
- Mazure, C. M., Raghavan, C., Maciejewski, P. K., Jacobs, S. C., & Bruce, M. L. (2001). Cognitive-personality characteristics as direct predictors of unipolar major depression. *Cognitive Therapy and Research*, 25(2), 215-225.
- Mazure, C. M., & Maciejewski, P. K. (2003). A model of risk for major depression: Effects of life stress and cognitive style vary by age. *Depression and Anxiety*, 17, 26-33.
- Robins, C. J. (1995). Personality-event interaction models of depression. *European Journal of Personality*, 9, 367-378.
- Sarason, I. G., Johnson, J. H., & Siegel, J. M. (1978). Assessing the impact of life changes: Development of the life experiences survey. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 46(5), 932-946.
- Thompson, S. C. (1981). Will it hurt less if I can

- control it? A complex answer to a simple question. *Psychological Bulletin*, 90, 89-101.
- Vitaliano, P. P., DeWolfe, D. J., Maiuro, R. D., Russo, J., & Katon, W. (1990). Appraised changeability of a stressor or a modifier of the relationship between coping and depression: A test of the hypothesis of fit. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(3), 582-592.
- Weary, G., & Gannon, K. (1996). Depression, control motivation, and person perception. In P. M. Gollwitzer & J. A. Bargh (Eds.), *The psychology of action: Linking cognition and motivation to behavior*(pp.146-167). New York: Guilford Press.

1차원고접수 : 2013. 09. 30.

수정원고접수 : 2013. 12. 16.

최종게재결정 : 2014. 01. 28.

The Effect of Desire for Control on Depression: Moderating Effect of Perceived Controllability in Stressful Condition

Ji-Yoon Choi

Kyung Ja Oh

Department of Psychology, Yonsei University

This study was designed to explore the effect of desire for control(DC) on depression, and to examine whether the effect of DC differs depending upon a person's perceived controllability, and one's stress level. 256 undergraduate students(103 males, 153 females) participated in this study were asked to report the perceived controllability of a list of possible major life stressors and events they had experienced. And those were analysed with their DC and depression level measured by DC scale and BDI. The results showed that, high DC had lower depression level than low DC in general. The effect of DC on depression varied according to perceived controllability only in stressful condition. The hypothesis that high DC would get more depressed when they perceive low controllability was rejected. In case of having high perceived controllability, high DC showed alleviated depression symptom, which was not for low DC. Implications and limitations of this study were discussed along with the suggestions for future research.

Key words : desire for control(DC), perceived controllability, stressful condition, negative life events, depression