

일상생활에서 나타나는 청소년기 우울증의 정서적 증상*

- 대인맥락 변화를 중심으로 -

Manifestation of Affect States Across Daily Interpersonal Contexts Depending on the Levels of Adolescent Depression*

한국체육대학교 청소년지도학과

조교수 이 미 리

한국체육대학교 교양교직학부

부교수 김 진 한

Department of Youth Education & Leadership, Korea National Sport University

Assistant Professor : Lee, Meery

Division of Liberal Art, Korea National Sport University

Associate Professor : Kim, Jinhan

◀ 목 차 ▶

I. 문제제기

II. 연구방법

III. 연구결과

IV. 논의 및 결론

참고문헌

<Abstract>

The goal of this study was to investigate the daily manifestation of positive and negative affect states of early adolescent depression across daily interpersonal contexts. Forty-five boys and 44 girls in the second year of middle schools participated and were classified into 3 groups according to CDI scores. Among 89 students 59 students in the highest or the lowest CDI groups continued to participate in the next step of this study. Using the Experience Sampling Method(ESM), the 59 students reported their affect states 6 times per day across four daily interpersonal contexts: the contexts alone, with all classmates, with a few friends, and with family members. The major findings were as follows. First, the high CDI group felt more worried,

Corresponding Author: Meery Lee, Dept. of Youth Education & Leadership, Korea National Sport University, 88-15 Oryun-dong, Songpa-gu
Seoul 138-763, Korea Tel: 82-2-410-6856 Fax: 82-2-410-6856 E-mail: MeeryL@knsu.ac.kr

* 이 논문은 2004년도 한국체육대학교 자체학술연구비의 지원에 의하여 연구되었음.

이 논문은 2004년 대한가정학회 춘계학술대회에서 발표된 구두 논문의 확장연구임.

angrier, more hurried, less happy, less interested, less control, and less relaxed than the low CDI adolescent group. Second, the negative affect states of the high CDI adolescent group did not vary across the interpersonal contexts, whereas their positive affect states were the highest in the context with a few friends. Implications of the findings were discussed in illuminating the phenomenology of adolescent depression.

주제어(Key Words): 청소년(adolescents), 정서(affect states), 우울증(depression), 대인맥락(interpersonal contexts), 경험표집방법(ESM)

1. 문제제기

청소년기는 발달 특성상 우울증을 경험하기 쉬운 시기이며, 이 시기에 경험하는 우울증은 적극적이고 긍정적인 삶을 살아가는 데 장애가 된다. 청소년기 우울증은 부정적인 대인관계, 학업성적 저하, 약물남용, 스트레스에 대한 미숙한 대처전략과 같은 여러 가지 부적응적인 행동 뿐 아니라 자살시도와 같은 충동적인 행동과 밀접한 관련이 있다(강경미, 1994; 이미리, 1995; 조수철, 1991; 조수철, 정영, 홍강의, 신민섭, 성영훈, 2001; 한상철, 이수연, 2003; Kandel, Raveis, & Davies, 1991). 또한 우울증의 발병률은 아동기에서 청소년기로 발달하면서 증가하며(임명호, 조수철, 백기청, 이경규, 김현우, 홍강의, 2000; Petersen, Compas, Brooks-Gunn, Stemmler, Ey & Grant, 1993; Rutter, 1991), 청소년기에 우울증을 경험한 사람은 그렇지 않은 사람에 비해 성인기에 들어서 우울증을 경험할 확률이 높다고 한다(김은정, 오경자, 1992; Harrington, Fudge, Rutter, Pickles, & Hill, 1990).

특히 청소년기 우울증은 우리나라와 일본과 같이 매우 경쟁적인 대학입시를 치르는 나라들에서는 더욱 심각한 문제로 인식되고 있다 (Lee, 2003; Nishino & Larson, 2003). 우울증의 대표적 증상은 우울한 정서 상태가 지속되는 것이며 복합적인 정신적, 신체적, 행동적 부적응 증상들을 수반한다. 의욕상실, 주의집중력 감퇴, 식욕의 변화, 체중의 변화, 불면증, 부정적 대인행동, 부정적 대처행동, 자살충동 및 시도 등의 부적응 증상인데(American Psychiatric Association, 1994) 이러한 증상들은 우리나라 중, 고등학생들이 경험하는 중3병, 고3병과 같

은 입시병의 증세와 유사하다(김종주, 1990; 이길홍, 이영실, 1991; Lee, 2003).

이와 같이 복합적인 우울증의 증상들이 경쟁적인 대학입시를 치르는 문화권의 청소년들에게서 입시를 앞둔 시기에 많이 나타나고 있음을 고려할 때(이미리, 1996; Nishino & Larson, 2003), 입시스트레스를 경험하는 청소년들의 우울증은 주로 특정 집단에게서 특정시기에 공통적으로 나타난다는 점에서 발병의 원인이 생물학적 요인보다는 환경적 요인에 있을 가능성이 크다고 볼 수 있다. 따라서 우울증 증상의 경험과 환경적 특성과의 관계를 밝히는 것은 우리나라 청소년의 우울증에 대한 효과적인 진단과 처치를 위해 매우 중요한 과제이다.

일반적으로 우울증 증세는 하루 종일 그리고 하루를 구성하는 모든 맥락(context)에서 지속적으로 경험되는 것으로 인식되고 있다. 특히 우울증의 대표적인 증상은 우울한 기분이 지속되는 것으로 인식되고 있다. 정신장애의 진단과 분류 지침인 DSM-IV(American Psychiatric Association, 1994)에 의하면 우울증 증세는 하루 종일 지속되는 것으로 규정하고 있다.

그러나, 청소년기 일상생활 경험과 우울증의 관계를 평가하는 선행연구들에 의하면 우울증 수준은 특정 맥락의 경험과 관련되어 있음을 보여준다. 이미리(1996)는 고3생들을 대상으로 한 연구에서 우울증은 하루 일상 활동 중에서 공부시간에 경험하는 정서 상태와 의미 있는 관계를 보인 반면, 여가시간 중의 정서 상태와는 관계를 보이지 않는다고 보고하였다. 청소년기 여학생들의 대표적인 정서장애인 거식증(Bulimia)과 일상 맥락의 관계를 살펴본 연구에서 Larson과 Asmussen(1992)은 여학생의 거식증

증세는 대인맥락의 변화와 관계가 있음을 발견하였는데 다른 사람들과 같이 있을 때보다 혼자 있을 때, 특히 집에 혼자 있을 때에 먹고 토하는 증세를 경험한다고 보고하였다.

우울증 증세와 대인맥락의 관계를 살펴본 또 다른 연구로 Coyne(1982)은 성인을 대상으로 한 연구에서 우울증 환자들은 낯선 사람이나 불편한 사람과 함께 있을 때보다 친절하고 지지적인 사람들과 함께 있을 때에 우울증 증세의 경험 정도가 훨씬 낮았다고 보고하였다. 이러한 결과를 종합해 볼 때 DSM-IV에서 내리고 있는 정의나 일반적인 인식과는 달리 우울증은 하루 종일 일상 맥락의 변화와 상관없이 지속되는 증세라고 보기보다는 특정 맥락에서 더욱 민감하게 나타나는 증세임을 짐작할 수 있다.

청소년기 우울증과 일상생활에서 경험하는 정서상태의 관계를 살펴본 선행연구들에 의하면 우울증 수준이 높은 청소년들은 정서 상태 변화의 기복이 심하고 부정적인 정서를 강하게 느꼈다(Larson, Raffaelli, Richards, Ham, & Jewell, 1990). 뿐만아니라 우울증을 비롯한 내면화된 부적응문제 뿐 아니라 공격적 행동과 같은 외현화된 부적응 문제를 보이는 청소년들은 일상생활을 통해 분노와 슬픔의 정서를 많이 나타낸다고 하였다(Eisenberg, Cumberland, Spinrad, Fabes, Shepard, & Reiser, 2001). 또한 우울증 수준이 높은 청소년들은 일상생활에서 슬픔과 같은 부정적인 정서 경험을 줄이고 긍정적인 정서상태를 향상 혹은 유지하는 능력이 부족하다고 한다(Cole, Michel, & Teti, 1994; Silk, Steinberg, & Morris, 2003). 이러한 결과들을 고려하면 청소년기 우울증의 정서적 증상은 지속적인 우울 정서의 형태로 나타나기 보다는 다양한 부정적인 정서를 많이 경험하고 긍정적인 정서를 적게 느끼는 복합적인 형태로 나타날 수 있음을 가해해 볼 수 있다.

최근에는 청소년과 성인의 심리적 부적응의 문제를 일상생활을 통해 느끼는 정서상태에 대한 조절 능력 여부로 설명하는 이론들이 제시되고 있다(Bradley, 2000; Steinberg & Avenevoli, 2000). 일상생활에서 느끼는 긍정적, 부정적 정서에 대한 조절여

부는 우울증, 공격적 행동 등 부적응 증상 뿐 아니라 심리적 안녕과 밀접한 관계가 있다고 하는데 Silk와 동료들은(2003) 청소년을 대상으로 한 연구에서 일상생활을 통해 경험하는 부정적인 정서들을 효과적으로 조절 못하는 청소년들이 그렇지 않은 청소년들에 비해 우울증 수준이 높다고 하였다. 간호사들을 대상으로 한 연구에서 이주일(2003)은 병원 근무 생활을 통해 경험하는 분노, 불안, 우울의 부정적 정서에 대한 간호사들의 적극적인 조절 노력은 심리적 안녕감에 긍정적인 영향을 준다고 하였다. 이러한 선행연구 결과들은 우울증과 같은 부적응 증상의 치료뿐 아니라 심리적 안녕감의 향상을 위한 방안을 모색하기 위해서는 부적응 증상이나 심리적 안녕감과 관련된 일상생활의 긍정적, 부정적 정서 경험에 대한 현상화적인 이해가 선행되어야 함을 시사한다.

따라서 본 연구는 청소년기 우울증의 정서적 증상을 일상생활에서 경험하는 다양한 긍정적, 부정적 정서 경험의 측면에서 다양한 대인맥락(interpersonal context)에 따른 변화를 고려하여 기술해보고자 하는데 목적이 있다. 일상생활의 맥락은 함께 있는 사람, 생활을 하고 있는 장소, 그리고 하고 있는 활동의 세 범주를 기초로 분류할 수 있는데 대인맥락은 이 세 범주 중에서 함께 있는 사람이 누구냐에 의해 분류되는 맥락이다(이미리, 2000). 연구의 목적에 따라 대인맥락의 분류는 다양할 수 있으나 대체로 선행연구들에서는 청소년기 일상적 대인맥락을 혼자 있는 맥락, 가족과 함께 있는 맥락, 친구들과 함께 있는 맥락, 그리고 그 외 다른 사람들과 함께 있는 맥락으로 분류하고 있다(이미리, 2000, 2003a,b; deVries, 1992; Larson & Asmussen, 1992). 이미리는(2003a,b) 특정 대인맥락에서의 심리적인 경험은 청소년기 폭력 행동이나 행복감 수준과 의미 있는 관계를 가짐을 보고함으로써 청소년기 부적응 및 적응 행동에 대한 대인맥락적 관점에서의 설명은 부적응 행동에 대한 중재 뿐 아니라 청소년들의 삶의 질을 개선하기 위한 직접적이고 실용적인 방안 모색에 도움이 됨을 제시하고 있다.

일상생활에서의 부정적, 긍정적 정서적 경험이 우

울증 수준에 따라 그리고 대인맥락의 변화에 따라 어떻게 다른지 살펴봄으로써 청소년기 우울증의 정서적 증상에 대한 현상학적 이해를 위한 정보를 제공하고자 본 연구에서 제기된 문제는 다음과 같다.

첫째, 우울증 수준이 높은 청소년들과 낮은 청소년들이 일상생활에서 느끼는 부정적, 긍정적 정서 수준은 차이를 보이는가?

둘째, 우울증 수준이 높은 청소년들과 낮은 청소년들이 일상생활에서 느끼는 부정적, 긍정적 정서 수준의 대인맥락 변화에 따른 다양성 유형은 차이를 보이는가?

II. 연구방법

1. 연구대상

연구대상은 편의표집한 서울시내 2개 중학교와 경기도 소재 2개 중학교 2학년생 89명이었다(남학생 45명, 여학생 44명). 인구학적 특성을 살펴보면 부모의 평균 연령은 40대였고 대부분이 양친가정에서 자라고 있다(81%). 부모의 교육수준은 어머니의 경우 55%가 고졸, 20%가 전문대졸 이상이며, 아버지의 경우 54%가 고졸, 24%가 전문대졸 이상이었다. 어머니의 67%가 직업을 가지고 있으며 직업의 종류는 자영업에 종사하는 경우가 28%로 가장 많았다. 아버지의 91%가 직업을 가지고 있으며 그 중 자영업 종사 28%, 사무직 종사 28%로 다른 직종에 비해 높은 비율을 보였다.

연구문제에 대한 분석을 위해 아동용 우울측정도구 점수(Children's Depression Inventory)의 분포를 기초로 89명의 연구대상자들 중 상위 36명과 하위 23명이 최종 연구대상자로 선정되었으며(남학생 31명, 여학생 28명) 이들 만이 일상생활의 다양한 대인맥락에서 느끼는 긍정적, 부정적 정서 상태를 보고하였다. 선정 기준은 다음의 자료분석 내용에 상세히 기술하였다. 59명 중학생들의 인구학적 특징은 전체 89명의 인구학적 특징과 유사하였다.

2. 측정도구

1) 아동용우울측정도구(Children's Depression Inventory: CDI)

우울증 수준을 측정하기 위해서 Kovacs(1985)이 개발한 CDI(Children's Depression Inventory)를 사용하였다. CDI는 아동과 청소년의 복합적인 우울증 증세를 측정하기 위한 도구이다. 이 도구는 우울증의 증세들을 27문항으로 제시하며 각 문항에 제시된 증세를 심각성 수준에 따라 세 문항으로 구분하여 놓았다. 모든 문항에 대해 지난 2주간 경험한 증세의 수준을 가장 잘 묘사하는 문장을 세 문장 중에서 선택하도록 되어있다. 각 문항마다 0~2점으로 평가되므로 전체 총점의 범위는 0~54점이다. 점수가 높을수록 우울증 정도가 심한 것으로 평가된다.

CDI는 우리나라 아동 및 청소년의 우울증 측정을 위해서도 적합한 도구임이 신뢰도와 타당도를 분석하는 선행연구와 진단연구들을 통해 평가되었다(서수균, 신민섭, 김중술, 1998; 조수철, 이영식, 1990; 조수철, 정영, 홍강의, 신민섭, 성영훈, 2001; Lee, 1995). 본 연구대상에서 산출된 CDI의 내적합치도 지수인 Cronbach α 는 .84이었다.

2) 경험표집방법(Experience Sampling Method: ESM)

일상생활에서 경험하는 정서와 대인맥락을 측정하기 위해 경험표집방법(Larson, 1989)을 사용하였다. 경험표집방법은 일상생활경험을 무작위로 표집하여 경험의 객관적, 주관적 특성을 측정하는 방법이다(이미리, 1995, 2001, 2002, 2003a,b). 경험표집방법의 절차는 하루 중 잠자는 시간을 제외한 시간 중에서 무작위로 표집한 시각에 소리신호가 울리도록 미리 입력한 전자손목시계와 휴대하기 편리하게 손바닥 크기로 제본한 질문지 묶음을 측정기간 동안 연구대상자들에게 휴대하고 다니면서 소리신호가 울릴 때마다 그 당시의 객관적, 주관적 경험을 묻는 질문에 자기보고식으로 응답하게 하는 것이다.

본 연구에서는 경험표집방법을 사용하여 일상생활에서 접하게 되는 다양한 대인맥락과 그 맥락에

서 경험하는 정서상태를 측정하기 위해서 연구대상 청소년들이 하루 깨어 있는 시간 중 매일 6회, 일주일간 총 42회의 시각을 무작위로 표집하여 소리신호를 주고 소리신호가 울릴 때마다 “지금 누구와 함께 있습니까?”라는 개방식 질문과 “지금 나의 기분은 어떠합니까?”라는 질문에 답하게 하였다. 첫째 질문은 청소년들이 경험하는 대인맥락의 종류를 측정하기 위한 질문이며 둘째 질문은 각 대인맥락에서 경험하는 정서상태를 측정하기 위한 질문이다.

두 번째 질문에 대해서는 10개의 정서를 제시하고 각 정서상태를 어느 정도로 경험하고 있는지 Likert식 4점 평정척도로 답하게 하였다. 평정치는 1:아니다, 2:아닌편이다, 3:그런편이다, 4:그렇다로 하였다. 10개의 정서는 우울, 죄책감, 걱정, 화, 서두름 등의 부정적 정서와 행복, 흥미, 통제감, 사랑, 편안함 등의 긍정적 정서를 포함하는데 이들 정서는 Izard(1991)가 범주화한 인간의 기본적인 12개 정서상태의 일부로 김경희(1996, 1997)의 연구를 통해서 우리나라 청소년과 아동들이 자주 경험하는 정서로 검증된 내용과 우울증을 경험하는 청소년들이 주로 호소하는 정서의 내용(한상철, 이수연, 2003; deVries, 1992)을 포함하여 구성하였다. 이상의 정서상태 측정 문항에 대한 내적합치도지수인 Cronbach α 는 .80으로 산출되었다.

3. 자료분석

본 연구의 자료는 2002년 5월 한 달 동안 각 중학교에서 일주일 씩 4개 중학교 학생들을 대상으로 수집되었다. 경험표집방법에서 대인맥락을 측정하기 위해 제시한 개방식 질문에 대한 응답을 내용분석하여 본 연구대상 청소년들이 일상생활에서 접하게 되는 대인맥락의 범주를 1) 혼자 있는 경우, 2) 가족과 함께 있는 경우, 3) 교실에서 급우 전체와 함께 있는 경우, 그리고 4) 급우 전체가 아닌 소수의 친구들과 함께 있는 경우의 네가지로 분류하였다. 네 가지 범주 외에 선생님, 이웃, 친척 그리고 기타 다른 사람들과 함께 있는 대인맥락 경험도 보고 되었으나 그 빈도수가 매우 적어서 분석 대상 대인맥

락의 범주에서 제외하였다.

연구문제에 대한 분석을 위해 먼저 CDI점수를 기초로 연구대상자를 우울증 수준이 높은 집단과 낮은 집단으로 분류하였다. 분류 방법은 우리나라 청소년들을 대상으로 표준화작업을 거쳐 선정된 기준치(cut-off point)는 아니나 Kovacs(1985)의 분류기준을 기초로 우울증 진단을 위해 임상 현장에서 일반적으로 사용하고 있는 CDI 점수 기준치인 13점을 기준으로 해서(신민섭, 1993; 조수철, 이영식, 1990) 13점 이상이면서 본 연구대상 CDI 점수 분포의 상위 1/3에 속하는 학생들을 우울증 상집단으로, 그리고 13점 미만이면서 CDI 점수 분포의 하위 1/3에 속하는 학생들을 하집단으로 분류하였다.

측정치에 있어서 우울증 수준 상집단과 하집단 간 의미 있는 차이를 발견하고자 하는데 목적이 있으므로 중간 점수들에 분포되어 있는 학생들은 분석 대상에서 제외하였다. 또한 CDI 점수에 있어서 동점인 학생들이 많아서 정확하게 CDI 점수 분포의 상, 하위 1/3에 속하는 학생들을 선별하기 불가능하여 결과적으로 우울증 수준 상집단은 전체 CDI 점수분포의 상위 30%에 해당하였고 우울증 수준 하집단은 하위 36%에 해당하였다.

연구문제 1의 분석을 위해서는 우울증 수준 상, 하 집단간 정서상태 수준의 차이를 정서의 종류별로 t검증하였다. 연구문제 2의 분석을 위해서는 정서상태 수준의 대인맥락 범주별 차이를 살펴보기 위해서 각 정서 점수를 종속변인, 대인맥락 범주를 독립변인으로 하여 일원분산분석(one-way ANOVA) 하였으며 이러한 정서상태 수준의 대인맥락 범주별 차이의 유형이 우울증 수준에 따라 어떻게 달리 나타나는지 평가하기 위해 일원분산분석을 우울증 상, 하 집단 별로 실행하였다.

이상의 자료 분석에 있어서 분석의 단위(unit of analysis)는 연구문제 별로 다르다. 먼저, 연구문제 1에서는 개인을 분석의 단위로 하였으며 전체 사례수가 59명이다. 그러나 연구문제 2에서는 정서 수준의 대인맥락 범주에 따른 차이를 평가하기 위해서 대인맥락을 분석의 단위로 하였다. 따라서 연구문제 2의 분석을 위한 전체 사례수는 경험표집방법을 통

해 59명의 연구대상자가 일주일간 하루 6회씩 반복적으로 응답한 대인맥락경험인 1553회이다. 경험표집방법을 통해 회수된 대인맥락경험 질문지의 회수율은 63%이었다.

III. 연구결과

1. 우울증 점수에 대한 기술적 결과

우울증 수준 상, 하집단의 CDI 점수의 평균과 표준편차를 <표 1>에 제시하였다. 우울증 수준 상집단 청소년의 CDI 점수 평균은 26.17이었고 여학생이 남학생보다 우울증 수준이 의미 있게 높았다. 한편, 우울증 수준 하집단 청소년들의 CDI 점수 평균은 8.57이었으며 의미 있는 남, 여 차이를 보이지 않았다.

2. 우울증 수준 상, 하 집단 청소년의 부정적, 긍정적 정서 경험 수준 차이

일상생활에서 경험하는 정서상태의 우울증 수준에 따른 차이를 살펴본 결과를 <표 2>에 제시하였다. 흥미롭게도 일상생활에서 경험하는 우울감은 두 집단간에 의미 있는 차이를 보이지 않았다. 죄책감과 사랑을 느끼는 수준도 두 집단간 의미 있는 차이를 보이지 않았다 그러나 나머지 7개의 정서상태 수준에 있어서는 집단간에 의미 있는 차이를 보였다. 우울증 수준 상집단 청소년들은 하집단 청소년들보다 일상생활에서 걱정, 화, 서두름의 정서 수준이 높았고 행복감, 흥미, 통제감, 그리고 편안함의 정서 수준이 낮았다.

<표 2> 우울증 수준 상, 하 집단 청소년들의 부정적, 긍정적 정서 수준 차이

정 서	상집단(n=26)		하집단(n=33)		t
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	
부 죄책감	1.67	.89	1.35	.57	-1.52
정 걱 정	2.72	1.00	1.87	.92	-3.63**
적 화	2.31	1.06	1.52	.59	-3.22**
정 서두름	2.83	1.03	2.00	.91	-3.18**
서 우울감	1.89	.82	1.65	.65	-1.17
긍 흥 미	2.33	.89	2.91	1.00	2.32*
정 통제감	2.06	.79	2.61	.94	2.43*
적 사 랑	1.94	.89	2.22	.10	1.09
정 편안함	2.06	.79	3.00	.74	4.59***
서 행복감	2.25	.84	3.00	.80	3.41**

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

3. 우울증 수준 상, 하 집단 청소년의 부정적, 긍정적 정서 경험의 대인맥락적 다양성

일상생활에서 경험하는 정서수준은 두 집단 모두 어떤 대인맥락에 처해 있느냐에 따라 의미 있는 차이를 보였다. 그러나 이러한 정서수준의 대인맥락 변화에 따른 다양성 유형은 두 집단 간에 다르게 나타났다. 먼저 우울증 수준 상집단의 정서수준에 있어서 대인맥락 변화에 따른 차이를 분석한 결과를 <표 3>에 제시하였다. <표 3>에 의하면 우울증 수준 상집단 청소년들의 우울감, 죄책감, 걱정, 화, 서두름 등의 부정적인 정서수준은 대인맥락의 변화에 따른 의미 있는 차이를 보이지 않았다. 그러나 행복감, 흥미, 통제감, 사랑, 편안함 등의 긍정적인 정서수준은 대인맥락의 변화에 따른 차이를 보였는데 네 가지 유형의 대인맥락 중에서 일부 친구들과 함께 있을 때가 교실에서 급우 전체와 함께 있을 때

<표 1> 우울증 수준 상, 하 집단 청소년의 우울증 점수에 대한 기술적 결과와 성차

집 단	남				여				전 체				t
	\bar{X}	R	SD	n	\bar{X}	R	SD	n	\bar{X}	R	SD	n	
우울증집단	23.89	18~34	5.16	19	28.71	18~43	6.74	17	26.17	18~43	6.36	36	-2.42*
정상 집 단	8.17	1~11	3.16	12	9.00	4~11	2.14	11	8.57	1~11	2.69	23	-7.3

*p<.05, R은 Range를 말함.

〈표 3〉 우울증 수준 상집단 청소년의 부정적, 긍정적 정서 수준의 대인맥락적 다양성 (N=873)

정 서	혼 자	가 족	학 급	친구들	F	
	\bar{X} (SD)	\bar{X} (SD)	\bar{X} (SD)	\bar{X} (SD)		
부 정 적 정 서	우울감	2.04 (.70)	1.88 (.88)	1.98 (.89)	1.84 (.75)	2.46
	죄책감	1.71 (.58)	1.55 (.72)	1.63 (.67)	1.71 (.75)	2.55
	걱정	2.42 (.90)	2.26 (1.04)	2.35 (1.02)	2.36 (.97)	.95
	화	2.24 (.83)	2.24 (1.00)	2.29 (.97)	2.26 (.94)	.18
	서두름	2.30 (.97)	2.14 (1.08)	2.31 (1.00)	2.40 (1.00)	2.16
긍 정 적 정 서	행복감	2.34abc (.83)	2.44ac (1.01)	2.20b (.96)	2.57a (.94)	6.02***
	흥미	2.26b (.83)	2.33b (.98)	2.25b (.94)	2.53a (.93)	3.29*
	통제감	2.17b (.83)	2.13b (.98)	1.98b (.88)	2.27a (.93)	3.92**
	사랑	1.89ab (.70)	1.93a (.98)	1.69b (.73)	1.91a (.81)	4.85**
	편안함	2.28ab (.88)	2.43a (1.03)	2.13b (.91)	2.34ab (.94)	4.69**

*p<.05, ***p<.001

주) a, b, c는 scheffé 사후검증결과 p<.05 수준에서의 집단간 차이를 표시한 것임.

보다 더 행복하였고 더 흥미를 많이 느꼈으며 통제감과 사랑의 정서도 더 많이 느꼈다.

특히 긍정적인 정서 중에서 일부 친구들과 함께 있을 때에 느끼는 흥미나 통제감의 수준은 급우 전체와 함께 있을 때뿐만 아니라 혼자 있을 때나 가족과 함께 있을 때보다도 의미 있게 높았다. 그러나 일부 친구들과 함께 있는 대인맥락에서 느끼는 행복감, 사랑, 편안함의 정서 수준은 급우 전체와 함께 있을 때에 느끼는 수준에 비해서는 의미 있게 높았으나 가족과 함께 있을 때나 혼자 있을 때에 느끼는 수준에 비해서는 의미 있게 높지 않았다.

일상생활에서 느끼는 정서수준의 대인맥락 변화에 따른 다양성 유형은 우울증 수준 하집단 청소년들의 경우 다르게 나타났다. 긍정적인 정서수준에서

〈표 4〉 우울증 수준 하집단 청소년의 부정적, 긍정적 정서 수준의 대인맥락적 다양성 (N=680)

정 서	혼 자	가 족	학 급	친구들	F	
	\bar{X} (SD)	\bar{X} (SD)	\bar{X} (SD)	\bar{X} (SD)		
부 정 적 정 서	우울감	1.63 (.72)	1.57 (.70)	1.64 (.79)	1.42 (.69)	2.30
	죄책감	1.46 ^{ab} (.70)	1.52 ^a (.65)	1.41 ^{ab} (.62)	1.30 ^b (.52)	3.02*
	걱정	2.03 (.95)	1.89 (.93)	1.84 (.95)	1.71 (.93)	2.63*
	화	1.67 ^a (.83)	1.60 ^a (.74)	1.74 ^a (.91)	1.44 ^b (.69)	3.31*
	서두름	1.79 (.86)	1.89 (.93)	1.73 (.86)	1.90 (1.06)	1.43
긍 정 적 정 서	행복감	2.51 ^b (.92)	2.67 ^b (.91)	2.52 ^b (.92)	3.21 ^a (.88)	15.65***
	흥미	2.43 ^b (1.00)	2.54 ^b (1.00)	2.46 ^b (.99)	3.22 ^a (.88)	17.31***
	통제감	2.24 ^{bc} (.92)	2.37 ^b (1.03)	2.03 ^c (.85)	2.94 ^a (1.10)	21.90***
	사랑	1.71 ^b (.74)	2.01 ^a (.94)	1.74 ^b (.78)	2.20 ^a (.90)	10.75***
	편안함	2.50 ^b (.84)	2.89 ^a (.96)	2.38 ^b (.92)	2.93 ^a (.98)	15.33***

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

주) a, b, c는 scheffé 사후검증결과 p<.05 수준에서의 집단간 차이를 표시한 것임.

만 대인맥락의 변화에 따른 의미있는 차이를 보인 우울증 수준 상집단 청소년들과 달리 하집단 청소년들은 우울감과 서두름의 정서를 제외한 나머지 부정적인 정서와 모든 긍정적인 정서 수준에 있어서 대인맥락의 변화에 따른 차이를 보였다. 우울증 수준 하집단 청소년들의 정서수준에 있어서 대인맥락 변화에 따른 차이를 분석한 결과는 〈표 4〉에 제시하였다.

〈표 4〉에 제시된 우울증 수준 하집단 청소년들의 부정적 정서경험을 살펴보면 다른 대인맥락에 있을 때보다도 일부 친구들과 함께 있을 때에 죄책감을 가장 적게 느끼고 화를 적게 내었다. 사후검증에서 의미 있는 평균의 차이를 보이지는 않았으나 걱정도 적게 하는 경향을 보이고 있다.

한편 이들의 긍정적인 정서 수준에 있어서 대인 맥락의 변화에 따른 다양성 유형은 우울증 수준 상 집단 청소년들과 유사하게 나타났다. 즉, 네 가지 대인맥락 중에서 일부 친구들과 함께 있을 때가 혼자 있거나, 가족과 함께 있거나, 교실에서 급우 전체와 함께 있을 때보다 더 행복하였고 더 흥미를 많이 느꼈으며 통제감도 더 많이 느꼈다. 또한 이들은 다른 대인맥락에 있을 때 보다 일부 친구들과 함께 있을 때에 사랑의 정서와 편안함 더 많이 느꼈는데 가족과 함께 있을 때에 느끼는 수준과 유사했다.

요약하면 우울증 수준 상 집단 청소년들은 긍정적인 정서 경험 수준에 있어서만 대인맥락의 변화에 따른 다양성을 보였으나 하집단 청소년들은 부정적인 정서와 긍정적인 정서 경험 수준 모두 대인맥락의 변화에 따른 다양성을 보였다. 두 집단 모두 혼자 있는 맥락, 가족과 함께 있는 맥락, 급우 전체와 함께 있는 맥락, 그리고 일부 친구들과 함께 있는 맥락 중 일부 친구들과 함께 있는 맥락에서 긍정적인 정서 경험을 가장 많이 하였다. 한편, 하집단 청소년들은 긍정적인 정서 경험 수준이 가장 높은 대인맥락인 일부 친구들과 함께 있는 맥락에서 부정적인 정서 경험 또한 가장 적게 하고 있었다. 그러나 상집단 청소년들은 친구들과 함께 있는 맥락이라 해도 부정적인 정서 수준이 낮아지는 효과를 보이지는 않았다.

IV. 논의 및 결론

본 연구에서는 일상생활에서의 정서적 경험이 우울증 수준에 따라 그리고 대인맥락의 변화에 따라 어떻게 다른지 살펴봄으로써 청소년기 우울증의 정서적 증상에 대한 현상학적 이해에 도움이 되는 정보를 제공하고자 하였다. 우울증은 흔히 일상생활에서 우울한 정서가 지속되는 상태로 설명되고 있다 (American Psychiatric Association, 1994; Friedman, 1974). 그러나 본 연구 결과는 청소년들의 우울증은 지속적인 우울 정서로 경험되기 보다는 일상생활에서 느낄 수 있는 여러 가지 긍정적인 정서 수준이

낮고 여러 가지 부정적인 정서 수준이 높은 복합적인 형태로 경험되며 긍정적 정서 수준에 있어서는 대인맥락의 변화에 따라 차이를 보이나 부정적인 정서 수준은 대인맥락의 변화에 따른 차이를 보이지 않고 지속적인 수준을 유지하는 형태로 경험됨을 보여주었다. 특히 우울증 수준이 높은 청소년들은 대인맥락들 중에서 일부 친구들과 함께 있는 맥락에서는 다른 맥락에서 보다 긍정적인 정서 수준이 향상되나 그렇다고 부정적인 정서 수준이 낮아지는 않았다.

본 연구의 제한점으로는 연구대상수가 적어서 우울증 수준에 따른 정서 수준의 차이나 대인맥락의 변화에 따른 다양성 유형을 성별로 분석하지 못했다는 것이다. 우울증 수준에 있어서 성차를 보인다는 선행연구 결과들을 고려해 볼 때(유범희, 1996; Nolen-Hoeksema & Girgus, 1994) 추후연구에서는 연구대상수를 늘여서 일상생활의 대인맥락의 변화에 따라 나타난 청소년기 우울증의 정서적 증상에 대한 결과가 남, 여별로 다른지 살펴볼 필요가 있다.

연구문제 순으로 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다. 첫 번째 연구문제는 우울증 수준이 높은 청소년 집단과 낮은 청소년 집단간에 일상생활에서 경험할 수 있는 다양한 부정적, 긍정적 정서 수준의 차이를 보이는지에 대한 것이었다. 결과는 우울증 수준이 높은 청소년들이 낮은 청소년들에 비해 일상생활을 통해 더 많이 걱정하였고 더 많이 화가나 있었으며 더 서두르고 있었다. 또한 일상생활에서 행복감을 덜 느꼈고 흥미를 적게 느꼈으며 통제감과 편안함도 적게 느끼고 있었다.

그러나 본 연구에서 측정된 부정적 정서 중 하나인 우울감 수준에 있어서는 우울증 수준이 높은 집단과 낮은 집단간에 의미 있는 차이를 보이지 않았다. 이는 일반적으로 우울증에 대한 정서적 증상이 지속적인 우울 정서로 정의되고 있음을 고려해 볼 때 흥미 있는 결과라고 볼 수 있다. 이러한 결과에 대해 다음과 같은 해석을 해볼 수 있다.

첫째 비록 우울증 수준이 높은 청소년들이 낮은 청소년들에 비해서 우울감을 더 많이 경험한다 하더라도 우울감에 대한 정확한 인지가 부족하여 제

대로 보고를 하지 않았을 가능성도 없지 않다(김경희, 2004; Lazarus, 1999). 다시 말해서 우울감이라는 것이 본 연구에서 측정된 다른 부정적 정서(죄책감, 걱정, 화, 서두름)만큼 인식하기에 쉽지 않은 복합적인 정서라서 자신의 정서 상태에 대한 이해의 부족으로 보고하지 않았을 수도 있다.

둘째, 우울증 수준 상집단 청소년들의 CDI 점수는 우울증 진단을 위해 일반적으로 적용되고 있는 기준치 점수보다 높으며 상집단의 CDI 점수 평균은 하집단의 평균의 3배 이상 높기는 하지만 그들이 우울증 치료를 받고 있는 임상집단에서 선정된 청소년들이 아니므로 두 집단간에 우울 정서 수준에 있어서 의미 있는 차이를 보이지 않았을 가능성도 있다. 이러한 해석의 타당성 여부를 평가하기 위해서는 임상적 치료를 요하는 수준의 우울증을 경험하고 있는 청소년 집단과 정상집단 간의 우울 정서 수준에 대한 비교연구가 필요하다

셋째는 중학교 시기인 청소년 초기에 경험되는 우울증의 정서적 증세는 지속적인 우울감의 경험이 아니라 본 연구의 결과에서 나타난 바와 같이 일상생활에서 걱정, 화, 서두름의 정서를 더 많이 느끼고 행복감, 흥미, 통제감을 적게 느끼는 다양한 긍정적, 부정적 정서의 복합적인 형태로 경험됨을 시사한다.

다음 연구문제는 일상생활에서 경험할 수 있는 다양한 부정적, 긍정적 정서들의 대인맥락 변화에 따른 다양성 유형이 우울증 수준이 높은 청소년 집단과 낮은 집단간에 차이를 보이는지에 대한 것이었다. 결과는 우울증 수준이 높은 청소년이나 낮은 청소년 모두 긍정적인 정서 경험은 대인맥락의 변화에 따라 달랐으며 네 가지 대인맥락 중에서 친구들과 함께 있을 때 가장 긍정적이었다. 그러나 부정적 정서 경험의 다양성 유형은 달랐는데 우울증 수준이 높은 청소년들의 부정적 정서 경험 수준은 대인맥락이 변화해도 달라지지 않았고 우울증 수준이 낮은 청소년들은 네 가지 대인맥락 중에서 친구들과 함께 있을 때 부정적 정서 경험 수준이 낮았다.

이러한 결과는 다음의 몇 가지를 시사한다. 첫째, 청소년기 우울증은 일상생활에서 접하게 되는 대인맥락의 변화에 관계없이 지속적으로 경험되는 부정

적 정서 경험으로 표현된다. 둘째, 친구들과 함께 있는 맥락은 우울증을 경험하는 청소년들의 긍정적인 정서를 높이는 기능은 하나 부정적인 정서 경험 증상을 완화하지는 않음을 시사한다. 셋째, 청소년기 일상생활에서 마음이 맞는 친구들과 함께 있는 맥락은 우울증 증상을 경험하는 청소년들이라 하더라도 그들의 긍정적인 정서 경험을 향상 시키는 기능을 한다.

본 연구의 결과는 청소년기 우울증의 정서적 증상에 대한 대인맥락적 관점에서의 현상학적 이해에 도움이 될 것으로 본다. 끝으로 연구 결과를 요약하면 다음과 같다. 청소년기 우울증의 정서적 증상은 부정적인 정서를 많이 느끼고 긍정적인 정서를 적게 느끼는 복합적인 형태로 나타나고 있다. 즉 일상생활에서 걱정을 많이 하고 화를 많이 내며 서두르는 느낌을 많이 갖는다. 이러한 부정적인 정서 수준은 일상생활을 통해 혼자 있으나, 가족과 함께 있으나, 교실에서 학급 친구들과 함께 있으나, 일부 친구들과 함께 있으나 달라지지 않았다. 또한 청소년기 우울증의 정서적 증상은 일상생활에서 덜 행복하고, 흥미를 덜 느끼고, 통제감을 적게 느끼고, 편안함을 적게 느끼는 수준으로 경험되고 있다. 그러나 이러한 긍정적인 정서 수준은 어떠한 대인맥락에 처해 있는가에 따라 달랐는데 특히 일부 친구와 함께 있을 때에 상승되는 경향을 보인다.

■참고문헌

강경미(1994). 소아기 우울증: 소아기 우울증의 개관과 발달학적 측면. *소아, 청소년정신의학*, 5(1), 3-11.

김경희(1996). 한국청년의 정서에 관한 심리학적 연구. *한국심리학회지: 발달*, 9(1), 1-14.

김경희(1997). 한국아동의 정서에 관한 심리학적 연구. *한국심리학회지: 발달*, 10(1), 43-56.

김경희(2004). *정서심리학*. 박영사.

김은정, 오경자(1992). 발달적 관점에서 본 아동 및 청소년기 우울증상. *소아청소년정신의학*, 3(1), 117-128.

- 김종주(1990). 입시병. 서울: 하나과학사.
- 서수균, 신민섭, 김종술(1998). 아동 및 청소년 환자군의 Rorschach 검사, Schizophrenia, depression coping deficit index의 진단적 유용성에 관한 연구. *소아청소년의학*, 9(2), 190-197.
- 신민섭(1993). 한국판 Beck 우울척도의 분할점과 분류요류. *한국심리학회지: 임상*, 12(1), 71-83.
- 유범희(1996). 인류의 15% 일생에 한번은 우울증에 빠진다.: 뇌신경질환의 일종, 여자가 남자의 두배. *과학동아*, 11(11), 130-133.
- 이길홍, 이영실(1991). 청소년의 불안장애: 입시불안을 중심으로. *대한의학협회지*, 34(11), 1150-1155.
- 이미리(1995). 고3 청소년의 일상생활활동 경험과 우울증 수준간의 관계. *아동학회지*, 16(2), 23-26.
- 이미리(1996). 청소년의 우울증 수준에 있어서 문화적 차이와 일상생활경험과의 관계. *아동학회지*, 17(1), 137-152.
- 이미리(2000). 일상생활의 어떤 경험이 초기 청소년의 폭력행동과 관계가 있는가. *한국청소년개발원 연구보고 99-P 06*.
- 이미리(2001). 초기 청소년의 스트레스와 폭력행동과의 관계에 대한 일상생활활동 경험의 중재효과. *아동학회지*, 22(4), 167-188.
- 이미리(2002). 청소년 초기 일상생활활동 경험의 특성과 스트레스 수준. *대한가정학회지*, 40(1), 69-84.
- 이미리(2003a). 청소년기 행복감 수준의 일상 맥락 변화에 따른 다양성. *한국심리학회지: 발달*, 16(4), 193-209.
- 이미리(2003b). 중학생들의 폭력가해행동 수준에 따른 일상적 대인맥락의 외현적, 내면적 경험차이. *청소년복지연구*, 5(1), 37-51.
- 이주일(2003). 조직장면에서의 분노, 불안, 우울정서-정서간 유발상호작용과 애처방식의 차이 및 정서의 조절과 심리적 안녕, 직무효과 간의 관계. *한국심리학회지: 산업 및 조직*, 16(3), 19-58.
- 임명호, 조수철, 백기청, 이경규, 김현우, 홍강의(2000). 입원한 기분장애 소아 청소년의 임상특성. *소아청소년의학*, 11(2), 209-220.
- 조수철(1991). 청소년기 우울증과 자살. *대한의학협회지*, 34(11), 1156-1160.
- 조수철, 이영식(1990). 한국형 소아 우울 척도의 개발. *신경정신의학*, 29(4), 943-956.
- 조수철, 정 영, 홍강의, 신민섭, 성영훈(2001). 시험불안과 우울, 특성불안 및 상태불안과의 상호관계에 관한 연구. *소아청소년정신의학*, 12(2), 225-236.
- 한상철, 이수연(2003). 가출청소년의 우울 및 자살행동에 대한 상담학적 개입 전략에 관한 연구. *청소년상담연구*, 11(1), 152-165.
- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders IV*. Washington, DC: Author.
- Bradley, S. J. (2000). *Affect regulation and the development of psychopathology*. New York: Guilford.
- Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. O. D. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, (2-3, Serial No. 240).
- Coyne, J. C. (1982). A critique of cognitions as causal entities with particular reference to depression. *Cognitive Therapy and Research*, 6, 3-13.
- deVries, M. W. (1992). The experience of psychopathology in natural settings: Introduction and illustration of variables. M. W. deVries(Ed.). *The Experience of Psychopathology: Investigating Mental Disorders in Their Natural Settings*(pp.3-26). Cambridge: Cambridge University Press.
- Eisenberg, N., Cumberland, A., Spinrad, T. L., Fabes, R. A., Shepard, S. A., & Reiser, M. (2001). The relation of regulation and emotionality to children's externalizing and internalizing problem behavior. *Child Development*, 72, 1112-1134.
- Friedman, R. J. (1974). The psychology of depression:

- An overview. In R. J. Friedman & M. M. Katz(Eds.). *The Psychology of Depression: Contemporary Theory and Research*(281-298). Washington D. C.: V. H. Winston.
- Harrington, R., Fudge, H., Rutter, M., Pickles, H., & Hill, J. (1990). Adult outcome of childhood and adolescent depression: psychiatric status. *Archives of General Psychiatry, 47*, 1112-1117.
- Izard, C. E. (1991). *The Psychology of Emotions*. NY: Prenum Press.
- Kandel, D. B., Raveis, V. H., & Davies, M. (1991). Suicidal ideation in adolescence: depression, substance use, and other risk factors. *Journal of Youth and Adolescence, 20*, 289-299.
- Lazarus, R. S. (1999). The cognition-emotion debate:A bit of history. In K. Scherer, A. Schorr, & T. Johnstone(Eds.). *Appraisal Process in Emotion*. Oxford Iniversity Press.
- Petersen, A. C., Compas, B. E., Brooks-Gunn, J., Stemmler, M., Ey, S., & Grant, K. E. (1993). Depression in adolescence. *American Psychologist, 48*, 155-168.
- Rutter (1991). Age change in depression disorders: some developmental considerations. In J. Garber & K. A. Dodge(Eds.). *The Development of Emotion Regulation and Dysregulation*(pp.273-300). Cambridge: Cambridge University Press.
- Kovacs, M. (1985). The children's depression inventory. *Psychopharmacology Bulletin, 21*, 995-998.
- Larson, R. (1989). Beeping children and adolescents: A method for studying time use and daily experience. *Journal of Youth and adolescence, 18*, 511-530.
- Larson, R. & Asmussen, L. (1992). Bulimia in daily life: a context-bound syndrome. M. W. deVries(Ed.). *The Experience of Psychopathology: Investigating Mental Disorders in Their Natural Sttings*(pp.167-179). Cambridge: Cambridge University Press.
- Larson, R., Raffaelli, M., Richards, M. H., Ham, M., & Jewell, L. (1990). Ecology of depression in late childhood and early adolescence: A profile of daily states and activities. *Journal of Abnormal Psychology, 99*, 92-102.
- Lee, M. (1995). Cultural differences in the daily manifestation of adolescent depression: A comparative study of American and Korean high school seniors. University of Illinois at Urbana-Champaign Doctoral Dissertation.
- Lee, M. (2003). Korean adolescents' examination hell and their use of free time. *New Directions for Child and Adolescent Development, 99*(spring), 9-21.
- Nishino, H. J. & Larson, R. (2003). Japanese adolescents' free time: Juku, bukatsu, and government efforts to create more meaningful leisure. *New Directions for Child and Adolescent Development, 99*(spring), 23-36.
- Nolen-Hoeksema, S. & Girgus, J. S. (1994). The emergence of gender differences in depression during adolescence. *Psychological Bulletin, 115*, 424-443.
- Petersen, A. C., Compas, B. E., Brooks-Gunn, J., Stemmler, M., Ey, S., & Grant, K. E. (1993). Depression in adolescence. *American Psychologist, 48*, 155-168.
- Silk, J. S., Steinberg, L., & Morris, A. S. (2003). Adolescents' emotion regulation in daily life: Links to depressive symptoms and problem behavior. *Child Development, 74*(6), 1869-1880.
- Steinberg, L. & Avenevoli, S. (2000). The role of context in the development of psychopathology: A conceptual framework and some speculative propositions. *Child Development, 71*, 66-74.

(2004년 10월 31일 접수, 2005년 3월 2일 채택)