



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

2017년 2월
석사학위 논문

초기 청소년이 지각한 모의 과보호
및 자기성찰지능이 우울에 미치는
영향

조선대학교 대학원

상담심리학과

최 유 진

초기 청소년이 지각한 모의 과보호 및 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향

The Effects of Maternal Overprotection perceived by early
adolescence and Intrapersonal Intelligence on Depression

2016년 2월 24일

조선대학교 대학원

상담심리학과

최 유 진

초기 청소년이 지각한 모의 과보호 및 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향

지도교수 오 지 현

이 논문을 상담심리학 석사학위신청 논문으로 제출함

2016년 10월

조선대학교 대학원

상담심리학과

최 유 진

최유진의 석사학위논문을 인준함

위원장 조선대학교 교수 정승아 (인)

위원 조선대학교 교수 권해수 (인)

위원 조선대학교 교수 오지현 (인)

2016년 11월

조선대학교 대학원

목 차

I. 서론.....	1
A. 연구의 필요성 및 목적.....	1
B. 연구문제.....	7
II. 이론적 배경.....	8
A. 초기청소년기의 우울.....	8
B. 모의 과보호와 초기 청소년기의 우울.....	10
1. 모의 과보호 정의.....	10
2. 모의 과보호와 우울의 관계.....	12
C. 초기 청소년의 자기성찰지능과 우울.....	15
1. 자기성찰지능의 정의.....	16
2. 초기 청소년의 자기성찰지능과 우울.....	18
D. 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 및 자기성찰지능과 우울 의 관계.....	22
III. 연구방법.....	25
A. 연구 대상.....	25
B. 측정 도구.....	26
1. 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 척도.....	26
2. 우울 척도.....	27

3. 자기성찰지능 척도.....	28
C. 연구절차.....	30
D. 자료 분석.....	30
IV. 연구결과.....	32
A. 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 및 자기성찰지 능,우울의 상관관계.....	32
B. 초기 청소년이 지각한 모의 과보호가 우울에 미치는 영 향.....	33
C. 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향.....	33
D. 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 및 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향.....	34
V. 논의 및 제언.....	36
A. 논의 및 결론.....	36
B. 제언.....	40
참고문헌.....	42
부 록.....	49

표 목차

<표 1> 연구 참여자의 인구통계학적 특성.....	25
<표 2> 모의 과보호 척도의 하위요인별 문항구성 및 신뢰도...	27
<표 3> 우울 척도의 하위요인별 문항구성 및 신뢰도.....	28
<표 4> 자기성찰지능의 하위요인 별 문항구성 및 신뢰도.....	29
<표 5> 모의 과보호와 자기성찰지능 및 우울의 상관관계.....	32
<표 6> 모의 과보호가 우울에 미치는 영향에 대한 중다회귀분석.....	33
<표 7> 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향에 대한 단순회귀분석.....	34
<표 8> 우울에 대한 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 및 자기성찰지능의 위계적 회귀분석.....	34

ABSTRACT

The Effects of Maternal Overprotection perceived by early adolescence and Intrapersonal Intelligence on Depression

Choi Yu jin

Advisor : Prof. Oh Ji-Hyun, Ph. D.

Dept of counseling psychology,

Graduate School of Chosun University

The purpose of this study was investigate the effects of maternal overprotection perceived by early adolescence and intrapersonal intelligence on depression, and examine the independent influence of intrapersonal intelligence on depression except for the effect of maternal overprotection perceived by early adolescence.

The subject of this study were 405 students in the 5th and 6th grade of elementary school in Gwangju Metropolitan City and Jeollanam-do, Participants responded to three measures : (a) maternal overprotection perceived by early adolescence Scale, (b) Intrapersonal Intelligence Scale, (c) Korea-Children's Depression Inventory. The collected data was analyzed with pearsons's correlation, multiple regression, simple regression and hierarchical regression by SPSS 23.0 statistics program.

The results of this study were as follows:

Frist, as a result of multiple regression analysis to prove the influence of maternal overprotection on depression, when early adolescence perceived maternal overprotection as more 'expectation and protection', it plays negative impacts on the early adolescence's depression. But, when early adolescence perceived as 'regulation, interference and affection', there is no impacts on the depression.

Second, as a result of simple regression analysis to prove the influence of

intrapersonal intelligence on depression, intrapersonal intelligence had significant effects on depression.

Third, intrapersonal intelligence had dependent influence additionally on depression on depression. The result of study confirmed that early adolescence's perception of maternal overprotection and intrapersonal intelligence are important variables in respect of depression.

Consequently, the result of this study is verified the importance of maternal overprotection perceived by early adolescence and intrapersonal intelligence on early adolescence's depression. Specifically, by founding out that intrapersonal intelligence showed independent influence on early adolescence's depression beyond variance explained by maternal overprotection perceived by early adolescence, it provided the basis of prevention and psychological therapy for early adolescence's depression.

I. 서론

A. 연구의 필요성 및 목적

오늘날 복잡하고 급변하는 사회를 살아가는 현대인들은 적응과정에서 과도한 경쟁과 적절한 대처 기술의 미숙으로 정서 및 행동 상의 어려움을 겪고 있다. 이와 같은 분위기는 아동과 청소년에게도 요구되어 이들 역시 높은 기대치로 인한 여러 정신적인 불균형이나 불안정을 겪고 있으며(전현숙, 2010), 우울 수준이 높을수록 초등학교의 자살 생각이 증가한다는 결과를 보고하였다(김영선, 안혜경, 2010). 이는 다양한 통계치를 통해서도 확인할 수 있는데 아동과 청소년을 대상으로 정신건강 선별검사를 실시한 결과 우울증 고위험군에 해당하는 초등학교생이 약 11%에 해당해 초등학교생의 정신건강이 심각하다는 것이 밝혀졌으며(질병관리본부, 2009), 이듬해에 실시된 청소년 건강행태조사에서 역시 자살을 고려한 청소년이 19.3%, 자살을 시도한 적이 있는 청소년이 5%, 2주 동안 지속적인 절망감과 슬픔을 겪었다고 응답한 청소년이 37.4%로 청소년의 우울의 심각도를 확인할 수 있었다(질병관리본부, 2011).

청소년이 경험한 여러 정서 중 무기력감, 의기소침, 외로움 등으로 나타나는 우울은 감정의 일종으로 정의되며(Eric J. Mash et al, 2003), 모든 인간이 느낄 수 있는 보편적인 정서반응으로 사소한 것으로 보이기 쉽다. 그러나 최근 우울로 인한 부적응은 청소년기의 비행, 우울증, 자살시도 등과 같은 심리적 이상증세나 사회부적응적 모습으로 이어져 심각한 사회문제로 불거지고 있다. 오경자 외(1990)는 초기 청소년기에 해당하는 5, 6학년의 초등학교생이 사춘기에 접어들며 우울이 급증한다고 보고하였다. 그러나, 이 시기의 발달적인 한계에 의하여 자신의 우울하거나 슬픈 감정을 언어로 정확하게 표현하지 못하기 때문에 정상적인 청소년과 구별하기 어려우며(이은중, 2003), 우울한 기분을 직접 호소하기보다는 이를 해소하기 위하여 비행을 하는 경우가 많아 (Toolan, 1962), 도리어 비행이나 품행문제와 같은 문제행동으로 드러나기 때문에 기저에 깔린 우울을 인식할 수 없게 한다. 이는 우울을 해결하기 위한 적절한 개입을 어렵게 해 아동·청소년들에게 정신적 또는 신체적으로 2차적인 문제를 초래하기 때문에(강신덕, 1997; 김교현, 1994; 이규미, 1999), 조기에 발견하여 대처하는 것이 중요하다. 또한, 아동·청소년기의 우울은 성인이 된 이후까지 영향을 미쳐 성인기 우울증이나 알콜중독

등과 같은 만성적인 문제로 이어질 수 있다는 점에서 그 심각성이 더욱 강조된다(곽금주, 문은영, 1993). 이처럼 초기 청소년기의 우울은 다양한 문제행동과 만성화에 영향을 미쳐 청소년의 건강한 발달을 방해하므로 청소년의 우울을 이해하기 위한 주요 변인에 대한 연구가 요구된다.

청소년의 행동발달에는 개인 및 환경 요인이 상호작용하여 복합적으로 영향을 미치며(Bronfenbrenner, 1979), 청소년기의 우울에 대한 정확한 이해를 위해서 그들에게 영향을 미치는 개인내적 및 환경적 요인을 함께 살펴볼 필요가 있다. 우선 환경적 요인에 대한 연구들을 살펴보면 부모의 양육태도(안현정, 모아라, 2012; 정은, 2012; 정원식, 2012; 허묘연, 2004), 부모-자녀간 의사소통(김미숙, 2014; 김세은, 2015; 김은현, 2003; 유지언, 2014), 부모애착(고수영, 2013; 김효은, 2013; 문수정, 2016) 등의 부모관련 변인들과 교사와의 관계(권기덕, 2002; 이영옥, 2000), 학교 규칙(이영옥, 2000) 등의 학교관련 변인들, 또래와의 관계(강문희 외, 2006; 심혜경, 2005; 정은숙, 2004)와 같은 변인들이 주로 연구되어 왔다.

위와 같은 여러 환경적 변인들 중 부모는 인간이 태어나 최초로 관계를 맺는 대상이며 가정은 인간이 태어나 처음으로 참여하게 되는 집단이다. 또한 부모는 자녀에게 가장 중요하고 의미 있는 사회적 환경일 뿐만 아니라 자녀의 인지·정서·사회적 발달에서도 큰 영향력을 갖는다(김은정, 2010; Saarni, 1999; Zeman & Shipman, 1996). 가족의 울타리 안에서 성장하는 사회화 과정동안 부모와의 관계에 의해 많은 영향을 받으며, 특히 초기 청소년기에 해당하는 초등학교 고학년의 경우 일상생활 속에서 부모나 타인과의 상호작용은 다양한 정서를 경험하고 발달시킬 수 있게 한다(박지혜, 2005). 이처럼 부모의 양육태도는 자녀의 성장과정에서 심리적 발달과 성격형성에 영향을 주며, 현대에 있어서도 꾸준히 부모의 양육태도는 자녀에게 긍정적인 영향뿐만 아니라 문제행동 등에도 영향을 미치며(정원식, 2012), 이 외의 다수의 연구에서도 자녀의 내·외현화 문제나 정신 병리에 영향을 준다는 것이 선행 연구들을 통해 밝혀져 왔다(안현정, 모아라, 2012; 정은, 2012; 허묘연, 2004). 뿐만 아니라 초기 청소년기는 청소년기로 옮겨가는 과도기적의 단계이자 자아 성장을 위한 결정적인 시기로 부모로부터 전적인 의존과 보호에서 벗어나 정서적, 행동적인 독립을 추구하여 자율성을 확립해야 하는 시기이다(강경아 외, 2007; 이명숙, 1994). 그러나 자녀는 여전히 의존하려는 욕구 또한 남아 있기 때문에 이 시기의 부모의 양육 태도는 더욱 중요하며 이 시기동안 부모는 자녀의 의존 욕구를 충족시켜주지만, 궁극적으로 자녀가 자율성을 발달시킬 수 있게

돕고 독립적으로 성장할 수 있도록 하는 양육태도가 강조된다(전숙영, 한유진, 2013).

어머니의 양육태도 중 우울에 보다 영향을 미치는 요인으로 과보호가 꼽히고 있다. 즉, 어머니의 과보호적 양육태도는 청소년기의 욕구가 충족이 되고 자율성을 발달시키는 데 방해가 되며 의존적인 성향을 갖게 한다. 이로 인해 초기 청소년기동안 과도한 갈등을 겪을 수 있으며 이를 제대로 대처하지 못했을 경우 발달지연이나 부적응 행동을 나타내게 한다(임영식, 1997). 이처럼 지나친 간섭이나 통제는 초기 청소년기의 욕구와 상충되어 갈등과 불안을 유발할 뿐만 아니라 자녀의 정서적인 발달에 부정적인 영향을 미치는 요인이자 다양한 부적응적 행동문제로 드러날 수 있다. 위와 같은 선행연구의 결과를 통해 양육태도 중 과보호적인 양육태도에 대해 자세히 살펴 볼 필요성이 제기된다(선희연, 2007; 정은영, 장성숙, 2008).

요컨대 자녀는 부모로부터 항상 도움을 받아오며 스스로 문제를 다루어본 경험이 부족하기 때문에 문제를 주도적으로 해결할 능력이 부족하게 된다. 또한 자신의 문제를 해결하는데 불안 증상을 보이거나 회피하는 경향을 보이는 등 과보호는 자녀에게 미치는 부정적인 영향을 미치게 된다(Ungar, 2009; Wexberg, 1974).

보다 구체적으로 살펴보면 과보호를 받은 자녀는 문제·스트레스 상황에서 문제를 회피하거나 포기하며, 유연하고 융통성 있게 대처하지 못하며 환경에 적응하는 것에 어려움을 경험할 수 있게 된다(기민희, 2014). 또한, 김지연과 오경자(2011)의 성인 자녀와 부모의 과보호간의 관계를 본 연구와 김다정(2015)의 고등학생 자녀와 부모와의 과보호간의 관계를 본 연구에서 두 변인의 정적 상관관계가 있다는 결과를 통해 모의 과보호가 자녀의 우울에 영향을 미친다는 것을 알 수 있다.

한편, 지금까지 모의 과보호와 우울간의 관계를 본 선행연구들을 살펴보면, 주로 모의 양육태도를 구분하지 않은 연구들(남가희, 2015; 노지형과 송현주, 2012; 심혜경, 2005; 최은희와 조택희, 2016; 최현주와 신혜진, 2016)이 대부분이거나 주 대상이 성인 또는 고등학생으로 이루어졌다. 그러나 과보호적 양육태도 내에 여러 하위요인이 구성되어 있으며 초기 청소년의 우울에 영향을 미치는 모의 과보호의 영향을 구체적으로 파악하기 위하여 하위요인까지 함께 살펴보는 구체적인 탐색이 요구된다(한채영, 2016).

Doh와 Falbo(1999)는 과보호의 하위개념으로 아기취급 행동과 보호적 행동이 있음을 주장하였다. 아기취급 행동은 자녀의 연령에 맞지 않은 과도한 도움행동으로 자녀의 독립성을 방해하는 것을 의미하며, 보호적 행동은 부모가 자녀의 주변 환경에 대해 지나친 우려함으로써 자녀의 행동을 통제하는 것을 의미한다. 이렇게 주로 국외 과보

호 연구는 자녀의 행동에 대한 지나친 통제로 자율성의 방해라는 개념으로 과보호를 측정하고 있으나 국내에서는 ‘한국적 과보호’라는 특성을 가진다. 한국적 과보호의 하위요인은 과잉기대, 과잉보호, 과잉간섭, 과잉통제, 과잉애정의 다섯 가지 하위요인으로 구성되어 있으며 자녀의 능력에 비해 지나치게 높은 기대나 자녀에게 과도한 애정을 갖는다는 특성이 있다. 즉, 한국적 과보호의 특징은 부모가 자녀의 자율성을 방해하고 통제하는 양육태도가 자녀에게 갖는 관심과 애정에 기반을 둔다는 것이다.

한편, 초기 청소년의 우울에 영향을 미치는 데 있어 환경적 요인들 역시 중요하나 청소년의 개인내적인 능력 역시 함께 탐색해 볼 필요가 있다(김린, 2006). 청소년의 우울과 관련된 개인내적 요인을 살펴보면 자아존중감(김병희, 2006; 백창희, 2006; 윤선자, 2003; 조은숙, 2008), 자기효능감(이덕희, 2013; 이영미, 2009), 스트레스(강난수, 2007; 정원식, 1976; 한태영, 2005), 신체상(유미진, 2009; 이분옥, 1999), 정서인식 명확성(양정은, 2013; 윤영준, 2013; 조성은, 2005), 내현적 자기애(권희영, 2010; 김상목, 2016; 조수진, 2007) 등의 자기 인식 및 정서와 관련된 변인들로 연구되어 왔다. 주로 우울은 부정적 인지, 비합리적 신념과 같은 인지적 요인과 관련이 있는데(강지혜, 2011; 김민지, 2016; 김주은, 2015; 박경아, 2016; 신민진, 2009), 청소년기는 논리적인 사고가 가능해지고 다양한 측면에서 인식 및 이해가 가능해지는 질적인 인지발달이 두드러지게 이루어지는 시기이기 때문에 청소년기 우울과 관련된 인지적 요인을 살펴 볼 필요가 있다.

상기한 관점과 같이 Rogers는 아동에 영향을 주는 외적요인과 내적요인이 동시에 존재하지만 그들의 행동을 가장 정확하게 이해하기 위하여 자기이해 또는 자기에 대하여 갖는 통찰력이라고 하였으며(권오정, 2008, 재인용), 이는 개인내적 요인들 가운데 자기성찰지능이 우울에 중요한 영향을 끼칠 수 있는 요인임을 추측해 볼 수 있다. 자기성찰지능은 Gardner(1983)가 제안한 다중지능의 하나로, 다른 8가지의 지능을 활성화시키는 역할을 하여 자기성찰지능의 중요성을 확인해 볼 수 있다. 자기성찰지능에 관한 연구는 다중지능의 하위요인으로 연구되어 오다 최근 들어 단독적인 변인으로 연구되어 오고 있다. 자기성찰지능이 뛰어난 사람의 특징은 자신에 대하여 건강한 행동 모델을 가지며 자신의 감정을 잘 파악하여 조절하여 적절히 표현한다는 것이다(권오정, 2008). 또한, 황주연(2011)의 연구에서는 자기성찰의 수준이 높은 사람일수록 삶의 질이 향상된다고 하였으며 후속 연구에서도 자기성찰지능의 높은 수준은 초기 청소년의 건강한 삶에 기여할 수 있으며 심리적 안정감에 기여한다고 보고한다(2012). 이는

자기성찰지능이 청소년의 건강한 심리적 발달에 영향을 미치는 중요한 요인이라는 것을 의미한다. 또한, 청소년기는 자기 인식 수준이 높아지는 시기로 자신과 의미있는 타인으로부터 기대되는 이상적인 자기와 실제적 자기 모습간의 차이를 발견을 가능하게 한다(임진, 김은정, 2012). 그러나 지나친 실제적 자기와 이상적 자기간의 차이는 부정적인 정서와 심리적 부적응을 유발할 수 있어 올바른 자기이해를 바탕으로 자신의 정서와 행동을 조절하게 하는 자기성찰지능이 요구된다. 이 외 자기성찰지능과 연관된 연구에 의하면, 자신의 내면에 대한 탐색이 어려워질수록 자신의 결정권을 타인에게 넘기거나 정서를 느끼는 것을 어려워하여 대인관계 문제를 경험할 수 있게한다고 보고하였다(김현진, 2002). 위와 같은 결과를 통해 청소년의 건강한 심리적 발달에 영향을 미침으로써 우울의 감소에 영향을 미칠 수 있는 인지적 변인으로 자기성찰지능의 영향력을 확인할 필요성이 있겠다.

자기성찰지능과 우울간의 직접적인 관련성을 살핀 연구는 부족한 실정이기 때문에 하위요인과 유사한 구성개념과 우울간 관련성을 살펴본 살펴보고자 한다. 자신의 능력에 대한 정확한 이해보다 지나친 기대를 가질 경우 실망과 좌절, 우울함을 경험하게 된다(Higgins, 1987). 국내의 연구에서도 자기 자신에 대해 과도한 기대감을 가지는 청소년 일수록 자아정체감에 혼란을 느끼며 우울의 수준이 높아진다는 것을 확인하였다(강석, 이지연, 2013; 임진, 2008).

반면에 자기성찰지능은 자신에 대해 긍정적인 인식과 사고를 가능하게 하며(정태희, 1998), 심리적 안녕감에 영향을 미치고 개인이 사회 구성원이 되어 적절히 기능하는 삶을 살아가는데 있어 중요한 역할을 하는 것으로 보고되었다(윤인애, 2012). 정서 인식 능력이 낮은 사람일수록 정서 표현은 억제되고 우울과 불안은 높아지며(Penza & Zeman, 2002), 낮은 정서 인식이 개인의 내현화 증상과 우울에 영향을 미친다고 보고하였다(Zeman, Shipman & Suveg, 2002). 또한 자기성찰 수준이 높은 사람은 행복감과 긍정 정서와 정적 상관을 보이고, ‘화나 분노’, ‘창피함’과 같은 부정적 정서와는 부적 상관을 보이는 것으로 나타났다(황주연, 2011). 이는 자기성찰수준이 높은 사람은 정서조절의 능력도 높아 부정적인 정서까지 잘 다스린다는 것을 알 수 있다. 즉, 우울을 효과적으로 표현하고 처리하기 위해서는 자신에 대한 이해와 조절, 관리하는 능력이 요구되는데 자기성찰지능을 향상시키면 우울을 감소시킬 수 있으며 일상생활의 적응과 진취적인 삶을 살아가기 위해 도움을 줄 수 있다는 것이다(권오정, 2008; 윤인애, 2012). 다시 말해, 자기이해, 자기조절, 자기설계 능력이 높을수록 우울 수준이 낮아짐

을 의미한다. 이를 토대로 모의 과보호와 자기성찰지능이 우울에 영향을 미치는 요인임을 추론해 볼 수 있겠다.

요컨대, 우울에 영향을 미치는 대표적인 환경적인 요인인 모의 양육태도 중 과보호는 우울과 정적 상관관계가 있으며, 개인내적 변인 중 자기성찰지능은 자신의 감정을 인식 및 조절을 가능하게 하기 때문에(Amstrong, 1994; Shearer, 1995), 우울에 중요한 영향을 미치는 요인으로 추론이 가능하며, 초기 청소년의 우울에 영향을 미칠 것이라고 예상되는 바이다.

따라서 본 연구는 초기 청소년이 지각한 모의 과보호와 자기성찰지능을 우울에 영향을 미치는 주요 변인으로 보고 이들의 영향력을 확인하며, 초기 청소년의 환경적 요인인 모의 과보호의 영향을 확인한 이후, 개인내적 요인인 자기성찰지능의 증분 설명력을 가지는지 규명하고자 한다. 이를 통해 그 동안 한국적 과보호의 하위 요인별로 우울에 미치는 영향을 살펴봄으로써 과보호에 대한 자세한 이해를 도울 수 있을 것으로 기대되며, 초기 청소년의 건강한 발달에 영향을 미칠 것으로 예상되는 자기성찰지능에 대해 살펴봄으로써 임상현장에서 부모교육과 아동상담에 도움을 줄 수 있을 것으로 예상하는 바이다.

B. 연구문제

본 연구는 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 및 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향을 검증하기 위하여 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

연구문제 1. 초기 청소년이 지각한 모의 과보호가 초기 청소년의 우울에 미치는 영향은 어떠한가?

연구문제 2. 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향은 어떠한가?

연구문제 3. 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 및 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향은 어떠한가?

II. 이론적 배경

A. 초기 청소년기의 우울

우울은 지속되는 우울한 기분, 슬픔, 공허함과 절망감, 무력감과 피로감, 활력 상실, 과다하거나 불면과 같은 수면이상, 무가치감과 죄책감, 죽음과 자살에 대한 반복적인 사고 등을 포함하는 기분 상태를 의미한다.

로마의 철학자 Celsus(30)가 ‘melancholia’라는 용어를 사용하며 우울을 설명하였으며, 최초로 우울이라는 용어 사용한 Bleuler에 의하면 심한 정도의 슬픔 감정이 오랜 기간 지속되어 병적으로 된 상태라고 정의하였다(유대선, 1987). Beck(1967)은 우울이 고독, 슬픔, 무관심과 같은 기분의 변화를 일으키며, 자책과 자기비난과 같은 부정적인 자기개념을 형성하게 되어 성장 능력에 영향을 미치며, 활동 수준의 변화를 유발하여 정신운동이 지연되거나 초조해하게 만든다고 주장하였다. Cantwell(1990)은 우울을 증상과 증후군, 장애로 구분하여 설명하였다. 증상으로서 우울은 기분 및 상태가 우울하여, 심리적으로나 신체적으로 우울감을 느끼는 것을 의미하며, 이러한 우울증상으로 인하여 심각한 문제를 일으키지 않는다고 주장하였으며, 아동과 청소년에게서 비교적 흔하게 발생한다고 주장하였다(Rutter, Tizard & Whitmore, 1970). 증후군으로서의 우울은 증상으로서의 우울만큼 흔하게 나타나지는 않으나, 우울의 증상들이 우울한 감정과 함께 인지적 변화나 신체 변화, 흥미 감소와 같이 군집으로 발생한다고 주장하였다. 미국정신의학회(American Psychiatric Association : APA)에서 만든 DSM-5의 진단 체계에 따르면 우울은 슬픔, 공허함, 울음, 흥미나 즐거움의 저하, 체중의 변화, 식욕의 변화, 수면의 이상, 초조하거나 지체된 정신운동, 부적절한 죄책감, 반복적인 자살사고 및 계획 등의 특징은 보인다고 하였으며, 아동이나 청소년의 경우 성인과는 달리 짜증스러운 기분으로 나타날 수 있다고 정의하였다.

우울은 현대사회에 가장 만연하지만 심각한 심리·정서적 장애이다. 국내에서 성인과 후기 청소년기를 대상으로 한 우울에 관한 연구는 상대적으로 많이 이루어졌으나, 아동과 초기 청소년을 대상으로 한 연구는 부족한 실정이다(남은영, 2009). 과거에 초기 청소년기의 우울은 특정 발달 단계에 해당하는 청소년기에 겪을 수 있는 정상적인 증상으로 보았으며, 정신분석 이론에 있어서도 우울은 내부로 향하는 적개심과 분노의

결과로 여겼으나 아동은 자기에게 대항하여 공격성을 허용하는 초자아의 발달이 미숙한 상태이기 때문에 우울증을 경험하지 않는다고 설명하였다(오주진, 2013, 재인용). 하지만, 임상 현장에서 많은 아동과 청소년들이 우울증을 겪고 있는 현황을 통해 이 시기에도 우울증이 존재한다는 것이 밝혀져, 최근 들어 아동과 청소년의 우울 역시 정신병리 현상으로 인정받기 시작하였다(Fleming & Offord, 1990). 특히, 인간은 초기 청소년기에 해당하는 초등학교 시기까지 인지적·신체적·정서적으로 급격한 성장을 하며, 이 시기의 우울은 전반적인 발달에 부정적인 영향을 미칠 수 있다. 뿐만 아니라 초기 청소년기는 아동기에서 청소년기로 이행되는데 과도기적 단계이며 자아정체감 획득이라는 발달적 과업과(강원희 등, 2010), 신체적 변화, 스트레스 증가와 정체감의 위기 등으로 우울 성향을 보이게 된다(Harrington, 1993). 하지만, 아동기 및 초기 청소년기의 우울증은 성인들과 다르게 나타나기 때문에 이를 구별하여야 한다. Malmquist(1977)은 초기 청소년기의 우울을 ‘가면 우울증’이라고 명명하였는데 성인과는 달리 두통이나 복통 같은 신체증상, 짜증, 음주, 약물사용 등과 같은 우울과는 직접적 상관이 없어 보이는 특징을 보이며 행동적으로는 과잉·공격적·충동적 행동, 급작스러운 분노, 반항적인 행동, 가출 등의 증상을 보인다고 하였다. 최초로 아동 및 초기 청소년의 우울에 관하여 보고한 Spitz는 6-12세의 시설 아동이, 부모를 만나지 못하자 주위에 관심을 보이지 않고 활동을 하지 않는 증상을 기술하였다. 국내에서도 시설 아동들의 경우 우울이나 불안을 높게 보인다는 결과가 있어(문학상, 2009), 이와 유사한 결과를 같이한다. 또한, 청소년기의 우울증상은 50% 이상의 높은 재발률을 보이고 있어 더욱 심각하다. 우울증 및 치료를 경험한 청소년들 중 54%가 3년 이내에 재발을 경험하고, 72%는 5년 이내에 우울 삽화를 경험하는 것으로 나타났다(Kendal, 2000).

초기 청소년기의 우울에 영향을 미치는 원인으로 유전적 혹은 신경전달호르몬인 세로토닌이 제대로 분비되지 않는다는 생물학적 요인이 있으며, 삶에서 중요한 인물인 가족이 사망하여 우울증으로 발전하게 된다(권석만, 2000)는 결과가 있다. 또한, Hammen & Rudolph(1996)은 스트레스를 주는 생활 사건과 환경적 요인인 부모의 이혼이나 재혼, 양육태도, 부족한 사회적 지지가 관련이 있다고 주장하였다. 현재 우울증을 가장 강력하게 설명하는 체계인 인지적 관점에서는, 인간은 자신을 어떻게 보는데 의해 기분과 행동이 영향을 받게 되며, 아동·청소년의 경우 자신이 경험한 것을 바탕으로 이성적 판단이 가능해지기 때문에 인지기능으로 인한 우울증이 생길 가능성이 있다고 하였다(조수철 외, 1990).

위에서 살펴본 바와 같이 초기 청소년기의 우울에 영향을 미치는 요인은 다양한 형태로 나타남을 시사하며, 이 시기의 우울은 올바른 성장과 적응에 중요한 영향을 미치므로 초기 청소년기 우울에 영향을 미칠 수 있는 정확한 요인을 탐색하여, 적절한 개입이 필요할 것으로 보인다.

B. 모의 과보호와 초기 청소년기의 우울

1. 모의 과보호의 정의

Bowlby의 애착이론에 의하여 부모의 양육태도는 계속되어 연구되어 오고 있으며 그 중요성 역시 지속적으로 확인되어 오고 있다. 그 중 과보호의 개념은 Levy(1931)의 부모자녀 관계에 대해 연구한 논문에서 처음 등장하여 그 이후 많은 연구에서 과보호의 개념을 다양하게 정의하고 있다.

Levy(1931)는 과보호를 ‘모가 지나치게 통제하거나 독립적인 행동을 저해, 과도한 접촉과 자녀를 유아 취급하는 것’이라고 정의되었다. Symonds(1949)는 부모의 양육태도를 수용·거부, 지배·복종의 두 종류로 나누고 과보호를 ‘자녀에 대한 지나친 염려와 불안으로 필요 이상의 간섭과 도움을 주며 자녀의 일상생활, 건강, 교육관계와 진로 등에 부담감을 주고 지나친 보호를 하는 것’이라고 정의하였다. 이후 Alder(1973)는 부모가 자녀를 과보호하는 과정에서 자녀의 주위를 맴돌며 자녀가 수행해야 과제를 빼앗아 가는 것이 가장 큰 문제라고 주장하였으며, Wexberg(1974)는 과보호하는 부모는 아이에게 애정을 소나기 같이 퍼붓고, 아이에게 어떤 슬픔이 있게 되면 끊임없이 동정하며, 아이의 눈만 봐도 그 모든 소원을 읽어내며, 아이에게 아니라고 말하지 못하며, 아이들이 부모를 휘두르려는 목적을 가졌음이 분명함에도 그들의 기분과 뜻에 맞추어 준다고 비판하였다(김영희, 2011, 재인용). 이와 같은 개념으로, Parker(1983)는 과보호란 자녀가 혐오스러운 경험을 하지 않도록 부모가 자녀를 통제하거나 관여하는 것이라 하였는데, 그는 돌봄과 과보호라는 두 가지 측면으로 부모의 양육태도를 구분하여 제시하였다. 여기서 돌봄적 측면에는 부모의 애정과 정서적 따뜻함, 공감 및 친밀감 등이 포함되고, 과보호적 측면에는 부모의 통제, 과도한 접촉과 아기취급, 침입 및 독립적 행동의 방해 등이 포함된다(장혜정, 2010, 재인용). Doh와 Falbo(1999)는 모의 과보호적 양

육행동이 부모가 자녀에게 주어야 할 관심과 사랑을 지나치게 주는 것을 말하며, 그 결과 자녀는 의존적이 되고 자율성 발달에 부정적인 영향을 미치는 부모의 양육행동의 한 방식이라고 하였다. 이와 같이 외국에서의 기존 연구들로 본 과보호의 정의는 ‘부모가 과도하게 자녀를 보호하거나 통제하며 자녀의 자율성과 독립성을 침해하는 양육태도’ 라고 할 수 있다.

우리나라에서도 외국의 선행연구를 통해 과보호적 양육태도에 대해 연구가 진행되어 오고 있다. 장대운(1993)은 과보호란 ‘자녀의 연령과 발달단계에 맞지 않게 자녀를 지나치게 보호하고 도와주려고 하는 태도’라고 하였으며, 박아청(1998)은 과보호를 다양한 부모가 자율과 통제, 수용과 거부, 비간섭과 강요 등의 차원을 개별적으로 분리하지 못하고 자녀에게 자립적 사고와 평등주의적 대우를 함과 동시에 소유 및 보호라는 태도를 취하며, 자율을 강조함과 동시에 간섭을 하는 이중적인 양육태도라고 말하였다. 또한 부모가 자녀를 자신의 소유물로 여기며 자녀에게 본인의 인생을 걸고 목표를 이루기 위해 자녀의 인생을 무시하는 부모중심 자녀관을 의미하기도 한다고 하였다.

하지만 이 후 연구에서 우리나라의 과보호는 한국만의 특성이 있으며 이에 우리나라의 특성을 반영한 과보호의 정의가 새롭게 내려졌다. 정은영과 장성숙(2008)의 연구에서 한국적 과보호를 ‘자녀에게 갖는 불안과 두려움 때문에 자녀의 생활과 사회적 활동에 부모가 지나치게 간섭, 통제하여 자녀의 자율성을 방해하고, 연령에 맞지 않는 지나친 보호로 자녀의 일을 대신하는 것’이라고 정의하며, 경험적 연구를 통해 ‘과잉기대, 과잉간섭, 과잉통제, 과잉보호 및 불안, 과잉애정’의 하위요인으로 구성되어 있음을 주장하였다. 과잉기대는 부모가 자녀의 능력 및 학업성취에 대한 기대와 관련된 내용이며, 과잉간섭은 과도한 부모의 도움행동으로 인한 자녀의 의존성을 키우고 자율성을 저해하는 지나친 간섭을 의미한다. 또한 과잉통제는 부모가 자녀에게 지나치게 밀착하여 통제하고 자녀가 숨 막힐 정도로 과도한 관리 및 통제를 뜻하며, 과잉보호는 지나친 모의 자신에 대한 불안으로 자녀를 투사 대상으로 삼으며 투사적으로 과보호 하는 것을 의미한다. 마지막으로 과잉애정은 흔히, 과잉애착의 개념으로 자녀와 떨어져 있을 때 분리불안을 느끼는 것을 뜻한다. 김지연(2010)은 서양의 부모의 지나친 간섭과 통제를 가리키는 태도와 구분되게 한국의 과보호는 부모와 자녀간의 비정상적인 일체감과 공생관계에서 기인한 ‘애정적이며 통제적’인 특성을 갖는다고 하였다. 앞선 정은영의 연구에서 5가지 하위요인을 바탕으로 한 김지연과 오경자(2011)의 연구에서는 과보호를 ‘부모가 자녀에게 과잉애정과 관심을 갖고 연령에 맞지 않은 수준의 보호를 제공하

고 간섭하며, 자녀의 의존성을 높이고 자율성을 저해하는 태도'라고 정의하였다. 또한, 이와 유사하게 정은지(2013)의 연구에서 한국적 과보호에 대해 '과도한 부모-자녀 간 일체감에 의해 부모가 자녀의 연령에 맞지 않게 돌봄을 제공하고 지나치게 통제하여 자녀의 자율성 및 건강한 자아 발달을 저해하는 양육행동' 이라고 정의하였다.

이상의 연구를 살펴보면, 서양의 과보호의 개념과는 달리 한국적 과보호는 '부모-자녀 간의 과도한 일체감으로 인해 어머니가 자녀의 연령에 맞지 않는 수준의 보호하고 돌보며, 지나친 통제로 인해 자녀의 자율성을 저해하고 의존하게 하는 태도'라고 정의할 수 있다. 이것은 한국의 과보호에는 간섭과 통제만이 아닌 '애정적'인 특성이 추가된 것이다. 그렇기 때문에 본 연구에서는 한국적 과보호 특성이 반영된 척도를 사용하여 하위요인별로 우울에 미치는 영향에 대해서 살펴보려고 한다.

2. 모의 과보호와 우울의 관계

부모의 양육태도가 자녀의 다양한 부적응 문제에 영향을 미친다는 것은 여러 연구에 의해 밝혀져 왔다. 자녀에게 있어 부모는 가장 영향력을 갖는 1차적 환경으로, 초기 청소년기에 해당하는 자녀는 부모와의 상호작용을 통해 인지와 정서 등 여러 측면의 발달을 경험하게 한다(Denham, 1988; Saarni, 1999). 또한, 부모의 가치 및 태도, 부모와 자녀의 상호작용, 부모의 양육태도가 자녀의 행동특성·문제행동에 직접적인 영향을 미치게 된다(김미화, 1998). 특히 이 중에서 과보호적 양육태도는 자녀의 문제행동과 연관되어 있다는 연구결과가 지속적으로 보고되고 있다.

모의 과보호적 양육태도가 자녀의 우울에 부정적인 영향을 미친다는 연구를 살펴보면, Robinson(1997)은 모의 양육태도가 수용적일수록 우울과 유의한 부적 영향을 미치는 반면, 모가 통제적일 수록 우울과 정적 관계가 나타난다고 하였다. 김다정(2015)은 모의 과보호적 양육태도는 고등학생 자녀의 우울과 불안에 직접적으로 부정적인 영향을 미치며, 또한 청소년이 지각한 부모의 양육행동과 우울의 관계를 살핀 이은희와 정순옥(2006)의 연구에서 부모의 과보호적 양육행동이 직간접적으로 우울에 영향을 미친다는 것을 밝혀냈다. 이소미(2002)의 연구에서도 부모가 지나치게 과보호를 한다고 지각한 자녀의 경우 우울감을 경험한다고 하였다. 이효심(2011)은 부모-자녀 결합 형태(PBI)를 통해 과보호적 양육태도와 우울간의 관계를 측정하였는데, 우울집단과 정상집단의 부모의 양육태도를 각각 돌봄과 과보호의 차원으로 나누어 측정한 결과 우울집단

에서의 아동은 부모에게 과보호를 많이 받았다고 지각하였다. 부모의 양육태도를 남·여 학생 별로 구분하여 살펴본 이은희(1999)의 연구에서 남·여학생 모두 어머니가 과보호할수록 우울 수준이 높아졌다는 결과를 보고하였으며, 전숙영과 한유진(2013) 역시 부모의 기대와 간섭, 통제, 과한 애정이 청소년의 독립성을 발달시키는 것을 저해하고 심리적, 정서적으로 부정적 영향을 준다는 것을 보고하였다. 문세민(2005)의 연구에서도 모의 과보호가 우울과 정적 상관관계를 보이고 있으며 모가 과보호적 양육행동을 할수록 아동이 우울을 높게 지각한다는 기존의 연구를 뒷받침하였다.

뿐만 아니라, 아동기 시절 부모의 과보호를 회고적으로 평가하는 방식으로 대학생의 우울과 아동기 부모의 과보호의 연관성을 연구한 한기백(2014)의 연구에 의하면 아동기 부모에게서 과보호적 통제와 간섭을 많이 경험하였다고 보고한 대학생일수록 우울을 많이 경험하는 것으로 밝혀졌다. 문경주와 오경자(2002)의 연구에서도 성인을 대상으로 하여 유사한 연구가 이루어졌는데, 남자의 경우 부모가 과잉간섭 한다고 회고하였을 경우에 우울 성향이 높은 것으로 나타났다. 이와 같은 선행연구의 결과를 통하여 모의 과보호적 양육태도가 초기 청소년의 우울에 직접적인 영향을 주는 변인임을 시사한다.

그러나, 일부 선행연구에서 과보호와 우울간의 비일관적인 관계를 보고하고 있다. 이는 부모가 애정 없이 간섭이나 과보호를 하는 것으로 지각한 청소년일수록 우울수준이 높다는 연구결과와(김보경, 민경배, 2006; Martin & Waite, 1994) 자녀의 의존성을 조장하는 통제적인 과보호는 우울에 영향을 미치는 반면 이 외의 요인은 영향을 미치지 않는다고 보고된 것에 비해(오욱진, 1998), 애정에 기반한 한국적 과보호의 특성이 영향을 미쳐 예외적인 결과가 나타난 것으로 보인다. 또한, 과보호를 유의미하게 지각하는 정도에서 남자보다 여자가 더 높게 나타나 남녀 간의 성차에 의한 차이가 있음을 보고하였다(이은희, 1999; 정승환, 1998). 하위요인 별 남학생의 경우 자율성을 존중하지 않고 독립성에 대한 부모의 격려가 충분히 이루어지지 않는 과보호적인 태도를 가장 높게 지각하고 부모와의 분리불안은 여성이 더 높은 수준으로 지각한다는 연구 결과를 보고하며(김지연, 오경자, 2011; 손석한 등, 2001) 과보호에 대한 지각이 하위요인마다 다르다는 것을 드러냈을 뿐만 아니라 하위요인 별 지각에 따라 우울에 미치는 영향이 다르다는 연구 결과가 증명되었다.

이처럼 과보호적 양육태도가 초기 청소년의 우울수준을 높일 가능성이 높은 변인이라는 결과와 과보호에 대한 지각에 따라 우울에 대한 예외적인 결과를 통해 과보호 차

원을 세분화하여 살펴보는 것이 유용하며, 초기 청소년에게 모의 과보호가 어떻게 지각되는지 명확하게 조사할 필요성을 제시한다(문경주, 오경자, 2002; 한채영 2016).

과보호의 하위요인과 우울과의 직접적인 관계를 본 연구 외에 과보호의 개념이 포함되어 있는 심리적·행동적 통제 등의 상관을 통해서 과보호와 우울 간의 관련성을 간접적으로 살펴 볼 수 있다. 먼저, 자녀의 학업 및 능력에 대한 과도한 기대를 뜻하는 과잉기대와 자녀에게 갖는 걱정 및 염려로 인한 불안과 지나친 보호를 뜻하는 과잉보호는 주로 심리적 통제와 관련된 하위요인이라는 특징이 있다. 심리적 통제는 부모가 자녀의 심리적, 정서적 경험과 표현을 억제하거나 무시하여 심리적 영역에서 통제하려는 시도를 의미한다(Barber, 1996). 심리적 통제의 특징은 세 가지로 정의되는데, 먼저 부모는 자녀의 행동을 자신에게 맞추기 위해 죄의식을 심거나 불안 심어주기 같은 전략으로 자녀를 조정하려는 시도가 있으며 다음으로 언어적 표현을 억제하여 자녀의 자기 발견과 표현을 억압하고 마지막으로 부모가 자녀에게 과도한 기대나 불일치적인 정서적 행동 등이 혼합되어 나타나는 것이다(김주희, 2014, 재인용). 심리적 통제와 우울간의 관계를 본 선행연구에서 초기 청소년의 불안, 우울과 부모의 심리적 통제가 정적인 상관관계를 보이며(김희화, 2003; 박성연, 이은경, 송주현, 2008; 정윤주, 2004), 부모의 심리적 통제를 경험한 자녀는 부모에게 의존하거나 자기 비난적 태도를 갖게 되어 우울에 취약할 수 있고(Blacc & Shahar, 2004), 초기 청소년의 높은 부모의 심리적 통제 수준을 지각할수록 위축이 더 높게 나타난다고 하였다.

이와 유사한 맥락으로 어머니로부터 심리적 통제를 많이 당했다고 보고한 초기 청소년일수록 자신의 행동이 자신·타인의 기준에서 만족스럽지 못하다고 보고하며 자신에 대한 부적절감을 호소하고 이는 우울 수준의 상승으로 이어진 연구결과가 보고되어졌다(안명희, 신희수, 2012). 이와 같은 연구 결과는 심리적 통제는 인지, 사회적 면에서 많은 변화를 경험하는 초기 청소년기에 자신을 고유한 존재로 인식하며 건강하고 현실적인 자기이해에 영향을 미치는 중요한 요인임에 반해(김희영, 2008), 자율성의 욕구를 좌절시키고 우울을 유발하는 것으로 볼 수 있다.

다음으로 자녀에게 과도한 도움행동과 개인적인 생활에 지나친 관여라는 특징을 보이는 과잉간섭, 과잉통제는 행동적으로 통제를 하는 것과 관련된다. 행동적 통제는 부모가 자신의 원하는 방식으로 행동할 것을 자녀에게 요구하며 취하는 행동으로 자녀의 행동을 통제하고 관리하려는 부모의 시도이며(이미정, 2010), 부모가 자녀에게 하는 지시, 규칙, 강요와 설명 등을 하는 것으로 정의된다(김영석, 1985). 행동적 통제는 적절

히 이루어 질 경우 자녀에게 안정감을 주고(김희화, 2003), 모델링을 통해 자녀의 사회적 적응력, 인지능력에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하며(이정훈, 2007), 사회에서 요구되는 기준이나 규범을 따르기 위해 필요한 지도와 감독을 청소년에게 제공하며 긍정적인 사회화 기능에 영향을 미치는 것으로 나타났다(최정아, 이해은, 2008). 그러나 자녀가 할 수 있는 일에 대한 부모의 지나친 간섭은 청소년기의 우울에 주요 원인이며(Mash & Barkley, 2003) 자녀의 우울수준을 높인다는 연구 결과가 보고되었다(장여옥, 2015; 한기백, 2014; Anhalt & Morris, 2008). 또한 부모의 행동적 통제는 자녀의 생활에 관여하는데 과잉간섭적인 형태로 나타나 부정적인 측면을 보고하며(노경선, 허묘연, 홍현주, 2003), 자녀를 위한 이해와 관심의 표현이기보다 자녀의 생활을 감시하기 위한 목적을 가지고 있어 자녀의 부적응을 야기한다고 하였다(정윤주, 2004). 이처럼 학자와 연구에 따라 다른 결과를 보이고 있는데 이는 부모가 초기 청소년의 행동에 간섭 및 통제하는 정도를 어떻게 지각하는지에 따라 사회에서 요구되는 행동을 배우는 등의 적응적인 모습으로 이끌어지거나 우울과 같은 심리적 부적응 문제로 다르게 나타날 수 있음을 시사한다.

마지막으로 과잉애정은 한국적 과보호의 특성이 반영된 것으로 자녀에게 과도한 애정을 보이는 것을 의미하는데 선행연구의 결과, 주로 애정적인 양육태도는 자녀의 우울과 부적관계를 보이는 것으로 나타났다. 아동의 우울을 감소하고 완충시키는 보호요인으로 가족의 지지체계와 친밀한 정서 분위기가 이를 완화시킨다고 하였으며(정미나, 2015, 재인용), 중학생들이 어머니의 양육태도를 애정적이라고 지각할수록 우울감은 줄어들었으며(구희정, 2013; 기유나, 2014; 박은민, 박기희, 2014; 배정이, 김윤정, 2009), 부모가 자신에게 갖는 관심이 돌봄과 애정이라고 지각하여 우울감에 영향을 미치는 것으로 보고하였다(정은선, 2008).

이처럼 과보호의 하위요인과 관련된 연구결과를 통해 초기 청소년의 성장환경 가운데 모의 태도는 초기 청소년의 정신적·행동적 건강과 문제에 영향을 미치는 중요한 요인임을 알 수 있을 뿐만 아니라 과보호의 하위개념에 따라 초기 청소년의 우울에 미치는 영향이 다를 것임이 유추가 가능하다. 따라서 본 연구에서는 모의 과보호의 하위개념 별로 우울과의 상관 관계를 살펴보고자 한다.

C. 초기 청소년의 자기성찰지능과 우울

1. 자기성찰지능의 정의

개인의 다양성을 존중하기 위한 노력중의 하나인 Gardner(1993)의 다중지능이론은 기존에 중요하게 여겨져 온 언어와 논리 중심의 지능관이 지적 능력의 일부만을 측정하는 것이라고 비판하며 등장한 지능이론이다. 다중지능이론은 지능을 세 가지 범주로 나누었는데 대상에 기초한 공간·신체운동·자연친화 지능, 상징에 기초한 언어·논리수학·음악 지능, 마지막으로 인간에 대한 지식에 기초한 인성지능은 대인관계지능과 자기성찰지능으로 구분된다. 그 중 자기성찰지능은 본인이 자신에 대해 잘 알고 스스로가 반성을 하고 성찰을 가능하게 하는 지능으로 개인의 장·단점을 파악할 뿐만 아니라 다른 지능이 활성화 할 수 있도록 하는 바탕이 되며 생애전반에 개인의 발달과 함께 요구되는 능력이라고 할 수 있다(권오정, 2008).

Gardner 이 외에도 자기성찰지능에 대해 연구는 이루어져 왔다. 자기성찰지능이 독립된 지능으로 밝혀진 이후에 개인 내 지능, 자기이해지능 등으로 불리다 포괄적이고 교육학적인 의미를 담은 자기성찰지능으로 불리게 되었다(권오정, 2008). 자기성찰지능의 학자 별 정의를 보면, Shearer(2002)는 자신에 대하여 생각하고 자신의 장단점에 대해 알고 있으며 개인적인 목적을 효과적으로 달성하게 하는 능력을 말한다. 정종진(2001)은 자기성찰지능은 자신의 감정을 잘 알고 다스리며 자신의 모습에 대해 이해할 수 있는 능력이라고 규정하였다. 문용린(2004)는 지극히 사적인 지능으로 일반적으로 다른 지능과 함께 나타나지만 자신과 사회를 이해하고 개인의 자아실현과 더 생산적인 삶을 살아갈 수 있게 하는 것이라 하며, 인간에게서만 볼 수 있는 놀라운 산물로 ‘내가 누구인가’에 대한 고찰을 가능하게 하는 대표적 지능이라고 하였다. 장정순(2007)은 자신의 내적 경험에 대한 지식으로 자신의 상태를 인식하고 감정의 범위와 종류를 구별하며, 자신의 감정에 대한 정의와 자신과의 문제를 조절하는 능력이라고 하였다. 권오정(2008)은 자기 자신의 정서와 능력을 바르게 이해하고 조절하며 미래를 설계하는 능력으로 개인의 자아실현을 위해 매우 중요한 지능이라고 하였다. 같은 맥락으로, 안채윤과 오미경(2013)의 연구에서는 자기성찰지능이란 자기 자신의 정서와 능력에 대한 이해와 조절 및 활용을 바탕으로 자신의 삶의 의미와 목적을 발견하여 실현하기 위한 자기 설계 능력으로 정의하였다. 왕미나(2015)는 자기 자신의 정서와 능력을 이해하고 조절하여 자신과의 문제를 해결할 수 있는 능력으로 자아실현을 이루기 위해 매우 중요한 지능이라고 하였다.

이러한 능력을 갖추어 자기성찰지능이 뛰어난 사람은 자신의 감정과 강점과 약점을 정확히 인식하며 자신만의 건강한 행동 모델을 가지고 있으며 이를 활용 할 줄 아는 특성을 가진다(권오정, 2008). 또한, 자신의 중요한 인생의 문제에 관해 주기적으로 사색하고 반성하며, 자신에게 알맞은 특별한 취미와 관심이 있다는 연구가 있다(손은혜, 2012). 자기를 향상시키기 위한 동기와 욕구가 강하고, 자기 존중감이 높으며, 문제 해결의 과정에서 스스로 노력하려는 의지가 매우 강하다고 하였다(정우연, 2012).

종합하여 보면, 자기성찰지능은 자기 자신에 대하여 객관적으로 파악하고 이해하여 자신의 정서와 이와 관련한 문제를 인식하고 조절하여 미래를 설계하는 능력이라고 볼 수 있다. 자기성찰지능의 핵심은 자기 자신의 감정과 욕구, 자신이 갖고 있는 능력을 인식하여 구분하고 그것들을 바탕으로 합리적인 목표를 설정하고 이뤄내도록 활용하는 데 있다(권오정, 2008). 자기성찰지능은 자아실현을 하는데 있어 최대 목표가 있으며 이를 위해 현재 자신을 이해하는 자기 이해와 행동으로 옮기는 자기조절을 통하여 자신의 미래를 설계하는 자기설계능력으로 성장과정에서 매우 중요한 요소임을 알 수 있다.

자기성찰지능의 개념이 학자들에 의해 다양하게 해석되며, 자기성찰지능을 구성하고 있는 요소에 관한 견해도 유사하지만 학자마다 차이가 있다. Gardner(1999)는 자기성찰지능을 자신에 대한 정확한 이해와 조절하는 능력과 더불어 자신의 욕구, 능력에 관한 인식이라고 하였다. 다중지능이론에 근거하여 개발된 SHIP 프로젝트에서는 자기성찰지능이 자기 자신 알기, 목표인식, 감성조절, 행동조절 등의 하위요인으로 구성되었다. 자기 자신 알기는 개인의 사고와 능력을 인식하는 것이며 목표인식은 자신의 목표를 달성하기 위해 수정과 검토를 반복하는 것을 말한다. 감성조절은 자신의 감성과 정서적인 반응간의 조절, 행동조절은 자신의 행동과 정신적 활동 간의 조절 능력을 의미한다(김민아, 권경인, 2008). 문용린(2004)은 감성인식, 능력인식 그리고 미래 계획의 세 가지 하위요인으로 나누고 각각의 요인을 인지적·기능적 측면으로 나누었다. 인지적 측면은 하위요인을 어떻게 인식하는지에 대한 능력을 의미하며, 기능적인 측면은 하위요인의 활용능력이라고 하였다. 감성인식 요인은 자신의 감정을 적절히 인식하는 인지적인 측면과 그것을 조절하는 능력에 관한 요인인 기능적인 측면에 대한 요인이다. 마찬가지로 능력인식 요인은 자신의 능력을 인식하고 조절하여 개발하는 요인이며, 미래 계획 요인은 자신의 미래를 제대로 인식하고 준비하기 위해 감정, 행동을 조절하고 준비하는 능력과 관련된 요인이다. 권오정(2008)은 기존의 선행연구를 토대로 하여 자기

성찰지능을 자기이해, 자기조절, 자기설계의 3가지 하위요인으로 나누어 설명하였다.

자기이해 영역은 자신의 감정과 행동에 관해 주관적 인식, 반성적 자기성찰과정을 통해 보다 객관적으로 이해하는 것이다. 자기이해는 자기성찰지능에서 가장 중요하고 기본적인 영역이며 자기성찰을 통하여 자신의 강점과 약점 등의 능력을 이해하며 이러한 인식을 활용하는 능력이다. 자기 자신에 대하여 객관적으로 인식하게 하며 자신의 정서를 정확하게 지각할 수 있을 뿐만 아니라 타인의 정서에 적절하게 반응하며, 타인의 기분을 이해하고 공감할 수 있게 한다. 자기조절 영역은 기존의 지능이 지적인 측면만을 강조하는 것에 반해 행동 조절 수행에 관한 능력으로 다중지능이 인지적인 능력만을 의미하는 것이 아니라는 것을 말하는 중요한 요소이다. 자기조절능력은 초보적 수준에서 학령전기 아동의 자신의 행동을 상황적 욕구에 대처하여 계획할 수 있는 정도로 나타나며, 이후 타인이나 사회와의 상호작용을 통해 정교화 되며 자동적으로 발달되는 기능이 아니다(Bandura & Robert, 1989; Kopp, 1982). 자기조절능력은 두 단계로 이루어지는데 1단계에서 개인은 자신의 현재 감정, 동기 등에 깨닫고 2단계에서 부적절한 현재 상태를 자신이 희망하는 목표상태로 이루기 위한 노력으로 고차원적인 과정이다. 자기조절은 인지적 측면을 통한 자신의 현재 상황에 대한 정확한 판단능력과 자기판단을 바탕으로 하는 충동통제능력이다. 자기설계 영역은 자신에 대한 이해를 토대로 미래의 목표를 설정하고 준비하는 미래계획에 관한 요소이다. 이 과정에서 개인은 성취동기를 경험하게 되며 이것은 자신의 능력을 인식하여 성취할 만한 일을 탐색하게 하고 자신의 성공을 위해 확신을 갖고 구체적인 목표를 세우게 하여 개인이 자아실현을 하는데 있어 매우 중요하다.

자기성찰지능의 궁극적 목표인 자아실현을 위해서 자신을 이해하는 자기이해와 자기조절을 통한 미래 계획하는 자기설계능력의 중요성은 계속되어 강조된다.

2. 초기 청소년의 자기성찰지능과 우울

초등학교 5-6학년은 후기 아동기이자 초기 청소년기에 중첩되는 시기로, 심리적·신체적으로 급격한 발달이 이루어지는 시기이다. 지금까지 초등학교 시기는 주로 아동기로 간주되어 이들의 우울에 영향을 미치는 변인이 주로 양육태도, 또래관계, 교사와의 관계, 부모애착과 같은 환경적 변인에 대한 연구들로 이루어졌다(고수영, 2013; 김효은, 2013; 권기덕, 2002; 정원식, 2012; 정은, 2012). 그러나, 초등학교의 우울에 영향을 미치

는 여러 요인을 살펴 본 연구에 의하면 초등학교 고학년으로 올라갈수록 청소년의 우울에 영향을 미치는 요인이 자아와 관련된 긍정적 개념요인이거나 자신의 신체상을 어떻게 인식하고 있는지와 같은 개인내적 변인이 가장 유의한 영향력을 가졌다고 보고하며(배주미, 2000; 이승현, 2012; 최마영, 2004), 초기 청소년을 대상으로 한 우울에 영향을 미칠 수 있는 개인내적 변인에 대한 다양한 연구가 필요함을 시사하였다. 뿐만 아니라, 인지, 행동, 가정 변인 중에서 청소년의 우울을 가장 잘 변별하는 알아보는 연구에서 모든 변인이 유의미하였으나 인지삼제와 자동적 사고 등과 같은 개인내적 변인의 설명력이 가장 큰 것으로 나타났으며(Stark, 1993), 초기 청소년이 성장하며 다양한 환경적 변화 속에서 우울과 같은 부적응을 감소시키고 심리적 안녕감을 발달시키기 위해서는 개인내적 변인의 활용은 매우 중요하다는 것이 보고되었다(김지원, 2016). 해외의 연구에서도 아동기에 비해 청소년기·성인기로 갈수록 생활사건과 같은 환경적 요인보다는 개인의 심리적인 특성의 영향이 크다는 연구결과를 보고하며 이를 뒷받침한다(Karel, 1997; Silverman, Eichler & Williams, 1987).

인지적인 이론은 우울을 설명하는 여러 이론들 중 가장 설득력 있는 요인으로 평가받으며 이는 우울과 관련된 개인내적 변인 중 인지적 변인을 살펴볼 필요성을 의미한다(Lakdawalla, Hankin & Mermelstein, 2007). 인지적 접근은 우울의 주요 원인을 개인의 지각과 해석, 기억과 같은 인지적 특성으로 보며(이주현, 정현희, 2009), 이를 주장하는 대표적 이론으로 Beck의 인지이론, Abramson의 무망감이론, Rehm과 Sharp의 자기통제이론이 해당한다. 위 이론들에 의하면 우울증상이 유발되고 유지되는데 부정적 인지가 핵심적인 역할을 한다는 것이다. 이처럼 우울을 경험하는 상황에 대해 인지적인 요인과의 관련을 본 선행연구에서 Freeman(1987)은 개인의 정서와 행동은 대개 그들의 인지에 의하여 결정되어 그 환경을 어떻게 해석하느냐가 매우 중요하다고 주장하였으며, Garnefski(2005)은 인지적 전략은 외현화장애에는 약 21.7%의 관계를 보이나 내면화장애에 대해서 약 48.4%의 설명력을 보여 이는 인지적 전략은 우울이나 불안과 같은 내면화장애와 높은 관련성이 있다고 보고하였다. 또한, Jacobs와 Joseph(1997)의 연구에서 남학생의 경우 자신에 대한 생각, 여학생의 경우 미래에 대한 생각이 우울에 크게 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 이주연과 정현희(2009)의 초기 청소년을 대상으로 한 연구에 의하면 자신과 세계를 어떻게 지각하는지에 따라 우울을 예측하는 것으로 나타났다. 이렇듯 인지적 접근은 성인뿐만 아니라 아동과 청소년의 우울의 원인을 설명하는데 매우 중요하며 치료 역시도 다른 치료에 비해 효과가 우월

하다는 것이 연구결과를 통해 입증되어지고 있다(황결, 최영희, 2003; Southam-Gerow & Kendall, 2000).

초기 청소년기는 논리적, 반성적 사고가 가능해지고 다양한 측면에서 인식 및 이해가 가능해지며(전숙영, 한유진, 2013; 조연순, 2007), 다양한 변인들의 기능과 상호관계를 살피며 체계적이고 논리적인 사고능력이 발달하는 시기이다(Flavell, 1993; Keating, 1980). 뿐만 아니라 독립적인 사고와 행위가 가능해지고 자기 통제력과 위기 관리력 같은 행동 양상과 연결할 수 있고(McMahan, 2009), 아동기에 비해 자신을 탐색하고 평가하는 영역의 세분화되어 다양한 영역에서 자아인지가 가능해지며 이를 위해 자신의 여러 역할을 고려하며 자신을 평가를 시작하는 시기이다(Harter, 1990). 이와 같은 인지적 발달은 청소년기에 자신을 돌아보는 성찰적인 사고가 가능해짐을 의미한다.

그러나 초기 청소년기의 자기평가과정은 자신의 기준보다 자신에게 있어 중요한 타인의 기준이나 평가에 영향을 많이 받고 이로 인해 부정적인 자기평가를 할 경우 부정적인 자기감정으로 이어져 결과적으로 우울을 증가시키는 경험을 겪게 된다(Dante & Cicchetti, 1996). 또한 청소년기는 자신이 경험한 것의 귀인을 자기에게 돌리며 자신을 비난하는 자기비난적 사고·자기비판적 사고의 증가가 증가하며, 이는 자신에 대해 부정적으로 인식하게 해 낮은 자아존중감으로 이어져 쉽게 더 우울해지거나 공격성을 표출하는 등 부적응적 행동으로 표출로 쉽게 이어지고는 한다(송기현, 2005; 지은선, 장미희, 2010). 이는 자신에 대한 올바른 이해가 초기 청소년에게 중요하며, 잘못된 자기에 대한 평가가 다양한 심리적 부적응이나 행동적 문제에 영향을 미친다는 것을 의미한다. 이에 Erickson(1963)은 청소년기에 자아정체성의 획득을 강조하며 자신이 갖는 능력과 한계, 자신이 수행해야 할 역할이나 책임의식을 올바르게 획득할 경우 심리적으로 안정된다고 주장하였다. 이와 유사하게 여기숙(2010)의 연구에서도 역시 자신이 느끼는 감정을 정확히 인식하고 상황을 판단하고 고려하여 적절하게 표현한다면 부정적인 정서를 건강하게 해결할 수 있다고 주장하였다. 이는 청소년이 우울에 기능적으로 대처하기 위한 자기성찰적 사고의 중요성을 볼 수 있으며, 이로 인해 우울의 수준이 변화할 수 있음을 추측해 볼 수 있다.

자기성찰지능과 우울간의 관계는 직접적으로 이를 살펴본 연구는 없으나 하위요인별 우울과 관련된 선행연구에서 관련성을 볼 수 있다. 자기이해 부분에 해당하는 정서인식은 심리적 문제를 예방할 수 있는 요인으로 밝혀졌으며, 특히 우울과 부적상관을 보인다고 하였다. Penza & Zeman(2002)은 정서 인식 능력이 낮을수록 정서 표현이 억

제되며, 우울과 불안과도 관련성이 높다고 하였다. Zeman, Shipman & Suveg(2002)의 연구에서도 낮은 정서 인식이 내현화 증상과 우울에 영향을 미친다고 보고 하였으며, Boden과 Thompson(2015)의 연구에서 정서인식명확성이 높을수록 우울을 덜 경험한다고 하며 정서인식과 우울과의 부적의 관련을 보고하였다. 그에 반해, Salovey(1995)는 정서인식을 수준이 낮은 사람일수록 신경증이나 고통에 취약하고 다양한 신체적, 심리적 문제를 드러낸다고 하였다. 국내의 연구에서도 이와 유사한 결과를 볼 수 있는데 정서를 명확히 인식하는 대학생일수록 우울과 불안 수준이 낮아짐을 확인하였다(이찬미, 유성은, 2016). 즉, 자신의 정서에 대한 정확한 인식은 우울이나 불안과 같은 부정적 정서를 감소시킨다는 것을 의미한다.

또한, Meyer, Dyck과 Petrimack(1989)의 연구를 통해서 우울한 아동과 우울하지 않은 아동을 대상으로 한 연구에서, 비슷한 수준의 과제를 수행을 했음에도 불구하고 우울한 아동은 자신의 수행을 더 평가절하하며 자신의 능력을 낮게 지각하고 있다는 결과를 확인할 수 있었다. 유사하게 Kendall, Stark과 Adam(1990)은 객관적인 측정된 능력에서 차이가 없음에도 불구하고 자신을 더 무능하게 평가하는 아동일수록 우울수준이 높았으며 동일한 상황에서 자신을 부정적으로 지각한다고 하여 자신에 대한 평가가 우울에 영향을 미친다는 것을 검증하였다. 최은실(2010)은 우울한 청소년은 정서를 명료하게 인식하지 못하며 이는 정서표현 능력에도 유의미한 결과가 있다고 보고하였으며, 이는 자기에 대한 이해가 어려울 경우 자신의 정서와 행동을 조절하는 것 또한 어려워지며 이것이 우울에 영향을 미친다는 것을 의미한다.

반면에 정태희(1988)의 연구에서 자기성찰지능은 자신에 대해 긍정적인 인식과 사고를 가능하다고 보고하였으며, 윤인애(2012)는 심리적 안녕감에 영향을 미치고 개인이 사회 구성원이 되어 적절히 기능하고 삶을 살아가는데 있어 중요한 역할을 하고 보고되었다. 또한 황주연(2011)은 자기성찰 수준이 높은 사람은 행복감과 긍정 정서와 정적 상관관계를 보이고, '화나 분노', '창피함'과 같은 부정적 정서와는 부적 상관관계를 보이는 것으로 나타났다. Boyd와 Fales(1983)는 자기성찰이 개인이 관심을 갖는 문제를 내적으로 검증하거나 탐색하며 이 과정에서 변화된 관점을 가져오게 한다고 하였으며 이에 더불어 자신을 정확하게 인식하고 수용하는 것으로 이어져 자신에 대한 인지적 왜곡을 찾아내어 더 현실적이고 긍정적인 사고를 가능하게 하며 부적응문제를 감소시킬 수 있다고 하였다. 뿐만 아니라 황예린과 김유미(2011)에 의하면 분노나 우울, 적대감 등을 알아차리고 수용하는 과정을 통해 공격 행동이 곧바로 이루어지지 않고 충동을 통제하기

때문에 이는 우울과 공격 행동의 순환적인 관계에서 문제행동 발생을 감소시킬 수 있다는 것을 보고하였으며, 이문죽(2012)의 연구에서 개인이 자신의 삶의 목표를 발견하고 구체화하면 긍정적인 삶에 영향을 미치지만 반대의 경우에는 낮은 자신감, 우울, 부정적인 삶의 태도를 갖게 된다는 결과는 자기성찰지능과 우울간의 부적 상관관계를 유추할 수 있겠다.

이상의 선행연구를 통해 우울은 정서의 한 부분으로 초기 청소년이 자기개념, 자신이 지각한 본인의 정서적인 상태나 자신의 능력과 관련이 되어 있음을 의미하며 이는 자기 자신의 정서와 능력을 이해하고, 조절, 미래를 설계하는 자기성찰지능과 연관성이 있음을 알 수 있다. 따라서 본 연구에서는 초기 청소년의 자기성찰지능이 우울에 영향을 미치는 중요한 개인내적 변인으로 보고 관련성을 밝히고자 한다.

D. 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 및 자기성찰지능과 우울의 관계

지금까지의 선행연구를 종합하면 초기 청소년의 우울에는 환경적 요인뿐만 아니라 개인적 요인의 영향을 받게 되는데, 모의 과보호는 우울을 예측하는 환경적 변인이자 위험요인이며 자기성찰지능은 개인내적 변인임과 동시에 보호요인으로서 우울을 예측할 수 있는 주요 변인임을 추측해 볼 수 있다.

자녀에게 있어 가정은 성장과정과 발달에 있어 생애 최초로 관계를 맺고 교육의 장이기 때문에 가정에서의 경험인 사회적, 심리적, 정서적인 발달에 중요한 역할을 한다. 특히 부모는 자녀의 또래관계 및 대인관계의 질과 성격형성에 지대한 영향을 미칠 뿐만 아니라 사회화 과정에서 역시 중요한 역할을 하며(Hammer & Turner, 2001), 자녀가 건강하게 발달하는데 부정적 영향을 주는데 부정적 양육태도가 중요한 요인임을 밝혀졌다. 이는 인간의 1차적 환경인 가정에서 자녀와 가장 밀접한 관계를 맺는 부모, 그 중에서도 주 양육자 역할을 하는 모에 대해 우선적으로 다뤄야 할 필요성을 제기한다. 이처럼 부모의 적절한 양육태도의 중요성이 강조되는 중 대표적인 부정적 양육태도인 과보호는 과도한 통제가 포함되어 부모자녀 관계에서 부모가 자녀에게 과잉된 기대 및 간섭을 갖고 심리적인 갈등이나 부정적 정서를 유발할 가능성이 높다. (전숙영, 한유진, 2013). 또한, 우울증이 있는 아동집단에게서 모의 과보호를 높게 지각한다는 보고하였으며(Stein, 1992), 이 외 청소년의 위축과 우울에 영향을 미치는 모 관련 변인으

로 모의 과보호와의 관련성을 밝힌 연구 결과를 통해(이숙, 최정미, 2006), 모의 과보호가 초기 청소년의 우울에 영향을 미칠 뿐만 아니라 이들은 사회적 유능감과 더불어 신체적·학문적인 영역에서도 자신의 능력에 대해 부정적인 자아지각을 가진다고 하였다(Hymel et al 1993; Rubin 1985). 즉, 모의 과보호로 인한 불안정한 심리상태가 초기 청소년의 우울에 부정적인 영향을 미친다는 것을 의미한다.

자기성찰지능이 우울에 미치는 영향에 대한 선행연구를 살펴보면, 개인에게 자신과 자신에게 일어난 사건을 자신의 행동에 따른 결과로 지각하고 행동을 조절하고 대처하기 때문에 스트레스 상황에서 유연하며 적극적인 대처가 가능해짐으로써 긍정적인 적응이 가능하다고 하였다(이기숙, 2014). 또한 자신의 이해를 기반으로 설정한 목표가 아닌 사회적 인정과 같은 외부요인의 영향을 받는 사람일수록 낮은 수준의 안녕감과 정적인 상관관계를 보였으며(Kasser & Ryan, 1996), 자기이해를 바탕으로 건강한 목표를 갖는 사람에게는 긍정적인 자기개념을 보인다는 결과가 밝혀졌다(신중호, 진성조, 2013). 이와 더불어, 자신과 자신에게 일어난 사건에 대한 인식이 충분히 이루어지지 못한 경우 우울과 강한 정적 상관이 있음을 보고하였다. 뿐만 아니라 McGinn(2005)의 연구에서는 과보호하는 부모의 자녀에게서 부적응적 인지도식을 발견하여 우울에 대한 취약성을 갖는다는 것을 밝혀냄으로써 과보호는 인지적인 변인과의 관련이 있음을 확인하였다.

이를 종합하면, 청소년기로 진입하는 시기부터 우울과 같은 개인의 심리적 부적응에 환경적 요인보다 개인내적 요인이 더 큰 영향력을 갖으며 환경적 요인인 모의 과보호와 개인내적 요인인 자기성찰지능은 보호요인으로서 우울에 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 이는 초기 청소년은 모의 과보호와 같은 환경을 통해 우울에 취약해지기도 하지만, 개인의 스스로에 대한 올바른 지각을 통해 우울을 보호할 수 있다는 것을 의미한다. 지금까지 이루어진 선행연구는 우울을 보호하는 개인적 요인으로 자아탄력성, 자기효능감 등과 같은 변인이 확인되었으나 보호요인으로서 개인내적 변인과 우울의 관계를 단순히 검증하거나, 위험요인과 보호요인의 상대적 영향력을 검증하는 연구가 주를 이루었다는 한계가 있다. 그러나 성격적 특성을 통찰하기 위한 가장 효과적인 방법은 그것의 발달에 기여한 요인과 과정에 대한 조사라는 주장(Flectt, Hewitt, Oliver, & Macdonlad, 2002; 임성문, 2006 재인용)에 근거하여 초기 청소년의 개인내적 요인과 환경적 요인을 함께 살펴봄으로써 우울의 원인에 대한 더 큰 이해를 얻을 수 있을 것으로 기대된다. 이에 본 연구에서는 모의 과보호와 자기성찰지능이 초기 청소년의 우

울에 미치는 영향을 확인하고, 모의 과보호를 통제된 상태에서 초기 청소년의 우울에 영향을 미치는 독립적으로 영향을 미치는지 실증적으로 확인함으로써 초기 청소년의 우울을 심층적으로 이해하고 환경적인 요인뿐만 아니라 개인내적 요인, 그 중 자기성찰능이 갖는 중요성을 확인하고자 한다. 이는 초기 청소년의 우울을 예방하고 완화하기 위한 접근을 다양하게 할 수 있을 것이다.

Ⅲ. 연구방법

A. 연구대상

본 연구는 광주광역시 및 전남 지역에 소재한 초등학교 5곳을 임의로 선정한 후 5-6학년 25개 학급 남·여 초등학생 중 보호자가 연구 참여에 동의한 학생을 대상으로 설문조사 실시하였다. 최근 사회적·정서적 적응에 어려움을 겪는 청소년의 연령이 점차 낮아지고 있다는 연구결과(배정미, 2006; 박종효, 2007)와 이와 관련된 주요 요인으로 부모요인이 지속적으로 언급된 점을(박아청, 1998; 김춘경, 2000; 김재희, 주은선, 2002; 장주연, 2009; 김성희, 정옥분, 2011) 근거로 연구대상을 선정하였다. 또한, 자신의 내면적 사고를 관찰하고 조절하는 능력이 향상되면 우울이나 불안 수준이 감소한다는 선행 연구의 결과와 초기 청소년기는 신뢰할 수 있는 자기 보고가 가능한 인지적 능력을 갖고 있으며 자신 및 자신의 행동에 대하여 평가와 성찰이 가능한 시기(Goleman, 1995)라는 연구 결과를 고려하였다.

설문지는 600부를 배부하여 회수된 설문지 총 419부 중 불성실하거나 누락된 문항이 많은 14부를 제외한 405부가 분석에 포함되었다. 본 연구 대상자의 일반적인 특성은 <표 1>에 제시된 바와 같다.

<표 1> 연구 참여자의 인구통계학적 특성 (N = 405)

요인	구분	N(%)
성별	남	198(48.9)
	여	207(51.1)
학년	5학년	213(52.6)
	6학년	192(47.4)
출생순위	외동	35(8.6)
	첫째	163(40.2)
	막내	152(37.5)
	외동, 첫째, 막내도 아님	54(13.3)
모 연령	20대	2(5)
	30대	110(27.2)

	40대	270(66.7)
	50대 이상	8(2)
모 학력	고졸	100(24.7)
	대졸	237(58.5)
	대학원졸	29(7.2)
	기타	20(4.9)

※ 결측치에 의하여 요인간 빈도에 차이가 있음.

B. 측정도구

본 연구에서는 모의 과보호를 측정하기 위한 설문지(25문항), 자기성찰지능을 측정하기 위한 설문지(37문항), 우울을 측정하기 위한 설문지(27문항)로 총 세 가지 척도를 사용하였다. 각 척도는 모두 자기 보고식 척도로 구체적인 설명은 다음과 같다.

1. 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 척도

본 연구에서는 초기 청소년이 지각하는 어머니의 과보호 양육태도를 측정하기 위해 한국의 사회적 특성과 문화를 반영하여 우리나라의 실정에 맞는 개념으로 구성된 정은영과 장성숙(2008)이 개발한 척도를 사용하였다. 척도의 각 하위요인 및 개념은 다음과 같다.

이 척도의 하위요인은 과잉기대, 과잉간섭, 과잉통제, 과잉보호 및 불안, 과잉애정의 5가지 요인으로 구성되어 있다. 과잉기대는 ‘내가 무엇을 하든지 항상 남보다 잘해야 한다고 말씀하신다’와 같이 부모가 자녀에게 바라는 기대에 대한 내용으로 주로 자녀의 능력과 학업에 대한 부모의 지나친 기대와 관련된 문항이며, 과잉간섭은 ‘어머니가 내 스케줄을 다 짜시고 관리하신다’와 같이 부모의 과도한 도움행동으로 인한 자녀의 의존성에 관련된 내용이며 주로 측정하는 것은 자녀의 자율성과 관련된 것이다. 과잉통제는 ‘내가 어디에 있는지 수시로 전화하신다’와 같은 부모의 엄격한 통제와 관리를 뜻하며, 과잉보호는 ‘지나치게 나를 보호해주신다’와 같이 유아 취급하고 불안해하며 지나치게 보호하고 돌보는 내용을 의미한다. 마지막으로 과잉애정은 ‘다른 어떤 것보다도 나와 함께 있는 것을 제일 좋아하신다’와 같이 자녀에게 갖는 과도한 관심과 애정

에 관련된 문항이다.

본 척도는 청소년이 직접 모의 과보호에 대해 평정하는 자기보고식 검사이며 각 문항에 대한 응답은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’, ‘별로 그렇지 않다(2점)’, ‘다소 그렇다(3점)’, ‘매우 그렇다(4점)’ 에 이르는 Likert 4점 척도이다. 문항은 각각의 하위요인별 5문항씩 총 25문항으로 이루어져있으며, 문항의 총점이 높을수록 자녀가 모의 과보호를 높게 지각한다는 것을 의미한다.

본 연구에서 Cronbach's α 계수를 추정한 결과 모의 과보호에 대한 전체 신뢰도는 .771로 나타났으며, 문항구성 및 하위요인의 신뢰도는 <표 2>와 같다.

<표 2> 모의 과보호 척도의 하위요인별 문항구성 및 신뢰도 (N = 405)

하위요인	문항번호	문항수	Cronbach's α
과잉기대	1, 6, 11, 16, 21	5	.76
과잉간섭	2, 7, 12, 17, 22	5	.67
과잉통제	3, 8, 13, 18, 23	5	.69
과잉보호	4, 9, 14, 19, 24	5	.74
과잉애정	5, 10, 15, 20, 25	5	.77
총점		25	.77

2. 우울 척도

본 연구에서 우울의 정도를 측정하기 위하여 Kovacs(1985)가 개발한 ‘아동용 우울증 척도(Children's Depression Inventory: CDI)’ 아동용 우울증 척도를 조수철과 이영식이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 Beck(1997)의 우울척도(Beck's Depression Inventory: BDI)를 Kovacs(1981)가 8~13세에 해당하는 연령에 맞게 변형하였으며, 이를 조수철과 이영식(1990)이 번안한 것이다. 척도의 하위요인으로는 우울정서(5문항), 행동장애(7문항), 흥미상실(7문항), 자기비하(4문항), 신체적 증상(4문항)으로 구성되어 있다. 검사시점으로부터 지난 2주 동안의 자신의 상태와 기분을 스스로 평가하여 각 항목에 서술된 3개의 지시문 중 자신과 가장 적합하게 묘사된 문장을 골라 표시하는

자기보고식 우울 평정 척도이다. 문항은 역문항 13문항을 포함하여 총 27개의 문항으로 이루어져 있으며, 각 문항에 따라 1~3점으로 채점되는 Likert식 척도이다. 척도점수가 높을수록 우울 증상이 심각한 것으로 평가할 수 있다.

본 연구에서 Cronbach's α 계수를 추정한 결과 우울척도의 전체 신뢰도는 .765로 나타났으며, 문항구성 및 하위요인의 신뢰도는 <표 3>와 같다.

<표 3> 우울 척도의 하위요인별 문항구성 및 신뢰도 (N = 405)

하위요인	문항번호	문항수	Cronbach's α
우울정서	1, 8*, 10*, 20, 24*	5	.70
행동문제	3, 9, 11*, 13*, 15*, 26, 27	7	.69
흥미상실	2*, 4, 12, 21*, 22, 23, 25*	7	.71
자기비하	5*, 6, 7*, 14	4	.71
생리적증상	16*, 17, 18*, 19	4	.81
총점		27	.77

*표시 문항은 역채점 문항임.

3. 자기성찰지능 척도

자기성찰지능을 측정한 척도는 권오정(2008)이 개발하고 타당화한 초등학생용 자기성찰지능 척도를 윤인애(2012)가 문항을 수정하여 보완한 것을 사용하였다. 본 척도는 초등학교 5~6학년 학생용으로, 해당 척도의 하위요인은 다음과 같다.

자기이해, 자기조절, 자기설계의 3개의 요소와 능력 및 정서를 정확하게 인식하는 능력, 정서를 적응적으로 활용하는 능력, 정확한 상황판단을 하는 능력, 충동적인 정서와 행동을 통제하는 능력, 자신의 가능성을 실현할 수 있도록 목표를 설정하는 능력, 설정한 목표를 성취하기 위하여 계획을 구체적으로 세우고 동기화하는 능력의 6요인에 근거하여 이를 측정하는 문항으로 이루어져있다. 척도의 문항은 '내가 할 수 있는 일과

할 수 없는 이를 구별할 수 있다'처럼 자신을 돌보는 것을 통하여 강점과 약점 등을 스스로 이해하며, 자신과 타인의 정서를 정확히 이해하고 공감하는 능력을 대표하는 자기이해가 10문항으로 구성되어 있으며, '나는 빨리 하고 싶은 일도 내 순서가 될 때까지 참고 기다릴 수 있다'와 같이 자신의 행동을 상황적 욕구에 맞게 계획하는 능력과 그와 맞는 노력을 의미하며 정확한 자기 판단을 통한 충동통제능력을 뜻하는 자기조절이 13문항으로 구성되었다. 마지막으로, '어떤 경쟁에서 지면 왜 졌는지, 어떻게 하면 다음에 이길지를 고민한다'처럼 자신에 대한 이해를 바탕으로 미래의 상황에 맞는 목표를 정하며 이를 준비하는 계획을 평가하는 자기설계가 14문항으로 구성되어 총 37문항으로 구성되어 있으며, 총점이 높을수록 자기성찰지능이 높음을 의미한다. 본 척도는 자기보고식 척도로 '나와 전혀 다름(1점)', '대체로 나와 다름(2점)', '보통이다(3점)', '나와 거의 같음(4점)', '나와 매우 같음(5점)'의 Likert 5점 척도로 평정된다.

본 연구에서 Cronbach's α 계수를 추정한 결과 우울척도의 전체 신뢰도는 .882으로 나타났으며, 문항구성 및 하위요인의 신뢰도는 <표 4>와 같다.

<표 4> 자기성찰지능의 하위요인별 문항구성 및 신뢰도 (N = 405)

하위요인	문항번호	문항수	Cronbach's α
자기이해	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 11, 12, 13	10	.87
자기조절	25, 27, 28, 33, 34, 35, 37, 8, 9, 14, 15, 16, 18,	13	.78
자기설계	10, 17, 20, 21, 22, 23, 24, 19, 26, 29, 30, 31, 32, 36	14	.83
총점		37	.88

C. 연구절차

본 연구는 광주광역시와 전남에 위치한 5개 초등학교 5,6학년을 대상으로 실시되었다. 설문조사는 표집에 선정된 학교에 연구자가 직접 방문하여 학교장에게 본 연구의 목적 및 방법에 대한 안내하여 동의를 얻은 이후 담임교사들에게 목적, 설문 및 배포·수거 방법에 대하여 설명하였다. 또한, 연구 대상의 보호자에게 안내문을 통하여 연구 목적을 설명하여 설문의 동의를 얻어 실시하였다. 설문지는 담임교사를 통해 밀봉할 수 있는 봉투에 동의서 및 설문지를 함께 동봉하여 각 설문대상에게 배포되었으며, 3일의 기간 내에 작성하여 밀봉한 후 학교로 가져온 이후 연구자가 각 초등학교를 방문하여 수거하였다. 위와 같은 절차를 걸쳐 회수된 설문지 중 보호자의 연구 참여 동의서와 연구 대상이 작성한 설문지가 함께 들어있는 자료 중 불성실하거나 누락된 응답이 많은 설문지를 제외한 자료만 연구에 사용하였다.

D. 자료분석

본 연구에서는 IBM SPSS Statistics 23.0을 이용하여 수집된 자료와 가설을 측정하기 위하여 다음과 같이 분석하였다.

첫째, 연구 대상자의 인구학적 특성을 알아보기 위하여 빈도와 백분율을 산출하였다.

둘째, 사용된 척도의 신뢰도를 검증하기 위하여 내적 합치도 계수인 Cronbach's α 계수를 산출하였다.

셋째, 초기 청소년이 지각한 모의 과보호, 자기성찰지능, 우울의 관계를 검증하기 위하여 pearson의 상관분석을 실시하였다.

넷째, 초기 청소년이 지각한 모의 과보호가 우울에 미치는 영향을 알아보기 위하여 모의 과보호를 예측요인으로, 우울을 준거요인으로 하여 중다회귀분석을 실시하였다.

다섯째, 초기 청소년의 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향을 알아보기 위하여 자기성찰지능을 예측요인으로, 우울을 준거요인으로 하여 단순회귀분석을 실시하였다.

여섯째, 초기 청소년이 지각한 모의 과보호를 통제된 상태에서 자기성찰지능이 우울에 미치는 독립적 영향력을 검증하기 위하여 초기 청소년이 지각한 모의 과보호와 자기성찰지능을 예측요인으로, 우울을 준거요인으로 하여 위계적 회귀분석을 실시하였다.

분석 1단계에 모의 과보호, 2단계에 자기성찰지능을 순차적으로 투입하여 증분 설명량을 검증하였다.

IV. 연구결과

A. 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 및 자기성찰지능, 우울의 상관관계

본 연구에서는 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 및 자기성찰지능이 우울 간 관계를 확인하기 위해 Pearson의 상관분석을 실시하였으며, 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 및 자기성찰지능, 우울 간의 상관계수를 <표 5>에 제시하였다.

<표 5> 모의 과보호와 자기성찰지능 및 우울의 상관관계 (N = 405)

	1-1	1-2	1-3	1-4	1-5	2	3
1. 모의 과보호							
1-1 과잉기대	-						
1-2 과잉보호	.46***	-					
1-3 과잉통제	.49***	.59***	-				
1-4 과잉간섭	.34***	.51***	.48***	-			
1-5 과잉애정	.19***	.46***	.34***	.30***	-		
2. 자기성찰지능	-.01	-.06	-.01	-.11*	.10*	-	
3. 우울	.26***	.27***	.20***	.21***	.056	-.45***	-
평균	10.29	9.46	9.91	6.74	11.01	38.93	133.12
표준편차	3.18	2.85	2.79	1.76	2.46	6.71	21.93

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

표 5에서 예측요인인 모의 과보호와 준거요인인 우울간의 상관계수를 살펴보면 초기 청소년이 지각한 모의 과보호의 하위요인 중 과잉애정을 제외한 과잉기대($r=.26, p<.01$), 과잉보호($r=.27, p<.01$), 과잉통제($r=.20, p<.01$), 과잉간섭($r=.21, p<.01$)이 우울과 정적 상관을 보였다. 두 번째 예측변인인 자기성찰지능과 준거요인인 우울간의 상관계수를 살펴보면 자기성찰지능($r=-.45, p<.01$)로 우울과 유의한 부정 상관을 보였다.

B. 초기 청소년이 지각한 모의 과보호가 우울에 미치는 영향

초기 청소년이 지각한 모의 과보호가 우울에 미치는 영향을 알아보기 위하여 모의 과보호의 하위요인인 과잉기대, 과잉보호, 과잉통제, 과잉간섭, 과잉애정을 예측요인으로 두고 우울을 준거요인으로 하여 중다회귀분석을 실시하였으며 그 결과는 <표 6>에 제시하였다.

<표 6> 모의 과보호가 우울에 미치는 영향에 대한 중다회귀분석 (N = 405)

준거 요인	예측요인	β	t	R^2	F
우울	과잉기대	.16	2.83***	.11	9.71***
	과잉보호	.20	2.99***		
	과잉통제	-.03	-.047		
	과잉간섭	.09	1.50		
	과잉애정	-.09	-1.66		

*** $p < .001$

<표 6>에 제시된 바와 같이 초기 청소년의 우울에 대한 모의 과보호의 전체 설명력은 11% ($F=9.71$, $p<.001$)로 유의한 것으로 나타났다. 모의 과보호에 대한 하위요인 중 과잉기대 ($\beta=.16$, $p<.001$)와 모의 과잉보호 ($\beta=.20$, $p<.001$)가 우울에 미치는 영향력은 통계적으로 유의하게 나타났으나 모의 과잉통제, 과잉간섭과 과잉애정은 통계적으로 유의하지 않았다. 이는 초기 청소년이 어머니로부터 지나친 기대와 보호를 받는다고 지각할수록 우울 수준이 높아진다는 것을 의미한다.

C. 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향

초기 청소년의 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향을 알아보기 위하여 자기성찰지능을 예측요인으로, 우울을 준거요인으로 하여 단순회귀분석을 실시하였으며 그 결과는 <표 7>에 제시한 것과 같다.

<표 7> 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향에 대한 단순회귀분석 (N = 405)

준거 요인	예측요인	β	t	R^2	F
우울	자기성찰지능	-.45	-10.11***	.20	102.2***

*** $p < .001$

<표 7>에 제시한 바와 같이 자기성찰지능($\beta = -.45, p < .001$)은 우울에 유의한 영향력을 갖는 예측요인으로 나타났으며, 설명력은 20%($F = 102.2, p < .001$)로 유의하게 나타났다. 이는 초기 청소년의 자기성찰지능이 높을수록 우울 수준이 낮아진다는 것을 의미한다.

D. 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 및 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향

본 연구에서는 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 및 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향력을 알아보기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 환경적 변인인 초기 청소년이 지각한 모의 과보호를 1단계에 투입한 다음 2단계에서 개인내적 변인인 자기성찰지능을 투입하여, 초기 청소년이 지각한 모의 과보호의 영향력을 통제한 후 증분 설명량의 유의성을 검증하였다. 이에 대한 결과는 <표 8>에 제시한 바와 같다.

<표 8> 우울에 대한 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 및 자기성찰지능의 위계적 회귀분석 (N = 405)

독립변인	우울				
	1단계		2단계		
	β	t	β	t	
과보호	과잉기대	.16	2.83**	.17	3.41***
	과잉보호	.20	2.99**	.14	2.41*
	과잉통제	-.00	-.05	.02	.41

	과잉간섭	.09	1.50	.03	.52
	과잉애정	-.09	-1.67	-.01	-.24
자기성찰지능				-.43	-10.06***
	R^2	.11		.29	
	F	9.71***		26.99***	
	ΔR^2			.18	
	ΔF			101.18***	

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

<표 8>에 제시한 바와 같이, 1단계에 투입된 초기 청소년이 지각한 모의 과보호가 우울을 설명하는 정도는 11%로 나타났다. 2단계에서 자기성찰지능을 추가하여 위계적 회귀분석을 실시한 결과, 우울에 대해 추가적으로 설명하는 변량이 18%($\Delta F=101.18$, $p<.001$)로 유의하게 나타났다. 또한 초기 청소년이 지각한 모의 과보호와 자기성찰지능이 우울을 설명하는 전체 설명력은 29%($F=26.99$, $p<.001$)로 유의하게 나타났다.

구체적으로 분석결과를 살펴보면, 우울에 대하여 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 중 과잉기대($\beta=.17$, $p<.001$), 과잉보호($\beta=.14$, $p<.05$)의 순서로 유의미한 정적 영향을 미치며, 자기성찰지능($\beta=-.01$, $p<.001$)은 유의미한 부적인 설명력을 갖는 것으로 나타났다. 이는 초기 청소년이 지각한 모의 과보호를 통제된 뒤에도 자기성찰지능이 우울을 유의하게 설명하는 요인으로 확인된 것이다.

V. 논의

A. 논의 및 결론

본 연구는 초기 청소년이 지각한 모의 과보호와 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향을 설명하기 위한 것이다. 초기 청소년이 지각한 모의 과보호와 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향과 이들이 지각한 모의 과보호를 통계적으로 통제한 후 자기성찰지능이 우울에 미치는 추가적인 영향력을 검증하였으며 이를 위하여 초등학교 5, 6학년을 대상으로 설문지 조사를 실시하였다.

그 결과, 초기 청소년의 우울을 설명하는 환경적 요인인 모의 과보호는 초기 청소년의 우울에 영향을 미치지만 하위요인 별로 살펴보았을 때 과잉기대와 과잉보호만이 우울에 유의미한 영향을 갖는 것으로 나타났다. 다음으로 개인내적 변인인 자기성찰지능 역시 초기 청소년의 우울을 설명하였으며 이후 모의 과보호를 통제한 이후에도 자기성찰지능이 우울에 유의미한 부적 설명력을 갖는 것으로 나타났다. 이와 같은 연구결과를 토대로 다음과 같이 논의하고자 한다.

첫째, 초기 청소년이 지각한 모의 과보호가 우울에 미치는 영향을 살펴본 결과, 모의 과보호는 우울에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 자녀가 모의 양육태도를 과보호적이라고 인식할수록 우울 수준이 높다는 것을 의미한다. 이 결과는 모의 과보호가 자녀의 우울에 영향을 미친다고 보고한 연구결과(김다정, 2015; 문세민, 2005; 안현정, 모아라, 2012; 이호심, 2011)와도 일치하며, 부모의 양육태도 중 과보호적 양육태도가 자녀의 부적응을 설명하는 주요한 변인이라는(문경주, 오경자, 2002; 송현정, 2008; 정은영, 2008) 선행연구를 지지한다.

본 연구에서는 과보호를 자세히 연구할 필요성에 의해 과보호의 하위요인 별로 우울과의 관계를 살펴보았는데, 초기 청소년이 지각한 모의 과보호가 하위요인에 따라 우울과의 유의미한 차이가 있다는 것이 통계적으로 검증되었다. 이는 초기 청소년의 우울의 원인이 되는 모의 과보호에 대한 세부적이고 자세한 이해가 필요하다는 선행연구들을 뒷받침하는 결과이다. 이에 대해 자세히 살펴보면 과잉기대와 과잉보호는 초기 청소년의 우울에 영향을 미치는 요인으로 나타났으나 과잉간섭, 과잉통제와 과잉애정은 유의한 영향을 미치지 않다는 것이 증명되었다. 즉, 초기 청소년이 모가 과잉기대하

거나 과잉보호한다고 지각할수록 우울 수준이 높다는 것을 의미한다. 이는 지나친 모
 의 보호가 자녀에게 의존성을 키워 자신의 삶을 직접 통제할 수 있는 능력의 발달을
 저해하고 자신의 능력을 의심하게하며 쉽게 실망하거나 무기력해져 우울감을 경험할
 수 있다는 기존의 연구 결과와 일맥상통한다(오주진, 2013). 과잉기대는 자녀의 학업과
 능력에 관한 기대를 의미하는 것으로, 초등학생 때부터 과도한 학업 경쟁과 성취율을
 요구하는 현대사회에서 부모의 과도한 기대는 초기 청소년에게 스트레스로 지각되어
 우울을 유발하는 요인이라는 연구결과와 공통점이 있다(신현균, 2002; 이지현, 이정운,
 2009).

특히 두 변인은 과보호 중 심리적통제와 관련이 있는 하위요인으로 심리적 통제와
 우울간의 연구들과 관련지어 살펴볼 때, 심리적 통제는 자녀의 우울이나 불안과 같은
 내면화 문제를 예측하는 주요한 변인이라는 연구결과들과 같은 맥락이다(Barber, 1996;
 Caron, Weiss & Harris, 2003). 또한, 부모의 심리적 통제가 초기 청소년의 우울과 공
 격성 등의 문제를 수용성이나 엄격한 통제에 비해 더 강력하게 설명하는 변인이라는
 연구결과와(Finkenquer et al., 2005), 부모의 심리적 통제가 높을수록 아동이 우울증상
 과 같은 정서적 문제를 더 많이 보고한다는 연구결과를 뒷받침한다(이민식, 1999; 전숙
 영, 2007; 정윤주, 2004).

한편, 과잉간섭·과잉통제·과잉애정은 우울에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타
 났다. 이는 자녀의 우울에 부모의 과잉간섭이 정적으로 영향을 미친다는 연구결과들
 (장여옥, 2015; 최태산, 2016; 한기백, 2014; Rubin et al, 2001)과는 상이한 결과이다.
 이를 논의할만한 직접적인 선행연구는 부족하지만 과잉간섭과 과잉통제는 앞선 유의미
 한 두 변인에 비해 행동적 통제와 유사한 특성을 갖는다는 점에서 행동적 통제가 자녀
 에게 미치는 영향을 본 연구들을 살펴보고자 한다.

박진경(2000)은 행동적 통제를 어머니의 지도감독이 자신을 향한 관심의 표현이자
 애정적 유대라고 설명하였으며, 류현정(2011)은 부모의 적절한 행동적 통제는 자녀가
 부모에게 지속적인 관심을 받고 있다는 긍정적인 지각을 형성하게 해 안정감을 주며
 외현적·내면적 문제를 예방하는 것으로 나타나 이를 뒷받침할 수 있는 결과를 보고하
 였다. 즉, 적절한 부모의 행동적 통제는 자녀에게 자신을 향한 지지와 같은 애정적인
 요소로 인식한다는 것을 의미한다. 또한 Schaefer(1965)는 자녀가 자신의 지각의식이나
 과거의 경험을 통해 주변 환경을 주관적으로 지각을 하는 경향이 있으며, 부모의 양육
 태도 자체보다 자녀의 지각이 그들의 정서적·행동적인 특성과 더 관련이 있다고 한 점

을 고려해 볼 필요가 있겠다. 다시 말해, 초기 청소년이 과잉 간섭과 과잉통제를 어느 수준으로 지각하고 해석했는지에 따라 자녀를 통제하는 것이 아닌 애정과 관심으로 인식하여 우울에 영향을 미치지 않을 수 있음을 시사한다.

또한 과잉간섭이 자녀의 공격성에 영향을 미치며(곽소현, 2006; 정소희, 2016), 자녀의 정서적 문제의 유발은 심리적 통제에 의해 더 강력하게 설명되는 반면에 외현화 문제의 유발은 행동적 통제에 영향을 받는 것으로 보고된다(Barber, 1996). 위 선행연구의 결과를 비롯해보면 과잉간섭 및 과잉통제는 우울과 같은 내재화 문제보다 공격성이나 비행과 같은 외현화 문제와 더 높은 상관을 가질 것으로 예상되며 추후의 연구를 통해 이를 검증할 필요가 있다.

이러한 결과는 초기 청소년의 우울에 모의 과잉보호·과잉기대적 태도가 중요한 원인이 될 수 있음을 알 수 있다. 따라서 초기 청소년기의 자녀를 양육할 때 자녀의 심리적 건강과 발달을 위하여 자녀의 자율적이고 독립적인 행동을 북돋우며, 자녀를 지나치게 보호하거나 기대하는 행동은 바람직하지 않다는 것을 의미한다. 또한, 부모를 대상으로 한 초기 청소년기의 특징과 우울에 대한 이해와 과보호적인 양육태도의 문제점에 대한 부모교육 프로그램의 필요성을 시사한다.

둘째, 초기 청소년의 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향을 규명하기 위해 단순회귀 분석을 실시하였으며 결과 및 논의는 다음과 같다. 자기성찰지능은 우울에 유의한 부적 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 자기성찰지능이 높을수록 우울의 수준이 낮음을 의미한다. 청소년기는 자기정체감을 형성하는 시기로 자기개념의 내면화를 이루기 위하여 자신에 대한 인식과 평가를 활발하게 진행하는 시기이다(김영한, 2000). 위와 같은 결과는 자기성찰지능이 올바른 자아정체감과 자기개념을 형성하기 위해 중요한 요인일 뿐만 아니라, 우울의 수준을 감소시켜 개인의 역기능적 문제를 감소시킬 수 있음 의미한다.

이는 자기성찰지능이 높은 사람일수록 부정적 정서와 부적응 문제를 감소시킨다는 연구결과(황주연, 2011; Boyd & Fales, 1983)와 일치한다. 또한, 자신의 정서를 정확히 인식할수록 우울이나 불안 수준이 낮아지는 반면에 인식 수준이 낮은 사람의 경우 다양한 심리적 문제를 경험하는 것으로 나타난 연구(이찬미, 유성은, 2016; Salovey, 1995)와 유사한 맥락이다. 자신에 대한 정확한 인식이 가능한 청소년의 경우 정서 조절 및 표현, 행동 조절의 능력이 높은 반면에 우울한 청소년의 경우 정서와 행동에서 정확한 인식과 조절을 어려워한다는 선행연구결과(최은실, 2010)와도 같은 맥락이다.

더불어 아동이 자신을 명확하게 표현하는 것은 자기이해 및 자기수용을 높여 객관적으로 자신의 문제를 바라볼 수 있는 통찰을 증진시키기 때문에(Emons & Cloby, 1995), 우울과 같은 심리적 문제를 감소시킬 수 있는 것으로 보여진다. 이는 초기 청소년은 자신이 느끼는 정서나 상황을 정확히 인식하여 행동적으로 통제하고 적응적인 목표를 설정한다면 우울을 경험하는 상황에서 이를 적절히 조절하고 해소할 수 있음을 시사한다.

위의 결과를 종합해보면 자기성찰지능이 우울 수준을 완화시키는 보호요인임을 검증하였다. 즉, 자기성찰지능이 높은 초기 청소년은 우울을 더 낮게 지각한다는 것을 의미하고 초기 청소년의 우울을 예방하기 위해 자기성찰지능의 향상의 필요성을 제기한다. 따라서 우울의 취약한 모습을 보이는 초기 청소년을 대상으로 자신의 정서 및 능력에 대한 인식과 바르게 행동을 표현하고 표현할 수 있도록 도울 수 있는 상담 프로그램의 필요성을 제시된다. 또한 아직 연구의 초기 단계인 자기성찰지능과 다양한 변인들간의 상관관계를 본 추후의 연구가 요구되어 진다.

셋째, 우울에 대하여 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 외에 추가적으로 자기성찰지능이 독립적으로 영향력을 갖는지 확인하기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였으며 결과에 대한 논의 다음과 같다. 초기 청소년의 우울에 대해 자기성찰지능의 추가적 설명력이 유의하게 나타났다. 이는, 환경적 요인인 모의 과보호와는 별개로 개인내적 요인인 자기성찰지능이 청소년의 우울에 독립적으로 영향을 미치는 주요한 예측변인임을 의미한다. 이와 같은 연구결과는 자기성찰지능이 청소년의 우울에 중요한 영향을 미친다고 보고한 선행연구들과 같은 맥락이다(황주연, 2011; 윤인애, 2012).

구체적으로 초기 청소년의 자기성찰지능 수준이 높다는 것은 자신과 관련된 감정 및 욕구에 대한 정확한 인식이 가능하고 이를 통하여 자신의 행동을 조절하고 설계하는 능력이 높다는 것을 의미한다. 이는 초기 청소년이 자신의 정서나 상태를 명확하게 표현할 수 있게 함으로 자기이해와 자기수용을 높여 당면한 문제를 객관적인 시각으로 바라볼 수 있도록 하는 능력이 증가한다는 것을 뜻한다(Emmons & Colby, 1995). 즉 자기성찰지능이 높은 청소년은 우울한 감정을 명확히 인식하며 이를 해결하기 위하여 조절하는 경험과 행동적으로 실천할 의지를 증가시켜 우울을 감소시킬 수 있다는 것을 의미한다.

본 연구에서는 모의 과보호를 통제한 초기 청소년의 자기성찰지능이 우울에 미치는 독립적이고 추가적인 영향력을 가질 뿐 아니라 자기성찰지능이 높을수록 우울 수준이

낮은 것으로 검증되었다. 이러한 연구 결과를 통하여 우울에 대한 개인내적 특성 변인의 중요성을 확인할 수 있다. 위 결과로 우울의 예방 및 대처를 위해 자녀의 발달단계의 욕구와 반대되는 과보호적인 양육태도를 지양하고 자율성과 독립성을 이해하고 충족시킬 수 있는 양육행동의 요구된다. 더불어 자기 자신의 정서와 능력을 바르게 이해하고 조절하여 미래를 설계하기 것 역시 초기 청소년의 우울을 감소시키기 위해 중요하며 초기 청소년을 대상으로 한 자기성찰지능 교육 및 프로그램이 이루어져야함을 시사한다.

이상의 논의를 종합해보면 본 연구는 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 및 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향을 검증하였다. 뿐만 아니라 우울에 영향을 미치는 대표적 환경적 변인인 모의 과보호를 통계적으로 통제한 이후 초기 청소년의 자기성찰지능이 우울에 미치는 독립적이고 추가적인 영향력을 갖는지 추가적으로 검증하여 초기 청소년의 우울에 관한 연구를 확장시켰다는 점에 의의가 있다. 특히 이 연구는 그 동안 다중지능의 하위요인으로 연구되어 자기성찰지능과 우울에 관한 경험적 연구가 부족한 상황에서 초기 청소년의 자기성찰지능과 우울 간의 관계를 검증함으로써 자기성찰지능 연구를 기초적 자료를 제공하였다. 이를 통해 임상 현장에서 자기성찰지능을 향상시키기 위한 개입은 초기 청소년의 우울을 예방하는데 활용될 것으로 기대된다. 또한, 그 동안 다양한 부모의 부정적 양육태도 중 자녀의 우울과 가장 밀접한 상관이 있는 것으로 예상되는 과보호적 양육태도와 우울간의 관계를 살펴보고 하위요인 별로 우울에 미치는 영향을 확인하여 초기 청소년이 지각한 모의 과보호의 구체적인 이해를 도왔으며 이는 부모 상담에 유용한 정보로 활용될 수 있을 것이다.

B. 제언

본 연구의 논의와 결론을 토대로 제한점과 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 사용한 과보호 척도 및 자기성찰지능 척도는 비교적 최근에 개발된 척도로, 우울을 포함한 다른 변인과의 관계를 살펴본 실증적 연구가 부족하다. 이를 보완하기 위해 후속 연구에서는 초기 청소년을 대상으로 한 우울 외의 다른 변인과의 관계를 검증해 보는 다양한 경험적 연구가 필요하다.

둘째, 본 연구에서는 측정을 위하여 자기보고형식 척도를 사용하였다. 선행연구에 의하면, 초기 청소년이 지각한 변인들을 스스로 측정함을 통해, 내적인 상태를 반영하는

신뢰롭고 타당한 방법으로 간주하지만(조선미, 신윤미, 박정희, 2006), 부모나 담임교사의 보고를 활용하여 연구결과의 객관성을 강화할 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 광주광역시 및 전남 지역의 초등학교 5,6학년 학생을 대상으로 이루어졌기 때문에 연구 결과를 모든 초기 청소년에게 일반화하기에 한계가 있다. 따라서 표집대상을 보다 일반화하여 후속 연구가 이루어질 필요가 있다.

참고문헌

- 강석, 이지연 (2013). 청소년의 실제-이상 자기불일치가 우울에 미치는 영향: 자의식과 자기침묵의 매개 효과. *중등교육연구*, 61(4), 811-839.
- 강신덕 (1997). 비행청소년 분노조절교육 프로그램 개발 및 효과 연구. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 강인숙 (2007). 부모의 양육태도와 아동의 다중지능에 관한 연구. 제주대학교 석사학위논문.
- 강지혜 (2011). 고등학생이 지각한 부모의 양육태도와 역기능적 신념 및 사회불안의 관계. 강원대학교 석사학위논문.
- 곽금주, 문은영 (1993). 사춘기 남녀 청소년의 심리적 특징과 우울이 비행에 미치는 영향. *한국심리학회지:학술대회 자료집*, 31-40.
- 권오정 (2008). 초등학생용 자기성찰지능 척도 개발 연구. *초등교육연구지*, 265-286.
- 기민희 (2014). 아동이 지각하는 어머니의 과보호와 아동의 자아탄력성 및 학교생활적응 간의 관계. 중앙대학교대학원 석사학위논문.
- 기유나 (2013). 청소년이 지각한 부모양육태도와 우울증상의 관계에서 또래관계의 매개효과. 숙명여자대학교대학원 석사학위논문.
- 김귀연 (2005). 아동의 위축 및 공격성에 대한 관련변인들의 관계: 거부적 양육행동, 또래괴롭힘, 부정적 부모표상 및 부정적또래표상의 인과효과. *한국아동학회지*, 26(6), 247-266.
- 김다정 (2015). 어머니의 과보호가 고등학생 우울 및 불안에 미치는 영향: 자아탄력성의 매개효과. 연세대학교대학원 석사학위논문.
- 김민아, 권경인 (2008). 적응유연한 청소년의 정서인식 명확성과 인지적 정서조절 전략에 관한 연구. *청소년상담연구*, 16(1), 15-32.
- 김민지 (2016). 행동 억제기질과 지각된 부모의 심리적 통제가 청소년의 사회불안 증상에 미치는 영향:역기능적 신념과 부적응적 자기초점주의의 매개효과. 아주대학교대학원 석사학위논문.
- 김성희, 정옥분 (2011). 아동이 지각하는 어머니의 과보호와 아동의 정서조절능력 및 또래관계 : 정소조절능력의 매개효과를 중심으로. *인간발달학회지*, 18(3), 69-92.

- 김영미 (2012). 청소년의 일상적 스트레스와 학습된 무력감이 심리적 부적응에 미치는 영향: 가족응집성이 조절된 매개효과를 중심으로. 청소년복지연구지, 14(3), 47-73.
- 김영선, 안혜경 (2010). 의사결정나무 분석을 이용한 초등학교 학생의 자살생각 관련요인 분석. 한국자료분석학회, 12(3), 1379-1399.
- 김지연, 오경자 (2011). 부모의 과보호가 성인 자녀의 우울에 미치는 영향. 한국심리학회지:임상, 30(3), 647-661.
- 김지원 (2016). 청소년의 사회적 지지 및 내외 통제성향이 심리적 안녕감에 미치는 영향. 숙명여자대학교대학원 석사학위논문.
- 김재희, 주은선 (2002). 지각된 양육태도의 세대관 연구와 부적응 청소년 집단과의 비교. 한국심리학회지:발달, 14(4), 1-17.
- 김춘경 (2000). 부모의 과잉보호가 아동의 성격발달에 미치는 영향에 관한 개인심리학적 분석. 놀이치료연구, 4(1), 35-49.
- 김혜영 (2000). 초기청소년이 지각한 부모양육행동이 심리사회적 부적응에 미치는 영향. 한국사회복지학회지, 추계학술대회자료집, 205-223.
- 문경주, 오경자 (2008). 지각된 부모의 양육행동과 초기 청소년의 우울 및 불안의 관계. 한국심리학회지:임상, 21(1), 29-43.
- 문세민 (2005). 어머니의 양육행동과 아동의 위축 행동 및 우울. 전남대학교 석사학위논문.
- 박경아 (2016). 지각된 어머니의 과보호가 대학생의 취업불안에 미치는 영향 : 비합리적 신념의 매개효과. 명지대학교 석사학위논문.
- 박아청 (1998). 과보호의 발달심리학적 의미에 대한 일고찰. 한국인간발달학회지, 5(1) 53-73.
- 박은민, 박기희 (2014). 부모양육태도와 스마트폰 중독 관계에서 우울과 공격성의 매개효과. 한국놀이치료학회지, 17(2), 209-224.
- 박종효 (2007). 집단따돌림(왕따)에 대한 이해: 발달경향과 정신건강의 관련성. 한국청소년연구, 18(1), 247-272.
- 배정미 (2006). 우리나라 청소년의 정신건강 실태 조사. 정신간호학회지, 15(3), 308-317.
- 배정미, 김윤정 (2009). 청소년 우울의 인과적 구조분석. 스트레스연구, 17(3), 295-305.

- 배지수, 채규만 (2014). 지각된 부/모의 양육행동유형이 아동의 심리적 부적응에 미치는 영향: 역기능적 태도의 매개효과. 한국가족관계학회지, 18(4), 115-133.
- 서경현 (2012). 초기 청소년기에 있는 아동의 지각된 부모양육태도 및 부모 간 양육태도 불일치와 사회불안 간의 관계. 청소년학연구, 19(1), 207-226.
- 송명자 (1995). 발달심리학. 학지사.
- 신민진, 하은혜 (2010). 어머니의 과보호적 양육태도와 청소년 불안의 관계에서 부정적 인지의 매개효과. 한국심리학회지:상담 및 심리치료, 22(2), 459-477.
- 신종호, 진성조 (2013). 지각된 부모의 양육특성이 물질적, 사회적 목표를 매개로 학업 자기개념 및 입시부담감에 미치는 영향. 한국중단연구 학술대회, 529-555.
- 안명희, 신희수 (2012). 어머니의 심리적 통제가 초기 청소년 자녀의 우울에 미치는 영향: 매개효과를 중심으로. 청소년학연구, 19(2), 227-253.
- 안현정, 모아라 (2012). 아동의 에니어그램 성격유형에 따른 아동이 지각한 어머니의 과보호와 아동의 문제행동과의 관계. 한국가족복지학회지, 17(3), 125-148.
- 오정현, 선혜연 (2013). 초등학생과 중학생의 학업스트레스 관련 변인 연구: 성별 및 학교급, 지각된 부모의 학업성취압력과 자기효능감 중심으로. 상담학연구, 14(3), 1981-1994.
- 오주진 (2013). 아동의 기질, 모의 양육행동 지각 및 스트레스 대처행동이 초등 고학년 아동의 우울에 미치는 영향. 전남대학교대학원 석사학위논문.
- 오지현, 홍정희 (2014). 청소년이 지각한 어머니 양육행동에 따른 군(群)과 청소년의 적응 -정서조절방식과 탄력성을 중심으로-. 인간발달학회지, 21(4), 77-95.
- 이기숙 (2014). 청소년의 내외통제성 및 스트레스 대처방식과 심리적 안녕감과 관계. 아주대학교 석사학위논문.
- 이명숙 (1994). 청소년의 자기능력 지각에 대한 성차. 한국심리학회지:발달, 7(2) 92-107.
- 이민식 (1999). 부부갈등이 아동의 내면화 및 외현화 문제에 미치는 영향 : 아동이 지각한 부부갈등과 양육태도의 매개효과. 연세대학교대학원 박사학위논문.
- 이숙, 최정미 (2006). 어머니의 과보호 양육행동과 아동의 공격성, 위축 및 자기유능감 한국지역사회생활과학지, 17(2), 69-79.
- 이승우 (2014). 부모의 과보호적 양육태도가 청소년비행에 미치는 영향: 자녀의 친구 애착과 부정적 감정의 매개효과를 중심으로. 동국대학교

석사학위논문.

- 이은중 (2003). 아동후기의 애착 안정성과 완벽주의 성향이 우울 성향에 미치는 관계. 서강대학교 공공정책대학원 석사학위논문.
- 이정민 (2004). 부모-자녀간의 애착과 사회적 지지가 초등학교 학생의 심리·사회적 부적응에 미치는 영향. 건국대학교 석사학위논문.
- 이주연, 정현희 (2009). 인지삼제와 아동의 우울, 불안 간의 관계. 인지행동치료, 9(2), 49-63.
- 이찬미, 유성은 (2016). 정서인식명확성, 정서강도, 고통감내력과 우울 및 불안 증상의 관계. 인지행동치료, 16(2), 123-140.
- 이효심 (2011). 청소년이 지각한 부모의 양육태도가 남·녀 청소년의 스트레스와 우울감에 미치는 영향. 성균관대학교 석사학위논문.
- 임성문 (2006). 초기 부적응도식과 만성적 지연행동 간의 관계: 매개변인과 경로모형의 탐색. 고려대학교 박사학위논문.
- 임영식 (1997). 청소년기 우울의 특징과 문제행동. 청소년행동연구지, 1(2), 56-72.
- 임진, 김은정 (2012). 청소년의 실제-이상 자기 불일치가 우울에 미치는 영향: 수치심과 반추적 반응 양식을 매개 변인으로. 청소년학연구, 19(1), 279-306.
- 윤인애 (2012). 자기성찰지능 향상 프로그램이 초등학교 학생의 심리적안녕감에 미치는 영향. 서울교육대학교 석사학위논문.
- 윤인애, 김광수, 하요상 (2015). 자기성찰지능 향상 프로그램이 초등학교 학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향. 초등상담연구지, 14(2), 191-208.
- 장대운 (1993). 청소년 부모 교육론. 서울: 중앙적성출판사.
- 장주연 (2009). 청소년이 지각한 어머니의 과보호와 부적응적 사고 및 정서적 적응의 관계. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 전미애, 김정모 (2011). 마음챙김에 기초한 인지치료가 청소년 수형자의 공격성과 충동성에 미치는 영향. 한국심리학회지:건강, 16(1), 63-78.
- 전숙영 (2007). 어머니의 심리통제와 아동의 행동문제. 대한가정학회지, 45(6), 59-76.
- 전숙영, 한유진 (2013). 어머니의 과보호와 청소년의 불안 및 공격성간의 관계에 대한 상위인지의 매개효과 : 걱정통제 불능성/위험에 대한 부정적 신념 및 인지적 자신감 부족을 중심으로. 한국아동권리학회지, 17(2), 285-308.
- 정옥분 (1998). 청년발달의 이해. 학지사.

- 정우연 (2012). 다중지능이 자기주도 학습에 미치는 영향 연구. 한성대학교 석사학위 논문.
- 정윤주 (2004). 아동이 지각한 어머니의 심리통제와 아동의 행동문제. 아동학회지, 25(6), 205-223.
- 정은영, 장성숙 (2008). 청소년이 지각한 어머니의 과보호 척도 개발. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 20(2), 293-312.
- 정은 (2012). 통합교육적 맥락에서 살펴 본 현대사회 과보호 양육의 문제 -애착이론을 중심으로-. 특수교육 저널:이론과 실천, 13(2), 22-43.
- 정은지 (2013). 지각된 부모의 과보호적 양육태도와 대학생활 적응. 성신여자대학교 석사학위논문.
- 정채숙, 마정건 (2001). 자녀가 지각한 어머니의 과보호와 자아존중감과의 관계. 공주대학교 교육연구소, 1-19.
- 조중현, 손정락 (2013). 마음챙김 기반 인지치료 프로그램이 마약류 중독자의 우울, 충동성 및 단약 자기 효능감에 미치는 효과. 한국심리학회지:임상, 32(1), 13-31
- 최정아, 이해은 (2008). 청소년이 우울과 지각된 부모 지지, 행동적 통제 및 심리적 통제 간의 관계에 관한 연구. 한국청소년연구, 19(1), 295-326.
- 황예린, 김유미 (2013). 마음챙김명상 기반 인지행동 프로그램이 아동의 공격성 감소
- 황주연 (2011). 자기성찰 척도개발 및 자기관과 자기성찰, 안녕감간의 경로모형 검증. 가톨릭대학교 박사학위논문.
- 하은혜, 오경자, 송동호, 강지현 (2004). 우울장애와 불안장애 청소년을 위한 집단인지 행동치료 효과의 예비연구. 한국심리학회지:임상, 23(2), 263-279.
- 한채영 (2016). 부모의 과보호적 양육행동, 심리적 통제 및 자아정체감이 성인진입기 여성의 우울에 미치는 영향. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 허묘연 (2004). 청소년이 지각한 부모 양육행동 척도의 개발 및 타당화 연구. 청소년상담연구지, 12(2), 170-189.
- Anhlat, K. & Morris, T. L. (2008). Parenting characteristics associated with anxiety and depression: Exploring the contribution of multiple factors. Journal of Early and Intensive Behavioral Intervention, 5, 122-137.
- Bandura, A., & Robert, W. (1989) Effect of perceived controllability and performance standards on self-regulation of complex decision making.

- Journal of personality and social psychology, 56(5), 805.
- Barber, B. K. (1996). Parental Psychological control: Revisiting a neglected construct. *Child Development*, 67(6), 3296-3319.
- Blatt, S. J., & Shahat, G. (2004). Psychoanalysis: For what, with whom, and how: A comparison with psychotherapy. *Journal of American Psychoanalytic Association*, 52(2), 393- 447.
- Boden, M. T., & Thompson, R. J. (2015). Factors of Emotional awareness and association with emotion regulation and depression. *Emotion*, 15, 399-410.
- Boyd, E. M., & Fales, A. W. (1983) Reflective learning key to learning from experience. *Journal of Humanistic Psychology*; 23(2); 99-117.
- Cantwell, D. P. (1990). Depression across the Early Life Span. *Handbook of Developmental Psychopathology*.
- Caron, A. L., Weiss, B., Harris, V. (2003). A meta-analysis of parental behavioral, Psychological control and adolescent adjustment. In presented at the 70th Society for Research on Child Development, Tampa, FL.
- Emmons, R. A. & Colby, P. M. (1995) Emotional conflict and well-being: Relation to perceived availability, daily utilization, and observer reports of social support. *Journal of Personality and Social Psychology*; 68(5); 947.
- Goleman, D. P (1995) Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ for character, health and lifelong achievement.
- Higgins, E. T. (1987). Self-Discrepancy: A Theory Relating Self and Affect. *Psychologica Review*. 94(3), 319-340.
- HyunSim, D., & Falbo, T. (1999) Social competence, maternal attentiveness, and overprotectiveness: Only children in Korea. *International Journal of Behavioral Development*, 23(1), 149-162.
- Eric J. Mash & David A. Wolfe. (2003). *Handbook of Psychology*.
- Finkenauer, C., Engels, R. C. M. E., & Baumeister, R. F. (2005). Parenting behavior and adolescent behavioral and emotional problems: The role of self-control. *International Journal of Behavioral Development*, 29(1), 58-59
- Fleming, J. E., & David R. Offord (1990). Epidemiology of childhood depressive

- disorders: a critical review. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 29(4), 571-580.
- Flavell, T. H., Miller, P. H., & Miller, S. A. (1993). *Cognitive development*. Englewood Cliffs, NJ:Prentice Hall.
- Hammen, C., & Rudolph. K. D. (1996). *Childhood depression*.
- Harrington, R. C. (1993). *Depressive disorder in childhood and adolescence*. Chichester: John Wiley.
- Hamner, T. J., & Turner, P. H. (1985), *parenting in contemporary society*. Massachusetts: Allyn Bacon.
- Harter, S. (1990). Issues in the assessment of the self-concept of children and adolescents. In A. M. LaGreca (Eds.), *Through the eyes of the child: Obatationing self-reports from children and adolescents*. Boston: Allyn and Bacon.
- Karel, M. J. (1997). Aging and depression: Vulnerability and stress across audlthood. *Clinical Psychology Review*, 17(8), 847-879.
- Kasser & Ryan. (2001). Be careful what you wish for: Optimal functioning and the relative attainment of intrinsic and extrinsic goals. In Schmuck, P., & Sheldon, K. (Eds.), *Life Goals and Well-being* Gottingen: Hogrefe.
- Kopp, C. B. (1982). Antecedents of self-regulation: A developmental perspective. *Developmental psychology*, 18(2), 199.
- McGinn, L. K., Cukor, D., & Sanderson, W. C. (2005). The relationship between parenting style. Cognitive style and anxiety and depression. Does increased early adversity influence symptom severity through the mediating role of cognitive style. *Cognitive Therapy and Research*, 29, 219- 242.
- Penza-C. S. & Zeman, J. (2002). Initial Validation of the Emotion Expression Scale for Children (EESC). 31(4), 540-547.
- Rutter, M., J. Tizard, & K. Whitmore. (1970). Appendix 6. A children's behavior questionnaire for completion by parents. *Education, Health, and Behavior: Psychological and medical study of childhood development*. New York:

- Wiley, 412-421.
- Saarni, C. (1999). *The Development of Emotional Competence*. The Guilford Press.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C. & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. In J. Pennebaker (Ed.), *Emotion, Disclosure, and Health*, DC; American Psychological Association.
- Silverman, M., Eichler, A., & Williams, G. D. (1987). Self-reported stress: findings from the 1985 National Health Interview Survey. *Public Health Reports*, 102(1), 47-53.
- Toolan, J. M. (1962). Depression in children and adolescents. *American Journal of Orthopsychiatry*, 32(3), 404-415.
- Zeman, J., & Shipman, K. (1996). Children's expression of negative affect: Reasons and methods. *Developmental Psychology*, 32(5), 842-849.
- Zeman, J., Shipman, K., & Suveg, C. (2002). Anger and Sadness Regulation: Predictions to Internalizing and Externalizing Symptoms in Children. *Journal of clinical child and adolescents psychology*, 31(3), 393-398.

부록

부록 1. 가정통신문

설문대상자를 위한 안내문

안녕하십니까?

저는 조선대학교 일반대학원에서 아동상담을 전공하고 있는 석사과정 최유진입니다.

이번 설문조사의 목적은 초등학생 자녀가 자기 자신과 어머니의 양육을 어떻게 지각하고 느끼고 있는지를 심층 분석하는 것에 있습니다. 귀하의 자녀가 이 설문에 참여함으로써 심리적 어려움을 겪고 있는 초기 청소년과 그들의 부모들에게 도움을 줄 수 있으며, 아울러 초기 청소년기에 심리적 어려움의 극복방안을 제시하고자 합니다.

본 설문에 참여함에 있어 어떠한 비용이나 위험도 따르지 않으며, 설문에 응하는 것을 원치 않을 경우에는 언제든지 참여를 중단하실 수 있습니다. 본 설문지는 타인에게 공개되지 않고 익명으로 작성되며 연구를 위한 목적 이외에 다른 목적으로 사용되지 않을 것임을 약속드리며 이후 전량 폐기되어질 것입니다. 설문 내용에 궁금한 점과 의문사항 있으시다면 언제든지 책임자의 연락처(////////////////////)나 이메일(////////////////////)로 보내주시기 바랍니다.

본 설문을 위해 관심을 가지고 귀한 시간을 내어주시는 것에 대해 진심으로 감사드립니다.

부록 2. 연구참여 동의서

연구 참여 동의서

연구제목

: 초기 청소년이 지각한 모의 과보호 및 자기성찰지능이 우울에 미치는 영향

- ◎ 본인은 이 설명문을 읽었으며, 본 연구의 목적, 방법 등에 대한 충분한 설명을 듣고 이해하였습니다.
- ◎ 모든 궁금한 사항에 대해 질문하였고, 충분한 답변을 들었습니다.
- ◎ 본인은 이 설문에 자녀가 참여하는 것에 대하여 동의하며, 설문 참여자의 익명성을 확실히 보장하며 철저한 비밀 유지와 함께 연구 이외의 목적으로 사용되지 않음을 확인합니다.
- ◎ 자녀는 이 설문에 대해 충분히 이해할 수 없고 자필로 동의할 수 없어 보호자가 대신 자필로 서명합니다.

보호자 성명 : _____ (서명) 2016년 월 일

설문 책임자 성명 : 최 유 진 (서명) 2016년 월 일

소 속 조선대학교 대학원 상담심리학과

부록 3. 설문지

안녕하세요?

소중한 시간을 내주셔서 진심으로 감사드립니다.

본 설문지는 초등학생 여러분이 자기 자신을 어떻게 느끼며 생각하고 있는지에 대한 것과 자신의 어머니가 여러분들을 어떻게 대하시는지에 대해 알아보기 위한 것입니다.

각 문항은 개개인의 특성을 반영할 뿐 **옳고 그름이나 좋고 나쁨이 없으므로, 설문지를 읽고 자신의 평소 생각과 느낌과 가장 가까운 답을 하나만 골라 ✓표 해주시기 바랍니다. 혹시 선택이 어렵더라도 가장 본인과 가깝다고 생각되는 곳에 표시를 해주시기 바랍니다.**

응답하신 내용은 연구목적 이외에는 사용되지 않으며, 또한 여러분의 개인정보는 누구의 것인지 알 수 없고 특정 기호와 숫자로 처리되기 때문에 **절대 비밀이 보장됩니다.** 또한 설문조사 결과는 **학교관계자나 타인과 공유되지 않는 것은 물론 익명으로 인용될 것이며, 연구 이외의 다른 목적으로 사용되지 않을 것**입니다.

※ 한 문항이라도 빠뜨리면 여러분이 응답한 모든 내용이 무효가 되므로 끝까지 한 문항이라도 빠짐없이 성실하게 응답해 주시기 바랍니다.

여러분의 응답은 모두 귀중한 연구 자료가 될 것입니다.

설문에 응해주셔서 다시 한 번 감사드립니다.

2016년 7월

조선대학교 대학원 상담심리학과 아동상담전공

지도 교수 : 오 지 현 교수님

연구자 : 최 유 진

▣ 다음은 여러분의 일반 사항에 대한 질문입니다.

다음의 문항을 읽고 해당되는 내용에 ✓표를 하시거나 필요한 사항을 기록하여 주시기 바랍니다.

1. 자신의 학년을 표시해 주세요. ① 5학년 ② 6학년
2. 성 별. ① 남자 ② 여자
3. 자신의 나이를 써 주십시오. _____세
4. 출생순위 ① 외동 ② 첫째 ③ 막내 ④ 외동, 첫째, 막내도 아님

▣ 다음은 현재 여러분의 가족에 대한 일반적인 질문입니다.

다음의 문항을 읽고 해당란에 ✓표를 하거나 빈칸에 간단히 기입해 주시면 감사하겠습니다.

1. 어머니의 연령 ① 20대 ② 30대 ③ 40대 ④ 50대 이상
2. 어머니의 교육정도 ① 고졸 ② 대졸 ③ 대학원졸 ④ 기타()
3. 우리 집의 경제적 수준
 ① 아주 잘사는 편이다 ② 잘사는 편이다 ③ 보통인 편이다
 ④ 못사는 편이다 ⑤ 아주 못사는 편이다
4. 어머니의 직업유무 ① 있음 ② 없음

설문지 표시 예

번호	문항	전혀 그렇지 않다	별로 그렇지 않다	다소 그렇다	매우 그렇다
1	내 성적이 어머니의 기대에 못 미치면 너무 실망하신다.		✓		
2	내가 이성친구를 만나러 갈 때 어머니가 따라 오신다.				✓

1. 과보호 척도

▣ 다음은 여러분의 어머님께서 평소 여러분에게 어떻게 대해 주시고 있는지에 관한 질문입니다. 각 문항을 천천히 잘 읽고 어머니의 행동과 가장 유사한 곳에 ✓표 해주세요.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	별로 그렇지 않다	다소 그렇다	매우 그렇다
1	내 성적이 어머니의 기대에 못 미치면 너무 실망하신다.				
2	내가 이성친구를 만나러 갈 때 어머니가 따라 오신다.				
3	어머니 마음에 안드는 친구는 사귀지 못하게 하신다.				
4	지나치게 나를 보호해 주신다.				
5	다른 어떤 것보다도 나와 함께 있는 것을 제일 좋아하신다.				
6	내 능력이상으로 기대하셔서 부담스럽다.				
7	내가 남들과 다투면 무조건 다른 아이를 야단치신다.				
8	내가 어디 있는지 수시로 전화하신다.				
9	내 곁에서 나를 보살펴 줘야만 한다고 생각하신다.				
10	언제나 내 기분을 맞춰 주려고 애쓰신다.				
11	다른 어떤 것보다 공부가 제일 중요하다고 말씀하신다.				
12	내가 잘못했는데도 학교에 전화해서 따지신다.				
13	내가 무엇을 하든지 부모님의 허락을 받기				

	원하십니다.				
14	내가 할 수 있는 일인데도 불안하다고 못하게 하십니다.				
15	나 없이 못살 거 같다고 종종 말씀하십니다.				
16	내가 무엇을 하든지 항상 남보다 잘해야 한다고 말씀하십니다.				
17	내 과제를 대신해 주십니다.				
18	나의 귀가 시간을 엄격히 관리하십니다.				
19	내가 어머니 없이는 아무것도 할 수 없다고 여기십니다.				
20	내가 원하는 것은 무리한 것도 다 들어주십니다.				
21	우리 어머니는 나의 진로에 대해 나보다 더 민감하십니다.				
22	어머니가 내 스케줄을 다 짜시고 관리하십니다.				
23	아무리 좋은 의도라도 내 생활에 너무 많이 간섭하십니다.				
24	내가 다 컸는데도 나를 애기 취급하십니다.				
25	나를 자주 껴안아 주시고 쓰다듬어 주셔서 귀찮을 때가 많다.				

2. 우울 척도

▣ 아래에는 각 문항마다 **여러 가지 느낌과 생각들이** 적혀 있는 문장들이 있습니다. 그 중에서 지난 **2주 동안의 나를 가장 잘 나타내 주는 문장**을 하나만 선택해서 왼쪽 괄호 안에 표 해주세요.

번호	문 항
----	-----

1	<input type="checkbox"/> 나는 가끔 슬프다. <input type="checkbox"/> 나는 자주 슬프다. <input type="checkbox"/> 나는 항상 슬프다.
2	<input type="checkbox"/> 나에게서는 제대로 되어 가는 일이란 없다. <input type="checkbox"/> 나는 일이 제대로 되어 갈지 확신할 수 없다. <input type="checkbox"/> 나에게겐 모든 일이 제대로 되어 갈 것이다.
3	<input type="checkbox"/> 나는 대체로 무슨 일이든지 웬만큼 한다. <input type="checkbox"/> 나는 잘못하는 일이 많다. <input type="checkbox"/> 나는 모든 일을 잘못한다.
4	<input type="checkbox"/> 나에게서는 재미있는 일들이 많다. <input type="checkbox"/> 나에게서는 재미있는 일들이 어느 정도 있다. <input type="checkbox"/> 나에게서는 어떤 일도 전혀 재미가 없다.
5	<input type="checkbox"/> 나는 언제나 못된 아이다. <input type="checkbox"/> 나는 못된 아이일 때가 많다. <input type="checkbox"/> 나는 가끔 못된 아이다.
6	<input type="checkbox"/> 나는 가끔씩 나에게 나쁜 일이 일어나지 않을까 걱정한다. <input type="checkbox"/> 나에게 나쁜 일이 생길까봐 걱정이 된다. <input type="checkbox"/> 나에게 꼭 나쁜 일이 생길 것만 같다.
7	<input type="checkbox"/> 나는 나 자신을 미워한다. <input type="checkbox"/> 나는 나 자신을 좋아하지 않는다. <input type="checkbox"/> 나는 나 자신을 좋아한다.
8	<input type="checkbox"/> 나에게 일어난 모든 나쁜 일들은 다 내 잘못이다. <input type="checkbox"/> 나에게 일어난 나쁜 일들의 대부분은 내 잘못이다. <input type="checkbox"/> 나에게 일어난 나쁜 일들은 보통 내 잘못 때문이 아니다.
9	<input type="checkbox"/> 나는 나를 해치고 싶다는 생각은 하지 않는다. <input type="checkbox"/> 나는 나를 해치고 싶다고 생각은 하지만 그러지는 않을 것이다. <input type="checkbox"/> 나는 나를 해치고 싶다.
10	<input type="checkbox"/> 나는 매일 울고 싶은 기분이다. <input type="checkbox"/> 나는 매일은 아니지만 자주 울고 싶은 기분이 든다. <input type="checkbox"/> 나는 가끔 울고 싶은 기분이 든다.
11	<input type="checkbox"/> 이 일 저 일로 해서 항상 귀찮다. <input type="checkbox"/> 이 일 저 일로 해서 귀찮을 때가 많다.

	() 가끔 이 일 저 일로 해서 귀찮을 때가 있다.
12	() 나는 사람들과 함께 있는 것이 좋다. () 나는 사람들과 함께 있고 싶지 않을 때가 많다. () 나는 사람들과 함께 있는 것이 싫다.
13	() 나는 어떤 일에 대한 결정을 내릴 수가 없다. () 나는 어떤 일에 대한 결정을 내리기가 어렵다. () 나는 쉽게 결정을 내린다.
14	() 내 외모는 괜찮은 편이다. () 내 외모 중에는 못생긴 부분이 약간 있다. () 나는 못 생겼다.
15	() 나는 학교 공부를 하는 것이 늘 힘들다. () 나는 학교 공부를 하는 것이 대체로 힘들다. () 나는 학교 공부를 하는 것이 그리 힘들지 않다.
16	() 나는 매일 밤 잠들기가 어렵다. () 나는 잠들기 어려운 밤이 많다. () 나는 잠을 잘 잔다.
17	() 나는 가끔 피곤하다. () 나는 자주 피곤하다. () 나는 항상 피곤하다.
18	() 나는 밥맛이 없을 때가 가끔 있다. () 나는 밥맛이 없을 때가 많다. () 나는 밥맛이 좋다.
19	() 나는 몸이 수시고 아프다든지 하는 것에 대해 걱정하지 않는다. () 나는 몸이 수시고 아픈 것에 대해 걱정할 때가 많다. () 나는 몸이 수시고 아픈 것에 대해 항상 걱정한다.
20	() 나는 외롭다고 느끼지 않는다. () 나는 자주 외롭다고 느낀다. () 나는 항상 외롭다고 느낀다.
21	() 나는 학교생활이 재미있었던 적이 거의 없다. () 나는 가끔씩 학교생활이 재미있다. () 나는 학교생활이 재미있을 때가 많다.
22	() 나는 친구가 많다. () 나는 친구가 조금 있지만 더 있었으면 한다.

	() 나는 친구가 하나도 없다.
23	() 나의 학교 성적은 괜찮다. () 나의 학교 성적은 예전처럼 좋지는 않다. () 나는 예전에는 무척 잘하던 과목이 요즘 성적이 뚝 떨어졌다.
24	() 나는 절대로 다른 아이들처럼 착할 수가 없다. () 나는 마음만 먹으면 다른 아이들처럼 착할 수가 있다. () 나는 다른 아이들처럼 착하다.
25	() 나는 정말로 좋아하는 사람이 아무도 없다. () 나는 정말로 좋아하는 사람이 있을지 확실하지 않다. () 분명히 나를 정말로 좋아하는 사람이 있다.
26	() 나는 나에게 시킨 일을 대체로 한다. () 나는 나에게 시킨 일을 대체로 하지 않는다. () 나는 나에게 시킨 일을 절대로 하지 않는다.
27	() 나는 사람들과 사이좋게 잘 지낸다. () 나는 사람들과 가끔 싸운다. () 나는 사람들과 항상 싸운다.

3. 자기성찰지능척도

▣ 다음은 **여러분이 평소 어떻게 생각하고 행동하는지**에 대한 질문입니다. 맞는 답이 나 틀리는 답은 없으므로 여러분이 생각하는 대로만 대답하면 됩니다. 각각의 문항을 읽고 여러분들이 생각하기에 **자신과 가장 가깝다고 생각하는 곳에** 한 문항도 빠짐없이 표 해주세요.

번호	문항	나와 전혀 다름	나와 대체 로 다름	보통 이다	나와 거의 같음	나와 매우 같음
1	나는 내 능력으로 할 수 있는 일과 하기 힘든 일을 구분할 수 있다.					
2	나는 파란색을 보았을 때와 빨간색을 보았을 때 각각 다른 느낌이 든다.					
3	나는 지금 내 기분을 분명하게 안다.					

4	나는 일기를 쓸 때 그 당시의 느낌을 잘 생각할 수 있다.				
5	나는 공부할 때 모르는 것이 무엇인지 알 수 있다.				
6	나는 무슨 일이 생겼을 때 내 기분이 어떤지 빨리 알아차린다.				
7	나는 슬플 때 즐거웠던 기억을 떠올려 보려고 노력한다.				
8	나는 다른 사람들에게 좋은 모습을 보이려고 노력한다.				
9	나는 화가 많이 나더라도 욕설을 하거나 거친 행동을 하지 않으려고 노력한다.				
10	나는 숙제나 공부를 다해놓고 노는 편이다.				
11	나는 기분 나쁜 일은 빨리 잊으려고 애쓴다.				
12	나는 슬퍼지면 그것을 해결할 수 있는 나만의 방법이 있다.				
13	나는 평소에 기분을 좋게 가지려고 애쓰는 편이다.				
14	나는 빨리 하고 싶은 일도 내 순서가 될 때까지 참고 기다릴 수 있다.				
15	나는 갖고 싶은 물건이 생기면, 바로 사지 않고 그것이 나에게 꼭 필요한 물건인지 생각해 보는 편이다.				
16	친구가 실수로 나에게 피해를 입혔을 경우 화내거나 때리지 않는다.				
17	나는 게임을 하면 부모님께 꾸중들을 줄 알면서도 계속한다.				
18	나는 친구들과 이야기 할 때 내 차례를 기다린다.				
19	나는 미래를 위해 지금의 어려움을 참고 견딘다.				

20	나는 어떤 공부부터 해야 할지 순서를 생각해 보고 공부한다.				
21	나는 나만의 독특한 재능(특기, 개인기)을 발전시키려 노력한다.				
22	나는 나의 단점을 발견했을 때 고칠 방법을 계획한다.				
23	나는 방학 때 해야 할 일(공부)의 목표를 세운다.				
24	나는 텔레비전을 보거나 컴퓨터를 할 때 얼마만큼 할 것인지 정하고 한다.				
25	나는 무슨 일을 하기 전에 몇 번씩 깊이 생각한다.				
26	나는 시험을 볼 때 목표점수를 정해놓고 공부한다.				
27	나는 친해지고 싶은 친구가 있을 때 친해질 방법을 안다.				
28	내가 어떻게 하면 부모님이나 친구들이 좋아 하는지 잘 안다.				
29	어떤 경쟁에서 지면 왜 졌는지, 어떻게 하면 다음에 이길지를 고민한다.				
30	나는 커서 무슨 일을 할 것인지 깊이 생각한다.				
31	나는 시험에서 성적이 떨어졌을 때, 그 이유를 찾아보고 다음 시험에서 잘할 수 있는 방법을 생각한다.				
32	나는 목표를 달성하면 다음 목표는 더 높게 세운다.				
33	나는 계획한대로 일을 하기가 어려우면 현재 상황에 맞게 계획을 고친다.				
34	나는 어떤 일의 원인과 결과를 잘 알아낼 수 있다.				
35	나는 무슨 일을 할 때, 일이 어느 정도 되어 가고 있는지 확인한다.				

36	나는 쉬운 목표보다 좀 더 어려운 목표를 세우는 것을 좋아한다.					
37	나는 일이 잘못되고 있다고 생각되면 빨리 바로 잡는다.					