

# 한국심리학회지

## 발달

28권 3호 (2015년 9월)



### THE KOREAN JOURNAL OF DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY

#### 목 차

태내 환경을 반영하는 발달 지표와 HPA 축의 기능장애와 관련 있는 행동과의 관계 ..... 심경옥 · 전우영

한국형 베일리 영유아 발달검사 제 3판 사회-정서 척도의 타당도 연구 ..... 박인환 · 석혜은 · 김아영 · 신석호 · 방희정

초등학생의 부모-자녀 갈등, 거부불안민감성, 소속에 대한 욕구와 또래괴롭힘 동조행동과의 구조적 관계 ..... 이승연 · 송경희 · 안소현

한국 유아의 격조사를 활용한 타동사 문장 이해 발달 ..... 진경선 · 김민주 · 송현주

불안 성향 노인의 정서인식 특성 ..... 정혜윤 · 진영선 · 장문선

학교폭력 가해자가 경험한 학교폭력 맥락에 관한 질적 연구 ..... 이미영 · 장은진

유아의 통제노력과 어머니의 정서관련 양육행동이 유아의 정서조절에 미치는 영향 ..... 이혜원 · 박혜경 · 이옥경

갈등적응효과로 살펴본 인지적 통제의 연령차 ..... 박현진 · 김초복 · 박영신

정서표현양가성의 발달과 이에 따른 정서표현성, 문제행동 및 심리적인영감:  
 아동 · 청소년 · 성인집단의 비교 ..... 박하얀 · 정윤경 · 최해연

운동이 유아의 실행기능에 미치는 영향 ..... 강인선 · 이현진

한국 청소년과 노인의 자살관련 변인들의 고찰: 자살에 대한 스트레스 취약성 모델의 적용 ..... 정영숙 · 정영주

한국발달심리학회

www.kci.go.kr

발행처 : 한국발달심리학회

인쇄일 : 2015년 9월 15일

발행인 : 정영숙(부산대학교 심리학과)

발행일 : 2015년 9월 15일

주 소 : 부산광역시 금정구 부산대학로 63번길 2 심리학과 (내)

제작처 : 책과공간

전 화 : 051-510-2135

(02-725-9371)

편집위원장 : 정윤경(가톨릭대학교)

편집위원 : 권미경(U.C Davis) 김근영(서강대학교) 김혜온(목포대학교) 박영신(경북대학교)  
송하나(성균관대학교) 송현주(연세대학교) 이현진(영남대학교)

심사위원 : 강민주(연세대학교) 강연욱(한림대학교) 광금주(서울대학교) 권미경(U.C Davis)  
김명식(전주대학교) 김민희(한국상담대학원대학교) 김수안(서울대학교) 김수정(서울대학교)  
김연수(서울대학교) 김정미(한솔교육문화연구원) 김혜리(충북대학교) 김혜온(목포대학교)  
김홍근(대구대학교) 김희화(부산대학교) 문혁준(가톨릭대학교) 박영신(경북대학교)  
박창호(전북대학교) 박해원(울산대학교) 서경현(삼육대학교) 성은현(호서대학교)  
성현란(대구가톨릭대학교) 손정락(전북대학교) 송하나(성균관대학교) 송현주(연세대학교)  
신나나(이화여자대학교) 신유림(가톨릭대학교) 신주혜(가톨릭대학교) 심희옥(군산대학교)  
오영희(덕성여자대학교) 옥 정(서울사이버대학교) 유 경(한림대학교) 유연욱(계명대학교)  
유연재(아주대학교) 윤재호(가톨릭대학교) 윤혜경(서연아동발달연구소) 이경님(동아대학교)  
이승복(충북대학교) 이승연(이화여자대학교) 이승진(서울대학교) 이현진(영남대학교)  
장유경(한솔교육문화연구원) 장은영(성균관대학교) 장은진(침례신학대학교) 정계숙(부산대학교)  
정명숙(꽃동네현도사회복지대) 정영숙(부산대학교) 정윤경(가톨릭대학교) 조경자(호서대학교)  
조숙자(이화여자대학교) 조아미(명지대학교) 조영일(성신여자대학교) 진영선(경북대학교)  
채수은(한국교육개발원) 천성문(경성대학교) 최나야(가톨릭대학교) 최영은(중앙대학교)  
최은실(가톨릭대학교) 최해연(한국상담대학원대학교)

---

한국심리학회지: 발달은 한국발달심리학회의 기관지로서 연 4회 간행되며, 발달심리학 분야의 연구논문, 자료 및 논평을 게재한다. 한국심리학회지: 발달은 일정한 구독료를 받고 배부하며, 한국심리학회에 연회비를 납부한 회원은 한국심리학회 홈페이지에서 온라인 구독이 가능하다. 비회원의 구독에 관해서는 편집위원회 사무실로 문의하기 바란다.

---

---

THE KOREAN JOURNAL OF DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY  
published quarterly-annually  
by THE KOREAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION

This journal is issued quarterly-annually and carries research articles based on empirical data & theoretical review. Subscription inquiries and manuscript submission should be directed to: Editor, The Korean Journal of Developmental Psychology, Department of Psychology, The Catholic University of Korea, Bucheon, Korea.

Editor : Yoon-Kyoung Jeong(The Catholic University of Korea)

Associate Editor : Mi-Kyoung Kwan(U.C Davis)

Geun-Young Kim(Seo Gang University)

Hye-On Kim(Mokpo National University)

Young-Shin Park(Kyungpook National University)

Ha-Na Song(Sungkyunkwan University)

Hyeon-Ju Song(Yonsei University)

Hyeon-Jin Lee(Yeungnam University)

# 한국심리학회지

## 발 달

제 28 권 제 2 호 / 2015. 9

태내 환경을 반영하는 발달 지표와 HPA 축의 기능장애와 관련 있는 행동과의 관계 .....	심경옥 · 전우영 / 1
한국형 베일리 영유아 발달검사 제 3판 사회-정서 척도의 타당도 연구 .....	박인환 · 석혜은 · 김아영 · 신석호 · 방희정 / 29
초등학생의 부모-자녀 갈등, 거부불안민감성, 소속에 대한 욕구와 또래괴롭힘 동조행동과의 구조적 관계 .....	이승연 · 송경희 · 안소현 / 51
한국 유아의 격조사를 활용한 타동사 문장 이해 발달 .....	진경선 · 김민주 · 송현주 / 75
불안 성향 노인의 정서인식 특성 .....	정혜운 · 진영선 · 장문선 / 91
학교폭력 가해자가 경험한 학교폭력 맥락에 관한 질적 연구 .....	이미영 · 장은진 / 115
유아의 통제노력과 어머니의 정서관련 양육행동이 유아의 정서조절에 미치는 영향 .....	이혜원 · 박혜경 · 이옥경 / 141
갈등적응효과로 살펴본 인지적 통제의 연령차 .....	박현진 · 김초복 · 박영신 / 171
정서표현양가성의 발달과 이에 따른 정서표현성, 문제행동 및 심리적안녕감: 아동 · 청소년 · 성인집단의 비교 .....	박하얀 · 정윤경 · 최해연 / 189
운동이 유아의 실행기능에 미치는 영향 .....	강인선 · 이현진 / 209
한국 청소년과 노인의 자살관련 변인들의 고찰: 자살에 대한 스트레스 취약성 모델의 적용 .....	정영숙 · 정영주 / 227

한국발달심리학회

## 정서표현양가성의 발달과 이에 따른 정서표현성, 문제행동 및 심리적안녕감: 아동·청소년·성인집단의 비교

박 하 안

정 윤 경<sup>†</sup>

최 해 연

가톨릭대학교 심리학과

한국상담대학원대학교

본 연구는 정서 표현에 대한 양가성의 발달적 양상을 살펴보고 발달 단계별로 정서표현양가성과 정서표현 및 문제행동 간의 관련성을 검토하고 있다. 이를 위하여 아동·청소년·성인을 대상으로 정서표현양가성, 정서표현성, 문제행동과 심리적안녕감을 측정하여 그 변화와 관련성의 발달적 양상을 살펴보았으며 그 결과는 다음과 같다. 첫째, 정서표현양가성과 정서표현성, 문제행동은 연령이 증가할수록 높게 나타났고 심리적안녕감은 연령이 증가할수록 줄어드는 경향이 나타났다. 둘째, 정서표현양가성과 정서표현성은 집단에 따라 대조된 결과를 보였다. 정서표현양가성이 높을수록 아동집단에서는 정서표현 수준이 높았으며, 성인집단에서는 낮게 나타났다. 정서표현양가성과 문제행동은 모든 연령집단에서 정적상관을 나타냈다. 흥미롭게도 청소년의 경우에는 정서표현양가성이 높을수록 내재화 문제행동과 외현화 문제행동 모두 높게 나타나는 반면 성인의 경우 내재화 문제행동만 높게 나타났다. 마지막으로, 심리적안녕감과 관련성은 아동집단에서는 뚜렷한 경향성을 보이지 않았고 청소년과 성인집단에서는 정서표현양가성이 높을수록 심리적안녕감이 낮았다.

주요어 : 정서표현양가성, 정서표현성, 내재화문제, 외현화문제, 심리적안녕감

<sup>†</sup> 교신저자: 정윤경, 가톨릭대학교 심리학과, 경기도 부천시 원미구 지봉로 43

E-mail: benijeong@catholic.ac.kr

정서는 삶 그 자체로서 성인이나 유아가 깨어 활동하는 곳이라면 언제, 어디에서나 존재한다(Hyson, 2004). 정서는 출생 시부터 인간의 행동에 작용하여 일생동안 행동의 기저를 이루는 기본 요소이다(정옥분, 2004). 이러한 정서는 자신에게 무슨 일이 일어나고 있는지를 알려주고 변화된 환경에 적응하도록 도와주며 의사소통 기능과 인지적 기능에 영향을 미친다(Hyson, 2004). 한 살 정도의 영아도 얼굴표정이나 몸짓 등을 이용하여 자신의 정서를 타인에게 나타낼 수 있는데(Lewis, 2000) 어린 아이의 정서발달은 다양한 정서의 출현, 자기 정서인식 발달, 타인의 정서인식, 자신의 정서조절 등의 단계를 거치게 되며(Greenspan, 2004) 최근에는 맥락적이고 기능주의적 관점(Greenspan, 2004)에서 정서를 상황에 맞게 효율적으로 조절하는 정서조절능력에 관심이 모아지고 있다. 정서적 자기조절(emotional self-regulation)은 자신의 목표를 달성할 수 있도록 편안한 수준의 강도로 자신의 정서적 상태를 조정하기 위해 사용하는 전략을 일컫는다(Eisenberg & Spinrad, 2004). 영아들도 매우 이른 시기부터 사회적 관계 속에서 자신의 정서를 조절하며 안정감을 스스로 찾으려는 경향을 보인다. 만 2세 아이들에게도 자신에게 필요한 정서조절 기술과 전략들을 점진적으로 획득하는 동시에 정서의 강도와 반응을 억제하거나 최소화하기 위한 능력이 점차 발달한다(Shaffer, 2005; 전효선, 2015에서 재인용).

인간은 정서적 경험을 하면 이를 표현하고 행동화하려는 경향성을 갖는다(Frijda, 1986). 정서의 표현은 상황과 개인의 내적 상태에 대한 정보를 제공하고 사회적 커뮤니케이션 기능을 한다(Fridlund, 1997). 즉 정서는 개인 정보의 원천으로 기능할 수 있으며, 자신의 정서를

정확히 알고 표현하는 것이 개인이 적응적으로 기능하는데 중요한 역할을 한다(Salovey & Mayer, 1990). 한편 인간이 성장함에 따라 자기 통제와 한 측면으로서 정서적 표현을 조절하거나 억제할 수 있는 능력을 발달시키는 것도 반드시 필요한 부분이다. 이러한 능력의 발달은 사회화 과정에서 성숙되어가는 모습이기도 하다.

정서를 잘 이해하고 표현하는 일은 사회적 상황에서 중요한 능력으로 취급된다(장정주, 장정모, 2011). 특히 정서지능(Salovey & Mayer, 1990)의 개념이 소개된 이후 정서적 능력이나 성향이 개인의 심리신체적 건강, 적응과 성공에 중요한 역할을 한다는 인식은 짧은 시간동안 대중의 인식 속에 자리를 잡아왔다. 자녀를 어떻게 정서적으로 유능한 사람으로 키우는가에 대한 대중서는 범람하는 반면 각 정서 과정의 발달에 대한 연구는 미미한 실정이다. 정서의 표현과 조절은 이런 정서적 과정의 핵심적인 부분이며 발달심리 분야에서 주목해야 할 부분이다. Salovey와 Mayer(1996)는 정서지능의 하위요인으로 정서의 지각과 인식 및 표현, 정서적 사고 촉진, 정서 지식의 활용, 정서조절로 분류하였다. 그리고 이 중에서 정서조절을 가장 높은 수준의 정서지능의 요인으로서, 정서적-지적 향상을 위하여 정서를 의도적으로 조절하는 능력과 관련된다고 하였다. 즉 인간이 발달하면서 자신의 기분과 정서를 반영적으로 인식하고 조절하는 능력을 의미하는 것으로, 아동의 자연적 성숙과 부모의 사회화 행동에 의해 아동은 이러한 정서와 행동 간의 분리를 내면화하기 시작하고 그 결과 아동은 정서를 표현해도 되는 상황과 안 되는 상황을 구분할 수 있게 되어 정서를 조절할 수 있게 된다고 하였다(Salovey & Mayer, 1996; 박서정,

2004에서 재인용). 상황에 적절하고 문화적으로 수용되는 정서표현에 대한 사회적 기대를 정서표현규칙이라고 하는데(Josephs, 1994) 아동도 상호작용할 때 성인과 마찬가지로 다른 사람의 정서에 주의를 기울이고 그 의미를 해석하며 동시에 자신의 정서반응도 해석하고 그에 대한 표현행동도 결정한다. 즉 성장에 따라 다양하게 정서를 표현할 수 있도록 발달하지만 정서를 있는 그대로 표현하지 않고 조절해야 하는 상황도 있음을 인식하게 되는 것이다(Masters & Carlson, 1984).

모든 사회는 어떤 정서를 표현하거나 혹은 표현하지 말아야 하는 상황들에 대한 일련의 정서표출규칙을 갖고 있기에(Ekman, 2003; Gross & Ballif, 1991) 아이들은 아동기를 거치며 자신이 경험하는 정서를 표현해야 할지를 고민하고 갈등하는 경향성이 생기는데, 이러한 갈등에서의 개인차를 정서 심리학 분야에서는 정서표현양가성이라고 정의하고 심리적 안녕감 및 적응에 대한 핵심적인 지표로 연구되어지고 있다(Gross & John, 2003; King & Emmons, 1990). 본 연구에서는 아동 후기에서 성인에 이르기까지 이러한 정서표현양가성의 발달적 변화와 이와 관련된 정서적 특성 및 심리적안녕감을 살펴보고자 한 것이다.

사람들은 일상생활을 하면서 정서를 유발하는 다양한 상황에 노출되고 정서 경험에 따라 다양하게 반응한다. 정서경험에 대한 적절한 반응은 개인의 적응과 대인관계에서의 성공과 직접적으로 연관되어 있기 때문에 사람들은 정서조절의 필요성을 언제나 느끼고 “정서를 어떻게 다룰 것인가?”라는 물음을 마음속에 품고 있다(민경환, 김지현, 윤석빈, 장승민, 2000). 정서조절은 매우 복잡한 개념이며 하나의 행동으로 정의될 수 없는 폭넓은 구성개념

이어서(Walden & Smith, 1997) 연구자에 따라 다양하게 정의되고 있다. Salovey와 Mayer(1990)는 정서조절을 자신의 정서를 억압하는 것뿐만 아니라 정서적으로 자극되는 상황에서 유연하게 전략적으로 반응하여 균형감 있게 조절할 줄 아는 것으로, 사회적, 정서적, 인지적, 행동적 유능감에 직접 영향을 주어 가정이나 우리의 공동체적인 삶을 보다 안정적이고 편안하게 만들어 주는 능력이라고 정의하였고, Westen(1994)은 유쾌한 정서를 극대화하고 불쾌한 정서를 최소화하기 위한 의식적, 무의식적 과정들이라고 정의하였다. Kopp(1987)은 긍정적인 정서와 부정적인 정서 사이에 조화를 이루는 것이라고 하였으며 Gross(1998)는 어떤 정서를 언제, 어떻게 경험하고 표현할 것인가에 영향을 미치는 데 사람들이 사용하는 절차들이 정서조절이라고 정의하였다.

정서조절은 합의된 정의를 내리기 어려운 만큼 실제 정서를 조절하는 것도 매우 어렵다. 어린 아동뿐만 아니라 성인들도 정서 자극에 유연하게 반응하지 못하고 긍정적인 정서와 부정적인 정서 사이에 조화를 이루는 것에 실패하거나 오히려 불쾌한 정서가 커지기도 하며 언제 어떻게 표현할지 망설이거나 후회한다. 때로는 정서를 표현하는 것보다 감추는 것이 안전하다고 여겨지기 때문에 일부러 억제하기도 한다. Vaillant(2000)는 ‘억제는 갈등의 모든 요소를 마음속으로 억제하면서 행동, 감정적 반응, 관념적 걱정을 미루는 것’이라고 하면서 감정표현을 보다 적절한 때와 상황으로 미루기로 선택하는 성숙한 방어기제로 보았다. 그러나 이런 갈등과 억제가 만성적이고 경직되게 사용된다면 이는 개인의 삶에 역기능적 역할을 하게 한다. 자신의 정서경험이나 표현을 수용하지 못하고 갈등하는 측면을 잘

반영하고 있는 억제 개념이 정서표현양가성이 다. 정서표현에 대한 양가성은 정서를 표현하고 싶지만 할 수가 없거나 원하지 않으면서 정서를 표현하거나 혹은 정서를 표현하고 후회하는 것을 포함한다(King & Emmons, 1990). 다시 말해 자신의 감정을 표현하고 싶은 욕구가 있으나 이에 대한 갈등으로 인해 정서표현을 억제하는 것을 의미한다. Mongrain과 Verreese(2003)에 의하면 정서표현양가성은 낮은 정서 명확성과 관련된다. 이는 정서표현에 대한 억제와 갈등은 자신의 정서 상태에 대하여 명확하게 이해하는 것을 어렵게 할 수 있으며 동시에 자신의 정서 상태에 대하여 명료하지 않으면 정서표현양가성이 높아질 수 있음을 의미한다(Salovey, Mayer, Goldman, Turvey & Palfai, 1995). 따라서 정서표현양가성은 자신의 정서적 경험을 언어화하여 표현하는 과정을 방해할 수 있다. 또한 자신의 감정이 무엇인지에 대한 명확한 이해 없이 양가성이 높은 사람들은 그들의 표현에 대한 일치성이 적고 다른 사람들과의 관계에 있어서 명확하고 주장적인 의사소통이 어렵게 되기 쉽다. 따라서 정서표현 양가성은 우울과 더 큰 관련성을 갖게 된다(Katz & Campbell, 1994; King & Emmons, 1990; Mongrain & Zuroff, 1994). 정서표현양가성이 미성숙한 방어기제, 자기억제적 방어기제, 갈등회피적 방어기제의 사용과는 정적인 관련성을 나타내고, 적응적인 방어기제의 사용과는 부적인 관련성을 나타낸 김우석(2004)의 연구 결과 또한 정서표현양가성이 개인의 적응을 도울 수 있는 정서조절의 어려움과 관련됨을 보여준다.

Pennebaker(1985)에 따르면, 정서 표현의 결핍 자체가 병리적인 것이 아니라 정서를 표현하고자 하는 욕구를 능동적으로 억제하는 경

우에 한하여 자율신경계의 만성적인 각성이 초래되고 그 결과 신체적 질환으로 연결된다. 따라서 중요한 것은 정서를 표현하고자 하는 의도와 욕구 또는 정서표현에 대한 개인의 목표이다. 즉 단순한 표현 행동의 억제보다 자신의 정서적 경험을 존중하고 받아들이지 못하고 방어적이고 회피적인 행동으로 반응하는 성향을 내포하고 있는 이러한 반응이 반복될 때 개인에게 심리적, 신체적으로 역기능적인 영향을 줄 수 있다는 것이 다양한 연구(최혜연, 민경환, 2007; 홍윤기, 2009; Josephs & Williams, 1994; Pennebaker, 1985, 1989)에서 일관적으로 확인되고 있다. 또 다른 연구에서도 똑같이 억제를 하더라도 억제를 자신에게 효과적이라고 믿기 때문에 그러한 방향으로 재해석하려는 사람과 효과성에 대한 고려 없이 단순히 자동적 또는 무의식적인 회피 측면에서 억제를 하는 사람들을 세분화하여 구별할 필요성이 있다는 논의도 제기되고 있다(손재민, 2005).

정서표현양가성은 일차적인 정서가 갖는 기능적인 역할을 손상시켜 성인의 삶에 역기능적으로 작용하는 것으로 보인다. 정서표현의 억제는 교감신경계를 활성화시켜 생리적 소모와 스트레스를 가중시키고 이것이 만성적일 때 면역 체계의 기능 저하(Pennebaker, 1985), 심혈관계 질환(Friedman & Booth-Kewley, 1987; Gross & Levenson, 1997)까지 이어질 수 있다고 보고되고 있다. 이러한 선행연구와 일관되게 정서표현양가성은 과민한 생리적 반응성과 유의한 관련성을 보였다. 정서표현양가성이 높은 사람들은 통제집단에 비해 일반적으로 스트레스를 느끼지 않을만한 상황에서 명백한 스트레스 반응을 보였다. 이들은 낮설거나 평가적인 상황에 놓여있을 때 명백한 위협 자극

이 없음에도 증가된 교감신경 반응을 나타냈다(최해연, 민경환, 이동귀, 2010; Gross & John, 2003). 이처럼 자신의 감정 표현에 지속적으로 어려움을 느끼며 정서를 관리하고 통제하는데 막대한 에너지를 사용한다면 개인은 힘겨운 내적 긴장 상태에 수시로 처하게 되며 현재의 경험과 충분히 접촉하지 못하고 감정을 유발한 문제들을 해결하는데 어려움을 겪을 수 있다는 것을 의미한다(Mongraine & Vetteese, 2003).

정서의 표현 그리고 정서 표현에 대한 조절 혹은 역제는 사회적 상호작용에서 핵심적인 역할을 하면서(Collins & Miller, 1994; Fridlund, 1997), 심리적인병(Lynch, Robins, Morse, & Krause, 2001)에 주요한 영향을 미치는 것으로 알려져 있다. 정서표현양가성이 높은 사람들은 정서적 상태에 대한 주의와 명료성이 낮는데 이는 자신과 타인의 정서를 잘 이해하지 못하고 반응할 가능성을 의미한다(King, 1998; Mayer & Salovey, 1995). 또한 언어적 표현과 비언어적 표현 사이의 일치성이 떨어지고(Mongraine & Vetteese, 2003) 정서중심적 대처나 미숙한 방어를 많이 사용하며(이승미, 오경자, 2006) 정서를 표현하고 공유하는데 문제를 가짐으로써 사회적 지지를 받거나 대인관계에서 친밀감을 형성하는 데 어려움을 겪을 수 있다(배민정, 정윤경, 2015; Emmons & Colby, 1995; King, 1998). 이렇듯 정서처리과정이 원활하지 못한 결과는 반추사고와 우울증, 다양한 심리적 부적응의 모습을 보였다(이주일, 황석현, 한정원, 민경환, 1997; Katz & Campbell, 1994; Mongrain & Zuroff, 1994). 특히 정서표현양가성이 표현결과를 두려워하여 회피하려는 방어적 동기를 내포할 때 심리증상들과 유의하게 관련된다(최해연, 민경환, 이동귀, 2008).

이런 역기능적 결과는 청소년과 아동을 대

상으로 한 연구에서도 보고된다. 초등학생을 대상으로 한 연구에서 높은 정서표현양가성은 문제행동과 상관이 있었고, 정서를 정확하게 인식하고 강하게 경험하지만 표현하는 것에는 갈등을 느끼는 '혼란집단'에서 불안/우울, 공격성, 사회적 위축 등의 문제행동이 유난히 많이 나타났다(최효정, 2010). 또한 정서표현양가성이 높은 아동일수록 정서표현성을 매개로 주도성 및 공감/협동과 같은 또래관계기술이 낮았고(김지혜, 2014), 정서표현양가성이 높을수록 자기효능감과 자신감이 낮은 것으로 나타났다(김경진, 2015). 중학생을 대상으로 한 연구에서 청소년들이 부모의 심리적 통제를 높게 지각할수록 정서표현에 대한 양가성이 증가되고 이에 따라 사회불안 또한 가중된다고 하였고(우영주, 2014) 청소년의 정서표현양가성 수준이 높을수록 안녕감 수준이 낮아지며(문소희, 유순화, 윤경미, 2014) 공격성과는 정적 상관을 나타냈다(이인혜, 2014). 고등학생을 대상으로 한 연구에서 정서표현양가성이 내재화된 수치심과 우울 간의 관계를 부분 매개 하는 것으로 확인되었다(김현주, 2013).

이와 같은 표현에 대한 갈등과 역제는 어디에서 비롯되며 어떻게 개인의 특성으로 형성되어 가는가? 아동은 자신의 정서를 표현하면서 다른 사람으로부터 이에 상응하는 정서표현을 유발하고 이러한 상호과정 속에서 다양한 정서 현상을 관찰하고 배우며 정서적으로 보다 유능한 사람으로 발달한다(Buck, 1988; Traue, 1995). 예를 들어 화를 냈을 때 어떤 경우는 상대방으로부터 자신이 원하는 것을 얻어내거나 위로를 받고 어떤 경우는 제재를 받는다. 이때 아동은 어떤 경우에 화를 내는 것이 정당한 것이며 정서를 표현함으로써 무엇을 얻거나 잃을 수 있는지 또는 어느 정도나 어떤 방

식의 표현이 사회적으로 수용되는지를 점차 학습하게 된다(노지영, 정윤경, 2010). 아이들은 자신의 정서적 반응의 결과가 목표 달성이나 사회적 관계에서 핵심적 역할을 함을 직접, 간접적으로 학습하면서 자신의 정서적 반응을 조절하고 억제하게 된다(Harris, Johnson, Hutton, Andrews, & Cooke, 1989; Yuill, 1984). 가령, 아이들은 자신의 강하고 부정적인 정서 표현으로 인해 처벌을 받거나 좋아하던 친구와의 관계가 소원해짐을 느끼면서 정서 표현의 역기능을 학습하게 되면서 표현욕구와 억제의 필요성 간의 갈등 즉 양가성을 경험하게 되는 것이다.

성인을 대상으로 한 연구에서 이러한 양가적 경험은 고통스러운 것이며 역기능적 결과와 깊이 관련된 것과 달리, 청소년들에게 양가적 경험은 유능한 정서의 발달과 관련된 자연스러운 심리적 현상일 수 있다. 즉 정서 표현에 대한 양가적 경험은 아동에게 자신과 타인의 정서에 주의를 기울이고 인식하도록 동기화할 뿐 아니라 자신의 표현에 대한 타인의 반응의 의미를 보다 적극적으로 탐색하도록 할 것이다. 따라서 아동기 정서 표현에 대한 갈등은 정서적 발달의 자연스러운 현상이며 정서적으로 유능한 개인으로 성장하기 위한 경험일 수 있다.

이로 보아 연령에 따른 정서표현양가성의 양상에 차이가 있을 것이라 예상되나 연령 변인을 고려한 정서표현양가성에 대한 연구는 거의 없고 성인기를 대상으로 한 연구가 대부분을 차지하고 있는 실정이다. 또한 아동기 정서표현양가성에 대한 연구는 성인의 결과와 모두 일치하는 것은 아니었다. 가령 김원(2008)은 초등학교 5학년 아동을 대상으로 정서강도, 정서표현양가성, 정서표현성 그리고

공격성 간의 관계를 살펴보았으며 다음과 같은 결과를 얻었다. 우선 정서표현 양가성은 정서강도와 높은 상관을 맺었으며 이는 성인을 대상으로 한 것과 유사하였다. 하지만 정서표현양가성이 높은 아동은 긍정정서와 부정정서의 표현 수준이 모두 높았으며 무엇보다 외현화문제의 핵심인 다양한 유형의 공격성이 높은 것으로 나타났다.

정서표현 및 표현에 대한 갈등을 경험하는 것이 성인기 이전에도 나타나는 현상임에도 불구하고 아동 및 청소년의 정서표현양가성에 대한 연구는 미미한 실정이다. 따라서 아동기 후기 및 청소년기, 성인기에 이르기까지 정서표현양가성의 발달적 양상은 어떠한지, 다른 심리적 변인과는 어떤 관련이 있는지 연구할 필요성이 있다.

따라서 본 연구에서는 다음과 같은 연구 문제를 갖는다.

첫째, 아동 후기에서 성인기에 이르기까지 정서표현양가성, 정서표현성, 문제행동, 심리적인영감의 발달적 변화는 어떠한가?

둘째, 각 연령집단에서 정서표현양가성은 정서표현성, 문제행동, 심리적인영감과 어떤 관련성이 어떠한가?

## 방 법

### 연구대상

서울시, 인천시, 경기도, 강원도에서 모집된 참가자를 대상으로 설문지를 배포하여 불완전 응답자료를 제외한 372부의 설문지를 연구에 포함하였다. 연구에 포함된 아동참가자의 평균 나이는 12.4세, 범위는 11세에서 13세까지

표 1. 연구 참가자

	연령	성별		총
	M(SD)	남	여	
아동	12.40 (.924)	30	30	60
청소년	16.37 (1.791)	127	90	217
성인	22.0 (1.414)	54	41	95
총		211	161	372

이고, 청소년참가자의 평균 나이는 16.37세, 범위는 14세에서 19세까지, 성인참가자의 평균 나이는 22.0세, 범위는 20세에서 27세까지이다.

#### 측정도구

##### 정서표현양가성척도(AEQ)

King과 Emmons(1990)가 제작한 정서표현양가성 척도(Ambivalence Over Emotional Expressiveness Questionnaire)로 본 연구에서는 최해연, 민경환(2007)이 번안한 것을 사용하였다. 각 문항은 '전혀 아니다(1점)'에서 '매우 자주 그렇다(5점)'의 5점 척도로 28점에서 140점의 범위를 갖는다. 점수가 높을수록 정서표현에 대한 양가성이 높음을 의미한다. 본 연구에서 정서표현양가성 척도의 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .92로 나타났다.

##### 정서표현성척도(EEQ)

King과 Emmons(1990)가 실제 표현 행동에 초점을 두고 정서를 표현하는 성향을 측정하고자 제작하였고, 부정적 정서표현, 긍정적 정서표현, 친밀감 표현을 측정한다. 본 연구에서는 하정(1997)이 번안한 질문지를 사용하였으며 총 16문항으로 구성되었고 전혀 아니다(1점)부터 매우 그렇다(7점)까지 7점 척도로 평

가한다. 긍정적 정서표현 7문항(예: 나는 TV를 보거나 책을 읽을 때 큰 소리로 웃는다), 부정적 정서 표현 4문항(예: 내가 화가 났을 때 주위 사람들은 대개 알아차린다), 친밀감 표현 5문항(예: 나는 친구들과 대화할 때 자주 신체적 접촉을 한다)으로 구성되어 있다.

본 연구에서 정서표현성의 전체 척도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .69이고, 친밀한 정서표현이 .64, 긍정적 정서표현이 .56, 부정적 정서표현이 .56이다.

##### 자기행동평가척도(K-YSR)

Achenbach(1991)가 제작한 청소년 자기행동평가척도(Youth Self Report)는 청소년기의 사회적 적응 및 정서, 행동 문제를 자신이 평가하는 것으로 여러 가지 정서, 행동 문제의 빈도를 조사하는 기초 역학조사 도구의 차원을 넘어 아동, 청소년의 심리장애 진단을 위해서도 유용한 임상적 도구이며 현재 미국은 물론 태국, 네덜란드, 오스트리아, 캐나다 등 세계 여러 나라에서 번역, 표준화되어 사용되고 있다. 이에 따라 Youth Self Report를 오경자, 이혜련, 홍강의, 하은혜(1997)가 공동연구로 번안하여 표준화한 한국판 자기행동 평가척도(Korean Youth Self-Report: K-YSR)를 사용하였다.

K-YSR은 사회능력척도와 문제 행동 증후군 척도로 나누어져 있으며 여러 정서 중 필요로 하는 검사 영역만 따로 측정할 수 있도록 분리되어 있는데, 본 연구에서는 문제행동 증후군 척도 119문항 중 내재화 문제행동과 외현화 문제행동에 해당하는 61개 문항을 사용하였다. 내재화 문제행동의 하위 영역은 위축 7문항, 신체증상 9문항, 우울·불안이 16문항이며 이 중 위축과 우울·불안 영역에 공통된 한 개가 있어 내재화 행동문제는 총 31문항이

다. 그리고 외현화 행동문제는 비행 11문항, 공격성 19문항으로 총 30문항으로 되어있다.

K-YSR은 자신이 지난 6개월 동안에 보인 행동들에 대해 '0=전혀 아니다', '1=가끔 그렇다', '2=자주 그렇다'의 3점 Likert척도로 평가하도록 되어 있다. 내재화 문제행동은 총 0점에서 62점, 외현화 문제행동은 0점에서 60점의 범위를 가지며 점수가 높을수록 해당영역에 문제행동을 많이 보이는 것을 의미한다.

본 연구에 사용된 K-YSR의 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 전체척도 .93, 외현화 행동 .88, 내재화 행동 .90이었으며 하위 영역에 대해서는 비행 .76, 공격성 .85, 위축 .77, 신체증상 .77, 우울·불안 .85로 나타났다.

### 심리적안녕감척도(PW)

Campbell, Converse와 Rodgers(1976)가 개발한 주관적 안녕지표(Index of Well-Being)를 한정원(1997)이 번안한 척도를 사용하였다. 보편적 안녕을 측정하는 지표(Index of General Affect) 9 문항과 삶의 만족도(Life Satisfaction)를 측정하는 척도 1문항의 두 부분으로 구성되어 있으

며 일상생활에서의 전반적인 안녕을 평정한다.

보편적 안녕을 측정하는 지표들은 사람들의 보편적인 정서상태를 묘사하고 있는 형용사 쌍들을 한 형용사는 1점, 상대되는 형용사는 7점에 배치한 후 1점부터 7점까지 평소 자신의 생활 상태를 가장 잘 나타낸다고 생각되는 점수를 선택하도록 되어 있다.

본 연구에서 검증한 주관적 안녕감 척도의 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .90이다.

### 연구절차 및 자료분석

서울시, 인천시, 경기도, 강원도에서 모집된 참가자를 대상으로 설문지를 배포하였다. 회수된 설문지 중 반응일관성이나 신뢰도가 의심되는 설문지를 제외한 372부의 응답 자료를 분석에 사용하였다. 수집된 자료는 SPSS for Window 22.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 정서표현양가성 및 이와 관련된 심리적 변인들이 연령 집단에 따른 차이를 나타내는 지 알아보기 위해 평균과 표준편차를 비교하였고 사후검증으로 LSD검증방법과 Scheffe검증

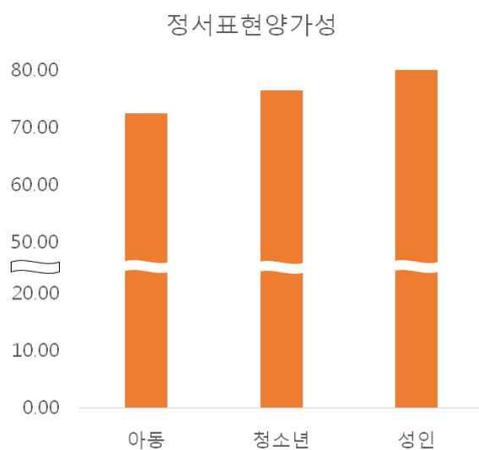


그림 1. 연령집단별 정서표현양가성

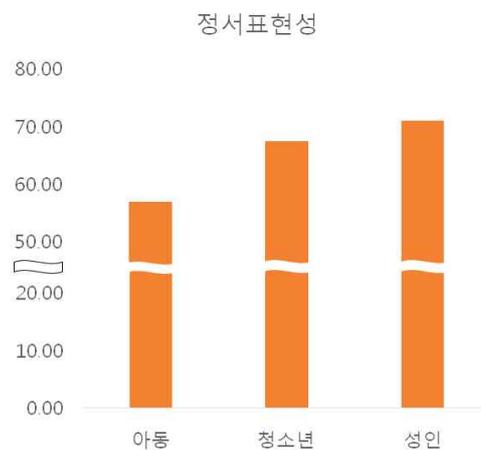


그림 2. 연령집단별 정서표현성

방법을 사용하였다. 다음으로 집단을 단위로 자료를 분할하여 정서표현 양가성과 다른 변인들 간의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다.

### 결 과

정서표현양가성 및 이와 관련된 심리적 변인들이 연령의 증가에 따라 그 양상이 어떻게 달라지는지를 살펴보고 이를 표 2에 제시하였다. 정서표현양가성과( $R^2, 369) = 3.216, p < .05$ ) 정서표현성은( $R^2, 369) = 36.465, p <$

.001) 연령이 증가할수록 높아지는 것으로 나타났다. 문제행동은 연령에 따라 증가하는 경향성을, 심리적안녕감은 연령이 증가할수록 줄어드는 경향성을 나타냈다.

세부적으로 하위변인으로 나누어 연령의 증가에 따른 변화를 살펴보면, 정서표현성의 세 가지 하위변인인 친밀정서표현성, 긍정정서표현성, 부정정서표현성 모두 연령에 따라 증가하는 것으로 나타났다. 아울러 문제행동의 하위유형은 크게 외현화 문제행동, 내재화 문제행동으로 나뉘고 이는 각각 비행, 공격성과 위축, 신체증상, 우울·불안으로 나뉜다. 본 연구에서는 연령이 증가함에 따라 내재화 문

표 2. 정서표현양가성 및 관련변인의 연령집단별 평균과 표준편차

변인	아동 <sup>1</sup>	청소년 <sup>2</sup>	성인 <sup>3</sup>	F	사후비교
정서표현양가성	72.42(21.860)	76.41(19.219)	80.31(16.948)	3.216*	1<3 <sup>ab</sup>
정서표현성	56.88(8.743)	67.54(11.203)	71.08(9.020)	36.465***	1<2<3 <sup>ab</sup>
친밀정서표현성	9.1(4.099)	13.05(4.510)	15.67(4.062)	42.289***	1<2<3 <sup>ab</sup>
긍정정서표현성	23.93(4.744)	28.74(5.656)	28.86(4.669)	21.182***	1<2,3 <sup>ab</sup>
부정정서표현성	14.2(3.695)	16.12(4.377)	16.63(4.280)	6.479***	1<2,3 <sup>ab</sup>
문제행동	26.27(17.115)	29.26(16.713)	31.08(14.993)	1.595	
외현화 문제행동	11.67(8.217)	13.03(8.346)	12.86(7.380)	.678	
비행	2.02(2.376)	2.41(2.759)	2.48(2.440)	.666	
공격성	9.65(6.517)	10.62(6.395)	10.38(5.636)	.567	
내재화 문제행동	12.65(8.974)	13.97(8.540)	15.71(8.944)	2.440	1<3 <sup>a</sup>
위축	3.7(3.217)	3.82(2.761)	4.78(3.359)	3.878*	2<3 <sup>b</sup> 1,2<3 <sup>a</sup>
신체증상	3.63(3.746)	4.31(3.342)	4.37(3.281)	1.069	
우울불안	7.87(5.522)	8.55(5.964)	9.56(5.484)	1.743	
심리적안녕감	51.15(12.697)	48.94(11.329)	46.92(11.590)	2.488	1>3 <sup>a</sup>

<sup>a</sup> LSD 검증방법, <sup>b</sup> Scheffe 검증방법

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

표 3. 연령집단별 정서표현양가성과 정서표현성, 문제행동, 심리적안녕감 간의 상관계수

	아동	청소년	성인
정서표현양가성	1	1	1
정서표현성	.316*	.071	-.242*
친밀정서표현	.252	.129	-.003
긍정정서표현	.279*	.152*	-.128
부정정서표현	.388**	.012	-.204*
문제행동	.324*	.435**	.329**
외현화	.242	.270**	.069
비행	.085	.147*	.083
공격성	.274*	.289**	.054
내재화	.337**	.497**	.412**
위축	.232	.380**	.383**
신체증상	.226	.345**	.318**
우울불안	.376**	.506**	.408**
심리적안녕감	.219	-.166*	-.266**

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

제행동 중 위축 문제행동이 증가하는 것으로 나타났다.

다음으로 정서표현양가성과 심리적 변인들의 관계성을 표 3에 제시하였다. 상세하게 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 정서표현양가성과 정서표현성의 관계는 집단에 따라 대조된 결과를 보였다. 정서표현양가성이 높을수록 아동집단은 정서표현 수준이 높았으며( $r = .316, p < .05$ ) 성인집단은 낮게 나타났다( $r = -.242, p < .05$ ). 정서표현성의 하위유형별로 상세하게 살펴보면 긍정 정서표현성의 경우 아동집단과( $r = .279, p < .05$ ) 청소년집단에서( $r = .152, p < .05$ ) 정적상

관을 나타내었다. 부정정서표현성의 경우 아동집단에서 정적상관을( $r = .388, p < .01$ ), 성인집단에서 부적상관을( $r = -.204, p < .05$ ) 나타내어 대조적인 모습을 보였다. 친밀정서표현성은 정서표현양가성과 관련성이 나타나지 않았다.

둘째, 정서표현양가성과 문제행동은 아동, 청소년, 성인집단에서 모두 정적상관을 나타냈다( $r = .324, p < .05, r = .435, p < .01, r = .329, p < .01$ ). 즉 정서표현양가성이 높을수록 많은 문제행동과 관련된다. 흥미롭게도 청소년 집단의 경우에는 정서표현양가성이 높을수록 내재화 문제행동과( $r = .497, p < .01$ ) 외현화 문제행동( $r = .270, p < .01$ ) 모두 높게 나타나는 한편 성인의 경우 내재화 문제행동만 높게 나타났다( $r = .412, p < .01$ ). 좀 더 세밀하게 하위유형을 포함하여 살펴보면 아동집단의 경우 정서표현양가성이 높을수록 전체 문제행동( $r = .324, p < .05$ ), 외현화-공격성 문제행동( $r = .274, p < .05$ ), 내재화 문제행동( $r = .337, p < .01$ ), 내재화-우울불안 문제행동이( $r = .376, p < .01$ ) 많은 것으로 나타났다. 청소년집단의 경우 전체 문제행동과 모든 하위유형 문제행동에서 정서표현양가성과 정적상관을 나타냈다. 성인집단의 경우, 전체 문제행동과 내재화 문제행동의 모든 하위유형이 정서표현양가성과 정적상관을 나타냈고 외현화 문제행동과는 상관을 보이지 않았다.

셋째, 정서표현양가성과 심리적안녕감과 관련성을 살펴보면 아동기 집단에서는 뚜렷한 경향성을 보이지 않았고 청소년집단과( $r = -.166, p < .05$ ) 성인집단에서는( $r = -.266, p < .01$ ) 정서표현양가성이 높을수록 심리적안녕감이 낮았다.

## 논 의

인간이 성장함에 따라 정서표현을 조절하거나 억제할 수 있는 능력을 발달시키는 것은 반드시 필요한 부분이다. 정서를 경험했지만 표현하는데 갈등을 느끼고 때로는 억제하고 때로는 표현하면서 정서를 조절해 나간다. 인간이 발달하면서 정서표현을 억제할 수 있는 능력은 가치가 있는데, 융통성 있고 탄력적으로 맥락에 맞게 정서를 조절하고 표현하는 것은 아동의 발달과 적응에 매우 중요하다(홍소빈, 2011). 하지만 정서표현에 대한 갈등과 억제가 만성적이고 경직되게 사용된다면 이는 개인의 삶에 역기능적 역할을 하게 한다. 정서표현을 하지 않는 것이 병리적이라는 것을 의미하지는 않고(장정주, 강정모, 2011) 관계성을 중시하는 한국 문화에서 다른 사람과의 관계를 고려하거나 체면을 유지하기 위해 정서표현을 억제하는 성향은 부적응적이지 않을 수 있지만(이은경, 서은국, Chu, Kim, & Sherman, 2009) 한 개인이 자주 억제하고 갈등하게 되면 시간이 지남에 따라 정서표현에 대한 억제와 갈등은 만성적이고 유연하지 못하며 자동적이게 된다. 최적의 정서 조절은 정서를 상황적 요구에 맞추어 정서를 표현하기도 하고 억제하기도 할 수 있는 능력을 포함한다(Bonanno, Papa, Lalande, Westphal, & Coifman, 2004). 이러한 맥락에서 정서표현양가성 개념은 자신의 정서적 경험에 대해 비수용적이며 유연하지 못한 방략에의 의존을 의미한다고 볼 수 있다.

인간이 경험하는 정서의 어떤 측면도 부자연스럽거나 부정적인 것은 없다. 강한 정서 경험, 부정적이라고 여겨지는 정서들, 그리고 정서적 갈등과 표현에 대한 머뭇거림도 모두

인간의 자연스러운 정서 경험이며 충분히 수용하고 적절하게 다루어져야 하는 것이다. 정서의 문제는 이런 정서의 역동적인 측면들이 제대로 다루어지지 않아 발생하는 것도 있지만 무엇보다 이들을 인정하지 않고 외면하거나 부정적인 것으로 결정짓는 데서 시작하는 것이다.

본 연구에서 한국인의 정서표현성 및 표현에 대한 양가성이 연령에 따라 증가하는 것으로 나타났다. 현재까지 연령에 따른 정서표현성의 변화 및 발달을 다룬 선행연구는 없으나 정서지능 내 하위변인으로 정서표현 및 인식을 다룬 김현준(2007)의 연구에서 초등학교와 중학교에 비해 고등학교의 정서표현 및 인식이 높게 나타난 결과와 부분적으로 일치한다. 개인의 연령이 증가할수록 정서경험이 많아지고 다양한 방법으로 자신의 정서를 표현하는 것으로 보인다. 정서표현양가성의 경우에도 여러 선행 연구들에서 정서를 조절하는 능력은 나이가 들면서 점차 향상될 것이라는 예측은 있었으나 정서조절과 발달에 대한 경험적 연구 대부분은 유아기, 아동기, 청소년기 및 청년기와 같은 특정 발달시기에 한정되어 조사한 것이어서 다양한 발달 시기와 연령대를 포함하여 연령 증가에 따른 변화 추이 또는 발달적 변화를 직접적으로 확인하지는 않았다(이지영, 2012). 이를 감안하여 본 연구에서 연령 증가에 따라 정서표현양가성이 높아지는 것으로 나타난 결과는 초등학교에 비해 중학교의 정서표현양가성이 유의미하게 증가한 노지영(2009)의 연구 및 초등학교 4, 5학년에 비해 고등학교 1, 2학년의 정서표현양가성이 유의미하게 증가한 안희정(2012)의 연구결과와 부분적으로 일치한다. 본 연구에서 성인집단은 초기성인기인 대학생으로 구성되었는데,

대학생활은 고등학교 때의 타율적인 생활과는 달리 자율적이고 자기 의지적이며 자기 통제적인 생활을 요구한다. 중·고등학교 때와는 다른 이러한 낯선 상황은 대학생들에게 지금까지와는 다른 새로운 적응전략, 대처 매커니즘을 개발하도록 압력을 주게 되는 것이다 (Rice, FitzGerald, Whaley, & Gibbs, 1995; 이재명, 2009에서 재인용). 아동기 및 청소년기에 비해 연령이 증가할수록 대인관계에서 정서적 요인이 복잡해짐에 따라 정서를 표현하는 것을 망설이거나 후회하는 경우가 많아지는 것으로 보인다.

문제행동은 여러 하위유형 중 내재화-외측 문제행동이 연령에 따라 증가하는 것으로 나타났다. 다른 하위유형 및 전체 문제행동은 유의미한 차이를 나타내지 않았다. 문제행동은 개인요인(백혜정, 황혜정, 2006; 이석형, 2006), 가족환경요인(오승환, 2001; Marsh, 2007), 학교환경요인(박종효, 2005; 우채영, 임재국, 2009; Espelage, Holt, & Henkel, 2003; Scaramell, Conger, Spoth, & Simons, 2002) 등 다양한 요인의 영향을 받기 때문에 본 연구에서 주목한 연령 요인만으로 집단 간 차이를 충분히 측정하기 어렵다. 심리적안녕감 역시 사회환경, 주위 사람들과의 관계 뿐 아니라 자긍심, 삶의 목표, 개인의 통제력 등 개인적 요인에도 영향을 받고 있어(Ryff, 1989) 연령에 따른 차이가 뚜렷하게 나타나지 않은 것으로 보인다.

아동기 후기 및 청소년의 경우 그동안 관련 연구가 거의 이루어지지 않았으나 본 연구에서 알 수 있듯이 정서표현양가성과 정서표현성, 문제행동 간의 관계가 각 연령 집단에 따라 다르게 나타난 것에 주목해야 한다. 연령에 따라 자신의 정서를 인식, 처리하고 표현

하기까지 각기 다른 양상을 보이므로 그동안 성인기 위주의 연구만으로는 그 관련성을 설명하기에 한계가 있다. 성인의 경우 정서표현에 대한 양가성이 높을수록 정서표현을 적게 하는 것으로 나타났는데 이는 정서표현에 대한 양가성이 높은 사람이 정서표현성이 낮고 했던 이승미, 오경자(2006)와 이주일 등(1997)의 결과와 일관적이다.

반면 아동의 경우에는 정서표현에 대한 양가성이 높을수록 오히려 정서표현도 많이 하는 것으로 나타났다. 초등학교의 정서표현성과 자기방어적 양가성, 관계관여적 양가성이 모두 정적상관을 나타낸 김지혜(2014)의 연구결과와 일치한다. 아동의 경우에는 정서를 표현하는 것에 대한 갈등을 경험하더라도 스스로 처리하거나 억제하는 것이 어려워 긍정적이든 부정적이든 정서를 외부로 표현하게 되는 것으로 보인다. 청소년의 경우 정서표현양가성이 높을 때 긍정정서표현성만 정적 상관을 보이는 것으로 보아 부정적인 정서표현을 긍정적인 정서표현보다 우선적으로 억제하는 것으로 보인다. 성인기에서는 확연하게 긍정정서와 부정정서를 덜 표현하는 결과를 보였다. 사회화 과정을 겪으면서 부정정서보다는 긍정정서를 표현하는 경우가 타인으로부터 부정적인 피드백을 받을 가능성이 낮으므로 연령 증가에 따라 부정적인 정서표현에 대한 억제가 먼저 발달하고 이후 긍정적인 정서까지 억제하게 되는 것으로 여겨진다.

정서표현에 대한 양가성이 높을 때 문제행동이 나타나는 양상 또한 연령집단에 따른 차이가 나타났다. 아동집단의 경우 다양한 외현화 및 내재화 문제행동들 중에서도 공격성으로 표출되거나 우울·불안을 나타내는 두 가지 유형으로 비교적 단순하게 드러나는 것으

로 나타났고 청소년집단은 정서표현양가성이 높을수록 모든 문제행동 유형과 정적상관을 보였다. 공격성, 비행의 형태로 외현적으로 표출되거나 위축, 우울·불안, 신체증상 등으로 내재화된 문제를 보였다. 흥미롭게도 성인집단의 경우 겉으로 표출되는 외현화 문제행동과의 관련성이 사라지고 내재화 문제행동과의 정적상관만을 나타냈다. 정서표현에 대한 양가성이 높은 성인의 경우 정서표현성이 적어지는 현상은 겉으로 드러내지는 않더라도 심리내적으로 위축되거나 우울, 불안 등의 심리적 어려움을 경험하는 것과 관련 있음을 함의한다. 이런 맥락에서 청소년의 경우 정서표현양가성과 모든 유형의 문제행동이 정적상관을 보인다는 것은 겉으로 드러나는 문제행동 뿐 아니라 내적인 어려움에 대해서도 관심을 기울여야 하는 필요성을 시사한다.

정서표현양가성이 높을수록 심리적안녕감이 낮다는 많은 선행연구 결과와 일치하게(이주일 등, 1997; 한정원, 1997; 유주현, 2000; 장정주, 김정모, 2008; 하창순, 박주하, 2012; 문소희 등, 2014) 본 연구에서도 청소년과 성인집단에서 정서표현양가성이 높을수록 심리적안녕감이 낮게 나타났다. 아동의 경우에는 정서표현에 대한 양가성을 느끼면서도 표현성 또한 높은 것과 마찬가지로 아직 표현과 억제에 대한 명확한 인식이 형성되지 않은 것으로 보인다. 아동이 스스로의 정서에 대해 명확하게 인식하는 단계에 대한 보다 세분화된 연구의 필요성이 제안된다.

본 연구는 성인을 대상으로 주로 이루어졌던 정서표현양가성에 대한 연구의 영역을 아동과 청소년기까지 확대하여 인간의 정서발달에 대한 보다 확장된 이해를 돕고자 하였고, 개인의 적응에 취약성 요인으로 작용할 수 있

는 정서양식이 각 발달 단계마다 어떤 형태를 갖는지 살펴봄으로써 정서의 발달에 대한 이해를 넓히는 데 밑거름이 되고자 하였다. 또한 정서표현에 대한 갈등으로 인하여 나타나는 역기능적인 결과들을 감소시키기 위한 치료적 접근을 할 수 있도록 연령집단별 정보를 제공할 기반을 마련하고자 하였다. 다만 연령의 변화에 따른 정서표현양가성에 대한 발달양상을 살피고자 하였으나 수집된 자료의 한계로 연령집단별 사례수가 동등하지 못하였고 종단적 자료를 사용하지 못하여 실제적인 발달적 변화라기보다는 그 양상만을 추론할 수 있을 뿐이다. 추후에는 체계적인 연구 설계를 수립하여 집단 내 표본의 개수를 일정하게 하고 종단적 자료를 사용하여 실제 연령 증가에 따른 정서특성의 변화 양상을 살피는 것이 필요하다. 또한 연령의 범위가 넓은 청소년집단을 중학생과 고등학생 집단으로 나누어 살펴보거나 심리적 특성의 차이를 나타낼 수 있는 남녀 집단을 비교해 보는 등 보다 세분화된 연구 설계를 통한 후속 연구가 제안된다. 아울러 정서표현양가성과 정서표현성을 함께 고려하여 두 변인이 어떤 방식으로 상호작용하여 문제행동 및 심리적 안녕감에 영향을 미치는지 등 변인 간 관계를 알아볼 수 있는 접근이 가능할 것이다. 마지막으로 정서를 표현하는 것에 있어서 갈등을 느끼는 것은 이전의 대인관계 경험의 질에 따라 달라질 수 있는데 아동의 경우 특히 부모와의 정서적 소통의 질적인 측면에 영향을 받을 수 있다. 이후 아동의 정서표현에 대한 부모의 반응에 따른 정서조절 및 유능감의 발달에 대한 종단적 연구를 제안한다.

### 참고문헌

- 김경진 (2015). 초등학생의 정서인식, 정서표현 및 정서표현양가성이 자기효능감에 미치는 영향. 아주대학교 석사학위논문.
- 김우석 (2004). 정서표현성, 자아방어기제 및 대처방식간의 관계. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 김 원 (2008). 아동의 정서강도, 정서표현성, 정서표현의 갈등과 공격성 간의 관계. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 김지혜 (2014). 초등학생의 정서표현 신념과 정서표현 양가성, 정서표현 및 또래관계기술의 관계. 연세대학교 석사학위논문.
- 김현주 (2013). 고등학생의 내면화된 수치심이 청소년 우울에 미치는 영향: 정서표현 양가성의 매개효과. 명지대학교 석사학위논문.
- 김현준 (2007). 청소년의 정서지능과 사회지능이 삶의 질에 미치는 영향. 인하대학교 박사학위논문.
- 노지영 (2009). 자녀의 부정적 정서에 대한 부모 반응에 따른 자녀의 정서표현 신념과 정서표현 양가성. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 노지영, 정윤경 (2010). 자녀의 부정적인 정서표현에 대한 어머니 반응에 따른 아동의 정서표현양가성과 정서표현신념. 한국심리학회지: 발달, 23(2), 57-71.
- 문소희, 유순화, 윤경미 (2014). 지각된 부모화경험이 청소년의 안녕감에 미치는 영향: 정서표현양가성의 매개효과. 청소년복지연구, 16(3), 105-128.
- 민경환, 김지현, 윤석빈, 장승민 (2000). 부정적 정서 조절 방략에 관한 연구: 정서종류와 개인 변인에 따른 정서조절 양식의 차이. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 14(2), 1-16.
- 박서정 (2004). 어머니의 정서사회화 행동과 학령기 아동의 정서조절 전략 및 정서조절 능력간의 관계. 성균관대학교 박사학위논문.
- 박중효 (2005). 또래 공격행동 및 피해행동에 대한 이해: 선행요인 탐색과 문제행동에 미치는 영향. 한국심리학회지: 발달, 18(1), 19-35.
- 배민정, 정윤경 (2015). 어머니의 정서표현양가성이 양육태도와 자녀의 문제행동에 미치는 영향. 한국심리학회지: 발달, 28(2), 159-176.
- 백혜정, 황혜정 (2006). 초등학생의 문제행동에 영향을 미치는 부모관련 변인 및 자아관련 변인에 관한 연구. 한국심리학회지: 발달, 19(3), 1-27.
- 손재민 (2005). 정서조절 방략 사용에서의 개인차: 인지적 재해석인과 정서표현 억제인의 비교. 서울대학교 대학원 석사학위 논문.
- 안희정 (2012). 부모의 심리적 통제가 아동과 청소년의 죄책감, 수치심 및 자기비난에 미치는 영향: 정서표현양가성의 매개효과를 중심으로. 명지대학교 석사학위논문.
- 오승환 (2001). 저소득 편부모가족의 가족기능과 자녀의 심리사회적 특성 비교연구. 한국아동복지학, 12, 77-107.
- 우영주 (2014). 지각된 부모의 심리통제가 중학생의 사회불안에 미치는 영향: 정서표현양가성의 매개효과. 서강대학교 석사학위논문.
- 우채영, 임재국 (2009). 청소년이 지각하는 교사, 또래와이 적대적 인간관계, 학교폭력 경험, 일탈 및 대처행동 간의 관계. 한국청소년학회. 16(4), 145-166.
- 유주현 (2000). 정서표현에 대한 양가감정과 사회적지지 및 심리적 안녕감과의 관계. 고려대학교 석사학위논문.

- 이석형 (2006). 청소년 비해 예방을 위한 보호요인 강화방안에 관한 연구. 대구대학교 박사학위논문.
- 이승미, 오경자 (2006). 정서인식불능, 정서표현에 대한 양가감정, 정서표현성이 중년기혼 여성의 심리적 부적응에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 25(1), 113-128.
- 이은경, 서은국, Chu, T., Kim, H., Sherman, D. K. (2009). 정서억제와 주관적 안녕감: 문화 비교 연구. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 23(1), 131-146.
- 이인혜 (2014). 청소년의 정서표현양가성이 사이버 언어폭력에 미치는 영향: 공격성의 매개효과. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 이재명 (2009). 정서표현갈등과 자기효능감 및 대학생활적응의 관계. 상담평가연구, 2(1), 1-18.
- 이주일, 황석현, 한정원, 민경환 (1997). 정서의 체험 및 표현성이 건강과 심리적 안녕감에 미치는 영향. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 11(1), 117-140.
- 이지영 (2012). 연령증가에 따른 정서조절의 차이: 청소년기와 성인기를 대상으로. 한국심리학회지: 일반, 31(3), 783-808.
- 장정주, 김정모 (2008). 정서적 자각, 표현, 및 정서표현에 대한 양가성과 대인관계간의 관계에 대한 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 20(3), 697-714.
- 장정주, 강정모 (2011). 정서자각에 기초한 정서표현 훈련이 정서자각, 정서표현, 정서표현의 억제 및 대인관계에 미치는 효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 23(4), 861-884.
- 전효선 (2015). 어머니의 양육행동과 정서표현성이 영아의 정서조절능력에 미치는 영향. 가천대학교 석사학위논문.
- 정옥분 (2004). 발달심리학: 전생애 인간발달. 서울: 학지사.
- 최해연, 민경환 (2007). 한국판 정서표현에 대한 양가성 척도의 타당화 및 억제 개념들간의 비교 연구. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 21(4), 71-89.
- 최해연, 민경환, 이동귀 (2008). 상담일반: 정서표현신념과 심리적 증상의 관계에서 정서표현양가성의 역할. 상담학연구, 9(3), 1063-1080.
- 최해연, 민경환, 이동귀 (2010). 경험논문: 심박변이도 분석을 이용한 정서표현양가성에 따른 스트레스 반응성 연구. 한국심리학회지: 건강, 15(3), 463-481.
- 최효정 (2010). 정서인식의 명확성, 정서표현의 양가성, 정서강도와 아동의 사회적 능력과 문제행동의 관계. 인천대학교 석사학위논문.
- 하정 (1997). 정서표현 성향과 스트레스 평가 및 대처가 우울에 미치는 영향: 정서, 사고, 행동영역의 통합적 고찰. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 하창순, 박주하 (2012). 정서표현갈등과 대인불안 및 주관적 안녕감과와의 관계. 가톨릭대학교 인간학연구소, 22, 173-197.
- 한정원 (1997). 정서표현성이 건강 및 주관적 안녕에 미치는 영향. 서울대학교 석사학위논문.
- 홍소빈 (2011). 부정적 정서에 대한 부모의 반응에 따른 자녀의 정서표현성, 정서표현 억제 및 정서표현 양가성. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 홍윤기 (2009). 어머니 자녀간 정서표현성과 정서표현 양가성의 관련성. 가톨릭대학교 석사

학위논문.

- Bonanno, G. A., Papa, A., Lalande, K., Westphal, M., & Coifman, K. (2004). The importance of being flexible: The ability to both enhance and suppress emotional expression predicts long-term adjustment. *Psychological Science, 15*(7), 482-487.
- Buck, R. (1988). *Human motivation and emotion* (2nd edn). New York: Wiley.
- Collins, N. L., & Miller, L. C. (1994). Self-disclosure and liking: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin, 116*, 457-475.
- Eisenberg, N., & Spinrad, T. L. (2004). Emotion-related regulation: Sharpening the definition. *Child Development, 75*, 334-339.
- Ekman, P. (2003). *Emotions revealed*. New York: Henry Holt.
- Emmons, R. A., and P. M. Colby. (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*, 947-959.
- Espelage, D. L., Holt, M. K., & Henkel, R. R. (2003). Examination of peer-group contextual effects on aggression during early adolescence. *Child Development, 74*(1), 205-220.
- Fridlund, Alan J. (1997). *The new ethology of human facial expression*, New York: Cambridge University Press.
- Friedman, H., & Booth-Kewley, S. (1987). The "disease-prone personality:" A meta-analytic view of the construct. *American Psychologist, 42*, 539-555.
- Frijda, N. H. (1986). *The emotion*. Cambridge University Press.
- Greenspan, S. I. (2004). *The Greenspan Social Emotional Growth Chart*. Bethesda, MD: PsychCorp(Harcourt Assessment).
- Gross, A. I., & Ballif, B. (1991). Children's understanding of emotion from facial expressions and situations: A review. *Developmental Review, 11*, 368-398.
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion regulation: A Integrative Review. *Review of General Psychology, 2*(3), 271-299.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 85*(2), 348-362.
- Gross, J. J., & Levenson, R. W. (1997). Hiding feelings: The acute effects of inhibiting positive and negative emotions. *Journal of Abnormal Psychology, 106*, 95-103.
- Harris, P., Johnson, C., Hutton, D., Andrews, G., & Cooke, T. (1989). Young children's theory of mind and emotion. *Cognition and Emotion, 3*, 379-400.
- Hyson, M. (2004). *The emotional development of young children*, New York: Teachers College Press.
- Josephs, I. E. (1994). Display rule behavior and understanding in preschool children. *Journal of Nonverbal Behavior, 18*, 308-326.
- Josephs, S., Williams, R., Irwing, P., & Cammock, T. (1994). The preliminary development of a measure to assess attitudes towards emotional expression. *Personality and Individual Differences, 16*(6), 869-875.
- Katz, I. M., & Campbell, J. D. (1994). Ambivalence over emotional expression and

- well-being: Nomothetic and idiographic tests of the stress-buffering hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 513-524.
- King, L. A. (1998). Ambivalence over emotional expression and reading emotions in situations and faces. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 753-762.
- King, L. A., & Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression: Psychological and physical correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 864-877.
- Kopp, C. B. (1989). Regulation of distress and negative emotions: A developmental review. *Developmental psychology*, 25(3), 343-354.
- Lewis, M. (2000). *The emergence of human emotion*. In M. Lewis and J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotion*(2nd ed., pp. 265-280). New York: Guilford.
- Lynch, T. R., Robins, C. J., Morse, J. Q., & Krause, E. D. (2001). A mediational model relating affect intensity, emotion inhibition, and psychological distress. *Behavior Therapy*, 32(3), 519-536.
- Marsh, P. (2007). The relation of attachment security to adolescents' paternal and peer relationship, depression, and externalizing behavior. *Child Development*, 78(4), 1222-1239.
- Masters, J. C., & Carlson, C. R. (1984). *Children's and adult's understanding of the causes and consequences of emotional states*. In C. Izard, J. Kagan, & R. Zajonc (Eds.), *Emotions cognition and behavior*(pp.438-463). London: Cambridge University Press.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1995). Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings. *Applied and Preventive Psychology*, 4, 197-208.
- Mongrain, M., & Zuroff, D. C. (1994). Ambivalence over emotional expression and negative life events: Mediators for depression in dependent and self-critical individuals. *Personality and Individual Differences*, 16, 447-458.
- Mongrain, M., & Verette, L. C. (2003). Conflict over emotional expression: Implications for interpersonal communication. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 545-555.
- Pennebaker, J. W. (1985). Traumatic experience and psychosomatic disease: Exploring the roles of behavioural inhibition, obsession, and confiding. *Canadian psychology*, 26, 82-95.
- Pennebaker, J. W. (1989). Confession, inhibition, and disease. *Advances in Experimental Social Psychology*, 22, 211-244.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Salovey, P. & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.
- 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*. 125-154. Washington, DC: American Psychological Association.
- Scaramella, L. V., Conger, R. D., Spoth, R., & Simons, R. L. (2002). Evaluation of a social

- contextual model of delinquency: A cross-study replication. *Child Development*, 73, 175-195.
- Traue, H. C. (1995). *Inhibition and muscle tension in myogenic pain*. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, & health* (pp. 155-176). Washington, DC: American Psychological Association.
- Vaillant, G. E. (2000). Adaptive mental mechanism: Their role in a positive psychology. *American Psychologist*, 55(1), 89-98.
- Walden, T. A., & Smith, M. C. (1997). Emotion regulation. *Motivation and Emotion*, 21(1), 7-25.
- Westen, D. (1994). Toward an integrative model of affect regulation: Applications to socio-psychological research. *Journal of Personality*, 62, 641-667.
- Yuill, N. (1984). Young children's coordination of motive and outcome in judgments of satisfaction and morality. *British Journal of Developmental Psychology*, 2, 73-81.

1차원고접수 : 2015. 07. 15

수정원고접수 : 2015. 09. 05

최종게재결정 : 2015. 09. 07

## The Development of Ambivalence over Emotional Expression and its Effect on Emotional Expressiveness, Behavior Problems and Psychological Well-being: A Study of Age Group Comparison

Hayan Park

Yoonkyung Jeong

Hae-Youn Choi

Department of Psychology  
Catholic University of Korea

Korea Counseling Graduate University

This study aimed at examining developmental changes in ambivalence over emotional expression (AE) and the relationships among AE, emotional expressiveness (EE), and behavior problems (BP) by age group. Groups of children, adolescents, and adults participated in this study. They completed questionnaires assessing AE, EE, BP, and psychological well-being. The results were as follows: first, AE and EE improve with age. Second, AE was significantly and positively correlated with EE in the children group but negatively correlated with EE in the adult group. Third, AE was significantly and positively correlated with BP in every group. An interesting finding was that AE was correlated with both internalizing and externalizing BP in the adolescent group, but only with internalizing BP in the adult group. Finally, a negative correlation was found between AE and psychological well-being in the adolescent and adult groups, but not in the children group.

*Key words* : *Ambivalence over Emotional Expression, Emotional Expressiveness, Internalizing Behaviors Problems, Externalizing Behaviors Problems, Psychological Well-being*