

## 낙관성과 상황의 통제 가능성에 따른 고등학생의 통제력 지각과 대처방략\*

이 희 경<sup>†</sup>

가톨릭대학교 심리학과

본 연구에서는 서울시내 소재 고등학교 2학년생 242명(남 123, 여 119명)을 대상으로 낙관성 수준과 상황의 통제 가능성 여부가 통제력 지각 및 다양한 대처방략(문제 접근 대처, 회피 대처 및 긍정적 재구성)의 사용에 미치는 효과를 조사하였다. 2(낙관성 수준 상·하)×2(통제 가능성 유·무) 다변량 분산분석(MANOVA) 결과 낙관성의 주 효과와 통제 가능성 조건의 주 효과는 유의하였으나 낙관성 수준과 통제 가능성 조건 간의 상호작용 효과는 유의하지 않았다. 구체적으로, 낙관성 상위 집단이 하위 집단에 비해 통제력 지각 점수, 문제 접근 대처 및 긍정적 재구성 점수에서 유의하게 높았으나 회피 대처 점수에서는 차이가 없었다. 또한, 연구 참여자들은 통제 가능 조건에서 통제 불가능 조건에 비해 유의하게 높은 통제력 지각, 문제 접근 대처 및 긍정적 재구성 점수를 보였으며 유의하게 낮은 회피 대처 점수를 보였다. 연구의 함의, 제한점 및 후속연구에 대한 제안점 등을 논의하였다.

주요어 : 낙관성, 통제 가능성, 문제 접근 대처, 회피 대처, 긍정적 재구성, 긍정심리학

\* 자료 수집에 도움을 주신 정은숙 선생님께 감사드립니다.

† 교신저자(Corresponding Author) : 이희경, 가톨릭대학교 심리학과, 경기도 부천시 원미구 역곡2동  
 E-mail : ahalee@catholic.ac.kr

개인의 정신건강에 영향을 주는 중요한 변인으로 최근 심리학자들의 주목을 받고 있는 것이 바로 긍정심리학적 성격 특질이다 (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). 이 중에서 낙관성(optimism)은 개인이 인생에서 좋은 결과들을 경험할 것이라는 일반화된 기대를 의미한다(Carver & Scheier, 1994, 1998, 1999). 낙관성 개념과 관련하여 최근 연구 결과들은 낙관성과 비관성이 서로 구별되는 차원임을 제안하고 있다. 이는 흔히 생각하는 것처럼 비관성과 정반대의 개념이 아니라는 것이다. 이러한 생각의 기저에는 낙관성 수준이 낮다고 해서 자동적으로 비관성이 높다는 것을 의미하지는 않는다는 점이 내포되어있다. 최근의 많은 경험연구 결과도 낙관성과 비관성이 단일 차원이라는 Scheier와 Carver(1985)의 초기 개념화를 기각하고 낙관성과 비관성이 서로 구별되는 두 개의 차원임을 지지하고 있다(Chang, Maydeu-Olivares, & D’Zurilla, 1997; Lai, 1994; Mroczek, Spiro, Aldwin, Ozer, & Bosse, 1993). 특히, Marshall, Wortman, Kusulas, Hervig 및 Vickers(1992)는 낙관성과 비관성을 측정하는 도구로 널리 사용되는 삶의 방향성 검사 개정판(Life Orientation Test-Revised: LOT-R; Scheier, Carver, & Bridges, 1994)에 대해 탐색적 및 확인적 요인분석을 실시한 결과 2요인 모형이 1요인 모형에 비해 월등히 나은 적합도지수를 보였음을 보고하였다. Mroczek 등(1993)은 낙관성과 비관성간에 약한 역상관( $r=-.28$ )이 있다고 보고하였고, 성인을 대상으로 한 Plomin 등(1992)<sup>1)</sup>의 연구에서는 이 두 개념 사이에 유의

한 상관이 없었다. 이밖에도 확인적 요인분석을 통해 낙관성과 비관성의 2요인 모형을 지지하는 증거는 다양한 연령층을 대상으로 보고되고 있다: ① 청소년 대상연구(Creed, Patton, & Bartrum, 2002); ② 대학생 대상 연구(Chang et al., 1997); ③ 성인 및 노인 대상 연구(Robinson-Whelen, Kim, MacCallum, & Kiecolt-Glaser, 1997).

또한 2요인 모형은 본 연구의 표본과 유사한 인문계 고등학생을 대상으로 한 신현숙, 류정희와 이명자(2005)의 연구에서도 확인적 요인분석을 통해 검증된 바 있고 LOT-R의 총점으로 낙관성을 측정하는 방법을 사용하지 말도록 제안하였다. 따라서 이러한 선행연구 결과들을 바탕으로 본 연구에서는 낙관성이 비관성과는 다른 차원의 개념이라는 가정 하에서 비관성이 아니라 긍정심리학 변인인 낙관성에 초점을 맞추고자 하였다.

이러한 낙관성은 개인의 부적응 문제를 완화시키는 중요한 변인으로 언급되고 있다. 여러 경험적인 연구 결과들을 통해 낙관성은 개인의 정신건강 및 적응과 정적인 관련이 있음이 밝혀져 왔다. 이 연구들은 주로 서구의 대학생 또는 환자집단을 대상으로 이루어졌는데, 먼저 대학생 집단의 경우, 낙관성이 높을수록 스트레스를 덜 받고(Blankstein, Flett, & Koledin, 1991; Nelson, Karr, & Coleman, 1996; O’Brien, VanEgeren, & Mumby, 1995), 분노를 덜 경험하며(Ausbrooks, Thomas, & Williams, 1995), 우울과 불안의 경험이 적다(Chang, 1998; Schuller, 1995; Sumi, Horie, & Hayakawa, 1997). 이러한 관계는 임상집단에서도 보고되고 있다. 즉, 높은 낙관성은 류마치스 환자의 적응지표와 정적으로 관련되었으며(Long & Sangster, 1993), 다양한 암환자들의 낮은 스트레스 수준과 관련되고(Friedman 등, 1992), 또한 신체불구환자의 경우

1) 본문에 처음 인용되었으나 연구자가 6명 이상이기 때문에 Plomin 등(1992)으로 명기하고 참고문헌에 전체 연구자명을 기술하였음. 이 방식은 본 연구 전체에 동일하게 적용되었다.

낮은 우울수준과 관련되었다(Dunn, 1996). 최근에 국내에서 이루어진 연구를 보면, 낙관성은 심리적 안녕감, 효과적인 인지적 정서조절 전략의 사용과 관련되며(김민정, 이희경, 2006), 진로태도 성숙, 학교생활만족도와 유의한 정적 상관을 보이고(권혜경, 2004), 낮은 스트레스 지각 및 타협적이고 협력적인 갈등해결양식과 관련되며(노현숙, 2006), 또한 사회적 지지 지각과 정적으로 관련되었다(윤지혜, 이민규, 2007).

낙관성과 적응간의 관계를 설명하려는 노력의 일환으로, 연구자들은 낙관성이 높은 사람들이 그렇지 않은 사람들에 비해 보다 효율적인 대처양식 및 전략을 사용하고, 따라서 더 적응적이라는 가설을 세우고 이를 검증해 왔다. 그 결과, 낙관성이 높은 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 스트레스 상황에 직면했을 때 보다 적극적이고 문제 중심적인 대처를 사용하고(Aspinwell & Taylor, 1992; Billingsley, Waehler, & Hardin, 1993; Carver, Scheier & Weintraub, 1989; Fontaine, Manstead, & Wagner, 1993), 스트레스 상황에 대처하기 위해 사회적 지지원을 더 많이 활용하였으며(Fry, 1995), 바람직한 성과를 낳기 위한 계획수립 활동에 더 시간을 보내고(Scheier 등, 1989), 또한 문제해결과 관련된 건설적인 생각을 더 많이 하는 것으로 나타났다(Park, Moore, Turner, & Adler, 1997). 더욱이 Scheier, Weintraub 및 Carver(1986)와 Chang(1998)의 연구 결과에 의하면 낙관성이 높은 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 동일한 스트레스 상황에 대해 더 많은 통제력이 있다고 지각하는 경향이 있다. 반면에 이들 연구들에서 일관적으로 낙관성이 낮은 사람들은 적극적인 대처보다는 회피적인 대처를 주로 사용하는 것으로 나타났다. 이러한 결과

들은 낙관주의자들이 일반적으로 어떤 문제에 직면했을 때 이를 통제 가능하다고 지각하며 이에 대해 적극적으로 대처하는 특성이 있음을 강력히 시사한다. 그러나 이들이 언제나 이러한 문제 중심적 대처행동을 보이는가에 대한 의문이 제기되었다. 이러한 논의는 특히 낙관주의자가 일반적으로 통제 가능성이 희박한 사건(예, 암과 같은 질병의 발생)에 대해서는 어떤 대처를 보이는가 하는 방향에서 진행되었다.

이런 맥락에서, Scheier 등(1986)은 미국 대학생들에게 지난 달에 겪은 가장 심한 스트레스 사건을 떠올리게 하고 그 사건과 관련된 자신의 대처반응을 목록에서 선택하도록 했는데, 낙관성이 높은 사람일수록 그 사건이 통제 불가능하다고 지각될 때에는 이에 대해 적극적인 문제 해결 대처를 사용하기 보다는 그 사건을 긍정적으로 재구성하는 대처방략을 주로 사용한다고 보고하였다. 유사하게, Carver 등(1993)에 의하면, 대학생 집단 뿐 아니라 환자 집단, 예를 들어 유방암 수술을 받은 여성 환자들 중에서, 낙관적인 환자는 그렇지 않은 환자에 비해 수술이라는 통제 불가능한 사건에 대해서는 수용하고 수술 후에 경험하는 통제 가능한 스트레스원에 대해서는 적극적으로 대처하는 특성을 보였고, 이러한 특성은 수술 1년 후 추수검사에서도 보다 나은 심리적 적응 지표와 관련되었다. 이러한 결과들은 낙관주의자들이 그렇지 않은 사람들에 비해 스트레스 상황의 통제 가능성에 주의를 기울이고 이에 따라 그 상황에서 가장 효율적이고 현실적인 대처방략을 선택할 가능성을 시사한다.

최근 한국 성인을 대상으로 한 이희경(미발표)의 연구에서는 낙관성과 긍정·부정 정서 사이에 문제해결평가의 세요인(문제해결자신

감, 접근-회피 양식 및 개인통제성)이 매개 역할을 하는지 구조방정식을 통해 검증하였다. 분석 결과, 낙관성이 높을수록 문제해결자신감이 증가하고 이것이 긍정 정서의 증가와 연결되었고, 또한 문제해결상황에서 자신의 감정을 통제할 수 있다고 지각하게 되고 이것이 부정 정서의 감소와 관련되었다. 흥미롭게도 문제에 대한 접근-회피 양식은 낙관성과 정서 간의 관계를 매개하지 않았다. 이 결과는 낙관적인 사람들은 문제해결을 할 때 문제 상황에 무조건 접근하거나 회피하는 것이 아니라 문제가 해결가능하면 접근하고, 해결가능하지 않다면 수용하려고 하는 경향성이 있을 수 있음을 시사하였다.

이러한 연구들이 스트레스 사건에 내재된 통제 가능성에 대해 낙관성이 높은 사람과 그렇지 않은 사람들 간에 다르게 지각할 가능성과 상이한 대처양식을 사용할 가능성을 시사했지만 이 결과를 확증하기엔 몇 가지 측면에서 한계가 있다. 첫째, 이상의 연구들은 주로 서구의 대학생 혹은 환자집단에서 실시된 것이기 때문에 우리나라 특히 청소년(예, 고등학생) 집단에서 낙관성과 상황의 통제력지각에 따른 대처행동에 대한 직접적인 정보를 주지 못한다. 청소년기 특히 고등학생 시기는 대학입시라는 중요한 목표로 인해 많은 스트레스를 경험하는 시기이고 자아 정체감을 확립하는 과정에서 혼란을 겪기 쉬운 시기인데, 이들이 미래에 대해 낙관적인 조망을 가지느냐, 그리고 자신들이 처한 상황에 대한 통제력이 있다고 지각하는가는 이들의 정신건강에 중요한 영향을 미칠 수 있다. 최근 국내의 몇몇 연구에서 청소년을 대상으로 낙관성에 대한 연구가 증가하고 있으나(예, 장옥란, 2006; 송종화, 2006; 김필기, 2004), 이들 연구들은 주

로 낙관성과 여러 변인(예, 우울, 학습된 무기력, 자기 효능감, 학교 적응 유연성 등)들과의 상관을 살펴본 연구들이 주이고 낙관성과 상황의 통제 가능성에 대한 연구는 부족하였다. 따라서 Scheier 등(1986)이 제안한 낙관성과 상황의 통제 가능성 간의 관련성은 여전히 경험적 연구의 대상이다. 둘째, 지금까지의 연구들은 낙관주의 척도 상에서 높은 점수를 받은 사람들에게 그들의 대처행동을 목록에서 고르게 하고 사건의 통제 가능성 여부에 대한 어떤 조작도 가하지 않고 객관적으로 통제가 힘든 상황(예, 암이 걸린 경우) 등을 이용하였기 때문에 낙관성과 상황의 통제 가능성 간의 관계가 선명하게 드러나지 못하였다. 상황의 통제 가능성에 대한 분명한 조작을 가할 수 있는 연구 방법(예, 연구 시나리오의 활용)을 사용할 필요가 있다. 셋째, Aspinwall, Richter와 Hoffman(2002)이 적절하게 지적했듯이, 만일 낙관성이 높은 사람들이 그렇지 않은 사람들에게 비해 동일한 스트레스 상황에 대해 통제 가능하다고 지각하는 가능성이 더 높고 더 나은 결과가 일어날 것이라고 생각하는 특성이 있다면, 왜 통제 불가능한 상황에서 경험할 수 있는 부정적인 현실에 대해 수용하는 특성을 보이는지가 분명치 않다.

이상의 문제 제기에 따라 본 연구에서는 우리나라 청소년, 고등학생 집단을 대상으로 그들의 낙관성 수준과 상황의 통제가능성이 통제력 지각과 대처방략에 미치는 영향에 대해서 검증하였다. 상황의 통제 가능성 유무는 대학진학과 관련된 두 가지 시나리오로 조작하였고 낙관주의자 집단과 그렇지 않은 집단은 낙관성 척도에서 중앙치를 기준으로 상·하 집단으로 나누어 구성하였다. 종속변인은 통제력 지각, 문제 접근 대처, 회피 대처, 그

리고 상황에 대한 긍정적 재구성을 포함하는 문항들로 구성하였다. 통제력 지각(sense of control)은 상황에 대처할 수 있는 자신의 능력 및 수단에 대한 지각으로 정의되며(민병배, 2000; 강민주, 현명호 및 신여운, 2007), 문제 해결 자신감과 관련이 있고(최혜경, 2003; Davey, 1994), 스트레스 상황에서 심리적 건강의 지표가 될 수 있다(Glass & Singer, 1972). 이는 개인이 스트레스 상황을 어떻게 인지적으로 평가하는가에 따라서 개인의 대처행동 양식이 달라질 수 있음을 제안한 Folkman과 Lazarus(1985)의 대처이론에 바탕을 두고 있다. 이들에 따르면, 개인은 통제 가능한 상황에서는 문제초점적 대처행동을 하고, 통제 불가능한 상황에서는 정서초점적 대처행동을 주로 사용하게 되는데 이 정서초점적 대처행동에는 회피 대처가 포함된다. 문제초점적 대처는 다른 말로 접근 대처라고도 부를 수 있는데 왜냐하면 이 대처행동은 문제상황에 접근하여 그 문제에 직접적으로 어떤 개입을 하는 행동으로 정의되기 때문이다(Folkman & Lazarus, 1985). 이와는 반대로 회피대처는 문제 상황자체를 피함으로써 스트레스를 줄이려고 하는 대처양식을 말한다(Heppner & Lee, 2002). 많은 연구 결과들은 일관적으로 문제초점적 혹은 접근 대처가 다양한 문제(예, 우울, 불안, 대인관계 문제, 진로 미결정)와 부적의 상관성이 있는데 반해 회피 대처는 이러한 정신적인 문제와 정적인 관련이 있음을 보고하고 있다(Heppner, Witty, & Dixon, 2004의 개관논문 참조). 상황에 대한 긍정적 재구성은 이차적 통제(secondary coping)양식의 하나인 해석적인 통제(interpretive control)로 이는 서구보다는 아시아 문화에서 흔한데, 개인이 실존하는 스트레스 상황에 대해 직접적으로 개입하기 보다는

긍정적인 의미나 목적을 부여하는 것으로 정의된다(Weisz, Rothbaum, & Blackburn, 1984). Heppner 등(2006)에 의하면, 아시아인들이 스트레스 상황에서 주로 사용하는 대처양식 중 수용, 재구성 및 노력(acceptance, reframing, & striving)요인은 다양한 정신건강과 정적으로 관련된 반면, 회피 및 격리(avoidance & detachment) 대처 양식은 정신건강과 부적적으로 관련되었다. 요컨대, 통제력 지각, 접근 및 회피대처, 긍정적 재구성대처 변인은 Folkman과 Lazarus(1985)의 대처이론과 Weisz 등(1984)의 통제이론에 바탕을 두고 있으며 경험적인 연구를 통해 정신건강과 밀접한 관련성이 있음이 밝혀져 왔다. 따라서 낙관성의 수준과 상황의 통제가능성이 정신건강에 미치는 효과를 잘 반영할 수 있는 변인으로 판단되어 종속변인으로 사용하였다.

앞서 개괄한 선행연구들(예, Carver 등, 1993; Chang, 1998; Scheier 등, 1986)을 바탕으로 한 본 연구의 구체적 가설은 다음과 같다.

**가설 1:** 낙관성이 높은 고등학생들이 그렇지 않은 학생들에 비해,

- 1-1. 통제력 지각 점수가 높을 것이다.
- 1-2. 문제 접근 대처를 더 많이 할 것이다.
- 1-3. 회피 대처를 덜할 것이다.
- 1-4. 긍정적 재구성 대처를 더 많이 할 것이다.

**가설 2:** 고등학생들은 통제 가능한 조건에서 통제 불가능한 조건에 비해,

- 2-1. 통제력 지각 점수가 높을 것이다.
- 2-2. 문제 접근 대처를 더 많이 할 것이다.
- 2-3. 회피 대처를 덜할 것이다.
- 2-4. 긍정적 재구성 대처를 더 많이 할 것이다.

**가설 3:** 낙관성이 높은 고등학생들은 그렇지 않은 학생들에 비해, 통제 불가능한 조건에서,

- 3-1. 통제력 지각 점수가 높을 것이다.
- 3-2. 문제 접근 대처에서 유의한 차이가 없을 것이다.
- 3-3. 회피 대처에서 유의한 차이가 없을 것이다.
- 3-4. 긍정적 재구성 대처를 더 많이 할 것이다.

가설 3은 대학생을 대상으로 한 Scheier 등(1986)의 연구결과를 바탕으로 한 것이며 통제 가능 조건에 대해서는 Scheier 등의 연구에서 구체적으로 언급된 바가 없었기 때문에 여기서는 통제 불가능 조건에 대해서만 연구 가설로 설정하였다.

## 방 법

### 연구 대상자 및 연구절차

연구 참여자는 서울시에 소재한 한 고등학교 2학년생 242명[남 123(50.8%), 여 119(49.2%)]을 대상으로 하였다. 학생들의 평균 내신등급은 4.3 등급( $SD=1.40$ )이었고 3등급(20.7%), 4등급(34.7%) 및 5등급(22.7%)이 주를 이루었다. 이들의 종교비율은 개신교 28.9%, 천주교 8.7%, 불교 9.1%, 무교 51.2%, 그리고 기타 1.7%, 무응답 0.4%였다.<sup>2)</sup>

연구절차는 연구자가 만든 설문지를 연구가

실시된 고등학교의 교사 1명에게 전달하고 해당 교사가 자신이 들어가는 수업의 학생들에게 수업시간이 끝나기 전 15분 정도를 할애하여 설문을 실시하였다. 학생들에게 설문의 목적을 고등학생들의 적응관련 조사라고 얘기하였으며 설문 도중 어떤 심리적인 불편함을 느낄 경우 언제든지 설문을 그만둘 수 있도록 공지하였다.

### 측정 도구

본 연구에서 사용된 측정 도구들은 다음과 같다.

#### 낙관성

낙관성을 측정하기 위하여 Scheier, Carver 및 Bridges(1994)가 Scheier와 Carver(1985)의 삶의 방향성 검사(Life Orientation Test: LOT)를 개정한 것(Life Orientation Test-Revised: LOT-R)을 염영미(1998)가 한국어로 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 긍정적인 삶에 대한 일반화된 기대를 측정하는 것으로 5점 Likert식 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다) 형식의 10문항으로 구성되어 있다. 이 중에서 긍정적인 문항과 부정적인 문항이 각각 3 문항이고, 나머지 4개는 허위문항이다. 일반적으로 부정 문항은 역채점하며, 총점이 높을수록 낙관성이 높음을 의미한다. 낙관성과 비관성의 2요인 모형을 지지하는 선행연구(신현숙 등, 2005)의 제안에 따라 본 연구에서는 LOT-R에서 낙관성 차원의 점수만을 사용하였다. 본 연구에서 낙관성의 내적 합치도 계수( $\alpha$ )는 .67이었다.

#### 상황의 통제 가능성 시나리오

상황의 통제 가능성을 조작하기 위해 두 가

2) 종교에 따라서 낙관성 점수 상 차이가 있는지 알아보기 위해 일원 분산분석(ANOVA)을 실시한 결과 유의미한 차이가 없었다,  $F(4, 236)=2.13, p=.08$ .

표 1. 학업에 관한 가상 시나리오

| 통제 불가능한 상황                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>고등학생인 나는 대학입학을 목표로 공부하고 있다. 내 적성을 살려서 K대학 B학과에 꼭 진학하고 싶다. 그래서 입시자료에서 그 학과의 전년도 합격자 수능점수 최저점 및 평균 내신 등급을 알아보았다. 그런데, 수능시험까지는 <u>3개월이</u> 남아 있는 현재, 내 모의 수능고사점수 및 내신 성적은 K대학 B학과 최저 수능점수에 비해 <u>70점이</u> 부족하고 해당학과 합격자 평균 내신이 3등급인데 비해 <u>나의 내신은 7등급이다</u>. 그 학과에 꼭 합격하고 싶은데 고민이 된다.</p> |
| 통제 가능한 상황                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>고등학생인 나는 대학입학을 목표로 공부하고 있다. 내 적성을 살려서 K대학 B학과에 꼭 진학하고 싶다. 그래서 입시자료에서 그 학과의 전년도 합격자 수능점수 최저점 및 평균 내신 등급을 알아보았다. 그런데, 수능시험까지는 <u>3개월이</u> 남아 있는 현재, 내 모의 수능고사점수 및 내신 성적은 K대학 B학과 최저 수능점수에 비해 <u>20점이</u> 부족하고 해당학과 합격자 평균 내신이 3등급인데 비해 <u>나의 내신은 5등급이다</u>. 그 학과에 꼭 합격하고 싶은데 고민이 된다.</p> |

지 가상적인 상황을 만들었다. 이 시나리오는 강민주, 현명호 및 신여운(2007)이 유성진(2000)과 정지현(2000)의 연구를 참조해서 학업과 진로와 관련된 내용으로 통제가능성을 조작한 시나리오 중 두 개를 고등학교 상황에 맞게 수정한 것이다. 상황의 통제 가능성에 대해서는 현직 고등학교 교사 두 명의 자문을 받았으며 두 교사가 완전히 동의할 때 까지 문항 내용을 수정 보완 하였다.

#### 통제력 지각 척도

통제력 지각 문항은 강민주 등(2007)의 연구에서 통제력 지각을 측정하는 문항으로 사용된, “나는 이 상황에서 대학원 진학을 성공적으로 할 수 있는 능력 및 수단이 있다”에서 고등학교 상황에 맞추기 위해서 ‘대학원’ 대신 ‘대학’으로 단어를 바꾼 문항을 사용하였다. 문항은 5점 Likert형 척도(1=전혀 그렇지 않다,

5=매우 그렇다) 상에서 반응하도록 되어있으며 높은 점수일수록 높은 통제력 지각을 의미한다. 선행연구(강민주 등, 2007) 결과에 관련해서 본 연구 결과를 해석하기 위해 강민주 등(2007)이 사용한 한 문항으로 구성된 척도를 사용하였다. 한 문항으로 이루어진 척도이기 때문에 문항 간 합치도 계수는 산출하지 않았다.

#### 대처 방략 척도

대처 방략 척도 중 ‘문제 접근 대처’와 ‘회피 대처’는 김정희(1987)가 Folkman과 Lazarus(1985)가 개발한 대처방식척도(The Ways of Coping Checklist; WCC) 68문항을 번역한 것 중 본 연구 목적과 부합하는 문항들을 발췌·사용하였다. 구체적으로, ‘문제 접근 대처’ 문항은 “나는 이 상황에서 활동계획을 세우고 그것에 따른다”로, ‘회피 대처’는 “나는 이 상황

에서 모든 것을 잊어버리려고 노력한다”로 구성되었다. 상황의 ‘긍정적 재구성 대처’는 Heppner 등(2006)이 개발한 집합주의 대처양식 척도(Collectivist Coping Styles Inventory; CCS)에서 발췌하였는데, 그 문항은 “나는 이 상황에서 뭔가를 배울 수 있을 거라고 믿는다” 이었다. 각 문항은 5점 Likert형 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다) 상에서 반응하도록 되어있으며 높은 점수일수록 해당 대처 방략을 더 많이 사용하는 것으로 해석된다. 각각 한 문항으로 이루어진 척도이기 때문에 문항간 합치도 계수는 산출하지 않았다. 각각 한 문항으로 이루어진 대처 방략 척도를 사용한 이유는 기존의 대처방식 척도(예, WCC와 CCS)가 각각 68문항 및 30문항으로 문항수가 많아 현실적으로 대학입시 준비를 하는 인문계 고등학생들에게 설문응답 시 시간적으로 부담이 되었기 때문이고, 또한 접근, 회피 및 긍정적 재구성 대처라는 개념자체가 비교적 다른 구성개념들에 비해 제한적이지만 한 문장만으로도 측정하려고 하는 의미가 비교적 분명하다는 점을 고려하였기 때문이다.

#### 자료 분석

연구 가설을 검증하기 위해서 SPSS 12.0 프로그램을 이용한 2×2 다변량 분산분석(Multivariate Analysis of Variance; MANOVA)을 실시하였다. 독립변인은 낙관성(상·하)과 통제 가능성(가능·불가능)으로 구성되었으며, 종속변인은 통제력 지각, 문제 접근 대처, 회피 대처, 그리고 상황에 대한 긍정적 재구성의 네 가지로 이루어졌다. 아울러 본 분석에 앞서 낙관성과 종속변인들 간의 상관 분석을 실시하였다.

## 결 과

### 낙관성의 하위 집단 구성

낙관성 점수의 중앙치(median) 13.0을 기준으로 중앙치 이상의 점수를 획득한 학생들을 낙관성 상위 집단으로 구성하였는데, 총 112명(46.3%; 남 56, 여 56명)으로 평균(표준편차)은 15.61(1.49)이었다. 이해 반해 낙관성 하위 집단은 총 130명(53.7%; 남 67, 여 63명)으로 집단의 평균(표준편차)은 11.25(1.76)이었다. 독립집단 t 검정을 실시한 결과 낙관성 상위 집단이 하위 집단에 비해 낙관성 평균점수가 유의하게 높았다,  $t(240) = 20.65, p < .001$ (양방향 검증).

### 변인들 간의 상관, 평균 및 표준편차

본 연구에 사용된 변인들 간의 상관, 평균, 표준편차를 표 2에 제시하였다. 표 2에서 대각선 위쪽은 통제 가능한 상황 조건이고 대각선 아래쪽은 통제 불가능한 상황 조건에서의 상관을 의미한다. 낙관성의 경우는 통제 가능성과 별도로 한 번만 측정되었기 때문에 평균과 표준편차가 한 번만 제시되었다. 낙관성은 통제 가능 조건에서는 회피 대처를 제외한 나머지 종속변인(통제력 지각, 문제 접근 대처, 긍정적 재구성)과 유의한 정적상관(상관 범위는 .21(문제 접근 대처)에서 .36(긍정적 재구성),  $p < .01$ )을 보였으나 통제 불가능 조건에서는 통제력 지각( $r = .19, p < .01$ ) 및 문제 접근 대처( $r = .19, p < .01$ )와만 유의한 상관을 보였다. 이는 상황의 통제 가능성에 따라 낙관성과 대처 방략간의 관계가 다를 수 있음을 시사한다. 구체적으로, 상황의 통제 가능성 여부에 상관 없이 낙관성이 높으면 상황에 대한 통제력을

표 2. 연구 변인들 간의 상관, 평균(표준편차)

| 통제 가능<br>통제 불가능 | 낙관성   | 통제력<br>지각 | 문제 접근<br>대처 | 회피<br>대처 | 긍정적<br>재구성 | 통제 가능<br>M(SD) | 통제 불가능<br>M(SD) |
|-----------------|-------|-----------|-------------|----------|------------|----------------|-----------------|
| 낙관성             | --    | .26**     | .21**       | -.06     | .36**      | 13.27(2.73)    |                 |
| 통제력 지각          | .19** | --        | .29**       | -.01     | .48**      | 3.58(1.00)     | 2.64(1.06)      |
| 문제 접근 대처        | .19** | .37**     | --          | .01      | .43**      | 4.00(.89)      | 3.67(1.06)      |
| 회피 대처           | .03   | -.04      | -.10        | --       | -.01       | 2.74(1.13)     | 3.02(1.26)      |
| 긍정적 재구성         | .12   | .49**     | .36**       | -.02     | --         | 3.87(.93)      | 3.35(1.18)      |

\*\* $p < .01$ .

주. 대각선 위쪽은 통제 가능한 상황 조건이고 대각선 아래쪽은 통제 불가능한 상황 조건에서의 상관을 의미한다. 낙관성의 경우는 통제 가능성과 별도로 한 번만 측정되었기 때문에 평균과 표준편차가 한 번만 제시되었다.

더 지각하고 문제 접근 대처를 더 많이 사용하지만, 상황이 통제 가능한 경우에 느꼈던 긍정적 재구성을 이용한 대처는 상황이 통제 가능하지 않은 상황에서는 낙관성과 관련이 없는 것으로 나타났다. 이는 낙관성과 통제력 지각, 대처방략 간의 관계를 살펴볼 때 상황의 통제 가능성 여부가 영향을 미칠 가능성을 시사한다. 끝으로 낙관성은 상황의 통제 가능성 여부와 상관없이 회피 대처와 관련이 없는 것으로 나타났다.

#### 연구가설 검증

통제력 지각, 문제 접근 대처, 회피 대처 및 긍정적 재구성을 종속변인으로 하고 2(낙관성 상·하)×2(통제 가능성 유·무) MANOVA 분석을 실시하였다. 먼저, Box의 동일성 검정결과 집단의 동질성 가정을 만족시키지 못하였으므로  $F(10, 253639.3) = 3.058, p < .001$ , Pillai의 Trace 값을 살펴보았다(Metler & Vannatta, 2005). 다변량 분산분석의 전체에 대한 유의성은 낙

관성의 주 효과(가설 1)의 경우[Pillai's Trace = .08,  $F(4, 472) = 10.09, p < .001$ , 부분  $\eta^2 = .08$ ]와 통제 가능성의 주 효과(가설 2)의 경우[Pillai's Trace = .34,  $F(4, 472) = 60.57, p < .001$ , 부분  $\eta^2 = .34$ ] 유의하였지만 두 변인의 상호작용 효과(가설 3)의 경우는 유의하지 않았다[Pillai's Trace = .00,  $F(4, 472) = .48, p = .75$ , 부분  $\eta^2 = .00$ ].

표 3에 MANOVA 결과를, 그리고 표 4에 각 집단별 평균 및 표준편차를 제시하였다. 표 3, 4에서 보듯이 먼저 낙관성의 주 효과가 유의미하였다. 즉, 낙관성이 높은 고등학생들은 그렇지 않은 학생들에 비해 상황에 대한 통제력 지각 수준이 더 높고(가설 1-1 지지), 문제 접근 대처와 긍정적 재구성 대처를 더 많이 사용했다(가설 1-2, 1-4 지지). 이는 가설 1을 전반적으로 지지하는 결과이다. 그러나 가설 1에서 낙관성이 높은 학생들이 그렇지 않은 학생들에 비해 회피 대처를 덜 사용할 것이라는 가설은 지지되지 않았다(가설 1-3 기각). 둘째, 통제 가능성의 주 효과가 유의미 하였는데, 상황이 통제 가능한 조건의 경우 그렇지 않은

표 3. 낙관성, 통제 가능성이 종속 변수에 미치는 영향

| 원천(source) | 종속변수     | SS      | df  | MS      | F          | 부분 $\eta^2$ |
|------------|----------|---------|-----|---------|------------|-------------|
| 낙관성        | 통제력 지각   | 23.834  | 1   | 23.834  | 23.409***  | .047        |
|            | 문제 접근 대처 | 17.592  | 1   | 17.592  | 19.021***  | .039        |
|            | 회피 대처    | .227    | 1   | .227    | .158       | .000        |
|            | 긍정적 재구성  | 35.796  | 1   | 35.796  | 33.779***  | .066        |
| 통제 가능성     | 통제력 지각   | 104.718 | 1   | 104.718 | 102.847*** | .178        |
|            | 문제 접근 대처 | 218.718 | 1   | 218.718 | 236.487*** | .332        |
|            | 회피 대처    | 9.786   | 1   | 9.786   | 6.819**    | .014        |
|            | 긍정적 재구성  | 31.836  | 1   | 31.836  | 30.043***  | .059        |
| 낙관성 × 제가능성 | 통제력 지각   | .028    | 1   | .028    | .028       | .000        |
|            | 문제 접근 대처 | .269    | 1   | .269    | .291       | .001        |
|            | 회피 대처    | .864    | 1   | .864    | .602       | .001        |
|            | 긍정적 재구성  | .322    | 1   | .322    | .304       | .001        |
| 오차         | 통제력 지각   | 483.642 | 475 | 1.018   |            |             |
|            | 문제 접근 대처 | 439.311 | 475 | .925    |            |             |
|            | 회피 대처    | 681.719 | 475 | 1.435   |            |             |
|            | 긍정적 재구성  | 503.357 | 475 | 1.060   |            |             |
| 합계         | 통제력 지각   | 612.355 | 479 |         |            |             |
|            | 문제 접근 대처 | 678.129 | 479 |         |            |             |
|            | 회피 대처    | 692.217 | 479 |         |            |             |
|            | 긍정적 재구성  | 570.839 | 479 |         |            |             |

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

표 4. 집단에 따른 종속변수 평균(표준편차)

|          | 낙관성 상위 집단        |                   | 낙관성 하위 집단        |                   |
|----------|------------------|-------------------|------------------|-------------------|
|          | 통제 가능( $n=110$ ) | 통제 불가능( $n=111$ ) | 통제 가능( $n=129$ ) | 통제 불가능( $n=129$ ) |
| 통제력 지각   | 3.83(.88)        | 2.87(1.02)        | 3.36(1.05)       | 2.44(1.06)        |
| 문제 접근 대처 | 4.18(.80)        | 2.87(1.02)        | 3.84(.93)        | 2.44(1.06)        |
| 회피 대처    | 2.72(1.17)       | 3.09(1.25)        | 2.76(1.10)       | 2.96(1.27)        |
| 긍정적 재구성  | 4.18(.74)        | 3.61(1.04)        | 3.58(.98)        | 3.12(1.25)        |

조건에 비해 학생들이 상황에 대한 보다 높은 통제력 지각을 보고 했으며(가설 2-1 지지), 문제 접근 대처와 긍정적 재구성 대처를 더 많이 사용하고(가설 2-2, 2-4 지지), 회피 대처는 덜 사용하는 것으로 나타났다(가설 2-3 지지). 이는 가설 2를 전적으로 지지하는 결과이다. 끝으로, 가설 3(낙관성이 높은 고등학생들은 그렇지 않은 학생들에 비해, 통제 불가능한 조건에서, 통제력 지각과 긍정적 재구성 대처 점수가 높지만 문제 접근 대처와 회피 대처에서는 유의한 차이가 없을 것이다)은 기각되었다(가설 3-1부터 3-4까지 모두 기각).

## 논 의

본 연구에서는 낙관성 수준과 상황의 통제 가능성이 고등학생들의 통제력 지각과 다양한 대처행동(문제 접근 대처, 회피 대처 및 상황에 대한 긍정적 재구성)에 미치는 영향을 조사하였다. 구체적으로, 대학생 및 환자 집단을 대상으로 한 선행 연구(예, Carver 등, 1993; Chang, 1998; Scheier 등, 1986) 결과를 바탕으로 첫째, 낙관성이 높은 고등학생이 그렇지 않은 학생들에 비해 통제력 지각 및 대처방략에서 차이가 있는지(가설 1: 낙관성의 주 효과), 둘째, 연구에 참여한 고등학생들이 통제 가능한 조건에서 그렇지 않은 조건에 비해 통제력 지각 및 대처방략에 차이가 있는지(가설 2: 통제 가능성의 주 효과), 그리고 셋째, 통제 불가능한 조건에서, 낙관성이 높은 고등학생들은 그렇지 않은 학생들에 비해 통제력 지각 및 대처방략에서 차이가 있는지(가설 3: 낙관성과 통제 가능성의 상호작용 효과)를 검증하였다.

그 결과 가설 1은 부분적으로 지지되었는데,

첫째 낙관성 상위 집단은 하위 집단에 비해 상황에 대한 높은 통제력 지각 수준을 보였다. 이는 Scheier 등(1986) 및 Chang(1998)의 연구 결과와 일관적이다. 즉, 낙관성이 높은 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 동일한 스트레스 상황에 대해 더 많은 통제력이 있다고 지각하는 경향이 있으며 이는 서구의 환자 및 대학생 집단 뿐 아니라 한국 고등학생의 경우에도 동일하게 적용된다고 할 수 있다. 일반적으로 문제 상황에 대해 더 많은 통제력이 있다고 지각하게 되면 스트레스 대처 과정에서 지속적으로 문제 해결 노력을 기울일 수 있게 되고 낙관주의자들의 이러한 특성을 자기 충족적인 예언(self-fulfilling prophesy) 형태로 동기화되며, 이는 보다 나은 적응 및 성과와 관련될 수 있다(Aspinwall 등, 2002). 이런 측면에서 지각된 통제력은 정신건강에 중요한 영향을 미치는 요인으로 작용하며(Walker, 2001), 또한 본 연구에서 사용한 통제력 지각척도와 동일한 척도를 사용하여 걱정이 많은 사람일수록 통제력 지각이 낮다는 것으로 보고한 강민주 등(2007)의 연구 결과를 함께 고려할 때, 고등학생의 높은 낙관성 수준이 높은 통제력 지각과 관련됨을 시사하는 본 연구 결과는 학교장면에서의 학습과 생활지도 측면에서 학교 교사, 상담자, 행정가들의 관심을 요한다. 즉, 부정적인 특성에 주의를 기울이기보다 긍정적인 특성에 초점을 맞추는 접근이 통제력 지각 및 적응에 효율적일 수 있음을 시사하는 것이라 여겨진다. 이와 관련해서는 앞으로 보다 구체적인 상황과 변인으로 그 관련성이 검증되어야 할 필요가 있을 것이다.

둘째, 낙관성 상위 집단은 하위 집단에 비해 문제 접근 대처방략 사용 점수가 더 높았다. 이 결과는 낙관성이 높은 사람들이 그렇

지 않은 사람들에 비해 스트레스 상황에서 보다 적극적이고 문제 중심적인 대처를 많이 사용한다는 많은 서구의 선행 연구 결과들 (Aspinwell & Taylor, 1992; Billingsley 등, 1993; Carver 등, 1989; Fontaine 등, 1993) 및 국내의 연구 결과(예, 윤지혜, 이민규, 2007)와 일관적이며 중요한 점은 낙관성과 문제-중심 대처간의 관련성이 한국 고등학생에게도 적용될 수 있다는 점이다. 이 결과를 해석하는데 있어서 Scheier, Carver 및 Bridges(2002)가 제안한 개인의 동기에 대한 기대-가치 모형(expectancy-value model)을 검토하는 것이 유용할 것이다. 이 모형에 의하면, 낙관적인 사람들은 비관적인 사람에 비해 스트레스 상황에서 문제를 해결하려는 방향으로 동기화되며 문제해결 노력을 지속적으로 경주하는 경향이 있다. Folkman과 Lazarus(1980)에 의하면, 문제 중심적 혹은 문제 접근적 대처는 상황에 대해 변화 가능하다고 믿을 때 주로 발생하는데, 이는 본 연구에서 낙관성 상위 집단이 보여준 높은 통제력 지각과 문제 접근적 대처가 같은 방향으로 작용하는 것과 관련이 있을 수 있고 후속 연구에서는 이 두 변인 간의 관계에 대해 검토할 수 있을 것이다. 문제 중심적 대처가 보다 나은 정신건강과 관련된다는 많은 연구 결과(Hepner 등, 2004 참조)를 볼 때, 낙관성이 높은 고등학생이 그렇지 않은 학생들에 비해 문제 접근적 대처방략을 더 많이 사용한다는 본 연구 결과는, 학교 장면에서 교사 및 상담자들이 문제해결훈련 프로그램을 개발할 때 낙관성 증진의 요소를 포함하는 것이 바람직함을 시사한다.

셋째, 낙관성 상위 집단은 하위 집단에 비해 상황에 대한 긍정적 재구성 대처 방략 점수가 더 높았다. 이는 서구의 선행연구 결과

(예, King, Rowe, Kimble, & Zerwic, 1998; Park 등, 1997)와 일관적이다. 예를 들어, Park 등 (1997)의 연구결과에 의하면, 낙관적인 여성들은 비관적인 여성들에 비해 건설적이고 긍정적인 사고(즉, 현실 문제를 보다 효과적으로 해결할 수 있는 긍정적인 사고)를 더 많이 하고, 관상동맥우회방법(coronary artery bypass) 수술환자를 대상으로 한 King 등(1998)의 연구 결과 역시 낙관주의자들은 수술 후 보다 긍정적인 의미를 찾으려는 노력(즉, 상황에 대한 긍정적 재구성)을 하였고 이것이 그들의 부적 감정 경험의 감소를 부분적으로 매개하였다. 중요한 것은 본 연구에 참여한 고등학생들 중 낙관성 상위 집단이 하위 집단에 비해 상황에 대한 긍정적인 재구성 대처방략을 유의하게 더 많이 사용했다는 점이다. 긍정적 재구성은 Weisz, Rothbaum 및 Blackburn(1984)가 언급한 2차적 통제 의 하나로 서구보다는 아시아 문화에서 많이 사용되는데, 이는 개인이 스트레스 상황에서 현실 상황이나 문제 자체를 변화시키려고 하기 보다는 존재하는 현실에 동화되거나 재구성하려는 대처 방식을 의미한다. 집합주의 대처양식 척도를 개발·타당화한 Heppner 등(2006)의 연구 결과, 긍정적 재구성은 아시아인들이 가장 흔히 사용하는 대처 양식 중의 하나인 '수용, 재구성 및 노력'을 구성하는 중요한 구성 요소이고 이 대처 양식의 사용은 심리적 적응과 정적인 상관이 있다는 점에서 중요하다. 본 연구에서 낙관성 상위 집단에 속한 고등학생들은 하위 집단에 비해 문제-접근 적 대처(Weisz 등, 1984가 말한 1차적 통제) 뿐 아니라 긍정적 재구성과 같은 2차적 통제 양쪽 모두를 잘 활용하는, 즉 대처 방략 사용의 측면에서 높은 융통성을 발휘할 가능성을 시사한다.

넷째, 본 연구 가설 1에서 낙관성이 높은 고등학생들이 그렇지 않은 학생들에 비해 유의하게 회피 대처를 덜 사용할 것이라는 부분은 기각되었다. 이는 선행연구 결과들로 볼 때 다소 의외의 결과이다. 예를 들어, Stanton과 Snider(1993)의 연구에 의하면 낙관주의 성향이 낮은 암환자들일수록 인지적인 회피를 더 많이 사용하였고 이것이 조직검사 전 스트레스 경험과 유의하게 관련되었다. 본 연구에서 낙관주의 상·하위 집단 간에 회피 대처에서 유의한 차이가 나타나지 않은 것은 두 가지 측면에서 생각해 볼 수 있다, 우선 본 연구에서 사용한 회피 대처 문항은 “나는 이 상황에서 모든 것을 잊어버리려고 노력한다”라는 한 문항으로 구성되어 있는데 이 문항이 회피 대처의 전형적인 특성을 충분히 대변하지 않았을 가능성이 있고, 또 다른 이유로는 본 연구 참여자들이 고등학교 2학년이고 현재 대학입시라는 중요한 과제를 향해 매진하는 상황에서 “모든 것을 잊어버리려고 노력하는 것”을 대처방략으로 사용할 가능성이 그리 높지 않았을 수 있고 특히 이것이 미래에 대한 긍정적인 조망을 반영하는 낙관성과 직접적인 관련이 없을 가능성이 있다.

본 연구의 가설 2는 모두 지지되었다. 즉, 통제 가능성의 주 효과가 유의미 하였는데, 이는 상황이 통제 가능한 조건의 경우 그렇지 않은 조건에 비해 학생들이 상황에 대한 보다 높은 통제력 지각을 보고 했으며, 문제 접근 대처와 긍정적 재구성 대처를 더 많이 사용하고 회피 대처는 덜 사용하는 것으로 나타났다. 이 결과 중 특기할 만한 부분은 통제 가능성 조건에서 통제 불가능 조건에 비해 학생들이 더 높은 통제력을 지각한 것은 본 연구에 사용한 통제 상황 시나리오에서 통제 가능성 처

치 조작이 잘 이루어졌음을 의미한다.

예상과는 달리, MANOVA 분석 결과에서 낙관성과 통제 가능성 조건 간의 상호작용에 대한 전체 효과가 유의미하지 않았고 따라서 본 연구의 가설 3은 모두 기각되었다. 이는 서구의 선행 연구 결과들과는 비 일관적인 결과이다. 즉, 미국 대학생 집단을 대상으로 한 Scheier 등(1986)의 연구에서는 낙관주의자일수록 그 사건이 통제 불가능하다고 지각될 때에는 이에 대해 적극적인 문제 해결 대처를 사용하기 보다는 그 사건을 긍정적으로 재구성하는 대처방략을 주로 사용한다고 보고하였고, 유방암 수술 여성 환자 집단을 대상으로 한 Carver 등(1993)의 연구 결과 역시 낙관적인 환자일수록 수술이라는 통제 불가능한 사건에 대해서는 수용하고 수술 후에 경험하는 통제 가능한 스트레스원에 대해서는 적극적으로 대처하는 특성을 보였다. 선행연구 결과와는 달리 본 연구에 참여한 고등학생들의 경우 통제 불가능한 상황에서 문제 접근 대처 보다 긍정적 재구성을 더 많이 사용할 것이라는 가설은 지지되지 않았다. 이러한 예상 밖의 결과의 원인에 대해 생각해 볼 때, 우선 고려할 수 있는 것은 이 결과가 본 연구에 참여한 연구 대상, 즉 우리나라 고등학교 2학년의 특성과 본 연구에서 통제 가능성 여부의 조작에 사용한 대학 진로와 관련된 시나리오의 특성을 반영하는 것이 아닌가 하는 점이다. 좀 더, 구체적으로 얘기하면, 고등학교 2학년생에게 대학 입시는 절대 절명의 과제이며 이는 자신의 수능점수와 내신등급의 수준과 상관없이(즉, 상황의 통제 가능성 여부에 상관없이) 포기할 수 없는 것으로 지각되었을 가능성이 높다. 즉, 대학입시라는 상황의 중요성으로 인해 그 상황의 통제 가능성 여부의 효과나 이에 따른

대처방략 사용 상의 선호도의 효과가 충분히 발휘되지 않았을 가능성이 있다. 그러나 본 연구의 설계 상 이 가설을 본 연구에서 검증할 수 없고 따라서 후속 연구에서 이 부분이 검증될 필요가 있다. 아울러 후속 연구에서는 고등학생의 대학입시 상황과 같은 특수한 상황에 대해 통제 가능성을 조작할 것이 아니라 연구 참여자가 통제 가능조건과 통제 불가능 조건 모두에 반응할 수 있는 균형 잡힌 시나리오를 사용하는 것이 중요하다.

위에서 이미 언급한 제한점 외에도 여러 가지 제한점들이 논의될 필요가 있다. 첫째, 자기보고식 측정도구의 사용으로 인한 반응 편향 가능성을 배제할 수 없다. 둘째, 본 연구의 결과는 서울 시내에 있는 고등학교 2학년생 집단의 특성에 영향을 받았을 가능성을 배제할 수 없고, 따라서 연구 결과의 일반화가 제한된다. 셋째, 본 연구에 사용된 낙관성 측정치의 경우 문항 간 내적 합치도 계수가 일반적으로 제안되는 기준인 .70에 미치지 못하는 .67이므로 이 부분 역시 연구의 내적 타당도의 측면에서 위협이 된다. 아울러 본 연구에서는 긍정심리학 변인에 초점을 두었기 때문에 비관성을 차원을 배제하고 낙관성 차원만을 대상으로 연구하였지만 후속 연구에서는 낙관성 뿐 아니라 비관성에 초점을 둔 문헌연구에 바탕을 두고 이러한 비관성 개념이 상황의 통제가능성과 어떤 상호작용을 하는지 살펴보는 것이 유력할 것이다. 마찬가지로 본 연구에서 사용한 통제력 지각 척도와 대처방략 척도는 비록 설문시간의 제약성 때문이었지만 각각 단일 문항으로 구성되어 있어서 그 신뢰도와 타당도에 문제가 있을 수 있다. 특히 각 단일 문항들이 해당 측정개념을 제대로 측정하고 있느냐의 문제, 즉 구인타당도의 측

면에서 많은 제약이 있다. 후속 연구에서는 중다 문항을 이용해서 이 개념들을 측정할 필요가 있다. 넷째, 본 연구에서는 통제 가능 조건과 통제 불가능 조건을 제시하는 순서에 대한 역균형화(counter-balancing)절차를 사용하지 않았기 때문에 이들 조건의 제시 순서가 연구 결과에 어떤 영향을 미쳤는지 검증할 수 없다. 후속 연구에서는 역균형화 절차를 적용하고 제시 순서 효과를 통계적으로 검증할 필요가 있다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구결과는 기존의 서구 대학생 및 환자 집단을 대상으로 제한적으로 검증되어온 낙관성, 상황의 통제 가능성, 통제력 지각 및 대처방략 간의 관계를 우리나라 고등학생을 대상으로, 그리고 낙관성과 일반적인 적응지표 간의 관계가 아니라 고등학교 학생들에게 실제적인 상황으로 통제 가능성 조작 시나리오를 사용해서 검증했다는 데 그 의의가 있다고 하겠다. 낙관성이 높은 고등학생일수록 상황에 대한 높은 통제 지각과 문제 접근적 대처 및 긍정적 재구성을 더 많이 사용한다는 본 연구 결과는 낙관성이 고등학생의 대처 행동에 영향을 줄 수 있는 중요한 변인임을 시사하며, 따라서 학교 장면에서 교사, 상담자, 행정가들이 고등학생의 문제해결 혹은 대처능력 향상을 도모하는 프로그램을 개발할 때 낙관성 증진 요소를 포함시킬 필요가 있음을 제안한다.

## 참고문헌

- 강민주, 현명호, 신여운 (2007). 걱정과 통제가능 여부가 통제력 지각 및 통제 욕구에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강,

- 12(1), 111-130.
- 권혜경 (2004). 낙관성이 진로태도성숙 및 학교 생활만족도에 미치는 영향: 성취동기와 자아강도를 매개변인으로. 가톨릭대 석사학위논문.
- 김민정, 이희경 (2006). 낙관성이 심리적 안녕감에 미치는 영향: 인지적 정서조절전략과 사회적 지지를 매개변인으로. 2006년도 한국심리학회 연차대회 학술발표 논문집.
- 김정희 (1987). 지각된 스트레스, 인지 세트 및 대처방식의 우울에 대한 작용. 서울대학교 박사학위논문.
- 김필기 (2004). 여중생의 낙관성 수준에 따른 우울, 학습된 무기력, 자기 효능감의 차이. 계명대학교 석사학위논문
- 노현숙 (2006). 낙관성과 스트레스지각이 갈등해결양식 및 이성 관계 만족도에 미치는 영향. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 송중화 (2006). 일반계 고등학교 3학년의 입시스트레스, 사회적 지지, 낙관성 및 비관성이 부적응에 미치는 영향. 전남대학교 석사학위논문.
- 민병배 (2000). 강박사고와 걱정: 침투사고 대처과정 및 관련 성격특성에서의 유사점과 차이점. 서울대학교 박사학위 청구 논문.
- 염영미 (1998). 대학생들을 위한 낙관성 훈련 프로그램의 효과. 계명대학교 석사학위논문.
- 유성진 (2000). 걱정이 많은 사람들의 성격 및 인지적 특성: 위협에 대한 재평가가 걱정 에 미치는 영향. 서울대학교 석사학위논문.
- 윤지혜, 이민규 (2007). 낙관성이 우울과 안녕감에 미치는 영향: 사회적 지지와 대처양식을 매개변인으로. 2007년도 한국심리학회 연차대회 학술발표 논문집.
- 이희경 (미발표). 낙관성 및 비관성과 정서: 문제해결평가의 매개효과.
- 신현숙, 류정희, 이명자 (2005). 청소년의 낙관성과 비관성: 1-요인 모형과 2-요인 모형의 검증. 한국심리학회지: 학교, 2(1), 79-97.
- 장옥란 (2006). 낙관성 증진 집단상담이 중학생의 낙관성, 대인관계 및 학교적응유연성에 미치는 효과. 경성대학교 석사학위논문.
- 정지현 (2000). 걱정이 많은 사람들의 파국적 사고경향. 서울대학교 석사학위 논문.
- 최혜경 (2003). 만성적 근심과 통제가능-통제불가능한 위협이 문제해결에 미치는 역기능적 효과. 한국심리학회지: 임상, 22(2), 287-302.
- Aspinwall, L. G., Richter, L., & Hoffman, R. R. (2002). Understanding how optimism works: An examination of optimists' adaptive moderation of belief and behavior. In E. C. Chang (Ed.), *Optimism and pessimism: Implications for theory, research, and practice* (pp.217-238). Washington, DC: American Psychological Association.
- Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1992). Modeling cognitive adaptation: A longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 989-1003.
- Ausbrooks, D. P., Thomas, S. P., & Williams, R. L. (1995). Relationships among self-efficacy, optimism, trait anger, and anger expression. *Health Values*, 19, 46-54.
- Billingsley, K. D., Waehler, C. A., & Hardin, S.

- I. (1993). Stability of optimism and choice of coping strategy. *Perceptual and Motor Skills*, 76, 91-97.
- Blankstein, K. R., Flett, G. L., & Koledin, S. (1991). The brief College Student Hassles Scale: Development, validation and relation with pessimism. *Journal of College Student Development*, 32, 258-264.
- Carver, C. S., Pozo, C., Harris, S. D., Noriega, V., Scheier, M. F., Robinson, D. S., Ketcham, A. S., Moffat, F. L., & Clark, K. C. (1993). How coping mediates the effect of optimism on distress: A study of women with early stage breast cancer. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 375-390.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1994). Situational coping and coping dispositions in a stressful transaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 184-195.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. New York: Cambridge University Press.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1999). Optimism. In C. R. Snyder (Ed.), *Coping: The psychology of what works* (pp.182-204). New York: Oxford University Press.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- Chang, E. C., Maydeu-Olivares, A., & D'urilla, T. J. (1997). Optimism and pessimism as partially independent constructs: Relationship to positive and negative affectivity and psychological well being. *Personality and Individual Differences*, 23(3), 443-440.
- Creed, P. A., Patton, W., & Bartrum, D. (2002). Multidimensional properties of the LOT-R: Effects of optimism and pessimism on career and well-being related variables in adolescents. *Journal of Career Assessment*, 10(1), 42-61.
- Davey, G. C. L. (1994). Pathological worrying as exacerbated problem solving. In G. C. L. Davey & F. Tallis (Eds.), *Worrying: Perspectives on theory, assessment and treatment* (pp.35-60). Chichester, England: Wiley.
- Dunn, D. S. (1996). Well-being following amputation: Saturday effect of positive mean, optimism and control. *Rehabilitation Psychology*, 41, 285-302.
- Fontaine, K. R., & Manstead, A. S. R., & Wagner, H. (1993). Optimism, perceived control over stress, and coping. *European Journal of Personality*, 7, 267-281.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 150-170.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219-239.
- Friedman, L. C., Nelson, D. V., Baer, P. E., Lane, M., Smith, F. E., & Dworkin, R. J. (1992). The relationship of dispositional optimism, daily life stress, and domestic environment to coping methods used by cancer patients. *Journal of Behavioral Medicine*, 15, 127-141.

- Fry, P. S. (1995). Perfectionism, humor, and optimism as moderators of health outcomes and determinants of coping styles of women executives. *Genetics, Social, and General Psychology Monographs*, 121, 211-245.
- Glass, D. C., & Singer, J. E. (1972). *Urban stress*. New York: Academic.
- Heppner, P. P., Heppner, M. J., Lee, D-G., Wang, Y., Park, H-J., & Wang, L. (2006). Development and validation of a Collectivist Coping Styles Inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 107-125.
- Heppner, P. P., & Lee, D-G. (2002). Problem-solving appraisal and psychological adjustment. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 288-298). New York: Oxford University Press.
- Heppner, P. P., Witty, T. E., & Dixon, W. A. (2004). Problem-solving appraisal and human adjustment: A review of 20 years of research using the problem solving inventory. *The Counseling Psychologist*, 32, 344-428.
- Lei, J. C. L. (1994). Differential predictive power of the positivity versus the negatively worded items of the Life Orientation Test. *Psychological Reports*, 75, 1507-1515.
- Long, B. C., & Sangster, J. I. (1993). Dispositional optimism/pessimism and coping strategies: Predictors of psychosocial adjustment of rheumatoid and osteoarthritis patients. *Journal of Applied Social Psychology*, 23, 1069-1091.
- Marshall, G. N., Wortman, C. B., Kusulas, J. W., Hervig, L. K., & Vickers, R. R. (1992). Distinguishing optimism from pessimism: Relations to fundamental dimensions of mood and personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(2), 1067-1074.
- Mertler, C. A., & Vannatta, R. A. (2005). *Advanced and multivariate statistical methods: Practical application and interpretation* (3rd ed.). Glendale, CA: Pyrczak Publishing.
- Mroczek, D. K., Spiro, A., III, Aldwin, C. M., Ozer, D. J., & Bosse, R. (1993). Construct validation of the optimism and pessimism in older men: Findings from the normative aging study. *Health Psychology*, 12(5), 406-409.
- Nelson, E. S., Karr, K. A., & Coleman, P. K. (1995). Relationships among daily hassles, optimism and reported physical symptoms. *Journal of College Student Psychotherapy*, 10, 11-26.
- O'Brien, W. H., VanEgeren, L., & Mumby, P. B. (1995). Predicting health behaviors using measures of optimism and perceived risk. *Health Values*, 19(1), 21-28.
- Park, C. L., Moore, P. J., Turner, R. A., & Adler, N. E. (1997). The roles of constructive thinking and optimism in psychological and behavioral adjustment during pregnancy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 584-592.
- Plomin, R., Schieier, M. F., Bergeman, C. S., Pederson, N. L., Nesselroade, J. R., & McClearn, G. E. (1992). Optimism, pessimism and mental health: A twin/adoption analysis. *Personality and Individual*

- Differences*, 13, 921-930.
- Robinson-Whelen, S., Kim, C., MacCallum, R. C., & Kiecolt-Glaser, J. K. (1997). Distinguishing optimism from pessimism in older adults: Is it more important to be optimistic or not to be pessimistic? *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(6), 1345-1353.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (2002). Optimism. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment* (pp.75-89). Washington, DC: American Psychological Association.
- Scheier, M. F., Weintraub, J. K., & Carver, C. S. (1986). Coping with stress: Divergent strategies of optimists and pessimists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1257-1264.
- Schuller, I. S. (1995). Cognitive style categorization width and anxiety. *Studia Psychologica*, 37, 142-145.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Stanton, A. L., & Snider, P. R. (1993). Coping with breast cancer diagnostics: A prospective study. *Health Psychology*, 12, 16-23.
- Sumi, K., Horie, K., & Hayakawa, S. (1997). Optimism, Type A behavior, and psychological well-being in Japanese women. *Psychology Reports*, 71, 1179-1186.
- Walker, J. (2001). *Control and the psychology of health: Theory, measurement, and applications*. Buckingham, PA: Open University Press.
- Weisz, J. R., Rothbaum, F. M., & Blackburn, T. C. (1984). Standing out and standing in: The psychology of control in America and Japan. *American Psychologist*, 39, 955-969.
- 원고접수일 : 2008. 6. 2.  
수정원고접수일 : 2008. 7. 18.  
게재결정일 : 2008. 7. 27.

## The Effect of Optimism and Controllability of the Situation on High School Students' Perceived Control and Coping Strategies

Hee-Kyung Lee

The Catholic University of Korea

This study, undertaken with a 242 2nd-grade high school students(123 men and 119 women), examined the effect of optimism levels(high vs. low) and controllability of the situation on their perceived control and three types of coping strategies(problem approach coping, avoidance coping, and positive reframing). A  $2 \times 2$  MANOVA results revealed two significant main effects for optimism and controllability but their interaction effect was not significant. More specifically, students in the high optimism group, compared to the low optimism group, showed a significantly high score on perceived control, problem approach coping and positive reframing, but not on avoidance coping. In addition, students in the controllable situation, compared to the uncontrollable situation, revealed a significantly high score on perceived control, problem approach coping, and positive reframing, and a significantly low score on avoidance coping. Study implications, limitations, and suggestions for future research were provided.

*Key words : Optimism, Controllability, Problem Approach Coping, Avoidance Coping, Positive Reframing, Positive Psychology*