

## 청소년의 부모 및 또래 애착과 자동적 사고의 관계

이영화\* · 임정하\*\*<sup>1)</sup>

고려대학교 교육대학원\* · 고려대학교 사범대학 가정교육과\*\*

---

## Parents and Peer Attachment in Relation to Automatic Thought of Adolescents

Lee, YoungHwa\* · Lim, JungHa\*\*<sup>1)</sup>

*Home Economics Education, Graduate School of Education, Korea University\**

*Dept. of Home Economics Education, College of Education, Korea University\*\**

### Abstract

The purpose of this study was to examine the relationship between attachment and automatic thoughts of adolescents. A sample of 443 students at middle and high schools participated. Adolescents reported parent and peer attachment using the modified version of Inventory of Parent and Peer Attachment (Armsden & Greenberg, 1987) and automatic thoughts using the modified version of Automatic Thought Questionnaire (Hollon & Kendall, 1980; Ingram & Wisnicky, 1988). Multiple regression analyses indicated that effects of attachments were different by the type of automatic thoughts. Specifically, trust in peer relations, trust in father-adolescent relations and communication in mother-adolescent relations were important predictors of positive automatic thought, whereas alienation in father-adolescent relations, alienation in peer relations and trust in mother-adolescent relations were important predictors of negative automatic thought.

**Key words:** 부모애착(Parent Attachment), 또래애착(Peer Attachment), 자동적 사고(Automatic Thought), 청소년(Adolescent)

---

---

1) 교신저자: Lim, JungHa, Dept. of Home Economics Education, College of Education, Korea University, Anam-dong, Seongbuk-gu, Seoul, 136-701, Republic of Korea

Tel: 02-3290-2327, Fax: 02-927-7934, E-mail: jhlim@korea.ac.kr

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

청소년들은 아동기에서 벗어나 성인기로 이행하는 과정에서 신체적·정신적으로 다양한 변화를 경험한다. 이와 함께 청소년들은 자신이 누구이며 삶의 목표와 꿈을 무엇으로 결정해야 하는지 등의 문제를 해결하기 위해 탐색하는 과정에서 갈등을 경험하기 쉽다. 이러한 갈등은 우울이나 불안 등을 유발하여 청소년들의 정신건강을 위협하기도 한다.

19세 이하 소아·청소년 중 정신건강상의 어려움으로 병원을 찾은 인원 중 우울의 경우 2003년 18,527명에서 2007년 28,420명으로 4년 사이에 65%가 증가되었다(보건복지부, 2008). 이는 현대 사회에서 청소년들이 학업이나 정체성 혼란 등의 문제로 인해 우울이나 불안의 감정을 경험하는 경우가 많아지고 있다는 것을 보여준다. 즉, 청소년기에는 신체적·정신적으로 급격한 발달과 변화에 적응하고 대처하기 위한 과정에서 우울이나 불안감이 쉽게 발생할 수 있는 것이다.

인지치료 분야에서는 우울과 불안 등의 문제를 해결하기 위해 자동적 사고(automatic thoughts)에 대한 이해를 중요시한다. 자동적 사고는 Beck(1964)의 인지 모델에서 나온 개념으로, 사람들이 사건과 상황을 접하면 자동적으로 떠올리게 되는 생각을 의미한다. 이 모델에서는 상황 그 자체보다는 흔히 자동적 사고로 표현되는 상황에 대한 해석이 그 사람의 감정이나 행동 및 생리적 반응에 영향을 준다는 점을 강조한다(Beck, 1997). 이러한 자동적 사고는 개인이 처한 상황에 대한 해석에 따라 부정적 자동적 사고와 긍정적 자동적 사고로 분류할 수 있다. 부정적 자동적 사고는 심리적 혼란을 경험하게 하여 정신 병리를 유발할 수 있다. 반면 긍정적 자동적 사고는 긍정적으로 자신을 평가하게 하므로 스트레스와 같은 상황을 잘 극복하고 대처할 수 있게 해준다(권혁희, 2002). 그러므로 개인의 통합적인 인지 및 정서적 기능을 효과적으로 이해하고 평가하기 위해서도 자동적 사고의 부정적 차원뿐 아니라 긍정적 차원도 함께 살펴볼 필요가 있다.

지금까지 자동적 사고는 주로 부모자녀애착, 양육 등의 부모 관련 요인들과 함께 연구되어 왔다(김정문, 2008; 류금동,

2006; 박정녀, 최해림, 2005; 신현균, 2009; 이정현, 2007; 이주영, 2009; 최해림, 2005). 하지만 청소년기는 또래의 영향이 증가하는 시기이다. Berndt(1996)는 가까운 친구는 청소년들에게 필요한 정서적 에너지, 역할 모델, 도움, 심리적 지지 등을 제공하는 중요한 원천이라고 하였다. 이러한 청소년기 또래관계의 중요성을 고려할 때, 애착대상을 부모뿐 아니라 또래로 확장하여 자동적 사고와의 관련성을 연구할 필요가 있다.

부모 및 또래와의 애착과 청소년기 자동적 사고에 관한 본 연구는 가정교과 수업에 필요한 기초 정보를 제공할 수 있다. 구체적으로 2009년 개정·발행된 중학교 가정교과의 청소년의 이해 단원과 고등학교 가정교과의 부모됨 및 가족 돌보기 내용을 지도할 때 도움이 될 수 있다. 청소년의 이해 단원에는 우정과 이성교제, 집단 따돌림 등이 포함되어 있는데, 본 연구에서 살펴보는 또래간의 정서적 유대감과 긍정적 사고의 관련성은 수업시간에 바람직한 교우관계의 중요성을 지도하는데 기초자료가 될 것이다. 또한 후기 청소년을 대상으로 미래 부모됨에 관한 내용을 다룰 때 본 연구의 결과를 바탕으로 자녀의 긍정적 부정적 사고 형성에 있어 부모자녀간 애착의 역할에 대해 논의해 볼 수 있을 것이다. 나아가 청소년 발달에 있어 정서 영역인 애착과 인지 영역인 자동적 사고의 유기적 관련성을 보여주는 자료로도 활용될 수 있을 것이다.

이에 본 연구에서는 청소년이 지각한 아버지, 어머니, 또래와의 애착 및 자동적 사고를 평가하여 성별과 학교급에 따른 차이를 분석하고, 부모애착과 또래애착이 청소년의 자동적 사고에 미치는 영향을 살펴보고자 한다. 청소년기 부모애착 및 또래애착이 자동적 사고와 어떠한 관련이 있는지를 분석하여 학업이나 진로 문제 등으로 힘든 상황에 처해 있는 청소년들에게 부모 및 또래와의 안정적 애착관계가 얼마나 중요한지를 살펴보고자 한다. 나아가 이러한 애착이 긍정적 사고 및 부정적 사고에 영향을 미칠 수 있는지 살펴 볼 것이다. 이를 바탕으로 청소년의 긍정적 자동적 사고를 강화하고 부정적 자동적 사고의 수준을 최소화 할 수 있도록 하는 청소년 교육프로그램에 기초 자료를 제공하고자 한다.

## 2. 연구문제

본 연구에서는 청소년의 부모애착 및 또래애착과 긍정적·부정적 자동적 사고의 관계를 알아보기 위하여 다음과 같이 연구문제를 설정하였다.

첫째, 청소년의 부모애착 및 또래애착과 긍정적·부정적 자동적 사고는 성별과 학교급에 따라 차이가 있는가?

둘째, 청소년의 부모애착 및 또래애착과 긍정적·부정적 자동적 사고는 관계가 있는가?

셋째, 청소년의 부모애착 및 또래애착은 긍정적·부정적 자동적 사고에 영향을 미치는가?

## II. 이론적 배경

### 1. 청소년기의 애착

애착(attachment)은 자신과 가장 가까운 사람에 대해서 느끼는 강하고 지속적인 정서적 유대감을 의미한다(Bowlby, 1982). Bowlby는 초기에 애착의 개념을 위험 상황에서 종의 생존을 증진시키기 위한 생존기제로 설명하였으며, 그 이후 특정 대상과의 접촉과 접근 추구행동으로 어머니와 아동 간의 근접성을 증가시켜 어머니에게 더 많은 양육행동을 유발시킨다는 행동체계로 애착을 설명하였다. 이후 Bowlby는 후반기 연구에서 애착이 개체와 환경 간의 상호작용을 통해 진 생애에 걸쳐 발달한다는 점을 강조하였다(정옥분, 정순화, 황현주, 2009). Bowlby(1988)에 따르면 청소년들은 부모를 여전히 안전기지로 남겨 두는데 위협을 느끼거나 질병으로 고통 받을 때 부모와의 애착체계가 재활성화 된다. 또한 Ainsworth 등(1978)은 청소년들에게 부모와의 안정된 애착은 다른 사람과 친밀한 관계를 형성하는 근원이 된다고 하였다.

청소년들은 부모의 간섭으로부터 자유로워지기를 원하고 부모가 자신들을 독립된 개체로 인정해 줄 것을 원한다. 하지만 부모로부터 독립을 추구하고 자신의 정체감을 형성하려는 단

계에 있는 청소년들도 부모와의 관계에 의해 여전히 많은 영향을 받게 된다. 즉, 부모와 안정적 애착을 형성하고 있는 청소년들의 경우, 자신감이 있고 남한테 도움을 요청하는 데 매우 적극적이며 힘든 상황에서도 부정적 태도를 잘 보이지 않는다(Armsden & Greenberg, 1987). 또한 부모와 안정적 애착을 형성할수록 성공적인 분리 개별화를 이룰 수 있다(장휘숙, 2002). 부모와의 안정된 애착은 청소년의 진로 탐색과 직업 선택의 기회에도 주요한 역할을 하는 것으로 나타났다(유나현, 2005). 나아가 청소년들은 위기상황이 닥쳤을 때 부모를 안전기지로 활용하게 되므로 부모와의 안정적 애착은 청소년들에게 보호요인으로서 큰 가치를 가지고 있다(Marvin & Britner, 1999).

한편, 청소년기 애착의 특성에 대해 Grotevant와 Cooper(1986)는 부모의 일방적인 권위중심의 애착관계에서 부모자녀 상호성을 중심으로 하는 관계로 변화한다고 하였다. 또한 Buhrmester와 Furman(1987)은 청소년기의 애착에서 또래로부터 정서적 지지를 받는 것이 중요하다고 하였다. 즉 애착 욕구가 부모에게서 친구에게로 옮겨가는 것을 일반적인 보호와 지지를 받는 애착관계에서 서로 보호하고 지지를 받는 애착관계로 변화되는 것으로 보았다. 한상철(2008)은 또래는 부모만큼 위협적이거나 비판적이지 않고, 자신이 원하는 것을 기꺼이 해주기도 하기 때문에 또래관계는 부모자녀관계보다 훨씬 더 평등하다고 하였다. 따라서 청소년기의 또래애착 관계는 부모애착 관계에서 확대된 애착관계이며 부모애착보다는 수평적 관계로 평등하다는 것을 알 수 있다.

### 2. 자동적 사고

자동적 사고는 우울증에 대한 독자적인 인지이론과 치료기법을 제시한 Beck에 의해 제시된 개념이다. 사람들이 어떤 사건을 접하게 되면 자동적으로 그 사건에 대한 생각을 떠올리게 되는데, 이를 자동적 사고(automatic thoughts)라고 한다. 인지치료는 인지모형을 근거로 하는데 인지모형에서는 인간의 감정이나 행동이 지각에 의해서 영향을 받는다고 가정한다(Beck, 1988). 즉 인간의 느낌을 결정하는 것은 상황 자체가 아니고, 상황을 인지하고 해석하는 방식에 달려있다는 것이다

(Beck, 1964). 이러한 인지모델을 바탕으로 하는 자동적 사고는 인지의 가장 표면적인 부분으로 어떤 상황이나 외부 자극에 의해 자동적이고 즉각적으로 진행되는 생각들이다. 이는 논리적이고 심사숙고한 사고와는 다르다. 이는 어떤 노력을 통해서 나오는 것이 아니라 어린 시절부터의 반복된 경험과 타인과의 관계에서 형성된 신념으로부터 자동적으로 자기 내부에서 발생한다. 그러므로 전혀 의심 없이 받아들이고 믿게 되는 사고이다. 자동적 사고는 인간의 태도나 행동, 기분 등을 좌우하는 아주 중요한 정신현상이 될 수 있다. 또한 자동적 사고는 인간의 감정과 행동에 결정적인 영향을 미치면서도 쉽게 의식되지 않는다. 말 그대로 자동적으로 드는 생각이고 매우 신속하게 스치고 지나가는 생각이다. 자동적 사고가 중요한 것은 자동적 사고가 이렇게 즉각적이다 보니 일상생활에서 그 생각이 현실적으로 타당한지 아닌지 검토해 보지 않고 대부분 그냥 쉽게 영향을 받는 경우가 많기 때문이다(Beck et al., 1979).

자동적 사고는 긍정적 차원과 부정적 차원으로 나눌 수 있다. 긍정적 자동적 사고란 개인이 일상생활에서 자기 자신을 고양하고 미래를 희망적으로 지각하는 생각이다(Ingram & Wisnicki, 1988). 반면 부정적 자동적 사고란 주의와 노력을 기울이지 않으면 잘 의식되지 않는 부정적이고 비판적인 생각이다. 이는 촉발된 사건이나 환경적 자극에 의해 의식되지 않은 채 사고 작용의 정서적 결과만으로 인식되는 인지형식이다(Beck, 1988). Beck 등(1990)은 부정적인 자동적 사고를 우울과 불안의 핵심 요소로 지적하였다. 지금까지 자동적 사고에 대한 연구들(김정문, 2008; 류금동, 2006; 박정녀, 최해림, 2005; 신현균, 2009; 이정현, 2007; 이주영, 2009; 최해림, 2005)은 대부분 부정적 차원만을 중심으로 다루었다.

한편, 긍정적 자동적 사고에 대한 관심은 우울증을 판단하는 긍정적 자기-관련사고의 부재를 설명하는 가설에서 시작되었다. Clark 등(1999)은 ‘배제 가설’에서 우울증에서는 긍정적 자기 평가가 ‘자동적으로’ 배제된다는 것이다. 다시 말해 우울한 사람들은 자기 자신 및 세상에 대한 긍정적인 사고를 자동적으로 무시하거나 거부하려는 경향이 강한데 이는 부정적 자동적 사고가 절대적으로 만연해 있기 때문이라는 것이다. Ingram 등(1983)은 긍정적 사고의 결함이 지나친 부정적 사고만큼이나 정신병리 유발에 중요한 역할을 한다는 것을 밝혔

다. 일찍이 Beck(1967) 또한 긍정적인 스키마나 태도가 건강한 적응의 기초가 된다고 하였다. 즉, 긍정적인 스키마가 스트레스의 영향을 중재하고 우울에 저항할 수 있게 한다는 것이다. 따라서 최근에는 개인의 인지를 평가하는데 있어서 부정적인 자동적 사고뿐 아니라 긍정적인 자동적 사고에 대한 관심이 증가하기 시작하였다(김현정, 오윤희, 오강섭, 서동우, 신영철, 정지영, 2006; 임영실, 2004; 조운정, 2010). 그러므로 청소년의 자동적 사고를 이해하고자 할 때 부정적 차원뿐 아니라 긍정적 차원을 함께 살펴보아야 할 것이다.

급격한 신체적 변화와 심리적 갈등이 나타나는 청소년기에는 긍정적·부정적 자동적 사고가 일상에서 청소년의 태도, 생각, 기분 등을 좌우하기가 쉽다. 더욱이 심리적 발달과업과 학업 경쟁 등의 스트레스가 심한 청소년들은 자동적 사고의 영향을 크게 받을 수 있다. 따라서 청소년의 발달을 이해하기 위해서는 긍정적 부정적 자동적 사고의 수준을 정확히 파악하여야 할 것이다.

### 3. 애착과 자동적 사고의 관련성

Bowlby(1980)는 초기 애착대상과의 관계에 의한 표상모형은 Beck의 자기, 세계, 미래에 대한 인지도식과 거의 유사한 형태로 설명될 수 있다고 하였다. 즉, Bowlby의 자기, 타인, 세계에 대한 내적 작동모델은 Beck의 인지도식과 용어만을 뿐 거의 유사한 개념으로 볼 수 있다는 것이다. Holmes(1992) 또한 Bowlby의 내적 작동모델과 Beck의 인지도식을 통합한다면 애착과 자동적 사고에 대한 이해를 증진시킬 수 있다고 하였다.

Bowlby의 내적 작동모델과 Beck의 인지도식에서 다음과 같은 가정이 추론될 수 있다. 어린 시절 반복적으로 경험되는 안정된 애착은 인지도식에 영향을 주게 되며 인지도식은 자신과 세계를 평가하는 규칙을 제공하므로 심리적 안정에 결정적 기여를 하게 된다. 반면 불안정 애착은 부정적 자기표상이나 부정적 자기도식이 형성되게 하고 잠재되어 있다가 특정 생활 사건을 접하게 되면 활성화된다(Bowlby, 1980; Holmes, 1992). 또한 Bowlby(1982)는 애착이론의 내적 작동모델은 아동이 환경과의 상호작용을 통해 형성된 일종의 인지적 틀이라

하였으며, 이는 이후의 행동에 까지 영향을 미치게 된다고 하였다(정옥분 외, 2009).

애착과 자동적 사고의 관련성에 대한 연구를 살펴보면 다음과 같다. 박정녀(2004)는 부모와의 애착이 안정적일수록 청소년의 부정적 자동적 사고가 낮았다고 보고했다. 하지만 부모 애착의 각 하위요인과 자동적 사고와의 관련성은 살펴보지 않아 부모애착의 각 요인과 자동적 사고의 구체적 관계에 대해서는 파악하기 힘들다. 박정녀와 최해림의 연구(2005)에서는 어머니와의 애착이 아버지와의 애착보다 부정적인 자동적 사고에 미치는 영향력이 더 크다고 보고하였다. 반면 김정문(2008)은 아버지와의 애착이 어머니와의 애착보다 자동적 사고에 미치는 영향력이 더 크다고 하였다. 여자대학생들을 대상으로 부정적 사고의 억제 능력에 따른 애착 형태의 차이를 알아본 Gillath 등의 연구(2005)에서는 갈등, 파괴, 파트너의 죽음 등의 부정적 사고를 많이 할수록 불안정 애착수준이 높았다고 보고되었다. Jacobson 등(1994)은 아동기의 애착과 아동기와 청소년기의 인지 기능 간의 관계를 종단적으로 연구한 결과 아동기 때 안정애착을 형성한 사람들이 청소년기에 뛰어난 인지능력을 보였다고 하였다.

이러한 주요 이론과 선행 연구들을 바탕으로 애착의 내적 작동모델과 자동적 사고의 인지 모델이 관련되어 있음을 알 수 있다. 하지만 청소년을 대상으로 부모 및 또래 애착과 자동적 사고의 긍정적 부정적 차원을 모두 살펴본 경험적 연구를 찾아보기 힘들다. 따라서 본 연구에서는 청소년을 대상으로 부모애착과 또래애착이 자동적 사고의 각 차원에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고자 한다.

### III. 연구방법

#### 1. 연구대상

본 연구는 서울시 및 경기도에 소재한 4개 중·고등학교에 재학 중인 청소년 443명을 대상으로 하였다. 연구대상은 중학생 199명, 고등학생 244명이었다. 성별에 따라 살펴보면 남학생

이 208명, 여학생이 235명이었다. 연구대상의 평균연령은 15.9세였다. 출생 순위는 첫째 45%, 둘째 40%로 나타났다. 아버지의 직업은 사무직(32%)과 판매 또는 서비스직(24%)이 가장 많았고, 어머니는 가정주부(41%)가 가장 많았다. 부모의 학력을 살펴보면, 아버지는 4년제 대학졸업이 44%로 가장 많았으며, 어머니는 고졸이 47%로 가장 많았다.

#### 2. 측정도구

##### 1) 부모애착 및 또래애착 척도

청소년이 지각한 부모 및 또래와의 애착을 평가하기 위해서 Armsden과 Greenberg(1987)가 개정한 Inventory of Parent and Peer Attachment(IPPA-R)를 옥정(1998)이 번안한 척도를 사용하였다. IPPA-R은 의사소통, 신뢰감, 소외감의 3가지 하위요인으로 구성되어 있다. IPPA-R은 5단계 Likert 척도의 응답양식을 적용한 검사로, 총 25문항으로 구성되어 있다. 이 척도에서 총점을 산출할 때는 소외감 요인을 구성하는 문항과 부정적인 방향으로 질문한 문항들은 역채점하여 처리하였다. 따라서 애착척도의 총점이 높을수록 해당 대상과의 애착이 안정적임을 의미한다. Armsden과 Greenberg(1987)는 IPPA-R의 내용타당도를 확인하였으며, 요인분석을 이용해 3개의 요인으로 나타나는 것을 확인하였다. Armsden과 Greenberg(1987)가 보고한 검사-재검사 신뢰도는 부모애착 .93, 또래애착 .92이다. 옥정의 연구(1998)에서는 부애착, 모애착, 또래애착 척도의 Cronbach  $\alpha$ 가 각각 .93, .92, .92로 나타났다. 본 연구에서 Cronbach  $\alpha$ 는 부애착 .94, 모애착 .93, 또래애착 .91로 나타났다.

##### 2) 긍정적 자동적 사고 척도

긍정적 자동적 사고를 측정하기 위해 Ingram과 Wisnicki(1988)가 개발하고 이주영과 김지혜(2002)가 번안한 것을 양재원, 홍성도, 정유숙, 김지혜(2005)가 청소년을 대상으로 신뢰도와 타당도를 확인한 한국판 긍정적 자동적 사고 질문지(Automatic Thought Questionnaire - Positive: ATQ-P)를

사용하였다. ATQ-P는 총 30문항의 자기보고식 척도이며, 긍정적 일상 기능, 자기에 대한 타인의 긍정적 평가, 현재 미래에 대한 긍정적 평가와 기대의 3가지 하위요인으로 구성되어 있다. 이 척도는 지난 일주일간 각 문항의 내용에 대해 얼마나 자주 떠올랐는지를 1점에서 5점 척도로 평정하게 되어 있다. 총점이 높을수록 긍정적 사고를 많이 했다는 것을 의미한다. 가능한 점수의 범위는 30점~150점이다. 양재원 등(2005)은 이 척도의 변별타당도를 검증하였고, Cronbach  $\alpha$  .97, 반분신뢰도 .93으로 보고하였다. 본 연구에서의 Cronbach  $\alpha$ 는 .95로 나타났다.

3) 부정적 자동적 사고 척도

부정적인 자동적 사고를 측정하기 위해 Hollon과 Kendall (1980)이 개발하고 이주영과 김지혜(2002)가 변안한 것을 양재원 등(2005)이 청소년을 대상으로 신뢰도와 타당도를 확인한 한국판 부정적 자동적 사고 질문지(Automatic Thought Questionnaire - Negative: ATQ-N)를 사용하였다. ATQ-N은 30문항으로 구성되어 있다. 여기에는 부정적인 자기 평가, 현재에 대한 불만과 변화 욕구, 무기력과 절망적 태도의 3개 하위요인이 포함되어 있다. 제시되는 부정적 사고 문항에 대해 지난 일주일 동안 그와 같은 생각이 얼마나 떠올랐는지를 1점에서 5점 척도로 평정하도록 되어 있다. 가능한 총점의 범위는 30~150점이다. 총점이 높을수록 부정적 사고를 많이 했다는 것을 의미한다. 양재원 등(2005)은 이 척도의 변별타당도를 검증하였고, Cronbach  $\alpha$  .96, 반분신뢰도 .92로 보고하였다. 본 연구에서의 Cronbach  $\alpha$ 는 .97로 나타났다.

3. 자료분석

수집된 자료를 바탕으로 부모 및 또래 애착과 청소년의 긍정적, 부정적 자동적 사고에 대한 전반적인 경향을 알아보기 위해 평균과 표준편차를 산출하였다. 다음으로 성별과 학교급별에 따른 부모 및 또래 애착 그리고 긍정적, 부정적 자동적 사고의 차이를 알아보기 위해 t검증을 실시하였다. 또한 부모 및 또래 애착과 긍정적, 부정적 자동적 사고의 관계를 알아보기 위해 Pearson의 적률상관계수를 산출하였다. 부모 및 또래 애착이 자동적 사고를 설명하는 데 얼마만큼의 영향력을 가지고 있는지를 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 이상의 분석을 위해 SPSS 12.0 프로그램을 이용하였다.

IV. 연구결과

1. 청소년의 부모 및 또래 애착과 자동적 사고의 일반적 경향

먼저, 청소년의 학교급과 성별에 따른 부모, 또래 애착의 일반적 경향을 살펴보기 위해 평균과 표준편차를 산출하였다. <표 1>에 학교급에 따른 부모, 또래애착을 살펴보면, 또래 애착만이 고등학생집단과 중학생집단 간에 유의한 차이가 나타났다. 고등학생집단이 중학생집단보다 또래애착이 더 높은 것으로 나타났다. 성별에 따른 부모, 또래애착에서도 또래애착만이 성별에 따라 유의한 차이가 나타났으며, 여학생집단이 남학생집단보다 또래와의 애착이 더 높은 것으로 나타났다.

<표 1> 학교급과 성별에 따른 부모, 또래애착의 평균 및 표준편차

	중학교 (n=199)		고등학교 (n=244)		t	남 (n=208)		여 (n=235)		t
	M	SD	M	SD		M	SD	M	SD	
부애착	3.19	.46	3.12	.42	1.66	3.17	.42	3.13	.46	.94
모애착	3.30	.44	3.27	.40	.62	3.24	.41	3.32	.42	-1.78
또래애착	3.21	.50	3.32	.39	-2.45*	3.14	.44	3.38	.41	-5.87***

\*p<.05. \*\*\*p<.001.

〈표 2〉 학교급과 성별에 따른 긍정적·부정적 자동적 사고의 평균 및 표준편차

	중학생 (n=199)		고등학생 (n=244)		t	남 (n=208)		여 (n=235)		t
	M	SD	M	SD		M	SD	M	SD	
긍정	3.53	.68	3.44	.63	1.46	3.51	.68	3.46	.63	.77
부정	1.98	.83	2.03	.75	-7.75	1.92	.77	2.09	.79	-2.23*

\*p < .05.

다음으로 청소년의 학교급과 성별에 따른 자동적 사고의 일반적 경향을 살펴보기 위해 평균과 표준편차를 산출하였다. <표 2>를 살펴보면 자동적 사고는 학교급에 따라서는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 성별에 따라 살펴보면, 부정적 자동적 사고는 여학생집단에서 남학생집단보다 유의하게 높게 나타났다.

모두 부정적인 자동적 사고와 유의한 부적 상관이 있었다. 관련성의 크기를 살펴보면 부애착과 모애착이 유사한 관련성을 나타냈으며, 또래애착이 가장 낮은 관련성을 나타내었다. 특히, 부정적 자동적 사고의 하위요인들 중 현재의 불만과 변화욕구 요인은 또래애착과 관련성이 없는 것으로 나타났다.

## 2. 청소년의 부모 및 또래 애착과 자동적 사고의 관계

청소년의 부, 모, 또래 애착과 자동적 사고의 전반적인 관련성을 살펴보기 위해 Pearson의 적률상관계수를 산출하였다. 그 결과, <표 3>에 제시되었듯이 부애착, 모애착, 또래애착 모두 긍정적 자동적 사고와 유의한 정적 상관이 있었다. 관련성의 크기를 살펴보면 긍정적 자동적 사고와 가장 밀접히 관련되는 것은 부애착이었고, 다음으로 모애착과 또래애착으로 나타났다. 긍정적 자동적 사고의 하위영역별로 살펴보면 자기에 대한 타인의 긍정적 평가 요인과 또래애착이 가장 밀접하게 관련되는 것으로 나타났다. 또한 부애착, 모애착, 또래애착

## 3. 청소년이 지각한 부모 및 또래 애착이 자동적 사고에 미치는 영향

청소년이 지각한 부, 모, 또래 애착이 자동적 사고에 미치는 영향을 알아보기 위해 애착을 독립변인으로, 긍정적 자동적 사고와 부정적 자동적 사고를 각각 종속변인으로 투입하여 회귀분석을 실시하였다. 애착 총점을 독립변인으로 투입하여 자동적 사고에 미치는 영향을 알아보기 위해 표준 중다회귀분석을 실시하였으며, 애착의 하위요인 각각이 자동적 사고에 미치는 영향을 알아보기 위해 단계적 회귀분석을 사용하였다. 이 때 독립변인들 간 다중공선성 문제가 있는지 알아보기 위해 분산팽창인수(VIF)와 공차한계를 확인한 결과, VIF는 10

〈표 3〉 청소년의 부, 모, 또래애착과 자동적 사고의 관계

	긍정적인 자동적 사고				부정적인 자동적 사고			
	긍정적 일상 기능	자기에 대한 타인의 긍정적 평가	현재, 미래에 대한 긍정적 평가와 기대	전체	부정 적인 자기평가	현재의 불만과 변화 욕구	무기력 과 절망적 태도	전체
부애착	.37**	.37**	.40**	.44**	-.34**	-.38**	-.34**	-.40**
모애착	.34**	.37**	.38**	.42**	-.36**	-.36**	-.37**	-.40**
또래애착	.19**	.57**	.39**	.42**	-.14**	-.08	-.11*	-.12*

\*p < .05. \*\*p < .01.

〈표 4〉 부, 모, 또래애착이 긍정적·부정적 자동적 사고에 미치는 영향

모형 독립변인	긍정적 자동적 사고			부정적 자동적 사고		
	B	$\beta$	t	B	$\beta$	t
부애착	.36	.24	4.42***	-.41	-.23	-3.84***
모애착	.27	.17	3.04**	-.46	-.24	-4.03***
또래애착	.47	.32	7.63***	.01	.01	.13
상수	.49		2.57*	4.8		14.24***
$R^2$ (adjusted $R^2$ )		.31(.30)			.19(.18)	
F		65.50***			33.52***	

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

보다 작게 나타났고, 공차한계는 1.0에 근접하여 다중공선성의 문제가 없음을 확인하였다.

1) 부모 및 또래 애착이 긍정적·부정적 자동적 사고에 미치는 영향

청소년의 긍정적·부정적 자동적 사고에 영향을 미치는 요인에 대해 살펴보기 위해 부애착, 모애착, 또래애착을 독립변인으로 투입한 결과는 <표 4>와 같다. 청소년이 지각한 부애착, 모애착, 또래애착은 긍정적 자동적 사고 전체변량의 약 30.9%를 설명하였다. 부애착, 모애착, 또래애착 모두 긍정적 자동적 사고에 유의한 정적인 영향을 미쳤다. 상대적 영향력을 살펴보면, 청소년의 긍정적 자동적 사고에 또래애착( $\beta = .32$ ,  $p < .001$ )이 가장 큰 영향을 미쳤으며, 다음으로 부애착( $\beta = .24$ ,  $p < .001$ ), 모애착( $\beta = .17$ ,  $p < .01$ ) 순으로 나타났다. 즉, 청소년에게는 또래와의 안정적 애착이 부모와의 애착보다 긍정적 자동적 사고에 미치는 영향력이 크다는 것을 알 수 있다.

한편, 청소년이 지각한 부애착, 모애착, 또래애착은 부정적 자동적 사고 전체변량의 약 18.6%를 설명했다. 부애착과 모애착이 부정적 자동적 사고에 유의하게 영향을 미쳤고, 또래애착은 유의하지 않게 나타났다. 상대적인 영향력을 살펴보면, 부정적 자동적 사고에는 어머니와의 애착( $\beta = -.24$ ,  $p < .001$ )과 아버지와의 애착( $\beta = -.23$ ,  $p < .001$ )이 유사한 영향력을 보였다. 즉, 청소년들은 부모와의 애착이 안정적이지 못할수록 부정적 자동적 사고를 많이 하는 것으로 나타났다.

2) 부모 및 또래 애착의 하위요인이 긍정적 자동적 사고에 미치는 영향

청소년이 지각한 부애착, 모애착, 또래애착을 구성하는 각 하위요인들이 긍정적 자동적 사고에 미치는 영향을 구체적으로 살펴보기 위해서 이들을 독립변인으로 투입하여 단계적 회귀분석을 실시하였다. <표 5>를 살펴보면, 첫 번째 단계에서는 또래애착의 하위요소인 신뢰감이 긍정적 자동적 사고에 유

〈표 5〉 부, 모, 또래애착의 하위요인이 긍정적 자동적 사고에 미치는 영향

독립변인	모형	긍정적 자동적 사고					
		B	$\beta$	t	상수	$R^2$	F
단계 1	또래 신뢰감	.48	.50	12.26***	1.68	.25	150.31***
	부 신뢰감	.39	.41	10.47***			
단계 2	부 신뢰감	.30	.35	8.85***	.89	.36	127.50***
	또래 신뢰감	.38	.40	10.19***			
단계 3	부 신뢰감	.23	.27	5.79***			
	모 의사소통	.13	.15	3.30***	.76	.38	90.55***

\*\*\* $p < .001$ .



〈표 6〉 부, 모, 또래애착의 하위요인이 부정적 자동적 사고에 미치는 영향

독립변인	모형	부정적 자동적 사고					
		B	$\beta$	t	상수	R <sup>2</sup>	F
단계 1	부 소외감	.52	.47	11.23***	.82	.22	126.15***
	부 소외감	.43	.39	9.49***			
단계 2	또래 소외감	.41	.30	7.23***	.05	.31	96.50***
	부 소외감	.29	.26	5.55***			
단계 3	또래 소외감	.38	.27	6.77***			
	모 신뢰감	-.28	-.25	-5.25***	1.53	.35	77.39***

\*\*\*p<.001.

의한 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 이는 긍정적 자동적 사고 변량의 약 25%를 설명하였다. 두 번째 단계에서는 또래애착의 신뢰감과 부애착의 신뢰감이 긍정적 자동적 사고에 유의한 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 이들은 긍정적 자동적 사고 변량의 약 36%를 설명하였다. 세 번째 단계에서는 또래애착의 신뢰감, 부애착의 신뢰감, 모애착의 의사소통이 긍정적 자동적 사고에 유의한 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 이들은 긍정적 자동적 사고 변량의 약 38%를 설명하였다. 즉, 청소년이 또래와 아버지를 신뢰할수록, 어머니와의 의사소통을 원활하다고 지각할수록 긍정적 자동적 사고를 많이 하는 것으로 나타났다.

3) 부모 및 또래 애착의 하위요인이 부정적 자동적 사고에 미치는 영향

청소년이 지각한 부애착, 모애착, 또래애착을 구성하는 각 하위요인들이 부정적 자동적 사고에 미치는 영향을 구체적으로 살펴보기 위해서 이들을 독립변인으로 투입하여 단계적 회귀분석을 실시하였다. <표 6>을 살펴보면, 첫 번째 단계에서는 부애착의 하위요인인 소외감이 부정적 자동적 사고에 유의한 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 이는 부정적 자동적 사고 변량의 약 22%를 설명하였다. 두 번째 단계에서는 부애착의 소외감과 또래애착의 소외감이 부정적 자동적 사고에 유의한 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 이들 변인은 부정적 자동적 사고 변량의 약 31%를 설명하였다. 세 번째 단계에서는 부애착의 소외감, 또래애착의 소외감, 모애착의 신뢰감이 부정적 자동적 사고에 유의한 정적인 영향을 미치는

것으로 나타났고, 이들 변인은 부정적 자동적 사고 변량의 약 35%를 설명하였다. 여기서 모 신뢰감의 회귀계수는 음수로, 모 신뢰감이 높으면 부정적 자동적 사고가 낮아지는 것을 의미한다. 즉, 청소년이 또래 및 아버지와의 관계에서 소외감을 높게 지각할수록, 어머니와의 관계에서 신뢰감을 낮게 지각할수록 부정적 자동적 사고를 많이 하는 것으로 나타났다.

종합해 보면, 부애착, 모애착, 또래애착 모두 긍정적 자동적 사고에 유의한 영향을 미쳤다. 보다 구체적으로, 또래에 대한 신뢰감, 아버지에 대한 신뢰감, 어머니와의 의사소통 순으로 긍정적 자동적 사고에 미치는 영향력이 큰 것으로 나타났다. 한편, 부정적 자동적 사고에는 부애착과 모애착이 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 보다 구체적으로, 아버지와의 관계에서 느끼는 소외감, 어머니에 대한 신뢰감, 또래관계에서 느끼는 소외감이 청소년의 부정적 자동적 사고에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 부모애착 및 또래애착은 청소년들의 긍정적, 자동적 사고에 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

V. 논의 및 결론

본 연구는 서울과 경기지역에 거주하는 중·고등학생 443명을 대상으로 청소년의 애착과 자동적 사고의 관계를 살펴보기 위해 실시되었다. 첫째, 청소년의 학교급과 성별에 따라 연구변인들의 차이를 살펴본 결과는 다음과 같다. 먼저 학교급에 따른 부, 모, 또래애착 중 또래애착만이 학교급에 따라 유

의한 차이를 보였다. 즉, 고등학생집단이 중학생집단보다 또래 애착의 평균이 높게 나타났다. 이는 고등학생집단이 중학생집단보다 또래애착이 더 높다고 한 선행연구(김정민, 유안진, 2005; 오송희, 1999; 장휘숙, 1997)와 일치한다. 발달적 관점에서 점차 청년기에 도달하게 되는 고등학생들의 경우 중학생들보다 독립성과 자주성의 발달이 더욱 두드러져 부모의 사고와 의견보다는 자신의 상황과 사고가 비슷한 또래들과 더 공감대를 형성하게 된다. 따라서 또래간 정서적 유대감도 중학생들에 비해 고등학생들이 더 안정적으로 나타내는 것으로 볼 수 있다. 청소년의 성별에 따른 부, 모, 또래애착의 차이에서도 또래애착만이 성별에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉 여학생들이 남학생들보다 또래에 대한 애착이 더 안정적으로 나타났다. 이는 Fenzel(1989)이 여자청소년들에게 남자청소년들에 비해 대인관계에 더 신경 쓰는 행동, 예를 들어, 친구들과 전화하는 시간이 급증하고 친구의 감정을 거스르지 않고 세심하게 마음 쓰는 행동이 더 많이 나타난다고 한 것과 일치한다. 여성들은 남성들보다 관계적 측면을 보다 중시하는 경향이 있으므로, 여자청소년들이 또래와의 정서적 유대감을 중시하고 보다 안정적으로 애착을 형성하고 있는 것으로 볼 수 있다.

다음으로, 자동적 사고의 전반적 경향에 대해 살펴본 결과, 학교급에 따른 차이는 유의하지 않았다. 성별에 따른 차이를 살펴본 결과, 긍정적 자동적 사고는 성별에 따라 차이가 없었다. 이는 대학생을 대상으로 한 이주영과 김지혜의 연구(2002)에서도 성별에 따른 차이가 나타나지 않았던 것과 같은 결과이다. 반면, 부정적 자동적 사고는 성별에 따라 차이를 보였다. 즉 여학생들이 남학생들보다 부정적 자동적 사고를 더 많이 하는 것으로 나타났다. 양재원 등의 연구(2005)에서도 여학생들이 남학생들보다 부정적 자동적 사고를 많이 하는 것으로 나타났다. 이는 청소년기에 여학생들이 남학생들보다 우울과 같은 부정적 정서를 경험하는 경향이 높고, 우울증의 유병율도 여성의 경우에 더 높은 것과 같은 맥락에서 이해할 수 있다.

둘째, 청소년의 부애착, 모애착, 또래애착과 자동적 사고 간에는 밀접한 관련성이 있는 것으로 나타났다. 특히, 긍정적 자동적 사고를 중심으로 살펴볼 때, 하위요인인 자기에 대한 타인의 긍정적 평가는 또래애착과 높은 정적 관련성을 보였다.

이는 청소년의 긍정적 사고에 또래와의 정서적 유대감이 중요하다는 것을 의미한다. 이는 대학생을 대상으로 한 선행연구(김정문, 2008)에서 또래애착이 긍정적 자동적 사고와 밀접한 관련성을 나타낸 것과 일치하는 결과이다. 한편, 부정적 자동적 사고를 중심으로 살펴보면, 모든 하위요인은 부모애착과 높은 상관을 보였다. 즉, 청소년이 부모와의 애착을 안정적으로 지각할수록 부정적 자동적 사고를 적게 하는 것으로 나타났다. 이는 아동이 부모로부터 지각한 외로움이 낮을수록 부정적 자동적 사고가 낮게 나타난 이정현의 연구(2007)와 같은 맥락이다. 반면, 또래애착은 부정적 자동적 사고와 관련성이 낮았다.

셋째, 청소년이 지각한 부, 모, 또래애착이 자동적 사고에 미치는 영향에 대해 살펴보면 다음과 같다. 먼저, 청소년의 긍정적 자동적 사고에 부모 및 또래 애착 모두 영향을 미치는 것으로 나타났다. 상대적 영향력을 살펴보았을 때, 또래애착이 청소년의 긍정적 자동적 사고를 가장 많이 설명하였다. 이는 대학생을 대상으로 또래애착이 긍정적인 자동적 사고에 가장 큰 영향을 미쳤다고 보고한 김정문의 연구(2008)와 일치하며, 청소년의 긍정적 정서를 예측할 때 또래애착이 가장 영향력이 높은 요인이라는 고영남의 연구(2008)와도 같은 맥락이다. 이처럼 청소년기의 또래 애착이 중요한 이유에 대해 Weiss(1982)는 또래들이 청소년들의 도전을 지지하고 격려해 주기 때문이라고 보았다. 발달적 관점에서 볼 때 청소년기는 또래와의 동조성이 커지는 시기인 만큼 부모의 동조와 지지보다는 또래의 동조와 지지에 더 민감하게 반응하며 이를 더 적극적으로 받아들인다. 따라서 또래와의 안정적 애착관계가 청소년들의 긍정적 사고형성에 상대적으로 큰 영향을 미치게 된 것으로 볼 수 있다. 또한 이러한 결과는 청소년기 또래애착 관계가 청소년의 긍정적 일상에 대한 기능, 자기에 대한 타인의 긍정적 평가, 현재와 미래에 대한 긍정적 평가와 기대에 미치는 영향력이 크다는 것을 의미한다. 이는 탁은정(2010)이 긍정적인 사고를 많이 하는 학생들이 타인을 잘 이해하며, 학교에서 친구와의 관계가 원활하다고 보고한 것과도 같은 맥락이다. 또한, 상대적 영향력은 또래애착보다 낮았지만, 부모애착도 긍정적 자동적 사고에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 아버지와의 애착과 어머니와의 애착이 청소년의 긍정적 자동적 사고에 영향을 미친다는 김정문의 연구(2008, 2010)와 일치한다. 나아가 부모와의 안정적 애착을 보인 자녀가 자기

자신에 대한 긍정적 표상을 보이며 유능감을 더 높게 지각한다는 Toth와 Cicchetti의 연구(1996)와 같은 맥락에서 이해할 수 있다.

보다 구체적으로, 긍정적 자동적 사고에 영향을 미치는 애착의 각 하위요인들 중 또래관계의 신뢰감이 가장 큰 영향력을 가지고 있었으며, 다음으로 아버지와의 신뢰감, 어머니와의 원활한 의사소통 순으로 나타났다. 이는 선행연구(이재승, 2005)에서 어머니와의 의사소통 유형이 개방적이고 원활할 때, 자기 자신과 타인에 대한 인생의 태도가 긍정적이라고 한 것과 같은 결과이다. 나아가 청소년기에 또래관계에서의 신뢰감이 자신을 긍정적으로 인식하도록 돕는 주된 요인임을 나타내며, 아버지의 믿음 그리고 어머니와의 원활한 의사소통이 청소년의 긍정적 자동적 사고 형성에 영향력이 높다는 것을 보여준다.

다음으로, 청소년의 부정적 자동적 사고에 영향을 미치는 요인으로는 모애착과 부애착의 설명력이 가장 높았다. 하지만 또래애착의 설명력은 유의하지 않았다. 이는 청소년기에도 부모와의 애착은 여전히 중요하며 부정적 자동적 사고에 큰 영향을 미친다는 박정녀의 연구(2004)와 일치한다. 부모의 경우, 자녀의 환경에서 위험한 요소에 대해 또래보다 강한 경고를 표현하게 되고 이 때 자녀가 순응하지 못하는 경우 부정적 정서와 부정적 자동적 사고를 경험하기 쉽다. 또한 또래관계의 경우, 특정 또래와 부정적 경험을 하게 된다면 선택적으로 관계를 중단할 수 있으나 부모와의 관계는 필연적 관계로 선택할 수 없다. 따라서 청소년기 부모애착이 또래애착과 달리, 부정적 자동적 사고에 큰 영향을 미친 것으로 볼 수 있다. 한편, 이러한 결과는 또래애착이 부모애착보다 부정적 자동적 사고에 더 큰 영향력을 미친 김정문의 연구(2008)와 불일치하는 것이다. 선행연구들이 대학생 및 성인을 대상으로 또래애착과 부정적 자동적 사고간의 관계를 연구한 반면, 본 연구는 중·고등학생들을 대상으로 수행되었다. 따라서 또래애착과 부정적 자동적 사고의 관계에서 나타난 차이를 대상간의 차이로 유추해 볼 수 있을 것이다. 보다 명확한 결론을 위해서는 추후 청소년을 대상으로 한 또래애착과 자동적 사고간의 연구가 추가적으로 이루어져야 할 것이다.

부정적 자동적 사고에 영향을 미치는 각 애착의 하위요인들을 보다 구체적으로 살펴본 결과, 아버지와의 관계에서 소외

감, 또래관계에서의 소외감, 어머니와의 관계에서 신뢰감이 모두 유사한 상대적 영향력을 보이며 청소년의 부정적 자동적 사고에 영향을 미쳤다. 아버지와의 관계에서 소외감이 청소년의 부정적 자동적 사고에 영향을 미친다는 것은 청소년에게 문제가 생겼을 때 아버지로 부터 도움을 받을 수 없으며, 집이나 학교생활에 대해 아버지가 관심을 보이지 않고 아버지에게 이해 받지 못한다는 느낌이 들 때 청소년들이 부정적인 사고를 많이 한다는 것을 의미한다. 이는 청소년기 아버지와의 관계가 매우 중요하다는 것을 보여준다. 아버지와의 관계에서 느끼는 소외감이 자녀의 사회적 능력에도 영향을 미쳐, 소외감을 느낄수록 자녀의 대인적응성, 사회참여도, 주도성, 인기도 등이 낮았다는 선행 연구(노운성, 2007)를 고려할 때 아버지와 유대감은 청소년의 성장환경에 중요한 요소임을 알 수 있다. 한편, 또래애착 전체는 부정적 자동적 사고에 유의한 영향을 미치지 못했지만, 또래관계에서 느끼는 소외감은 부정적 자동적 사고에 중요한 영향을 미쳤다. 이는 또래와의 상호작용이 일상생활의 많은 부분을 차지하는 이 시기에 또래로부터 소외되고 따돌림 당하고 부당한 대우를 경험하는 경우 청소년들은 함께 할 수 있는 또래가 없으므로 인해 외로움을 느끼게 된다는 연구(도현심, 1999)를 바탕으로 이해할 수 있다. 즉, 청소년기에 사회적 관계가 또래로 확장됨으로써 또래관계에서 소외되는 것은 부정적 자동적 사고를 증가시킬 수 있음을 보여준다. 나아가 어머니와의 관계에서 신뢰감은 부정적 자동적 사고에 중요한 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 이는 어머니가 자신을 믿어준다고 생각하고 존경하고 신뢰하는 정도가 높을수록 자신에 대한 부정적 사고는 낮아진다는 것을 의미한다. 이것은 어머니와의 애착관계에서 신뢰감 수준이 낮을수록 자기 자신에 대한 부정적인 자아개념을 가진다는 연구(김홍순, 2001)와 같은 맥락에서 이해할 수 있다.

종합해 보면, 부모애착 및 또래애착은 전반적으로 청소년들의 자동적 사고와 밀접히 관련되는 것으로 나타났다. 자동적 사고의 종류에 따라 애착의 하위요인에 따라 관련성의 크기는 차이가 있었지만, 부모와의 안정된 애착은 청소년기에도 여전히 긍정적, 부정적 자동적 사고에 큰 영향을 미쳤으며, 또래와의 안정된 애착도 청소년들의 자동적 사고와 밀접히 연관됨을 알 수 있다.

본 연구는 중학교 가정교과의 청소년의 이해 단원을 지도할

때 청소년기 부모 및 또래와의 안정적 유대감을 형성하고 유지하는 것이 얼마나 중요한가를 보여줌으로써 청소년들이 이 시기 발달적 특성을 심도 있게 이해하는 데 도움이 될 것이다. 또한 후기 청소년을 대상으로 한 미래의 부모됨 교육에서는 부모와 자녀의 애착관계가 자녀들의 삶에 대한 해석과 사고를 긍정적 또는 부정적으로 하게 하는 데 주요한 요소가 될 수 있다는 점을 보여주는 자료로 이용 될 수 있을 것이다.

끝으로 본 연구의 제한점을 고려하여 후속연구에 필요한 몇 가지 제언을 하고자 한다. 첫째, 본 연구는 서울과 경기지역에 거주하는 중고등학생들만을 대상으로 한정하였기 때문에 다른 지역 청소년들에게 일반화 하는데 어려움이 있다. 지역별로 대상을 확대하여 후속연구를 해 볼 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서는 연구대상의 학교급과 성별에 따른 자동적 사고에 영향을 주는 변인을 살펴보았으나 다른 인구학적 배경변인에 따라 살펴볼 필요가 있다. 셋째, 본 연구에서는 청소년들만을 대상으로 하여 자동적 사고에 영향을 주는 변인을 살펴보았지만 후속연구에서는 이를 확장하여 아동이나, 청년, 일반 성인들을 대상으로 하여 발달적 관점에서 살펴볼 필요가 있다.

이러한 제한점에도 불구하고, 본 연구는 부, 모, 또래애착이 청소년의 긍정적 부정적 자동적 사고에 미치는 영향을 살펴봄으로써 자동적 사고의 하위 종류에 따라 각 애착관계가 미치는 영향이 달라질 수 있다는 점을 제시하였다. 또한 본 연구의 결과는 가정과 학교 및 부모교육 현장에서 청소년의 긍정적인 자동적 사고를 강화하고, 부정적인 자동적 사고의 수준을 최소화 할 수 있도록 도움을 주는 프로그램 개발을 위한 기초 자료로 활용 될 수 있을 것이다.

### 참고문헌

권혁희 (2002). 우울에 있어서의 부정적, 긍정적 자동적 사고와 인지 균형과의 관계. **상담학 연구**, 3(2), 305-321.  
 고영남 (2008). 중학생의 부애착, 모애착, 또래애착 및 주관적 안녕감의 관계. **열린교육연구**, 16(2), 111-131.  
 김정문 (2008). 애착과 심리적 안녕감의 관계에서 자동적 사고의 매개효과. **청소년학연구**, 15(6), 197-224.

김정문 (2010). 불안정 애착이 심리적 안녕감에 미치는 영향 : 자동적 사고, 정서 인식, 정서표현 양가성, 스트레스 대처방식의 매개효과를 중심으로. **한양대학교 대학원 박사학위논문**.  
 김정민, 유안진 (2005). 부모의 이혼과 청소년의 우울과 외로움. **한국인간발달학회**, 12(4), 159-176.  
 김현정, 오윤희, 오강섭, 서동우, 신영철, 정지영 (2006). 긍정적 사고 척도의 개발 및 타당화 연구. **한국심리학회지: 건강**, 11(4), 767-784.  
 김홍순 (2001). 어머니의 양육태도 및 애착과 중학생 자녀의 자아개념과의 관계. **한남대학교 대학원 석사학위논문**.  
 노운성 (2007). 부-자녀간 애착이 청소년 사회적 능력에 미치는 영향. **경북대학교 석사학위논문**.  
 도현심 (1999). 부모에 대한 애착 및 또래경험과 초기 청소년의 외로움 간의 관계. **아동학회지**, 20(3), 33-49.  
 류금동 (2006). 이혼가정 청소년의 문제행동에 영향을 미치는 인지적 특성에 관한 연구. **가톨릭대학교 대학원 석사학위논문**.  
 박정녀 (2004). 청소년의 부모애착과 자동적 사고 및 공격성. **서강대학교 대학원 석사학위논문**.  
 박정녀, 최해립 (2005). 청소년의 부모애착과 자동적 사고 및 공격성. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 17(1), 249-264.  
 보건복지부 (2008). 2008년 10월 5일 박은수 국회의원 보도자료. 19세 이하 소아청소년 중 4만 5천여명 우울증과 스트레스로 정신과 진료받아.  
 신현균 (2009). 아동, 청소년의 생활 스트레스, 부모 양육방식 및 부정적 자동적 사고 간 관계: 연령과 성에 따른 부모 양육방식의 중재효과를 중심으로. **한국심리학회지: 임상**, 28(4), 1083-1105.  
 양재원, 홍성도, 정유숙, 김지혜 (2005). 부정적 자동적 사고 질문지(ATQ-N)와 긍정적 자동적 사고 질문지(ATQ-P)의 타당화 연구: 청소년 집단을 대상으로. **한국심리학회지: 임상**, 24(3), 631-646.  
 오송희 (1999). 청소년기 애착과 자아존중감 및 우울과의 관계. **서강대학교 대학원 석사학위논문**.  
 옥 정 (1998). 청소년기 애착 안정성과 우울성향의 관계. **이화여자대학교 대학원 석사학위논문**.  
 유나현 (2005). 애착, 심리적 독립, 정서지능에 따른 진로결정 자

- 기효능감의 차이. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 이정현 (2007). 아동의 외로움과 지각된 어머니의 수용-거부, 또래관계 기술 및 자동적 사고의 관계. 서강대학교 대학원 석사학위논문.
- 이재승 (2005). 청소년이 지각한 부모와의 의사소통유형과 인생 태도에 대한 연구. 한남대학교 대학원 석사학위논문.
- 이주영 (2009). 부모 양육태도와 또래관계가 청소년기 사회적 위축행동에 미치는 영향 : 자동적 사고를 매개로. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 이주영, 김지혜 (2002). 긍정적 사고의 평가와 활용: 한국판 긍정적 자동적 사고 질문지(Automatic Thoughts Questionnaire-Positive: ATQ-P)의 표준화 연구. **한국심리학회지: 임상**, 21, 647-664.
- 임영실 (2004). 청소년의 긍정적 자기지각과 주관적 안녕감 및 귀인성향 비교. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 장휘숙 (1997). 청년기의 애착과 자아존중감 및 자기효능감의 관계. **한국인간발달학회**, 4(1), 88-106.
- 장휘숙 (2002). 청년후기의 부모에 대한 애착, 분리-개별화 및 심리사회적 적응. **한국심리학회지: 발달**, 15(1), 101-121.
- 정옥분, 정순화, 황현주 (2009). **애착과 발달**. 서울: 학지사.
- 조윤정 (2010). 청소년의 긍정적 사고가 성취동기와 스트레스 대처방식에 미치는 영향. 한국교원대학교 대학원 석사학위논문.
- 최해림 (2005). 부모애착, 자동적 사고, 성역할 정체감과 공격성의 관계. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 17(3), 599-616.
- 탁은정 (2010). 긍정적 사고 수준에 따른 일반계 고등학생의 학교적응과 또래관계의 차이. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 한상철 (2008). 청소년 가족의 위험요인과 보호요인 탐색. **한국심리학회지 : 사회문제**, 14(1), 273-298.
- Ainsworth, M. D., Blehar, M. I., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ.: Lawrence Erlbaum.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence, *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427-453.
- Beck, A. T. (1964). Thinking and depression: II. Theory and therapy. *Archives of General Psychiatry*, 10(6), 561-571.
- \_\_\_\_\_ (1967). *Depression: Causes and treatment*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- \_\_\_\_\_ (1988). Cognitive approaches to panic disorder: Theory and therapy. In S. Rachman, & J. D. Maser (Eds.), *Panic: Psychological perspectives* (pp. 91-109). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Beck, A. T., Freeman, A., & Associates. (1990). *Cognitive therapy of personality of depression*. New York: Guilford Press.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press.
- Beck, J. S. (1997). **인지치료의 이론과 실제** [*Cognitive Therapy*]. (최영희와 이정흠 역). 서울: 하나의학사. (원전은 1995에 출판)
- Berndt, T. J. (1996). *Friendships in adolescence*. In N. Vanzetti, & S. Duck (Eds.), *A lifetime of relationships* (pp. 181-212). Belmont, Ca: Brooks/ Cole Publishing co.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Loss, sadness, and depression* (Vol. 3). Harmondsworth, England: Penguin.
- \_\_\_\_\_ (1982). Attachment and loss: retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664-678.
- \_\_\_\_\_ (1988). *A Secure Base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.
- Buhrmester, B., & Furman, W. (1987). The Development of Companionship and Intimacy. *Child Development*, 58, 1101-1113.
- Clark, D. A., Beck, A. T., & Alford, B. A. (1999). *Scientific foundations of cognitive theory and therapy of depression*. New York: John Wiley and Sons.
- Fenzel, L. M. (1989). Role Strains and the Transition to Middle School Longitudinal Trends and Sex Differences. *The Journal of Early Adolescence*, 9(3), 211-226.
- Gillath, O., Bunge, S. A., Shaver, P. R., Wendelken, C., & Mikulincer, M. (2005). Attachment-style differences in

- the ability to suppress negative thoughts: Exploring the neural correlates. *Social Cognitive Neuroscience*, 28(4), 835-847.
- Grotevant, H. D., & Cooper, C. R. (1986). Individuation in Family Relationships: A Perspective on Individual Differences in the Development of Identity and Role-Taking Skill in Adolescence. *Human Development*, 29(2), 82-100.
- Hollon, S. D., & Kendall, P. C. (1980). Cognitive self-statements in depression: Development of an automatic thoughts questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, 4, 383-395.
- Holmes, J. (1992). *John Bowlby and Attachment Theory*. London and New York: Routedge.
- Ingram, R. E., Smith, T. W. & Brehm, S. (1983). Depression and information processing: Self-schemata and the encoding of self-referent information, *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(2), 412-420.
- Ingram, R. E., & Wisnicki, K. S. (1988). Assessment of positive of the automatic cognition. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 898-902.
- Jacobson, T., Edelstein, W., & Hofmann, V. (1994). A longitudinal study of the relation between representations of attachment in childhood and cognitive functioning in childhood and adolescence. *Developmental Psychology*, 30(1), 112-124.
- Marvin, R. S., & Britner, P. A. (1999). Normative development: The ontogeny of attachment. In J. Cassidy & P. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment* (pp. 21- 43). NewYork: Guilford Press.
- Toth, S. L., & Cicchetti, D. (1996). Patterns of relatedness, depressive symptomatology, and perceived competence in maltreated children. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(1), 32-41.
- Weiss, R. S. (1982). Attachment in adult life. In C. M. Parkes & J. S. Hinde (Eds.), *The Place of Attachment in Human Behavior* (pp. 171-184). New York: Basic Books.

<국문요약>

본 연구의 목적은 청소년의 자동적 사고에 영향을 미치는 애착 요인에 대해 살펴보는 것이다. 애착요인으로 부애착, 모애착, 또래애착을 선택해, 이들이 긍정적 자동적 사고와 부정적 자동적 사고에 미치는 영향을 알아보았다. 본 연구에서는 443명의 중고등학생을 대상으로 하였다. 부모애착, 또래애착, 긍정적 자동적 사고, 부정적 자동적 사고는 자기보고식 질문지를 이용해 평가하였다. 수집된 자료는 빈도분석, 백분율, 기술통계, t검증, Pearson의 적률상관관계, 중다회귀분석을 이용해 분석하였다.

주요 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 또래애착은 학교급과 성별에 따라 유의한 차이가 나타났다. 고등학생들은 중학생들에 비해, 여학생들은 남학생들에 비해 또래애착이 안정적이었다. 부정적 자동적 사고는 성별에 따라 유의한 차이가 나타났다. 즉 여학생들이 남학생들보다 부정적 자동적 사고를 많이 하는 경향이 있었다. 둘째, 부모 및 또래 애착은 긍정적 자동적 사고와는 정적 관련성을 보였고, 부정적 자동적 사고와는 부적인 관련성을 보였다. 셋째, 청소년의 긍정적 자동적 사고에는 부모 및 또래 애착이, 부정적 자동적 사고에는 부모애착만이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 청소년기의 부모 및 또래 애착이 자동적 사고의 종류에 따라 다르게 영향을 미친다는 것을 나타내며, 부모와의 안정적인 애착관계가 사회적 관계망이 확장된 청소년기에도 여전히 청소년의 사고에 중요한 영향을 미침을 보여준다.

■ 논문접수일자: 2011년 10월 21일, 논문심사일자: 2011년 10월 28일, 게재확정일자: 2011년 12월 30일