

# 청소년의 정서지능과 대인 간 스트레스 대처행동이 외로움에 미치는 영향

## The Influence of Adolescents' Emotional Intelligence and Interpersonal Stress Coping on Loneliness

이기쁨(Gi-Bbeum Lee)<sup>1</sup> <https://orcid.org/0000-0001-7212-1803> 민하영(Ha-Young Min)<sup>1\*</sup> <https://orcid.org/0000-0002-0376-2735>

<sup>1</sup>Department of Child Studies, Daegu Catholic University

---

### <Abstract>

The purpose of this study was to investigate the influence of adolescents' emotional intelligence and interpersonal stress coping on loneliness in path model using Structural Equation Modeling (SEM). The subjects were 220 adolescents who were students at middle schools or high schools in Daegu and Gyeongbuk Province. Questionnaires, which required self-reporting by the adolescents, were used to investigate emotional intelligence, interpersonal stress coping, and loneliness.

The collected data were analyzed by Structural Equation Modeling (SEM), Bootstrapping, Pearson Correlation, AMOS 10.0, and SPSS 21.0. The results of this study were as follows.

First, adolescents' emotional intelligence had a negative influence on loneliness. Second, adolescents' interpersonal stress coping had a negative influence on loneliness. In interpersonal stress situations, adolescents used problem focused coping more than emotion focused coping. Third, adolescents' emotional intelligence had a positive influence on interpersonal stress coping. Fourth, emotional intelligence had an indirect effect on loneliness via interpersonal stress coping.

The results mean emotional intelligence had more of an influence on adolescents' loneliness than interpersonal stress coping did. Therefore, improving the ability to recognize emotions in self and others, understanding their effect, and to use that knowledge to guide thoughts and behaviors helps to prevent loneliness in adolescents.

---

▲주제어(Keywords): 청소년(adolescent), 정서지능(emotional intelligence), 대인 간 스트레스 대처행동(interpersonal stress coping), 외로움(loneliness)

### I. 문제제기

최근 우리나라 청소년의 행복지수를 측정해 OECD 국가와 비교 조사한 결과에 의하면 우리나라 청소년이 느끼는 행복감은 OECD 국가 중 최하위권을 기록한 반면 행복감을 위협하는 외로움은 OECD 국가 중 가장 높은 것으로 나타났다(한국방정환재단, 연세대학교 사회발전연구소, 2018).

한편 2012년과 2014년 통계청이 보고한 청소년 통계조사에 의하면 청소년의 11.2%와 12.5%가 자살하고 싶었던 이유로 외로움과 고독을 꼽았다. 청소년기에 외로움이 주목 받아야 하는 이유는 청소년의 외로움이 자살(Lasgaard, Goossens, & Elkit, 2011) 뿐 아니라 낮은 자아존중감(박선영, 도현심, 1998), 우울, 비행, 스마트폰 중독(여종일, 2016; 이현덕, 홍혜영, 2011) 등의 심리적 부적응이나 문제

---

• 본 논문은 석사학위 논문을 바탕으로 2019년도 한국가정관리학회 공동춘계학술대회에서 포스터 발표한 것을 수정 보완한 것임.

\* Corresponding Author: Ha-Young Min, Department of Child Studies, Daegu Catholic University, 13-13 Hayang-ro, Hayang-eup, Gyeongsan-si, Gyeongsangbuk-do, 38430, Korea, Tel: +82-53-850-3545, Email: [hymn@cu.ac.kr](mailto:hymn@cu.ac.kr)

행동 유발에도 의미있는 영향을 미치는 것으로 보고되기 때문이다. 외로움에 관한 초기 연구에서는 Weiss(1973)의 정서적 외로움(emotional isolation)과 사회적 외로움(social isolation) 측면에서 연구되었다. 사회적 욕구 관점에 기초한 Weiss의 이원적 개념 분류는 외로움 연구의 토대가 되었다. 그러나 다양한 논의와 검증이 계속되면서 '일반적 정서로서의 외로움(general feeling of loneliness)'으로 단일 개념화한 UCLA 외로움(Russell, Peplau, & Cutrona, 1980; Russell, Peplau, & Ferguson, 1978) 개념이 폭넓게 사용되고 있다(Oshagan & Allen, 1992). 이는 사회적 관계에서 지각하는 부정적 감정에 초점을 둔 외로움을 사회적 관계의 단절이나 붕괴에서 경험되는 고립감(social isolation), 즉 사회적 외로움과 개념적으로 구분하는 것(Schrempft, Jackowska, Hamer, & Steptoe, 2019)이 필요하다는 인식이 확산되었기 때문이다. 이에 이 연구에서는 사회적 관계에 대한 주관적 평가와 지각에 초점을 둔 부정적 감정의 정서(Perlman & Peplau, 1981)로 개념 정의한 외로움에 근거해 청소년의 외로움을 접근하고자 한다.

청소년기의 외로움은 다른 생애 발달 단계에 비해 외로움에 취약한 것으로 나타났는데 이는 청소년기의 발달적 특성 때문이다(Collins & Steinberg, 2006; Perlman & Landolt, 1999). 2차 성정의 발달로 대표되는 청소년기는 인지적·정서적·신체적 측면에서 학령기와는 다른 발달적 특성을 나타낸다(Bremer, 2012). 부모의 보호가 중요시되었던 학령기 아동과 달리 청소년은 부모와의 관계 비중을 줄이고 또래와의 관계 비중을 높이면서(Brown & Klute, 2003) 부모의 보호로부터 점차 독립하고자 한다. 부모로부터의 독립 욕구가 상승하는 만큼 또래와 강한 친밀감이나 소속감을 형성하고자 하는 심리적 욕구도 증가한다(Steinberg & Morris, 2001). 청소년기에 나타나는 또래 행동에 대한 모방이나 동조 또는 동일시 등은 또래에 대한 친밀감이나 소속감에 대한 욕구가 강하기 때문에 나타나는 행동이라 볼 수 있다. 부모와 보내는 시간보다 또래와 함께 보내는 시간이 극적으로 커진 만큼 또래인 친구에 대한 친밀감과 소속감에 대한 욕구나 기대도 커지게 된다(Collins & Steinberg, 2006; Larson & Richards, 1991). 이러한 과정에서 또래에 대한 자신의 욕구와 기대가 충족되지 못할 때 상대적으로 큰 외로움을 경험하게 되는 것이다. 한편 청소년은 또래인 친구와의 관계에서 친밀감과 소속감을 형성하려는 상태에서 자아감 발달과 더불어 부모로부터 독립하고자 하며 부모와의 관계에서 심리적 거리를 두려한다. 부모와의 관계에서 나타나는 이러한 특성은 친구나 학업 등 학교 생활에서의 어려움이나 문제 직면 시

부모에게 쉽게 심리적 의지나 정서적 지원을 구하지 못하게 하는 방해 요인이 됨으로써 청소년의 외로움을 증폭시키는 요인이 된다.

이와 같이 청소년기는 친구나 부모 등 사회적 관계 안에서 외로움을 쉽게 경험할 수 있다(김주연, 도현심, 김민정, 신나나, 2012; Antognoli-Toland, 2000). 또래와 같이 활동하면서 친밀한 관계를 형성하고 싶은 자신의 진실된 마음을 알아주지 않는 친구와의 관계에서, 독립하고자 하면서도 어려움이 있을 때 의지하고 싶은 양가적 마음의 부모와의 관계에서 청소년은 가깝게 느껴지거나 의지할만한 사람이 없다는 등의 외로움을 경험하기 쉽다. 평균 16세에서 17세 연령에 해당되는 미국의 11학년 2091명을 대상으로 한 연구(Woodhouse, Dykas, & Cassidy, 2012)에서 또래로부터의 수용과 관련된 청소년의 외로움은 학령기 아동의 외로움(Asher & Paquette, 2003)처럼 학교 내 문제 행동과 같은 부적응을 설명하는 주요 변인인 것으로 나타났다. 청소년이 경험하는 외로움이 사회적으로 우려할만한 적응 문제를 유발하는 요인이라는 점을 고려해 볼 때 청소년의 외로움을 예방하는 것은 심리 사회적 문제를 미연에 방지할 수 있다는 잇점이 있다. 이에 이 연구에서는 1318로 지칭되는 중고등학교 청소년의 외로움에 영향을 미치는 변인 규명을 통해 외로움 예방에 도움이 될 정보와 자료를 제공하고자 한다.

청소년의 외로움에 영향을 미치는 변인은 환경 외적 요인과 개인 내적 요인 등 다양한 측면에서 탐색해 볼 수 있다. 청소년의 외로움이 부모의 양육행동(안명희, 2014)이나 집단 따돌림(김혜원, 2011) 등 환경 외적 요인을 중심으로 연구되고 있음을 고려해 볼 때, 청소년 자신의 개인 내적 요인을 중심으로 외로움에 영향을 미치는 변인을 살펴볼 필요가 있다. 외로움에 영향을 미치는 개인 내적 변인의 탐색은 청소년 스스로 자기 보호 요인을 이해할 수 있는 근거 자료가 되며, 스스로의 적응력을 높이는데 참조할 수 있는 기초 자료가 되기 때문이다(민하영, 2002).

청소년의 개인 내적 변인 중 정서지능은 친구, 부모 등 대표적 타인이라고 할 수 있는 사람들과의 관계 형성 및 유지에 의미있는 역할(Ciarrochi, Chan, & Caputi, 2000; Mayer, Caruso, & Salovey, 1999; Schutte et al., 2001)을 하므로, 사회적 관계 속에서 경험하는 외로움에 영향을 미치는 변인으로 고려될 수 있다. 실질적으로 자신과 타인의 정서를 평가하고 표현할 뿐 아니라 효과적으로 정서를 조절할 줄 아는 능력이며 자신의 삶을 계획하고 성취하기 위해서 자신과 타인의 정서를 활용할 줄 아는 능력인 정서지능(Mayer & Salovey, 1999)은 또래 관계나 대인 관계의 질에 영향을 미치는 의미 있는 변인으로 보고되고 있다.

예를 들어 정서지능이 높은 청소년은 또래인 친구와의 관계에서 정서를 잘 조절하는 것(Ciarrochi et al., 2000; Mayer et al., 1999)으로 나타났으며, 정서지능이 높은 대학생은 높은 사회적 기술과 협동성과 함께 대인 관계에 대한 높은 만족도를 나타냈다(Schutte et al., 2001). 청소년과 대학생을 대상으로 한 각각의 연구에서 정서지능이 긍정적인 대인 관계 형성과 유지에 정적 영향을 미친다는 사실을 고려해 볼 때, 청소년 자신의 정서지능은 대인 관계 형성 및 유지 측면에서 문제나 어려움을 경험할 때 발생하는 외로움과는 부적 관계를 나타낼 것이라 보여진다.

한편 부정적 정서인 스트레스가 대처행동에 의해 영향받는 것(Krohne, 2001; Lazarus & Folkman, 1984)처럼, 대인 관계에서 발생하는 부정적 정서인 외로움 역시 대처행동 성향과 유관할 수 있다. 스트레스 대처행동이란 자신이나 외부 환경으로부터 오는 스트레스를 최소화하기 위해 개인이 행하는 인지적, 행동적 노력(Lazarus & Folkman, 1984)을 의미한다. 학자에 따라 직면한 스트레스 상황을 해결하기 위한 대처행동은 다양하게 분류(Skinner, Edge, Altman, & Sherwood, 2003)되고 있다. 그러나 접근 대처(approach)와 회피 대처(avoidance)처럼 이원적 측면에서 대처행동을 분류하는 학자(Ebata & Moos, 1991; Roth & Cohen, 1986)들의 경우 Lazarus와 Folkman(1984)의 문제중심 대처행동(problem-focused coping)과 정서중심 대처행동(emotional-focused coping)의 이원적 분류를 근간으로 하고 있다. 접근 대처와 유사한 문제중심 대처행동은 대인관계에서 발생한 문제를 해결하거나 스트레스의 원인을 변경시키려 노력하는 행동을 말한다. 그에 반해 회피 대처와 유사한 정서중심 대처행동은 대인 간 스트레스로 인해 발생한 부정적 감정을 줄이거나 관리하는 행동을 말한다. 문제중심 대처행동은 인지적 측면에서 스트레스를 유발시키는 원인 해결에 초점을 두기 때문에 스트레스로 인한 환경 적응에서 기능적 대처행동으로 평가되고 있다. 이에 반해 정서중심 대처행동은 인지적 측면에서 스트레스로 인한 부정적 정서나 감정에서 벗어나므로써 정서적 안정을 찾으려는데 초점을 둔다. 정서중심 대처행동은 스트레스 유발 원인이 해결되지 않고 남아 있기 때문에 문제중심 대처행동에 비해 기능성이나 효과성이 떨어지는 것으로 평가되고 있다(Schoenmakers, van Tilburg, & Fokkema, 2015; Stallard, Velleman, Langsford, & Baldwin, 2001).

그런데 여기서 고려할 점은 문제중심 대처행동이 정서중심 대처행동에 비해 기능적이라 평가되고 있지만, 사람들은 스트레스 직면 시 문제중심과 정서중심 대처행동 중 하나만을 선택하는 것이 아니라 두개 모두를 사용한다는 것이다. 사람들이 사용하는 대처행동(개인 간 대처행동 interpersonal

coping)이 아닌 한 사람이 사용하는 대처행동(개인 내 대처행동 intrapersonal coping)을 살펴보면 문제중심 또는 정서중심 대처행동이 아닌 문제중심 우위의 대처행동이나 또는 정서중심 우위의 대처행동이나로 설명될 수 있다. 이는 갈등 관리 상황에서 자신의 이익에 대한 주장성과 타인과의 협조성이 함께 나타나고 있다는 점을 고려해, Thomas와 Kilmann(1975)이 주장성과 협조성의 우위에 따라 갈등 관리 유형을 경쟁형, 협력형, 타협형, 회피형, 순응형으로 구분하고 있는 것과 유사하다. 문제중심 우위인가 정서중심 우위인가는 실질적으로 문제중심 대처행동을 기준으로 보느냐 또는 정서중심 대처행동을 기준으로 보느냐의 문제일 뿐 문제중심과 정서중심 대처행동을 각각의 축으로 보면 같은 특징을 갖는다. 즉 '문제중심 우위 성향이 높다'라는 것은 문제중심 대처행동을 정서중심 대처행동에 비해 많이 사용함을 의미하는 것이다. 반면 '문제중심 우위의 성향이 낮다'는 것은 문제중심 대처행동이 정서중심 대처행동에 비해 낮음을 의미한다. 이는 곧 정서중심 대처행동이 문제중심 대처행동에 비해 많이 사용함을 의미하는 것이다.

문제중심 우위의 대처행동 성향이 높지 않은 청소년 즉 정서중심 대처행동을 문제중심 대처행동보다 더 많이 사용하는 청소년은 대인 관계에서 발생한 문제를 해결하기 보다 문제로 인해 유발된 자신의 부정적 정서나 감정을 해결하는데 보다 더 노력한다. 따라서 친구나 부모 또는 그 외의 사회적 관계에서 발생한 부정적 감정임에도 불구하고 상대방인 당사자와 함께 해결하는 과정이 수반되지 않은 채 자신의 감정만 조절하려한다. 실질적으로 외로움을 호소한 청소년들은 TV를 보거나 음악을 듣는 등 정서중심의 대처행동을 사용하는 것(Moore & Schultz, 1983)으로 보고되고 있다. 464명의 초등학교 6학년 학령기 아동도 또래 소외 상황에서 정서중심의 소극적 대처행동을 할수록 남녀 아동 모두 외로움을 더 많이 경험하는 것(민하영, 2002)으로 나타났으며 평균 연령 30대 남녀 633명을 대상으로 한 연구에서도 외로움에 대해 정서중심 대처행동 특성을 보인 사람들은 만성적 외로움을 경험하는 것(Rokach & Brock, 1998)으로 나타났다.

그러나 친구나 부모 또는 그 외의 사회적 관계에서 발생하는 대인 간 스트레스 상황에서 문제중심 우위의 대처행동 성향을 나타내는 청소년은 대인 관계에서 불거진 문제를 상대방인 당사자와 직접 해결하거나 당사자와 함께 발생한 문제의 근원을 변화시켜 보려 노력한다. 그리고 그 과정에서 상대방인 당사자와 친밀감이나 소속감을 경험하거나 유지하기 때문에 외로움 수준이 감소되게 된다. 실질적으로 문제중심 대처행동은 스트레스 요인을 제거

(Carstensen, Fung, & Charles, 2003)하기 때문에 외로움 수준을 낮추는 것으로 보고되고 있다(Deckx, van den Akker, Buntinx, & van Driel, 2018).

문제중심 및 정서중심의 대처행동과 외로움 간의 관계에 관한 연구들은 또래와의 대인 간 스트레스 상황에서 사용하는 청소년의 대처행동 성향도 외로움에 영향을 미칠 것임을 시사하고 있다. 그러나 여기서 고려할 점은 정서지능이 친구관계의 갈등해결전략에서 협력 및 절충전략 사용에 정적 영향을 미친다는 점(임수진, 이재신, 2017), 정서지능이 높은 아동이 대인관계문제해결에서 대안적이며 긍정적인 사고를 많이 한다는 점(심혜숙, 왕정희, 2001), 그리고 정서지능이 높은 청소년들일수록 문제중심의 적극적 대처행동을 많이 사용한다는 점(류진숙, 현은민, 2006)이 보고되고 있다는 것이다. 이는 청소년의 외로움에 영향을 미치는 정서지능이 대인 간 스트레스 상황에서 사용하는 대처행동에도 영향을 미치고 있음을 의미하는 것이다. 정서지능이 높다는 것은 타인의 정서를 평가하고 표현할 뿐 아니라 효과적으로 조절할 줄 아는 능력과 자신이 원하는 결과를 성취하기 위해서 타인의 정서를 활용할 줄 아는 능력이라는 높다는 것이다. 따라서 정서지능이 높은 청소년은 친구나 부모 등 타인과의 관계에서 대인 간 스트레스를 경험할 때 자신의 감정만을 조절하려는 정서중심 대처행동보다 타인의 입장과 시각에서 직면한 문제를 해결하거나 문제의 근원을 찾아 해결하려는 등의 문제중심 대처행동을 선호할 가능성이 크다. 이처럼 정서지능이 대인 간 스트레스 대처행동에 영향을 미친다면 청소년의 외로움은 정서지능과 대인 간 스트레스 대처행동에 의해서 직접 영향을 받지만 정서지능이 대인 간 스트레스 대처행동에 영향을 미침으로써 나타나는 간접 영향도 받을 가능성이 크다. 이에 이 연구에서는 청소년의 외로움에 미치는 개인 내적 변인의 직접 영향의 가능성을 구조방정식 모델에 기반한 경로모형을 통해 검증해 보고자한다. 이를 위해 다음과 같은 연구문제와 모형을 설정하였다.

<연구문제 1> 청소년의 정서지능과 대인 간 스트레스 대처행동이 외로움에 미치는 경로모형은 유의한가?

- 1-1 청소년의 정서지능이 외로움에 미치는 직접 영향은 유의한가?
- 1-2 청소년의 대인 간 스트레스 대처행동이 외로움에 미치는 직접 영향은 유의한가?
- 1-3 청소년의 정서지능이 대인 간 스트레스 대처행동에 미치는 직접 영향은 유의한가?
- 1-4 청소년의 정서지능이 대인 간 스트레스 대처행동을 매개로 외로움에 미치는 간접 영향은 유의한가?

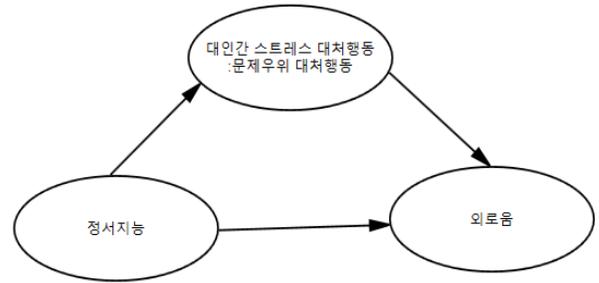


그림 1. 청소년의 정서지능과 대인 간 스트레스 대처행동이 외로움에 미치는 경로모형

구조방정식 모델을 통해 검증된 청소년의 정서지능과 대인 간 스트레스 대처행동 그리고 외로움의 경로모형 탐색 결과는 중고등학교 교육현장 및 상담현장에서 1318 청소년의 외로움을 예방하고 방지하기 위한 청소년 자기 보호 프로그램 개발 시 유용하게 참고할 수 있는 정보와 자료로 활용될 수 있을 것이다.

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

청소년복지지원법에서 청소년을 만 13세 이상 만 18세 이하로 규정한 점을 토대로 중, 고등학교에 재학 중인 청소년 220명을 연구대상으로 선정하였다. 연구대상 청소년 중, 중학교 2학년은 50명(22.7%), 중학교 3학년은 50명(22.7%), 고등학교 1학년은 61명(27.7%), 고등학교 2학년은 59명(26.8%)이고 남학생은 111명(50.5%), 여학생은 109명(49.5%)이었다.

### 2. 연구도구

#### 1) 외로움

청소년의 외로움을 측정하기 위해 UCLA 외로움 척도(Russell et al., 1980)를 토대로 허정화와 김진숙(2014)이 개발한 청소년의 외로움 척도를 본 연구에 맞게 수정하여 사용하였다. 따라서 '내 주위에 사람들이 있지만 나를 이해하지는 못한다'의 경우 주어 동사의 일치를 고려하여 '내 주위에 사람들이 있지만 나를 이해하는 사람은 없다'로 수정하였다. 이 척도는 '나는 되도록이면 우리 가족을 피한다.', '진정으로 나를 아껴주는 친구가 없어 슬프다.', '내 주위에 사람들이 있지만 나를 이해하는 사람은 없다.' 등 가족, 친구, 공동체관계로부터 경험되는 외로움으로 구성되었다. 가족관계로부터의 외로움(8문항), 친구관계로부터의

외로움(8문항), 공동체관계로부터의 외로움(8문항) 등 총 24개 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(4점)’의 4점 Likert로 측정하였다. 응답가능범위는 24-96점이며 점수가 높을수록 청소년의 외로움이 큰 것을 의미한다. 문항 간 신뢰도 Cronbach’s  $\alpha$ 는 .92로 나타났다.

### 2) 정서지능

청소년의 정서지능을 측정하기 위해 Schutte 등(1998)의 정서지능(EI: Emotional Intelligence) 척도를 기반으로 이창훈(2016)이 성인 대상으로 개발한 정서지능(Emotional Intelligence) 척도를 본 연구에 맞게 수정하여 사용하였다. 따라서 ‘나는 다른 사람들의 얼굴 표정만 봐도 그들이 경험하고 있는 정서가 무엇인지 인식할 수 있다’와 같은 경우 ‘다른 사람들’을 친구, 선생님, 부모님으로 구체화하여 사용하였다. 이 척도는 ‘나는 내가 경험하고 있는 정서가 어떤 정서인지 알고 있다.’, ‘나는 다른 사람(친구, 선생님, 부모님)들의 얼굴 표정만 봐도 그들이 경험하고 있는 정서가 무엇인지 인식할 수 있다.’, ‘나는 내가 하는 대부분의 일을 잘 해 낼 것이라고 생각한다.’, ‘나는 다른 사람(친구, 선생님, 부모님)들이 즐거워할 만한 일들을 추천할 수 있다.’, ‘나는 긍정적으로 생각하거나 기분이 좋을 때 문제 해결이 더 쉽게 되는 편이다.’ 등 자기감정인지(3문항), 타인감정인지(3문항), 자기감정규제(3문항), 타인감정규제(3문항), 감정이용 문제해결(3문항)의 5개 하위요인을 포함한 총 15 문항으로 이루어졌다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’의 5점 Likert로 측정하였다. 응답가능범위는 15-75점이며 점수가 높을수록 정서지능이 높은 것을 의미한다. 본 척도의 문항 간 내적 합치도(Internal-Item Consistency)를 알아보기 위해 문항에 대한 신뢰도 분석을 하였으며, 문항 간 신뢰도 Cronbach’s  $\alpha$ 는 .91이다.

### 3) 대인 간 스트레스 대처행동

청소년의 대인 간 스트레스 대처행동을 측정하기 위해 Lazarus와 Folkman(1984)이 성인을 대상으로 개발한 스트레스 대처행동(Ways of Coping) 척도를 청소년에 맞게 변안하여 본 연구에 맞게 구성하였다. 따라서 ‘기분 전환을 위해 음식을 먹거나 술, 담배나 마약을 복용한다’와 같은 내용은 ‘기분 전환을 위해 음식을 먹거나 술, 담배 등을 한다’ 등으로 수정하였다. 대인 간 스트레스 대처행동 척도는 ‘다음 단계에서 내가 해야 할 것이 무엇인지에 대해 집중한다.’, ‘문제해결을 위해 아무 것도 안한 것이 아니라 최소한 무엇인가를 한다.’ 등의 문제중심 대처행동(32문항)과 ‘무엇을 하기보다 시간이 약이라 생각하며 시간이 흐르면 해결될 거라 생각한다.’, ‘그 문제를 일으킨 사람에게 화를

낸다.’ 등의 정서중심 대처행동(34문항)을 묻는 문항으로 구성하였다. 66개 각 문항은 ‘사용하지 않음(0점)’에서 ‘아주 많이 사용(3점)’의 4점 Likert로 측정하였다. 문제 중심적 대처행동의 응답범위는 0-96점이며 정서중심적 대처행동의 응답범위는 0-102점이다. 본 척도의 문항간 내적 합치도(Internal-Item Consistency)를 알아보기 위해 문항에 대한 신뢰도 분석을 하였으며, 문항 간 신뢰도 Cronbach’s  $\alpha$ 는 .95이다. 한편 문항 수가 서로 다른 점을 고려해, 문제 중심 대처행동과 정서중심 대처행동의 표준화 Z점수를 구한 후 문제중심 대처행동의 표준화 Z점수에서 정서중심 대처행동의 표준화 Z점수를 뺀 값을 문제중심 우위대처행동으로 지칭했다. 그리고 이를 대인 간 스트레스 대처행동으로 사용하였다. 대인 간 스트레스 대처행동 점수가 높을수록 정서중심 대처행동보다 문제중심 대처행동을 많이 사용하는 것을 의미한다.

### 3. 연구절차

청소년의 정서지능 및 대인 간 스트레스 대처행동이 외로움에 미치는 영향을 알아보기 위하여 대구 경북 지역의 중고등학교에 재학 중인 청소년 220명을 연구대상으로 질문지 조사를 실시하였다. 연구자가 직접 중, 고등학교를 방문하여 교장 및 담임교사에게 연구의 목적과 질문지 응답요령을 충분히 설명하고 D대학교 생명윤리심의(IRB)에 통과된 질문지를 배부하였다. 질문지 조사 참여는 학생들의 자율적 선택에 의해 이루어졌으며 응답은 담임 교사의 지도 하에 실시되었다. 응답이 완료된 질문지는 연구자가 직접 재방문하여 회수하였다. 질문지는 총 250부가 배부되었으며 회수된 질문지 236부중 무응답 질문지와 성실하지 않게 응답한 질문지 16부를 제외한 총 220명의 자료가 최종 분석에 사용되었다.

### 4. 자료분석

청소년의 정서지능, 대인 간 스트레스 대처행동, 외로움 간의 경로모형의 유의성을 검증하기 위해 구조방정식 모델을 사용하였으며 이를 위해 SPSS 21.0을 이용하여 평균, 표준편차, Pearson 상관계수 등을 산출하였다. 그리고 Amos 22.0 프로그램을 이용하여 <sup>2</sup>, RMSEA, TLI, NFI, CFI값을 살펴보았으며 bootstrapping절차를 이용하여 간접효과의 유의성을 살펴보았다.

III. 연구결과

연구문제를 분석하기 전 청소년의 정서지능, 대인 간 스트레스 대처행동, 외로움의 측정변인 간 상관관계 및 평균(표준편차), 왜도, 첨도를 살펴보았다(<표 1> 참조).

1. 측정모델 분석

구조회귀모델의 모델추정 가능성과 부합도를 검증하기 전에 2단계 모델 추정가능성 확인절차(문수백, 2009)에 따라 먼저 측정모델의 부합도와 모수치를 추정하였으며 확인적 요인분석을 통해 측정변인들이 잠재 변수를 적절하게 측정하는지를 확인하기 위해 최대우도법(maximum likelihood estimation)절차를 이용하여 측정모델의 부합도와 모수치를 추정하였다.

<표 2>에 나타난 바와 같이 측정모델의 부합도는  $\chi^2 = 51.04(df = 25, p < .01)$ , TLI = .93, NFI = .92, CFI = .95, RMSEA = .07로 나타났다. 모형적합도를 나타내는 RMSEA 평균이 .07으로 < .08 이하의 기준치(Browne &

Cudeck, 1993)를 충족하며 독립모형 대비 연구모형의 적합도를 나타내는 TLI, NFI, CFI가 모두 > .90 이상의 기준치(Kline, 2005)를 충족하고 있어 만족스러운 모형 적합도를 보여준다. 이러한 결과는 이 연구의 측정모형이 타당함을 나타내는 것이다.

<그림 2>는 측정모델의 각 잠재변인과 측정 변인들 간의 요인부하량 및 잠재변인들 간의 상관관계를 나타낸 것이다. 각 잠재변인과 측정변인들 간 요인부하량은 모두 .53 이상으로 나타났으며 잠재변인들 간의 상호상관계수는 절대값 .42-.58로 나타났다. 이는 각 측정모델하위 측정 변인들이 각 잠재변인에 대해 수렴타당도가 있음을 의미하는 것이다.

2. 구조모델 분석

측정모델을 통해 개념이 적합하게 측정되었음을 확인한 후 부분매개모델을 연구모형으로 완전매개모델을 경쟁모형으로 설정하였다.

<표 3>에 나타난 바와 같이 연구모형인 부분매개모델의

표 1. 측정변인 간 상관관계 및 기술통계치

(N = 220)

변인	정서지능				대인 간 스트레스 대처행동		외로움		
	자기 인지	타인 인지	자기 규제	타인 규제	감정이용 문제해결	문제중심 우위대처행동	가족	친구	공동체
1	1								
2	.45**	1							
정서지능 3	.44**	.31**	1						
4	.38**	.45**	.59**	1					
5	.38**	.28**	.51**	.54**	1				
대처행동 6	.30**	.30**	.34**	.37**	.32**	1			
7	-.22**	-.19**	-.31**	-.24**	-.17*	-.25**	1		
외로움 8	-.20**	-.2**	-.34**	-.41**	-.30**	-.34**	.57**	1	
9	-.25**	-.27**	-.26**	-.43**	-.25**	-.31**	.41**	.49**	1
M	3.70	3.79	3.7	3.67	3.73	0	1.52	1.62	2.1
(SD)	(.67)	(.68)	(.80)	(.74)	(.75)	(.38)	(.55)	(.58)	(.62)
Skewness	-.21	-.75	-.78	-.65	-.64	.17	.97	.71	.25
Kurtosis	.57	2.04	.93	1.26	1.02	.04	.082	-.51	-.17

표 2. 측정모델 부합도 검증

(N = 220)

$\chi^2$	df	p	RMSEA	TLI	NFI	CFI
			수용기준: < .08	> .90	> .90	> .90
51.04	25	.002	.07	.93	.92	.95

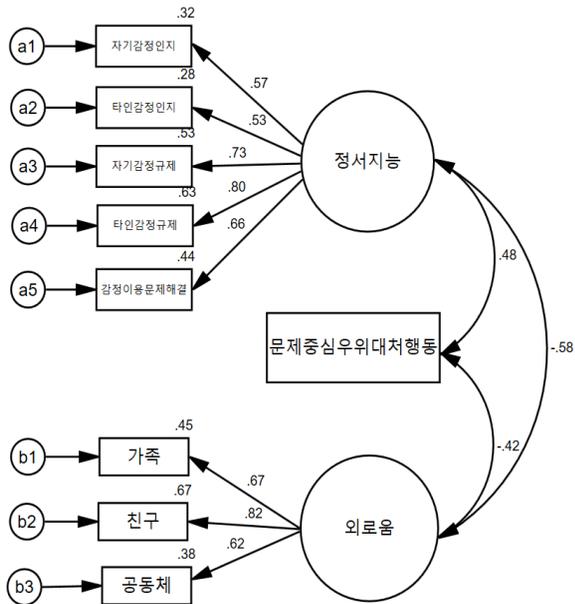


그림 2. 측정모델의 모수치 추정결과

RMSEA의 값은 .07로 경쟁모형인 완전매개모델의 RMSEA의 값 1.0보다 좋은 적합도를 나타냈으며 CFI, TLI, NFI의 값 또한 모두 > .90의 값을 나타내었다. 이는 경쟁모형인 완전매개모델보다 연구모형인 부분매개모델을 선정하는 것이 적합함을 의미하는 것이다. 구조모델 적합도 결과에 따라 최종모델로 선정한 부분매개모델의 모수치를 추정하였

표 3. 구조모델 적합도

model	$\chi^2$	df	p	RMSEA	TLI	NFI	CFI
				수용기준: < .08	> .90	> .90	> .90
연구모델(부분매개)	51.04	25	.002	.07	.93	.92	.95
경쟁모델(완전매개)	81.35	26	.000	1.0	.87	.87	.90

(N = 220)

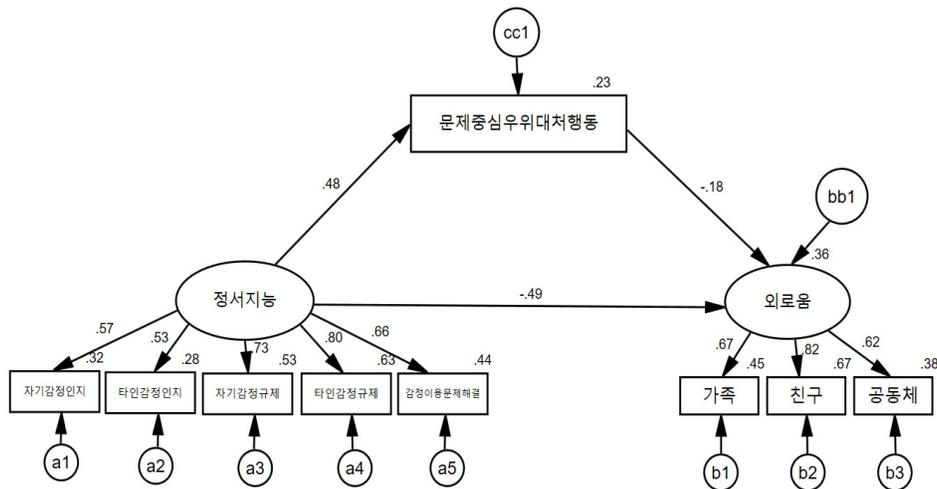


그림 3. 연구모형(부분매개모델)

다. 그 결과는 <그림 3>과 같으며, 모수치에 대한 통계적 유의성을 검증한 결과는 <표 4>와 같다.

<표 4>에서 보는 바와 같이 정서지능은 외로움에 직접 영향을 유의하게 미치는 것으로 나타났다( = -.49,  $p < .001$ ). 이는 청소년의 정서지능이 높을수록 외로움은 적게 느끼는 것을 의미하는 것으로 연구문제 1-1이 채택됨을 의미한다. 문제중심 우위 대처행동은 외로움에 직접 영향을 유의하게 미치는 것으로 나타났다( = -.18,  $p < .01$ ). 이는 청소년이 문제 중심적 대처행동을 많이 사용할수록 외로움을 적게 느끼는 것을 의미하며 연구문제 1-2가 채택됨을 의미하는 것이다. 한편 정서지능은 문제중심 우위대처행동에 직접 영향을 유의하게 미치는 것으로 나타났다( = .48,  $p < .001$ ). 이는 청소년의 정서지능이 높을수록 문제 중심적 대처행동을 많이 사용할수록 외로움을 적게 느끼는 것을 의미하며 연구문제 1-2가 채택됨을 의미하는 것이다. 그리고 연구문제 1-3이 채택되었음을 의미하는 것이다.

연구문제 1-4인 청소년의 정서지능이 대인 간 스트레스 대처행동을 매개로 외로움에 간접 영향을 미치는가를 살펴 보기 위해 bootstrapping을 실시하였다. 분석결과 <표 5>에 나타난 바와 같이 청소년의 정서지능은 대인 간 스트레스 대처행동을 매개로 외로움에 간접 영향을 미쳤으며 그 영향은 유의한 것으로 나타났다( = -.09,  $p < .05$ ).

연구문제 1-1에서 1-4가 모두 채택됨으로써 청소년의 외

표 4. 모형 모수치 추정 및 통계적 유의성 검증 결과

(N = 220)

	경로	표준화 계수	비표준화 계수 B	S.E.	C.R.	연구문제
정서지능	→ 외로움	-.49	-1.3	.29	-4.52***	1-1채택
문제중심 우위대처행동	→ 외로움	-.18	-1.4	.63	-2.19*	1-2채택
정서지능	→ 문제중심 우위대처행동	.48	.16	.03	5.73***	1-3채택
정서지능	→ 자기감정인지	.57	1			
정서지능	→ 타인감정인지	.53	.97	.16	6.18***	
정서지능	→ 자기감정규제	.73	1.6	.21	7.6***	
정서지능	→ 타인감정규제	.80	1.6	.20	7.92***	
정서지능	→ 감정이용문제해결	.66	1.3	.18	7.18***	
외로움	→ 가족	.67	1			
외로움	→ 친구	.82	1.28	.15	8.31***	
외로움	→ 공동체	.62	1.04	.14	7.47***	

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

로움은 정서지능과 문제우위 대처행동에 직접 영향을 받을 뿐 아니라 문제우위의 대처행동을 매개로 한 정서지능에 의해 간접 영향을 받는 것으로 나타났다. 이는 청소년의 정서지능, 대인 간 스트레스 대처행동(문제중심 우위대처행동)과 외로움의 관계가 부분매개모형의 경로모형을 이루고 있음을 함의하는 것이다.

## V. 논의 및 결론

대구 경북 지역의 중, 고등학교 남녀 청소년 220명을 대상으로 청소년의 정서지능과 대인 간 스트레스 대처행동이 외로움에 미치는 영향을 경로모형의 인과관계 측면에서 살펴본 이 연구는 구조방정식을 이용해 경로모형의 유의성을 검증하였으며 이를 토대로 다음과 같은 논의 및 결론을 도출하였다.

첫째, 청소년의 정서지능은 외로움에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 정서지능이 높은 청소년일수록 외로움을 적게 느끼고 있음을 의미하는 것이다. 이와 같은 연구결과는 정서지능이 심리적 적응과 관계있다는 연구결과(Sulaiman, 2013) 및 정서적 지능이 높은 사람들이 또래 및 대인 관계에서 높은 만족도를 나타냈다는 연구결

과(Ciarrochi et al., 2000; Mayer et al., 1999; Schutte et al., 2001)와 유사하다고 볼 수 있다. 정서지능이 높은 청소년은 자신의 정서와 타인의 정서를 정확하게 지각하고 평가하며 표현할 수 있는 능력을 기반으로 사회적 관계 안에서 충족되지 않는 정서적 문제를 효과적으로 관리(Wols, Scholte, & Qualter, 2015)하기 때문에 상대적으로 낮은 외로움을 지각했다고 볼 수 있다. 이는 사회적 관계에서 지각되는 외로움을 낮추거나 예방할 수 있는 보호 요인으로 정서지능이 활용될 수 있음을 시사하는 것이다. 자신의 정서를 잘 통제하고 이를 바탕으로 자신의 정서 뿐 아니라 타인의 정서를 이해하는데 초점을 두는 정서지능 향상 프로그램이 유아(곽윤정, 2004)나 학령기 아동(김광수, 이시화, 2009)의 또래 관계 향상에 긍정적 영향을 미치고 있음을 고려할 때, 청소년을 대상으로 한 정서지능 향상 프로그램은 사회적 관계에서 외로움의 문제를 경험하는 청소년들에게 개인 내적 보호 자원을 강화하는 수단이 될 수 있을 것이다.

둘째, 청소년의 대인 간 스트레스 대처행동은 외로움에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 대인 간 스트레스 대처행동을 문제중심 우위대처행동으로 조작 정의한 점을 고려해 보면, 직면한 대인 관계에서 발생된 문제에 대해

표 5. 변인 간 간접 효과

(N = 220)

경로	총효과	직접효과	간접효과	연구문제
정서지능 → 외로움	-.58*	-.49*	-.09*	1-4채택
문제중심 우위대처행동 → 외로움	-.18***	-.18***		
정서지능 → 문제중심 우위대처행동	.48***	.48***		

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

문제중심의 대처행동을 정서중심의 대처행동보다 더 많이 사용하는 청소년일수록 보다 낮은 외로움을 경험한다고 볼 수 있다. 이와 같은 연구결과는 또래로부터 소외를 경험할 때 이를 소극적으로 대처하는 아동일수록 높은 외로움을 경험한다는 연구결과(민하영, 2002) 및 대인 간 관계에서 느끼는 외로움을 정서중심적으로 대처하는 사람들에게서 만성적 외로움이 컸다는 연구결과(Rokach & Brock, 1998)를 지지하는 것이다. 또한 스트레스 요인을 제거하는 문제중심 대처행동이 외로움을 낮춘다고 보고한 연구결과(Carstensen et al., 2003; Deckx et al., 2018)와 일치하며 문제 중심적 및 사회적지지 추구 대처행동이 포함된 적극적 스트레스 대처행동을 많이 사용할수록 심리적 적응이 높다는 연구결과(Compas, Connor-Smith, Saltzman, Harding-Thomson, & Wadsworth, 2001; Downey, Johnston, Hansen, Birney, & Stough, 2010)와 유사하다.

대인 간 스트레스 상황에서 문제중심 우위의 대처행동 성향을 더 많이 나타내는 청소년은 대인 관계에서 발생된 문제를 직접 해결하거나 발생된 문제의 근원을 변화시키려 노력하기 때문에 문제 발생의 당사자와 상호 만족할 수 있는 접점을 찾으려 노력할 것이다. 이러한 노력과정에서 청소년은 상대방인 당사자와 연결감을 경험하고 보다 강화된 친밀감이나 소속감을 경험할 수 있다고 보여진다. 그러나 문제중심 우위대처행동 성향이 높지 않은 청소년은 문제중심의 대처행동보다 정서중심의 대처행동을 보다 많이 사용한다. 따라서 대인 관계에서 발생된 자신의 부정적 정서나 감정을 조절하고 정서적 안정을 찾으려 노력한다. 대인 간 문제로 인해 발생된 스트레스임에도 불구하고 상대 당사자 없이 혼자 자신의 감정을 해결하려 하는 것이다. 결국 스트레스는 완화될 수 있지만 그 과정에서 외로움은 해결되지 않고 누적되어진다고 보여진다.

셋째, 청소년의 정서지능은 문제중심 우위대처행동인 대인 간 스트레스 대처행동에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이것은 청소년의 정서지능이 정서중심보다 문제중심 대처행동과 보다 높은 상관관계를 나타냈다는 연구결과(류진숙, 현은민, 2006; Noorbakhsh, Besharat, & Zarei, 2012)와 유사한 것으로 정서지능이 적응적이며 기능적인 대처행동 사용을 촉진시킨다는 견해(Downey et al., 2010)를 지지한다 할 수 있다. 정서지능이 문제해결 과정에서 자신과 타인의 정서를 인식하고 조절하며 문제를 해결하기 위해 정서를 활용하는 능력이라는 점을 고려해 볼 때, 직면한 문제를 해결하거나 정보를 탐색하거나 문제 해결을 위한 사회적 지지 요청 등의 문제중심 대처행동을 더 많이 촉진할 것으로 보여진다. 따라서 정서지능이 높은 청소년은 대인 간 문제로 인한 스트레스 발생 시 감정 표현이나

거리두기, 회피하기와 같은 정서중심 대처행동보다 문제중심의 대처행동을 보다 더 선호하여 사용한 것으로 볼 수 있다.

넷째, 청소년의 정서지능은 대인 간 스트레스 대처행동을 매개로 외로움에 간접 영향을 미치는 것으로 나타났다. 청소년의 외로움은 정서지능과 문제중심 우위의 대처행동인 대인 간 스트레스 대처행동에 의해 각각 부적 영향을 받지만 이 과정에서 정서지능이 대인 간 스트레스 대처행동에 미치는 영향에 의해 유발된 간접 영향도 함께 받고 있는 것으로 나타났다. 이는 경로모형 중 부분매개의 인과적 경로모형이 성립되는 것을 의미하는 것이다. 부분매개의 인과적 경로모형은 청소년의 외로움을 예방하는 대안 마련 시, 문제중심 우위대처행동이상으로 정서지능 향상에 보다 많은 관심과 투자가 이루어져야 함을 제안하는 것이라 할 수 있다. 청소년의 정서지능은 외로움 감소와 함께 외로움 감소에 도움이 될 문제중심 우위대처행동의 증가를 촉진시키는 역할을 담당하기 때문이다.

사회적인 상황에서 타인과의 관계에서 경험하는 부정적 감정인 외로움은 청소년의 심리적 부적응이나 문제 행동 유발의 주요 원인이며 삶의 질을 위협하는 요인으로 설명(Lasgaard et al., 2011)되고 있다. 이러한 점 때문에 청소년의 외로움에 영향을 미치는 변인을 규명하고자 하는 연구가 그동안 활발히 이루어져왔다. 그러나 부모의 양육행동이나 또래 관계 등 환경적 변인에 초점을 둔 연구가 대부분으로 청소년의 개인 내적 측면에서 외로움을 설명하려는 노력은 상대적으로 매우 취약한 편이다. 그러한 점에서 정서지능, 대인 간 스트레스 상황에서의 대처행동 성향 등 사회적 관계에서 중요하게 다루어져왔던 개인 내적 변인을 중심으로 청소년의 외로움에 영향을 미치는 변인을 탐색하고자 한 이 연구는 청소년의 외로움에 관한 연구의 폭을 넓혔다는 측면에서 학문적 의의를 평가받을 수 있다. 그러나 학문적 측면에서 이 연구의 결과를 평가할 때, 연구자료가 무선적으로 표집되지 않아 자료의 대표성이 확보되지 못하였다는 점, 성별, 연령 등 경로모형에 영향을 미칠 수 있는 관련 변인을 선행 연구 고찰을 통해 도출한 후 이를 통제하지 못하였다는 점 등은 제한점으로 지적되어야 한다.

한편 청소년의 외로움에 영향을 미치는 개인 내적 변인의 탐색 결과는 청소년 스스로 외로움에 대한 자기 보호 요인을 계발하고 증진시키는데 도움이 될 정보를 제공하기 때문에 학생 상담이나 지도 시 유용하게 활용할 수 있다는 측면에서 이 논문은 실용적 의의를 평가받을 수 있다. 그러나 이 연구는 남녀 성별과 중고등학교 등 학교급별을 통제하지 않았기 때문에 연구의 결과를 남녀 학생 또는 중고등학생의 상담이나 지도에 적용하고자 할 때는

주의가 요구된다. 그러므로 추후 연구에서는 남녀 학생 또는 중고등학생에 적합한 맞춤형 전략 개발이 이루어질 수 있도록 성별과 학교급별 등 청소년 상담 시 고려해야 할 부분에 관한 변인들을 체계적으로 통제된 연구가 이루어져야 할 것이다. 이와 함께 추후 연구에서는 청소년의 외로움 예방 등을 위한 방법론적 문제 해결을 위해 중, 고등학생을 대상으로 한 정서지능 향상 프로그램이나 문제중심 대처행동 전략에 관한 프로그램 개발에 관심을 가져주었으면 한다.

#### 참고문헌

- 곽윤정(2004). **정서지능 교육 프로그램 모형 개발 연구**. 서울대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 김광수, 이시화(2009). 정서지능 교육 프로그램이 초등학생의 갈등해결전략과 또래관계에 미치는 효과. *한국초등교육*, 20(1), 171-191. <https://doi.org/10.20972/kjee.20.1.200907.171>
- 김주연, 도현심, 김민정, 신나나(2012). 부모의 양육행동과 청소년의 외로움: 또래관계의 질의 매개효과. *아동학회지*, 33(1), 111-131.
- 김혜원(2011). 청소년들의 집단따돌림과 집단괴롭힘 피해 경험에 따른 심리적 부적응 및 학교 부적응. *청소년학연구*, 18(5), 321-356.
- 류진숙, 현은민(2006). 청소년의 정서지능과 스트레스 대처방식-일반청소년과 비행청소년의 비교-. *한국가정관리학회지*, 24(1), 209-221.
- 문수백(2009). **구조방정식 모델링의 이해와 적용**. 서울: 학지사.
- 민하영(2002). 학령기 아동의 내외통제소재 및 또래 - 소외 상황에서의 대처행동과 외로움. *아동학회지*, 23(3), 51-63.
- 박선영, 도현심(1998). 가족기능 및 자아존중감과 청소년의 외로움간의 관계. *아동학회지*, 19(1), 229-244.
- 심혜숙, 왕정희(2001). 초등학생의 정서지능과 사회적 능력 및 대인문제해결력과의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 13(1), 163-175.
- 안명희(2014). 모의 심리적 통제와 청소년 우울: 모-자녀 관계 만족도, 분노, 외로움의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(3), 737-758.
- 여종일(2016). 남녀중학생의 외로움과 스마트폰 중독증상의 관계: 자아존중감의 매개효과 검증. *청소년학연구*, 23(1), 129-152.
- 이창훈(2016). 감성지능(Emotional Intelligence)이 경찰 직무수행에 미치는 영향 연구. *한국치안행정논집*, 13(1), 163-188. <https://doi.org/10.25023/kapsa.13.1.201605.163>
- 이현덕, 홍혜영(2011). 중학생의 애착과 인터넷 중독성향간의 관계: 외로움의 매개효과. *청소년학연구*, 18(10), 271-294.
- 임수진, 이재신(2017). 청소년의 자아분화와 갈등해결전략의 관계: 정서지능의 매개효과. *중등교육연구*, 65(1), 173-194. <https://doi.org/10.25152/ser.2017.65.1.173>
- 통계청(2012). *청소년 통계*. 서울: 통계청.
- \_\_\_\_\_(2014). *청소년 통계*. 서울: 통계청.
- 한국방정환재단, 연세대학교 사회발전연구소(2018). *한국어린이-청소년 행복지수, 국제비교연구조사결과 보고서*. 서울: 한국방정환재단
- 허정화, 김진숙(2014). 청소년 외로움 척도 개발과 타당화. *상담학연구*, 15(4), 1549-1570. <https://doi.org/10.15703/kjc.15.4.201408.1549>
- Antognoli-Toland, P. L. (2000). Adolescent loneliness: Testing a predictive model. *Journal of Theory Construction & Testing*, 4(1), 7-13.
- Asher, S. R., & Paquette, J. A. (2003). Loneliness and peer relations in childhood. *Current Directions in Psychological Science*, 12, 75-78. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.01233>
- Bremer, A. A. (2012). Adolescent development. *Pediatric Annals*, 41(4), 145-145. <https://doi.org/10.3928/00904481-20120307-06>
- Brown, B. B., & Klute, C. (2003). Friendships, cliques, and crowds. In G. R. Adams & M. D. Berzonsky (Eds.), *Blackwell handbook of adolescence* (pp. 330-348). Malden, MA: Blackwell Publishing. <https://doi.org/10.1002/9780470756607.ch16>
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen & J. S. Long(Eds). *Testing structural equation models*, (pp. 136-162). Newbury Park, CA: Sage.
- Carstensen, L. L., Fung, H. H., & Charles, S. T. (2003). Socioemotional selectivity theory and the regulation of emotion in the second half of life. *Motivation and Emotion*, 27, 103 - 123.
- Ciarrochi, J. V., Chan, A. Y. C., & Caputi, P. (2000). A critical evaluation of the emotional intelligence construct. *Personality and Individual Differences*, 28(3), 539 - 561. [https://doi.org/10.1016/s0191-8869\(99\)00119-1](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(99)00119-1)
- Collins, W. A., & Steinberg, L. (2006). Adolescent de-

- velopment in interpersonal context. In N. Eisenberg(Ed.), W. Damon, & R. Lerner (Series Eds.), *Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional and personality development* (6th ed., pp. 1003 - 1068). NY: Wiley.
- Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Harding-Thomson, A. H., & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, *127*, 87-127. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.127.1.87>
- Deckx, L., van den Akker, M., Buntinx, F., & van Driel, M. (2018) A systematic literature review on the association between loneliness and coping strategies. *Psychology, Health & Medicine*, *23*(8), 899-916. <https://doi.org/10.1080/13548506.2018.1446096>
- Downey, L. A., Johnston, P. J., Hansen, K., Birney, J. & Stough, C. (2010). Investigating the mediating effects of emotional intelligence and coping on problem behaviours in adolescents. *Australian Journal of Psychology*, *62*(1), 20 - 29. <https://doi.org/10.1080/00049530903312873>
- Ebata, A. T., & Moos, R. H. (1991). Coping and adjustment in distress and healthy adolescence. *Journal of Applied Developmental Psychology*, *12*, 33 -54. [https://doi.org/10.1016/0193-3973\(91\)90029-4](https://doi.org/10.1016/0193-3973(91)90029-4)
- Kline, R. B. (2005). *Methodology in the social sciences: Principles and practice of structural equation modeling* (2nd ed.). NY: Guilford Press.
- Krohne, H. W. (2001). Stress and coping theories. In N. J. Smelser & P. B. Baltes(Eds.), *The international encyclopedia of the social and behavioral sciences*(Vol. 22, pp. 15163-15170). Oxford, England: Elsevier.
- Larson, R., & Richards, M. H. (1991). Daily companionship in late childhood and early adolescence: Changing developmental contexts. *Child Development*, *62*, 284 - 300. <https://doi.org/10.2307/1131003>
- Lasgaard, M., Goossens, L., & Elkit, A. (2011). Loneliness, depressive symptomatology, and suicide ideation in adolescence: Cross-sectional and longitudinal analyses. *Journal of Abnormal Child Psychology*, *39*(1), 137-150. <https://doi.org/10.1007/s10802-010-9442-x>
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. NY: Springer Publishing Company
- Lomas, J., Stough, C., Hansen, K., & Downey, L. A. (2012). Brief report: Emotional intelligence, victimization and bullying in adolescents. *Journal of Adolescence*, *35*(1), 207 - 211.
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, *27*(4), 267-298. [https://doi.org/10.1016/s0160-2896\(99\)00016-1](https://doi.org/10.1016/s0160-2896(99)00016-1)
- Moore, D., & Schultz, N. R. (1983). Loneliness at adolescence: Correlates, attributions, and coping. *Journal of Youth and Adolescence*, *12*(2), 95-100. <https://doi.org/10.1007/BF02088307>.
- Noorbakhsh, S. N., Besharat, M. A., & Zarei, J. (2012). Emotional intelligence and coping styles with stress. *Procedia-Social Behavioral Science*, *5*, 818-822. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.191>
- Oshagan, H. & Allen, R. L. (1992). Three loneliness scales: An assessment of their measurement properties. *Journal of Personality Assessment*, *59*, 380-409. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5902\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5902_13)
- Perlman, D., & Landolt, M. A. (1999). Examination of loneliness in children-adolescents and in adults; Two solitudes or a unified enterprise? In K. J. Rotenberg, & S. Hymel(Eds.), *Loneliness in childhood and adolescence* (pp. 325-347). Cambridge, England; Cambridge University Press.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). Toward a social psychology of loneliness. In R. Gilmour & S. Duck (Eds.), *Personal relationships: 3. Relationships in disorder*(pp. 31 - 56). London: Academic Press.
- Rokach, A., & Brock, H. (1998). Coping with loneliness. *The Journal of Psychology*, *132*(1), 107-127, <https://doi.org/10.1080/00223989809599269>
- Roth, S., & Cohen, L. J. (1986). Approach, avoidance, and coping with stress. *American Psychologist*, *41*(7), 813-819.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, *39*, 472-480. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.39.3.472>
- Russell, D. W., Peplau, L. A., & Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness.

- Journal of Personality Assessment*, 42(3), 290-294. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4203\\_11](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4203_11)
- Schoenmakers, E. C., van Tilburg, T. G., & Fokkema, T. (2015). Problem-focused and emotion-focused coping options and loneliness: How are they related?. *European Journal Ageing*, 12(2), 153-161.
- Schrempft, S., Jackowska, M., Hamer, M., & Steptoe, A. (2019). Associations between social isolation, loneliness, and objective physical activity in older men and women. *BMC Public Health*, 19(1), 74-83. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6424-y>
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Bobik, C. Coston, T. D., Greeson, C., Jedlicka, C., Rhodes, E., & Wendorf, G. (2001). Emotional intelligence and interpersonal relations. *The Journal of Social Psychology*, 141, 523 - 536.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167-177.
- Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J., & Sherwood, H. (2003). Searching for the structure of coping: A review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological Bulletin*, 129, 216-269. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.2.216>
- Stallard, P., Velleman, R., Langsford, J., & Baldwin, S. (2001). Coping and psychological distress in children involved in road traffic accidents. *British Journal of Clinical Psychology*, 40, 197-208. <https://doi.org/10.1348/014466501163643>
- Steinberg, L., & Morris, A. S. (2001). Adolescent development. *Annual Review of Psychology*, 52, 83-110. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.83>
- Sulaiman, S. M. (2013). Emotional intelligence, depression and psychological adjustment among university students in the sultanate of Oman. *International Journal of Psychological Studies*, 5(3), 169-181. <https://doi.org/10.5539/ijps.v5n3p169>
- Thomas, K. W., & Kilmann, R. H. (1975). The social desirability variable in organizational research: An alternative explanation for reported findings. *Academy of Management Journal*, 18, 741-752. <https://doi.org/10.2307/255376>
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Wols, A., Scholte, R. H., & Qualter, P. (2015). Prospective associations between loneliness and emotional intelligence. *Journal of Adolescence*, 39, 40-48. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.12.007>
- Woodhouse, S. S., Dykas, M. J., & Cassidy, J. (2012). Loneliness and peer relations in adolescence. *Social Development*. 21(2), 273-293. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2011.00611.x>

Received: June 17. 2019

Revised: October 30. 2019

Accepted: March 4. 2020