**Survey 분석 통합본**

**ONCE:** 건강/수면 질문, STAI-T (State-Trait Anxiety Inventory, 20 items), RRS (Ruminative Response Style, 22 items), IPI - mind wandering scale (Imaginal Processes Inventory, 12 items), ERQ (Emotion Regulation Questionnaire, 10 items), Big Five (Personality, 10 items), Psychological well-being scale (18 items)  
**Multiple times**: 단편 맥길 통증 설문지 (Short Form Mcgill Pain Questionnaire, 15 items), CES-D (Center for Epidemiologic Studies Depression Scale, 20 items), PANAS (Positive Affect and Negative Affects Schedule, 20 items), STAI-S (State-Trait Anxiety Inventory, 20 items), Satisfaction with life scale (5 items) 

**1. State-Trait Anxiety Inventory Form Y (STAI-Y), 상태 불안 척도(Y1) + 특성 불안 척도(Y2)**

* 일반인들의 상태 불안 및 특성 불안과 불안 증상을 측정하는 도구
* Form Y의 Form Y-1은 상태 불안 설문지이고, Form Y-2는 특성 불안 설문지임
* 문항 수: 20+20 문항/문항 순서 똑같음
* 척도점수: 전혀 그렇지 않다 (1점) – 매우 그렇다 (4점)
* 계산 방법:
  + 4점: 높은 불안 수준
  + 1점: 낮은 불안 수준
* STAI Y-1 (상태 불안 설문지)
  + - 10문항(1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20번)을 역채점 한 후, 문항의 합으로 총점을 계산
    - 대학생 집단 기준
      * 52점-56점: 상태불안 수준이 약간 높음
      * 57점-61점: 상태불안 수준이 상당히 높음
      * 62점 이상: 상태불안 수준이 매우 높음
* STAI Y-2 (특성 불안 설문지)
  + - 7문항(1, 6, 7, 10, 13, 16, 19번)을 역채점한 후, 문항의 합으로 총점을 계산
    - 대학생 집단 기준
      * 54점-58점: 특성불안 수준이 약간 높음
      * 59점-63점: 특성불안 수준이 상당히 높음
      * 64점 이상: 특성불안 수준이 매우 높음
* 주 참고문헌: 김정택(1978)[[1]](#footnote-1) / 참고한 원본: Spielberger(1970)[[2]](#footnote-2), Fountoulakis et al(2006)[[3]](#footnote-3)

**2. Center for Epidemiologic Studies Depression (CES-D), 역학용 우울 척도**

* 일반인들의 우울 증상을 평가하고 우울 장애를 선별하는 목적으로 사용
* **Cocoan Lab 자체 번역**
* 문항 수: 20문항/문항 순서 똑같음
* 척도점수: 극히 드물다/1일 이하(0점) – 거의 대부분/5-7일(3점)
* 계산 방법
  + 4문항(4, 8, 12, 16번)을 역채점 한 후, 문항의 합으로 총점을 계산 [[4]](#footnote-4)
    - ‘극히 드물다/1일 이하(3점)’ 를 ‘거의 대부분/5-7일(0점)’으로 바꾸어 계산
    - 15점 미만
    - 15-21점: 경미한 우울증 증상
    - 21점 초과: 극심한 우울증 증상이 있을 확률이 높음
* 주 참고 문헌: Radloff(1977)[[5]](#footnote-5) / 참고한 문헌: 조현주 등(2007)[[6]](#footnote-6)

**3. The Positive and Negative Affect Schedule (PANAS), 정적정서 부적정서 척도**

* 일반인들의 정적정서 및 부적정서의 척도를 알아보기 위한 설문지
  + **PA(Positive Affect, 정적 정서)**: 열광적이고, 활동적이고, 민활함 느끼는 정도 반영
    - 높은 정적 정서: 높은 에너지, 완전한 집중, 즐거운 일 등의 상태를 의미
    - 낮은 정적 정서: 슬픔과 무기력의 특징
  + **NA(Negative Affect, 부적 정서)**: 분노, 경멸, 메스꺼움, 죄의식, 공포, 신경증을 포함한 다양한 혐오적 정서가 포함되는 주관적인 고통과 불쾌한 일의 일반적인 차원을 의미. 이런 특질은 외향성, 불안/신경증 등의 지배적인 성격 특질과 대략적으로 일치
    - 낮은 부적 정서: 차분함(calmness)
    - 높은 부적 정서: 평온함(serenity)
* 문항 수: 20문항/문항 순서 똑같음
* 척도점수: 전혀 그렇지 않다 (1점) – 매우 많이 그렇다 (5점)
* 계산 방법
  + **부적 정서 문항 번호**: 2, 3, 4, 6, 7, 10, 11, 13, 15, 16, 20번
    - 신경질적인, 과민한, 괴로운, 마음이 상한, 두려운, 적대적인, 조바심나는, 겁에 질린, 죄책감드는, 부끄러운, 기민한 (11개 문항)
  + **정적 정서 문항 번호**: 1, 5, 8, 9, 12, 14, 17, 18, 19번
    - 활기찬, 열정적인, 원기왕성한, 자랑스러운, 강한, 흥미진진한, 흥분된, 단호한, 주의깊은 (9개 문항)
* **미국판 점수표** 
  + - 정적 정서는 총점이 10-50점 사이일 것이며, 33.3점이 평균 점수였음(SD=7.2).
    - 부적 정서는 총점이 10-50점 사이일 것이며, 17.4점이 평균 점수였음 (SD=6.2).
* 주 참고문헌: 박홍석(2016)[[7]](#footnote-7)

-원판: Watson et al(1988)[[8]](#footnote-8) / 미국판

-참고한 문헌: 이현희(2003)[[9]](#footnote-9),

4**. Rumination Response Scale (RRS), 반추적 반응 척도 (K-RRS)**

* 반추적 반응 척도

-반추란 지속적이고 반복적인 우울한 사고로, 부정적인 정서에 대한 반응으로 흔히 나타남. 반추적 사고는 기분 부전이나 임상적 우울의 증상적 특징이며, 동시에 우울에 대한 취약성과 지속요인으로 설명되기도 함.

-K-RRS의 총점은 여성에게서 상대적으로 높은 것으로 나타나 현재의 우울 수준과는 별도로 반추의 수준에서의 성차가 나타나는 것으로 여겨짐 (특히 숙고와 우울 반추에서)

* 문항 수: 22문항/문항 순서가 다름
* 척도점수: 거의 전혀 (1점) – 거의 항상 (4점)
* 계산 방법
  + 전체 문항의 점수의 합계를 반추적 반응 양식의 지표점수로 하며, 문항 총점은 최저 22점에서 최고 88점의 범위임
  + 점수가 높을수록 반추적인 반응 양식이 두드러짐을 시사함 (평균 41.83점, SD=9.72)

1. 첫번째 요인 ‘Brooding’ (자책) (5, 9, 10, 13, 15, 16, 18번 문항)
2. 두번째 요인 ‘Reflective pondering’ (숙고)(7, 11, 12, 20, 21, 22번 문항)
3. 세번째 요인 ‘depressive rumination’ (우울 반추) (1, 2, 3, 4, 6, 8, 14, 17, 19번 문항)

* 원래 2,14,15 문항은 모든 요인에 대해 관련성을 보여주고 있기 때문에 이 논문에서는 제외시킴(이런 요인 분석은 Treynor의 논문과 비슷하기도 하다.)
* 주 참고문헌: 김소정(2010)[[10]](#footnote-10) / 참고 문헌: Lyubomirsky(1998)[[11]](#footnote-11) / 원문: Roberts et al(1998)[[12]](#footnote-12)

**5. Big Five Inventory-K: BFI-K(44문항)와 BFI-K-10: 성격 특성**

* 성격 특성 5요인

-5요인: Extraversion (외향성), Agreeableness (친화성), Conscientiousness(성실성),

Neuroticism (신경증), Openness (개방성)

-BFI-K와 BFI-K-10의 각 성격 요인별 상관관계는 매우 높음

-원판(Rammstedt&John, 2007)을 김선영(2010)이 번안함

-한계: 기존 척도의 번안과 표준화에만 그침(BFI-10)

* 척도점수: 전혀 그렇지 않음(1점) – 항상 그런 편(5점)
* 계산방법

-각 성격 요인 별로 긍정문항의 원 점수와 부정문항을 역산한 점수를 합산하여 평균값을 구함

-R이라고 적힌 문항은 거꾸로 계산, 즉 항상 그런 편(5점)을 1점으로 계산함

* 문항
  + 5요인 하위 척도
    1. Extraversion(외향성): Talkative, Assertive, Energetic
       - BFI-K question number: 1, 6R, 11, 16, 21R, 26, 31R, 36
       - BFI-K-10 question number: 1R, 6
    2. Agreeableness(친화성): Good-natured, Trustful
       - BFI-K question number: 2R, 7, 12R, 17, 22, 27R, 32, 37R, 42
       - BFI-K-10 question number: 2, 7R
    3. Conscientiousness(성실성): Orderly, Responsible
       - BFI-K question number: 3, 8R, 13, 18R, 23R, 28, 33, 38, 43R
       - BFI-K-10 question number: 3R, 8
    4. Neuroticism(신경증): Neurotic, Easily upset
       - BFI-K question number: 4, 9R, 14, 19, 24R, 29, 34R, 39
       - BFI-K-10 question number: 4R, 9
    5. Openness(개방성): Intellectual, Imaginative
       - BFI-K question number: 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35R, 40, 41R, 44
       - BFI-K-10 question number: 5R, 10
* 주 참고문헌

-원판: Rammstedt & John(2007)[[13]](#footnote-13)

-한국판: 김선영 등(2010)[[14]](#footnote-14)-성격 엑셀의 sheet2와 거의 비슷

다음 내용에 대하여 평소 성격과 가장 일치한다고 생각되는 것을 그 정도에 따라 대답하여 주십시오.

“나는 나 자신이 이런 사람이라고 생각한다.”

전혀 그렇지 않음 - 그렇지 않은 편 - 보통 - 그런 편 - 항상 그런 편

점수는 (1~5점)

01. 보수적이다.

02. 믿음직스럽다.

03. 게으른 편이다.

04. 느긋한 편이고, 스트레스를 잘 해소한다.

05. 예술에 대한 관심이 별로 없다.

06. 어울리기를 좋아하고 사교적이다.

07. 다른 사람의 흠을 잘 잡는다.

08. 맡은 일을 철저히 한다.

09. 쉽게 신경질을 낸다.

10. 상상력이 풍부하다.

**6. Satisfaction With Life Scale (SWLS) : 삶에 대한 만족도 척도**

* 삶에 대한 만족도 척도

-주관적 안녕감의 한 요소인 삶에 대한 만족도를 측정하는 도구

-정신건강을 측정하는 척도와 상관이 있고, 미래 행동 예측에도 사용됨.

-건강심리학 측면에서는 심각한 건강 문제를 경험하는 사람들의 주관적 삶의 질을 측정하는 데 사용됨.

* 문항 수: 5문항
* 척도점수: 전혀 동의하지 않는다 (1점) – 매우 동의한다 (7점)
* 계산 방법
  + 전체 문항의 점수의 합계를 삶에 대한 만족도에 대한 지표점수로 하며, 문항 총점은 최저 5점에서 최고 35점의 범위임
    - * 31점-35점: 개인의 삶에 대한 만족도가 매우 높음
      * 26점-30점: 개인의 삶에 대한 만족도가 높음
      * 21점-25점: 개인의 삶에 대한 만족도가 약간 높음
      * 20점: 개인의 삶에 대한 만족도가 평균 수준임
      * 15점-19점: 개인의 삶에 대한 만족도가 약간 낮음
      * 10점-14점: 개인의 삶에 대한 만족도가 낮음
      * 5점-9점: 개인의 삶에 대한 만족도가 매우 낮음
* 원문: Diener(1985)[[15]](#footnote-15) / 한국판: 이은경(2005)[[16]](#footnote-16)

**7. Psychological Well-Being Scale (PWB) : 심리적 안녕감 척도**

* 심리적 안녕감 척도

-개인의 심리적 안녕감과 행복을 6가지 측면에서 측정하는 도구

-자율성(autonomy), 환경에 대한 통제(environmental mastery), 개인적 성장(personal growth), 긍정적 대인관계(positive relations with others), 삶의 목적(purpose in life), 자아수용(self acceptance)

* 문항 수: 18문항/문항 순서가 다름
* 척도점수: 전혀 그렇지 않다 (1점) – 매우 그렇다 (6점) / FASTWEB 설문에서는 김수지(2010)가 사용한 5점 척도 사용 (전혀 그렇지 않다 (1점) – 매우 그렇다 (5점))
* 계산 방법
  + 각 하위 변인에 존재하는 3문항의 합계를 각 변인의 지표점수로 하며, 문항 총점은 하위 변인 당 3점에서 18점 범위임. 하위 변인의 합인 총 점수 합계의 범위는 18점에서 108점임. 합 계 점수가 높을수록 심리적 안녕감의 정도가 높음을 의미함.

1. 첫번째 하위 변인 ‘Autonomy’ (자율성) (1R, 9, 17번 문항 – 원문 문항 번호) / (7R, 8, 9번 문항 – FASTWEB 설문 번호)

* 점수가 높을수록 결단력이 있고, 독립적이며 자신의 행동을 내적 동기에 의해 조절하고 개인적 기준에 의해 자신을 평가하는 경향이 있음.
* 점수가 낮을수록 타인의 평가나 기대에 대하여 걱정하고 중요한 결정을 할 때 타인의 판단에 의존하며 특정한 방식으로 행동하라는 사회적 압력에 동조하는 경향이 있음.

1. 두번째 하위 변인 ‘Environmental mastery’ (환경에 대한 통제) (2, 11R, 18번 문항) / (15, 13R, 14번 문항)

* 점수가 높을수록 자신의 환경을 잘 관리하는 능력이 있다고 느끼며 주위에 있는 기회를 효과적으로 사용하고, 외부 환경을 개인에게 적합하게 변화시킬 수 있음.
* 점수가 낮을수록 일상적인 일들을 다루는 데 어려움을 느끼고, 주위환경을 변화시키거나 향상시킬 수 없다고 느끼는 경향이 있음. 주위에 있는 기회를 인식하지 못하며 외부 세계에 대한 통제력이 부족하다고 느낌.

1. 세번째 하위 변인 ‘Personal growth’ (개인적 성장) (4, 12, 14R번 문항) / (11, 10, 12R번 문항)

* 점수가 높을수록 자신이 성장하고 발전되어감을 느끼고 새로운 경험에 대해 개방적인 경향이 있으며 자신의 잠재력을 실현시켜 나가려고 함.
* 점수가 낮을수록 시간에 다른 성장을 느끼지 못하며 개인적인 침체에 빠져있다고 느낌. 삶이 지루하고 재미없다고 느끼는 경향이 있음.

1. 네번째 하위 변인 ‘Positive relations with others’ (긍정적 대인관계) (5R, 10R, 13번 문항) / (1R, 3R, 2번 문항)

* 점수가 높을수록 타인과 만족스럽고 신뢰로운 관계를 지님. 타인의 행복에 관심이 있고 강한 애정과 친밀함, 공감을 느낄 수 있음.
* 점수가 낮을수록 타인과 친밀하거나 신뢰로운 관계를 거의 갖고 있지 않고, 타인에 대해 개방적이지 않으며 타인을 배려하기 어렵다고 느낌. 대인관계에서 고립되고 그로 인해 좌절감을 느끼는 경향이 있음.

1. 다섯 번째 하위 변인 ‘Purpose in life’ (삶의 목적) (6R, 8R, 15번 문항) / (17R, 18R, 16번 문항)

* 점수가 높을수록 삶의 목표와 방향 감각을 가지고 있음. 과거와 현재의 삶이 의미가 있다고 느끼며 왜 사는지에 대한 해답을 제공하는 신념을 가지고 있음.
* 점수가 낮을수록 삶의 의미가 부족하다고 느끼며 삶의 목표나 방향 감각이 거의 없음. 삶에 의미를 부여할 신념이나 태도를 가지고 있지 않는 경향이 있음.

1. 여섯 번째 하위 변인 ‘Self acceptance’ (자아수용) (3R, 7, 16번 문항) / (6R, 5, 4번 문항)

* 점수가 높을수록 자신에 대하여 긍정적인 태도를 가지고 있고, 자신의 여러 측면을 인지하고 수용함. 또한 자신의 과거의 삶에 대하여 긍정적으로 느끼는 경향이 있음.
* 점수가 낮을수록 자신에 대하여 불만족하고 자신의 과거의 삶에 대하여 실망함. 자신이 갖고 있는 나쁜 점에 대하여 괴로워하며 현재의 자신과는 다른 사람이 되기를 원하는 경향이 있음.
* 본 연구에서는 김수지(2010)가 번안하고 수정한 5점 평정 척도 문항을 사용함. 문항의 내용은 동일하지만 순서는 다르며 척도의 점수 범위는 18점에서 90점임. 점수가 높을수록 응답자의 심리적 안녕감이 높다고 할 수 있음.
* 원문: Ryff&Keyes(1995)[[17]](#footnote-17) / 참고문헌: Clarke(2001)[[18]](#footnote-18) / 한국판: 김수지(2010)[[19]](#footnote-19)

**8. Short-Form McGill Pain Questionnaire (SF-MPQ), 단편 맥길 통증 설문지**

* 통증의 감각적, 감정적, 인지적(스스로 측정하여 인식 가능한) 측면을 인식하고, 이러한 측면들이 뇌의 각기 다른 시스템에서 수행되는 것이라는 가정 하에 통증을 다차원적으로 측정하기 위한 목적으로 제작됨(심성윤, 2007)**[[20]](#footnote-20)**.
* 가장 널리 쓰이는 통증평가방법
* 문항 수: 17 문항/문항 순서 똑같음 (단, 67번에서 차이 존재)

다른 문헌들에서는 하나의 줄로 나뉘어져 있어서 mm의 차이에 따라 달라짐

* 척도점수 및 계산 방법(각 문항마다 다름)
  + 66번 (15개 문항)
    - 척도 점수: 통증없음(0점) – 심한(3점)
    - 요인 (각 단어 별로 부가한 점수를 모두 합산하거나 영역별로 따로 합산하여 사용함)

-감각 영역: 1-11번까지 (0-3점으로 표시, 높을수록 통증 심함)

-정서 영역: 12-15번까지 (0-3점으로 표시, 높을수록 통증 심함)

* + 67번 (1개 문항)
    - Visual Analogue Scale이라고 부름: 시각상사척도로서 주로 전반적인 통증의 강도를 평가하는데 쓰지만 통증의 강도나 빈도 등을 평가하는 용도로도 사용할 수 있음
    - 척도 점수: 통증없음(0점) – 최악의 통증(10점)
    - 점수가 높을수록 통증 심함.
    - 25%씩 나누어서 통증 없음, 가벼운 통증, 경미한 통증, 최악의 통증으로 나눌 수 있음.
    - (mm인 경우) No pain (0-4mm), Mild pain (5-44mm), Moderate pain (45-74mm), Severe Pain (75-100mm)
  + 68번 (1개 문항)
    - Present Pain Intensity (PPI)라고 부르며, 독립적으로 사용하기에는 어려운 척도임
    - 척도 점수: 통증없음(0점) – 더 이상 견디기 힘든 통증(5점)
    - 점수가 높을수록 통증 심함.
* 주 참고문헌: docx 파일[[21]](#footnote-21), 심성윤(2007)
* 참고 영문 문헌: Melzack(1987)[[22]](#footnote-22), Hawker(2011)[[23]](#footnote-23)

**9. Imaginal Processes Inventory (IPI)**

* 공상하는 횟수 및 공상을 어느 장소에서 하는지 알 수 있는 질문지
* Cocoan Lab 자체 번역

-원래 344개의 문항으로 구성되어있으며, 28개의 스케일로 구성되어있음. 그 중에서 Frequency scale과 Mind wandering scale들을 사용한 것임.

* 문항 수: 12+12/문항 순서 똑같음
* 척도점수: A, 드물게(1점) – E,항상/많은 시간(5점)
* 계산 방법
  + Frequency Scale
    - A or 드물게(1점) - E or 항상/많은 시간(5점) 점수 스케일이라고 생각하면, E가 많을수록 매일 삶 속에서 SITUTs (stimulus-independent and task-unrelated thoughts, 즉 공상 횟수)들을 경험하고 있다는 것
    - 점수가 높을수록 공상 횟수가 많음
  + Mind wandering Scale
    - 6문항(3, 4, 5, 6, 7, 12번)을 역채점 한 후, 문항의 합으로 총점을 계산

주 참고문헌: Stawarczyk(2012)[[24]](#footnote-24), Carciofo(2013)[[25]](#footnote-25) (한국판 X)

**10. Emotional Regulation Questionnaire (ERQ), 정서 조절 질문지**

* 정서 조절 질문지

-두 가지 일반적인 가설을 바탕으로 ERQ가 만들어짐. 첫째, 개인마다 사용하는 재평가와 억압과 같은 감정 조절 전략이 다르며, 둘째, 이러한 개인차는 영향, 복지 및 사회적 관계에 영향을 미침

-Gross(2003)는 선행 사건 중심 정서조절 과정에서는 ‘인지적 재해석 전략(cognitive reappraisal strategy)’을, 반응 중심 정서조절 과정에서는 ‘정서 표현 억제 전략(expressive suppression strategy)’을 대표적인 전략으로 내세우고, 이 두 가지 전략의 개인차를 측정하기 위한 척도 ERQ 개발함

* 문항 수: 10문항/문항 내용 및 순서가 다르나 내용 자체는 굉장히 비슷함
* 척도점수: 전혀 동의하지 않는다(1점) – 전적으로 동의한다 (7점)
* 계산 방법:
  + 인지적 재해석 전략 6문항: 1, 3, 5, 7, 8, 10번
  + 정서 표현 억제 전략 4문항: 2, 4, 6, 9번
  + 이 척도의 높은 점수는 생각을 바꾸거나 감정을 억제함으로써 정서를 조절하는 전략을 많이 사용하는 것을 의미
* 주 참고문헌: 한선화(2006)[[26]](#footnote-26), Gross(2003)[[27]](#footnote-27), 손재민(2005)[[28]](#footnote-28)

1. 김정택. (1978). 특성불안과 사회성과의 관계: Spielberger 의 STAI 를 중심으로. *고려대학교 석사학위논문*, 1-81. [↑](#footnote-ref-1)
2. Spielberger, C. D. (1970). STAI manual for the state-trait anxiety inventory. *Self-Evaluation Questionnaire*, 1-24. [↑](#footnote-ref-2)
3. Fountoulakis, K. N., Papadopoulou, M., Kleanthous, S., Papadopoulou, A., Bizeli, V., Nimatoudis, I., ... & Kaprinis, G. S. (2006). Reliability and psychometric properties of the Greek translation of the State-Trait Anxiety Inventory form Y: preliminary data. *Annals of General Psychiatry*, *5*(1), 2. [↑](#footnote-ref-3)
4. https://counsellingresource.com/quizzes/depression-testing/cesd/#about\_scoring [↑](#footnote-ref-4)
5. Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied psychological measurement*, *1*(3), 385-401. [↑](#footnote-ref-5)
6. 조현주, 채정호, & 전태연. (2007). 우울증 관련 평가도구의 개관. *신경정신의학*, *46*, 110-21. [↑](#footnote-ref-6)
7. 박홍석, 이정미. (2016). 정적정서 부적정서 척도(PANAS)의 타당화. 한국심리학회지: 일반, 35(4), 617-641. (새로운 수정된 척도가 등장하지만, 우리가 진행한 서베이는 이 논문에서 K-PANAS로 나온 설문 문항으로 진행했다.) [↑](#footnote-ref-7)
8. Watson, D., Clark, L. A., & Carey, G. (1988). Positive and negative affectivity and their relation to anxiety and depressive disorders. *Journal of abnormal psychology*, *97*(3), 346. [↑](#footnote-ref-8)
9. 이현희, 김은정, 이민규. (2003). 한국판 정적 정서 및 부적 정서 척도 (Positive Affect and Negative Affect Schedule; PANAS)의 타당화 연구. Korean Journal of Clinical Psychology , 22(4), 935-946. (바탕이 되는 연구) // 분명히 이현희의 K-PANAS로 박홍석 연구인의 논문에서는 나오지만 순서는 다름. [↑](#footnote-ref-9)
10. 김소정, 김지혜, & 윤세창. (2010). 한국판 반추적 반응 척도 (K-RRS) 의 타당화 연구. *Korean Journal of Clinical Psychology*, *29*(1), 1-19. [↑](#footnote-ref-10)
11. Lyubomirsky, S., Caldwell, N. D., & Nolen-Hoeksema, S. (1998). Effects of ruminative and distracting responses to depressed mood on retrieval of autobiographical memories. *Journal of personality and social psychology*, *75*(1), 166. [↑](#footnote-ref-11)
12. Roberts, J. E., Gilboa, E., & Gotlib, I. H. (1998). Ruminative response style and vulnerability to episodes of dysphoria: Gender, neuroticism, and episode duration. *Cognitive therapy and Research*, *22*(4), 401-423. [↑](#footnote-ref-12)
13. Rammstedt, B., & John, O. P. (2007). Measuring personality in one minute or less: A 10-item short version of the Big Five Inventory in English and German. *Journal of research in Personality*, *41*(1), 203-212. [↑](#footnote-ref-13)
14. 김선영, 김재민, 유준안, 배경열, 김성완, 양수진, ... & 윤진상. (2010). 노인에서 한국판 성격 5 요인 척도의표준화 및 타당도. *생물정신의학회지*, *17*(1), 15-25. [↑](#footnote-ref-14)
15. Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. Journal of Personality Assessment, 49, 71-75.. [↑](#footnote-ref-15)
16. 이은경. (2005). 신경증과 외향성이 주관적 안녕감에 미치는 영향: 우울과 긍정적 정서의 중요성. *연세대학교 석사학위논문*. [↑](#footnote-ref-16)
17. Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology,* 69(4), 719. [↑](#footnote-ref-17)
18. Clarke, P. J., Marshall, V. W., Ryff, C. D., & Wheaton, B. (2001). Measuring psychological well-being in the Canadian study of health and aging. International Psychogeriatrics, 13(S1), 79-90. [↑](#footnote-ref-18)
19. 김수지, & 정문자. (2010). 가족상담: 가족상담자의 상담관련 전문성이 부부관계와 가족의 심리적 건강에 미치는 영향: 자기효능감과 심리적 안녕감의 매개 효과. *상담학연구*, *11*(3), 1289-1304. [↑](#footnote-ref-19)
20. 심성윤, 박히준, 이준무, & 이향숙. (2007). 통증평가도구에 관한 고찰. *대한경락경혈학회지, 24*(2), 77-97. [↑](#footnote-ref-20)
21. links.lww.com/BRS/A265 [↑](#footnote-ref-21)
22. Melzack, R. (1987). The short-form McGill pain questionnaire. *Pain*, *30*(2), 191-197. [↑](#footnote-ref-22)
23. Hawker, G. A., Mian, S., Kendzerska, T., & French, M. (2011). Measures of adult pain: Visual analog scale for pain (vas pain), numeric rating scale for pain (nrs pain), mcgill pain questionnaire (mpq), short‐form mcgill pain questionnaire (sf‐mpq), chronic pain grade scale (cpgs), short form‐36 bodily pain scale (sf‐36 bps), and measure of intermittent and constant osteoarthritis pain (icoap). *Arthritis care & research*, *63*(S11), S240-S252. [↑](#footnote-ref-23)
24. Stawarczyk, D., Majerus, S., Van der Linden, M., & D'Argembeau, A. (2012). Using the daydreaming frequency scale to investigate the relationships between mind-wandering, psychological well-being, and present-moment awareness. *Frontiers in psychology*, *3*, 363. [↑](#footnote-ref-24)
25. Carciofo, R., Du, F., Song, N., & Zhang, K. (2014). Chronotype and time-of-day correlates of mind wandering and related phenomena. *Biological Rhythm Research*, *45*(1), 37-49. [↑](#footnote-ref-25)
26. 한선화, & 현온강. (2006). 청소년의 정서성과 정서조절전략 및 자기통제력. *아동학회지*, *27*(6), 1-11. [↑](#footnote-ref-26)
27. Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of personality and social psychology*, *85*(2), 348. [↑](#footnote-ref-27)
28. 손재민. (2005). *정서조절 방략 사용에서의 개인차: 인지적 재해석인과 정서표현 억제인의 비교* (Doctoral dissertation, 서울대학교 대학원). [↑](#footnote-ref-28)