

한국심리학회지: 건강  
The Korean Journal of Health Psychology  
2005. Vol. 10, No. 3, 349 - 374

## 자기차이에 따른 우울과 불안의 경험<sup>†</sup>

강혜자<sup>‡</sup>

전북대학교 심리학과

한덕웅

성균관대학교 심리학과

이상자기와 실제자기의 차이에 의해서 낙담정서(우울)가 나타나고 당위자기와 실제자기의 차이에 의해서 초조정서(불안)가 나타난다는 자기차이이론의 정서가설을 조사연구를 통해서 검증하였다. 먼저 연구1에서는 자기차이에 의해서 경험하는 낙담정서와 초조정서를 신뢰롭고 타당하게 측정하는 척도를 제작하였다. 연구2에서는 남녀 대학생 230명을 대상으로 Higgins(1985, 1987, 1989)가 제안한 자기차이의 측정 기법을 사용하여 이 가설을 검증하였다. 연구3에서는 연구2의 조사에 참여한 동일한 남녀 대학생들이 자기차이를 직접 평정하는 기법을 사용하여 이 가설을 반복해서 검증하였다. 본 연구의 결과를 보면 연구2와 3에서 일관되게 이상자기와 실제자기의 차이가 클수록 낙담정서(우울)와 초조정서(불안)가 모두 높았다. 그러나 연구2에서 Higgins가 제안한 자기차이의 측정 기법을 적용하면 당위자기와 실제자기의 차이가 초조정서(불안)와 유의한 상관을 보이지 않았으나 개인이 지각한 자기차이를 측정하는 기법을 사용한 연구 3에서는 유의한 상관을 보였다. 본 연구의 결과를 전체로 보면 한국에서 Higgins의 정서가설은 부분적으로만 지지되었다. 특히 당위자기와 실제자기의 차이를 개인의 지각에 따라서 직접 평정한 경우에만 초조정서와 유의한 상관을 보였는데, 이 사실은 자기차이를 질적으로 측정하는 Higgins의 기법보다 개인이 지각한 자기차이가 우울과 불안을 예측하는데 중요함을 시사한다. 또한 두 연구에서 이상자기와 실제자기의 차이가 클수록 우울과 아울러 불안도 높았던 사실은 한국문화에서 자기의 이상이 당위와 밀접하게 연결되어 있음을 시사한다. 본 연구의 결과를 국내외에서 이루어진 연구와 비교하여 논의하고, 장래 연구의 과제도 제안하였다.

주요어: 자기차이, 낙담정서, 초조정서, 우울, 불안

† 본 논문은 첫 연구자가 다음 연구자의 지도를 받은 박사학위 논문의 6개 조사와 실험들 가운데 조사연구 부분을 발췌하여 정리한 것이다.

‡ 교신저자(corresponding author) : 강혜자 : (561-756)전북 전주시 덕진구 덕진동 1가 664-14 전북대학교 심리학과. TEL: 063-270-2932

자기차이이론(Higgins, 1987, 1989)에서는 여러 유형의 자기 신념들 간의 차이나 혹은 자기 상태 표상들 간의 차이가 정서 경험의 종류나 강도를 결정한다고 가정한다. 이 이론에서 여러 유형의 자기상태 표상들을 구분하기 위해서 두 가지 심리적 변수로서 "자기의 영역(domain)"과 "자기에 관한 관점(standpoint)"을 제안하였다(Higgins, 1985, 1987). 자기의 영역은 다시 세 가지로 구분되는데, 실제자기(actual self), 이상자기(ideal self) 및 당위자기(ought self)이다. 실제자기는 자신이 실제로 지니고 있다고 생각하는 속성들에 관한 표상이다. 이상자기는 자신이 이상적으로 소유했으면 좋겠다고 생각하는 속성들에 관한 표상이다. 당위자기는 자신이 마땅히 지녀야 한다고 생각하는 속성들에 관한 표상이다. 자기에 관한 관점은 두 가지 유형으로 구분된다: 하나는 자기를 보는 "자신"의 관점이고, 다른 하나는 자신에게 중요한 "타인"(예, 부모, 배우자, 친구)의 관점이다.

이 자기의 세 영역과 자기에 관한 두 관점을 조합하면 여섯 가지 자기상태 표상으로 분류된다. 이 가운데 자신의 관점에서 보는 실제자기는 현재 자신이 지니고 있는 여러가지 속성들로서 전형적으로 개인의 "자기개념"(Wylie, 1979)에 해당된다. 또한 이상자기 및 당위자기는 자기지향적 기준들이거나 혹은 자기지침(self-guides)에 해당한다(Higgins, Strauman & Klein, 1986). 이 이상자기나 당위자기는 자신이 지향하는 기준이 되기도 하고, 혹은 자기를 이끌어가는 일종의 지침이 되기도 하기 때문에 이들을 자기지향적 기준 혹은 자기지침이라 한다.

자기차이이론에 의하면 사람들은 전술한 바의

실제자기, 이상자기 및 당위자기의 측면들에서 자신을 생각하며, 실제자기와 이상자기의 차이 혹은 실제자기와 당위자기 간의 차이가 감정경험의 차이를 유발한다. 즉 실제자기와 이상자기의 차이가 있을 경우에는 낙담정서(dejection-related emotions, 우울정서라고도 함)가 경험되고, 실제자기와 당위자기의 차이의 조건에서는 초조정서(agitation-related emotions, 불안정서라고도 함)가 경험된다고 주장한다.

자기차이이론은 이처럼 자기상태 차이 유형에 따라서 감정 경험의 종류가 달라진다는 가정에 덧붙여서, 특정 유형의 자기차이의 접근가능성(accessibility)이 높아질수록 그 차이 유형과 연관된 불편감을 경험할 가능성이 더 높아진다고 가정한다. 이 이론은 자기차이를 일종의 인지구조로 보고 어떤 유형의 차이가 점화되어서 인지적으로 접근되었는가에 따라서 부정적 정서의 경험 내용이 달라진다고 본다.

따라서 자기차이이론의 일반적 가설은 다음과 같이 요약될 수 있다: 개인이 지니고 있는 특정 유형의 자기차이의 크기가 크고 접근가능성이 높을수록, 그 유형의 차이와 연관된 불편감을 더 크게 경험하게 된다(Higgins, 1987, 1989). 이 이론에 대한 실증적 지지를 얻기 위한 연구들은 대체로 이 이론의 제안자인 Higgins를 중심으로 이루어졌으며, 자기차이의 접근가능성에 따른 정서 경험에 관한 가설보다는 주로 자기차이의 유형과 크기에 따라서 정서경험이 달라진다는 가설을 검증한 연구들이 대부분이다. 이제 이 검증 연구들을 간략히 살펴보기로 한다.

Higgins, Klein 및 Strauman(1985b)은 자기차이이론의 기본 가설을 검증하기 위해 52명의 대

학생들에게 자기차이를 측정하기 위하여 고안된 "자기질문지"(Selves Questionnaire)와 아울러 우울과 불안 등의 정서적 불편감과 만성적인 부정적 정서 상태를 측정하는 정서질문지를 실시하였다. 이 연구에서 전반적으로 실제자기와 이상자기의 차이와 실제자기와 당위자기의 차이 각각에서 Higgins의 가설을 지지하는 상관관계가 보고되었다. 또한 Strauman과 Higgins(1987, 연구1)의 연구에서는 대학생 32명에게 자기질문지와 함께 정서질문지를 실시하여 만성적 불편감에 관련되는 정서의 측정치들을 요인분석 하였다. 그 결과 실망-불만의 정서와 두려움-안절부절못함의 두 정서 군집이 확인되었다. 또한 부분상관을 분석한 결과에서 자기차이이론의 가설대로 실제자기와 이상자기의 차이가 클수록 실망-불만의 정서가 높고 실제자기와 당위자기의 차이가 클수록 두려움-불안의 정서를 더 많이 경험하였다. 이어서 이 연구자들(Strauman & Higgins, 1987, 연구2)은 경미한 우울이나 혹은 사회적 불안으로 고통받는 대학생 48명을 대상으로 자기질문지를 실시하고 1개월 후에 우울과 사회적 불안을 측정하였다. 그 결과에서도 실제자기와 이상자기의 차이가 큰 사람일수록 우울증상이 높았고, 실제자기와 당위자기의 차이가 클수록 사회적 불안이 높아서 자기차이이론의 정서가설이 지지되었다.

Strauman(1989)은 정상 대학생 표본, 임상 우울환자들, 임상적으로 진단된 사회적 공포 환자에게 우울 및 사회적 불안 질문지와 아울러 자기질문지를 실시한 결과, 우울환자들은 실제자기와 이상자기의 차이가 최고 수준이었고, 사회적 공포 환자들은 실제자기와 당위자기의 차이가 최고 수준이었으며, 정상인 대학생들은 두 유형의 자기차

이가 모두 최저 수준이었다. 이처럼 자기차이이론의 가설은 임상적으로 진단된 정서장애에서도 지지되었다.

앞에서 살펴본 연구들은 자기차이이론 가운데 자기차이 유형과 크기에 따라서 정서적 고통의 종류와 강도가 달라진다는 가설을 검증하였다. 최근에는 자기차이와 정서적 고통의 관계에 관한 연구에서 더 나아가 자기차이이론을 신체 이미지(Jacobi & Cash, 1994)나 혹은 건강(Higgins, Tykocinsky, & Vookles, 1990; Strauman, Lemieux, & Coe, 1993)과 관련지어서 검증하는 연구들도 보고되었다. Higgins 등(1990)에 의하면 실제자기와 당위자기의 차이가 만성적으로 큰 사람들은 후속의 보고에서 식욕부진, 설사, 편두통, 생리불순 및 위산과다로 인한 소화불량 등 여러 가지 신체적 장애들이 높았다.

한편 지금까지 자기차이이론의 정서가설을 다룬 국내 연구는 매우 적은 편이다(이은영, 1991; 이은영과 한기연, 1991). 이은영과 한기연(1991)의 연구에서는 대학생들의 자기 속성들 가운데 중요한 내용을 알아보려고 하였다. 이들은 대학생들이 실제자기, 이상자기 및 당위자기(연구자들은 당위자기라는 용어 대신에 의무적 자기라는 용어를 사용하였다)의 중요한 속성으로 생각하는 요소들을 조사하여 한국 대학생들에게서 이상자기와 당위자기의 속성들이 뚜렷하게 구분되지 않는다는 결과를 얻었다.

또한 이은영(1991)은 자기차이이론에 따라서 실제자기와 이상자기의 차이와 아울러 실제자기와 당위자기의 차이가 모두 큰 사람들은 우울정서와 불안정서가 모두 높기 때문에, 실제자기와 이상자기의 차이가 점화되면 우울이 경험되고, 실

제자기와 당위 자기의 차이가 점화되면 불안이 경험된다는 가설을 검증하였다. 이 연구에서 대학생들을 대상으로 자기차이를 조사하여 실제자기와 이상자기의 차이가 있는 사람들, 실제자기와 당위자기의 차이가 있는 사람들, 이 둘 모두에서 차이가 있는 사람들을 대상으로 각각 이상자기와 당위자기의 기준을 점화시켰다.

그 결과, 실제자기와 이상자기에서 차이를 지닌 사람들에게, 이상자기를 점화시킨 조건에서는 낙담정서가 초조정서보다 더 강하게 유발되었지만, 당위자기를 점화시킨 조건에서는 초조정서가 낙담정서보다 유의하게 높지 않았다. 한편, 실제자기와 당위자기의 차이를 지닌 사람들은 점화 조건과 무관하게 불안정서가 우울정서보다 높게 유발되지는 않았다. 따라서 이 연구는 실제자기와 이상자기의 차이가 있으면 우울정서가 나타나고, 실제자기와 당위자기의 차이가 있으면 불안정서가 나타난다는 Higgins(1987, 1989)의 기본 가설들 가운데 이상자기와 실제자기의 차이가 유발된 조건에서만 부분적으로 지지되었다. 이 연구자는 실제자기와 당위자기의 차이를 지닌 사람들에서 가설이 지지되지 않은 이유로 이 유형의 차이를 지닌 사람들이 적어서 실제자기와 당위자기의 차이가 큰 사람들을 선정하지 못한 데 기인한다고 해석하였다.

자기차이이론과 검증 결과를 요약해 보면 자기개념보다 자기개념에 포함되는 여러 속성과 자기지침의 차이가 특히 정서적 고통의 근거가 된다고 주장한다. 미국에서 Higgins 등이 대학생과 임상 표본을 대상으로 수행한 상관연구와 실험연구를 보면 이 정서 가설을 대체로 지지한다(Higgins, 1989). 그러나 국내에서 이 이론을 검증

한 연구들은 극히 적은 형편이다. 또한 Higgins가 자기차이를 계산하기 위해서 사용한 질적 분석기법은 매우 복잡하고, 차이값을 얻는 과정에서 판단자의 주관적 해석이 개입될 소지가 있어서 타당도도 확인하기 어렵다. 본 연구에서는 자기차이를 계산하기 위해서 Higgins가 제안한 기법과 아울러 본 연구자가 제안하는 자기차이의 평정 기법을 함께 사용하여 이 정서가설을 검증해 보고자 한다. 이를 위해서 본 논문에서는 다음 세 조사연구를 수행하려고 한다:

연구 1에서는 자기차이이론과 대안이론들을 비교하여 검증하는 데 사용할 자기정서의 측정척도를 제작한다. 연구 2에서는 자기차이이론의 정서가설을 Higgins가 제안한 자기차이 계산방식에 따라서 검증한다. 연구 3에서는 조사연구를 통해서 조사대상이 자기차이들을 직접 평정한 자료를 얻어서 자기차이와 정서의 상관관계를 알아보고자 한다. 연구 3은 자기차이이론의 기본 가설을 검증한다는 점에서는 연구 2와 목적이 동일하지만, 자기차이의 계산방식이 다르다는 점에서 연구 2와 차이가 있다. 이러한 비교연구를 통해서 자기차이이론의 정서가설을 검증함으로써 자기차이에 따른 정서경험을 설명하는데 있어서 조사에 참가한 사람이 지각한 자기차이가 연구자가 평가한 자기차이보다 낙담정서와 초조정서를 예측하는데 더 나은 타당성을 지니는지 알아보고자 한다.

### 연구 1: 자기정서의 측정도구 제작

연구 1에서는 Higgins가 제안한 자기차이이론의 정서가설을 검증하고 이 이론의 대안이론들을 비교하여 검증하는 데 적합한 낙담정서와 초조정

서의 척도를 제작하기 위하여 한국어 정서용어들을 가려내고자 한다. Higgins와 공동 연구자들은 초기에 자기차이이론을 검증하기 위한 정서 측정의 도구로서 BDI(Beck Depression Inventory), SAD(Social Avoidance and Distress Scale), FNE(Fear of Negative Evaluation Scale), HSCL(Hopkins Symptom Checklist), 자신들이 제작한 정서질문지(EQ, Emotion Questionnaire) 등을 사용하였다.

한편 국내에서 강혜자와 한덕웅(1994)은 정서 공발생 연구에서 부적정서의 하위군집으로 우울 군집과 불안군집을 확인한 바 있다. 이 연구에서 보고된 불안과 우울의 군집에는 각각 Higgins가 낙담 및 초조로 명명한 정서군집에 포함되는 정서들이 다수 포함되어서 대체로 일치되는 경향을 보였다. 이 연구에서 이미 낙담정서와 초조정서를 구분할 근거 자료를 얻었지만 Higgins가 언급한 낙담정서와 초조정서들이 한국문화에서 어느 정도 타당하게 구분되는지 직접 검토할 필요가 있다. 본 연구에서는 이 때문에 한국인들을 대상으로 직접적으로 한국문화에서 자기정서들이 어떻게 구성되는지 알아본 바를 토대로 낙담정서와 초조정서를 측정하는 척도들을 제작하고자 한다.

## 방법

### (1) 자기정서들을 나타내는 용어들의 선정

먼저 적절한 자기정서 용어들을 선정하기 위해서 Higgins의 자기차이이론 연구들에서 주로 사용되었던 용어들로서 낙담(우울)정서와 초조(불안)정서들에 해당하는 한국어 용어들을 선정하였

다. 낙담정서로는 슬프다, 우울하다, 의기소침하다, 실망스럽다, 무기력하다, 불만스럽다의 6개 정서용어를 포함시켰고, 초조정서로는 불안하다, 초조하다, 안절부절못하다, 긴장되다, 두렵다, 걱정스럽다의 6개 정서를 포함시켜서 전체적으로 12개 정서용어를 선정하였다.

### (2) 정서 질문지 구성

이 12개 정서용어를 다음의 16개 조건에 해당하는 정서질문지들로 구성하여 응답자들에게 각각에서 7점척도에 평정하도록 하였다. 8개 조건의 질문지는 Higgins의 자기차이이론에 근거하여 자기차이의 유형 2(실제:이상 차이, 실제:당위 차이) \* 관점 2(자신의 관점, 타인의 관점) \* 자기차이의 크기 2(대, 소)의 조사설계에 따라서 작성하였다. 질문지의 표지에 자기차이 유형, 크기, 관점을 조합한 각각의 조건을 간략히 설명하고, 각 조건에서 각 응답자가 정서들을 어느 정도 느끼는지 7점척도(0:전혀 느끼지 않음, 6:매우 많이 느낌)에 평정하도록 하였다. 질문지의 조건은 학교별로 제시하지 않고 고루 섞어서 제시하였다.

### (3) 조사 대상

조사 대상은 교양심리학 강좌를 수강하는 성균관대, 전북대, 경희대, 덕성여대 학생 695명이었다.

### (4) 절차

응답자들에게 각각 두 종류의 질문지에만 응

답하도록 하였다. 실제로 응답자 변산을 감소시키기 위해서는 각 응답자가 8개 조건의 질문지 모두에 응답하도록 하면 이상적이지만 이렇게 할 경우 응답자들이 평정에 혼란과 피로를 느낄 우려가 있어서 각 응답자 별로 2개 조건의 질문지에만 응답하도록 하였다. 질문지는 지시문을 포함하여 2쪽으로 구성되었으며, 강의시간에 실시되었다. 질문지를 완료하는 데 소요된 시간은 15분 정도였다.

### 결과

정서질문지의 정서평정 척도에서 자기차이 유형, 자기차이 크기, 및 관점에 따른 측정치의 평균을 구하였다. 0점에서 6점까지의 평정척도를 통계 분석 과정에서 1점에서 7점까지의 척도로 전환하여 평균을 구하였다.

먼저 자료를 반분하여 340명의 자료로 16개 조건에서 12개 정서 용어들에 응답자들이 평정한 값을 사용하여 요인분석을 하였다. 요인분석에서

요인의 추출 방법은 주축분해법을 사용하였다. 공통변량(communality)의 시초값은 다중상관 제곱치(SMC)를 사용하였고, 요인구조의 회전은 Varimax 방법을 사용하였다.

자기차이이론에서 주로 낙담정서와 초조정서만을 다루고 있기 때문에 본 연구에서도 낙담정서와 초조정서가 별개 요인을 구성하는 타당한 구조인지를 알아보기 위해서 낙담 정서와 초조정서에 포함되는 용어들만을 포함시켜서 2요인 해법으로 확인적 요인분석을 하였다. 확인적 요인분석에서는 나머지 355명의 자료가 사용되었는데, 구조방정식모형을 검증하고자 Lisrel 8.52판을 이용하고, 분석자료는 상관계수, 추정방법은 ULS(Unweighted Least Square) 기법을 사용하였다. 이 분석 결과의 요인계수 추정치는 표 1-1에 제시되어 있다. 이 2요인 구조의 부합도 지수들을 살펴보면, RMR은 .032, GFI는 .997, AGFI는 .996, NFI는 .997로서 낙담정서와 초조정서의 2요인 구조가 전반적으로 자료에 잘 부합함을 알 수 있다. 한편 낙담정서와 초조정서의 상관은 .87로서, 높은

표 1-1. 낙담정서와 초조정서의 요인계수 추정치

	요인 1(초조정서)	요인 2(낙담정서)
긴장되다	0.469	
걱정스럽다	0.786	
불안하다	0.878	
두렵다	0.837	
안전부절못하다	0.834	
초조하다	0.756	
무기력하다		0.846
불만스럽다		0.842
슬프다		0.878
실망스럽다		0.872
우울하다		0.877
의기소침하다		0.848

상관관계를 보였다. 이 결과는 연구 1에서 개발한 자기정서척도가 낙담정서와 초조정서를 변별하여 타당하게 측정하지만 상관이 매우 높음을 나타낸다.

## 논의

연구 1에서는 확인적 요인분석의 결과로 자기정서들 가운데 낙담정서와 초조정서를 구성하는 척도의 2요인 모형이 자료와 잘 부합하였다. 또한 이 두 부정정서 이외에 하나의 정적정서를 포함한 3요인구조모형 역시 부합지수들이 모두 양호하였다. 따라서 이 척도들은 장차 자기차이이론을 비롯하여 여러 자기정서이론들의 타당성을 검증하는 연구에 사용하는 데 무리가 없다고 볼 수 있다. 특히 낙담정서와 초조정서의 2요인 모형의 확인적 요인분석 결과에서 부합도 지수들이 모두 높아서 자기차이이론에서 주로 사용되었던 낙담정서와 초조정서들을 타당하게 측정하는 한국어 척도를 개발하였다.

연구 1의 결과를 토대로, 자기차이이론을 검증하는데 사용할 우울정서와 불안정서를 구분하여 측정하는 척도가 마련되었는데 이 두 척도치들은 상관이 매우 높았다. 이와 같은 결과는 외국에서 보고된 연구들에서도 나타났다. 예컨대 한 피험자에게 우울과 불안의 두 정서를 측정하는 검사를 동시에 실시한 연구들을 보면 대개  $r=.44$ 에서  $r=.87$ 에 이르는 범위의 상관계수를 보이고 있다 (Dobson, 1985; Gotlib, 1984; Mendels, Weinstein & Cochrane, 1972; Nezu, Nezu & Nezu, 1986). 본 연구에서도 낙담정서와 초조정서의 상관계수는 .87로 비교적 높게 나타났다. 그러나 두 정서군

에 대한 확인적 요인분석에서 2개 요인으로 분리하여도 무리가 없음이 확인되었기 때문에 이 근거에서 연구 2와 3에서는 이 정서척도들을 사용하여 자기차이이론을 검증하는데 종속치로 사용하고자 한다. 먼저 연구 2에서는 Higgins가 제안한 질적 분석 기법으로 자기차이를 산출하여 부적 자기정서에 관한 가설이 지지되는지 검증하기로 한다.

## 연구 2: 자기차이의 유형 및 크기와 자기정서의 관계: Higgins의 기법으로 자기차이를 측정한 연구

자기차이이론에서는 자기상태에 대해서 경험하는 차이의 크기와 자기차이의 유형에 따라서 불편감의 종류와 강도가 달라진다고 주장한다. 구체적으로 살펴보면 실제자기와 이상자기의 차이가 크면 낙담(우울)정서가 경험되고, 실제자기와 당위자기의 차이가 크면 초조(불안)정서가 경험된다고 주장했다. 이 가설은 Higgins와 공동연구자들을 중심으로 몇 개의 연구들에서 지지되었다 (Higgins et al., 1985; Higgins et al., 1986; Strauman, 1989; Strauman & Higgins, 1987).

예컨대, Higgins 등(1985)의 연구에서는 대학생들이 지니는 실제자기와 이상자기의 차이가 클수록 낙담정서가 높았고, 그리고 실제자기와 당위자기의 차이가 클수록 초조정서가 높았다. 또한 Strauman과 Higgins(1987, 연구 1, 연구 2)의 연구에서도 대학생들이 지니는 실제자기/자신의 관점:이상자기/자신의 관점에서 차이가 클수록 낙담정서인 실망과 불만이 증가하였고, 실제자기/자신의 관점:당위자기/타인의 관점에서 차이가 클수록

초조정서인 두려움과 불안이 증가하였다. 또한 우울과 불안으로 고통받는 대학생들의 자기차이를 조사한 결과에서도 자기차이이론의 정서가설이 지지되는 결과가 나왔다. 임상환자들을 대상으로 한 Strauman(1989)의 연구에서도 역시 우울환자들은 실제자기/자신의 관점:이상자기/자신의 관점에서 차이가 컸고, 불안환자들은 실제자기/자신의 관점:당위자기/타인의 관점에서 차이가 크게 나타나서 자기차이이론의 정서가설이 지지되었다.

그러나 이 이론의 검증 연구가 국내에서는 별로 이루어지지 않아서 한국에서도 이 가설이 일관되게 지지되는지 알 수 없다. 본 연구에서는 자기차이이론의 정서가설을 조사연구를 통해서 검증하고자 한다. 또한 부가적으로 자기의 영역(실제자기, 이상자기, 당위자기)과 관점(자신관점, 타인관점)에 따라서 자기차이와 정서의 상호관련성이 이 이론의 예언과 일관되게 나타나는지 알아보고자 한다.

연구 2에서 다룰 문제를 요약하면 다음과 같다: (1) 한국에서도 개인이 우세하게 지니는 특정 유형의 자기차이가 클수록, 그 유형의 차이와 연관된다고 예측하는 부적 정서를 더 크게 경험하게 된다는 자기차이이론의 가설이 지지되는가? (2) 실제자기와 이상자기의 차이와, 실제자기와 당위자기의 차이로 인한 낙담과 초조의 정서가 자신관점과 타인관점에 따라서 나타나는가? 이 가운데 첫 번째 두 문제와 관련해서 앞에서 살펴본 논리에 근거하여 본 연구에서 검증하게 되는 가설들을 정리하면 다음과 같다:

가설 1 : 개인이 지니고 있는 자기차이의 크기가 클수록 각 유형의 차이와 연관된 종류의 불

편감을 더 크게 경험한다.

(가설 1-1) 실제자기와 이상자기의 차이가 클수록 낙담정서를 더 높게 경험한다.

(가설 1-2) 실제자기와 당위자기의 차이가 클수록 초조정서를 더 높게 경험한다.

본 연구에서는 이 두 가설을 다시 다음과 같은 두 가지 분석 기법으로 각각 검증하려고 한다. 먼저 이상자기와 실제자기의 차이나 당위자기와 실제자기의 차이가 크거나 작은 사람들을 모두 포함해서 낙담정서와 초조정서와 각각 어느 정도 단순상관을 보이는지 검토한다. 다음으로 이상자기와 실제자기의 차이만 크고 당위자기와 실제자기의 차이가 작은 사람들, 당위자기와 실제자기의 차이만 크고 이상자기와 실제자기의 차이는 작은 사람들을 가려내어서 이들이 각각 낙담정서나 초조정서와 높은 상관을 보이는지 검증하려고 한다. 한편 두 번째로, 자기와 타인의 관점 문제와 관련해서는 우울의 경우에 자신이 지각한 자기차이가 중요하다고 가정하고 자기관점에서 본 실제자기와 이상자기의 차이가 타인관점보다 낙담정서와 높은 상관을 보인다고 가정했다. 그리고 초조정서의 경우에 타인의 관점이라고 지각한 당위자기와 실제자기의 차이가 자기관점보다 더 영향력이 크다고 가정했다. 본 연구에서는 단지 이 관점에 관한 가설들이 어떤 결과로 나타나는지 탐색하고 장래 연구에서 깊이 있게 다루려고 한다.



## 방법

### (1) 조사 대상

성균관대학교에서 심리학개론을 수강하는 남녀 대학생 230명에게 조사를 실시하였다. 수집된 자료를 검토하여 응답이 불성실하거나 완료되지 않은 24명의 자료를 제외시키고, 최종적으로 206명의 자료를 분석에 사용하였다.

### (2) 도구

1) 자기질문지 : 자기질문지는 Higgins(1985, 1987, 1989)의 방법을 참고로 제작하였다. 이 자기질문지는 지시문을 포함하여, 13쪽으로 구성되었다. 응답자들에게 자기의 영역(실제자기, 이상자기, 당위자기)과 관점(자신의 관점, 중요한 타인의 관점)에 따라서 6가지 단면에서 자기의 속성을 잘 나타내는 내용을 각각 단문으로 10개씩 기술하도록 하였다. 따라서 한 응답자가 제시할 수 있는 가능한 최대의 자기 속성 수는 60개가 된다.

또한 실제자기, 이상자기, 그리고 당위자기의 속성 각각을 자신이 어느 정도 지니고 있는지 각각 7점척도(1점: 매우 조금, 7점: 매우 많이)에 평정하도록 하였다. Higgins는 4점척도를 사용하였으나 본 연구에서는 차이의 변별력을 높이기 위해서 7점척도를 사용하였다.

2) 정서질문지 : 연구 1에 보고된 20개 정서 용어로 구성된 정서질문지는 지시문을 포함하여 2페이지로 구성되었다. 질문지에 제시된 각 정서를 읽고 응답자가 현재 이 정서를 얼마나 많이 경험

하는지 7점척도(1점: 전혀 느끼지 않는다; 7점: 매우 많이 느낀다)에 평정하도록 하였다.

### (3) 절차

질문지는 강의시간에 집단으로 실시되었다. 각 조사 대상에게 자기질문지와 정서질문지를 함께 나누어 준 후에 지시문을 읽어 주고, 이 두 종류의 질문지에 응답하도록 하였다. 두 종류의 질문지에 모두 응답하는 데 소요된 시간은 약 50분이었다.

자료의 분석 : Higgins(1987)의 자기차이 계산 방식에 따라서 자기차이값을 산출하였다. 본 연구에서는 본 논문의 연구자와 박사과정 수료자 한 명이 각각 별도로 응답지들을 분석하여 판단의 합치도를 산출하고 두 사람이 채점한 차이값의 일치도를 산출하였는데 일치율은 87%였다. 한편, Higgins의 자기질문지와 본 연구의 자기질문지는 거의 동일한 양식이었으나 Higgins는 4점척도를 사용하였고 본 연구에서는 7점척도를 사용하였다. Higgins는 자기차이값의 계산에서 평정치 차이가 1점 이하인 경우 완전한 합치로, 차이가 2점 이상인 경우에는 완전한 불합치로 계산하였으나 본 연구에서는 7점척도이므로 2점 이하면 완전한 합치로, 3점 이상인 경우를 완전한 불합치로 채점한 점에서 약간의 차이가 있었다. 본 연구에서 이 채점 기법을 사용한 이유는 자기차이의 평정에서 변별력을 높이려고 했기 때문이다.

### 결과

자기차이를 보는 사람의 각 관점에 따라서 영역별로 응답자가 제시할 수 있는 속성은 최대 10개인데, 본 연구의 응답자들이 자기질문지에 제시한 속성 수는 평균 9.3개였다. 따라서 비교적 충실한 응답을 얻었다.

본 연구에서는 응답자들이 제시한 실제자기 속성들과 이상자기 속성들, 실제자기 속성들과 당위자기 속성들을 비교하여 열거된 속성들의 의미를 판단하여 반대개념 쌍의 갯수에는 가중치 2를 부여하고, 유사개념인 경우에는 두 개념의 평정치가 3점 이상 차이가 나면 동의어 불합치로 취급하였다.

Higgins의 기법에 따라서 유형별 자기차이값을 구하고, 관점에 따른 차이값을 통합하여 유형별 자기차이값과 정서의 단순상관계수를 구하였다.

다. 이 결과가 표 2-1에 제시되어 있다.

표 2-1을 보면 실제자기와 이상자기의 차이 크기와 낙담정서의 상관은 유의하여( $r=.20, p<.01$ ) 가설 1-1이 지지되었다. 그러나 이 실제자기와 이상자기의 차이 크기는 초조정서와도 유의한 상관계수를 보였다( $r=.23, p<.001$ ). 이 결과는 실제자기와 이상자기의 차이와 실제자기와 당위자기의 차이 자체가  $r=.66(p<.001)$ 이라는 비교적 높은 상관이 있는 점에 부분적 원인이 있을 수도 있지만 특정 자기차이 유형과 특정 정서의 관련성을 가정한 자기차이이론의 정서가설에 위배된다.

더우기 실제자기와 당위자기의 차이는 초조정서와 상관이 유의하지 않아서( $r=.13, n.s.$ ) 가설 1-2는 기각되었다.

**자기관점과 타인관점에서 본 자기차이와 정서의 관계 :** 자기차이를 보는 사람의 관점을 자기와 타인으로 분리하여 영역별로 자기차이와 정서

표 2-1. 자신관점과 타인관점을 통합한 자기차이와 정서의 단순상관계수(N=206)

	실제:이상 차이	실제:당위 차이	낙담정서
실제:당위 차이	.66***		
낙담정서	.20**	.11	
초조정서	.23***	.13	.69***

\*  $p<.05$ , \*\*  $p<.01$ , \*\*\*  $p<.001$ . 이하의 표에서도 동일함.

표 2-2. 관점에 따른 자기차이 유형과 정서의 단순상관계수(N=206)

	실제/자신:이상/자신	실제/자신:이상/타인	실제/자신:당위/자신	실제/자신:당위/타인
실제/자신:이상/타인	.54***(.69***)			
실제/자신:당위/자신	.57***(.76***)	.50***(.72***)		
실제/자신:당위/타인	.51***(.59***)	.58***(.62***)	.70***(.53***)	
낙담정서	.26***	.04	.14*	.05
초조정서	.26***	.12	.13	.11

(Higgins 등, 1985) N=52

의 관련성을 알아보려고 하였다. 자기차이를 보는 사람의 관점과 자기의 영역을 조합하여 자기차이와 두 정서 간의 단순상관계수를 구한 결과가 표 2-2에 제시되어 있다.

표 2-2를 보면 여러 자기차이의 유형 간 상호상관이  $r=.50(p<.001)$ 에서  $r=.70(p<.001)$ 의 범위에 이르기까지 전반적으로 꽤 높음을 알 수 있다. 이는 자기차이의 유형이나 관점이 다르더라도 사람마다 서로 유사한 차이값들을 지니고 있음을 의미한다. 이와 같은 현상은 Higgins 등(1985)의 연구에서도 유사하게 보고되었다. 표 2-2의 우측 상관계수들을 보면 이 연구에서 관점과 자기의 영역에 따라서 조합한 여러 자기차이 유형들 간의 단순상관이  $.53(p<.001)$ 에서  $.76(p<.001)$ 에 이르러서 본연구보다 다소 높은 상관들을 보였다. 그러나 자기차이를 보는 사람의 관점은 자기와 타인으로 구분해서 보면 자기관점에서 본 당위자기와 실제자기의 차이가 클수록 낙담정서가 높아져 유의한 상관계수( $r=.14, p<.05$ )를 보였다.

표 2-2에서 보듯이 관점에 따른 자기차이 유형별 상호상관에 있어서는 본 연구의 결과가 Higgins 등(1985)의 결과와 매우 유사하다. Higgins 등(1985)은 이처럼 관점을 분리했을 때 자기차이 유형 간에 상관이 높은 현상에 대해서 모든 차이 유형들에서 실제자기가 기본적으로 자신의 관점만을 반영하기 때문에 나타났다고 해석하였다.

**자기차이가 큰 사람들의 정서 경험 :** 본 연구의 결과를 보면 Higgins 등(1985)의 결과와 마찬가지로 실제자기와 이상자기의 차이와 실제자기와 당위자기의 높은 상관을 보였다. 그러므로

본 연구의 결과에서 각각 다른 유형의 자기차이 값이 함께 자기정서 경험에 영향을 미쳤다고 생각할 수 있다. 그러므로 다른 자기차이값의 효과를 제거하고 실제자기와 이상자기의 차이값이나 실제자기와 당위자기의 차이값이 각각 자기정서에 미치는 영향을 알아볼 필요가 있다. 이 목적에서 전체 조사대상들 가운데 실제자기와 이상자기의 차이가 큰 사람들과 실제자기와 당위자기의 차이가 큰 사람들만으로 제한하여 자기차이 유형에 따라서 자기정서가 달리 나타나는지 알아보았다.

구체적으로 실제자기와 이상자기의 차이가 크지만 실제자기와 당위자기의 차이는 작은 조건에서 낙담정서가 높고, 실제자기와 당위자기의 차이가 크지만 실제자기와 이상자기의 차이가 작은 사람들이 초조정서가 높은지 알아보려고 하였다. 이 목적에 따라서 중앙값을 중심으로 실제자기와 이상자기의 차이는 크면서 실제자기와 당위자기의 차이는 작은 사람들과 실제자기와 당위자기의 차이는 크면서 실제자기와 이상자기의 차이는 작은 사람들을 가려내어서 자기정서와 상관을 구하였다. 이 결과가 표 2-3과 표 2-4에 각각 제시되어 있다.

표 2-3에서 보면, 실제자기와 이상자기의 차이는 크고 실제자기와 당위자기가 작은 사람들에게서 실제자기와 이상자기의 차이값과 실제자기와 당위자기의 차이값 간의 상관이 표 2-1과 비교해볼 때 매우 낮음을 알 수 있다. 그럼에도 불구하고 이 사람들의 경우 실제자기와 이상자기의 차이값과 낙담정서의 상관은  $r=.42$ 로서 유의하여 Higgins의 가설이 지지되었다. 그러나 이 차이값이 클수록 초조정서도 높아져 상관이  $r=.38$ 로서

역시 유의하였다. 그리고 실제자기와 당위자기의 차이값과 초조정서의 상관은 유의하지 않았다. 이 결과들은 Higgins의 정서가설 가운데 이상자기와 당위자기의 차이는 작은 사람들의 경우에 이상자기와 실제자기의 차이가 클수록 낙담정서가 높아진다는 가설을 지지한다. 또한 이상자기와 실제자기의 차이가 작은 사람들 가운데 당위자기와 실제자기의 차이가 클수록 초조정서가 높아진다는 예언이 지지됨을 의미한다. 그러나 이상자기와 실제자기의 차이가 클수록 초조정서 역시 높아서 정서가설과 일관되지 않는다.

표 2-4에서 보면, 실제자기와 당위자기의 차이가 크지만 실제자기와 이상자기의 차이는 작은 사람들만을 가려내어도 실제자기와 이상자기의 차이값과 실제자기와 당위자기의 차이값의 상관이 표 2-1과 비교해서 다소 낮아졌지만  $r=.32$ 로서 여전히 유의한 상관을 보인다. 그러나 이 사람들의 경우에 실제자기와 이상자기의 차이와 낙담정서의 상관이 유의하지 않았고, 초조정서와의 상관

도 유의하지는 않았다. ----- 이 결과는 당위자기와 실제자기의 차이가 큰 사람들이 초조정서를 경험한다고 예언한 Higgins의 가설이 이상자기와 실제자기의 차이는 작으면서 동시에 당위자기와 실제자기의 차이가 큰 사람들에게만 한정되게 지지됨을 의미한다.

Higgins는 정서가설을 검증하면서 당위자기와 실제자기의 차이가 작은 사람들 가운데 이상자기와 실제자기의 차이가 큰 사람일수록 낙담정서만 높았다는 결과가 그의 가설을 지지하는 자료라고 해석했다. 이와 유사하게 이상자기와 실제자기의 차이가 작은 사람들 가운데 당위자기와 실제자기의 차이가 큰 사람일수록 초조정서가 높았다는 결과가 그의 가설을 지지한다고 해석했다. 이 해석방식을 따른다면 본 분석에서 얻은 결과는 그의 정서가설들을 모두 지지한다고 해석할 수 있다. 다만 본 연구에서는 당위자기와 실제자기의 차이가 작은 사람들의 자료만을 사용하였음에도 불구하고 이상자기와 실제자기의 차이가 높은 사

표 2-3. 관점을 통합했을 때 실제자기와 이상자기의 차이는 크지만 실제자기와 당위자기의 차이는 작은 사람들의 자기차이와 정서의 상관(N=36)

	실제:이상 차이	실제:당위 차이	낙담정서
실제:당위 차이	-.06		
낙담정서	.42**	-.02	
초조정서	.38*	-.05	.62***

표 2-4. 관점을 통합했을 때 실제자기와 당위자기의 차이가 크지만 실제자기와 이상자기의 차이는 작은 사람들에서 자기차이와 정서의 상관(N=38)

	실제:이상 차이	실제:당위 차이	낙담정서
실제:당위 차이	.32*		
낙담정서	-.08	-.05	
초조정서	-.09	.27	.66***

람들이 낙담정서와 함께 초조정서를 높게 경험하여 Higgins의 연구와 다른 결과를 보여주었다.

대체로 이 두 제한된 사람들의 자료를 분석한 결과는 비록 유의한 상관을 보인 경우가 다소 증가했지만, 표 2-1과 같이 전체 집단에서 얻은 상관계수들과 유사한 양상을 보이고 있어서, Higgins 방식으로 측정했을 때 자기차이이론이 제한적으로 지지됨을 보여준다.

## 논의

연구 2에서는 자기차이이론의 기본 정서가설을 Higgins가 제안한 자기차이값의 계산 방식에 의하여 검증하였다. 이를 위해 대학생들에게 자기질문지와 정서질문지를 실시하였다. 이상자기와 실제자기의 차이값이 클수록 낙담정서가 높고 당위자기와 실제자기의 차이값이 클수록 초조정서가 높은지 상관관계를 알아보았다. 그 결과 실제자기와 이상자기의 차이가 클수록 낙담정서가 높아 이 부분에 관한 가설 1-1이 지지되었다. 그러나 실제자기와 당위자기의 차이값은 초조정서와 상관이 유의하지 않아서 가설 1-2가 지지되지 않았다. 본 연구의 결과는 이은영(1991)의 연구와 유사한데, 그의 연구에서 실제자기와 이상자기의 차이를 점화시킨 집단에서는 낙담정서가 높았으나, 실제자기와 당위자기의 차이를 점화시킨 집단에서는 초조정서가 유의하게 높아지지 않았다.

실제자기와 이상자기의 차이가 크면 우울과 불안이 함께 경험된 사실에 대해서 몇 가지 해석이 가능하다. 첫째, 낙담정서와 초조정서를 분리하여 측정할 수는 있으나 상관이 높은 형태로 경험되는 점이다. 표 2-1을 보면 낙담정서와 초조정서

의 상관이 .69( $p < .001$ )로 높게 나타났다. 또한 표 2-3에서 보듯이 실제자기와 이상자기의 차이가 큰 사람들에서 낙담정서와 초조정서의 상관은 .62였으며 표 2-4에서 제시된 대로 실제자기와 당위자기의 차이가 큰 사람들에서는 두 정서의 상관이 .66을 보이고 있다.

둘째, 실제자기와 이상자기의 차이와 실제자기와 당위자기의 차이가 높은 상관을 지니는데 따른 결과일 수 있다. 표 2-1에서 보듯이 자기관점과 타인관점을 통합했을 때 실제:이상 차이와 실제자기와 당위자기의 차이의 단순상관이 높았다( $r = .66, p < .001$ ). 또한 자기관점과 타인관점을 분리해서 단순상관을 산출한 결과에서도 실제자기와 이상자기의 차이와 실제자기와 당위자기의 차이의 상관은 .50에서 .58의 범위에 이르고 있다. 이와 유사한 결과는 표 2-2에 제시된 Higgins 등(1985)의 연구에서도 보고되었다. 이들의 연구에서는 관점을 분리했을 때 실제자기와 이상자기의 차이와 실제자기와 당위자기의 차이의 상관이 .59에서 .76의 범위에 이르고 있다. 이러한 전반적 결과들은 이상자기 속성들과 당위자기의 내용을 구성하는 속성들이 중복되거나 유사함을 시사한다. 즉, 개인의 자기 속성들 가운데 일부는 자신이나 타인의 관점에서 볼 때 자기의 당위이면서 동시에 이상자기의 요소일 수도 있다. 실제로 강혜자(2001)의 연구에서 이상자기와 당위자기를 구성하는 내용들 가운데 중복되는 속성들은 26.85%에 이르렀다. 특히 본 연구에서 실제자기와 이상자기의 차이가 클수록 우울과 불안의 정서가 모두 높게 경험되었다는 점에서 보면 당위자기의 속성들 가운데 상당 부분이 이상자기를 구성하는 속성들로 인식되었다고 추론할 수 있다. 이은영과 한기

연(1991)의 연구에서도 대학생들의 이상자기 속성들이 당위자기 속성들과 상당한 수준으로 중복되었다고 보고되었다.

본 연구 결과에서 특히 실제자기와 이상자기의 차이나 실제자기와 당위자기의 차이가 큰 사람들의 결과만을 보면, 표 2-3에서 보듯이 실제자기와 이상자기의 차이가 큰 사람들의 경우 실제자기와 이상자기의 차이와 실제자기와 당위자기의 차이의 상관이 유의하지 않았지만, 표 2-4에 제시된 바와 같이 실제자기와 당위자기의 차이가 큰 사람들의 경우에는 실제자기와 이상자기의 차이와 실제자기와 당위자기의 차이의 상관이 .32로서 유의하다. 이 사실은 적어도 한국 대학생들의 경우에 일상적 상황에서 "이상화된 당위" 기준이 작동한다는 추론을 가능하게 하는 결과로 보인다.

### 연구 3 : 자기평정으로 측정된 자기차이의 유형 및 크기와 자기정서의 관계

연구 2에서는 Higgins의 자기차이이론의 타당성을 Higgins가 제안한 자기차이의 계산 방식에 따라서 검증하였다. 그 결과, 자기차이이론의 정서 가설은 부분적으로 지지가 되었다. 즉, 실제자기와 이상자기의 차이가 클수록 낙담정서가 높아서 상관이 유의하였으나, 실제자기와 당위자기의 차이에서는 초조정서와 상관이 유의하지 않았다. 이러한 결과가 나타난 이유들 가운데 하나로 자기차이의 내용과 크기를 조사를 받은 사람의 평가에 의존하지 않고 연구자가 질적으로 차이를 평가하여 측정하는 데 기인된 결과일 수도 있다.

이 관점에서 연구 3에서는 자기차이를 연구자들의 판단이 아니라 조사를 받은 사람들이 직접

평정하는 방식을 사용하여 자기차이이론의 정서 가설을 검증해 보고자 한다. 다시 말해서 자기질문지에서 조사를 받은 사람들 자신이 경험한 이상자기와 실제자기의 차이, 당위자기와 실제자기의 차이를 평정하고, 이 측정치들과 특정 자기정서들의 상관을 분석하는 방식을 사용하여 자기차이 유형 및 크기와 자기정서들과의 관계를 알아 보고자 한다.

Higgins식의 자기차이 계산 절차는 자기차이의 내용과 차이의 정도를 두 명의 판단자가 별도로 판단하고 두 판단자들의 판단의 일치도를 산출한다. 이 방식은 자기차이의 내용분석에서 판단자들의 주관에 작용하므로 임의성이 있을 수 있어서 자기차이의 크기에 대한 간접 평가로서 응답자 자신이 보고하는 자기차이의 평정치에 비해서 정확도가 낮을 수 있다. 이에 비해서 조사를 받은 사람이 직접 자기차이를 평정하게 되면 개인이 실제로 경험하는 자기차이의 크기를 측정할 수 있어서 이 한계점을 극복할 수 있다. 자기차이 값의 산출이 비교적 간편한 이 자기차이의 평정 방식을 통해서 연구 2에서 지지되지 않은 자기차이이론의 가설들이 지지된다면 자기차이의 측정 기법을 개선할 수 있다.

연구 3은 자기차이의 내용과 차이를 조사를 받은 사람들이 직접 평정하는 방법을 사용했다는 점에서 연구 2와 차이가 있다. 또한 이 조사에 참여한 사람들은 연구 2와 동일하기 때문에 단지 자기차이를 측정하는 기법에 따라서 가설을 검증한 결과가 어떻게 달라지는지 알아볼 수 있다. 연구 3에서 검증하려는 기본 가설은 연구 2와 동일하다.

## 방법

### (1) 조사 대상

조사 대상은 연구 2와 동일하다.

### (2) 도 구

1) 자기질문지 : 연구 2에서 설명한 바와 기본적으로 동일하다. 연구 3dd에서 자기차이를 측정하는 방법이 연구 2와 다른 점은 다음 두 가지이다: 먼저 자신의 관점과 타인의 관점 각각에서 자기의 중요한 속성들을 제시하고, (1) 이 속성들 각각이 자신에게 얼마나 중요하고 의미가 있는지 7점척도(1점: 매우 조금, 7점: 매우 많이)에 평정하도록 하여 이 중요도를 자기차이값의 가중치로 사용해서 응답자가 평정한 속성별 자기차이값에 곱하여 자기차이값들을 계산했다. (2) 또한 응답자가 자기질문지에 제시한 자기의 속성들에 대하여 실제자기와 이상자기, 실제자기와 당위자기에서 각각 느끼는 자기 차이 정도를 스스로 평정하도록 했다.

연구 2에서 설명한 Higgins의 자기차이 계산 절차는 두 명의 판단자가 자기차이를 산출하여 판단의 일치도를 산출한다. 이 방식은 자기차이값의 계산이 복잡하고(이은영, 1990), 자기차이의 수준을 타인들이 간접 평가하기 때문에 응답자 자신이 경험하여 보고하는 자기차이의 평정치에 비해서 정확도가 낮을 수 있다. 연구 3에서는 이 문제점을 보완하고자 이상자기와 당위자기의 속성들을 각각 열거하도록 한 후에 이 속성들 각각이 자신이 현재 지니고 있는 실제자기의 모습과 얼

마나 차이가 있는지 7점척도(1점: 매우 조금, 7점: 매우 많이)에 직접 평정하도록 하였다.

2) 정서질문지 : 연구 2에서 사용한 자기정서 문항들과 동일한데 연구 2에서 얻은 자기정서의 평정치를 자료 분석에서 그대로 이용하였다.

### (3) 절 차

조사 절차는 연구 2와 동일하였다.

자료의 분석 : (1) 이상자기의 속성들 각각이 현재 실제자기 상태와 얼마나 차이가 있는지, (2) 당위자기의 속성들 각각이 현재 실제자기 상태와 얼마나 차이가 있는지에 대하여, 조사를 받은 사람들이 평정한 자료를 사용하여 이상자기 영역과 당위자기 영역별로 각각 합산하여 실제자기와 이상자기의 차이값과 실제자기와 당위자기의 차이값을 각각 별도로 산출하였다.

또한 응답자가 평정한 각 속성의 중요도를 가중치로 삼아서 가중치를 고려한 차이값과 가중치를 고려하지 않은 차이값을 각각 산출하고, 이들 각각의 측정치와 자기정서의 단순상관계수를 구하였다.

## 결과

응답자의 자기평정에 의하여 유형별로 자기차이값을 구하고, 자기와 타인의 관점에 따른 차이값을 통합하여 유형별로 자기차이값과 자기정서의 상관을 계산하였다. 먼저 자기차이가 산출된 속성의 중요도를 가중치로 고려하지 않고 계산한

결과가 표 3-1에 제시되어 있다.

표 3-1에서 보듯이 실제자기와 이상자기의 차이와 낙담정서의 상관관계가 유의하여( $r=.21, p<.01$ ) 연구 2와 일관되게 가설 1-1이 지지되었다. 그러나 연구 2의 결과와 동일하게 실제자기와 이상자기의 차이가 초조정서와도 유의한 상관관계를 보였다( $r=.20, p<.01$ ). 이 결과 역시 연구 2의 결과와 동일하다.

한편 실제자기와 당위자기의 차이가 클수록 초조정서가 높아서 가설 1-2를 지지하는 결과를 보였다( $r=.16, p<.05$ ). 이 결과는 연구 2에서 실제자기와 당위자기의 차이가 초조정서와 유의하지 않았던 바와 다르다. 연구 2와 3의 결과로부터 연구자들이 자기차이를 계산하는 기법과 달리 조사에 참가한 사람들이 자기차이를 직접 평가하는 경우에 초조정서에 관한 자기차이 가설이 지지됨을 알 수 있다.

한편, 속성의 중요도를 가중치로 반영하지 않은 상태에서 자기차이를 보는 사람의 관점을 분리하여 영역별 자기차이와 자기정서의 관련성을 알아보았다. 자기의 관점과 자기의 영역을 조합하여 이들 간 및 이들과 자기정서의 단순상관관계를 구한 결과가 표 3-2에 제시되어 있다. 표 3-2도 대체로 Higgins의 자기차이 계산 방식을 사용하여 단순상관관계를 구한 연구 2의 표 2-2나 Higgins 등(1985)의 연구 결과와 유사한 정도로 높은 상호상관을 보여주고 있다.

한편, 조사 대상들이 각 속성의 중요도를 평정한 값을 가중치로 사용하여 자기차이를 계산하고 자기정서와 상관관계를 구한 결과는 표 3-3에 제시되어 있다.

표 3-3에서 가중치를 고려한 결과는 표 3-1의 가중치를 고려하지 않은 결과와 유사하다: 실제자기와 이상자기의 차이가 클수록 낙담정서가 높아

표 3-1. 속성의 중요도를 가중치로 반영하지 않고 자기평정에 의해서 자신관점과 타인관점을 통합한 자기차이와 자기정서의 단순상관계수(N=206)

	실제:이상 차이	실제:당위 차이	낙담정서
실제:당위 차이	.73***		
낙담정서	.21**	.08	
초조정서	.20**	.16*	.69***

표 3-2 속성의 중요도를 가중치로 반영하지 않고 관점에 따른 자기차이와 자기정서의 단순상관(N=206)

	실제/자신:이상/자신	실제/자신:이상/타인	실제/자신:당위/자신	실제/자신:당위/타인
실제/자신:이상/타인	.53***			
실제/자신:당위/자신	.51***	.55***		
실제/자신:당위/타인	.47***	.72***	.57***	
낙담정서	.17*	.19**	.06	.08
초조정서	.16*	.18**	.17*	.11



저서 상관의 유의하여( $r=.18, p<.01$ ) 가설 1-1이 일관되게 지지되었다. 그러나 연구 2와 동일하게 연구 3에서 중요도를 가중치로 반영하더라도 실제 자기와 이상자기의 차이가 클수록 초조정서도 높아져 일관되게 상관의 유의하였다( $r=.19, p<.01$ ). 한편, 중요도를 가중치로 반영하더라도 반영하지 않을 때와 마찬가지로 실제자기와 당위자기의 차이가 클수록 초조정서가 높아져 상관의 일관되게 유의하여( $r=.18, p<.01$ ) 가설 1-2를 지지하고 있다.

자기속성의 중요도를 가중치로 사용하여 자기 차이를 계산한 경우와 사용하지 않은 조건에서 얻은 결과들을 요약해 보면 차이가 없이 일관됨

을 알 수 있다.

**자기차이가 큰 사람들의 자기정서 경험 :** 연구 2에서와 마찬가지로 자기평정에 의하여 차이를 계산한 경우에도 전체 조사 대상 가운데 실제 자기와 이상자기의 차이가 큰 사람들과 실제자기와 당위자기의 차이가 큰 사람들만을 중앙치 분할 방식으로 가려내어서 자기차이의 유형과 특정 정서의 관련성이 나타나는지 알아보았다. 즉 당위 자기와 실제자기의 차이는 작으면서 이상자기와 실제자기의 차이가 큰 사람들에서는 그 차이가 클수록 낙담정서가 높아지고, 이상자기와 실제자

표 3-3. 속성의 중요도를 가중치로 반영하고 자기관점과 타인관점을 통합한 자기차이와 자기정서의 단순상관(N=206)

	실제:이상 차이	실제:당위 차이	낙담정서
실제:당위 차이	.71***		
낙담정서	.18**	.07	
초조정서	.19**	.18**	.69***

표 3-4. 중요도의 가중치를 반영하지 않고 실제자기와 이상자기의 차이가 크지만 실제자기와 당위자기의 차이는 작은 사람들에서 자기차이와 정서의 단순상관(N=28)

	실제:이상차이	실제:당위 차이	낙담정서
실제:당위 차이	-.08		
낙담정서	.55**	.07	
초조정서	.62***	.06	.67***

표 3-5. 중요도의 가중치를 반영하지 않고 실제자기와 당위자기의 차이는 크지만 실제자기와 이상자기의 차이는 작은 사람들에서 자기차이와 정서의 단순상관(N=31)

	실제:이상 차이	실제:당위 차이	낙담정서
실제:당위 차이	.07		
낙담정서	.07	.10	
초조정서	-.11	.31	.68***

기의 차이는 작으면서 실제자기와 당위자기의 차이가 큰 사람들에서는 이 차이가 클수록 초조정서가 높게 나타나는지 알아보고자 하였다. 이를 위해서 중앙치를 중심으로 실제자기와 이상자기의 차이는 크면서 동시에 실제자기와 당위자기의 차이는 작은 사람들과 실제자기와 당위자기의 차이는 크면서 동시에 실제자기와 이상자기의 차이는 작은 사람들의 자료만을 가려내어서 자기차이 값과 정서반응의 단순상관을 구하였다. 이 결과가 표 3-4와 표 3-5에 각각 제시되어 있다.

표 3-4에서 보는 바와 같이 이상자기와 실제자기의 차이만 큰 사람들에서는 자기차이가 클수록 낙담정서가 높아서 표 3-1의 전체 자료를 분석한 결과와 동일하게 Higgins의 정서가설이 지지되었다. 또한 표 3-5의 결과는 당위자기와 실제자기의 차이만 큰 사람들에서 자기차이가 클수록 초조정서가 높아서 이 가설 역시 지지되었다. 그러나 표 3-4 가운데 이상자기와 실제자기의 차이가 큰 사람들의 자료에서 자기차이가 클수록 초조정서 역시 높아서 비록 Higgins가 언급하지는 않았지만 논리적으로 이론과 모순되었다.

### 논의

연구 3에서는 자기차이이론의 정서가설을 검증하기 위하여 Higgins의 자기차이 계산법을 사용하지 않고 조사에 참가한 사람들이 자기차이를 직접 평정하도록 하여 자기차이를 산출하였다. 연구 3의 결과에서 자신의 관점과 타인의 관점을 통합하고 조사에 참가한 사람들이 제시한 속성들의 중요도를 가중치로 반영하지 않고 자기차이와 정서의 상관을 구한 값과 이러한 가중치를 반영

한 결과는 유사한 패턴을 보이고 있다. 구체적으로 살펴보면 실제자기와 이상자기의 차이와 낙담정서의 상관은 유의했으나, 연구 2의 결과와 유사하게 초조정서와도 유의한 상관을 보였다. 본 연구 3의 결과는 Higgins 등(1985)의 연구 결과와 다소 차이가 있다. Higgins 등의 연구에서는 사례수가 소수임에도 불구하고 실제자기와 이상자기의 차이는 낙담정서, 실제자기와 당위자기의 차이는 초조정서와 상관이 각각 유의하여 자기차이이론의 예언이 잘 지지되었다. 그러나 본 연구 2와 연구 3의 결과에서는 실제자기와 이상자기의 차이와 낙담정서의 상관이 유의했을 뿐만 아니라 실제자기와 이상자기의 차이와 초조정서의 상관도 유의하였다.

연구 3에서 실제자기와 당위자기의 차이와 초조정서의 상관이 유의하여 자기차이이론의 가설을 지지하는 결과를 보였다. 이는 실제자기와 당위자기의 차이와 초조정서의 상관이 유의하지 않은 연구 2의 결과와 차이가 있다. 이 결과는 당위자기와 실제자기의 차이를 의미의 유사성에 따라서 계산하는 Higgins의 기법보다 자기차이를 응답자가 평정하는 기법을 사용하는 경우에 Higgins의 초조정서 가설이 잘 지지됨을 보여준다. 다시 말해서 자기속성을 전문가가 의미의 유사성에 따라 질적으로 판단하여 자기차이를 산출하는 기법보다 응답자 자신이 지가가하고 있는 자기차이를 평정하게 되면 낙담정서와 아울러 초조정서의 가설도 잘 지지됨을 의미한다.

한편 자기속성의 중요도를 가중치로 반영하지 않은 결과와 중요도를 반영한 결과를 비교해 보면 결과는 유사하면서 특히 상관 값은 속성 중요도를 반영하지 않은 경우에 약간씩 더 높게 나타

났다. 이 결과는 자기질문지를 통해서 자기차이를 측정할 때 응답자들에게 속성의 중요도를 별도로 평정하도록 하지 않더라도 자기의 중요한 속성들이 자연스럽게 나열된 데 따른 결과라고 볼 수 있다. 따라서 자기질문지에서 속성의 중요도를 굳이 평정할 필요가 없이 자기질문지를 단순화하는 방법이 바람직함을 시사한다.

자기속성의 중요도를 가중치로 반영하더라도 결과에 별다른 차이가 없기 때문에 가중치를 고려하지 않은 상태에서 관점을 분리하여 영역별 자기차이의 관련성을 알아보았다. 그 결과, 대체로 연구 2의 결과와 유사하게 여러 영역별 상호상관이 유의하게 나타나서 Higgins 등(1985)의 결과와 본 연구 3의 결과가 일관성을 보여주고 있다.

이처럼 자기의 관점과 영역을 조합한 자기 상태들의 상호상관이 유의하기 때문에 자기차이값의 중앙치를 기준으로 이상자기와 실제자기의 차이가 큰 사람들과 당위자기와 실제자기의 차이가 큰 사람들을 각각 가려내서 이들의 자기차이 크기와 정서의 관련성을 알아보았다. 그 결과, 이상자기와 실제자기의 차이는 크면서 당위자기와 실제자기의 차이는 작은 사람들에서는 낙담정서와 초조정서가 모두 높았다. 또한 당위자기와 실제자기의 차이는 크면서 이상자기와 실제자기의 차이가 작은 사람들에서는 초조정서가 높아서 상관이  $.31(p<.08)$ 로서 유의하지는 않았으나 상관의 경향을 보였다.

결론적으로 연구 3에서는 Higgins가 사용한 간접적인 자기차이의 산출기법보다는 응답자들이 자기차이 크기를 직접 평정하는 자기평정 기법이 Higgins의 정서가설을 지지하는 데 더 유용하다고 볼 수 있다.

## 종합 논의

본 연구에서는 국내에서 Higgins의 자기차이 이론 가운데 자기정서에 관한 가설을 그가 제안한 자기차이와 자기정서의 측정 기법을 사용하여 검증하고, 또한 자기차이를 자기평정기법으로 측정하여 검증하였다. 이 목적에 따라서 다음 세 연구가 수행되었다: 연구 1에서는 한국어 정서 용어들 가운데 낙담정서와 초조정서를 타당하고 신뢰롭고 변별력 있게 측정하는 자기정서척도를 제작하였다. 연구 2에서는 Higgins가 제안한 기법으로 자기차이를 측정하여 자기차이이론의 정서가설을 검증하였다. 연구 3에서는 조사의 대상이 달라지는데 따라서 나타나는 오차변인을 줄이기 위해서 연구 2와 동일한 대학생들을 대상으로 각자 자기차이의 크기를 평정하는 기법으로 자기차이이론의 정서가설을 검증하였다. 이 세 연구들에서 얻은 결과들을 간략히 요약하여 제시하면서 주제별로 결과를 논의하기로 한다.

연구 1에서는 자기차이이론의 정서가설들을 검증하는데 적합한 한국어 측정도구를 개발하였다. 이 목적을 위해서 자기차이이론에서 제안하는 자기정서들에 적합한 한국어 용어들을 선정하여 예비조사 질문지를 만들었다. 대학생들에게 자기차이 유형, 관점, 자기차이 크기 변인들을 조합하여 8개 조건별로 자기정서 평정치를 얻었다. 그 결과, 낙담(우울) 정서와 초조(불안)정서의 2요인 구조 모형이 실제 자료와 잘 부합됨을 확인하였다. 다시 말해서 자기정서척도는 낙담정서와 초조정서의 두 요인으로 구성되어서 잘 변별되고, 각각 측정의 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )도 높았다. 그러나 두 정서는  $r=.86(p<.001)$ 의 단순상관을 보여서 두

정서의 경험이 높은 상관을 보였다.

그러나 이 방법으로 당위자기와 실제자기의 차이만 높은 사람들을 가려내면 연구 2와 달리 연구 3에서는 초조정서와 상관이 유의하였다. 연구 3의 이 결과는 개인이 지각하는 바에 따라서 당위자기와 실제자기의 차이를 평정하여 이 자기 차이가 큰 사람들만을 가려내면 낙담정서와는 상관이 유의하지 않고( $r=.07$ , n.s.) 초조정서만 상관이 유의하여( $r=.18$ ,  $p<.01$ ) 초조정서 가설이 지지됨을 보여준다.

연구 2에서는 자기차이이론의 가설의 타당성을 Higgins의 자기차이값 계산방식에 따라서 검증하였다. 조사의 결과, 실제자기와 이상자기의 차이가 클수록 낙담정서가 높아서 낙담정서의 가설이 지지되었다. 그리고 실제자기와 당위자기의 차이와 초조정서는 상관이 유의하지 않아서 가설이 지지되지 않았다. 그러나 실제자기와 이상자기의 차이가 클수록 낙담정서 뿐만 아니라 초조정서와도 상관이 유의하여 낙담정서만 차별적으로 높다는 Higgins의 주장과는 일치되지 않았다.

연구 3에서는 연구 2에 참여한 동일한 사람들을 대상으로 자기차이의 측정을 연구자의 해석에 따라서 계산하지 않고 응답자가 자기차이를 주관적으로 지각한대로 직접 평정하도록 하여 얻은 평정값으로 가설을 검증하였다. 그 결과, Higgins가 제안한 자기차이의 측정 방법을 사용했을 때보다 가설을 더 지지하는 결과가 나왔다. 즉, 실제자기와 이상자기의 차이와 낙담정서의 상관이, 실제자기와 당위자기의 차이와 초조정서의 상관이 각각 유의하여 자기차이이론의 기본 가설이 지지되었다. 그러나 실제자기와 이상자기의 차이 역시 초조정서와 상관이 유의하여 이 부분에서는 연구

2와 동일한 결과를 얻었다. 본 연구의 2와 3에서 얻은 중요한 결과들을 중심으로 논의를 전개하면 다음과 같다.

첫째, 이상자기와 실제자기의 차이가 클수록 낙담정서가 높다는 가설은 일관되게 지지되었다. 다만 Higgins가 제안한 방식으로 이 자기차이를 계산한 연구 2의 결과들 가운데 타인의 관점에서 보는 자기차이 점수는 낙담정서와 상관이  $r=.04$ 로서 유의하지 않았다. 이 사실은 Higgins의 자기차이 계산 방법으로는 타인관점에서 보는 이상자기와 실제자기의 차이가 낙담정서와 상관이 없음을 의미한다. 다시 말해서 이 자기차이의 계산방식으로는 자기관점에서 지각한 이상자기와 실제자기의 자기차이가 클수록 낙담정서가 높아짐을 보여준다.

둘째, 당위자기와 실제자기의 차이가 클수록 초조정서가 높아진다는 가설은 Higgins가 제안한 이 자기차이의 계산방식을 사용한 연구 2에서 일관되게 지지되지 못하였다. 그러나 연구 3에서 자기차이를 개인이 지각하여 평정하도록 해서 측정했을 때는 비교적 일관되게 지지되었다. 구체적으로 이 결과들을 살펴보면 연구 3에서 관점을 통합하거나( $r=.15$ ,  $05$ ), 자기관점이거나( $r=.17$ ,  $p<.05$ ), 혹은 당위자기와 실제자기의 차이는 크지만 동시에 이상자기와 실제자기의 차이는 작은 사람들의 자료( $r=.18$ ,  $p<.01$ )에서 모두 이 가설이 지지되었다. 다만 타인의 관점에서 보는 이 자기차이는 초조정서와 상관이 유의하지 않았다( $r=.11$ , n.s.). 이 결과는 개인이 당위자기와 실제자기의 차이를 평정하게 되면 자기관점에서 지각하는 자기차이가 반영되기 때문에 타인관점의 영향이 사라진다고 생각해볼 수 있다.

셋째, Higgins의 정서가설에서는 이상자기와 실제자기의 차이가 클수록 낙담정서는 높아지지만 초조정서는 유의한 상관을 보이지 않는다고 주장한다. 그러나 본 연구에서는 이 가설과 달리 이 차이가 클수록 낙담정서와 아울러 초조정서 역시 높아서 정적 상관을 보였다. 한국 대학생들에서 이상자기와 실제 자기의 차이가 우울과 불안의 경험에 모두 관련되는 현상은 다음 두 관점에서 배경을 찾아볼 수 있다.

먼저 한국문화에서는 자기성장 혹은 자기향상의 동기가 높기 때문에 이상자기를 구성하는 요소들이 다양하고 복잡한 자기도식으로 잘 발달되어 있다고 생각할 수 있다. 최근에 문화의 차이를 비교하는 심리학 연구들 가운데 북미대륙을 포함하는 서양문화와 달리 극동의 동양문화에서는 개인이 자기이상을 지향하여 자기향상을 추구하는 동기가 높다는 주장이나 증거들이 보고되었다(예, Heine, 2001; Heine, Kitayama, Lehman, Tanaka, Ide, Leung, & Matsumoto, 2001). 이 연구들에서 북미의 대학생들은 실제자기를 긍정적으로 평가하여 자존심을 유지하려고 하기 때문에 과제에 실패하여 자기차이를 경험하게 되면 자기를 긍정적으로 인식하기 위하여 자기고양의 동기가 높아진다고 보았다. 그러나 이와 달리 일본의 대학생들은 자기향상의 동기가 만성적으로 높기 때문에 동일한 상황에서 자신의 실패에 근거하여 자기를 정확하게 평가한다고 가정했다. 또한 동일한 실패로 자기차이를 경험한 조건에서 일본인들은 미국인들보다 자신의 수행을 개선하기 위해서 스스로 과제의 수행을 지속하는 행동을 보였다. 이 현상들로부터 자기향상의 동기가 높은 동양인들은 수행에 실패하여 자기차이를 경험한 조건에서 북미

인들과 다른 자기정서를 경험한다고 추론할 수 있다. 이 관점에서 한국인을 포함하는 동양인들은 동양문화에서 특출한 이상자기를 다양한 요소들로 형성하여 자기향상을 추구하기 때문에 북미인들과 달리 이상자기와 실제자기 차이를 경험하게 되면 낙담과 초조를 포함하여 다양한 자기정서를 경험한다고 생각할 수 있다. 이 가설은 장래 연구에서 낙담정서와 초조정서를 넘어서 다양한 부적정서들을 다루게 되면 실제로 지지되는지 검증할 필요가 있다.

본 연구에서 이상자기와 실제자기의 차이가 클수록 낙담정서와 아울러 초조정서도 높았던 사실은 다른 관점에서 설명할 수도 있다. 이 관점은 앞서 언급한 설명과 관련이 있는데, 한국문화에서 이상자기의 구성 요소들 가운데 사회적 당위와 연결되는 요소들이 많다고 보는 데 있다. 한국문화에서는 특히 유교의 영향으로 이상자기의 요소들 가운데 사회관계에서 개인의 역할과 조화를 강조하기 때문에 이와 배치되는 경우에 마땅히 해서는 안되는 당위의 요소들이 이상자기의 개념에 포함된다고 볼 수 있다. 다시 말해서 한국문화에서 이상자기의 개념에는 당위자기의 요소들이 포함된다고 생각할 수 있다. 이 때문에 본 연구에서 이상자기와 실제자기의 차이가 낙담정서 뿐만 아니라 초조정서와도 상관이 있는 것으로 나타났다고 설명할 수 있다. 본 연구의 자료를 토대로 이상자기와 당위자기의 속성들을 분석한 연구에서 이상과 당위에 중복되는 속성들의 비율이 26.85%에 이르렀음을 보고한 강혜자(2001)의 연구와, 대학생들의 이상자기 속성들이 당위자기 속성들과 상당한 수준으로 중복되었다고 보고한 이은영과 한기연(1991)의 연구들이 이러한 추론을 뒷

받침한다. 그렇다면 장래 연구에서 이 주제에 초점을 맞추어서 다를 경우에 이러한 설명에 토대를 두는 가설도 검증할 수 있을 것이다.

넷째, 앞에서 살펴본 결과들은 이상자기와 실제자기의 차이나 혹은 당위자기와 실제자기의 차이가 높을수록 각각 낙담정서와 초조정서가 높아지는지 알아보면서 다른 유형의 자기차이가 미치는 영향을 통제하지 않은 결과이다. 예를 들어서 이상자기와 실제자기의 차이가 높을수록 낙담정서가 높아지는지 알아보면서 당위자기와 실제자기의 차이가 미치는 영향을 통계적으로 제거하지 않은 결과이다. 실제로 이상자기와 실제자기의 크기는 당위자기와 실제자기의 차이의 크기와 상관이 연구 2에서는  $r=.66$ 이었고 연구 3에서는  $r=.73$ 이었다. 이 사실은 두 유형의 자기차이 크기가 공변함을 의미한다. 이 경우 다른 유형의 자기차이의 크기가 상관관계에 영향을 미쳤다고 추론할 수 있다. 이 때문에 Higgins도 당위자기와 실제자기의 크기를 통제하더라도 이상자기와 실제자기의 차이가 클수록 낙담정서가 높아지는지 알아보는 방법을 사용하였다. 이와 같이 다른 유형의 자기차이 크기가 미치는 영향을 알아보기 위해서 본 연구에서는 이상자기와 실제자기에서는 큰 자기차이를 보이지만 동시에 당위자기와 실제자기의 차이는 작은 사람들을 가려내어서 가설이 지지되는지 알아보았다. 또한 동일한 기법으로 당위자기와 실제자기의 차이는 크지만 이상자기와 실제자기의 차이는 작은 사람들만을 가려내어서 자기차이와 초조정서의 상관을 구하였다. 그 결과, 연구 2에서 이상자기와 실제자기의 차이가 클수록 낙담정서가 높았지만( $r=.42, p<.01$ ) 당위자기와 실제자기의 차이는 낙담정서와 상관이 유의하지

않았다( $r=-.02, n.s.$ ). 연구 3에서도 동일한 결과를 보여서(각각  $r=.55, p<.001, r=.07, n.s.$ ) 일관되게 가설이 지지되었다. 그리고 이 방법으로 분석한 결과에서도 이상자기와 실제자기의 차이가 클수록 낙담정서와 아울러 초조정서도 높았다(연구 2:  $r=-.27, p<.05$ ; 연구 3:  $r=.62, p<.001$ ). 그러나 이 방법으로 당위자기와 실제자기의 차이만 높은 사람들을 가려내면 연구 2( $r=-.05, n.s.$ )와 달리 연구 3에서는 초조정서와 상관이 유의하였다( $r=.18, p<.01$ ). 연구 3의 이결과는 개인이 지각하는 바에 따라서 당위자기와 실제자기의 차이를 평정하여 이 자기차이가 큰 사람들만을 가려내면 낙담정서와는 상관이 유의하지 않고( $r=.07, n.s.$ ) 초조정서만 상관이 유의하여( $r=.18, p<.01$ ) 가설이 지지됨을 보여준다.

전체적으로 보면 연구 2와 연구 3은 자기차이의 측정과 계산 방식에서 차이가 있었다. 두 연구의 결과로 볼 때, 연구 2에서 사용한 Higgins의 자기차이 측정 기법보다 응답자들이 스스로 자기차이를 평정하는 연구 3의 방법이 자기차이이론을 지지하는 데 유용한 방식으로 생각된다. 왜냐하면 자기 평정법을 사용했을 때 자기차이이론의 예언이 더 잘 지지되는 결과를 얻었기 때문이다. 그러나 이는 상관연구이기 때문에 잠정적 해석을 요하며 추후 더 검토할 필요가 있다. 그러나 조사의 실시나 차이의 계산에서 편의성과 정확성에 있어서는 확실히 연구 3의 방법이 연구 2의 방법보다 더 나은 것으로 생각된다. 구체적으로 말해서 Higgins의 방법을 사용하면 자기차이를 측정하기 위하여 한 응답자가 60여 개의 자기 속성들을 제시해야 하기 때문에 이상자기와 당위자기의 영역에서 속성들이 서로 중복될 가능성이 많고,

자기 속성들을 추출하는 데 따르는 인지적 피로 효과가 클 수 있으며, 자기차이값의 산출과정에서 연구자의 주관적 해석에 따르는 오류도 배제하기 어렵다. 이에 비해서 자기 평정법을 이용하여 자기차이를 측정하면 40여 개 속성만 제시해도 되고 개인이 주관적으로 지각하는 자기차이의 크기를 직접 측정할 수 있다.

본 연구의 제한점과 장래 연구의 과제를 제시하면 다음과 같다. 먼저 본 연구에서는 대학생을 대상으로 연구가 수행되었기 때문에 결과를 일반화하는 데 한계가 있다. 그러므로 장래 연구에서는 중고등학생이나 일반 성인들을 대상으로 본 연구의 결과가 어느 정도 일반화되고 어떤 한계를 지니는지 알아볼 필요가 있다. 다음으로 본 연구는 조사연구이기 때문에 자기차이가 자기정서에 미치는 영향을 인과관계로 설명하는 데 한계가 따른다. 그러므로 장래 연구에서는 실험을 통해서 다양한 자기차이를 경험하게 되면 낙담과 초조의 자기정서에 어떤 영향을 미치는지 인과관계를 해명할 필요가 있다. 본 연구자들은 과제를 수행하는 상황에서 자기차이를 경험한 조건에서 낙담과 초조의 정서가 어떻게 달라지는지 실험을 통해서 알아본 바가 있다. 이 연구의 결과는 다른 논문으로 발표하기로 한다. 끝으로 본 연구에서는 자기차이이론의 정서가설이 부분적으로만 지지되었다. 본 연구의 결과를 논의하면서 가설이 지지되거나 지지되지 못한 배경을 설명하는 대안적 관점들을 제시하였다. 장래 연구에서는 이 논의를 참고로 한국문화에 적합한 방향으로 자기차이이론을 수정하고 보완하여 새로운 이론을 모색할 필요가 있다.

전체적으로 볼 때 본 연구는 자기차이이론의

정서가설을 검증하는 데 필요한 낙담정서와 초조정서를 측정하는 한국어판 자기정서척도를 제작하여 한국 대학생들에게 이 가설이 어느 정도 지지되는지 검증한 데 의의가 있다. 본 연구에서 자기차이를 측정할 때 자기평정법이 더 유용하고 간편한 방법임을 보여 주었다. 그러나 본 연구에서 자기차이이론의 정서가설이 완전하게 지지되지 않고 부분적으로만 지지되었기 때문에 장래 연구에서는 본 연구의 결과와 시사점을 토대로 한국문화에 적합하도록 자기차이이론을 수정하여 보완할 필요가 있다.

## 참고문헌

- 강혜자 (2001). 관점과 영역별로 본 대학생들의 자기 (self) 내용의 중복성. *사회과학연구*, 27, 전북대학교 사회과학연구소, 187-199.
- 강혜자 · 한덕웅 (1994). 정서의 공발생 경험 구조. *한국심리학회지: 일반*, 13(1), 207-218.
- 이은영 (1991). 자기 불일치 인지 기제에 따른 우울과 불안의 공존 현상. 고려대학교 박사학위 청구논문.
- 이은영 · 한기연 (1991). 대학생들의 실제적 자기, 이상 자기, 의무적 자기에 대한 내용 분석. *정신건강연구*, 10, 한양대학교 정신건강연구소.
- Dobson, K.(1985). An analysis of anxiety and depression scales. *Journal of Personality Assessment*, 49, 522-527.
- Gotlib, I. H.(1984). Depression and general psychopathology in university students. *Journal of Abnormal Psychology*, 93, 19-30.
- Heine, S. J. (2001). Self as a product of culture: An examination of East Asian and North

- American selves. *Journal of Personality*, 69, 881-906.
- Heine, S. J., & Kitayama, S., Lehman, D. R., Takata, T., Ide, E., Leung, C., & Matsumoto, H. (2001). Divergent consequences of success and failure in Japan and North America: An investigation of self-improving motivations and malleable selves. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(4), 599-615.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319-340.
- Higgins, E. T. (1989a). Self-discrepancy theory: What patterns of self-beliefs cause people to suffer? In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, 22, 93-136. New York: Academic Press.
- Higgins, E. T. (1996). The "Self digest": Self knowledge serving self-regulatory functions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(6), 1062-1083.
- Higgins, E. T., & Bargh, J. A. (1987). Social cognition and social perception. *Annual Review of Psychology*, 38, 369-425.
- Higgins, E. T., Bond, R. N., Klein, R., & Strauman, T. (1986). Self-discrepancies and emotional vulnerability: How magnitude, accessibility and type of discrepancy influence affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1-15.
- Higgins, E. T., Klein, R., & Strauman, T. (1985). Self-discrepancy theory: A psychological model for distinguishing among different aspects of depression and anxiety. *Social Cognition*, 3(1), 51-76.
- Higgins, E. T., Strauman, T., & Klein, R. (1986). Standards and the process of self-evaluation: Multiple affects from multiple stages. In R. M. Sorrentino & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of Motivation & Cognition: Foundations of social behavior* (Vol. 1, pp. 23-63). New York: Guilford Press.
- Higgins, E. T., Tykocinsky, O., & Vookles, J. (1990). Patterns of self-beliefs: The psychological significance of relations among the actual, ideal, ought, can, and future selves. In J. M. Olson & M. P. Zanna (Eds.), *Self-inference process: The Ontario Symposium* (Vol. 6, pp. 148-180). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Higgins, E. T., Vookles, J., & Tykocinsky, O. (1992). Self and health: How "patterns" of self-beliefs predict types of emotional and physical problems. *Social Cognition*, 10, 125-150.
- Jacobi, L., & Cash, T. F. (1994). In pursuit of the perfect appearance: Discrepancies among self-ideal percepts of multiple physical attributes. *Journal of Applied Social Psychology*, 24(5), 379-396.
- Mendels, J., Weinstein, N., & Cochrane, C. (1972). The relationship between depression and anxiety. *Archives of General Psychiatry*, 30, 21-35.
- Nezu, A.M., Nezu, C.M., & Nezu, V.A. (1986). Depression, general distress, and causal attributions among university students. *Journal of Abnormal Psychology*, 95, 184-186.
- Strauman, T. J. (1989). Self-discrepancies in clinical depression and social phobia: Cognitive structures that underlie emotional disorder? *Journal of Abnormal Psychology*, 98, 5-14.
- Strauman, T. J. (1990). Self-guides and emotionally significant childhood memories: A study of



- retrieval efficiency and incidental negative emotional content. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 869-880.
- Strauman, T. J.(1996). Stability within the self: A longitudinal study of the structural implications of self-discrepancy theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(6), 1142-1153.
- Strauman, T. J., & Higgins, E. T.(1987). Automatic activation of self-discrepancies and emotional syndromes: When cognitive structures influence affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 1004-1014.
- Strauman, T. J., & Higgins, E. T.(1988). Self-discrepancies as predictors of vulnerability to distinct syndromes of chronic emotional distress. *Journal of Personality*, 56, 685-707.
- Strauman, T. J., & Higgins, E. T. (1993). The self construct in social cognition: Past, present, and future. In Z. Siegel & S. Blatt(Eds.), *Self in emotional distress*(pp. 3-40). New York: Guilford Press.
- Strauman, T. J., Lemieux, A. M., & Coe, C. L. (1993). Self-discrepancy and natural killer cell activity: Immunological consequences of negative self-evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(6), 1042-1052.
- Van Hook, E., & Higgins, E. T. (1986). *Emotion problems of the self beyond the self-concept: The case of conflicting self-guides*. Unpublished manuscript, New York University.
- Wylie, R. C. (1979). *The self-concept*(vol. 2. rev. ed.). Lincoln: University of Nebraska Press.
- 논문접수일: 2005년 7월 15일  
 게재결정일: 2005년 9월 28일

# The Experiences of Depression and Anxiety by Self-Discrepancies

Hye-Ja Kang

Department of Psychology  
Chonbuk National University

Doug-Woong Hahn

Department of Psychology  
Sungkyunkwan University

The purpose of this study is to test the hypotheses of self-discrepancy theory. Self-discrepancy theory hypothesizes that discrepancies between actual self and ideal self are associated with dejection-related emotions(depression), in contrast, discrepancies between actual self and ought self are associated with agitation-related emotions(anxiety). To test these hypotheses, 3 studies were performed. The measurement scale of self-related emotions(depression and anxiety) was constructed by Study 1. Study 2 tested the hypotheses of self-discrepancy with the scoring procedure of self-discrepancies by Higgins(1987, 1989). The respondents of this study were 230 university students. Study 3 tested the hypotheses of self-discrepancy with calculation of self-discrepancies scores by respondents in Study 2. The results of Study 2 and Study 3 showed that discrepancies between actual self and ideal self were correlated in depression and anxiety, respectively. However, In Study 2, discrepancies between actual self and ought self were not correlated in anxiety.

In contrast, discrepancies between actual self and ought self were correlated in anxiety in Study 3. According to these results, the hypotheses of self-discrepancy theory were supported partly. Especially, the fact that the correlation between actual:ought discrepancy and anxiety were significant in Study 3 but were not significant in Study 2, suggests that the calculation method of self-discrepancy scores by respondents is superior to the scoring procedure of self-discrepancy by Higgins on the test of self-discrepancy theory. Also, in both Study 2 and Study 3, the fact that discrepancies between actual self and ideal self were correlated in depression and anxiety, respectively, suggests that the contents of actual self and ideal self are overlapped somehow in Korean culture. The implications and limitations of this study were discussed in terms of the previous studies and suggestions for further study were added.

*Keywords:* self-discrepancy, dejection-related emotion, agitation-related emotion, depression, anxiety