

## 자아 일관성과 주관적 안녕감 : 자아 통제감의 매개효과를 중심으로\*

육 근 영                      방 희 정                      옥 정  
이화여자대학교 심리학과

본 연구에서는 자아 일관성과 자아 통제감, 주관적 안녕감을 함께 고려한 모형 설정을 통해 이들 변인들간의 구조적 관계를 살펴보았다. 기존 연구들이 주로 자아 일관성과 주관적 안녕감 사이의 단선적 관계에 주목하였다면, 본 연구는 자아 일관성과 주관적 안녕감 사이의 관계뿐 아니라 자아 통제감이 이 두 변인 간의 관계를 매개하는지에 초점을 두었다. 연구 대상으로 서울시 소재 6개 대학에 재학 중인 남녀 대학생 247명의 자료를 분석했다. 이를 위해 자아 일관성 척도, 자아 통제감 척도, 주관적 안녕감 척도가 사용되었다. 결과 분석에서 각 변인들 사이의 상관관계를 알아보고, 다중회귀분석에 이어 연구 모형을 설정하여 경로분석을 통한 자아 통제감의 매개 효과를 검증하였다. 분석 결과 자아 일관성은 주관적 안녕감과 정적 상관을 보였고, 자아 통제감도 주관적 안녕감과 정적 상관을 나타냈다. 그러나 자아 통제감이 주관적 안녕감에 미치는 효과를 통제하였을 때, 자아 일관성은 부정 정서를 제외한 주관적 안녕감 변인에 유의미한 효과를 보이지 않았다. 반면, 자아 통제감이 주관적 안녕감에 미치는 영향력은 자아 일관성의 효과를 통제한 경우에도 유의미하였다. 아울러 본 연구에서 설정한 매개모형을 통해 자아 일관성과 주관적 안녕감에 대한 자아 통제감의 매개효과가 검증되었다. 즉 삶의 만족도와 긍정 정서에 대해서는 자아 통제감의 완전매개효과가 지지되었으며, 부정 정서에 대해서는 부분매개효과가 지지되었다. 이러한 연구 결과의 시사점은 자아 일관성 변인 자체보다는 자아에 대한 통제감이 심리적 적응에 중요할 수 있다는 측면에서 논의되었다.

주요어 : 자아 일관성, 자아 통제감, 주관적 안녕감

사람들은 전생애에 걸쳐 다양한 사람들과 관계를 맺으며 살아간다. 이는 인간이 사회적

---

\* 이 논문은 2004년도 한국 학술진흥재단의 지원에 의해 연구되었음 (FRF-2004-074-HS0005).

교신저자 : 방희정, E-mail : hjbang@ewha.ac.kr

인 산물인 동시에 개인의 자아(self) 발달 역시 사회문화적인 특성들과 중층적으로 상호작용하면서 일생동안 재구성되어감을 시사한다. 즉, 인간이란 사회문화적 세상에 참여하며 자신을 발달적 적소(niche)의 방향성에 맞추어나가면서 성장하는 존재이다. 이러한 측면과 관련하여 Heins(2001)는 인간의 본성을 궁극적으로 문화적 존재라고 주장한바 있다.

위와 같은 관점에서 본다면 서구 학자들이 제안해온 기존의 심리학적 이론들이 범문화적으로 적용될 수 있는 것이 아님은 분명하다. 특히 자아에 관한 심리학 분야에서는 사회문화적 영향력이 더욱 강조되고 있다. 대표적으로는 자아에 대한 비교문화 연구들에 의해 서양문화권의 독립적인 자아관과 동양문화권의 상호의존적인 자아관이 비교되고 있다. 개인주의가 강조되는 서양문화권에서는 자율적이고, 유일한, 그리고 타인과 분리되어 있는 개인주의적인 자아의 측면이 우세한 반면에, 집단주의가 강조되는 동양 문화권에서는 관계적이고 타인과 상호의존적인 자아의 측면이 강조된다는 것이다. 즉 문화권에 따라 사회 구성의 기본 단위나 인간관에 대해 다른 견해를 가지고 있고, 이러한 관점의 차이는 전생애 발달 과정에 걸쳐 그 구성원들의 행동과 생각, 인간관계에 차이를 일으킬 수 있다. 이는 개인이 어떤 발달 맥락에서 성장해왔는가에 따라 사회가 그 사람에게 기대하는 자아해석 양식이 달라지고 또한 개인의 자아관도 다르게 구성될 수 있음을 의미한다(방희정 등, 2005).

자아해석(self-construals) 양식에서의 차이는 각 문화권에서 구성원들에게 강조하는 자아의 특성, 이에 따른 사회적 보상, 그 사회문

화 저변에 흐르는 암묵적 가치 등에 의해서 영향을 받게 된다. 즉 자아에 대한 사회문화적 영향력은 자아의 형성뿐 아니라 삶 속에서 자아가 발현되는 방식에도 영향을 미친다. 이 점에서 지금까지 보편적인 인간 설명으로 간주되어왔던 자아에 관한 서구 심리학의 가정들이 우리의 사회맥락에서도 동일한 방식으로 적용될 수 있는지를 살펴보는 것은 의미 있는 작업으로 간주된다.

기존 서구 심리학의 관점에 따르면 자아는 일관성을 가지며, 그것이 위협받는 경우에 자아는 스스로 일관성을 추구하려는 강한 동기를 갖는다고 본다. 이를 지지하는 대표적인 관점의 하나로, Festinger(1957)는 일관성을 유지하고자 하는 것은 자아의 강력하고 기본적인 욕구라고 보았다. Lecky(1945) 역시 자아 일관성을 추구하는 것이야말로 인간의 기본적인 동기라고 주장하였을 만큼 서구심리학에서는 자아 일관성을 인간 존재감의 기본적인 측면으로 생각해왔다. 이 같은 흐름에서 초기 심리학자들은 자아 개념이 일관성을 상실하는 경우 불안, 긴장, 혼란과 같은 부정적인 경험을 하게 된다고 주장해왔다(Lecky, 1945). 즉 개인이 여러 상황에 걸쳐 일관되고 단일한 자아를 유지하는 것이 심리적 건강에 유리하며, 상황에 따라 비일관적인 모습을 보이는 것은 부정적인 결과를 초래할 것이라고 가정하였다.

그러나 자아 일관성을 인간의 기본적인 동기로 간주하고 발달적 맥락이나 사회문화적 특성을 고려하지 않는 것은 자아 발달에 영향을 미치는 다양한 변인들 간의 복합적인 관계 구조를 지나치게 단순화시키게 되는 위험성이 크다. 앞에서 언급한 바와 같이, 개인

을 둘러싼 사회문화적 특성이 어떠한가에 따라 자아에 대한 개념, 태도, 신념, 표현 등이 다양한 발달적 현상으로 드러날 수 있기 때문이다. 이에 따라 자아 일관성이라는 개념이 범문화적인 특성으로 정의될 수 없으며, 사회문화적 영향력이나 발달 맥락을 고려하여 분석되어야 한다는 주장이 공감대를 넓혀가고 있다.

서양과 같이 개인주의가 강한 문화권에서는 자아라는 것이 개인적인 의미와 방향성의 주요 원천이기 때문에 잘 조직화되고 일관적일 필요가 있을 것이다(Suh, 2002). 개인주의 문화권에서는 타인 및 상황으로부터 구별되는 독립적인 개인으로서의 가치가 높이 평가되기 때문에 이러한 문화적 상황에서는 상호작용하는 타인이나 처해진 맥락에 상관없이 일관적인 모습을 보이는 것이 기대되기 때문이다. 그러나 동양처럼 관계적인 맥락, 사회적인 규범 및 평가가 중요하게 간주되는 문화권에서는 자아 일관성이 상대적으로 주목받지 못하는 가치라고 볼 수 있다. 왜냐하면 동양사회에서는 자아의 일관적인 측면보다는 그 개인이 처해있는 상황적 맥락이나 상호작용하는 타인의 특성과 적합하도록 자아를 유연하게 변화시키는 측면이 성숙하고 적응적인 것으로 생각되기 때문이다. 전통적인 동양 문화권에서는 자아가 사회적 맥락에 상관없이 항상 일관적인 모습을 보이는 것이 오히려 변화에 적응하지 못하는 경직된 모습으로 간주될 수 있다. 근래 들어 서구 심리학자들 사이에서도 사회문화적 특성을 고려한 관점을 바탕으로 하여, 자아의 일관성이 개인주의 문화권에 비해 집단주의 문화권에서는 덜 강조되는 개념이라는 증거들을 밝혀내고 있

다(Cross, Gore, & Moriss, 2003).

그러나 자아 일관성과 심리적 적응에 대한 비교 문화적 연구가 많이 진행되었음에도 불구하고, 한국인을 대상으로 한 연구는 그리 많지 않으며 더구나 매개 변인 등을 고려한 보다 세부적인 탐색은 많이 부족한 상황이다. 따라서 본 연구에서는 우리나라의 대학생들을 대상으로 하여 자아 일관성이 주관적 안녕감에 미치는 상대적 영향력에 대해서 알아보고자 한다. 나아가 단순히 자아가 일관적인 모습 혹은 비일관적인 모습을 보이는가의 문제를 넘어서서, 그러한 현상이 자아의 어떤 부분에 영향을 미쳐 주관적 안녕감에 영향을 주는가의 경로에 대한 보다 심층적인 고찰을 하고자 한다. 자아 일관성과 주관적 안녕감의 문화적 측면을 고찰한 Suh(2002)의 연구에 의하면 한국인 피험자 집단의 경우 자아 일관성과 주관적 안녕감의 상관 정도는 약했지만 정적인 관계가 있었기 때문이다. 이는 한국의 사회문화적 특성이 자아 일관성이 주관적 안녕감에 미치는 영향력을 완화시켜주더라도, 자아 일관성이 주관적 안녕감을 예측한다는 것을 의미한다. 즉 문화적 맥락을 고려하더라도, 개인이 상황에 따라 비일관적인 모습을 보이는 것은 자아의 특정 측면에 부정적인 영향을 미쳐 주관적 안녕감을 낮춘다고 가정에 볼 수 있을 것이다.

한편, 기존의 다른 연구들에 따르면 자아가 비일관적인 모습을 보이는 것은 분화된 자아감을 초래하기 때문에 심리적 부적응을 가져온다고 제안되기도 했다(Donahue, Robins, Roberts, & John, 1993). 자아 일관성이 낮은 것은 역할이나 상황적 맥락에 따라 나타나는 자아의 모습 사이의 관련성이 낮은 것으로, 이것은

분열된 자아(divided-self)를 시사한다는 것이다. 즉 상황에 따라 개인이 비일관적인 모습을 보이는 것은 자아의 중심을 이루는 핵심 자아가 결여된 것이기 때문에 심리적 부적응을 가져온다는 관점이다.

James(1982)도 역할과 관련된 압력이나 요구에 따라 자신을 계속 재조형하는 사람들을 통제감이나 자기의 뜻대로 나아가는 성향이 결여되어 있는 것으로 보았으며, 이처럼 분열된 자아감을 갖고 있는 사람들은 병든 영혼이라고 기술했다. 이와 유사한 맥락에서 Donahue와 동료들(1993)은 상황이나 역할에 따라 다른 모습을 보이는 것을 자기개념분화(self-concept differentiation)로 개념화하고 이것이 심리적 안녕감에 미치는 부정적인 영향에 대해서 논하였다. 또한 Block(1961)은 통합된 자아감이 없는 개인을 대인관계적인 카멜레온과 같다고 명명하면서, 이러한 사람은 자신의 연속성이나 자기 통합감을 확증할 수 있는 내적 참조가 없다는 측면에서 심리적 어려움을 겪는다고 제안하였다.

이러한 관점들을 바탕으로 살펴볼 때 자아 일관성의 결여는 내적으로 이질적인 자아의 분열을 초래한다는 것인데, 이 같은 자아의 갈등 및 분화는 결국 개인이 서로 다른 자아들 사이에서 통제감을 상실했기 때문이라고 생각할 수 있다. 이와 관련하여 기존 연구들에서 자아의 비일관성이 주로 신경증이나 외로움, 분열과 같은 심리적 고통을 예측했다는 점도 주목해야 할 것이다(Donahue et al., 1993; Luts & Ross, 2003). 왜냐하면 신경증의 정도나 외로움, 분열과 같은 심리적 징표는 개인의 내적 갈등이 높아지고 자아에 대한 통제감이 상실될 때 나타나는 반응이라고 볼 수

있기 때문이다. 이러한 관점들에 따르면 자기 개념의 분화는 해결되지 않은 내적 갈등으로부터 발생한 심리학적 통합의 결여를 반영하는 것으로 간주될 수 있다(Donahue et al., 1993).

반면, 자신의 지각과 행동을 사회적 관계적 맥락에 맞게 조절하는 것은 적응적인 측면이 있으며, 특히 동양 문화권에서는 성숙한 개인의 지표로 고려되기도 한다. 더 나아가 Gergen(1991)은 포스트모더니즘 사회에서 다양한 자아의 모습을 유지하는 것을 기능적이고 적응적인 능력의 긍정적인 예측자로 간주하면서, 자아의 비일관적인 모습을 분열이라는 측면보다는 특수화의 관점으로 접근하고 있다. Linville(1985) 역시 복잡한 자기구조가 개인을 정서적인 혼란으로부터 보호해준다고 제안하였으며, 유사하게 많은 사회학적 관점들은 한 개인이 더 다양한 정체감을 유지하는 것이 정신건강에 보다 유리하다고 제안하고 있다(Kessler & McRae, 1982; Coleman & Antonucci, 1983).

그러나 다양한 자아의 모습을 유지하는 것이 긍정적인 결과를 가져오는 경우는, 이러한 정체감이 성공적으로 통제될 수 있을 때만 그러할 것이다(Thoits, 1983; Pietromonaco, Mams, & Markus, 1986). 상황에 따라 서로 다른 자아의 모습을 보이는 것이 어떤 측면에서는 긍정적일 수 있지만, 만약 그 개인이 그러한 자아의 모습에서 갈등을 느끼거나 통제감을 상실한다면 역기능적인 결과를 초래할 것이라고 볼 수 있다. 이러한 관점을 바탕으로 McConnell과 동료들(2005)은 자기 복잡성(self-complexity)은 그 사람의 통제 하에 있다고 느껴질 때만 긍정적일 것이라고 가정하였다. 이들의 연구 결

과, 더 분화된 자아를 가지는 것은 개인의 통제감 정도를 낮추었고, 결과적으로 개인의 통제감을 벗어나는 많은 자기 측면(self-aspect)을 갖는 것은 심리적 적응에 부정적인 영향을 준다는 점을 발견하였다. 이와 유사하게 진정성(authenticity)의 측면에서 자아 일관성과 심리적 적응 간의 관계를 보는 관점도 있다. 여기서 진정성이란 자신이 주체가 되어 현상학적으로 경험한 행동으로서 내적으로 초래된 행동을 의미한다. 따라서 이러한 진정성은 통합과 조직화, 충분히 기능하는 개인의 지표로서 볼 수 있다(Sheldon, Ryan, Rawsthorne, & Iardi, 1997). 이 같은 진정성의 개념은 자아에 대한 통제감의 개념과도 유사한데 Sheldon과 동료들(1997)의 연구에 따르면, 자아일관성보다 진정성이 역할만족도에서 유의미한 예측자였으며, 높은 진정성은 불안, 우울, 스트레스와 부적상관을 보이는 것으로 밝혀졌다.

지금까지 다양한 이론적 관점들을 종합해 보면, 개인이 상황에 따라 서로 다른 모습을 보이는 것이 무조건적으로 역기능적으로 작용하는 것이 아니라 자아의 통제 기능에 부정적인 영향을 미침으로서 결과적으로 개인의 심리적 적응에 부정적인 효과를 주는 것으로 수렴해 볼 수 있다. 이는 개인의 정체성의 분화가 자아의 통제 가능한 적정 수준을 넘어갈 경우에 역할긴장이나 갈등이 초래되면서 심리적 부적응의 문제와 연결되는 것으로 해석가능하다. 따라서 본 연구에서는 자아 특성과 심리적 안녕감 간의 관계에서 자아 통제감에 역할에 관심을 두고 자아 일관성 변인이 자아에 대한 지각된 통제감을 매개로 하여 개인의 주관적 안녕감에 어떻게 영향을 미치는지를 경로모형을 통해 살펴보고자 한다.

앞에서 언급한 것처럼, 기존의 McConnell과 동료들(2005)의 연구에서도 자기 측면 통제감(self-aspect control)이 자기 복잡성(self-complexity)과 심리적 적응 간을 조절할 것이라고 주장한바 있다. 하지만 자기 복잡성은 스트레스에 대한 완충효과로서 개념화되었기 때문에, 본 연구에서 보고자 하는 자아 일관성의 개념과는 다른 관점을 가지고 있다고 여겨진다. 아울러 McConnell과 동료들(2005)의 연구에서는 자기 측면 통제감을 자기-귀인의 정도로 측정하여 조절 효과에 대해 탐색하였다. 하지만 본 연구에서는 자아 일관성과 주관적 안녕감을 매개할 수 있는 보다 근본적인 변인을 탐색하고자 하였고 이에 따라 인지적인 측면에서의 귀인 양식보다는, 자아의 실행 기능으로서의 통제감 측면에서 접근하고자 했다는 점에 차별화된 의의가 있다.

이에 근거하여, 본 연구에서는 자아 통제감이 자아 일관성과 주관적 안녕감 사이를 매개할 것이라는 모형을 설정하였다. 선행 연구들에 따르면 자아의 다양한 모습들에 대하여 통제감을 상실하는 것은 자아의 갈등을 초래하여 심리적 적응을 낮출 것이라고 예상할 수 있기 때문이다. 좀 더 구체적으로 살펴보면, 자아 통제감이 삶의 만족도와 긍정 정서는 완전매개하지만, 부정 정서는 부분매개할 것이라고 가정하였다. 이러한 부분 매개 모형 설정은, 자아 일관성과 안녕감 사이를 탐색한 기존의 연구들에서 자아 일관성이 적응의 긍정적인 측면보다는 부정적인 측면과의 상관이 일관적으로 지지되었다는 점에 근거하고 있다(Donahue et al., 1993; Luts & Ross, 2003). 또한 자아 일관성이 그 자체로 심리적 부적응을 예측한 연구 결과도 있었으며(Sheldon et

al., 1997) 자아 일관성이 주관적 안녕감에 비교적 적은 영향을 미치는 한국인 피험자들의 경우에도, 자아 일관성이 주관적 안녕감의 하위변인 중 특히 부정 정서와 상관정도가 가장 높은 것으로 나타나기도 했다 (Suh, 2002).

이러한 이론적 근거들에 준하여, 본 연구에서 자아 일관성이 낮은 것은 자아 통제감 여부와 상관없이 부정정서에 직접적인 영향일 미칠 것이지만, 삶의 만족도와 긍정정서에는 간접적인 효과만 있을 것이라고 기대하고, 자아 통제감의 부분 매개 모형을 연구 모형으로 설정하였다.

본 논문에서 다루고자 하는 연구 문제는 다음과 같다.

1. 자아 일관성, 자아 통제감, 주관적 안녕감 변인들 간에 어떤 관련성이 있는가?
2. 자아 일관성과 자아 통제감, 주관적 안녕감은 어떤 구조적 관계를 갖고 있는가?

## 방 법

### 연구대상

본 연구에는 서울시 소재 6개 대학에 재학 중인 남녀 대학생 총 266명이 참여하였다. E 대학 심리학과 전공과목 수강생들과 S 대학 인문계열 교양과목 수강생들을 대상으로 수

표 1. 표본의 인구통계학적 구성

성별	피험자 수	평균 연령 (표준편차)
남자	108	21.93(2.55)
여자	139	21.81(3.41)
계	247	21.86(3.06)

업시간에 일괄적으로 질문지를 수행하였으며, 그 외 4개 대학 재학생들은 소집단으로 실시하였다. 총 266명 중 19명의 자료는 질문지에 대한 불성실한 답변으로 제외되었고, 최종적으로 247명의 자료를 분석 대상으로 했다. 연구대상의 인구통계학적 특성은 표 1에 제시되어 있다.

### 측정도구

**자아 일관성 척도** 자아 일관성 점수를 측정하기 위하여 피험자들에게 25개의 성격특질을 제시하고, 각 형용사가 자신의 전반적인 자아를 설명하는 정도를 7점 척도로 표시하도록 하였다.

다음으로는 25개의 성격특질을 각각 특정한 5개의 상호작용 패턴과 랜덤하게 조합하여 총 125개의 진술을 만들었다. 여기서 제시된 상호작용 상황은 부모님과 있을 때, 교수나 조교와 있을 때, 친한 친구와 있을 때, 자기보다 어린사람과 있을 때, 낯선 사람과 있을 때 총 5가지 상호작용 상황이다. 이러한 상호작용 상황은 기존의 연구들에 근거하였는데(Suh, 2002), 사람들의 성격 특성이 수직적인 관계와 수평적인 관계, 그리고 낯선 사람과의 관계 내에서 다르게 발현될 수 있을 것이라는 가정 하에 위와 같은 상호작용 상황을 설정하게 되었다.

이에 따라 전반적인 자아에 대하여 평가한 25문항과 5개의 상호작용에서의 자아의 모습을 평가한 125문항을 합하여, 각 피험자들마다 총 25 × 6 형태의 개별적인 매트릭스를 만들었다. 그리고 이것을 Block(1961)에 의해 시작되고 Donahue와 그의 동료들(1993)과 Suh

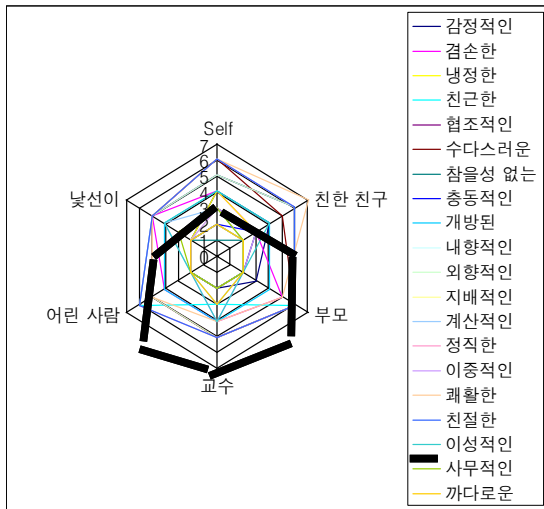


그림 1. 자아 일관성이 높은 피험자

(2002)가 사용한 방법으로 한 개인의 자아일관성 점수를 측정하였다. 즉 각 개인의 매트릭스를 요인 분석하였는데, 요인 분석 결과 첫 번째 요인이 전체 변량의 적은 부분만 설명한다면, 그 사람의 자아 일관성은 낮다고 판단하는 통계적 논리이다. 즉 그 개인의 총 변량 중에서 첫 번째 요인에 의하여 설명되는 변량의 정도가 각 개인의 자아일관성 점수로 사용되었다. 만약에 어느 개인의 매트릭스를 요인분석 하였을 때, 첫 번째 요인이 그 개인의 총 변량을 설명하는 정도가 54%라면, 그 사람의 자아 일관성 점수는 54점으로 간주하는 것이다. 따라서, 그림 1은 자아 일관성이 높은 피험자의 경우로, 성격특성들이 여러 가지 상호작용 내에서 비교적 일관적으로 나타나고 있음을 볼 수 있다.

**자아 통제감 척도** 본 연구를 위해서 자아에 대한 통제감 척도를 직접 개발하였다. 기존의 연구 중에서 자기 복잡성(self-complexity)과 심

리적 적응과의 관계를 고려한 McConnel과 동료들(2005)의 연구에서는 자기 측면 통제감 개념을 3가지 문항으로 측정하고 있다. 자기 측면 통제감 개념에 대하여 좀 더 구체적으로 살펴보면, 각각의 자기 측면에 대하여 얼마나 통제감을 갖고 있는가, 이러한 자기 측면이 자기로부터 인한 것인가(self-initiated), 자기 측면이 얼마나 안정적인가로 자기 측면 통제감을 조작적 정의를 하고 있다. 하지만 본 연구에서는 자아의 실행 기능으로서의 통제감 측면에서 접근하고 있다. 즉 상황에 따라 서로 다르게 나타나는 자아의 모습에 대해서 주관적인 갈등이나 분열감을 느끼지 않고, 하나의 의미 있는 자아로 경험할 수 있는가의 여부로 지각된 자아 통제감을 조작적 정의하고 문항을 개발하였다. 이러한 조작적 정의에 근거하여 본 연구에서는 6점 척도의 총 7개의 문항을 개발하였다. 이에 따라 대학생 피험자 100명을 대상으로 예비시행을 한 결과, 다른 문항들과 관련성이 낮고 자아에 대한 통제감 개념을 잘 반영하지 못하는 것으로 판단되는 1문항을 삭제하였다. 따라서 최종 문항은 6 문항으로 “나는 다양한 내 모습들을 ‘나’ 로 통합시킬 수 있다.”, “나는 상황에 따라 다른 모습을 보여야 하는 것이 불편하고, 가식적이라 생각한다(역문항).”, “나는 내 다양한 모습들을 스스로 통제할 수 있다고 생각한다.”, “상황에 따라 다르게 나타나는 모습들도 진정한 나의 일부이다.”, “상황에 따라 서로 다르게 나타나는 내 모습들에, 나 스스로 갈등을 느낀다(역문항).”, “내 자아의 다양한 모습들은 비교적 안정적이라고 생각한다.” 의 문항으로 구성되어 있고, 이 척도의 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .73이다.

표 2. 측정변인들의 평균, 표준편차 및 평균차이 검증결과

	남자(N=108)	여자(N=139)	t
	평균(표준편차)	평균(표준편차)	
자아 일관성	43.07(14.6)	46.50(12.28)	-1.944
자아에 대한 통제감	4.28 (.78)	4.24 (.82)	.412
삶의 만족도	4.42(1.08)	4.36(1.16)	.352
긍정 정서	4.40 (.95)	4.23(1.07)	.352
부정 정서	3.03(1.06)	3.00 (.93)	1.303

**주관적 안녕감 척도** 주관적 안녕감에 대한 기존의 연구들에 따르면, 주관적 안녕감은 부정정서와 긍정정서로 이루어진 정서적 안녕감과 자신의 삶에 대한 전반적인 평가를 포함하는 인지적인 안녕감으로 구성되어 있다. 따라서 본 연구에서는 Diener, Emmons, Larsen과 Criffin(1985)의 삶의 만족도 척도로 주관적 안녕감을 측정하였다. 이 척도는 삶의 만족도 5문항과 긍정정서 8문항, 부정정서 16문항으로 이루어져 있고, 7점 척도이다. 본 연구에서 삶의 만족도 척도의 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .84였으며 긍정 정서의 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .88, 부정 정서의 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .92이다.

**연구절차**

직접 개발된 자아에 대한 통제감 척도를 보완하기 위하여 대학생 100명을 대상으로 사전 조사를 실시하였다. 사전 조사 결과 내적합치도가 낮고 비교적 타당하지 않다고 판단되는 한 문항을 제거하여 척도를 완성하였으며 약 3주 간 본 질문지를 배포하였다. 질문지는 서울시 소재 6개 대학에서 실시되었으며 자아 일관성 척도, 자아에 대한 통제감 척도, 삶의 만족도 척도, 정서 척도 순서로 구성되어 있다.

전체 질문지 작성 시간은 15분 정도 소요되었다.

**결 과**

**주요 변인들의 차이분석**

자아 일관성, 자아에 대한 통제감, 삶의 만족도, 긍정정서, 부정 정서에서 성별에 따른 차이가 있는가를 살펴보기 위하여 t-test를 실시하였다. 각 척도에 대한 성차를 분석한 결과 자아일관성, 자아에 대한 통제감, 삶의 만족도, 긍정정서, 부정정서는 유의도 수준  $\alpha = .05$ 에서 성별에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다(표 2).

**주요 변인들의 관계분석**

자아 일관성은 주관적 안녕감을 구성하는 요인들과 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 자아 일관성의 경우 긍정정서와 삶의 만족도와의 관련성보다는 부정정서와의 상관성이 더 높게 나타남을 볼 수 있으며, 전반적으로 자아일관성은 주관적 안녕감과 약하거나 중간 정도의 상관을 보이고 있다.

반면 자아에 대한 통제감은 주관적 안녕감 구성요인들과 중간 정도의 상관을 보이고 있



표 3. 주요변인들의 단순상관관계

	자아 일관성	자아 통제감	삶의 만족도	긍정 정서	부정 정서
자아일관성	1				
자아통제감	.28**	1			
삶의만족도	.22**	.45**	1		
긍정정서	.19**	.34**	.49**	1	
부정정서	-.30**	-.33**	-.38**	-.25**	1

으며, 특히 삶의 만족도 변수와는  $r=.45$ 의 상관을 나타냈다. 그리고 자아 일관성과 자아에 대한 통제감은 유의미한 정적 상관을 보였다. 그 외 주관적 안녕감 변인을 살펴보면 삶의 만족도는 긍정 정서와는 정적상관, 부정 정서와는 부적상관을 나타냈다. 이는 표 3에 제시되어 있다.

### 주요변인들의 다중회귀분석

자아일관성과 자아에 대한 통제감이 주관적 안녕감, 긍정 정서, 부정 정서를 예측하는 상대적 영향력을 알아보기 위해서 다중회귀분석을 실시했다. 그 결과는 표 4에 제시하였다.

다중회귀 분석 결과, 자아 일관성은 삶의 만족도와 긍정 정서에 대해 유의미한 설명력을 가지고 있지 못하며, 부정 정서에 대한 예측력만 유의미한 것으로 나타났다. 이는 자아 일관성이 심리적 적응을 강력하게 예측한다고 보고했던 기존의 서양 중심의 연구결과들

표 4. 주요변인들의 다중회귀분석 결과

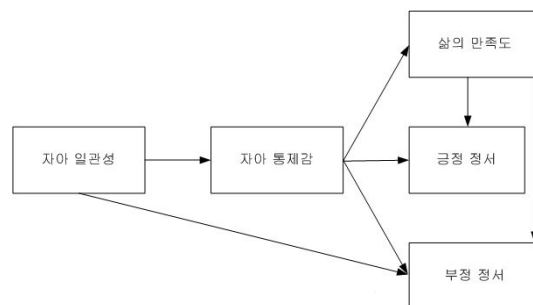
	자아 일관성		자아에 대한 통제감	
	$\beta$	$t$	$\beta$	$t$
삶의만족도	.10	1.75	.42**	7.17
긍정 정서	.11	1.83	.30**	4.88
부정 정서	-.22**	-3.69	-.27**	-4.40

(Donahue et al., 1993; Luts & Ross, 2003)과 상반되는 결과이다. 반면 자아에 대한 통제감은 삶의 만족도, 긍정 정서, 부정 정서를 모두 유의미한 수준에서 설명하고 있는 것으로 밝혀졌다.

### 자아 일관성, 자아에 대한 통제감, 주관적 안녕감 간의 구조적 관계

**경로모형 설정 및 적합도 분석** 자아 일관성과 자아에 대한 통제감 그리고 주관적 안녕감이 서로 어떠한 관계를 맺고 있으며, 자아에 대한 통제감이 자아 일관성과 주관적 안녕감 사이를 매개하는지를 알아보기 위하여 경로분석을 실시하였다. 각 변수들 사이의 관계를 가장 잘 적합하게 설명하는 모형을 선택하기 위해서 자아에 대한 통제감의 매개효과와 관련된 세 개의 모형을 비교하였다. 서론 부분에서 언급했듯이, 본 연구의 가설에 따라 이론적으로 지지하는 연구모형은 자아에 대한 통제감이 자아 일관성과 삶의 만족도, 긍정 정서 사이를 완전 매개하며, 부정 정서는 부분 매개한다는 모형이다(그림 2).

또한 앞의 표 4에 제시된 회귀분석 결과에서도 알 수 있었듯이, 자아 일관성은 삶의 만



주: 오차항은 생략되었음

그림 2. 연구모형

족도와 긍정정서는 유의미하게 예측하지 못했지만, 부정 정서를 유의미하게 예측했던 측면 또한 주목해볼 수 있을 것이다. 이러한 이론적, 경험적 근거를 종합하여, 본 연구에서는 자아통제감이 삶의 만족도와 긍정정서는 완전 매개하고 부정 정서는 부분 매개할 것이라는 세부적인 가설을 검증하고자 했다.

아울러 자아에 대한 통제감의 매개효과에 더불어, 주관적 안녕감의 하위 요소인 삶의 만족도는 긍정정서와 부정정서에 영향을 미친다고 가정하였다. 주관적 안녕감에서 문화적 변인들을 고려한 Suh와 동료들(1998)의 연구결과에 따르면, 개인주의 문화권에 비하여 집단주의 문화권에서는 긍정, 부정 정서가 삶의 만족도를 설명하는 비율이 더 낮다고 보고하고 있기 때문이다. 즉 개인주의 문화권에서는 그 개인의 고유한 정서가 중요한 가치를 갖지만, 집단주의 문화권에서는 개인의 정서가 삶의 만족도에 미치는 영향력이 상대적으로 적다는 것이다. 따라서 본 연구에서는 우리나라와 같이 상대적으로 집단주의적인 사회에서는, 긍정 정서 및 부정 정서가 삶의 만족도에 영향을 미치지 보다는, 삶의 만족도가 개인의 정서에 영향을 미칠 것이라는 가정 하에 매개 모형을 설정하였다.

본 연구에서 지지하는 연구모형의 타당성을 반증하기 위해서 두 개의 경쟁모형을 설정하였다.

이들 가운데 첫 번째 경쟁모형은 자아에

대한 통제감이 자아 일관성과 주관적 안녕감을 모두 부분적으로 매개한다는 부분매개 모형이다. 이러한 모형은 기존의 서양 연구들에서 자아 일관성을 인간의 기본적인 동기로 간주하고 강조해왔기 때문에, 자아에 대한 통제감을 고려한 후에도 자아 일관성이 주관적 안녕감에 직접적으로 미치는 효과가 있는가에 대한 탐색이 의미 있는가 하는 관점에서 설정되었다.

두 번째 경쟁모형은 자아에 대한 통제감이 주관적 안녕감이 하위변인을 모두 완전 매개한다는 완전 매개 모형이다. 즉 자아에 대한 통제감 변인을 매개변인으로 설정한다면, 주관적 안녕감에 대한 자아 일관성의 효과는 간접적인 효과만 있다고 가정하는 것이다. 이러한 완전 매개 모형 역시 동양의 사회문화적 변인을 고려하여 설정되었다. 즉, 상황에 따라 적합하게 변화되는 모습이 적응적으로

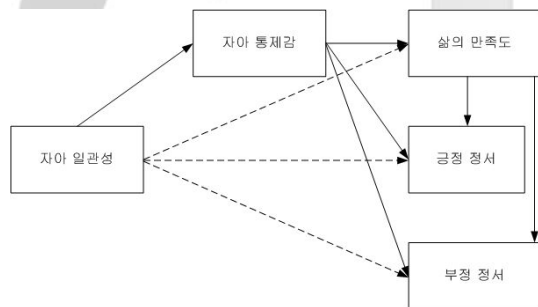


그림 3. 경쟁모형

표 5. 연구모형과 경쟁모형의 적합도 지수

	$\chi^2$	df	$\Delta\chi^2$	$\Delta df$	TLI	CFI	RMSEA
연구모형	5.04	3	-	-	0.948	0.990	0.046
경쟁모형 1	.423	1	4.61	2	1.044	1.000	0.000
경쟁모형 2	15.97	4	10.95	1	0.770	0.939	0.097

간주되는 동양 문화권에서는 자아 일관성이 주관적 안녕감에 직접적으로 미치는 영향력은 제한적일 것이라는 가정했기 때문이다. 두 개의 경쟁모형들은 그림 3에 제시되어 있다.

이에 따라 연구모형과 경쟁모형들의 적합도를 비교한 결과(표 5), 완전매개효과를 기대한 두 번째 경쟁모형은 연구모형과 첫 번째 경쟁모형에 비하여 적합도가 가장 좋지 않은 것으로 나타나서 우선적으로 배제하였다. 연구모형과 첫 번째 경쟁모형을 비교한 결과,  $\chi^2$ 의 차이 값은 4.61이고, 자유도의 차이 값은 2로 유의도  $\alpha = .05$ 일 때 통계적으로 유의미하기 위한 차이 값인 5.99를 넘지 않는다. 그러므로 연구 모형과 첫 번째 경쟁모형은 자료를 설명하는 정도가 같으므로 간결성의 원칙(principle of parsimony)에 따라 보다 간결한 모형인 연구모형을 선택하는 것이 바람직한 것으로 판단하였다. 뿐만 아니라 첫 번째 경쟁모형에서 추가된 미지수들의 값은 모두 유의미하지 않았다.

즉, 자아 일관성의 삶의 만족도에 대한 직접효과( $\beta = .10, p = .079$ )와 자아 일관성의 긍정 정서에 대한 직접효과( $\beta = .07, p = .213$ )는  $\alpha = .05$ 일 때 통계적으로 유의미하지 않았다.

적합도 지수들만 고려한다면 첫 번째 경쟁모형이 연구모형보다 더 좋은 수치를 보여주고 있지만, 모형은 설명량을 최대로 유지하면서도 간명성을 추구해야 하기 때문에 이러한 측면에서 연구모형이 보다 합리적이라고 볼 수 있다. 또한 연구모형에 비하여 첫 번째 경쟁모형에서 추가된 부분들이 모두 유의미하지 않았기 때문에, 첫 번째 경쟁모형의 적합도는 과대평가된 측면(overfitting model)이라고 볼 수 있다.

본 연구모형의 적합도는 TLI = .948, CFI = .990, RMSEA = .046으로 모두 좋은 수준으로 나타났다. 이와 더불어 연구모형의  $\chi^2$  검증 유의확률(p)은 .169로서, 모형이 변수 사이의 관계를 완벽하게 설명한다고 가정하고 있는  $\chi^2$  검증의 영가설도 지지되고 있다. 이처럼 통계적 결과들이 연구모형을 지지하고 있을 뿐만 아니라, 본 연구가 토대를 두고 있는 이론적인 측면을 고려하여도 첫 번째 경쟁모형보다는 연구모형이 이론적 측면에서도 보다 적합하므로 결론적으로 연구모형을 선택하였다. 이에 따라 본 연구에서는 자아에 대한 통제감이 자아 일관성과 삶의 만족도, 긍정 정서 간의 관계는 완전매개하고, 부정 정서는

표 6. 자아일관성, 자아 통제감, 주관적 안녕감의 모수 추정치

모수(Parameter)	추정치(Estimate)	C.R.
자아 일관성 → 자아 통제감	.016 (.276)	4.507***
자아 통제감 → 삶의 만족도	.628 (.452)	7.948***
자아 통제감 → 긍정정서	.186 (.147)	2.377*
자아 통제감 → 부정정서	-.192 (-.159)	-2.418*
삶의 만족도 → 긍정정서	.381 (.418)	6.768***
삶의 만족도 → 부정정서	-.228 (-.262)	-4.112***
자아 일관성 → 부정정서	-.014 (-.199)	-3.368***

주. 괄호 밖의 숫자: 비표준화 추정치, 괄호 안의 숫자: 표준화 추정치 \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

부분적으로 매개한다는 연구모형이 이론적, 통계적으로 지지되었다.

**모형의 모수 추정치 분석** 모형의 모수추정치를 살펴보면, 모든 경로계수가 통계적으로 유의미함을 알 수 있다. 자아 통제감의 경우 삶의 만족도, 긍정 정서, 부정정서에 대한 경로계수가 모두 유의미하므로 자아 통제감이 주관적 안녕감에 미치는 영향이 유의미함을 알 수 있다. 이와 더불어 삶의 만족도와 긍정 정서, 부정정서의 경로계수도 유의미한 관계를 맺고 있음을 볼 수 있다. 즉 주관적 안녕감을 구성하는 하위 요인들 중에서 특히 삶의 만족도가 긍정정서와 부정정서에 영향을 미침을 알 수 있다. 마지막으로 자아 일관성의 자아 통제감에 대한 경로계수가 유의미했으며, 부정정서에 미치는 효과도 유의미한 것으로 나타났다. 이는 표 6에 제시되어 있다.

**모형의 매개효과 분석** 삶의 만족도에 대한 자아 일관성의 직접 효과는 발견되지 않았으며, 자아에 대한 통제감을 매개한 간접효과  $\beta = .13$ 만 나타났다. 반면 자아에 대한 통제감은 삶의 만족도를 예측하는데 유의미한 직접효과( $\beta = .45, p < .001$ )를 보여주고 있다. 이에 따라 삶의 만족도에 대한 자아 통제감의 매개효과를 검증한 결과 매개효과가 유의미한 것으로 나타났다( $Z = 3.563, p < .01$ ). 다음으로는 긍정 정서에 영향을 미치는 자아 일관성, 자아에 대한 통제감, 삶의 만족도 변인들의 직접효과 및 간접효과를 분석하였다. 긍정 정서에 대한 효과에서도 자아 일관성의 직접효과는 발견되지 않았으며, 자아에 대한 통제감을 매개로 한 간접효과( $\beta = .09$ )만을 살펴

볼 수 있었다. 반면 자아에 대한 통제감의 경우에는 긍정 정서에 대한 직접 효과( $\beta = .15, p < .05$ )가 유의미한 수준으로 나타났다. 이에 따라 긍정정서에 대한 자아에 대한 통제감의 매개효과 역시 검증한 결과, 역시 매개 효과가 유의미한 것으로 나타났다( $Z = 2.33, p < .05$ ). 그리고 자아에 대한 통제감이 긍정정서에 미치는 효과를 분석한 결과, 삶의 만족도를 매개한 간접효과( $\beta = .19$ )도 살펴볼 수 있다. 주관적 안녕감의 하위 요소 중에서 삶의 만족도는 긍정 정서에 유의미한 직접효과( $\beta = .42, p < .001$ )를 보이고 있다. 다음으로는 부정 정서에 대한 효과를 살펴보았다. 자아 일관성은 삶의 만족도와 긍정 정서에서는 직접효과를 보이지 않았지만 부정 정서에 유의미한 직접효과( $\beta = -.20, p < .001$ )를 나타냈으며, 간접효과( $\beta = -.08$ )도 발견되었다. 그러나 직접효과가 간접효과에 비해 크게 나타난 측면을 고려할 때 자아일관성이 주관적 안녕감의 다른 하위요인들에 미치는 영향과는 다르게, 부정 정서에는 직접적으로 미치는 효과가 크다는 것을 짐작해 볼 수 있다. 자아에 대한 통제감 역시 부정 정서에 대하여 유의미한 직접효과( $\beta = -.16, p < .05$ )를 나타냈으며, 간접효과( $\beta = -.12$ )도 살펴볼 수 있었다.

이에 따라 부정 정서에 대한 자아에 대한 통제감의 매개효과를 살펴본 결과, 앞의 두 변인들에서도 매개효과가 검증된 것처럼, 부정 정서에 대한 매개효과도 유의미한 것으로 나타났다( $Z = -3.44, p < .05$ ). 그리고 삶의 만족도 변인은 긍정 정서에서와 마찬가지로 부정 정서에 대해서도 유의미한 직접효과( $\beta = -.26, p < .001$ )를 나타냈다.

## 논 의

지금까지 자아 일관성과 주관적 안녕감 및 적응 간의 관계를 본 선행연구들은 자아 일관성과 심리적 안녕감 사이의 단선적인 관계만 살펴본 경우가 대부분이었다. 특히 기존의 자아 심리학 이론에서 주장되어온대로 자아 일관성을 인간의 기본적인 욕구나 동기로 간주하였기 때문에 사회문화적인 발달 맥락에 대한 고려가 없이 자아 일관성이 주관적 안녕감에 직접적인 효과를 가질 것으로 단순하게 가정되어져 왔다. 그러나 자아의 일관성 정도는 외적으로 드러나는 자아의 현상적인 측면일 수 있다는 점에서 본 연구에서는 자아 일관성 변인이 자아의 어떠한 핵심 측면에 영향을 미쳐 개인의 심리적 적응에 영향을 미치게 되는지를 세부적으로 살펴보고자 했다.

연구 결과 자아 일관성과 삶의 만족도, 자아 일관성과 긍정 정서간의 관계가 자아에 대한 통제감에 의해서 완전 매개되었고, 자아 일관성과 부정 정서 간의 관계는 자아에 대한 통제감이 부분 매개하는 것으로 밝혀졌다. 이와 더불어 주관적 안녕감의 하위 변인 중 삶의 만족도는 긍정 정서와 부정 정서를 매개하는 것으로 나타났다. 특히 자아 일관성과 주관적 안녕감 간의 관계에서 자아에 대한 통제감의 매개효과를 확인한 것은 여러 의미가 있다.

본 연구에서 밝혀진 변인들 간의 관계를 우선 자아 일관성을 중심으로 설명해보면, 우리나라 대학생들도 자아가 상황에 따라 일관적인 모습을 보일수록 삶의 만족도가 높아지고 긍정 정서를 더 많이 느끼며 부정 정서는

더 적게 느끼는 것으로 나타났다. 또한 자아 일관성이 자아에 대한 통제감과 정적 상관을 나타냄으로써 자아가 일관적인 모습을 보이는 것이 자아에 대한 통제감을 효율적으로 유지하는 것과 관련되며, 반대로 자아의 비일관적인 특성이 많을수록 자아의 통제감이 상실될 위험이 큰 것으로 해석할 수 있다. 이러한 연구 결과는 자기 복잡성(self-complexity)과 자기-측면 통제감(self-aspect control)에 대한 연구를 통해 이 두 변수가 부적 상관을 보인다고 보고한 McConnell과 동료들(2005)의 연구 결과와도 같은 맥락이다.

즉, 현실적으로 상황에 따라 다양한 모습을 보이는 것은 비록 적응적인 측면이 있을지라도, 한 개인이 많은 자아의 모습을 유지하는 것은 결과적으로 자아의 통제감을 낮추는 결과를 가져오게 될 것이다. 아울러 개인이 상황에 따라 비일관적인 모습을 보이는 것은 한국 사회에서도 마찬가지로 자아의 통제 기능에 부담을 가져올 수 있음을 알 수 있다. 다시 말해 우리 사회가 사회적 맥락이나 역할, 그리고 상호작용하는 타인의 특성에 맞추는 것이 요구되는 문화권이라고 하더라도, 개인이 상황에 따라 비일관적인 자아의 모습을 보이는 것은 여전히 자아의 통제 기능에 부담을 주게 될 것이다. 이는 마치 한 바구니에 너무 많은 공을 담으면 공이 바구니에 남아 있지 못하고 굴러 떨어지는 것처럼, 한 개인이 많은 자아의 모습을 유지하는 것은 자아의 통제 가능한 범위를 넘어서 부정적 결과를 가져온다고 볼 수 있다. 결국 우리 사회에서도 자아 일관성이 낮은 개인일수록 자아에 대한 통제감을 상실할 가능성은 높아질 것이라고 해석될 수 있다.

한편 자아에 대한 통제감 변인을 중심으로 살펴보면 통제감은 주관적 안녕감을 구성하는 삶의 만족도, 긍정 정서, 부정 정서와 모두 유의미한 관련성을 보이는 것으로 나타났다. 이는 개인이 다양한 자아의 모습을 보이더라도 그 같은 정체감이 성공적으로 통합될 수 있는 경우 긍정적으로 기능한다고 주장한 기존의 연구들과 같은 맥락에 있다고 볼 수 있다(Thoits, 1983; Pietromonaco, Mams, & Markus, 1986).

특히 자아 일관성과 자아에 대한 통제감 변인 모두 주관적 안녕감과 관련성을 보였기 때문에 이 두 변인들이 주관적 안녕감을 예측하는 상대적 정도를 살펴본 결과, 자아 일관성과 자아에 대한 통제감이 모형에서 함께 고려되었을 경우에는 삶의 만족도와 긍정 정서가 더 이상 자아 일관성에 의해 유의미하게 예측되지 않는 것으로 나타났다. 이 같은 결과는 자아 일관성과 삶의 만족도, 긍정 정서 사이의 관련성의 많은 부분이 자아에 대한 통제감 변인에 의해 설명되고 있음을 말해 준다. 이로 볼 때, 지금까지의 연구들에서 자아 일관성이 긍정적인 심리적 적응과 관련이 있었던 이유는 자아에 대한 통제감 효과 때문이었을 가능성이 제안된다. 이처럼 자아 일관성이 자아에 대한 통제감을 매개로 하여 간접적으로 삶의 만족도와 긍정 정서에 영향을 미친다는 것은, 자아 일관성보다는 자아 통제감이 개인의 건강한 자아발달 및 심리적 안녕감에 중요한 설명력을 가짐을 의미한다.

특히 본 연구 모형에서 주관적 안녕감의 하위 요소인 삶의 만족도와 긍정 정서에서 자아 일관성의 직접효과가 발견되지 않았다는 점은 새로운 시각을 제시하고 있다. 왜냐

하면 기존의 자아 일관성에 대한 대부분의 이론들에서 자아 일관성은 자아의 강렬하고 기본적인 요구 및 동기로서(Festinger, 1957; Lecky, 1945) 개인의 심리적 적응에 있어 결정적인 요인으로 간주되어왔는데, 본 연구에서는 그러한 자아 일관성 효과가 매개 변인에 의한 간접적인 설명력이었을 가능성이 시사되기 때문이다.

따라서 주목할 만한 부분은 자아 일관성 변인 그 자체보다는, 그 개인이 자신의 다양한 모습들에 대하여 통제감을 지각할 수 있는가의 여부가 주관적 안녕감에 더 유의미한 영향력을 갖는다는 측면이다. 기존의 서구 심리학 이론에서는 상황에 상관없이 일관적이고 단일한 자아를 가지는 것이 정신건강에 긍정적이라고 단선적으로 간주하였다. 하지만 본 연구 결과에 따르면 상황에 따라 서로 다른 모습을 보이더라도 자신이 통제감을 지각할 수 있는가의 여부에 따라 주관적 안녕감이 영향을 받는다고 해석될 수 있겠다.

그러므로 기존의 자아 관련 연구 결과들과 본 연구 결과가 차이점을 보이고 있는 부분은 사회문화적인 측면과 관련지어 설명해볼 수 있을 것이다. 사람은 누구나 현실 속에서 보다 효율적인 적응과 최적 발달을 지향하는 존재라는 점에서 그 개인이 살아가고 있는 사회문화적 맥락 속에서 인정받을 수 있는 가치나 행동 양식을 내재화시키면서 발달해 나가게 된다. 따라서 개인주의에 기반을 두고 있는 서구 사회에서는 자신의 내적 경험에 충실하고 타인 및 상황적 맥락과 독립적인 자아를 유지하는 것이 삶의 주요한 가치이자 발달 과업의 하나이기 때문에, 발달 초기부터 자율적인 측면을 강조하는 양육환경 속에서

성장하게 된다. 이에 비해 동양 문화권에서는 한 개인이 성장하는 과정에서 독립적인 자아관을 추구하는 것보다 타인과의 조화로운 관계를 유지하고 상황적 맥락 및 규범에 적합한 모습을 유지하는 것이 더 성숙한 발달의 모습으로 고려되어진다. 이에 따라 동양 문화권에서는 상황에 맞추어 적절하게 다른 모습을 보이는 것이 타인에 대한 예의라든지 배려의 차원에서 긍정적으로 간주되므로, 이러한 특성을 발달 초기부터 교육받게 된다. 이렇듯 자아의 일관성을 유지하는 것 자체가 동양 문화권에서보다 서양 문화권에서 긍정적으로 간주되는 경향이 높으므로, 자아 일관성과 심리적 건강의 연관성은 서구 사회에서 더욱 밀접하게 관련되어 있을 것이다. 이러한 측면은 Suh(2002)의 연구결과에서도 지지된바 있었는데, 북미 피험자들의 경우 일관적인 사람을 비일관적인 사람들보다 더 호의적으로 평가하는 경향을 보인 반면에 한국인 피험자들의 경우에는 자아 일관성 정도에 따라 선호도가 영향을 받지 않았다.

이에 더 나아가 생각해 보면, 자아의 일관성 변인 효과를 사회적 보상이라는 측면에서도 고려해 볼 수 있다. 서양의 경우 일관적인 자아의 모습을 유지하는 것이 긍정적인 사회적 보상을 가져오지만, 동양에서는 일관적 자아가 반드시 긍정적인 사회적 평가나 보상을 가져오는 것은 아니다. 이와 같은 관점은 우리나라 피험자들을 대상으로 한 Suh(2002)의 연구에서 사회적 평가는 부정 정서는 예측하지 못했지만 삶의 만족도와 긍정 정서는 유의미하게 예측하는 것으로 나타난 점에서 지지될 수 있다. 즉 우리나라 사람들의 경우 서양인들에 비해 개인의 삶의 만족도와 긍정

정서가 사회적 평가에 의해 더 많은 영향을 받는 것이다. 현실적으로 우리 사회에서는 사회적 인간관계에서는 물론 공적인 사회 생활에서도 자아 일관성을 강조하는 정도가 서구 사회에 비해 적은 편이다. 따라서 자아 일관성을 유지하는 것 자체가 반드시 긍정적인 사회적 보상 및 평가를 수반한다고 보기 어렵다. 아울러 자아 발달의 측면에서 보더라도, 우리 사회에서는 개인의 일관된 목소리보다는 대인관계 맥락이 중요시되기 때문에, 자아 일관성을 유지하는 것이 반드시 적응적 가치를 갖는다고는 볼 수 없다. 그러므로 본 연구 결과에서 자아 일관성이 삶의 만족도 및 긍정적인 정서를 직접적으로 예측하지 못한 것은 이와 같은 맥락일 수 있다.

하지만 본 연구에서 자아 일관성이 주관적 안녕감의 긍정적인 측면에는 직접 효과를 보이지 않았으나 부정 정서에서는 직접 효과를 보이고 있음을 주목할 필요가 있다. 이는 자아가 비일관적인 모습을 보이는 것은 그 자체로 부정적인 정서를 예측해줄 수 있음을 의미한다. 이러한 결과는 Suh(2002)의 연구에서 한국 피험자들과 북미의 피험자들 모두 자아일관성이 부정 정서와 가장 강한 상관을 보였으며, 부정 정서에 있어서 사회적 평가보다 자아 일관성이 더 많은 부분을 설명한 측면과 부분적으로 맥을 같이 한다고 볼 수 있다. 또한 Sheldon과 동료들(1997)의 연구에서도 자아의 일관성이 낮은 것은 그 자체로 부정적인 결과를 예측한바 있다.

그럼에도 전통적으로 우리 사회는 개인이 상황에 따라 다른 모습을 보이는 것에 비교적 관대한 특성을 지니고 있으며, 비일관적인 모습을 보이는 것에 대하여 종종 유연성 내

지는 유능성으로까지 평가되기도 한다. 이 점에서 우리나라 피험자들에게서 자아 비일관성이 부정 정서를 직접적으로 초래했다는 것은 여러 측면에서 논의될 필요가 있다. 일차적으로 개인이 내적으로 자아의 다양한 모습을 형성하고 유지하는 것이 개인내적인 긴장을 초래하고 자아의 암묵적인 노력을 필요로 한다는 점에서 의식, 무의식적으로 부정적 정서를 느끼게 하는 것일 수 있다. 그러나 사회문화적 설명 틀로 돌아가 보면, 우리나라가 사회문화적 환경이 서구화되는 과정에서 의 환경적 변화가 특히 대학생 세대들을 중심으로 개인주의적인 자아의 특성으로 드러나는 것일 수도 있겠다.

본 연구결과를 종합해보면, 주목할 부분은 자아 일관성이 자아에 대한 통제감을 매개로 하여 주관적 안녕감에 영향을 미친다는 점이다. 이는 주관적 안녕감이나 정서에 있어서 자아일관성 정도 자체가 중요한 것이 아니라 자아 통제감이 보다 중요한 설명력을 갖는다는 점이다. 그렇다면 기존의 연구들에서 자아 일관성과 정신건강과의 관계가 지지되었던 것은 결국 자아 일관성이 통제감에 영향을 주었기 때문이라고 재해석할 수 있다. 그리고 자아에 대한 통제감의 매개효과를 가정하였을 때 자아 일관성의 삶의 만족도와 긍정 정서에 대한 직접효과는 더 이상 유의하지 않았다는 점을 보더라도, 자아의 일관성 정도에 초점을 맞추기 보다는 그러한 현상이 자아의 어떠한 중심 기능에 영향을 미치는가를 탐색하는 것이 더 중요한 작업이었음을 확인할 수 있다. 아울러 본 연구에서 정의한 자아에 대한 통제감은 상황에 따라 다르게 나타나는 자아의 모습들을 스스로 인정하고 적절하게

통합할 수 있는가의 측면이라는 점에서, 자아의 적응적이고 유연한 모습과 상당히 부합되는 개념이라고 볼 수 있다.

본 연구의 의의는 다음과 같이 요약할 수 있다. 첫째, 자아 발달의 외적 현상으로 나타날 수 있는 자아 일관성에 초점을 맞추기 보다는 적응에 영향을 미칠 수 있는 자아의 통제 기능을 중요한 설명 변인으로 검증했다는 점이다. 이로써 기존의 자아 일관성에 대한 이론 및 연구들이 상황에 상관없이 일관적이고 단일한 자아를 갖는 것을 정신 건강에 긍정적이라고 간주해온 편협한 관점을 넘어서게 될 수 있게 되었다. 이는 한 개인이 상황에 따라 다양한 자아의 모습을 보이더라도 그 자신이 통제감을 지각할 수 있는지 여부가 주관적 안녕감에 더 중요한 설명력이 있음을 의미한다. 나아가 발달 과정에서 자아의 일관성이나 단일성을 유지하는 것보다는 지각된 자아 통제감을 가지고 삶의 맥락에 따라 자아의 여러 모습을 유연하게 적응시켜나가는 것이 더 중요할 수 있음을 시사해줄 수 있다.

마지막으로 본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 자료 수집하는 과정에서 자기 보고에 의존했다는 한계가 있다. 이는 본 연구 주제상 피험자의 응답이 사회적 바람직성이나 자아 방어기제에 의해서 방해받았을 수 있다는 점에서 유의할 부분이었다고 본다. 추후 연구에서는 자기보고식 측정을 보완할 수 있는 방법을 통한 자료 수집이나 IAT(implicit association test) 등과 같은 연구방법의 적용이 필요할 것이다.

둘째, 본 연구에서 피험자 연령을 서구화된 사회문화적 맥락에서 성장한 대학생으로 한



정하였다는 점에서 본 연구 결과를 우리나라 성인일반의 특성으로 일반화시키는 데는 다소 무리가 있을 수 있다. 덧붙여 본 연구가 자아 통제감이라는 흥미로운 매개 변인에 초점을 두었음에도 특정 연령대만을 연구 대상으로 하였기 때문에 자아 통제감의 매개 효과에 대한 연령에 따른 차이나 발달적 변화 양상을 설명할 수 없다는 한계점도 들 수 있다. 앞으로 후속 연구를 통해 다양한 연령층에 대한 체계적인 탐색이 요구되며 개인차 연구도 흥미로운 도전이 될 것이다.

### 참고문헌

- 방희정, 조혜자, 조숙자, 김현정(2005). 한국 남녀 대학생의 '개인'과 '관계'의 암묵적 표상. *한국심리학회지: 여성*, 10(3), 189-209.
- Block, J. (1961). Ego-identity, role variability, and adjustment. *Journal of Consulting Psychology*, 25, 392-397.
- Coleman, L. M. & Antonucci, T. C., (1983). Impact of work on women at midlife. *Developmental Psychology*, 19, 290-294.
- Cross, S. E., Gore, J. S., & Morris, M. L. (2003). The Relational Interdependent Self Construal, Self-Concept Consistency, and Well - Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(5), 933-944.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Deegan, E. J. (1975). The illusion of control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32, 311-328.
- Donahue, E. M., Robins, R. W., Roberts, B. W., & John, O. P. (1993). The divided self: Concurrent and longitudinal effects of psychological adjustment and social roles on self-concept differentiation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 834-846.
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Gergen, K. J. (1991). *The saturated self: Dilemmas of identity in contemporary life*. New York: Basic Books.
- Heins, S. J. (2001). Self as cultural product: An examination of east Asian and north American selves. *Journal of Personality*, 69, 881-906.
- James, W. (1982). *Psychology: The briefer course*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Kessler, R. C., & McRae, J. A. (1982). The effect of wives' employment on the mental health of married men and women. *American Sociological Review*, 47, 216-227.
- Lecky, P. (1945). *Self-consistency: A theory of personality*. New York: Island.
- Linville, P. W. (1985). Self-complexity and affective extremity: Don't put all of your eggs in one cognitive basket. *Social Cognition*, 3, 94-120.
- Lutz, C. J., & Ross, C. R. (2003). Elaboration versus Fragmentation: Distinguishing between self-complexity and self-concept differentiation. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 22(5), 527-559.
- McConnell, A. R., Renaud, J. M., Dean, K. K., Green, S. O., Lamoreaux, M. J., Hall, C. E., & Rydell, R. J. (2005). Whose self is it anyway? Self-aspect control moderates the relation between self-complexity and well-being. *Journal of Experimental Social Psychology*, 41, 1-18.
- Pietromonaco, P. R., Mams, J., & Markus, H. (1986). The relationship of employment to self-perception and well-being in women: A cognitive analysis. *Sex Roles*, 17, 467-477.
- Sheldon, K. M., Ryan, R. M., Rawsthorne, L. J.,

- Ilardi, B. (1997). Trait self and true self: Cross-role variation in the Big-Five personality traits and its relations with psychological authenticity and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 1380-1393.
- Suh, E. M., Diener, E., Oishi, S., Triandis, H. C. (1998). The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: emotions versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 482-493.
- Suh, E. M. (2002). Culture, identity consistency, and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 1378-1391.
- Thoits, P. A. (1983). Multiple identities and psychological well-being: A reformulation and test of the social isolation hypothesis. *American Sociological Review*, 48, 174-187.

---

1차 원고 접수 : 2006. 7. 15

수정 원고 접수 : 2006. 8. 25

최종게재결정 : 2006. 8. 26

## Self-Consistency, Perceived Self-Control and Subjective Well-Being: the mediating effect of perceived control on the self

Keun Young Yook      Hee Jeong Bang      Jung Oak

Department of Psychology, Ewha Womans University

The current study examined the mediating effect of perceived control on the self-consistency. The purpose of this study was to investigate the causal relationship among self-consistency, perceived control on the self, and subjective well-being. Subjective well-being(SWB) refers to people's own evaluations of their lives. Participants were 247 undergraduates at the 6 universities in seoul. They completed Self-Consistency scale, Satisfaction With Life Scale(SWLS), Intensity & Time Affect Scale(ITAS), and Perceived control on the self scale. The data were analyzed with Pearson's correlation, multiple regression and path analysis by the AMOS 5.0 program. The current study demonstrated that perceived control on the self mediated self-consistency and subjective well-being. Specifically, self-consistency did not have a direct effect on the life satisfaction and positive affect when the effect of perceived control on the self was removed. So the association between self-consistency and subjective well-being might be spurious.

*Keywords: self-consistency, perceived self-control, subjective well-being*