

심상 시뮬레이션을 활용한 공감의 효과*

김 성 지†

용문상담심리대학원대학교 / 교수

유 금 란

가톨릭대학교 / 교수

본 연구의 목적은 공감할 때 사용되는 방법인 유추에 비해 의식적 정서공유를 촉진할 가능성이 있는 심상 시뮬레이션이 공감의 수준을 더 높일 수 있다는 것을 확인하는 것이다. 연구의 실험에 사용할 2개의 공감 시나리오를 제작하여, 공감을 할 때 심상 시뮬레이션과 유추가 사용되는 빈도를 확인하였고, 이들 중 어떤 방법을 사용하는 것이 공감의 수준을 높이는지 알아보았다. 또한 시나리오 주인공에 대해 참여자가 지각하는 유사성이 심상 시뮬레이션 및 유추의 사용과 공감의 수준에 어떤 영향을 미치는지 검증하였다. 이를 위해 145명의 참여자에게 시나리오에 대한 공감을 요청하여 그 반응을 녹음하였다. 녹음자료를 축어록으로 작성하여 3명의 훈련된 평정자들에게 공감 수준과 심상 시뮬레이션 및 유추를 평정하게 하였다. 연구 결과, 공감을 할 때 유추의 사용빈도가 심상 시뮬레이션의 사용빈도보다 훨씬 많이 나타났다. 심상 시뮬레이션을 사용한 집단의 높은 공감수준이 더 높았다. 이러한 연구 결과들을 바탕으로 본 연구의 의의와 한계점 및 추후 연구에 대한 제언을 논의하였다.

주요어 : 공감, 심상 시뮬레이션, 유추, 유사성

* 본 연구는 김성지(2018)의 가톨릭대학교 박사학위논문 ‘치료적 공감에서의 심상 시뮬레이션 효과’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

† 교신저자 : 김성지, 용문상담심리대학원대학교 상담심리학과, 서울특별시 종로구 율곡로 154

Tel : 070-8620-3309, E-mail : songji0522@hanmail.net

공감은 심리치료의 핵심요인이다. Elliott, Bohart, Watson과 Greenberg(2011)는 공감과 심리치료 결과의 관련성을 조사한 메타연구에서 공감이 치료의 결과를 예측하는 매우 강력한 단일 요인임을 확인하였다. 공감은 심리치료 역사에서 오랫동안 중요하게 여겨져 왔는데, Rogers(1957)는 공감을 ‘내담자의 사적인 세계를 as if의 속성을 전혀 잃지 않은 채 그것이 마치 자신의 것인 것처럼 느끼는 것’으로 정의하였고 ‘내담자의 세계에 철저히 머물러 일시적으로 체험하는 것을 전달하는 과정’으로 강조하였다. 이를 토대로 공감은 인본주의 심리치료의 라포형성 도구 및 치료기법으로 발전하였다. Kohut(1959)은 공감을 ‘상담자가 내담자의 내부 경험으로 들어가 거기에 일시적으로 융합함으로써 매순간 진행되는 내담자의 감정과 관념 등을 대리적으로 체험하는 ‘대리적 내성’으로 설명하면서 자기심리학 치료의 핵심인 변형적 내재화(transmuting internalization)의 필요조건으로 보았다(Partton, & Meara, 1992). 이러한 중요성에도 불구하고 공감 개념에 대한 연구자들 간의 합의가 완전히 이루어지지 않았고, 현재 공통적으로 수용되고 있는 것은 공감에 인지적 측면과 정서적 측면이 공존한다는 것이다(Decety, & Jackson, 2004; Hodges, & Wegner, 1997; Ickes, 2003; Zaki, & Ochsner, 2012). 공감의 인지적 측면은 ‘인간이 어떻게 타인의 감정을 이해하는가?’에 대한 개념으로 볼 수 있다. 타인의 정서적 체험을 이해하기 위해서는 타인지향적 주의, 타인의 정서와 사고에 대한 재인, 해석과 추론, 가설 설정과 상상, 조망수용, 평가와 억제, 조율 등 다양한 인지적 작업이 필요하다. 또한 공감의 인지적 작업은 정서재인 같은 단순한 인지에서부터 메타인지, 마음 이론, 시뮬레이션 같은

고차적인 인지기능까지 그 수준이 다양하다. 공감의 인지적 측면은 정서적 측면에 비해 상대적으로 더 많은 연구가 진행되어 왔는데(Shamay-Tsoory, 2007), 최근 인지심리학 분야에서 연구되고 있는 시뮬레이션 개념은 공감의 정서적 측면을 촉진하는 방법으로 새롭게 주목될 필요가 있다.

시뮬레이션(simulation)이란 어떤 사건이나 대상에 대해 비슷한 모델을 설정하여 실제와 같이 모사하는 것(Greenblat, 1975)으로, 이를 인지과정에 적용한 것을 멘탈 시뮬레이션(mental simulation)이라 한다. 멘탈 시뮬레이션은 인간이 정신 내부에 실제 현실 등을 가상적으로 만들어 모의실험하는 것을 통해 실제 현상을 예측한다는 의미(Collins, & Gentner, 1987)이며, 쉽게 말해 어떤 대상이나 현상의 추이를 실제와 가깝게 구체적으로 상상하는 것을 뜻한다. 가상의 상황을 설정하여 예측해보는 시뮬레이션은 타인의 정서를 이해하고 공유하는 공감 과정에서 충분히 일어날 만한 현상이다. 인간은 타인의 경험에 대한 실제 체험이 불가능하므로 공감을 하기 위해서는 상대방의 상황을 최대한 실제와 가깝게 떠올려 가상적으로 상상할 수밖에 없기 때문이다. 실제로, 심리치료 분야에서 언급된 공감에 대한 오래된 정의들에는 이미 시뮬레이션 개념이 포함되어 있었다. Kohut(1966)은 ‘공감은 우리가 다른 사람들에 대한 자료를 수집할 때, 직접적인 관찰이 어려운 경우에도 그들의 내적인 체험을 상상해 볼 수 있도록 하는 양식이다.’라고 하였고, Titchner(1909)는 ‘공감은 마음의 근육(the mind's muscle)이라고 부를 수 있는 일종의 감각운동적인 내적 모방을 통해서 가능해진다’고 하였으며, 여기서 ‘감각운동적’이란 말은 시각, 청각, 근육 운동 등 각종 감각기관을 통해 모중

의 체험이 가능한 영상적 지각 형태를 의미한다.’고 하였다. 공감의 어원인 *empathia*의 뜻 역시 ‘~속으로 들어가서 느끼다’의 의미로서 (Northrup, 1986), 타인의 경험에 대한 가상적 공간을 상상하고 그 속에 자신을 대입하여 간접 체험해 본다는 뜻을 함축하고 있다.

공감 연구에서 시물레이션을 주목하는 또 다른 이유는 시물레이션이 다른 인지적 작업들보다 공감의 정서적 측면을 촉진한다는 것에 있다. 공감의 정서적 측면은 ‘인간이 어떻게 타인의 감정을 경험하는가?’에 대한 것으로 ‘정서 전염’과 ‘의식적 정서공유’로 나뉠 수 있다(De Vignemont, 2007). 정서 전염은 뇌신경세포인 거울뉴런(mirror neuron)에 의해 공유된 정서표상이 자동적으로 활성화되는 본능적, 자동적 공감반응이다(De Vignemont, & Fournier, 2004; Decety, & Jackson, 2004). 거울뉴런이란 타인이 행한 행동을 관찰하기만 해도 자신이 그 행위를 직접 할 때와 똑같은 반응을 일으키게 하는 뇌신경세포를 말한다. 거울뉴런은 직접 보지 않고 행위를 상상만 하여도 동일하게 활성화된다. 1996년 신경과학자인 Rizzolatti의 연구팀이 거울뉴런을 발견하기 전부터 심리학에서는 지각-동작 모델(perception-action model)이 제시되어 있었다. 인간의 지각은 관련된 행동으로 이어지는데, 예를 들어 망치를 떠올리는 지각을 하면 내리치는 동작의 표상과 연합되어 있듯이, 지각과 관련동작이 함께 표상되는 것을 지각-동작 모델이라고 한다(Fuster, 1995; Preston, & De Waal, 2002). 지각과 동작간의 연합된 표상은 인간에게 보편적으로 내재되어있으므로 이를 ‘공유된 표상(shared representation)’이라고 부른다(Preston, & De Waal, 2002). 이 지각-동작 모델의 공유된 표상 이론은 거울뉴런의 발견을

통해 검증되었고 직접적인 지각만이 아닌 상상적 지각만으로도 활성화된다는 것이 밝혀졌다. 이를 공감에 적용해보면 사람들에게는 보편적으로 공유된 표상이 있어서 공감 시 타인의 경험을 상상할 때에 공유된 표상이 활성화되므로 자신이 경험할 때와 같은 정서반응이 일어난다고 할 수 있다. 이를 ‘정서의 공유된 표상(shared representation of emotion)’이라고 하며(De Vignemont, 2007), 공포영화를 보며 소리를 지르는 관객들은 배우의 상황을 보며 정서의 공유된 표상이 활성화된 정서전염 상태라고 볼 수 있다. 정서전염은 자동적이고 생득적이며 공유된 표상에 대한 반사적 시물레이션 즉, 의식적 하에서 거울뉴런에 의해 시물레이션이 진행된 것을 의미한다. 영유아나 일부 포유류에게도 있는 이 정서전염 기제만으로는 공감을 다 설명할 수 없으므로, 현재는 정서적 공감의 하위요인으로 간주되고 있다(Hoffman, 1983).

공감의 정서적 측면의 두 번째 개념인 ‘의식적 정서공유’는 공감을 하는 사람이 앞서 말한 시물레이션을 자의적으로 사용하여 정서의 공유된 표상을 의식영역에 활성화시킨 결과로 볼 수 있다(De Vignemont, 2007). 즉, 타인의 경험을 기꺼이 시물레이션하여 정서의 공유된 표상을 통해 자신이 경험하는 것처럼 의식적으로 느끼는 것이다. 시물레이션은 인지적 작업이지만 의도적 상상을 통해 정서의 공유된 표상을 활성화시킴으로써 공감의 정서적 측면을 촉진한다. 또한 여기서의 시물레이션은 반사적인 것이 아니라 의도적으로 선택을 하는 것이므로 개인의 의지와 동기, 상황 등 맥락의 영향을 받을 수 있다(Zaki, 2014).

Shamay-Tsoory(2007)는 기존의 공감 연구들이 공감과 치료성과 간의 인과성 추론이 어렵다

는 비판을 받아왔던 이유를, 정서전염 같은 의식역 하의 과정과 의식적인 정서공유 과정이 공감 연구 안에 혼재되어 있어, 공감의 정서적 요인의 연구가 상대적으로 어려웠던 것에 두고 있다. 이에 De Vignemont(2007)은 공감의 정서적 요인을 정서전염과 의식적 공유과정으로 구분하였고, 공감은 정서전염과 인지적 요인을 거친 다음 의식적 공유과정에 이르렀을 때 비로소 완성된다고 보았다. 또한 공감에 대한 관찰자의 평정이나 내담자의 평가가 자기보고식 평가보다 더 유의미하다(Bohart, Elliott, Greenberg, & Watson, 2002)는 연구 결과들은 공감이 사회적 이득과 협력, 연대의 강화를 이끌어내는 친사회적 행위이기 때문에 사회적 바람직성의 영향을 쉽게 받는다는 것을 지적하고 있다(Zaki, 2014). 따라서 정서전염과 의식적 정서공유를 구분한 연구가 필요한 시점이고, 사회적 바람직성이 통제된 객관적 공감 평가를 통한 공감의 정서적 측면에 대한 연구 또한 필요하다. 최근 시뮬레이션 연구는 구체적 시뮬레이션이 정서와 행동에 영향을 미친다는 연구결과들을 통해(Kozak, Marsh, & Wegner, 2006; Waytz, Hershfield, & Tamir, 2015) 심상을 강조하여 정서의 공유된 표상을 더욱 활성화시키는 방법을 모색하였다. 이른바 ‘심상 시뮬레이션(imagery simulation)’은 심상 표상을 적극적으로 이용한 시뮬레이션으로서 심상은 감각과 연합된 정서의 공유된 표상을 더 활성화시키므로 정서를 촉진한다(Clement, 2008). 하지만 시뮬레이션 개념을 공감에 적용한 연구는 현재까지 없었으며, 특질 공감 측정을 위한 Reiners, Corcoran, Drake, Shryane과 Völlm(2011)의 인지 정서 공감 척도(Questionnaire of Cognitive and Affective Empathy: QCAE)의 하위요인에서 시뮬레이션이라는 용

어가 사용된 것이 유일하다. 따라서 이러한 심상 시뮬레이션을 공감에 적용하였을 때, 의식적 정서공유를 더욱 촉진하여 공감의 수준을 높일 것이라는 가정이 가능해진다. 대응개념인 ‘유추(analogy)’는 지식과 개념에 근거한 추론으로 공감을 하는 인지적 이해 과정을 대표한다(Clement, 2008).

1970년 Paivio는 인간이 대상을 표상할 때 시각적 정보처리와 언어적 정보처리로 표상한다는 이중부호화 이론을 제안했고, 이 이론을 기반으로 Clement(2008)는 과학적 창의성에 대한 연구에서 심상 시뮬레이션과 유추를 대응하여 두 정보처리의 효과를 비교하였다. 그는 멘탈 시뮬레이션이라는 용어를 심상 시뮬레이션으로 바꾸어도 무방하다고 보았고 심상을 강조하기 위해서 더 적절하다고 보았다. 또한 시각적 정보처리를 통한 문제해결 과정으로 심상 시뮬레이션을, 언어적 정보처리를 통한 문제해결 과정으로 유추를 채택하였다. 유추(analogy)의 개념은 과제가 주어졌을 때, 다른 케이스와의 구조적 유사성에 근거하여 추론하는 과정(Clement, 2008; Forbus, Gentner, Everett, & Wu, 1997; Gentner, 1983; Holyoak, & Thagard, 1989)이다. 유추를 문제해결 과정으로 세분화해보면 문제이해를 위한 표상으로 ‘명제적 표상’과 해결전략으로 ‘유추적 전략’을 사용한다고 볼 수 있다. 즉, 심상 시뮬레이션은 자신의 감각적 자극에서 얻은 정보로 상대방을 심적 형상화하는 자료 주도적 문제해결 방식인 반면, 유추는 언어적 개념들로 상대방을 비교 평가하는 개념 주도적 문제해결 방식인 것이다.

Clement(2008)는 심상 시뮬레이션과 유추의 문제해결 방식을 표 1과 같이 구체적 지표로 제시하였다. 심상 시뮬레이션의 문제이해를

표 1. 문제해결 과정으로서의 공감

문제해결 과정으로서의 공감		
인지적 가설	심상 시뮬레이션	유추
문제이해 방법	심상표상	명제표상
관찰가능 지표	- 감각적 심상들의 보고 - 심상들의 역동적 형상화 - 인간행동 및 동작을 묘사 - 묘사적인 손동작 및 눈감음	- 단어로 표현되는 아이디어 - 심상이 없거나 단순심상이 있는 언어적 사고표현 - 개념적, 범주적, 상징적 명제 - 일반적 지식
문제해결전략	시뮬레이션	유추
관찰가능 지표	- 모델 설정 - 모의실험적 예측	- 비교케이스 연상 - 비교케이스와 구조적 유사성 평가 - 비교케이스를 목표상황과 비슷한 수준의 개념으로 묘사 - 비교케이스와의 관계를 적용하여 예측
마음 이론 비교	시뮬레이션 이론	이론-이론

위한 표상에는 ‘감각적 심상보고’, ‘심상들의 영상화’, ‘인간 행동 및 동작을 묘사’, ‘묘사적인 손동작 및 눈감음’을 지표로 제시하였고, 유추의 문제이해를 위한 표상에는 ‘단어로 표현되는 아이디어’, ‘심상이 없거나 단순심상이 있는 언어적 사고표현’, ‘개념적 범주적, 상징적 명제’, ‘일반적 지식’을 지표로 제시하였다. 문제해결전략으로 심상 시뮬레이션은 ‘모델 설정’, ‘모의실험적 예측’을 유추는 ‘비교케이스를 연상’, ‘비교케이스와 구조적 유사성을 평가’, ‘비교케이스를 목표상황과 비슷한 수준의 개념으로 묘사’, ‘비교케이스와의 관계를 적용한 예측’을 설정하였다. 그는 과학적 탐구 과제와 창의성 연구에 심상 시뮬레이션 지표와 유추 지표를 적용하여 심상 시뮬레이션이 더욱 효과가 있음을 확인하였다. 본 연구에서는 공감을 도달하려는 목표가 있는 문제해결

과정으로 간주하여 심상 시뮬레이션과 유추라는 두 개의 문제해결 과정을 적용해보았다. 심상표상과 명제표상은 인간의 대표적인 두 표상방법이고, 시뮬레이션과 유추 또한 문제해결 전략들 중 대표적인 두 방법으로서 가상성을 가지는 예측이 포함되어 있기 때문이다. 또한 두 문제해결 과정은 마음 이론과 유사하다. 즉, 유추는 이론-이론, 심상 시뮬레이션은 묘사 이론의 방법으로 적용이 가능하므로 공감 장면에서 마음 이론의 경험적 연구가 가능해질 수 있다. 한편, Shiv와 Huber(2000)는 시뮬레이션을 두고 높은 인지적 노력이 요구되는 활동이라고 하였다. 그들은 시뮬레이션 과제에 또 다른 인지 과제를 투입하였을 때 시뮬레이션 효과가 감소하는 것을 발견하였다. 이는 다른 인지 과제와 한정된 인지적 자원을 나누었기 때문에 시뮬레이션에 드는 자원이

감소하였음을 의미한다. 시뮬레이션은 심리적 공간에서 가상적 사건에 대한 모방적 표상 (Taylor, & Schneider, 1989)을 하는 것이므로 인지적 노력으로 상상해내는 작업이다. 따라서 시뮬레이션 과정이 포함되어있다고 볼 수 있는 공감은 인지적 노력이 상당히 드는 의도적인 작업인 것이다. 이러한 심리경제적인 이유로 인간은 일상에서 항상 심상 시뮬레이션을 사용할 수는 없으며 유추를 더 많이 사용할 것이라는 가설을 세워 검증해보았다. 또한, 공감을 이해하기 위해서 맥락과 선택을 고려한 의식적인 정서공유 단계의 시뮬레이션 연구는 지금까지 없었으므로 이에 대한 경험적 연구를 시행하였다.

Krebs(1975)는 지각된 유사성이 공감적 반응을 촉진시킨다는 사실을 증명하였다. 그는 누군가 즐거움이나 고통을 경험하고 있는 것을 관찰한 참여자들 중 자신이 상대와 유사한 경험을 가지고 있다고 믿는 참여자들이 그렇지 않을 참여자들보다 유의미하게 큰 생리적 반응을 보였고, 대상을 더 동일시하였으며, 도움행동이 증가하는 것을 확인하였다. 또한 Barnett, Tetreault와 Masbad(1987)의 연구에서는 과거 성폭력 피해를 입은 사람들이 비디오 속 성폭력 피해자들에 대하여 더 공감적인 반응을 보이는 결과가 나타났다. 심리치료에서는 상담자와 내담자의 유사성에 따라 공감 수준이 달라지며(Duan, & Hill, 1996; Gladstein, 1987; Watson, 2001), 거울뉴런 연구에서는 공감 주체와 객체 사이에 유사성과 친밀감에 따라 활성화가 달라지는 것이 확인되었다(Watson, & Greenberg, 2009). 한편, Trope과 Liberman(2003)은 자신과 유사성이 높은 대상이나 상황일수록, 구체적으로 표상한다고 하였다. 구체적 표상은 심상을 더 많이 유발한다

(paivio, & Foth, 1970). 따라서 유사성이 높을 경우 구체적 표상과 심상을 더 많이 유발한다는 결과는, 유사성이 심상 시뮬레이션과 관련될 가능성이 있다고 볼 수 있다. 또한 앞서 소개한 심상과 시뮬레이션이 정서를 활성화시킨다는 연구결과를 토대로 유사성은 심상 시뮬레이션과 더불어 정서를 촉진한다는 가설 설정이 가능해진다. 이와 같은 이론적 배경을 토대로 본 연구는 일반인을 대상으로 공감에서 심상 시뮬레이션의 효과를 검증하는 것으로 구성되었다. 실제 공감 상황에서 심상 시뮬레이션이 얼마나 자주 쓰이고 있는지, 심상 시뮬레이션 방법이 공감 수준에 어떤 영향을 미치는지를 유추 방법과 비교하여 확인하기 위함이다. 또한 공감할 대상과 유사성이 높은 맥락에서 공감 수준이 높아지는 것과 심상 시뮬레이션의 연관성을 알아보았다.

구체적인 연구가설은 다음과 같다. 첫째, 공감을 할 때, 유추가 심상 시뮬레이션보다 더 많이 사용 될 것이다. 둘째, 심상 시뮬레이션을 사용한 집단이 유추를 사용한 집단보다 공감의 수준이 더 높을 것이다. 셋째, 유사성이 높은 집단이 낮은 집단보다 공감수준이 더 높을 것이다. 넷째, 유사성과 공감방법 사이에 상호작용 효과가 있을 것이다. 본 연구에서는 이러한 가설들에 대한 검증을 통해 공감의 수준을 높이는 방법과 공감에 영향을 미치는 조건들에 대한 새로운 조망을 제시하고자 하였다.

방 법

참여자

서울 및 수도권 소재 M대학교와 C대학교 재학생 145명이 실험에 참여하였고, 5명의 불성실한 응답을 제외한 140명의 자료가 분석에 사용되었다. 참여자는 남학생 41명(29.3%), 여학생 99명(70.7%)이었고, 132명이 20대로 94.3%를 차지하였다.

평정자 선정 및 훈련

참여자의 공감정도를 평가하는 평정자는 여성 2명 남성 1명, 총 3명으로 구성되었고, 3인 모두 한국상담심리학회에서 인증하는 상담심리사 1급 자격증 소지자였다. 이중 2명은 박사과정 수료자이며 1명은 석사학위 소지자로 상담 경력은 평균 13년이였다. 선호하는 이론적 접근은 절충적 접근이 2명, 계슈탈트적 접근이 1명 이었다.

평정자들은 연구자가 설정한 평정준거들을 숙지하기 위하여 평정자 훈련을 총 20시간 받았으며, 참여자들의 무기명 자료를 개별적으로 평가함으로써, 훈련 이후에는 평정자들 간의 소통이 없도록 하였다. 박진희(2013)의 연

구에서는 Herman, Aschbacher, Winters(1992)와 박영민(2000)의 연구를 바탕으로 평정자 훈련을 평정척도 지침교육, 연습과 토의를 통한 일치도 훈련, 토의를 배제한 일치도 훈련의 3단계로 정리하였고, 이를 본 연구의 훈련 기준으로 삼았다. 박진희(2013)의 연구는 불일치 채점에 대한 토의가 있는 훈련과 토의를 배제한 훈련의 구분을 명확히 하였는데, Kazdin (1982)의 평정자간 일치도를 적용하여 평정자 훈련의 객관성을 높였기 때문이다. 평정자간 일치도는 5점 척도 중 1점의 오차를 허용한 수치를 의미한다. Kazdin이 제시한 평정자간 일치도(%)는 (일치된 문항의 수/총 문항의 수) × 100으로 계산하며, 80% 이상의 일치도를 적합하다고 보았다. 따라서 타인평정 공감 척도, 심상 시뮬레이션 평정지, 유추 평정지 3개이므로 각각에 대해 평정자간 일치도가 80%가 될 때까지 훈련을 실시하였다. 최종 평정자간 일치도는 타인평정 공감 척도의 경우 1차 훈련에서 이미 .81이었고 4차 훈련에서는 .90이였다. 심상 시뮬레이션은 1차 훈련에서 .60, 2차 훈련부터는 .80이상이었고, 유추 평정지는 1차 훈련에서부터 .80이상 이였다.

표 2. 연구 참여자의 일반적 특성 (N=140)

항목	구분	빈도(명)	백분율(%)
성별	남	41	29.3
	여	99	70.7
연령	20대	132	94.3
	30대	2	1.4
	40대	3	2.1
	50대 이상	3	2.1
학력	대학교 재학	140	100

측정도구

참여자용 도구

사회적 바람직성 척도(Social Desirability Scale: SDS). Crowne과 Marlowe(1960)가 개발한 척도를 단축형으로 구성한 이주일(1988)의 척도를 사용하였다. 13문항, 5점 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 자신을 솔직하게 드러내기보다 타인에게 긍정적으로 보이려는 성향을 나타낸다.(예: “나는 내 맘에 맞지 않는 사람에게까지도 항상 예의바르다.”) 역채점 문항은 1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 13번이고, 이주일(1988) 연구에서 내적 합치도는 .74였다. 홍정순(2015)의 연구에서는 사회적 바람직성이 진정성과 높은 상관을 가지고 있다는 것이 밝혀져 통제변인으로 사용되었으며, 내적 합치도는 .78이었다. 본 연구에서는 제시되는 공감 관련 질문지에 자신을 긍정적으로 나타내려는 의도가 영향을 줄 수 있으므로 통제 변인으로 선정하였다. 본 연구에서의 내적 합치도는 .73이었다.

한국판 정적 정서 및 부적 정서 척도(the Positive and Negative Affect Schedule: PANAS). Watson(1988)이 정적 정서 및 부적 정서와 관련된 자기진술을 평가하기 위해 개발한 척도로서 이현희, 김은정, 이민규(2003)가 재번안하여 타당화하고 김유진(2011)이 일부 수정한 것을 사용하였다. 이현희 등의 타당화 연구에서는 총 20개의 문항으로, 정적 정서를 나타내는 9개의 문항과 부적 정서를 나타내는 11개의 문항으로 구성되어 있다. 이는 Watson이 개발할 당시 정적 정서 10문항, 부적정서 10문항이었던 것과 다르다. 즉, ‘기민한(alert)’이 Watson등의 연구에서는 정적 정서였지만 이현

희 등의 연구에서 부적 정서로 분류된 것이다. 그러나 김유진(2011)의 연구에서는 이것을 ‘정신을 바짝 차린’으로 수정하여 다시 정적 정서에 포함시킴으로써 정적 정서 10문항, 부적 정서 10문항으로 다시 구성되었다. 5점 척도 상에서 일상적으로 느끼는 자신의 기분을 평가하며 점수의 범위는 10점~50점이다. 이현희 등의 연구에서 내적 합치도는 .68~.71이었다. 김유진의 연구에서는 전체 문항이 .78, 정적 정서 .86, 부적 정서 .82이었다.

본 연구에서 이 척도를 참여자의 통제변인으로 사용하는 이유는 참여자의 정서 상태가 실험결과에 영향을 줄 수 있으므로, 추후 통계적으로 이를 통제하기 위함이었다. 본 연구에서의 내적 합치도는 .86이었다.

개인적 유사성 질문지. 실험에 제시된 시나리오의 주인공과 참여자의 유사성을 ‘전혀 없다’에서 ‘매우 많다’까지 7점 척도 단일문항으로 평가하도록 하여, 참여자에게 지각되는 개인적 유사성 파악을 위해 연구자가 제작하였다. 유사성이 높을수록 공감수준이 높아지는지 확인하기 위함이다.

평정자용 도구

타인평정 공감 척도. 종속변인인 참여자의 공감 수준을 평가하기 위하여 타인평정 공감 척도(김성지, 조성호, 2017)를 사용하였다. 공감 반응에 대해 제삼자가 평가하도록 하는 방식의 척도로서 공감에 대한 자기보고 척도의 문제점을 보완하고자 개발되었다. 타인평정 공감 척도는 예비연구를 통해 개발된 15개 문항에 대한 요인분석을 통해 ‘공감의 시작’, ‘공감의 과정’, ‘공감의 결과’라는 세 개의 하위요인으로 유목화되었고, 타당화 작업을 통

해 총 11개 문항이 최종 확정되었다(예: “화자는 상대방의 감정을 정확히 이해한다.”). ‘전혀 그렇지 않다’ 0점에서 ‘매우 그렇다’ 4점까지 5점 척도로 구성되어 있으며, 개발 당시의 내적 합치도는 .86이었고, 본 연구에서는 .83이었다.

심상 시뮬레이션 평정지. Clement(2008)는 심상 시뮬레이션을 감각적 심상보고, 심상들의 형상화, 인간행동 및 동작을 묘사, 묘사적인 손동작, 눈감음, 모델설정, 모의실험적 예측이라는 관찰 가능한 지표로 설명하였다. 이를 토대로 연구자가 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점으로 이루어진 5개 문항의 평가지와 평가지침을 제작하였다. 예를 들어, 문항 1은 ‘화자는 상대방의 상황에 대해 시각, 청각, 후각, 촉각 등의 감각을 동원하여 표현한다’ 로 구성되어 있고, 다음과 같은 평정지침을 기준으로 평가하였다. 1점인 ‘화자는 전혀 시각, 청각, 촉각 등의 감각을 동원하여 표현하지 않는다’에서 ‘화자는 시각, 청각, 후각, 촉각 등의 감각을 자주 동원하여 표현하는 편이다’ 5점까지 지침을 마련하였고 평정자는 5개의 문항을 지침대로 평가하였다. 본 연구에서의 내적 합치도는 .79였고, 참여자의 공감응답에서 심상 시뮬레이션의 정도를 평가하기 위하여 사용되었다.

유추 평정지. Clement(2008)는 유추 지표를 단어로 표현되는 아이디어, 심상이 없거나 단순심상의 언어적 사고표현, 개념적 및 범주적 명제, 일반적 지식, 비교 케이스 연상, 비교 케이스와 구조적 유사성 평가, 비교 케이스를 목표 상황과 비슷한 수준의 개념으로 묘사, 비교 케이스와의 관계를 적용한 예측으로 설

명하였다. 이를 토대로 연구자가 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점으로 이루어진 5개 문항의 평가지와 평가지침을 제작하였다. 예를 들어, 문항 1은 ‘화자는 상대방의 상황과 비슷한 자신의 경험을 떠올린다’로 구성되어 있고, 다음과 같은 평정지침을 기준으로 평가하였다. 1점인 ‘화자는 상대방의 상황과 비슷한 자신의 경험을 전혀 떠올리지 않는다’에서 ‘화자는 상대방의 상황과 비슷한 자신의 경험을 적극적으로 떠올린다’ 5점까지 지침을 마련하였고 평정자는 5개의 문항을 지침대로 평가하였다. 본 연구에서의 내적 합치도는 .78이었고, 참여자의 공감응답에서 유추의 정도를 평가하기 위하여 사용되었다.

실험 절차

공감 시나리오 제작

본 연구에서 사용하게 될 공감 시나리오의 제작을 위하여, 윤 황(2014)의 연구를 바탕으로 예비 시나리오 제작과 공감 시나리오로서의 적절성에 대한 평가를 하였으며, 기술 분석을 바탕으로 최종 2개의 시나리오가 선정되었다. 수도권 소재의 대학에 재학 중인 10명의 대학생과 대학원생으로 슬픔 3개, 분노 3개, 두려움 4개의 부정적 기본정서를 일으키는 정서 경험을 수집하였고, 이를 연구자가 10개의 예비 시나리오로 작성하였다. 10개의 예비 시나리오를 대학생 70명에게 제시하여 공감을 일으킬만한 시나리오인지 적절성을 평가하도록 하였다. 적절성 평가에서는 각 시나리오 주인공의 정서가 무엇이라고 생각하는지 정서의 명칭을 직접 적도록 하였고, 해당 정서의 강도, 시나리오 내용과 정서의 부합성, 시나리오의 구체성과 생생함을 7점 척도로 평

표 3. 공감 시나리오

	정서	시나리오 내용
시나리오 A	슬픔	혜진은 어린 시절부터 친구였던 주혁과 7년을 사귀었다. 그와 같이 있으면 너무도 익숙했고, 자연스럽게 결혼하게 될 것이라 생각했다. 그런데 얼마 전부터 주혁이 약속을 자주 잊고 연락이 뜸하더니 헤어지고 싶다는 말을 꺼냈다. 다른 사람이 생긴 것은 아니지만 서로 잘 맞지 않는 것 같다고 한다. 다리에 힘이 풀렸다.
시나리오 B	슬픔	얼마 전 지민이 2년 동안 키우던 반려견이 숨을 거두었다. 3개월 정도 동물병원에 입원과 퇴원을 반복했었다. 학업 때문에 혼자 자취를 하고 있는 지민은 집에 들어올 때마다 반려견이 없다는 사실이 아직 믿겨지지 않는다. 혼자 있는 집이 텅 빈 것 같고, 해야 할 일에 집중할 수가 없어 레포트들이 밀려있다.

가하도록 하였다. 참여자에게 각 시나리오당 5개의 동일 질문, 총 50문항에 대한 응답을 요청하였으며, 응답에는 평균 20분이 소요되었다. 참여자들의 응답을 SPSS 20.0 프로그램으로 기술 분석하여 정서에 대한 응답 일치율이 95%이상이었으며, 단일정서이며, 내용의 정서 부합성과 정서 강도가 높고 구체성과 생생함이 보통 이하인 표 3의 2개 시나리오를 최종 공감 시나리오로 선정하였다.

실험 소개

본 연구는 대학 강의의 휴식 시간에 연구를 소개하고 참여자를 모집하여, 참여 신청자와 개별적으로 일정을 조율한 후, 해당학교 실험실에서 실험을 하는 방식으로 진행되었다. 참여자들이 실험실에 도착하면, 연구자를 소개하고 참여자 편향을 통제하기 위하여 실험의 본래 목적과는 다르게 시나리오에 대한 성향별 반응 실험이라고 소개하였다. 실험은 약 40~50분 동안 진행된다는 것과 실험 후 소정의 참여비 지급을 안내하였다.

참여 동의

참여자에게 실험에서 이루어진 모든 응답

및 기록의 내용은 익명으로 처리되며, 학술연구 이외의 목적으로는 사용되지 않는다는 점을 안내하였다. 또한 실험의 전반적인 절차와 부작용 및 위험요소, 참여에 대한 권리와 이익 등의 제반사항을 기록한 연구 설명문을 제공하여 안내하였고, 이에 동의하는 경우 참여 동의서에 자필 서명을 하도록 하였다.

질문지 실시

참여자에게 인구통계학적 정보 질문지, 사회적 바람직성 척도, 한국판 정적정서 및 부정적정서 척도를 제시하고 응답하도록 하였다.

시나리오 A or B 공감 실시

참여자에게 표 9의 시나리오 A와 B중 하나를 인쇄물로 제시하고 읽게 한 후, 주인공의 마음이 어떠했을지 응답하도록 하고 이를 녹음하였다. 참여자의 절반에게 시나리오 A를, 나머지 절반에게는 시나리오 B를 무선적으로 제시하여 시나리오 내용에 따른 영향을 통제하였다.

참여자 질문지 실시와 평정자 평정 실시

공감반응을 끝낸 직후 참여자 자신과 시나

리오 속 주인공과의 유사성을 묻는 질문지에 응답하도록 하였다. 이후 참여자의 응답을 완전축어록으로 작성하여 평정자 훈련을 마친 3명의 평정자에게 제시하였고, 타인평정 공감 척도, 심상 시뮬레이션의 정도, 유추의 정도를 평가하도록 하였다.

자료 분석

이상의 분석을 위한 통계처리는 SPSS 20.0 프로그램이 사용되었다. 기술분석을 통하여 참여자들이 공감에서 사용한 심상 시뮬레이션과 유추의 빈도를 알아보았고, 심상 시뮬레이션을 사용한 공감과 유추를 사용한 공감의 수준 차이를 알아보기 위하여 독립표본 t-검증을 실시하였다. 또한 사회적 바람직성과 정적 및 부적 정서 상태를 공변인으로 통제된 상태에서, 시나리오 주인공에 대한 개인적 유사성이 심상 시뮬레이션과 유추의 사용과 공감수준에 미치는 영향을 알아보려고 하였다. 그러나 공변인으로 설정한 척도들이 종속변인과 상관이 낮아 이원 변량분석을 사용하였고, 빈도분석과 상관분석, 카이자승 검증을 실시하였다.

결 과

공감 시 심상 시뮬레이션과 유추 사용에 대한 빈도 분석

참여자가 시나리오에 대해 공감 반응을 할 때, 심상 시뮬레이션과 유추를 사용하는 빈도를 분석하여 표 4에 평균과 표준편차를 제시하였다. 심상 시뮬레이션 평정지와 유추 평정지의 두 총점 중 점수가 우세한 것을 공감 시 사용하는 방법으로 결정하였으며 동점은 없었다. 그 결과 참여자의 72.2%가 유추를 사용하여 공감하는 것으로 나타났다. 이러한 양상은 시나리오의 내용에 따라 달라지지 않았는데, 시나리오 A에 대한 유추 사용이 64.2%였고, 시나리오 B에 대한 유추 사용 역시 79.5%로 공감 시 유추를 사용하는 빈도가 압도적으로 많았다. 심상 시뮬레이션의 사용은 시나리오 A는 35.8%, 시나리오 B는 20.5%로 나타나 시나리오 A에 더 많이 사용되었다.

이러한 결과를 통하여 참여자들의 공감을 관찰하였을 때, 심상 시뮬레이션보다 유추가 훨씬 더 많이 사용되고 있음을 알 수 있었다.

표 4. 심상 시뮬레이션과 유추의 사용 빈도와 평균 및 표준편차

	공감 시 사용방법	N (%)	평균(표준편차)
시나리오 A (n=67)	심상 시뮬레이션 사용	24 (35.8%)	17.38(4.23)
	유추 사용	43 (64.2%)	14.72(4.61)
시나리오 B (n=73)	심상 시뮬레이션 사용	15 (20.5%)	17.53(3.04)
	유추 사용	58 (79.5%)	16.71(4.00)
전체 (n=140)	심상 시뮬레이션 사용	39 (27.8%)	17.44(3.77)
	유추 사용	101 (72.2%)	15.86(4.36)

주요 척도들간의 상관

본 연구에서 측정된 주요 척도들 간의 관련성을 알아보기 위하여 상관분석을 실시하였고 그 결과를 표 5에 제시하였다. 타인 평정 공감척도와 한국판 정적, 부적 정서척도(PANAS), 사회적 바람직성(SDS)간에 유의미한 상관을 나타내지 않았다. 따라서 PANAS와 SDS를 타인 평정 공감척도에 영향을 미치는 공변인으로 설정하지 않았다.

공감 시 심상 시뮬레이션 사용집단과 유추 사용집단의 공감수준 차이분석

공감 시 사용방법에 따른 공감수준의 차이를 검증하기 위하여 심상 시뮬레이션과 유추

를 공감 시 사용방법인 독립변인으로, 타인 평정 공감척도를 종속변인으로 설정하여 독립표본 *t*-검증을 실시하였다. 분석 결과는 표 6에 제시하였다. 심상 시뮬레이션을 사용하여 공감한 집단이 유추를 사용하여 공감한 집단보다 높은 점수를 나타내었고, 두 집단의 점수는 유의미한 차이($t(140)=1.98, p<.05$)가 나타났다. 시나리오 A에서는 공감 시 사용방법에 따른 두 집단의 공감수준 차이가 유의미하였으나($t(67)=2.32, p<.05$), 시나리오 B에서는 차이가 나지 않았다.

시나리오 주인공과의 유사성과 공감사용 방법에 따른 공감수준의 차이

시나리오 주인공과의 유사성과 공감사용 방

표 5. 주요 척도들 간의 상관 결과

		1	2	3
1	타인평정공감척도	1		
2	정적, 부적 정서척도 (PANAS)	.14	1	
3	사회적 바람직성 (SDS)	.04	-.09	1

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

표 6. 심상 시뮬레이션 사용집단과 유추 사용집단의 공감수준 차이분석

	공감 시 사용방법	N	평균(표준편차)	<i>t</i>
시나리오 A (n=67)	심상 시뮬레이션 사용집단	24	17.38(4.23)	2.32*
	유추 사용집단	43	14.72(4.61)	
시나리오 B (n=73)	심상 시뮬레이션 사용집단	15	17.53(3.04)	.74
	유추 사용집단	58	16.71(4.00)	
전체 (n=140)	심상 시뮬레이션 사용집단	39	17.44(3.77)	1.98*
	유추 사용집단	101	15.86(4.36)	

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

법에 따른 공감수준의 평균과 표준편차

시나리오 A 또는 B에서 주인공과의 유사성과 공감 사용방법에 따른 공감수준의 기술 통계치는 표 7과 같다. 유사성이 높다고 응답한 참여자는 98명이었고, 유사성이 낮다고 응답한 참여자는 42명이었다. 유사성이 높으면서 심상 시뮬레이션을 사용한 경우가 공감수준이 평균 17.44로 가장 높았고, 유사성이 낮으면서 심상 시뮬레이션을 사용한 경우 공감수준이 17.42로 두 번째 순위였다. 다음은 유사성이 높으면서 유추를 사용한 공감, 유사성이 낮으

면서 유추를 사용한 공감의 수준이 가장 낮았다. 또한 유사성과 공감 시 사용방법 간에 유의미한 관련성이 있는지 검증하기 위하여 카이제곱 검정을 실시한 결과, 두 독립변인들 간의 관련성은 유의미하지 않았다($x^2=.01$, $df=1$, $p=.90$).

시나리오 주인공과의 유사성과 공감사용 방법에 따른 공감수준에 대한 변량분석

표 7의 기술통계치에서 제시한 평균들이 유의미한 차이를 보이는지 검증하기 위하여 이

표 7. 유사성과 공감사용 방법에 따른 공감수준의 평균과 표준편차

유사성	공감 시 사용방법	N	평균(표준편차)	x^2
고	심상 시뮬레이션	27	17.44(3.93)	.01
	유추	71	16.86(4.40)	
	합계	98	17.02(4.27)	
저	심상시뮬레이션	12	17.42(3.55)	
	유추	30	13.50(3.25)	
	합계	42	14.62(3.75)	
합계	심상 시뮬레이션	39	17.44(3.77)	
	유추	101	15.86(4.36)	
	합계	140	16.30(4.25)	

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

표 8. 유사성과 공감사용 방법에 따른 공감수준에 대한 변량분석 결과

변량원	자승화 (SS)	자유도 (df)	평균자승화 (MS)	F
유사성(A)	68.368	1	68.368	4.20*
공감 시 사용방법(B)	120.793	1	120.793	7.43**
A × B	66.143	1	66.143	4.07*
오차	2209675	136	16.248	

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

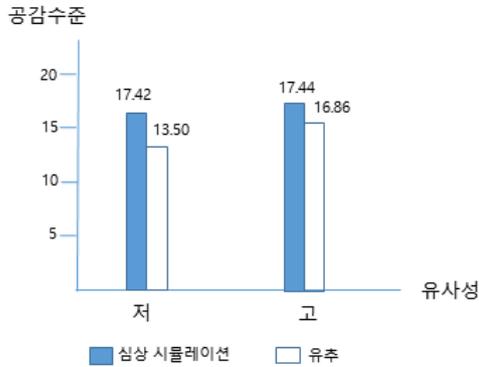


그림 1. 유사성과 공감사용 방법에 따른 공감수준

원 변량분석을 실시하였고 그 결과를 표 8에 제시하였다. 우선 유사성 고저에 따른 주효과가 나타났다. 즉, 유사성이 높을 때 공감수준 또한 높은 것으로 나타났다($F(1, 136)=4.20, p<.05$). 또한 공감 시 사용방법의 주효과가 나타났다는데, 앞에서 확인한대로 심상 시뮬레이션을 사용할 때 공감수준이 높다는 결과가 나타났다($F(1, 136)=7.43, p<.01$). 유사성과 공감 시 사용방법 간의 상호작용 또한 유의미하게 나타났다($F(1, 136)=4.07, p<.05$). 이는 시나리오 주인공과의 유사성이 높고, 심상 시뮬레이션을 사용할 때 공감수준이 가장 높음을 의미한다. 반면 유사성이 낮고, 유추를 사용할 때 공감수준이 가장 낮았다. 그림 1에 그래프로 제시하였다.

논 의

본 연구에서는 공감 시 시뮬레이션의 발생 빈도를 유추의 발생 빈도와 비교 검토해 보았고, 심상 시뮬레이션이 공감수준에 미치는 영향을 알아보았다. 또한 참여자가 시나리오 속 공감 대상자에게 느끼는 개인적 유사성이 심

상 시뮬레이션과 유추의 사용과 공감에 어떠한 영향을 미치는지 확인하였다. 연구의 결과를 논의해보면 다음과 같다. 첫째, 공감 시 유추를 사용하는 빈도가 심상 시뮬레이션을 사용하는 빈도보다 훨씬 많았다. 이는 본 연구의 가설과 일치하는 결과로써, 심상 시뮬레이션이 유추보다 심리적 자원이 더 많이 필요하므로 실제 공감상황에서 유추가 더 많이 사용되고 있음을 시사한다. 유추는 논리적인 추론과 추측을 주로 사용하므로 인지적 공감요인과 관련이 높은 반면, 심상 시뮬레이션은 추론과 추측에 더불어 심상을 사용한 상상이 요구되므로 인지적 자원이 더 사용될 뿐만 아니라 정서적 활성화를 통한 정서의 의식적 공유까지 관련된 더 깊은 공감일 수 있다. 즉, 심상 시뮬레이션은 추론과 모사, 모의실험, 상상을 동원하는 보다 많은 인지작업인 것이다. 또한, 심상이 운동-지각체계를 활성화시켜 정서적 경험을 촉진하므로 심상 시뮬레이션은 유추보다 더 복잡한 정신작업과 관련된다고 볼 수 있다. 따라서 연구자는 공감에서 개인이 유추를 우선적, 혹은 주로 사용하는 것보다 심상 시뮬레이션을 사용하는 것보다 심리경제적으로 이득이기 때문에, 공감에서 유추의 사용이 더 많이 관찰될 수 있다고 해석하였다. 둘째, 심상 시뮬레이션을 사용한 공감이 유추를 사용한 공감보다 공감의 수준이 높게 나타났다. 이 또한 본 연구에서 설정한 두 번째 연구 가설과 부합하는 결과이다. 심상 시뮬레이션은 역동적인 심상의 형상화를 통하여 상황을 재현해보는 것을 통해 상대방의 정서를 추측하고 공유하는 과정이기에 공감의 질적 수준을 향상시킨 것으로 볼 수 있다. 과학적 문제해결 영역에서 심상 시뮬레이션이 창의성을 높여 문제해결을 촉진하였듯이(Clement,

2008), 공감이라는 목표에 도달하는 과정에서 심상 시뮬레이션은 정서를 활성화시켜 유추로는 부족한 의식적 정서공유를 촉진했을 가능성이 있다. 기존의 연구에 따르면 심상표상은 명제표상보다 높은 수준으로 정서를 활성화시키고(Holmes, & Mathews, 2005), 시뮬레이션은 목표를 가깝게 보이게 하여 동기를 일으키고 정서를 강하게 촉진하므로(Larsen, & Ketelaar, 1991; Morrow, & Nolen-Hoeksema, 1990; Strack, Schwarz, & Gschneidinger, 1985) 심상과 시뮬레이션 모두 구체화 및 정서를 활성화시키는 효과가 있다고 볼 수 있다. 그러나 시나리오 B에서는 심상 시뮬레이션과 유추의 공감수준이 유의미한 차이를 보이지 않았다. 이는 유추를 사용한 사례 수가 심상 시뮬레이션을 사용한 사례 수에 비해 약 4배 정도 많았기 때문에 일어난 통계적 문제일 수도 있고, 시나리오 B가 시나리오 A에 비해 공감이 더 유발되는 내용이어서 유추를 사용하더라도 심상 시뮬레이션을 사용하였을 때와 같이 공감 수준이 높았을 가능성이 있다. 시나리오 B는 반려견과의 사별이 내용이었는데, 20대 초반의 남녀 대학생에게는 시나리오 A의 결혼 예정자와 이별한 여성의 내용보다는 시나리오 B와 유사한 경험이 더 많았을 수 있다. 유추를 사용하는 공감은 유사성의 영향을 많이 받기 때문에 심상 시뮬레이션 집단에 비해 평균은 낮았지만 높은 공감수준을 보일 가능성이 있다. 또한, 사별과 이별이 유발하는 정서의 강도 차이가 결과에 영향을 미쳤을 가능성도 있다. 셋째, 공감 수준에 있어서 개인적 유사성의 주효과를 확인하였다. 이는 개인적으로 유사하다고 지각되는 대상자에게 공감을 더 잘 한다는 의미이며, 연구자의 가설과 부합하는 결과이다. 이는 유사성이 높은 대상에 대해서는 공유된 표

상이 많기 때문에 연상과 추론의 정확도가 높아지며, 내집단 효과가 일어나 심리적인 처리가 빠르고 자동적이 된다는 선행연구의 결과와 일치한다(Preston, 2007; Trope, & Liberman, 2003; Watson, & Greenberg, 2009). 넷째, 개인적 유사성과 공감 시 사용방법이 공감수준에 미치는 상호작용 효과가 검증되었다. 유사성이 높고 심상 시뮬레이션을 사용한 경우에 공감 수준이 가장 높았고, 유사성이 낮으면서 유추를 사용하는 경우에 공감수준이 가장 낮았다. 유사성과 공감사용 방법이라는 두 독립변인 간에는 유의미한 관련성은 없었고, 둘 간의 인과관계 또한 확인할 수 없다. 다만 공감 대상자와의 유사성이 높을 때 공유된 표상이 많아 구체적 표상이 가능해지고, 구체적 표상은 심상을 일으켜 정서를 촉진할 수 있으므로(Paivio, & Foth, 1970; Trope, & Liberman, 2003) 심상 시뮬레이션의 효과가 더 커질 수 있음을 예상해볼 수 있다. 또한 유사성을 통하여 구체적 표상이 많아지면 시뮬레이션의 목표에 대한 실행가능성이 높아질 수 있으므로(Pham, & Taylor, 1999) 유사성은 심상 시뮬레이션과 상호작용을 일으킬 것이라는 가설에 부합하는 결과라고 볼 수 있다. 또한 심상 시뮬레이션 사용자의 공감수준은 유사성의 고저에 큰 영향을 받지 않았다. 따라서 공감수준을 향상시키기 위해선 심상 시뮬레이션을 사용하려는 동기와 의지를 촉진하고, 심상 시뮬레이션 방법을 교육하는 것이 도움이 될 것이다. 또한 유사성이 높으면 상대방에 대한 공유된 표상이 풍부해지므로 시뮬레이션이 더 촉진되어 공감 동기와 연상 측면에 도움이 될 것이다. 다만 객관적으로도 유사성이 높다는 것이 전체되었을 때에만 공감의 수준에 긍정적인 영향을 미칠 것이며, 유사성만으로는 공감을 잘

하기에 부족할 수 있다. 초기에는 유사하게 여겨지는 사람에게 공감의 동기와 공유된 표상이 더 많아 공감과정이 빨리 진행될 수 있다. 하지만 유사성이 높으면 내집단 효과로 인해 공감에 심상 시물레이션보다 유추를 빠르게 사용할 수 있어서 유사성은 낮지만 심상 시물레이션을 충분히 사용하는 경우보다 공감 수준이 오히려 낮을 수도 있을 것이다. Ickes (2003)는 대인관계 초기에는 유사성과 친밀감이 공감동기와 공유측면에서 유리한 역할을 하지만 시간이 지나면 고정관념으로 작용하여 공감수준을 더 떨어뜨리는 유사성의 역설을 언급한 바 있다. 이를 상담 장면에서 적용해 볼 때, 내담자와의 유사성은 상담초기 라포 형성에 도움이 될 수 있으나 이후의 상담에서 내담자의 핵심문제에 대해 선부른 진단과 평가를 하도록 하는 등 치료에 부정적인 영향을 줄 수 있으므로 주의해야 함을 시사한다.

이상의 결과를 토대로 한 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 공감수준을 향상시키는 실질적인 방법을 제시하였다. 공감 방법에 관한 대안적 구성개념인 심상 시물레이션과 유추를 통해 공감의 방법론에 대한 새로운 제시와 검증을 하였다는 데에 의의가 있다. 즉, 심상 시물레이션이 공감의 인지적 측면에서부터 정서적 측면까지 촉진하여 공감의 질을 높일 수 있음을 확인함으로써, 공감교육에 있어서 심상 시물레이션이 효과가 있을 것임을 제안하였다. 특히, 상담에서는 공감을 치료 도구이자 기본태도로 사용하고 있기 때문에 유추와 같은 일상적 공감보다 더 수준 높은 공감이 요구된다. Kohut(1959)은 공감을 치료의 핵심기제로서 심리치료의 궁극적 목표인 ‘변형적 내재화(transmuting internalization)’에 이르는 가장 중요한 방법이라고 하였다. 내담자

가 상담자에게 자기대상을 전이시켜 발달적 성장을 촉진하는 과정에서 방어를 분석하고, 전이에 대한 이해와 훈습을 전개하며, 자기와 자기대상 사이의 조율을 구축하는 전 과정에 공감이 치료적으로 기능해야 가능한 것이기 때문에 상담자는 내담자 내부에서 일어나는 경험을 더 깊고 정확하게 이해해야한다. 따라서 의사소통 훈련 수준에 머물고 있는 상담자 공감교육(박성희, 2004)에 있어서 심상 시물레이션의 학습과 배양은 치료적 공감역량을 높이는 새로운 대안이 될 수 있을 것이다. 또한 상담 슈퍼비전 장면에서는 슈퍼바이저가 심상을 활용하여 내담자를 시물레이션하는 시범을 보이고 슈퍼바이저의 심상 시물레이션 작업을 독려하고 촉진한다면 슈퍼바이저의 공감 능력을 향상시킬 수 있을 것이다. 또한 통계적으로 유의하지는 않았지만 유사성이 낮아도 심상 시물레이션을 사용하면 공감 수준이 높아지는 결과가 나온 것으로 보아 상담자가 심상 시물레이션 훈련을 한다면 내담자와 유사한 경험이 없더라도 수준 높은 공감이 가능해질 수 있음을 시사한다. 상담자들은 자신과 유사한 점이 있는 내담자보다 유사성이 거의 없는 내담자와 상담할 때가 훨씬 많다. 상담자의 사전경험이나 정보, 내담자와의 유사성 없이도 상담자의 심상 시물레이션 능력을 개발하여 공감 수준을 높일 수 있다면 다양한 내담자들과의 상담에서 성과를 향상시키는 방법이 될 수 있을 것 있다. 둘째, 본 연구는 기존의 자기보고 척도를 사용한 공감 연구와는 달리 일상의 정서 경험에 대한 실제 공감반응을 수집하여 제 삼자가 공감의 수준을 평가하도록 하는 실험연구였다. 따라서 공감의 자기보고 척도가 가지는 문제점인 사회적 바람직성, 자기제시 편향의 영향이 배제된 보다 객관적인

측정이 이루어졌다는 점에서 연구의 의의를 찾을 수 있다. 셋째, 참여자의 실제적인 공감 반응을 얻기 위하여 실험실에서 조성하는 단순하고 인위적인 공감장면 설정이 아닌, 일상의 정서경험을 수집하여 시나리오를 제작한 후 시나리오 주인공에 대한 자연스러운 공감 반응을 도출하였다. 또한 실험 시 참여자 편향을 줄이기 위해 맹목 설계를 하였기 때문에 보다 혼입이 적은 공감 반응이 도출되었다고 볼 수 있다. 넷째, 공감에 영향을 미칠 수 있는 유사성이라는 변인을 통해 이것이 공감에 미치는 긍정적 부분과 그 한계를 가늠할 수 있었다.

공감은 ‘지금-여기-나’를 초월하여 ‘그때-거기-그’를 상상하는 일이다. 본 연구에서 사용한 유추가 비교케이스를 연상함으로써 가상성을 가지고, 심상 시뮬레이션이 모델링을 통한 모의실험으로서 가상성을 확보하기는 하나, 근본적으로 공감은 가상적 성질을 띠지 않을 수 없고 투사에서 완벽하게 자유로울 수 없다. 때문에 향후 더욱 정확하게 공감을 측정할 수 있는 개념과 도구가 개발 될 필요가 있다. 따라서 본 연구가 갖는 제한점과 후속연구에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 공감 수준을 측정하는 종속변인은 공감하는 사람의 관찰 가능한 내적 과정을 제 삼자가 평가하는 평정척도였다. 평정 척도는 자기보고 척도보다 객관성을 확보할 수 있으나 자기보고에서만 얻을 수 있는 내적 정보를 도출할 수 없다는 단점이 있다. 또한 공감 객체의 평가가 포함되지 않기 때문에 그에게 지각된 공감수준을 알 수 없으며, 공감주체와 공감객체 간의 상호작용 또한 측정되지 않는다. 따라서 향후에 공감주체의 자기보고와 공감객체의 공감평가 및 둘 간의 상호작용에 대한 측정이 추가

된다면 더욱 정확한 측정이 될 것이다. 둘째, 본 연구의 참여자는 20대 여성 대학생이 주를 이루었기 때문에 연구 결과를 전 연령으로 일반화하는 데는 한계가 있을 수 있다. 따라서 전 연령의 자료를 통한 일반화 작업이 필요하며, 상담자 군과의 대조를 통하여 상담자들의 공감수준에 관한 연구를 시도해 볼 수도 있겠다. 셋째, 본 연구에서 3명의 평정자들에게 공감수준과 심상 시뮬레이션 정도, 유추 정도를 평정하게 하였다. 보다 많은 평정자를 훈련하여 평가한다면 결과의 객관성을 더 높일 수 있을 것이다. 넷째, 평정척도 중 타인평정 공감척도는 타당화 연구가 완료된 척도였으나 심상 시뮬레이션 평정지와 유추 평정지는 이론적 근거로 제작되어 평정지침과 평정자 훈련을 통해 내적합치도를 높였지만 타당화 된 척도라 볼 수 없으므로 향후 문항의 타당도를 높이는 작업이 필요하다. 다섯째, 녹음자료를 통한 평정자 평가로 인해 심상 시뮬레이션의 한 지표인 ‘묘사적인 손동작 및 눈감음’ 같은 비언어적 메시지를 평가항목으로 넣지 않고 언어적 메시지에 국한하여 연구했으므로 향후 연구에서는 녹화자료를 활용하는 것이 타당도를 높일 수 있는 방법이 될 것이다. 여섯째, 처치 전후에 사용되었던 두 개의 시나리오는 모두 이별과 상실을 담고 있는 슬픔의 정서였다. 시나리오 적절성 평가에서 가장 적합한 시나리오였기 때문에 선정하였지만, 슬픔 정서에 국한된 공감반응을 탐색하는데 그쳤다. 후속 연구에서는 슬픔 이외의 정서들에 대한 실험에서도 동일한 결과가 나타날 것인지 확인하여 심상 시뮬레이션의 정서별 일반화를 모색할 필요가 있다.

참고문헌

- 김성지, 조성호 (2017). 타인평정 공감 척도의 개발 및 타당화 연구. *한국콘텐츠학회논문지*, 17(8), 435-453.
- 김유진 (2011). 상위-기분이 대인관계 문제에 미치는 영향: 정서의 매개효과를 중심으로. 아주대학교 석사학위 청구논문.
- 박성희 (2004). *공감학: 어제와 오늘*. 서울: 학지사.
- 박영민 (2000). 쓰기수행평가의 평가준거 설정에 관한 연구. 한국교원대학교 석사학위논문.
- 박진희 (2013). 가족기능평가를 위한 임상평정척도 개발연구. 서울여자대학교 박사학위 청구논문.
- 윤 황 (2014). 정신병질 성향자들의 비윤리적 의사결정에 관한 연구: 도덕적 정서 및 도덕적 이탈을 중심으로. 가톨릭대학교 박사학위 청구논문.
- 이주일 (1988). 이분척도와 Likert형 7 점 척도의 신뢰도, 타당도, 반응 양식의 비교: 자기 검색 척도와 자기의식 척도를 대상으로. 서울대학교 석사학위 청구논문.
- 이현희, 김은정, 이민규 (2003). 한국판 정적 정서 및 부적 정서 척도의 타당화 연구. *한국심리학회지: 임상*, 22(4), 935-946.
- 홍정순 (2015). 진정성 척도 개발 및 상담자의 진정성과 작업동맹간의 관계모형 검증. 가톨릭대학교 박사학위 청구논문.
- Barnett, M. A., Tetreault, P. A., & Masbad, L. (1987). Empathy with a rape victim: The role of similarity of experience. *Violence and Victims*, 2, 255-262.
- Bohart, A. C., Elliott, R., Greenberg, L. S., & Watson, J. C. (2002). Empathy. In J. Norcross (Ed.), *Psychotherapy relationships that work* (pp. 89-108). New York: Oxford University Press.
- Clement, J. J. (2008). *Creative model construction in scientists and students the role of imagery, analogy, and mental simulation*. Springer International Publishing.
- Collins, A. and Gentner, D. (1987) How people construct mental models. In D. Holland and N. Quinn (Eds.), *Cultural models in language and thought* (pp. 243-265). Cambridge: Cambridge University Press.
- Crowne, D. P., & Marlowe, E. D. (1960). A new scale of social desirability independent of psychopathology. *Journal of Consulting Psychology*, 24, 349-354.
- De Vignemont, F. (2007). When do we empathize? In R. B. Gregory, A. G. Goode(Eds.), *Empathy and fairness*. chichester, UK: John Wiley & Sons Ltd.
- De Vignemont, F. & Fournieret, P. (2004). The sense of agency: A philosophical and empirical review of the "Who" system. *Consciousness and Cognition*, 13, 1-19.
- Decety, J., & Jackson, P. L. (2004). The functional architecture of human empathy. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 3, 71-100.
- Duan, C., & Hill, C. E. (1996). A critical review of empathy research. *Journal of Counseling Psychology*, 43, 261-274.
- Elliott, R., Bohart A. C., Watson, J. C., & Greenberg, L. S. (2011). Empathy. *Psychotherapy*, 48, 43-49.
- Forbus, K., Gentner, D., Everett, J., & Wu, M. (1997). Towards a computational model of

- evaluating and using analogical inferences. *Proceedings of the 19th Annual Conference of the Cognitive Science Society* (pp. 229-234). LEA.
- Fuster, J. M. (1995). *Memory in the cerebral cortex: An empirical approach to neural networks in the human and nonhuman primate*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Gentner, D. (1983). Structure-mapping a theoretical framework for analogy. *Cognitive Science*, 7, 155-170.
- Gladstein G. A. (1987). *Counselor empathy and client outcomes*. New York Springer.
- Greenblat C. S. (1975). Gaming-Simulation for teaching and training: An overview. In Cathy S. Greenblat (Ed.). *Gaming-Simulation: Rationale, Design and Application* (p.182). New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Herman, J. L., Aschbacher, P. R., & Winters, L. (1992). *A Practical guide to alternative assessment*. Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development.
- Hodges, S. D., & Wegner, D. (1997). Automatic and controlled empathy. In W. Ickes (Ed.), *Empathic accuracy* (pp. 311-339). New York, NY: Guilford Press.
- Hoffman, M. L. (1983). Affective and cognitive process in moral internalization: An information processing approach. In E. T. Higgins, D. Ruble, & W. Hartup (Eds.), *Social cognition and social development: A socio-cultural perspective*. New York: Cambridge University Press.
- Holmes, E. A., & Mathews, A. (2005). Mental Imagery and Emotion: A Special Relationship? *Emotion*, 5(4), 489-497.
- Holyoak, K. J., & Thagard, P. (1989). Analogical mapping by constraint satisfaction. *Cognitive Science*, 13, 295-355.
- Ickes, W. (2003). *Everyday mind reading*. Amherst, NY: Prometheus Books.
- Kazdin, A. E. (1982). *Single-case research designs: Methods for clinical and applied settings*. Oxford University Press.
- Kohut, H. (1959). Introspection, empathy, and psychoanalysis. *Journal of American Psychoanalytic Association*, 7, 459-483.
- Kohut, H. (1966). Forms and transformation of narcissism. *Journal of American Psychoanalytic Association*, 14, 243-272.
- Kozak, M. N., Marsh, A. A., & Wegner, D. M. (2006). What do I think you're doing? Action identification and mind attribution. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90, 543-555.
- Krebs, D. L. (1975). Empathy and altruism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32, 1134-1146.
- Larsen, R. J., & Ketelaar, T. (1991). Personality and susceptibility to positive and negative emotional states. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 132-140.
- Morrow, J., & Nolen-Hoeksema, S. (1990). Effects of responses to depression on the remediation of depressive affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 519-527.
- Northrup, G. H. (1986). *Psychoanalytic issues in the theory of empathy* (Doctoral dissertation). Ann Arbor, Michigan: University Microfilms International.
- Patton, M. J., & Meara, M. (1992). *Psychoanalytic counseling*. New York: John Wiley & Sons,

- Inc.
- Paivio, A. & Foth, D. (1970). Imaginal and verbal mediators and noun concreteness in paired associate learning: The elusive interaction. *Journal of Verbal Learning and Behavior*, 9, 384-390.
- Pham, L. B. & Tylor, S. E. (1999). From thought to action: Effects of process-versus outcome-based mental simulation on performance. *The Society for Personality and Social Psychology*, 25, 250-260.
- Preston, S. D. (2007). A perception-action model for empathy. In T. F. D. Farrow & P. W. R. Woodruff (Eds.), *Empathy in mental illness* (pp. 428-447). Cambridge: Cambridge university press.
- Preston, S. D., & De Waal, F. B. M. (2002). Empathy: Its ultimate and proximate bases. *Behavioral and Brain Sciences*, 25, 1-20.
- Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Counseling Psychology*, 2, 95-103.
- Shamay-Tsoory, S. G. (2007). Impaired empathy following ventromedial prefrontal brain damage. In T. F. D. Farrow & P. W. R. Woodruff (Eds.), *Empathy in mental illness* (pp. 89-110). Cambridge: Cambridge University press.
- Shiv, B. & Huber, J. (2000). The Impact of anticipating satisfaction on consumer choice. *Journal of Consumer Research*, 27, 202-216.
- Strack, F., Schwarz, N., & Gschneidinger, E. (1985). Happiness and reminiscing: The role of time perspective, affect, and mode of thinking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 1460-1469.
- Taylor, E. & Schneider, S. (1989). Coping and the simulation of events. *Social Cognition*, 7, 174-184.
- Titchner, E. (1909). *Experimental psychology of the thought processes*. New York: Macmillan.
- Trope, Y., & Liberman, N. (2003). Temporal construal. *Psychological Review*, 110, 403-421.
- Watson, D. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.
- Watson, J. C. (2001). Re-visioning empathy. In D. Cain & J. Seeman (Eds.), *Humanistic psychotherapies: Handbook of research and practice* (pp. 445-471). Washington: APA.
- Watson, J. C., & Greenberg, L. S. (2009). Empathic resonance: A neuroscience perspective, In J. Decety & W. Ickes (Eds.), *The social neuroscience of empathy* (pp. 125-138). Cambridge, MA: MIT Press.
- Waytz, A., Hershfield, H. E., & Tamir, D. (2015). Mental simulation and meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 108, 336-355.
- Zaki, J. (2014). Empathy: A motivated account. *Psychological Bulletin*, 140(6), 1608-1647.
- Zaki, J. & Ochsner K., N. (2012). The neuroscience of empathy: progress, pitfalls and promise. *Nature Neuroscience*, 15, 675-680.

원고접수일 : 2020. 08. 13
수정원고접수일 : 2020. 09. 25
게재결정일 : 2021. 01. 06

The Effect of Imagery Simulation versus Analogy on Empathy Level

Song-ji Kim¹⁾

Kum-lan Yu²⁾

¹⁾Yongmoon Graduate School of Counseling Psychology Professor

²⁾Catholic University of Korea Professor

The present study compared the effect of imagery simulation, which can facilitate conscious emotional sharing, and analogy on empathy level. Two scenarios were developed to investigate the influence of each empathy tool on empathy level, and the effect of frequency of use. The impact of level of similarity between participants' experiences and scenarios was also examined. For the verification process, participants' reactions were recorded while they read the scenarios. Recordings were evaluated by trained raters to compare changes in empathy level between groups. The results indicated that imagery simulation resulted in a higher level of empathy than analogy, even when analogy was used more frequently. They also indicated that participants with high levels of similarity with the imagery simulation showed the highest level of empathy, while those with low levels of similarity with the analogy showed the lowest level of empathy. The implications and limitations of the study are discussed.

Key words : *empathy, imagery simulation, analogy, similarity*