

사회비교 경향성과 주관적 안녕감의 관계: 자기개념 명확성과 공격 자의식의 조절된 매개효과*

윤 인 영

경성대학교 심리학과 / 학생

유 나 현†

경성대학교 심리학과 / 교수

본 연구에서는 초기 성인기(20-40세)를 대상으로 사회비교 경향성과 주관적 안녕감 간의 관계에서 자기개념 명확성과 공격 자의식의 조절된 매개효과를 확인하고자 하였다. 이를 위해 국내에 거주하는 20-40세 성인을 대상으로 설문조사를 실시하였고, 설문에 참여한 152명 중에서 미기재 및 불성실한 응답을 제외한 150명의 자료를 IBM SPSS Statistics 28과 SPSS Process Macro 4.0을 이용하여 분석하였다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 사회비교 경향성과 공격 자의식은 서로 정적 상관을 보였고, 두 변인 모두 주관적 안녕감과 자기개념 명확성과의 관계에서 부적 상관을 보였다. 자기개념 명확성은 주관적 안녕감과 정적 상관을 보였다. 둘째, 사회비교 경향성과 주관적 안녕감 사이에서 자기개념 명확성은 완전매개효과를 나타냈다. 셋째, 사회비교 경향성이 자기개념 명확성을 매개로 주관적 안녕감에 미치는 영향을 공격 자의식이 조절함을 확인하였다. 이를 토대로 초기 성인기의 주관적 안녕감과 사회비교 경향성, 자기개념 명확성 및 공격 자의식의 관계에 대한 이해를 보다 공고히 하고, 개인의 주관적 안녕감을 위하여 자기개념 명확성과 공격 자의식의 치료적 함의에 대해 논하였다.

주요어 : 주관적 안녕감, 사회비교 경향성, 자기개념 명확성, 공격 자의식

* 본 연구는 윤인영(2022)의 경성대학교 석사학위논문 ‘사회비교 경향성과 주관적 안녕감의 관계: 자기개념 명확성과 공격 자의식의 조절된 매개효과’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

† 교신저자 : 교신저자: 유나현, 경성대학교 심리학과, 부산광역시 남구 수영로 309, 인문관 503호

Tel : 051-663-4317, E-mail : yoonh@ks.ac.kr



Copyright ©2023, The Korean Counseling Psychological Association

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

행복에 관한 질문은 인류의 문명이 시작된 순간부터 지금까지 끊임없이 이어져 오고 있다. 행복은 시대와 추구하는 가치 및 목표에 따라 다르게 정의되지만, 현대 대다수의 학자들은 주관적 안녕감(Subjective well-being)이라는 개념으로 행복을 연구한다(서은국, 구재선, 2011; 이혜인, 2020; Seligman, 2000). 주관적 안녕감은 Diener가 정의한 개념으로 개인으로서의 자신의 삶에서 긍정적인 경험으로 나타나는 주관적인 심리상태를 의미하며 흔히 사람들이 느끼는 행복이나 평화, 삶의 만족과 성취와 같은 것들을 포함하는 개념을 말한다(Diener, 1984). 주관적 안녕감은 자신의 삶에 대한 인지적이고도 정서적인 평가라 할 수 있다. 개인의 주관적 안녕감에 대한 관심은 현대 자본주의 사회의 물질적 풍요 속에서 급속도로 높아졌고, 21세기에 들어서면서 행복 열풍이라는 사회문화적 현상으로 나타나고 있다(김태형, 2021).

행복에 대한 뜨거운 관심에도 불구하고, 한국사회에서 개인의 주관적 안녕감은 이와 크게 비례하지 않는 것으로 보인다. 유엔 자문기구인 지속가능발전 해법 네트워크(SDSN)가 발표한 2021년 세계행복보고서에 따르면, 대한민국은 총 95개국 가운데서 50위라는 낮은 순위를 기록했다(Helliwell et al., 2021). 세계 10위권의 높은 경제규모 순위에 비해 매우 낮은 행복지수의 원인은 다양하게 분석되고 있는데, 그 중에서도 타인과의 비교가 주요한 요인으로 지목된다. 외적인 단서에 초점을 두는 문화적 특성으로 인한 타인과의 잦은 비교가 개인의 행복, 즉 주관적 안녕감에 영향을 미친다는 것이다(구재선, 서은국, 2015; Diener, Suh, Kim-Prieto, Biswas-Diener, & Tay, 2010). 우리나라 국민의 대다수는 어린 시절부터 끝없는 타

인과의 비교와 경쟁 속에서 살아오고 있다(김경근, 2021; 이재열, 2015; 조병희 외, 2018). 태아 때부터 신체 발달사항의 순위가 매겨지고, 혹독한 입시경쟁을 겪으며 취업전쟁을 치른다(이유진, 박주희, 2019; 이재열, 2015). 남들보다 좋은 대학을 나와서 보란 듯이 안정된 직장을 다니고, 잘나가는 배우자를 만나 큰 평수의 집에서 건강하고 똑똑한 아이를 낳는 것만이 최고의 행복이라는, 마치 숙제와도 같은 성취를 강요받으며(김경근, 2021; 조병희 외, 2018) 흔히 말하는 엄친아·엄친딸과 비교당한다. 이와 같은 비교에 익숙한 사람은 학습해 온 바와 같이 스스로 자기 자신과 타인을 비교하며 살아가기 쉽다(김경근, 2021).

타인과 자신을 비교하여 평가한 정보를 통해 자신의 능력과 태도에 관해 알게 되는 것을 사회비교(Social Comparison)라 하고, 자신을 타인들과 비교하려는 성향을 사회비교 경향성(Social Comparison Orientation)이라고 한다(Gibbons, & Buunk, 1999). 사회비교 경향성이 높으면 타인에게 주의초점을 맞추게 되어 자신에 대한 타인의 부정적 평가에 민감해지기 쉽다(김나래, 이기학, 2012), 부정적인 완벽주의로 인해 정서적 불안정을 겪기 쉽다(손선경, 2015). 사회비교 경향성이 높은 사람들은 자존감이 낮고 우울과 신경증, 부정적 정서와 관련이 깊으며(Gibbons, & Buunk, 1999), 낮은 주관적 안녕감을 보인다(김경미, 2016; 이종한, 박은아, 2010; 천지영, 박지원, 송유정, 송다경, 안예린, 2021; Lyubomirsky, & Ross, 1997; Lyubomirsky, Tucker, & Kasri, 2001; White, Langer, Yariv, & Welch, 2006). 따라서 본 연구에서는 사회비교 경향성이 주관적 안녕감에 부적인 영향을 미치고 있는 선행연구를 근거로 하여 사회비교 경향성이 어떠한 경로로 주

관적 안녕감에 영향을 미치는지 알아보고자 한다.

사회비교 경향성이 높으면 자신보다는 타인에게 주의를 기울이게 되고, 타인의 의견과 평가에 민감하게 반응한다(김나래, 이기학, 2012). 타인이 정해놓은 기준에만 급급하게 맞추고 비교하며 살아가는 삶은 정작 자신이 어떠한 사람인지, 무엇을 좋아하는지, 어떠한 가치를 가졌는지에 대한 답은커녕 질문의 기회조차 갖지 못한다. 이로 인해 자기 자신을 깊게 들여다보며 자기개념을 형성해 나가기 어렵고, 이를 통합적으로 명확하게 인식하기 쉽지 않다. 자기개념은 자기와 관련되는 기억과 정보들을 조직하고 그 처리과정을 통제하는 인지적인 틀로, 개인의 과거와 현재 그리고 미래에 대한 자기의 통합적이고 종합적인 믿음을 뜻한다(Campbell, 1990; Campbell et al., 1996; Markus, 1977; Markus, & Nurius, 1986). 자기개념에 대해 분명하고 명확하게 그 내용이 정의되어 있고, 내적으로 일관성이 있으며, 시간적으로 안정된 정도를 자기개념 명확성(Self-Concept Clarity)이라 한다(Campbell, 1990; Campbell et al., 1996). 선행연구를 살펴보면, 자기개념 명확성은 사회비교 경향성과 서로 부적으로 유의한 상관을 보였고(김다혜, 양수진, 2021; 문화립, 2019; 박누리, 양재원, 2021; 황주은, 채희훈, 박상준, 한은수, 신성만, 2021; Geng-Feng, Zong-Kui, Yuan, Qiang-Ai, & Shuai-Lei, 2016; Liu, Liu, & Jiang, 2019), 주관적 안녕감과 정적으로 유의한 상관관계가 나타났다(김지윤, 이동귀, 2013; 이기재, 최해림, 2009; 정현희, 이희경, 2013). 또한 자기개념 명확성은 긍정정서와 삶의 만족과 정적 상관을 보였으며, 우울과 부정정서와는 부적 상관관계가 나타났다(문경하, 2007; Campbell et al., 1996).

한편 기존연구에서는 자기개념 명확성에 영향을 끼치는 선행변인으로 부모와의 애착과 양육태도 및 심리적 통제가 주로 연구되었다(강문희, 1982; 김민동, 2002; 김수정, 허찬희, 이지연, 2018; 김중운, 이지혜, 2016; 문상희, 서수균, 2015; 박선경, 2017; 박우람, 홍상황, 2020; Snygg, & Combs, 1950). 어린 시절에 경험한 부모의 양육태도가 자기에 대한 개념을 형성하는 데 큰 영향을 미치고, 자기개념은 생애 초기의 중요한 타인과의 상호작용에 의해서 발달한다(강문희, 1982; 김민동, 2002; Snygg, & Combs, 1950). 특히 초기 아동기의 애착관계는 자기개념에 대한 구조를 형성하는 데 있어서 매우 중요한 영향을 끼치며(김수정 외, 2018), 부모의 심리적 통제가 높을수록 자기개념 명확성이 낮다(김중운, 이지혜, 2016; 박선경, 2017; 박우람, 홍상황, 2020). 이와 같은 선행연구들은 자기개념 명확성을 성인기 이전에 부모와의 상호작용으로 형성되는 안정적인 특성(Campbell et al., 1996; Wu, Watkins, & Hattie, 2010)이라는 것에 초점을 둔 것이라 할 수 있다.

하지만 자기개념 명확성은 성인이후에도 변화가 가능하고, 치료적 개입으로 향상이 가능하다(Roepke et al., 2011; Styła, 2015). 최근 SNS(Social Networking Service) 이용과 관련하여 사회비교가 자기개념 명확성의 선행요인으로 나타난 연구는 사회비교로 자기개념 명확성이 변화 가능한 변인임을 보여준다. 남성의 SNS 상의 높은 상향비교가 자기개념 명확성을 낮아지게 하는 것으로 나타났다(조연진, 2021), 청소년의 잦은 SNS 이용은 사회비교 경향성을 높이고, 높은 사회비교 경향성은 자기개념 명확성을 낮아지게 하였다(Geng-Feng et al., 2016). 대학생을 대상으로 한 연구에서도 잦은

SNS 이용이 사회비교 경향성을 높이지게 하고, 이것이 자기개념 명확성을 낮아지게 하는 것으로 나타났다(Liu et al., 2019). 이러한 선행 연구 결과들은 사회비교 자체보다 사회비교를 통한 자기개념 명확성의 높고 낮음에 따라 주관적 안녕감이 달라질 수 있음을 짐작하게 하며 이는 사회비교 경향성과 주관적 안녕감의 관계에서 자기개념 명확성의 매개 역할의 가능성을 시사한다.

자기개념 명확성은 한 개인의 정체성의 일부분으로 인식(Baumeister, 1987)되기도 하며 자아정체감과 관련이 높다. 자아정체감 형성은 청소년기뿐만 아니라 인간의 전 생애를 통해 진행되는 과업(Erikson, 1968)인 만큼 자기개념 또한 다양한 경로를 통해서 영향을 받고 변화할 수 있다. 특히 우리나라는 과열된 입시 중심의 교육문화로 인하여, 청소년기에 자아정체감을 형성하고 명확한 자기개념을 가질 기회를 상실한 채 성인기로 접어드는 경우가 많다. 그럼에도 성인기의 자기개념 명확성에 영향을 주는 선행요인에 관한 연구는 매우 부족한 실정이다. 게다가 초기 성인기(20-40세)는 다양한 사회적 관계를 형성하는 것뿐만 아니라 사회적 관계를 유지하고 조화를 이루며 친밀감을 형성하는 것이 주요 과업으로써 타인과의 활발한 상호작용 속에서 경험하며 성장하는 시기이다(Erikson, 1968). 그만큼 사회비교가 빈번히 일어나면서 자기개념이 명확하게 성립되기가 어렵고, 타인의 시선을 의식하기 쉬워서 개인의 주관적 안녕감에 부정적인 영향을 끼칠 가능성이 높다. 초기 성인기의 사회비교 경향성은 낮은 자기개념 명확성으로 인하여 높아지기도 하지만, 타인과의 활발한 상호작용에 영향 받은 사회비교 경향성은 선행요인으로 작용하여 자기개념 명확성에 영향

을 미칠 것으로 보인다. 높은 사회비교 경향성은 타인과의 비교를 통해서 세상과 자신을 이해하게 되고, 점점 스스로의 생각과 가치에 대한 확신을 얻기 힘들게 하여 자기개념 명확성이 낮아지게 할 수 있다. 자신이 아닌 타인에게 초점을 맞추고 비교하며 살아가는 사람은 자기개념이 명확해지기 힘들고, 자신에 대한 이해가 부족한 만큼 자신이 진정으로 원하는 행복한 삶을 영위해나가기 어려울 것이다. 따라서 본 연구에서는 사회비교 경향성을 자기개념 명확성의 선행변인으로 설정하고, 초기 성인기(20-40세)의 사회비교 경향성이 자기개념 명확성에 미치는 영향과 함께 사회비교 경향성이 주관적 안녕감에 미치는 영향을 자기개념 명확성이 매개하는지 살펴보고자 한다.

또한 주관적 안녕감에 영향을 미치는 사회비교 경향성과 자기개념 명확성의 관계에서, 공적 자의식(public self-consciousness)의 영향을 살펴볼 필요가 있다. 공적 자의식은 사회적 대상으로부터의 자기(self)가 어떻게 인식되는지에 주목하는 의식을 말한다(Fenigstein, 1979). 즉, 공적인 상황에서 자신이 타인에게 어떻게 보이는지에 민감하게 주의를 기울이는 것이다(Scheier, & Carver, 1977). 공적 자의식은 체면문화와 관련이 깊다(천문선, 2004). 예로부터 우리나라는 체면이라는 것이 사회 근간을 이루고 있다 해도 과언이 아닐 정도로 타인의 시선을 지나치게 의식하는 관념이 자리 잡고 있다(최상진, 김기범, 2000). 조선시대 양반은 비가와도 뛰지 않고, 냉수를 먹고도 이빨을 쏘시며, 아무리 추워 얼어 죽을 것 같아도 젖발은 찢지 않아야 체통을 지킨다는 말이 전해질 정도이다. 십 수 년이 넘도록 OECD국가 중 자살률 1위를 차지하고 있는 동안에도, 항우울제 복용량은 OECD평균의 1/3수준에 못 미

치는 것(김호정, 이인향, 2018)은 바로 이 체면 문화로 나타나는 공적 자의식과 관련된 것으로 볼 수 있다. 죽고 싶을 만큼 힘들어도 타인에게 정신질환자로 비춰지는 것이 두려워서 병원을 찾지 못하는 것이다. 공적 자의식은 최근 미디어의 발달로 인한 SNS 사용의 증가로 더욱 심화되고 있다. 실제 자신의 마음은 힘들고 불행할지라도 SNS 안에서는 늘 행복한 모습으로 꾸며 전시하며 타인의 반응을 의식하고 이끌어 내는 이들이 적지 않다(곽지현, 홍혜영, 2018; 유평, 2021).

공적 자의식이 높은 사람들은 자신의 내적인 부분을 과도하게 억압하여 부정적 정서를 경험할 가능성이 높고(허정훈, 2000), 동료 집단으로부터의 거부와 평가에 민감하고 그것에 대한 책임이 자신에게 있다고 생각하거나(이시은, 2010), 이로 인하여 자신에 대해 외부로 표출하는 것을 통제하는 경향이 있다(Fenigstein, 1979; Scheier, 1980). 공적 자의식은 자기의 내적 측면에 초점을 맞추는 것이 아니라 타인의 시선과 같은 자기 외적인 측면에 초점을 맞추는 것이므로 자기 자신이 아닌 타인과 비교하고자 하는 개인적 성향을 의미하는 사회비교 경향성과 높은 상관관계가 나타나는 것으로 보인다. 선행연구에서 공적 자의식은 사회비교와는 정적 상관이 나타났지만(강혜자, 박남숙, 2010), 사회비교 경향성과 공적 자의식의 인과 경로를 설명하는 연구가 부족한 실정이다. 또한 공적 자의식은 자기개념 명확성과는 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다(문경하, 2007), 공적 자의식이 높을수록 자기개념 명확성이 낮게 나타났다(하서연, 하정, 2022). 이러한 선행연구를 통해 공적 자의식이 사회비교 경향성이 자기개념 명확성을 낮추는데 이를 조절하는 역할을 담당할 것이라고 기

대해 볼 수 있다. 따라서 본 연구에서는 공적 자의식이 사회비교 경향성과 자기개념 명확성이 주관적 안녕감에 끼치는 영향을 어떻게 조절하는지 살펴보고자 한다.

이를 종합하여 본 연구에서는 개인의 주관적 안녕감을 이해하기 위하여, 초기 성인기인 20-40세 성인을 대상으로 주관적 안녕감 및 사회비교 경향성, 자기개념 명확성과 공적 자의식 간의 관계를 알아보고자 한다. 나아가 사회비교 경향성과 주관적 안녕감 간의 관계에서 자기개념 명확성의 매개효과를 살펴보고, 공적 자의식이 이러한 매개효과를 어떻게 조절하는지 살펴봄으로써 자기개념 명확성과 공적 자의식의 치료적 함의를 제공하고자 한다. 따라서 다음과 같이 연구문제를 설정하였다.

연구문제 1. 주관적 안녕감, 사회비교 경향성, 자기개념 명확성, 공적 자의식은 어떤 상관관계가 있는가?

연구문제 2. 사회비교 경향성과 주관적 안녕감과의 관계에서 자기개념 명확성이 매개하는가?

연구문제 3. 사회비교 경향성이 자기개념 명확성을 매개로 주관적 안녕감에 미치는 간접효과를 공적 자의식이 조절하는가?

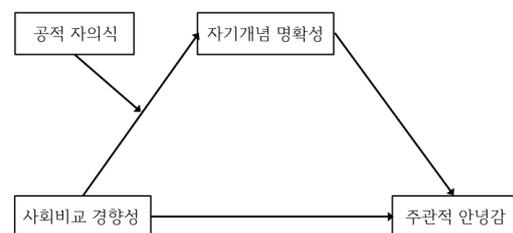


그림 1. 연구모형

방 법

연구 절차

본 연구는 기관생명윤리위원회의 승인(KSU-21-06-001-0812)을 받은 후 진행하였다. 국내에 거주하는 20-40세 성인을 대상으로 자기보고식 설문조사를 실시하였고 COVID-19로 인하여 전면 온라인 설문으로 실시되었다. 연구 대상자 모집은 인터넷 및 SNS에 모집공고문을 게재하여 2021년 8월 13일에서 2021년 8월 20일에 걸쳐 이루어졌다. 설문조사 전에 대상자에게 연구에 대한 목적과 내용, 절차, 방법 등을 모집공고문에 첨부된 URL을 통해 접속할 수 있도록 하였고, 연구에 대한 충분한 설명을 읽고 자발적으로 연구 참여를 선택할 수 있도록 자율성을 보장하였다. 설문에 참여한 152명 중에서 미기재 및 불성실한 응답을 제외한 150명의 표본을 본 연구의 자료로 분석하였다.

연구대상자의 인구통계학적 자료를 살펴보면, 150명의 응답자 중에서 남자가 36명으로 전체의 24%를, 여자가 114명으로 전체의 76%를 차지하였다. 연령대는 31-35세가 54명으로 전체의 36%, 26-30세가 38명인 전체의 25.3%, 36-40세가 35명으로 전체의 23.4%, 20-25세가 23명인 전체의 15.3%의 순으로 나타났다. 또한 직업을 살펴보면 직장인 및 자영업자가 93명으로 전체의 61.9%, 학생이 34명으로 전체의 22.7%, 주부가 19명으로 전체의 12%, 무직이 4명으로 전체의 2.7%로 나타났다.

측정 도구

사회비교 경향성

사회비교 경향성 척도는 Gibbons와 Buunk(1999)의 INCOM(Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure)을 최윤희(2003)가 번안한 것을 사용하였다. INCOM은 개인이 타인과 비교하는 경향성을 능력(ability)과 의견(opinion)을 기초로 하여 측정하는 척도이다. 총 11문항으로 구성되어 있는데 각 문항은 전혀 그렇지 않다(1)부터 항상 그렇다(5)까지 5점 Likert척도로 평정되고 점수가 높을수록 사회비교 경향성이 크다는 것을 의미한다. 최윤희(2003)의 연구에서는 능력 하위요인의 6문항만을 사용하여 분석하였고, 신뢰도(Cronbach's α)는 .83으로 보고하였다. 본 연구에서는 능력과 의견의 하위요인으로 따로 구분하지 않고 분석하였으며 신뢰도(Cronbach's α)는 .78이었다.

공적 자의식

자의식 척도(Self-Consciousness Scale: SCS)는 공적 자의식과 사적 자의식으로 구성되어 있으며, Fenigstein, Scheier와 Buss(1975)가 개발하고, Scheier와 Carver(1985)가 개정하였다. 본 연구에서는 정승아와 오경자(2005)가 번안한 공적 자의식 척도(Public Self-Consciousness Scale: PSCS)를 이용하였다. 공적 자의식 척도는 총 7 문항으로 각 문항은 전혀 아니다(1)부터 매우 그렇다(5)의 5점 Likert척도로 이루어져 있으며 나를 어떻게 판단하는지에 대한 자신의 생각과 관련된 내용으로 문항이 구성되어 있다. 점수가 높을수록 타인에 의해 평가받는 자신의 신체적 모습 또는 외적인 행동, 정동의 표현에 주의를 기울이는 경향이 높다는 것을 의미한다. 정승아와 오경자(2005)의 연구에서 공적 자의식의 하위 척도 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .85로 보고되었고, 본 연구에서 산출된

신뢰도(Cronbach's α)는 .87로 나타났다.

자기개념 명확성

자기개념 명확성 척도는 김대익(1998)이 Campbell 등(1996)의 자기개념 명확성 척도를 변안한 척도(Self-Concept Clarity Scale: SCC)를 사용하였다. 문항의 내용은 “내 자신에 대한 나의 생각들이 불일치 할 때가 있다.”, “내 자신에 대한 나의 생각이 자주 바뀌는 것 같다.”, “전반적으로 나는 내가 누구인지, 어떤 사람인지에 대한 분명한 생각을 가지고 있다.” 등이며 총 12문항으로 구성되어 있다. 전혀 그렇지 않다(1점)에서 매우 그렇다(5)까지 5점 Likert척도로 평정되고, 높은 점수일수록 자신에 대해서 얼마나 알고 있는지에 대한 확신의 정도와 자기지식의 내적 일관성과 안정성이 있다는 것을 의미한다고 할 수 있다. 김대익(1998)의 연구에서는 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .78로 나타났다. 본 연구에서 신뢰도(Cronbach's α)는 .88이었다.

주관적 안녕감

본 연구에서는 주관적 안녕감을 측정하기 위하여 서은국, 구재선(2011)이 개발하고 타당화한 단축형 행복척도(Concise Measure Of Subjective Well-Being: COMOSWB)를 사용하였다. COMOSWB는 인지적 만족감(개인적, 관계적, 집단적 측면) 3문항과 정서적 행복에 해당하는 긍정적/부정적 정서의 경험 빈도를 측정하는 각각의 3문항, 총 9문항으로 구성되어 있다. 인지적 만족감에 해당하는 삶의 만족 질문에 전혀 그렇지 않다(1)에서 매우 그렇다(7)까지, 긍정적/부정적 정서 문항은 ‘즐거움’, ‘편안함’, ‘부정적인’ 등의 감정을 얼마나 자주 느꼈는지에 대해 전혀 느끼지 않았다(1)에서

항상 느꼈다(7)까지 7점 Likert척도로 평정된다. 부정적 정서는 역문항으로 처리한 후 각각의 하위요인을 모두 합산하여 총점이 높을수록 주관적 안녕감이 높다고 해석한다. 서은국, 구재선(2011)의 연구에서 신뢰도(Cronbach's α)는 온라인 조사에서 .88, 개별 면접조사에서 .86이었다. 본 연구에서 신뢰도(Cronbach's α)는 .90로 나타났다.

자료 분석

본 연구에서는 수집한 자료를 IBM SPSS Statistics 28과 SPSS Process Macro 4.0을 이용하여 다음과 같이 분석하였다. 첫째, 연구대상의 인구통계학적 특성을 살펴보기 위하여 성별, 나이, 직업에 대한 빈도분석을 실시하였다. 둘째, 측정도구들의 신뢰도를 검증하기 위하여 내적문항합치도(Cronbach's α) 값을 산출하였다. 셋째, 주관적 안녕감과 사회비교 경향성, 자기개념 명확성, 공격 자의식간의 관련성을 알아보기 위해 Pearson의 적률상관분석을 실시하였고, 정규성 검증을 위한 평균과 표준편차, 왜도와 첨도를 산출하는 기술통계를 실시하였다. 넷째, 연구가설인 사회비교 경향성이 자기개념 명확성을 매개로 주관적 안녕감에 미치는 영향에 있어서 공격 자의식의 조절된 매개효과를 검증하기 위하여, Hayes(2018)의 SPSS Macro Process의 Model 4를 이용하여 매개효과 검증을 실시한 후에, SPSS Macro Process의 Model 7을 이용하여 조절된 매개효과를 검증하였다.

결 과

본 연구의 연구모형을 분석하기 전에 기초적인 통계분석을 실시하였다. 각 변인의 정규성 검정을 위한 평균과 표준편차, 왜도와 첨도를 살펴보기 위해 기술통계를 실시하였고, 상관관계 확인을 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 기술통계 결과 본 연구에서 변인들의 왜도는 .242~.593, 첨도는 .112~.465 사이에 분포하는 것으로 나타났다. 첨도의 절대값이 7미만이고 왜도의 절대값이 2미만이므로 정규분포를 따른다고 할 수 있다(Curran, West, & Finch, 1996). 상관분석 결과 사회비교 경향성은 공적 자의식과 정적 상관관계를 보였고 ($r=.636, p<.01$), 자기개념 명확성과 부적 상관관계를 보였으며($r=-.560, p<.01$), 주관적 안녕감과 부적 상관관계를 보였다($r=-.401, p<.01$). 공적 자의식은 자기개념 명확성과 부적 상관관계를 보였고($r=-.400, p<.01$), 주관적 안녕감과 부적 상관관계를 보였으며($r=-.289, p<.01$), 자기개념 명확성은 주관적 안녕감과 정적 상관관계를 보였다($r=.539, p<.01$).

다음으로, 사회비교 경향성과 주관적 안녕감과의 관계를 자기개념 명확성이 매개하는지 살펴보기 위해 SPSS의 Process Macro Model 4를 이용하여 분석을 실시하였다. 각 경로들의 유의성 검증결과 사회비교 경향성이 자기개념 명확성에 부적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고($B=-.7689, t=-8.2146, p<.001$) 자기개념 명확성은 주관적 안녕감에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다($B=.5126, t=5.5230, p<.001$). 또한 사회비교 경향성이 주관적 안녕감에 미치는 총 효과($B=-.6159, t=-5.3215, p<.001$)는 유의미 하였으나 매개변수인 자기개념 명확성이 투입되면서 사회비교 경향성과 주관적 안녕감 간 경로의 직접효과($B=-.2218$)가 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타나 자기개념 명확성은 사회비교 경향성과 주관적 안녕감 사이에서 완전 매개효과를 가지는 것으로 나타났다. 따라서 사회비교 경향성이 높을수록 자기개념 명확성이 낮아지고 낮은 자기개념 명확성은 주관적 안녕감이 낮아지게 하는 간접 효과를 가지는 것을 알 수 있다.

표 1. 변인들의 상관관계 및 기술통계 (N=150)

변인	사회비교 경향성	공적 자의식	자기개념 명확성	주관적 안녕감
사회비교 경향성	1			
공적 자의식	.636**	1		
자기개념 명확성	-.560**	-.400**	1	
주관적 안녕감	-.401**	-.289**	.539**	1
평균	33.950	24.870	39.170	15.650
표준편차	5.736	4.889	7.880	8.814
왜도	.254	-.406	-.242	-.593
첨도	-.465	.153	-.112	-.366

주. ** $p<.01$

표 2. 자기개념 명확성의 매개효과 검증 (N=150)

경로	B	SE	t	R ²	F	LLCI	ULCI
사회비교 경향성 → 주관적 안녕감	-.6159	.1157	-5.3215***	.1606	28.3182	-.8446	-.3872
사회비교 경향성 → 자기개념 명확성	-.7689	.0936	-8.2146***	.3132	67.4793	-.9538	-.5839
사회비교 경향성 → 주관적 안녕감	-.2218	.1275	-1.7391	.3049	32.2338	-.4738	.0302
자기개념 명확성 → 주관적 안녕감	.5126	.0928	5.5230***	.3049	32.2338	.3292	.6960

주. *** $p < .001$

표 3. 자기개념 명확성의 매개효과 부트스트래핑 검증 (N=150)

경로	B	Boot SE	LLCI	ULCI
사회비교 경향성 → 자기개념 명확성 → 주관적 안녕감	-.3941	.0851	-.5638	-.2330

자기개념 명확성의 간접효과 검증을 위해 Bootstrapping을 사용하여, 사회비교 경향성이 자기개념 명확성을 경유하여 주관적 안녕감에 이르는 경로의 부분매개를 5,000번 반복 추출하여 분석하였을 때, 95% 신뢰구간에서 '0'을 포함하지 않으므로 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다($B = -.3941$ CI[-.5638 ~ -.2330]).

이어서 사회비교 경향성과 주관적 안녕감의 관계에서 자기개념 명확성의 매개효과가 공적 자의식 수준에 따라 달라지는지 확인하는 조절된 매개효과를 검증하기 위해 Hayes(2018)가 제시한 SPSS Process Macro의 Model 7의 결과를 분석하였다. 조절된 매개모형에서 각 변수 간의 유의성 검증 결과 사회비교 경향성이 주관적 안녕감에 유의한 영향을 미치지 않고 ($B = -.0523$) 자기개념 명확성이 주관적 안녕감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다 ($B = .4001$, $t = 9.3708$, $p < .001$), 독립변인인 사회비교 경향성과 조절변인인 공적 자의식의 상호작용항이 매개변인인 자기개념 명확성에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타

났다($B = .0502$, $t = 3.2031$, $p < .01$).

Hayes(2013)의 제안에 따라 조절된 매개효과 의 유의성 검증을 위해 조절된 매개지수를 살펴본 결과, 그 값이 .0257로 나타났고 95% 신뢰구간에서 하한값(LLCL)과 상한값(ULCL) 사이에 '0'을 포함하지 않으므로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다(CI [.0100 ~ .0466]). 또한 조절된 매개효과 의 구체적 양상을 확인하고자 사회비교 경향성이 자기개념 명확성을 통해 주관적 안녕감을 예측하는 간접효과가 공적 자의식 수준에 따라 달라지는지 확인하는 조건부 간접효과를 검증하였다. 그 결과, 공적 자의식의 값이 평균, 평균 - 1SD, 평균 + 1SD일 때 95% 신뢰구간의 하한값(LLCL)과 상한값(ULCL) 사이에 '0'을 포함하지 않으므로 세 수준 모두 조건부 간접효과가 유의함을 알 수 있다.

사회비교 경향성과 공적 자의식의 상호작용이 자기개념 명확성에 미치는 영향을 그래프로 나타내면 그림 2와 같고, 공적 자의식의 조건부 간접효과 신뢰밴드 그래프는 그림 3과

표 4. 공적 자의식의 조절된 매개효과 검증 (N=150)

종속변수 : 자기개념 명확성					
	B	SE	t	95% CI	
				LLCI	ULCI
사회비교 경향성	-1.9891	.4179	-4.7594***	-2.8151	-1.1631
공적 자의식	-1.7845	.5381	-3.3161**	-2.8480	-.7210
사회비교 경향성×공적 자의식	.0502	.0157	3.2031**	.0192	.0811
종속변수 : 주관적 안녕감					
	B	SE	t	95% CI	
				LLCI	ULCI
사회비교 경향성	-.0523	.1112	-.4707	-.2721	.1674
자기개념 명확성	.4001	.0427	9.3708***	.3157	.4844

주. ** $p < .01$, *** $p < .001$

표 5. 공적 자의식의 부트스트래핑 검증 및 공적 자의식의 수준에 따른 조건부 간접효과 (N=150)

부트스트래핑 검증	조절된 매개지수		SE	95% CI	
				LLCI	ULCI
	.0257		.0094	.0100	.0466
조건부 간접효과	공적 자의식	Effect	SE	95% CI	
				BootLLCI	BootULCI
	-1SD	-.5052	.1275	-.7701	-.2739
	Mean	-.3637	.0917	-.5519	-.1966
	+1SD	-.2737	.0787	-.4354	-.1262

같다.

이와 같은 분석결과를 토대로 확인된 조절된 매개효과 모형을 제시하면 그림 4와 같다. 자기개념 명확성 매개변인이 투입되면, 사회비교 경향성에서 주관적 안녕감으로의 직접효과는 유의미하지 않다. 이는 사회비교 경향성과 주관적 안녕감 경로에서 자기개념 명확성이 완전매개역할임을 나타낸다. 또한 사회비

교 경향성이 자기개념 명확성을 매개로 주관적 안녕감에 미치는 영향을 공적 자의식이 정적으로 조절함을 알 수 있다. 이때 공적 자의식 수준에 따라 달라지는데 공적 자의식의 수준이 낮을수록 조건부 간접효과가 더 크므로, 공적 자의식의 수준이 낮을수록 사회비교 경향성이 자기개념 명확성을 거쳐 주관적 안녕감에 미치는 영향의 정도가 큰 것을 의미한다.

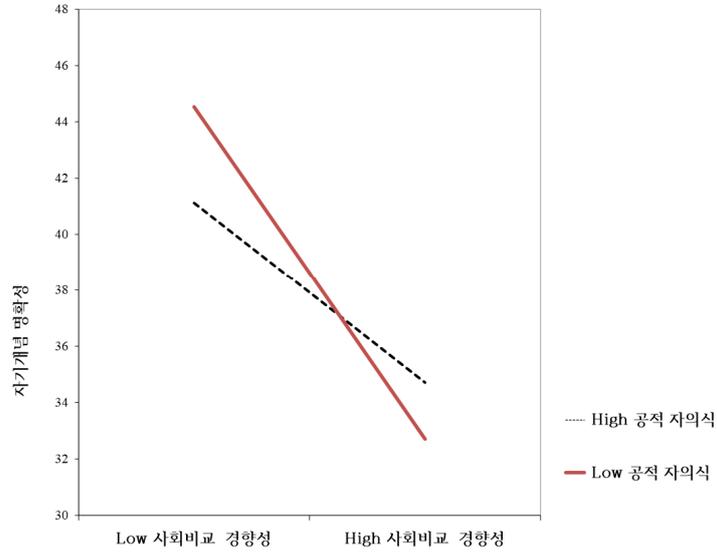


그림 2. 공적 자의식의 조절효과

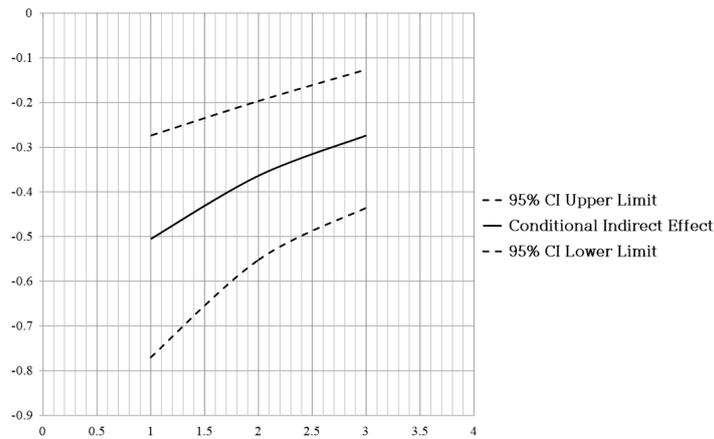
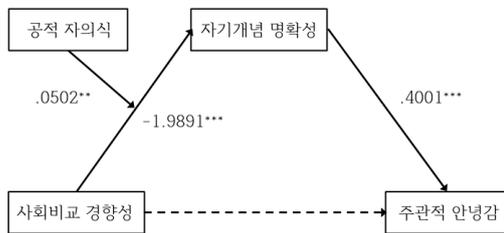


그림 3. 공적 자의식에 따른 조건부 간접효과 그래프



주. ** $p < .01$, *** $p < .001$

그림 4. 공적 자의식의 조절된 매개효과 모형

논 의

요약 및 결론

본 연구는 개인의 주관적 안녕감을 이해하기 위하여 성인초기의 주관적 안녕감과 사회비교 경향성, 자기개념 명확성 및 공적 자의

식의 관계에 대한 이해를 보다 공고히 하고자 하였다. 이를 위해 사회비교 경향성과 주관적 안녕감과와의 관계에서 자기개념 명확성의 매개 효과를 검증하고, 그 경로에서 공적 자의식의 조절효과를 알아보았다. 본 연구의 주요 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 주관적 안녕감, 사회비교 경향성, 자기개념 명확성, 공적 자의식이 어떤 상관관계가 있는지 살펴본 결과 주관적 안녕감, 사회비교 경향성, 자기개념 명확성, 공적 자의식 간에 유의한 상관관계가 나타났다. 먼저 사회비교 경향성과 주관적 안녕감은 부적 상관을 보였다. 이는 사회비교 경향성과 주관적 안녕감이 부적 상관을 보이는 선행연구(김경미, 2016; 이종한, 박은아, 2010; 천지영 외, 2021; Lyubomirsky, & Ross, 1997; Lyubomirsky et al., 2001; White et al., 2006)의 결과와 일치한다. 또한 초기 선행연구들이 사회비교의 대상과 방향에 따른 결과에 관한 연구들이었다면 상대적으로 최근의 선행연구인 김경미(2016)는 사회비교 경향성 자체와 개인의 주관적 안녕감과와의 관계를 보여주고 있는데 이는 본 연구의 결과와 일치한다. 자기개념 명확성과 주관적 안녕감의 상관관계를 살펴본 결과, 자기개념 명확성과 주관적 안녕감이 유의한 정적 상관관계가 있다고 보고한 선행연구(김지윤, 이동귀, 2013; 이기재, 최해림, 2009)와 일치하는 것으로 나타났다. 자기개념에 대한 명확한 인식과 안정성은 개인의 주관적 안녕과 관련이 있음을 보여준다. 공적 자의식과 주관적 안녕감의 상관관계를 살펴본 결과, 공적 자의식과 주관적 안녕감의 부적 상관관계가 나타난 선행연구(강혜자, 박남숙, 2010)와 일치하였다. 또한 공적 자의식과 부정적 정서가 유의한 정적 상관관계가 있고(허정훈, 2000), 공적 자의

식과 사회불안과의 정적 상관관계를 보고하는 선행연구(강민주, 홍정순, 2020; 김남재, 1997; 김효정, 양난미, 2014; 신현숙, 안의자, 강병은, 2016; 이혜민, 1999; 진원화, 박준호, 이민규, 2019; Monfries, & Kafer, 1994)는 공적 자의식과 주관적 안녕감의 부적 상관의 가능성을 시사하고 있으며 본 연구와 그 방향이 일치한다고 할 수 있다.

사회비교 경향성과 자기개념 명확성의 상관관계를 살펴본 결과, 사회비교 경향성과 자기개념 명확성은 부적 상관을 보였다. 사회비교 경향성과 자기개념 명확성의 부적 상관을 보고한 선행연구(김다혜, 양수진, 2021; 문화림, 2019; 박누리, 양재원, 2021; 황주는 외, 2021; Corning, Krumm, & Smitham, 2006; Gibbons, & Buunk, 1999; Vartanian, & Dey, 2013)와 일치한 결과이다. 이것은 타인에게 주의 초점을 맞추고 자신과 비교하며 타인의 의견과 평가에 민감하게 반응하는 경향과 스스로에 대한 인식과 믿음에 대한 확실성 및 일관성이 서로 부적 상관이 있음을 의미한다. 사회비교 경향성과 공적 자의식의 상관관계를 살펴본 결과, 사회비교와 공적 자의식이 정적 상관관계로 나타난 강혜자와 박남숙(2010)의 연구결과와 일치하는 것으로 나타났다. 즉 타인과의 비교와 타인에게 어떻게 비춰질지 지속적으로 의식하며 주의를 두는 경향성은 서로 관련이 있다고 말할 수 있다. 공적 자의식과 자기개념 명확성 간에는 부적 상관관계가 나타났다. 선행연구(문경하, 2007; 하서연, 하정, 2022)에서 공적 자의식과 자기개념 명확성의 부적 상관을 보고하였는데 본 연구결과와 일치한다. 자신이 타인에게 어떻게 보일지 민감하게 의식하는 정도와 자기개념의 명확성이 서로 관련 있음을 보여준다.

둘째, 사회비교 경향성과 주관적 안녕감과 의 관계에서 자기개념 명확성이 매개하는지 살펴본 결과 자기개념 명확성은 사회비교 경향성과 주관적 안녕감 사이에서 완전매개효과를 가지는 것으로 나타났다. 따라서 높은 사회비교 경향성이 자기개념 명확성을 감소시키고 주관적 안녕감이 감소하는 간접 효과를 가지는 것을 알 수 있다. 자기개념 명확성이 사회비교 경향성의 선행변인으로 자기개념 명확성이 낮을수록 사회비교 경향성이 높게 나타난 선행연구(김다혜, 양수진, 2021; 문화림, 2019; 박누리, 양재원, 2021; 황주은 외, 2021)와는 달리, 본 연구에서는 사회비교 경향성이 자기개념 명확성의 선행변인으로서 사회비교 경향성이 높을수록 자기개념 명확성이 낮아지는 것으로 나타났다. 이것은 최근 SNS 이용과 관련하여, 사회비교 경향성이 자기개념 명확성의 선행요인으로 나타난 연구(Geng-Feng et al., 2016; Liu et al., 2019)와 일치하는 결과이다. 이와 같은 결과는 낮아진 자기개념 명확성으로 인하여 사회비교 경향성이 높아질 뿐만 아니라, 높은 사회비교 경향성의 영향으로 개인의 자기개념 명확성이 낮아질 수 있음을 보여준다. 또한 본 연구에서 자기개념 명확성이 완전매개효과를 가진다는 것은 사회비교 경향성 그 자체보다 사회비교를 통해 자기개념이 얼마나 흐려지는가에 따라서 개인의 주관적 안녕감이 달라질 수 있음을 뜻하며 이는 상담 장면에서 자기개념 명확성이 치료적 초점의 가치가 있음을 보여준다. 사회비교 경향성이 자기개념 명확성을 매개로 주관적 안녕에 미치는 영향을 자세히 살펴보면, 개인의 사회비교 경향성이 높을수록 자신보다 타인의 의견과 평가에 주의 초점을 맞추어 민감하게 반응하며 비교하고, 이것은 자신의 생각이나

의견과 가치 등을 불확실하게 여기게 하여 스스로에 대한 믿음과 안정적이고 일관적인 인식을 갖기 어려워 자기개념 명확성을 낮아지게 한다(Geng-Feng et al., 2016; Liu et al., 2019). 이렇게 낮아진 자기개념 명확성으로 자신이 어떠한 사람인지 무엇을 원하는지 모른 채 살아가게 되는 사람은 부정적인 정서를 경험할 가능성이 높고, 낮은 주관적 안녕감을 갖게 되는 것이라 할 수 있다(김지윤, 이동귀, 2013; 이기재, 최해림, 2009). 초기 성인기(20-40세)는 Erikson의 발달단계에 따라 다양한 사회적 관계를 형성하는 것뿐만 아니라 사회적 관계를 유지하고 조화를 이루며 친밀감을 형성하는 것이 주요 과업으로써 이러한 과정에서 경험하는 다양한 타인과의 상호작용은 자기개념 명확성에 영향을 미친다(Erikson, 1968). 특히 우리나라의 많은 청소년들은 치열한 입시 경쟁 속에서 자기개념을 형성할 기회를 갖기 어렵고, 자기개념을 명확하게 가지지 못한 채 성인이 된 사람이 적지 않다. 따라서 초기 성인기 내담자의 주관적 안녕감을 위하여 높은 사회비교 경향성으로 낮아진 자기개념 명확성이 주관적 안녕감을 낮게 하는 관계에 대한 이해와 개입이 필요하다. 상담 장면에서는 지나친 사회비교와 같은 조건화된 가치로 형성된 이상적 자기와 현실적 자기간의 불일치 및 자기와 경험 간의 불일치를 이해하도록 돕고 타인의 시선에 초점을 맞춘 가치 조건에서 벗어나 있는 그대로의 자기를 수용하는 경험을 제공해야 한다(Rogers, 1959). 이를 통해 내담자가 통합된 자기개념을 명확하게 형성하고 자기를 실현해 나감으로써 주관적 안녕감을 높일 수 있도록 조력해야 할 것이다.

셋째, 사회비교 경향성이 자기개념 명확성을 매개로 주관적 안녕감에 미치는 간접효과

를 공적 자의식이 조절하는지 살펴본 결과 사회비교 경향성이 자기개념 명확성을 매개로 주관적 안녕감에 미치는 부적 과정에 공적 자의식이 정적으로 영향을 주는 것을 확인하였다. 공적 자의식 수준이 낮을 때, 평균일 때, 높을 때를 비교해보면 공적 자의식의 수준이 높아질수록 간접효과의 크기가 줄어들음을 알 수 있다. 그 양상을 살펴보면, 낮은 사회비교 경향성이 높은 자기개념 명확성을 통해 주관적 안녕감을 높이는 영향은 공적 자의식의 수준이 낮을수록 커지고 이는 공적 자의식의 부정적 영향을 보여준다. 반대로 높은 사회비교 경향성이 낮은 자기개념 명확성을 통해 주관적 안녕감을 낮추는 영향은 공적 자의식의 수준이 높아질수록 줄어들었다고 해석할 수 있으며 이러한 결과는 공적 자의식의 긍정적 효과를 보여준다. 높은 공적 자의식은 타인에게 자신이 어떻게 인식될지 민감하게 주의를 기울이게 하고, 자신의 행동과 모습이 겉으로 드러나는 것에 타인의 시선을 의식하게 한다 (Scheier, & Carver, 1977). 공적 자의식이 높으면 주변의 평가에도 매우 민감하기 때문에 좋은 평가를 받기 위해 순종적인 태도를 취하고 자신의 표현을 억제하는 경향이 있는데(정미정, 정현희, 2002), 그 결과 집단주의 문화에서는 긍정적 피드백을 받는 경험이 이어질 수 있어 긍정적 효과를 보일 수 있을 것으로 사료된다. 다만, 이러한 경향으로 인해 과도한 내적 억압으로 부정적인 정서를 경험할 가능성 또한 높다(허정훈, 2000; Fenigstein, 1979; Scheier, 1980). 타인의 시선을 과도하게 의식하게 하는 체면문화와 개인의 좋은 이미지만 경쟁하듯이 부각되는 SNS의 활성화는 지나친 공적 자의식을 갖게 할 우려가 크다. 따라서 공적 자의식을 높이는 사회문화적 현상에 대한 이해와 함

께, 잦은 사회비교로 손상된 자기개념을 복구 하려는 과정에서 나타나는 공적 자의식의 기제에 대한 추가적인 이해가 필요하다.

공적 자의식의 영향을 구체적으로 살펴보기 위해 사회비교 경향성과 자기개념 명확성의 관계에서 공적 자의식의 조절효과를 보면, 사회비교 경향성이 낮을 때가 사회비교 경향성이 높을 때보다 자기개념 명확성이 높게 나타났는데, 그 관계를 공적 자의식이 조절하고 있음을 확인할 수 있었다. 그 결과를 사회비교 경향성이 낮을 때와 높을 때로 구분하여 살펴보면, 우선 사회비교 경향성이 낮을 때는 공적 자의식이 높은 경우가 낮은 경우보다 자기개념 명확성이 낮게 나타났다. 자신의 의견과 행동 등을 타인과 비교하는 경향이 낮더라도 타인에게 자신이 어떻게 비춰질지 의식하고 신경 쓰는 공적 자의식이 높을수록, 자신이 어떤 사람이고 무엇을 원하는지 등의 자기개념에 대한 안정성과 명확성이 낮아지게 됨을 뜻한다. 이는 공적 자의식이 높을수록 자기개념 명확성이 낮게 나타난 선행연구(하서연, 하정, 2022)의 방향과 일치한다.

반면에 사회비교 경향성이 높을 때는 공적 자의식이 높은 경우 오히려 자기개념 명확성이 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 한국의 집단주의 문화적 특성과 관련된 것으로 보인다. 선행연구에서 자기개념에 대한 인식의 방식은 문화권에 따라 다르게 나타났는데 개인주의 문화권에서는 독립적 자기개념이 우세하게 나타나는 반면, 집단주의 문화권에서는 상호의존적 자기개념이 우세하게 나타났다 (Markus, & Kitayama, 1991). 동아시아의 집단주의 문화는 개인의 욕구와 자기노출을 억제하게 하고(Bond, & Hwang, 1986; Triandis, 1989; Triandis, McCusker, & Hui, 1990), 상대방의 의

도를 파악하고 어떻게 처신하고 행동해야 할지 그 기준을 정하기 위한 기술이 필요하게 되어(Gudykunst et al., 1996) 눈치를 사용하게 되는데, 눈치가 높을수록 자기개념 명확성이 높아지고 그것이 사회불안을 낮추는 것으로 나타났다(허재홍, 오충광, 2015). 또한 인간은 사회적 존재로서 받게 되는 사회적인 위협으로부터 자기개념이 손상되기도 하며, 이러한 손상된 자기개념을 복구하려는 과정에서 높은 공적 자의식이 나타난다고 하였다(정승아, 2012). 한국은 집단주의 문화권으로 상호의존적 자기개념이 우세하게 나타나고 상호의존적 자기개념이 강한 개인은 자신이 집단 속에 적절하게 조화를 이루는 것을 중요하게 여기게 된다(박은아, 2015). 집단 속에서 조화로운 자기개념을 위해서는 자신이 속한 문화권이 공유한 인식의 틀이 필요하게 되는데(Singlis, 1994) 이로 인해 타인에게 초점을 맞추게 되고, 그러한 과정에서 높은 공적 자의식이 자기개념 명확성에 긍정적인 경향을 주는 경우가 있는 것이라 할 수 있다.

이와 같은 근거들로 본 연구의 결과를 살펴보면, 개인의 사회비교 경향성이 높을 때 자기개념 명확성이 낮아지게 되는데, 이때 공적 자의식을 높임으로써 낮아진 자기개념 명확성을 높이는 것으로 볼 수 있다. 타인과 자신을 비교하는 성향이 매우 높을 때는 자신에게 집중하기 어렵고 자신만의 기준을 세우기가 쉽지 않다. 자신만의 기준이 없을 때는 타인을 통해서 그 기준을 얻게 되는데, 이때 다른 사람 앞에서 자신이 어떻게 보일지 의식하고 그 기준에 맞추려고 하는 것이 오히려 낮은 자기개념을 조금이나마 안정적으로 인식하도록 한다고 할 수 있다. 그러나 지나친 사회비교는 자신만의 기준을 잃은 채 불확실한 자기개념

을 가지게 되고 스스로 안정감을 찾기 어렵게 되어, 불확실한 자기개념을 타인의 기준에 의식하고 맞추으로써 자기를 인식하고 안정감을 얻으려하는 악순환으로 이어질 수도 있다. 이와 관련하여 정승아(2012)는 손상된 자기개념을 복구하려는 과정에서 나타나는 지나친 공적 자의식은 사회적 상호작용 상황에서 균형 잡힌 정보처리를 방해하고 인지적인 왜곡의 가능성이 높다고 하였다. 따라서 상담 장면에서는 내담자의 지나치게 편중된 공적 자의식을 조절하고 안정된 자기개념을 가질 수 있도록 내담자의 인지적 재구조화를 촉진할 필요가 있다. 또한 지나친 사회비교로 자기개념이 현저히 낮아진 내담자에게는 한국의 집단주의 문화적 특성을 고려하여 적절한 공적 자의식의 조절로 자신이 속한 집단속에서 조화로운 자기개념을 형성해 갈 수 있도록 사회적 지지 및 수용기술 향상을 도와야 할 것이다.

본 연구를 통해 잦은 타인과의 비교가 자기에 대한 개념을 흐리게 하고 불안정하게 하여 주관적 안녕감이 낮아지게 되는 경로를 공적 자의식의 정도에 따라 조절되는 것을 확인하였다. 따라서 개인의 적절한 공적 자의식의 조절을 통하여, 건강한 타인의식으로 사회적 관계 속에서의 조화로운 자기를 형성하도록 하고, 스스로에게도 온전히 집중할 수 있도록 하여야 한다. 이것은 타인과의 지나친 비교에서 벗어나 자기개념에 대한 안정감과 확실성을 높이고, 개인의 주관적 안녕을 높이는 데 도움이 될 것이다.

연구의 의의

본 연구의 의의 및 시사점은 다음과 같다. 첫째, 본 연구를 통해 주관적 안녕감에 영

향을 미치는 변인들을 탐색하고 사회비교 경향성과 주관적 안녕감과의 관계에서 자기개념 명확성의 매개역할을 확인하였다. 자기개념 명확성은 사회비교 경향성과 주관적 안녕감과의 관계에서 완전매개 역할을 하고 있는 것으로 나타났는데 이는 상담 장면에서 자기개념 명확성이 치료적 초점의 가치가 있음을 시사한다. 특히 본 연구에서는 사회적 관계형성이 주요 과업인 시기로 활발한 타인과의 상호작용을 경험하는 초기 성인기를 대상으로 하여, 사회비교 경향성이 선행변인으로써 자기개념 명확성에 미치는 영향을 살펴본 의의가 있다.

둘째, 사회비교 경향성이 자기개념 명확성을 매개로 주관적 안녕감에 영향을 주는 간접효과를 공적 자의식이 조절하는, 조절된 매개효과를 확인하였다. 이러한 연구 결과는 자기개념 명확성을 높이기 위한 구체적인 개입의 방법이나 조절변인에 대한 연구와 논의가 부족한 실정에서(Levey, Garandeanu, Mecus, & Branje, 2019), 자기개념 명확성과 공적 자의식의 조절된 매개효과모형으로 새롭게 확인한 의의가 있다. 본 연구에서 공적 자의식은 사회비교 경향성과 자기개념 명확성의 관계를 사회비교 경향성이 높고 낮음에 따라 다르게 조절하였다. 사회비교 경향성이 낮을 때는 공적 자의식이 높은 경우 자기개념 명확성이 더 낮게 나타난 반면에, 사회비교 경향성이 높을 때는 공적 자의식이 높은 경우 자기개념 명확성이 높게 나타났다. 이는 지나친 타인과의 비교로 흐려진 자기개념으로 인하여 자신만의 내적 기준이 불안정 할 때, 공적 자의식을 통하여 기준을 얻고 자기개념의 명확성을 높이려는 것으로 볼 수 있다. 따라서 내담자의 주관적 안녕감을 높이기 위해서는 공적 자의식에 대한 인식을 제고하여, 단순히 공적 자의

식을 낮추는 것이 아니라 지나치게 편중된 공적 자의식을 건강하고 적절하게 조절하도록 조력해야 할 것이다.

연구의 제한점과 제언

본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 온라인을 통한 자기보고식 설문을 통하여 연구를 진행한 한계가 있다. 면접 또는 질적 연구 등을 통해 보완한다면 주관적 안녕감에 영향을 미치는 변인들에 대한 관계를 보다 깊게 이해할 수 있을 것이다. 둘째, 본 연구에서는 비확률적 표집으로 인해 대상 표본의 공통성이 부족할 수 있다. 또한 특성의 비율이 고르지 않아 인구통계학적 변인에 따른 결과의 차이를 다루지 못했다. 특히 본 연구의 대상은 Erikson의 심리사회 발달 단계에 따른 초기 성인기로 20-40세 까지 다소 넓게 포함되고 있어서 각 연령대가 가지는 자아개념이나 정체감 등에서는 이질적인 측면이 존재할 수 있으며 연구대상자의 성비가 고르지 못한 한계점을 지닌다. 남성 집단에서만 SNS상의 상향 비교경험과 삶의 만족도의 관계에서 자기개념 명확성의 매개효과가 나타난 선행연구(조연진, 2021)는 성별에 따라 각 변인 간의 관계가 다를 수 있음을 보여준다. 따라서 나이와 성별, 직업, 학력, 결혼 유무 등이 각 변인들에 미치는 영향이 다를 것으로 예측되므로 인구통계학적인 변인을 활용한 후속연구가 의미 있을 것으로 보인다. 셋째, 본 연구는 변인들 간의 관계를 한 시점에서 살펴본 연구로 시간의 흐름에 따른 변화의 양상과 변인 간의 심층적인 관계를 파악하기가 어렵다. 후속연구에서는 종단연구를 통해 변인 간의 심층적인 인과 관계를 연구할

필요성이 있다.

참고문헌

- 강문희 (1982). 자아개념의 형성과정 에 대한 발달심리학적 고찰. 경기대학교 학생생활 연구, 2, 3-14.
- 강민주, 홍정순 (2020). 대학생의 공적 자의식 과 사회불안의 관계: 부정적 및 긍정적 평가에 대한 두려움과 긍정적인 사회적 결과 가치 절하의 매개효과. 한국심리학회 지: 학교, 17(3), 333-356.
- 강혜자, 박남숙 (2010). 사회비교, 자의식, 자아 존중감, 주관안녕 및 신체증상 간의 관계. 지역과 세계, 34(1), 1-21.
- 곽지현, 홍혜영 (2018). 대학생의 공적 자의식 이 SNS 중독경향성에 미치는 영향: 사회 불안과 대인관계문제의 매개효과. 청소년 학연구, 25(3), 33-62.
- 구재선, 서은국 (2015). 왜 한국 대학생이 미국 대학생보다 불행한가? 상대적 외적 가치, 사회적 지원, 사회비교의 영향. 한국심리 학회지: 사회및성격, 29(4), 63-83.
- 김경근 (2021). 한국사회의 서열 중시 문화: 기 원, 동인 및 교육적 유산. 교육사회학연구, 31(4), 33-69.
- 김경미 (2016). 사회비교 경향성과 주관적 안 녕감 및 우울의 관계: 자기통제의 조절효 과. 청소년학연구, 23(10), 235-257.
- 김나래, 이기학 (2012). 대학생의 사회비교 경 향성과 진로미결정의 관계: 자아존중감과 부정적 평가에 대한 두려움의 매개효과 검증. 한국심리학회지: 학교, 9(2), 175-191.
- 김남재 (1997). 대인불안 집단의 자기의식과 인정 추구 요구. 덕성여자대학교 학생생활 연구소, 13, 29-39.
- 김다혜, 양수진 (2021). 취업준비생의 자기개념 명확성과 실패내성의 관계: 불확실성에 대한 인내력 부족과 사회비교 경향성의 매개효과. 인간발달연구, 28(3), 59-86.
- 김대익 (1998). 한국인의 자아개념 명료성에 대 한 연구: 성격, 자의식, 행동에 관계를 중 심으로. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 김민동 (2002). 애착유형과 자기개념, 우울 및 불안과의 관련성: 일반청소년 집단과 재소 중인 비행청소년 집단과의 비교. 성신여자 대학교 대학원 석사학위논문.
- 김수정, 허찬희, 이지연 (2018). 불안정 성인애 착이 성적 자기주장에 미치는 영향: 자기 개념 명확성, 대인존재감의 매개효과. 사 회과학연구논총, 34(1), 111-139.
- 김종운, 이지혜 (2016). 부모의 심리적 통제가 예비초등교사의 주관적 안녕감에 미치는 영향: 자기개념 명확성의 매개효과 및 낙 관성의 조절효과. 학습자중심교과교육연구, 16(9), 673-698.
- 김지윤, 이동귀 (2013) 대학생의 사회부과 완 벽주의와 주관적 안녕감의 관계에서 무조 건적 자기수용과 자기개념 명확성의 매개 효과 검증. 상담학연구, 14(1), 63-82.
- 김호정, 이인향 (2018). 항우울제 사용 및 자살 률의 지역적 편차에 대한 시각적 분석. 한국임상약학회지, 28(4), 308-319.
- 김태형 (2021). 가짜 행복 권하는 사회. 갈매나 무, 28-29.
- 김효정, 양난미 (2014). 대학생의 공적 자의식 과 사회불안과의 관계에서 부정적 평가에 대한 두려움과 열등감의 매개효과. 한국심 리학회 학술대회 자료집, 2014(1), 287-287.

- 문경하 (2007). 자기개념 명확성과 자의식이 주관적 안녕감 및 평가반응에 미치는 영향. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 문상희, 서수균 (2015). 부모의 정서적 학대와 공격성의 관계에서 자기개념 명확성의 매개효과와 사회적 지지의 조절효과. 상담학연구, 16(6), 485-504.
- 문화림 (2019). 자기개념명확성과 SNS중독경향성의 관계: 사회비교경향성과 상태 소외에 대한 두려움의 이중매개효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 박누리, 양재원 (2021). 대학(원)생의 자기개념 명확성과 사회불안의 관계: 불확실성에 대한 인내력 부족과 사회비교 경향성의 매개효과. 학습자중심교과교육연구 21(6), 83-97.
- 박선경 (2017). 부모의 심리적 통제가 청소년의 분노사고와 분노표현에 미치는 영향: 자기개념 명확성의 매개효과를 중심으로. 아동가족치료연구, 15, 17-31.
- 박우람, 홍상환 (2020). 부모의 심리적 통제와 삶의 만족도의 관계: 자기개념명확성과 정서조절의 매개효과. 초등상담연구, 19(2), 143-162.
- 박은아 (2015). 문화적 자기개념과 외모중심의 대인지각 성향의 관계: 한국사회의 루키즘(Lookism)에 관한 심리학적 고찰. 사회과학연구논총, 31(1), 159-192.
- 서은국, 구재선 (2011). 단축형 행복 척도 (COMOSWB) 개발 및 타당화. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 25(1), 96-114.
- 손선경 (2015). 부모의 형제비교행위가 정서안정성에 미치는 영향: 부적응 완벽주의와 사회비교 경향성의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 27(3), 665-683.
- 신현숙, 안의자, 강병은 (2016). 여고생의 공격적 자의식과 사회불안의 관계에서 기본심리 욕구 충족의 조절효과. 한국심리학회지: 학교, 13(3), 497-519.
- 유 평 (2021). 대학생의 성인애착이 SNS 중독 경향성에 미치는 영향: 공격적자의식의 매개효과. 학교사회복지, 53, 129-153.
- 이기재, 최해림 (2009). 분리-개별화, 자기개념 명확성 및 비합리적 신념이 주관적 안녕감에 미치는 영향. 인간이해, 30(2), 81-99.
- 이시은 (2010). 개별성-관계성과 부정적 정서표현갈등의 관계에서 공격적 자의식의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(3), 777-796.
- 이유진, 박주희 (2019). 중학생의 사회비교 경향성이 사회불안에 미치는 영향과 부적응적인 인지적 정서조절전략의 조절효과. 아동학회지, 40(1), 39-50.
- 이재열 (2015). 사회의 질, 경쟁, 그리고 행복. 아시아리뷰, 4(2), 3-29.
- 이종한, 박은아 (2010). 내-외적 자기개념, 행복조건, 사회비교와 자기존중감의 관계: 초·중·고·대학생 비교. 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 16(4), 423-445.
- 이혜민 (1999). 사회불안과 자의식 및 완벽주의간의 관계. 한국외국어대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이혜인 (2020). 고등학생의 내·외현적 자기애와 주관적 안녕감의 관계에서 자기개념 명확성의 매개효과. 국민대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 조병희, 이재열, 구혜란, 유명순, 박상희, 양준용 (2018). 아픈 사회를 넘어: 사회적 웰빙의 가치와 실천의 통합적 모색. 21세기복스, 4-21.

- 조연진 (2021). 20대 대상에서 성별에 따른 SNS상의 상향비교경험과 삶의 만족도의 관계에서 자기개념 명확성의 매개효과. *국민대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 정미정, 정현희 (2002). 자의식, 자기개념, 비합리적 신념이 대학생의 사회불안에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 14(1), 39-53.
- 정승아 (2012). 사회불안과 자의식, 그 진단적 및 치료적 시사점. *상담학연구*, 13(1), 47-69.
- 정승아, 오경자 (2005). 자기 불일치가 사회불안에 영향을 미치는 기제: 자의식의 매개효과와 자기제시 동기의 중재효과. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 24(4), 887-901.
- 정현희, 이희경 (2013). 상담자의 완벽성향과 주관적 안녕감, 우울의 관계: 자기개념 명확성의 매개효과. *상담학연구*, 14(5), 3023-3040.
- 진원화, 박준호, 이민규 (2019). 공적 자의식과 지각된 통제감이 사회불안과 정서에 미치는 영향. *청소년학연구*, 26(12), 455-486.
- 천문선 (2004). 문화성향 및 자의식이 의복소비 행동에 미치는 영향. *연세대학교 대학원 석사학위논문*.
- 천지영, 박지원, 송유정, 송다경, 안예린 (2021). 대학생의 물질주의와 주관적 안녕감의 관계에서 사회비교의 매개효과. *한국심리학회 학술대회 자료집*, 281-281.
- 최상진, 김기범 (2000). 체면의 심리적 구조. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 14, 185-202.
- 최윤희 (2003). 스트레스, 통제소재 및 사회비교 경향성이 우울 정도에 미치는 영향. *가톨릭대학교 대학원 석사학위논문*.
- 하서연, 하 정 (2022). 대학생의 공적 자의식이 대인불안에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 34(2), 513-536.
- 허정훈 (2000). 자의식과 스트레스 대처방식이 긍정적, 부정적 정서에 미치는 영향. *한양대학교 대학원 석사학위논문*.
- 허재홍, 오충광 (2015). 대학생 집단에서 눈치와 사회불안의 관계-자기개념 명확성의 매개효과. *상담학연구*, 16(6), 337-350.
- 황주은, 채희훈, 박상준, 한은수, 신성만 (2021). 대학생의 자기개념 명확성이 인스타그램 중독에 미치는 영향: 사회비교 경향성의 매개효과. *한국심리학회 학술대회 자료집*, 298-298.
- Baumeister, R. F. (1987). How the self became a problem: A psychological review of historical research. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(1), 163.
- Bond, M. H., & Hwang, K. K. (1986). The social psychology of Chinese people. *Oxford University Press*, 213-266.
- Campbell, J. D. (1990). Self-esteem and clarity of the self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(3), 538.
- Campbell, J. D., Trapnell, P. D., Heine, S. J., Katz, I. M., Lavallee, L. F., & Lehman, D. R. (1996). Self-concept clarity: Measurement, personality correlates, and cultural boundaries. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(1), 141.
- Curran, P. J., West, S. G., & Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological Methods*, 1(1), 16-29.
- Corning, A. F., Krumm, A. J., & Smitham, L. A.

- (2006). Differential social comparison processes in women with and without eating disorder symptoms. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), 338.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E., Suh, E. M., Kim-Prieto, C., Biswas-Diener, R., & Tay, L. S. (2010). Unhappiness in South Korea: Why it is high and what might be done about it. *한국심리학회 연차학술대회 자료집*, 2010(1), 1-23.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*, 91-141.
- Fenigstein, A. (1979). Self-consciousness, self-attention, and social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 75.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43(4), 522.
- Geng-Feng, N. I. U., Zong-Kui, Z. H. O. U., Yuan, T. I. A. N., Qiang-Ai, L. I. U., & Shuai-Lei, L. I. A. N. (2016). The effect of adolescents' social networking site use on self-concept clarity: The mediating role of social comparison. *Journal of Psychological Science*, 39(1), 97.
- Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 129.
- Gudykunst, W. B., Matsumoto, Y., Ting-Toomey, S., Nishida, T., Kim, K., & Heyman, S. (1996). The influence of cultural individualism-collectivism, self construals, and individual values on communication styles across cultures. *Human Communication Research*, 22(4), 510-543.
- Hayes, A. F. (2013). Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis. *New York: Guilford Press*.
- Hayes, A. F. (2018). Partial, conditional, and moderated mediation: Quantification, inference, and interpretation. *Communication Monographs*, 85(1), 4-40.
- Helliwell, John F., Richard Layard, Jeffrey Sachs, & Jan-Emmanuel De Neve, eds. (2021). *World Happiness Report, 2021*, 19.
- Levey, E. K., Garandeanu, C. F., Meeus, W., & Branje, S. (2019). The longitudinal role of self-concept clarity and best friend delinquency in adolescent delinquent behavior. *Journal of Youth and Adolescence*, 48(6), 1068-1081.
- Liu, Y., Liu, H., & Jiang, Y. (2019). Influence of college students' use of social networking sites on self-concept clarity: Mediating role of social comparison. *International Workshop on Education Reform and Social Sciences*, 2018, 655-662.
- Lyubomirsky, S., & Ross, L. (1997). Hedonic consequences of social comparison: A contrast of happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(6), 1141.
- Lyubomirsky, S., Tucker, K. L., & Kasri, F. (2001). Responses to hedonically conflicting social comparisons: Comparing happy and unhappy people. *European Journal of Social Psychology*, 31(5), 511-535.
- Markus, H. (1977). Self-schemata and processing information about the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35(2), 63.

- Markus, H., & Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41(9), 954.
- Markus, H., R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implication for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.
- Monfries, M. M., & Kafer, N. F. (1994). Private self-consciousness and fear of negative evaluation. *Journal of Psychology*, 128(4), 447.
- Roepke, S., Schröder Abé, M., Schütz, A., Jacob, G., Dams, A., Vater, A., ... & Lammers, C. H. (2011). Dialectic behavioural therapy has an impact on self concept clarity and facets of self esteem in women with borderline personality disorder. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 18(2), 148-158.
- Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework. *Psychology: A study of science*, 3, 1-59.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1977). Self-focused attention and the experience of emotion: attraction, repulsion, elation, and depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35(9), 625.
- Scheier, M. F. (1980). Effects of public and private self-consciousness on the public expression of personal beliefs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 514.
- Seligman, M. E. P. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist Association*, 55(1), 5-14.
- Singlis, T., M. (1994). The measurement of independent and interdependent self-construals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 580-591.
- Snygg, D., & Combs, A. W. (1950). Individual behavior: A new frame of reference for psychology. *Philosophy and Phenomenological Research*, 11, 1
- Styła, R. (2015). Shape of the self-concept clarity change during group psychotherapy predicts the outcome: An empirical validation of the theoretical model of the self-concept change. *Frontiers in Psychology*, 6, 1598.
- Triandis, H. C. (1989). The self and social behavior in differing cultural contexts. *Psychological Review*, 96(3), 506.
- Triandis, H. C., McCusker, C., & Hui, C. H. (1990). Multimethod probes of individualism and collectivism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1006-1020.
- Vartanian, L. R., & Dey, S. (2013). Self-concept clarity, thin-ideal internalization, and appearance-related social comparison as predictors of body dissatisfaction. *Body Image*, 10(4), 495-500.
- White, J. B., Langer, E. J., Yariv, L., & Welch, J. C. (2006). Frequent social comparisons and destructive emotions and behaviors: The dark side of social comparisons. *Journal of Adult Development*, 13(1), 36-44.
- Wu, J., Watkins, D., & Hattie, J. (2010). Self-concept clarity: A longitudinal study of Hong Kong adolescents. *Personality and Individual Differences*, 48(3), 277-282.

원고접수일 : 2022. 10. 04

수정원고접수일 : 2022. 12. 05

게재결정일 : 2022. 12. 28

The Relationship between Social Comparison Orientation and Subjective Well-Being: The Moderated Mediating Effect of Self-Concept Clarity and Public Self-Consciousness

In-Young Yun

Na-Hyun Yoo

Department of Psychology, Kyungsung University

Student

Professor

This study aimed to examine the relationship between social comparison orientation and subjective well-being along with the mediating effect of self-concept clarity moderated by public self-consciousness. A self-report survey was completed by 152 adults between the ages of 20 and 40 in Korea, and data from 150 people were analyzed. First, the results showed significant correlations between social comparison orientation, subjective well-being, self-concept clarity, and public self-consciousness. Second, self-concept clarity showed a full mediating effect on the relationship between social comparison orientation and subjective well-being. Third, public self-consciousness moderated the indirect effect of social comparison orientation on subjective well-being via self-concept clarity. Based on these results, the implications and limitations of the study are discussed.

Key words : subjective well-being, social comparison orientation, self-concept clarity, public self-consciousness