

우울한 사람들의 정보처리과정

김 남 재

덕성여자대학교 심리학과

우울에 관한 인지적 모형과 학습된 무력 모형은 많은 경험적 연구들을 유발시켰다. 이 연구들은 우울한 사람의 인지 과정의 특성을 알아보는 것이었다. 본 논문에서는 우울집단의 인지과정을 밝히려는 연구들 중에서 우울한 사람들의 정보처리과정에 관한 연구들을 중점적으로 개관하였다. 선행연구들이 일관된 결과를 보이지 않았지만, 임상적 우울집단은 대체로 부정적 인지의 특성을 보였다. 부정적 인지가 우울의 원인적 역할을 하는가에 대해서는 결론을 내리기가 어려우며, 우울과 부정적 인지 사이가 순환적 관계로 작용할 가능성이 있다고 시사되었다. 이러한 연구 결과들에 바탕하여 앞으로의 연구문제들이 논의되었다.

우울증의 발달이나 유지에 관한 많은 이론들이 있지만, 특히 경험적 연구(empirical study)들을 많이 유발시킨 이론은 Beck(1967, 1976; Beck, Rush, Shaw & Emery, 1979)의 인지적 모형(cognitive model)과 Seligman (Seligman, 1975; Abramson, Seligman & Teasdale, 1978)의 학습된 무력 모형(learned helplessness model)이다.

Beck(1967, 1976)의 인지적 모형의 핵심은 우울의 근원이 부정적 인지 틀(negative cognitive set)이라는 것이다. 우울한 사람은 자기, 환경 그리고 미래에 대한 부정적 사고 양식으로 이루어진 인지적 삼조(cognitive triad)를 가지고 있다. 즉, 우울한 사람은 부정적 도식(negative schema)를 가지고 있으며, 이 부정적 도식에 의하여 부정적으로 왜곡된 정보처리(information processing)를 한다.

Seligman(1975)에 의하면, 유기체가 자기의 반응이 결과를 통제할 수 없다고 지각(perception)하면 미래에

도 자기의 반응이 결과와 무관할(noncontingent) 것이라고 기대(expectancy)하여 학습된 무력이 생긴다. Seligman은 이렇게 생긴 학습된 무력이 우울증의 원인이라는 가설을 제시하였다. Abramson 등(1978)은 학습된 무력 원 모형을 보완하여 개정된 학습된 무력 모형(reformulated learned helplessness model)을 제시하였다. 개정 모형은 반응과 결과간의 무관성의 지각과, 미래의 반응과 결과간의 무관성의 기대사이에 귀인(attribution)이 매개됨을 강조하였다. 그리하여 부정적 결과에 대해 내적(internal)·지속적(stable)·일반적(global) 귀인을 하면, 무력증이 오래 지속되고 다른 상황에 일반화되기가 쉬우며 자존심이 저하된다. 개정 모형에 의하면, 우울한 사람은 긍정적 결과에 대해서는 외적(external)·일시적(unstable)·특정적(specific) 귀인을 하며, 부정적 결과에 대해서는 내적·지속적·일반적 귀인 유형을 보인다.

Beck의 인지적 모형이나 Seligman 등의 개정된 무력

모형은 모두 우울한 사람의 부정적 인지 틀을 강조한다. 즉, 우울한 사람은 우울증에 빠질 수 밖에 없는 부정적으로 왜곡된 인지의 특성을 보인다. 우울에 관한 Beck의 모형이나 무력 모형은 모두 우울에서의 심리적 과정들에 관하여 포괄적인 설명을 하려고 시도한다. 이 두 모형은 우울에 관한 많은 경험적 연구들을 유발시켰으며, 두 모형에서 내세운 가설들이 그 연구들로부터 많이 지지되었다. 학습된 무력 모형이 개정됨에 따라서 두 모형은 많은 경우에 상반되는 예언을 하기가 어렵게 되었다. 그러나 두 모형에서 강조하는 인지과정은 서로 다르다(Coyne & Gotlib, 1983). Beck의 인지 모형은 특정한 주의(attention)가 이전의 지식의 체계화(organization)에 어떻게 주어지고 이 체계화가 입력되는 정보의 처리과정에 어떻게 작용하는지를 설명하는데 유용하다. 반면에 개정된 무력 모형은 입력된 정보가 어떻게 설명되고 그러한 설명이 그후의 인지, 정서 그리고 행동을 어떻게 결정하는지를 말해 준다.

우울에서의 인지의 역할을 알아보려는 연구들을 개관해 보면, 크게 다음의 세 분야에 포함시킬 수 있다.

첫째, 유관성의 판단이나 수행의 기대를 밝히려는 연구들.

둘째, 우울집단의 귀인과정을 밝히려는 연구들.

셋째, 우울집단의 인지과정에 대한 정보처리적 접근 연구들.

본 고찰에서는 우울집단의 인지과정에 대한 정보처리적 접근 연구들을 중점적으로 개관할 것이며, 앞으로의 연구에서 고려해야 할 연구문제들을 논의할 것이다.

경험적 연구 개관

Beck의 인지적 모형과 학습된 무력 모형은 모두 우울한 사람은 우울하지 않은 사람과는 다른 인지과정의 특성을 가진다고 설명한다. 우울한 사람은 우울하지 않은 사람에 비교하여 현실경험을 부정적으로 왜곡하여 지각하며, 이 왜곡은 자존심을 낮추거나 낮은 자존심을 유지하려는 경향을 보인다. 그리고 현실에 대한 이런 왜곡된 지각이 우울정서를 심화시키며, 이 우울정서는 또

한 현실경험을 더욱 부정적으로 왜곡하여 지각하도록 순환적으로 작용한다.

Beck의 인지적 모형과 학습된 무력 모형에서 제시한 우울집단의 인지과정의 특성을 밝히려는 많은 경험적 연구들이 있어 왔다. 이 분야의 연구들은 사용된 피험자 집단이나 실험 패라다임(paradigm)이 다양하다는 점에서 묶어서 정리하기가 상당히 어렵다. 그러나, 연구방법과 내용을 중심으로 하여 선행연구들을 개관해 보면, 크게 다음의 세 분야에 포함시킬 수 있다.

- ① 유관성의 판단이나 수행의 기대(judgments of contingency or performance expectations)
- ② 귀인과정(attributional processes)
- ③ 정보처리과정(information processing)

Beck의 인지적 모형과 학습된 무력 모형은 이 세 분야의 연구들에서 우울집단의 인지과정에 관하여 유사한 예언을 한다. 그렇지만 이 세 분야의 연구들은 두 모형 중 어느 하나와 이론적으로 더 밀접히 관련된다.

우울과 유관성의 판단 사이의 관계를 알아보려는 연구들은 학습된 무력 모형에 뿌리를 두고 있다(역사적 개관은 Alloy & Abramson, 1979 참조). 우울과 유관성의 판단 사이의 관계를 알아보려는 연구들은 대부분 대학생을 피험자로 사용하였다. 이 연구들에서 우울한 피험자들은 우울하지 않은 피험자들에 비해 유관성의 정도를 더 낮게 평가하였으나, 더 사실에 가까운 판단을 하였다(e.g., Martin, Abramson, & Alloy, 1984).

우울한 사람들이 부정적으로 왜곡된 귀인유형을 보일 것이라는 가설을 검증하려는 연구들이 우울에 관한 연구들에서 상당히 높은 비율을 차지해 왔다.(자세한 개관은 김남재, 1984 참조). 이 연구들은 우울하지 않은 사람들에 비해 우울한 사람들이 가정적 사건(hypothetical event)이나 실생활 사건(life event)에 대해 어떻게 다르게 귀인하는지를 알아본다(e.g., Zautra, Guenther, & Chartier, 1985). 이 분야의 많은 연구들에서 우울한 사람들의 원인적 귀인 뿐 아니라 다른 인지 내용 그리고 스트레스를 주는 실생활사건을 아울러 고려하는 것이 중요하다고 시사되었다(e.g., Hammen, Marks, Mayol, & deMayo, 1985).

오늘날 우울에 관한 연구들 중에서 가장 높은 비율을 차지하는 분야는 우울한 사람들의 정보처리과정을 알아보는 연구들이다. 이 절에서 우울한 사람들의 정보처리과정을 알아보는 연구들을 중점적으로 개관하겠다.

우울집단의 정보처리과정의 특성을 밝히려는 연구들은 크게 두 범주로 나누어 생각할 수 있다.

첫째, 우울집단의 기억결손(memory deficit)을 밝히려는 연구들이다.

둘째, 우울한 사람들이 부정적 도식에 의하여, 부정적으로 왜곡하여 정보처리하는지를 밝히려는 연구들이다.

기억결손

Miller(1975)는 우울한 사람들의 심리적 결손(psychological deficit)에 관한 증거들을 개관하면서, 우울한 사람은 기억결손을 포함한 인지적 결손을 보인다고 말하였다. 우울집단이 기억결손이 있음을 보이는 일련의 연구들이 있어 왔다(Cohen, Weingartner, Smallberg, Pickar, & Murphy, 1982; Weingartner, Cohen, Murphy, Martello, & Gerdt, 1981; Weingartner, Miller, & Muphy, 1977).

Weingartner등(1981)은 입원환자들을 피험자로 하여 우울집단이 기억결손을 보이는지를 알아보았다. Weingartner등은 처리수준(depth of processing) 실험절차를 사용하여 피험자들에게 단어를 제시한 후에 각각 개념적 관계가 있거나 운이 같은 단어를 연상하도록 하였다. 일련의 단어들에 대한 조건별 연상과정이 끝난 후에 제시되었던 자극단어들을 자유회상하였으며, 그 후 각 조건에서 연상된 단어가 주어지고 다시 자극단어를 회상하였다. 그 결과, 전반적으로 우울집단의 기억수행이 비우울집단에 비해 저조하였으나, 그런 결손은 특정 처리조건에서 일어났다. 단어가 제시되었을 때 두 집단 모두 회상율이 크게 향상되었다. 비우울집단은 의미적 처리조건에서의 회상율이 음운적 처리조건에서의 회상율보다 의미있게 높았으나, 우울집단은 두 조건간에 차이가 없었다. 우울집단은 비우울집단에 비해 의미적 처리조건에서의 회상율이 현저하게 낮았으나, 음운적 처리조건에서는 회상율의 차이가 없었다. 실험 2에

서 우울집단은 비우울집단에 비해 자극단어들을 체계화하는 데 있어서 결함을 보였다. Weingartner등은 이런 연구결과에 대하여 우울한 사람은 정교한 약호화(elaborative encoding)가 요구되는 조건에서 약호화책략(encoding strategy)이 불완전하기 때문이라고 설명하였다.

Weingartner등의 우울집단의 기억결손에 관한 연구들은 Craik등(Craik & Lockhart, 1972; Craik & Tulving, 1975)의 처리수준 이론을 토대로 하였다. 그 동안 Craik 등의 처리수준 이론에 제한이 가해졌으며, Bransford등(Bransford, Stein, Vye, Franks, & Auble, 1982; Stein & Bransford, 1979)은 이를 보완하여 효율적 정교화 이론을 발전시켰다. 우울상태에서의 기억결손 과정을 밝히려는 연구들도 효율적 정교화 이론으로 보완되어질 때 기억결손 과정을 더 잘 설명할 수 있을 것이다.

우울상태에서의 기억결손을 밝히려는 어떤 연구들은 정상인 피험자에게 우울정서를 실험적으로 유발하여 이루어졌다. 이런 유형의 연구들은 인지심리학 분야에서 많이 나타나며, 인지와 정서 사이의 관계를 밝히려는 시도들이다.

Ellis, Thomas 및 Rodriguez(1984)는 대학생집단을 피험자로 하여 유발된 우울정서 상태가 기억수행에 어떻게 영향을 미치는가를 알아보았다. 그 결과, 우울정서가 유발된 집단은 그렇지 않은 집단에 비해 기억수행이 전반적으로 저조하였다. 정상집단의 경우에는 정교화된 귀절이 들어있는 문장을 제시받은 조건에서 그런 귀절이 없는 기본문장 조건에 비해 기억수행이 촉진되었다. 그러나 우울집단은 이 두 조건간에 기억수행의 차이가 없었다. 즉, 정상적 정서상태에서는 정교화의 이점을 보이거나, 우울정서상태에서는 정교화에 의한 촉진 효과를 보이지 않았다. 이런 결과는 우울상태에서, 약호화과정에서의 정교화가 장애를 받고 있음을 시사한다. Ellis등은 우울정서상태에서는 과제에 적절한 자원 할당(resource allocation)을 제대로 하지 못하기 때문에 기억결손을 보인다고 설명하였다.

그러면 우울상태에서는 왜 효율적 정교화가 제대로 되지 않는가? 그 이유에 대해 여러 다른 관점에서 설명할 수 있겠으나, 정보처리적 관점에서는 인지용량

(cognitive capacity)의 제한으로 설명할 수 있다. 우울한 사람은 효율적으로 자원을 할당하지 못하기 때문에 약호화과정에서 정교화를 제대로 하지 못한다. 우울상태에서는 가용한(available) 용량이 감소될 수 있기 때문에 상당한 노력을 요하는 과제에서 수행장애가 뚜렷하며, 쉬운 과제에서는 수행에 별로 영향을 주지 못한다(Hasher, Rose, Zacks, Sanft & Doren, 1985). 이런 사실은 우울상태에서의 기억결손이 자원할당의 문제로부터 비롯됨을 더욱 시사한다. Ellis등(1984)의 연구에서도 그러한 자원할당의 문제가 논의되었다.

우울상태에서 자원할당이 제한되는 이유는 다음과 같이 설명된다. 우울한 사람은 주로 부정적 내용의 자기초점적(self-focused) 과정에 자원을 많이 할당하여, 과제의 처리나 정교화에 할당할 자원이 제한을 받기 때문이다.(Ingram, 1984).

부정적 도식에 의한 정보처리

Beck(1967, 1976)의 인지적 모형에 의하면, 우울한 사람은 자기에 관하여 부정적으로 왜곡된 개념을 가지고 있다. 개정된 무력 모형(Abramson et al., 1978)에서는 우울한 사람은 자기의 능력에 대하여 부정적으로 볼 것이라고 예언할 수 있다. 그러나, 우울한 사람이 부정적 도식에 의해 정보처리할 것이라는 가설은 Beck의 인지적 모형과 더 직접적으로 관련된다.

우울집단의 정보처리과정에서의 특성은 부정적 도식 개념에 의해 포괄적으로 설명된다. 도식(schema)이란 어떤 정해진 자극영역의 표상의 부분을 구성하는 인지구조이다(Taylor & Crocker, 1981). 도식적 처리(schematic processing)는 일단의 가설들에 의해 주도되며, 이러한 가설은 장기간에 걸쳐서 경험을 통해 발달한다. Markus(1977)는 도식 개념을 자기관련적 정보의 처리에 적용하였다. 특정한 영역내에서 자기의 행동을 체계화하고 요약하고 설명하기 위해서 개인은 자기에 관한 인지구조를 형성하는 데, 이러한 자기에 관한 인지구조를 자기도식(self-schema)이라고 한다. 즉, 자기도식은 과거의 경험으로부터 유래한 자기에 관한 인지적 일반화이며, 개인의 사회경험을 포함한 정보처리를 체계화하고 방향지운다.

자기도식 개념을 우울집단의 정보처리과정 연구에 적용해 보면, 우울집단의 정보처리과정의 특성은 자기와 관련된 정보를 처리할 때 잘 나타난다. 선행연구들에서 우울집단은 정상집단이 비해 자기관련적 정보를 더 부정적 방향으로 처리하는 것으로 나타났다. 즉, 우울한 사람은 부정적 자기도식(negative self-schema)에 의해 정보처리하는 것으로 보인다.

Kuiper와 그의 동료들(Derry & Kuiper, 1981; Kuiper & Derry, 1982; Kuiper & MacDonald, 1983)은 Beck의 인지 모형을 발전시켜서 우울을 설명하는 자기도식 모형(self-schema model of depression)을 만들었다. Kuiper등은 일련의 연구들을 통해 부정적 자기도식이 우울한 사람의 정보처리과정에 영향을 준다는 Beck의 가설을 지지하였다. 우울한 사람은 부정적 내용의 자기도식을 가지며, 이 부정적 자기도식에 의해 이러한 도식과 일치되는 정보의 처리가 촉진된다. 반면에, 우울하지 않은 사람은 긍정적 자기도식에 의해 긍정적 내용이 정보처리가 촉진된다. Kuiper등은 자기도식의 내용에 따른 그러한 정보처리과정의 특성을 자기도식 내용 특성성(self-schema content specificity)으로 설명하였다.

Derry와 Kuiper(1981)는 임상적 우울증 환자들과 통제집단으로 우울하지 않은 환자들과 정상집단을 피험자로 하여 우울과 자기도식 내용 사이의 관계를 알아보았다. Derry와 Kuiper는 피험자들에게 우울한 내용과 우울하지 않은 내용의 형용사들에 대해 구조적(글자의 모양), 의미적 그리고 자기관련적 정향과제(orienting task)를 시켰다. 그런 다음에 피험자들은 제시된 형용사들에 대한 우연회상과제를 하였다. 그 결과, 자기관련적 조건에서 정상집단과 비우울집단은 우울하지 않은 내용의 형용사들을 더 많이 회상한 반면에, 우울집단은 우울한 내용의 형용사들을 더 통제집단에 비해 더 많이 회상하였다. 이러한 결과는 우울한 사람의 자기도식 내용은 부정적이며 우울하지 않은 사람의 자기도식 내용은 긍정적이라는 가설을 지지하는 것이다.

Bower(1981)는 상태의존기억(state-dependent memory)을 바탕으로 정서와 인지 사이의 관계를 연구하였다. Bower는 최면술에 의해 피험자들에게 유쾌하거나 불쾌한 기분(mood)상태를 유발하여 정서가 기억

과 사고과정에 어떻게 영향을 주는지를 알아보는 일련의 실험들을 하였으며 다음의 결과를 얻었다. 첫째로, 피험자들은 단어목록, 일기에 기록된 개인의 경험, 어렸을 때의 경험 그리고 독서한 대화내용 등에 대한 회상에서 정서의존적 기억(mood-dependent memory)을 보였다. 피험자들은 회상시의 기분에 일치하는 내용의 경험을 더 많이 회상하였다. 즉, 즐거운 기분상태에서는 즐거운 내용의 경험을 더 많이 회상하였으며, 슬픈 기분상태에서는 슬픈 내용의 경험을 더 많이 회상하였다. 둘째로, 정서는 자유연상, 심상적 환상(imaginative fantasy), 사회지각 그리고 다른사람의 성격에 대한 일별적 판단 등의 인지 과정에 크게 영향을 주었다.

Bower는 이러한 실험결과들을 설명하기 위해 연합적 망상 이론(associative network theory)을 제안하였다. 연합적 망상 이론에서 정서는 기억단위나 마디(memory unit or node)로서 작용한다. 각 정서마디(emotion node)는 그 정서의 주관적 경험, 자동화된 반응양상, 그 정서를 기술하는 언어적 명칭, 그 정서를 유발하는 사건의 기술을 포함하는 인지 등과 같은 세부특징(feature)의 집합으로 연결되어 있다. 특정한 정서마디가 활성화(activation)되면 어떤 정서가 경험되며, 활성화는 연합통로(associative pathway)를 따라서 그 정서마디에 연결된 다른 마디로 확산(spreading)된다. 활성화 확산의 정도는 마디 사이의 연결고리(link)의 강도나 접근가능성(accessibility)에 달려 있다. Bower는 각 정서마디는 그 정서와 관련된 기억과 인지로 이루어진 인지적 망(cognitive network)에 연합되어 있다고 제안한다. 따라서, 특정 정서마디의 활성화는 그 정서에 연합된 사실들의 인출을 돕는다. 우울정서마디가 활성화된 상태에서는 우울정서와 연합된 사실들의 정보처리가 촉진된다.

Teasdale과 그의 동료들(Clark & Teasdale, 1982; Teasdale & Fogarty, 1979; Teasdale, Taylor, & Fogarty 1980)은 우울집단의 긍정적 정보나 부정적 정보의 인출과정을 알아보는 일련의 연구들을 하였다. Clark와 Teasdale (1982)은 임상적 우울증 환자들을 대상으로 경험내용에 따른 기억의 접근가능성을 알아보았다. 그들은 피험자들의 하루 동안의 정서변화 주기를 조사하여

우울정서가 가장 심할 때와 가장 완화되었을 때에 각각 자극단어로부터 연상되는 경험을 인출하도록 하였다. 그 결과, 우울정서가 완화하였을 때에 비해 우울정서가 심한 상태에서 불행한 내용의 경험들을 더 많이 기억하였다. 반면에, 행복한 내용의 경험들은 우울정서가 심할 때보다 완화된 상태에서 더 많이 기억되었다. 이런 결과는 우울정서가 심할수록 긍정적 경험보다는 부정적 경험의 기억이 더 접근가능함을 보여준다. Clark와 Teasdale은 이 결과에 대하여, 우울한 사람과 우울하지 않은 사람의 긍정적·부정적 내용의 정보처리과정에서의 차이가 우울한 사람의 지속적 특성보다는 우울 정서상태 때문임을 시사하는 것이라고 논의하였다. 그들은 또한, 이 연구결과가 정상인들을 피험자로 하여 실험적으로 유발한 우울정서상태에서의 정보처리과정 연구결과를 임상적 우울집단에 일반화할 수 있는 가능성을 넓혀 준다고 보았다.

Gotlib와 McCann(1984)은 대학생울 피험자로 우울집단의 구성개념 접근가능성(construct accessibility)을 알아 보았다. 어떤 자극에 대한 주의(attention)와 해석은 다양한 구성개념이나 도식의 상대적 접근가능성에 의해 영향을 받는다. Beck의 인지적 모형을 따라서 우울한 사람과 우울하지 않은 사람은 부정적 내용을 갖는 구성개념의 상대적 접근가능성에서 차이를 보일 것이라고 예언되었다. Gotlib와 McCann은 실험 1에서 Stroop과 세를 사용하여 우울한 사람과 우울하지 않은 사람의 구성개념 접근가능성을 알아보았다. 이 실험에서 우울한 피험자들은 우울하지 않은 피험자들에 비해 우울한 내용의 형용사들에 대한 반응시간이 더 지연되었다. 이런 결과는, 우울집단의 경우에 우울한 내용의 형용사들에 대한 접근가능성이 더 크기 때문에 색채명을 말하는 것이 더 많이 간섭(interference)을 받은 결과이다. 비우울 집단에서는 그러한 반응양상이 발견되지 않았다. Gotlib와 McCann은 이 결과가 우울한 사람이 부정적 도식을 가지고 있기 때문에 환경적 정보를 처리하는데 있어서 긍정적 구성개념보다는 부정적 구성개념이 상대적으로 더 잘 활성화되어서 접근가능성이 크기 때문일 것이라고 제안하였다. Gotlib와 McCann은 실험 2에서 피험자를 무선배정하고 우울정서를 유발하여 실험 1과

같은 과정으로 실험한 결과, 실험 1에서와 같은 결과를 얻지 못하였다. 이런 결과는 일시적 기분상태로서는 실험 1의 결과를 충분히 설명할 수 없음을 시사하는 것이다. 즉, 우울한 사람과 우울하지 않은 사람의 부정적 내용의 구성개념에 대한 상대적 접근가능성의 차이는 일시적 기분상태보다는 우울과 관련된 보다 지속적인 인지적 요인에 의해 나타남을 시사한다. 이러한 결과는 Clark와 Teasdale(1982)의 연구에서 시사하는 바와는 다른 것이다.

고려할 연구문제

우울한 사람의 인지과정에서의 특성을 밝혀려는 연구들을 개관해 볼 때, 우울집단의 피험자들은 대개 임상적 우울증 환자들이거나 대학생들이다. 대학생을 우울집단으로 사용한 연구들에서 우울한 피험자들은 대부분 Beck의 우울척도(Beck Depression Inventory; BDI, Beck, Ward, Mendelson, Mock & Erbaugh, 1961)에서 높은 점수를 받은 사람들이었다. Depue와 Monroe(1978)는 가벼운 우울증(mild depression) 학생들이 주관적 기분이나 인지적 요소에서는 임상적 우울증 환자와 유사한 점이 있으나, 임상적 우울증 환자들이 보이는 행동상의 장애나 신체적 증상은 보이지 않는다고 지적하였다. 임상적 우울증 환자와 우울한 대학생들이 우울 정도의 차이만 나는 동질적 집단으로 보기는 어렵다(Coyne & Gotlib, 1983). 따라서 우울한 대학생들을 피험자로 하여 연구한 결과를 임상적 우울증 환자들에게 적용하려면 보다 세심한 고려가 필요하다.

임상적 우울증 환자들을 대상으로 한 연구에서 통제 집단을 어떻게 사용하느냐는 문제도 다시 고려되어야 한다. Gotlib(1981)는 자기를 낮게 평가하는 것은 우울증 환자에만 특징적인 것이 아니며 다른 정신과 환자들도 그런 경향을 보인다고 지적하였다. 따라서, 임상적 우울집단을 피험자로 한 연구에서 통제집단으로 정상인 집단 뿐 아니라 우울하지 않은 환자집단도 포함되어야 한다(e. g. Derry & Kuiper, 1981).

Coyne와 Gotlib(1983)는 선행연구들의 개관에서, 우울한 사람이 부정적으로 왜곡하여 정보를 해석한다는

가설이 일관되게 지지받지 못하였다고 논의하였다. 선행연구 결과들의 이런 불일치는 우울의 수준(levels of depression)을 고려하면 해결될 수 있다. Ruehlman, West 및 Pasahow(1985)는 우울집단의 인지 과정에 관한 연구들의 개관에서 임상적 우울집단은 부정적 왜곡을 보이고, 가벼운 우울집단(우울한 대학생집단)은 비도식적 처리를 하여 공정하게 현실을 지각하며, 정상집단은 긍정적 편파를 보인다고 논의하였다. 따라서 우울집단의 인지과정을 밝혀려는 연구들은 우울의 수준을 중요한 변인으로 고려해야만, 우울한 사람들이 부정적 인지유형을 가지고 있다는 가설을 제대로 검증할 수 있을 것이다.

어떤 연구들은 정상집단을 피험자로 우울정서를 유발하여 우울정서와 인지 사이의 관계를 알아보았다(Bower, 1981; Ellis et al., 1984; Teasdale et al., 1980). 정상집단을 피험자로 우울정서를 유발하여 나온 연구결과들을 우울한 사람들의 인지과정의 특성으로 볼 수 있는가? 이문제는 부정적 내용의 정보를 선택적으로 지각하거나, 더 잘 기억하는 것이 우울한 사람의 비교적 지속적인 특성인가, 아니면 정보처리 당시의 우울정서상태 때문인가의 문제와 직결된다. Clark와 Teasdale(1982)은 부정적 정보에의 접근가능성이 우울정서상태에 의해서 영향받고 있음을 보이며, 부정적 경험을 더 잘 인출하는 것이 우울한 사람의 지속적인 특성이라고 보다는 정보처리 당시의 우울정서상태 때문일 가능성이 크다고 논의하였다. Clark와 Teasdale은 이런 결과를 토대로 정상집단을 피험자로 우울정서를 유발하여 나온 연구결과를 임상적 우울집단에 일반화할 수 있다고 주장하였다. 반면에, Gotlib와 McCann(1984)의 연구에서 우울집단과 비우울집단간에 부정적 정보에의 접근가능성이 차이를 보였으나, 우울정서가 유발된 집단과 그렇지 않은 집단간에는 그러한 차이가 발견되지 않았다. Gotlib와 McCann은 부정적 정보에의 접근가능성이 상대적으로 큰 것은 우울한 사람의 비교적 지속적인 특성이며, 당시의 우울정서상태에 의한 것이 아니라고 논의하였다. 따라서, 부정적 도식에 의한 정보처리가 우울한 사람의 지속적인 특성인지, 혹은 당시의 우울정서상태 때문인지에 관하여 앞으로 새로운 연구가 요망된다.

또한, 정상집단에게 우울정서를 유발하여 나온 연구결과들을 우울증 환자들의 인지과정의 특성으로 일반화하는 데 더 많은 검토가 필요하다.

우울집단의 정보처리과정에 관한 연구들 중에서 어떤 연구들은 기억결손을 알아보려는 것이며, 다른 연구들은 부정적 도식에 의한 정보처리의 특성을 밝히려는 연구들이다. 이 두 범주의 연구들은 연구방법상, 자극재료와 실험조건에서 각각 비교할 수 있다. 우울집단이 부정적 도식에 의해 정보처리하는지를 밝히려는 연구들은 대부분 우울한 내용의 자극재료를 사용했으나, 기억결손에 관한 연구들의 자극재료는 그렇지 않았다. 우울한 사람이 부정적 도식에 의해 정보처리하는 특성을 밝히려면 부정적 내용의 자극재료를 사용하는 것이 적합하다(Derry & Kuiper, 1981). 우울한 사람의 부정적 도식에 의한 정보처리는 자기관련적 처리조건에서 잘 나타난다. 그런데 우울집단의 기억결손에 관한 연구들은 대부분 음운적 처리조건과 의미적 처리조건만을 실험조건으로 포함하였다. 두 범주의 연구방법을 비교해 볼 때, 자극재료나 실험조건에 따라서 우울집단이 기억결손을 보이거나, 아니면 부정적으로 왜곡된 정보처리를 보일 것이라고 생각할 수 있다. 우울에 관한 정보처리적 연구들에서 나타나는 기억결손이나 부정적 도식에 의한 정보처리의 차이가 연구방법상의 차이 때문인지, 아니면 인지과정에서의 다른 변인 때문인지를 규명하는 연구가 요망된다.

우울을 설명하는 두 인지 모형은 부정적 인지가 우울의 원인 역할을 한다고 강조한다. 선행연구들에서 우울한 사람이 부정적 인지의 특성을 가진다고 밝힌 결과들이 많았으나, 우울과 인지 사이의 인과관계를 밝히기에는 미흡하였다. 우울과 인지 사이의 인과관계를 밝히려고 시도한 몇몇 연구들은 일관된 결과를 보이지 못했다. 부정적 인지가 우울의 원인인지를 밝혀야만 우울에 관한 두 인지 모형이 제대로 검증되는 것이다. 우울과 인지 사이의 인과관계가 어떠한지, 혹은 둘 사이가 인과관계로 설명되기 어려운 순환적 관계인지를 밝히는 더 많은 종단적 연구(longitudinal study)가 필요할 것으로 생각한다(eg, Persons & Rao, 1985).

우울에서의 인지의 역할을 강조하는 입장은 우울한

사람의 부정적 인지가 우울증을 일으키고 지속시키는 가장 중요한 변인으로 본다. 우울에 관한 다른 입장은 우울한 사람의 환경이나 실생활사건이 우울증의 중요한 원인이라고 설명한다(Brown & Harris, 1978). 이런 입장을 감안한다면, 우울에 관한 앞으로의 연구들은 우울한 사람의 인지 특성뿐만 아니라 환경을 아울러 고려해야 할 것이다. 이런 방향의 연구에서는 스트레스와 대처 모형(Lazarus, 1981)이 유용할 것이라고 생각된다. 즉, 우울한 사람의 인지과정뿐만 아니라 그가 겪은 실생활 스트레스를 아울러 고려해야 하겠다(Folkman & Lazarus, 1986; Hammen, Mayol, deMayo, & Marks, 1985).

결 어

우울에서의 인지의 역할을 강조하는 Beck의 인지 모형과 학습된 무력 모형은 우울한 사람의 인지과정을 밝히려는 많은 경험적 연구들을 유발시켰다. 우울을 설명하는 두 인지 모형의 기여는 우울의 원인적 역할을 한다고 생각되는 부정적으로 왜곡된 인지과정의 경향을 발견했다기보다는 그러한 가설을 검증하는 많은 연구들을 유발시켰다는 데에서 찾을 수 있다. 이 연구들은 우울한 사람의 부정적 인지과정을 밝히려는 것에 초점이 두어졌으며, 피험자, 연구방법, 연구내용 등에서 다양하였다. 선행연구결과들이 일관되지 않았지만 많은 연구들에서 임상적 우울집단이 부정적 도식이나 우울한 귀인유형을 가지고 있으며, 이러한 인지의 특성이 우울을 일으키거나 지속시키는데 중요한 역할을 함이 시사되었다.

우울한 사람들의 인지과정이 부정적으로 왜곡되어 있으나하는 문제에 대해서는 견해가 다를 수 있다. 우울한 사람이 그렇지 않은 사람에 비해 자기나 환경을 더 부정적으로 지각하는 것이 사실이라고 하더라도, 그것이 꼭 우울한 사람이 부정적으로 왜곡된 인지의 특성을 가지고 있다는 것을 말하지는 않는다. 우울한 사람이 환경적 정보를 정확하게 지각하고 있으며, 다만 그를 둘러싼 환경이 부정적 인지를 가질 수 밖에 없는 상황일 수도 있을 것이다. 따라서 우울한 사람의 인지과정

뿐만 아니라, 우울한 사람과 환경 사이의 상호교류관계를 아울러 연구하는 것이 우울에 관한 더 많은 사실을 알려줄 수 있을 것이다.

두 인지 모형은 부정적 인지가 일차적이며 그에 따라서 우울정서가 생긴다고 본다. 그러나 선행연구들을 개관해 볼 때 우울과 인지 사이의 인과관계를 일관되게 말하기는 어렵다. 어떤 연구들에서는 정서가 인지에 영향을 줄 수 있다는 사실이 강조되었다. 선행연구들로부터 우울과 부정적 인지 사이의 순환적 관계를 생각할 수 있다. 즉, 부정적 인지는 우울정서를 심화시키며 이 심화된 우울정서는 더욱 부정적 인지를 갖도록 작용한다. 우울과 부정적 인지가 이렇게 순환적으로 작용한다면, 이는 우울한 사람이 우울상태에서 벗어나기가 상당히 어려울 것이라고 시사하는 것이다. 우울에 관한 인지적 접근의 치료는 우울한 사람의 부정적 인지를 보다 긍정적 인지로 바꾸는 것을 강조한다. 그런데 우울과 부정적 인지가 순환적으로 작용한다면, 우울과 부정적 인지 사이의 순환적 관계의 고리를 어떻게 푸느냐하는 것에 우울증 치료의 초점이 모아지게 된다.

우울집단의 인지과정에 관한 연구들이 일관된 결과들을 보이지는 못했지만, 우울에 관한 많은 사실들을 알려 주었다. 앞으로의 연구에서 우울한 사람의 인지과정뿐만 아니라 환경이나 그로부터 오는 스트레스에 대한 대처 등을 아울러 고려할 때 우울에 관한 이해를 더해 줄 것이다. 그리고 우울과 인지 사이의 관계를 알아보는 연구들이, 오늘날 심리학에서 크게 관심을 두는 주제인 정서와 인지 사이의 관계를 밝히는 기초를 제공해 줄 수 있을 것으로 생각한다.

참 고 문 헌

- 김남재(1984). 우울과 인지: 귀인과정을 중점으로 한 고찰. *공사논문집*, 제19집, 29-48.
- Abramson, L.Y., Seligman, M.E.P., & Teasdale, J. (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 49-74.
- Alloy, L.B., & Abramson, L.Y. (1979). Judgment of contingency in depressed and nondepressed students: Sadder but wiser? *Journal of Experimental Psychology:General*, 108, 441-485.
- Beck, A.T.(1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. New York:Hoerber.
- Beck, A.T.(1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York:International University Press.
- Beck, A.T., Rush, A.J., Shaw, B.F., & Emery, G.(1979). *Cognitive therapy of depression*. New York:Guilford Press.
- Beck, A.T., Ward, C.H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.
- Bower, G.H.(1981). Mood and memory. *American Psychologist*, 36, 129-148.
- Bransford, J.D. Stein, B.S., Vye, N.J., Franks, J.J., & Auble, P.M.(1982). Differences in approaches to learning: An overview. *Journal of Experimental Psychology:General*, 111, 390-398.
- Brown, G.W., & Harris, T. (1978). *Social origins of depression: A study of psychiatric disorder in women*. New York:Free Press.
- Clark, D.M., & Teasdale, J.D. (1982). Diurnal variation in clinical depression and accessibility of memories of positive and negative experiences. *Journal of Abnormal Psychology*, 91, 87-95.
- Cohen, R.M., Weingartner, H., Smallberg, S.A., Pickar, O., & Murphy, D.L. (1982). Effort and cognition in depression. *Archives of General Psychiatry*, 39, 593-597.
- Coyne, J.C., & Gotlib, I.H. (1983). The role of cognition in depression. A critical appraisal. *Psychological Bulletin*, 94, 472-505.
- Craik, F.I.M., & Lockhart, R.S.(1972). Levels of processing: A framework for memory research. *Journal of Verbal Learning and Verbal Behavior*, 11, 671-684.
- Craik, F.I.M., & Tulving, E.(1975). Depth of processing

- and the retention of words in episodic memory. *Journal of Experimental Psychology:General*, 104, 268-294.
- Depue, R.A., & Monroe, S.M. (1978). Learned helplessness in the perspective of the depressive disorders: Conceptual and definitional issues. *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 3-21.
- Derry, P.A., & Kuiper, K.A.(1981). Schematic processing and self-reference in clinical depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 90, 286-297.
- Ellis, H.C., Thomas, R.L., & Rodriguez, I.A.(1984). Emotional mood states and memory:Elaboration encoding, semantic processing and cognitive effort. *Journal of Experimental Psychology:Learning, Memory, and Conition*, 10, 470-482.
- Folkman, S., & Lazarus, R.S., (1986). Stress processes and depressive symptomatology. *Journal of Abnormal Psychology*, 95, 107-113.
- Gotlib, I.H.(1981).Self-reinforcement and recall:Differential deficits in depressed and nondepressed psychiatric patients. *Journal of Abnormal Psychology*, 90, 521-530.
- Gotlib, I.H., & McCann, C.D. (1984). Construct accessibility and depression: An examination of cognitive and affective factors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 427-439.
- Hammen, C., Marks, T., Mayol, A., & deMayo, R.(1985). Depressive self-schemas, life stress, and vulnerability to depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 94, 308-319
- Hammen, C., Mayol, A., deMayo, R., & Marks, T. (1986). Initial symptom levels and the life-event-depression relationship. *Journal of Abnormal Psychology*, 95, 114-122.
- Hasher, L., Rose, K.C., Zacks, R.T., Santt, M., & Doren, B.(1985). Mood, recall and selectivity effects in normal college students. *Journal of Experimental Psychology:General*, 114, 104-118.
- Ingram, R.E.(1984). Toward an information-processing analysis of depression. *Cognitive Therapy and Research*, 8, 443-478.
- Kuiper, N.A., & Derry, P. A.(1982). Depressed and nondepressed content self-reference in mild depressives. *Journal of Personality*, 50, 67-80
- Kuiper, N.A., & MacDonald, M.R.(1983). Schematic processing in depression: The self-based consensus bias. *Cognitive Therapy and Research*, 7, 469-484
- Lazarus, R.S.(1981). The stress and coping paradigm. In C. Eisdorfer, D Cohen, A. Kleinman, & P. Maxim (Eds.), *Models for clinical psychopathology*. New York:Stectrum
- Markus, H.(1977), Self-schemas and processing information about the self, *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 63-78
- Martin D.J., Abramson, L.Y., & Alloy, L.B.(1984). The illusion of control for self and others in depressed and nondepressed college students. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 125-136
- Miller, W.R.(1975). Psychological deficit in depression. *Psychological Bulletin*, 82, 238-260.
- Persons, J.B., & Rao, P.A.(1985). Longitudinal study of cognitions, life events, and depression in psychiatric inpatients. *Journal of Abnormal Psychology*, 94, 51-63.
- Ruehlman, L.S., West, S.G., & Pasahow, R.J.(1985). Depression and evaluative schemata. *Journal of Personality*, 53, 46-92.
- Seligman, M.E.P.(1975). *Helplessness:On depression, development and death*. San Francisco:W.H. Freeman.
- Stein, B.S., & Bransford, J.D(1979). Constraints on effective elaboration:Effects of precision and subject-generation. *Journal of Verbal Learning and Verbal Behavior*, 18, 769-777.
- Taylor, S.E., & Crocker, J.(1981). Schematic basis of information processing. In E.T.Higgins, C.P. Herman & M.P. Zanna (Eds.), *Social Cognition:The Ontario symposium (Vol.1)*. Hillsdale, N.J.,

- Erlbaum.
- Teasdale, J.D., & Fogarty, S.(1979). Differential effects of induced mood on retrieval of pleasant and unpleasant event from episodic memory. *Journal of Abnormal Psychology, 88*, 248-257.
- Teasdale, J.D., Taylor, R., & Fogarty, S.(1980). Effects of induced elation-depression on the accessibility of happy and unhappy experiences. *Behavior Research and Therapy, 18* 339-346
- Weingartner, H., Cohen, R.M., Murphy, D.L., Martello, J. & Gerdt, C. (1981). Cognitive processes in depression. *Archives of General Psychiatry, 38*, 42-47.
- Weingartner, M., Miller, H., & Murphy, D.L.(1977). Mood state dependent retrieval of verbal associations. *Journal of Abnormal Psychology, 86*, 276-284.
- Zautra, A.J., Guenther, R.T., & Chartier, G.M.(1985). Attributions for real and hypothetical events: Their relation to self-esteem and depression. *Journal of Abnormal Psychology, 94*, 530-540.

韓國臨床心理學會誌

Korean Journal of Clinical Psychology

1987, Vol. 6, No. 1, 59~68

Information Processing in Depression: A Review

Nam-Jae Kim

Duk Sung Women's University

Many researches examined the role of cognition in depression. These researches tested the Beck's cognitive model of depression or the learned helplessness model of depression. Three broad areas of cognitive functioning in depression are examined: Judgment of contingency or performance expectations, attributional processes, and information processing. In this paper, researches examining the information processing in depression are reviewed mainly. The available empirical evidences are suggestive of negative cognitive tendencies in severely depressed individuals. The hypothesis that negative cognition is the cause of depression is not consistently supported. The empirical literature suggests that the depressive recycling processes between negative cognition and depression are likely to contribute to the maintenance of depressive reaction. Additionally, some issues to be considered for future research are discussed.