

우울증과 초점주의의 대상 및 내용

최 이 순

김 영 환

박조열신경정신과의원 경북대학교 심리학과

본 연구는 비우울 집단, 비임상적 우울집단 및 임상적 우울집단에 있어서 초점주의의 대상과 내용이 집단 간에 유의미한 차이가 있는지를 밝히는데 있다. 각 집단별 20명씩의 피험자들에게 자기초점 문장완성검사(SFSC)를 실시하여 검사반응에 따라 주의를 자기초점적 주의, 외부초점적 주의, 양가적 주의 및 중립적 주의로 분류하였다. 그리고 자기초점적 주의와 외부초점적 주의의 내용을 다시 긍정적, 부정적 및 중립적 반응으로 분류하였다. 그 결과 임상적 우울집단은 비우울집단 보다 자기초점적 주의가 유의미하게 많았으나, 비임상적 우울집단과 임상적 우울집단 간에는 유의미한 차이는 없었다. 자기 초점적 주의의 내용에 있어서, 비우울집단은 다른집단에 비해 긍정적인 내용의 비율이 유의미하게 높았으나 임상적 우울집단은 부정적인 내용의 비율이 유의미하게 높았다. 비임상적 우울집단은 자기초점적 주의의 내용의 비율에 있어 유의미한 차이가 나지 않았다.

우울한 상태가 장기화 되면 신체적, 정서적, 행동적 및 인지적 장애를 수반하게 된다. 이러한 특징적 장애를 수반하는 정서장애를 정신의학에서는 우울증으로 분류한다. 인간이 심리적 생활을 영위하는 한 우울상태나 우울감의 경험은 피할 수 없다고 하겠다. 그래서 우울증이란 인간의 생활과정과 관련된 가장 오래된 정서적 장애의 하나라고 할 수 있을 것이다.

정신분석학에서는 우울증을 생의 초기에 있었던 주요한 상실(major loss)을 재경험할 때 생기는 것으로 설명하고 있다. 그러나 우울증에 대해서는 여러 관점에서 접근이 이루어지고 있는데, 이러한 접근들은 생체의학적(biomedical), 심리역동적,

행동적 및 인지 사회적(cognitive social) 접근으로 분류할 수 있다. 우울증에 대한 인지적 접근에 있어서 많은 주목을 받고 있는 개념은 자기초점적 주의(self-focused attention)와 외부초점적 주의(external-focused attention)이다. 자기초점적 주의란 주의의 초점이 자기 외적인 환경 및 인물에게로 향하는 것을 말한다(Carver & Scheier, 1981; Duval & Wicklund, 1972). 자기초점적 주의란 주의의 초점이 자기 자신에게로 향하는 것을 말하는데, 이 개념은 원래 객관적 자기의식론(objective self-awareness theory; Buss, 1980; Fenigstein, Scheier & Buss, 1975)에서 비롯된 것이다. 객관적 자기의식론은 자신의

일과성적상태(transitory state)에 비롯된 것이다. 객관적 자기의식론은 자신의 일과성적상태(transitory state)에 대한 주의의 초점에 주된 관심을 기울이고 있으나, 자기인식론은 특성과 같은 기질적 경향성에 대한 주의의 초점에 주된 관심을 기울이고 있다. 즉 전자가 자신의 일과성적 상태에 대한 자기초점적 주의에 주된 관심이 있는 반면에 후자는 자신의 성격 특성에 대한 자기초점적 주의에 주된 관심을 기울이고 있다. 따라서 자기 초점적주의란 자신의 일과성적 상태나 기질적 소인과 같은 성격특성에 주의의 초점을 맞추는 것이라고 정의할 수 있다.

인지적 접근에서 주로 다루었던 자기초점적 주의는 우울증의 병리적 특징에 관한 연구와 많은 유사점이 있다. 이러한 연구들은 우울증의 병리적 특징이란 주의의 초점이 자기 자신에게로 향한 자기초점적 주의와 관련되어 있음을 지적하고 있다. 예컨대, 우울한 사람은 자존감(self-esteem)이 낮고 비애와 같은 많은 부적 정서(dysphoric affect)와 증상을 호소할 뿐만 아니라 부정적 사상을 자기 자신에게 귀인시키고 있는데, 이러한 특징적 증상들은 자기초점적 주의가 증가하기 때문일 수 있다(Smith & Greenberg, 1981). 이들은 자기초점적 주의가 우울감이나 우울증을 이해하는데 중요한 의미를 갖는다고 하였다. 즉, 자기 자신에게 주의의 초점을 맞추도록 실험적으로 조작하면 우울증의 현상적 특성과 유사한 심리적 특징을 발견할 수 있다는 것이다. 또한 Kanfer와 Hagerman(1981) 및 Carver 와 Scheier(1981)은 우울한 사람들은 우울하지 않은 사람보다 주의의 초점이 자기 자신에게로 더 많이 향한다고 하였다. Beck(1967, 1976)도 우울한 상태에서는 자기초점적 주의와 유사한 자기집착(self-preoccupation)이 증가한다고 하였고, Lewinshon(1982), Lewinshon 등(1985), Alloy 등(1979) 및 Schmitt(1983)도 우울증의 경우 자기초점적 주의가 증가한다는 것을 지적하고 있다.

우울장애와 자기초점적 주의와의 관계를 알아보

기 위한 선행연구들을 살펴보았을때(Gibbon et al., 1985; Ingram & Smith, 1984; Pyzczynki & Greenberg, 1985; Smith, Ingram & Roth, 1985; Smith & Greenberg, 1981), 우울한 상태의 한가지 인지적 특징으로서 주의의 초점과 관련되어 있음을 확인할 수 있었다. Smith와 Greenberg(1981)는 우울한 대학생 집단과 우울하지 않은 대학생집단을 대상으로 자기초점적 주의의 내용을 비교하였는데, 그 결과 우울하지 않은 집단은 우울한 집단보다 긍정적인 자기초점적 반응이 높았다. 그러나 우울한 집단에서는 긍정적인 주의의 내용과 부정적인 주의의 내용에 유의미한 차이가 없었다. 그리고 Ingram등(1987)은 비우울 집단과 우울증 환자집단의 자기초점적 주의의 내용을 비교한 결과 우울증 환자집단이 비우울 집단보다 부정적인 내용이 유의미하게 높았다. 이러한 선행연구는 우울증이란 자기초점적 주의가 과도하다기 보다 자기초점적 주의의 내용이 부정적임을 지적하고 있다. 예컨대, 우울한 사람은 주의가 자기 자신에게로 향하지만 그중에서도 부정적인 내용으로 자기에게 향해 있기 때문에 문제라고 할 수 있다.

Ingram과 Smith(1984) 및 Ingram등(1987)의 연구에 의하면, 비임상적 우울집단은 자기초점적 주의의 내용에 있어서 긍정적 반응과 부정적 반응의 비율에 유의한 차이는 없었다. 그러나 임상적 우울집단은 자기초점적 주의의 내용에 있어서 긍정적 반응보다 부정적 반응의 비율이 유의하게 높았다. 그러므로 비임상적 우울집단과 임상적 우울 집단간의 중요한 차이란 자기초점적 주의의 정도 뿐만 아니라 더우기 자기초점적 주의의 내용이 부정적이라는 것을 지적하고 있다. 말하자면 우울증이란 긍정적 사고와는 비교적 독립적인 부정적 사고의 비율적 증가에서 비롯될 수 있음을 시사한다고 하겠다.

이러한 선행연구들은 우울의 정도가 심해질수록 주의의 초점이 자기 자신에게로 향하고 있음을 지적하고 있다. 또한 주의의 내용에 있어서도 정신

병리가 심해 질수록 긍정적 내용이 점점 부정적 내용으로 변화하고 있다. 그래서 주의의 내용에 있어서 긍정적 내용과 부정적 내용의 차이는 정상적 기능과 기능장애를 변별해 줄 뿐만 아니라 정신병리의 심각성을 지적해 주는 중요한 단서가 될 수 있다. 그러므로 자기초점적 주의와 외부초점적 주의의 비율 및 주의의 내용에 관한 연구는 기능장애와 기능장애의 정도를 이해하는데 중요한 의미를 지닌다고 생각된다. 특히 우울집단과 비우울집단을 대상으로 초점주의의 대상과 내용을 연구하는 것은 우울장애의 인지적 특징 뿐만 아니라 우울장애에 대한 인지치료적 접근에 중요한 정보를 제공해 줄 것으로 기대된다.

본 연구는 비우울집단(nondepressive group), 비임상적 우울집단(subclinical depressive group) 및 임상적 우울집단(clinical depressive group)을 대상으로 초점주의의 방향과 이러한 주의의 내용상의 차이가 있는지를 알아보려는 것을 목적으로 하고 있다. 본 연구의 가설은 다음과 같다.

- 가설1. 우울수준이 높은 집단은 자기초점적 주의의 비율이 높고, 우울수준이 낮은 집단은 외부초점적 주의가 높을 것이다.
- 가설2. 우울의 정도와 중립적 주의 및 양면적 주의간에는 차이가 없을 것이다.
- 가설3. 우울수준이 높은 집단은 자기초점적 주의의 내용이 부정적이고 우울수준이 낮은 집단은 자기초점적 주의의 내용이 긍정적일 것이다.

가설4. 중립적인 내용의 초점주의는 집단간에 유의미한 차이가 있을 것이다.

가설5. 우울의 정도에 따라 외부초점적 주의의 내용에는 차이가 없을 것이다.

연구방법

대상의 선정

본 연구는 우울변인에 따라 비우울집단, 비임상적 우울집단 및 임상적 우울집단으로 나누고, 각 집단에 20명씩 배정하였다. 비우울집단은 Beck의 우울척도를 대학생 및 직장인 120명에게 실시하여 우울점수가 10점 이하인 피험자로 구성하였으며, 비임상적 우울집단은 우울점수가 11~20점 사이에 속하는 피험자를 배정하였다. 그리고 임상적 우울집단이란 정신과적 치료를 받고 있는 입원환자와 외래환자 중에서 DSM-III-R(1987)의 진단분류에 따라 주요 우울장애(major depression)에 속하고 Beck의 우울척도에서 우울점수가 21점 이상인 집단이다. Beck의 우울척도에서 21점 이상을 임상적 우울집단으로 분류한 이유는 한홍무 등(1986)의 연구에서 임상적 우울집단과 비우울집단의 분할치(cut-off score)가 각각 21점과 10점이라는 데 근거를 두고 있다. 그리고 각 집단에 속하는 피험자들은 임상적 우울집단의 성별 및 연령에 가능한 한 일치하도록 피험자를 선정하였다. 각 집단별 인구학적 특징과 BDI 점수는 표. 1과 같다.

표 1. 연구대상의 인구학적 특징과 BDI 점수

집 단	피험자수	남/녀	평균연령	BDI의평균점수	BDI 점수범위
비우울집단	20 명	7/13	32.2	7.8	1-10
비임상적 우울집단	20 명	7/13	31.0	14.8	12-19
임 상 적 우울집단	20 명	7/13	34.7	29.0	20-46

측정도구

본 연구에 사용한 측정도구에는 Beck의 우울척도, 자기초점 문장완성검사인데 각 척도 및 검사의 내용은 다음과 같다.

Beck의 우울척도

원래 Beck의 우울척도(BDI; Beck Depression Inventory)는 우울성향을 측정하기 위하여 Beck가 1961년에 제작한 것으로 우울증의 증상 및 심리적 상태에 관한 21개의 항목으로 구성되어 있다. Beck는 1978년에 이 척도를 다시 개정하였는데, 한홍무 등(1986)은 우울증에 대한 BDI의 변별타당도를 연구한 바 있다. 이들은 BDI의 점수는 정상집단과 우울증상을 호소하고 있는 환자 집단을 타당하게 변별해 준다고 하였다. 그래서 본 연구에서도 한홍무 등(1986)이 표준화한 Beck의 우울척도를 그대로 사용하였다.

자기초점 문장완성검사

문장완성검사는 다른 투사검사와는 달리 미완성 문장을 완성하는 과정에서 개인의 특수한 심리적 특징이 투사된다는 것이다. 자기초점 문장완성검사(SFSC: Self-Focus Sentence Completion)는 원래 Rorschach 검사의 반사반응과 쌍반응에 대한 교차타당도를 검증하기 위하여 1966년에 제작되었다. 그리고 Exner(1973)가 자기초점 문장완성검사의 45개 문항 중에서 자기와 관련된 어간(예컨대, 나는, 나를 등)을 중심으로 검사를 다시 만들었다. Exner가 만든 자기초점 문장완성검사는 자기중심성(egocentricity)에 대한 신뢰롭고 타당한 정보를 제공한다고 하는데, 본 연구에서는

초점적 주의의 대상과 내용을 측정하기 위해 Exner가 만든 검사를 변안하여 사용하였다.

채점 및 결과

자기초점 문장완성검사의 채점은 Exner(1973)의 채점체계에 따라 분류하고 채점하였다. 초점주의는 자기초점적 주의(Self-focused attention: S), 외부초점적 주의(external-focused attention: E), 양면적 주의(ambivalent: A) 및 중립적 주의(neutral: O)로 분류할 수 있는데 이러한 초점적 주의의 구체적인 채점기준은 부록 I에 제시되어 있다. 그리고 자기초점적 주의와 외부초점적 주의는 그 내용에 따라 긍정적(positive: p), 부정적(negative: n) 및 중립적(neutral: o) 내용으로 분류할 수 있다. 따라서 자기초점적 주의는 긍정적(Sp), 부정적(Sn), 중립적(So) 반응으로 분류할 수 있고 외부초점적 주의도 역시 긍정적(Ep), 부정적(En), 중립적(Eo) 반응으로 분류할 수 있다.

초점주의의 대상을 알아보기 위하여 전체 반응수(30개)에 대한 S, E, A, O의 비율을 계산하고 이러한 범주에 있어서 우울수준에 의한 집단 간의 차이를 검증하기 위해 일원변량 분석을 하였다. 그리고 자기초점적 주의와 외부초점적 주의에 대한 초점주의의 내용에 있어서 집단간의 차이를 검증하기 위하여 일원변량분석을 하였다.

결 과

채점자간의 신뢰도

연구 대상 중 21명을 무선적으로 선정하여 2명의 평정자가 독립적으로 채점한 결과에 대해

표 2. 각 범주에 대한 평정자간 신뢰도 계수

	S	E	A	O	Sp	Sn	So	Sp	En	Eo
평균r=	.960	.950	.955	.920	.980	.970	.875	.965	.980	.910

Pearson 적률상관계수를 산출하였다. 그 결과는 표.2 와 같다.

초점주의의 대상

S, E, A, O 반응은 개인별 전체 반응수에 대한 반응 비율을 계산하였고 비우울집단, 비임상적 우울집단 및 임상적 우울집단에 있어서 S, E, A, O 반응비율의 평균 및 표준편차는 표.3 과 같다.

표 3. 집단별 S, E, A, O 반응비율의 평균과 표준편차

주의과정 집단	S비	E비	A비	O비
비우울	.296 (.084)	.433 (.089)	.022 (.029)	.248 (.117)
비임상적 우울	.390 (.089)	.340 (.083)	.042 (.048)	.223 (.097)
임상적우울	.410 (.099)	.331 (.087)	.063 (.042)	.195 (.099)

*()안은 표준편차.

각 집단에 대한 초점주의의 대상에 있어서 S, E, A, O 비율에 대한 집단간의 차이를 검증하기 위하여 변량분석을 한 결과는 표.4 와 같다.

표.4 에 있어서 자기초점적 주의(S)는 집단 간에 유의미한 차이가, $F(2, 57) = 8.893, p < .01$, 있었다. 즉 우울수준이 높은집단은 자기초점적 주의가 유의미하게 증가하고 있다. 외부초점적 주의(E)도 역시 집단 간에 유의미한 차이를, $F(2, 57) = 8.528, p < .01$, 보여주고 있는데, 이것은 우울수준이 높은 집단이 외부초점적 주의가 적어진다는 것을 의미한다. 그리고 양면적 주의(A)를 변량분석한 표.4 에 있어서도 집단 간에 통계적으로 유의미한 차이가, $F(2, 57) = 7.943, p < .01$, 있었다. 이러한 통계적 차이는 우울수준이 높은 집단은 양면적 주의가 유의미하게 증가한다는 것을 의미한다. 그러나 중립적인 주의(O)에 있어서는 집

표 4. 집단간 초점주의 대상(S, E, A, O)에 대한 변량분석표

S 비율

변량원	자승화	자유도	평균자승화	F
집단 간	.146	2	.073	8.983**
집단 내	.469	57	.008	
전 체	.616	59		

E 비율

변량원	자승화	자유도	평균자승화	F
집단 간	.127	5	.063	8.528**
집단 내	.426	57	.007	
전 체	.554	59		

A 비율

변량원	자승화	자유도	평균자승화	F
집단 간	.017	2	.008	7.942**
집단 내	.093	57	.001	
전 체	.110	59		

O 비율

변량원	자승화	자유도	평균자승화	F
집단 간	.028	2	.014	1.370
집단 내	.623	57	.010	
전 체	.625	59		

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

단 간에 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

표.3 에 제시한 각 집단별 S, E, A, O 의 평균 반응비율은 종합적으로 도시하면 그림.1 과 같다.

초점주의의 내용

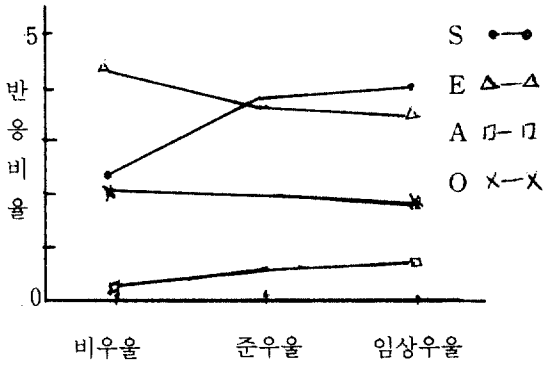


그림. 1 집단별 초점주의의 대상

자기초점적 반응(self-focus : S)과 외부초점적(external-focus : E)반응을 준거로 하여 세 집단에 대한 초점주의의 내용을 분석하였다. 초점주의의 내용이란 S, E 반응의 내용이 긍정적(positive : p), 부정적(negative : n), 중립적(neutral : o) 내용의 반응을 지칭한다. 우선 S 반응을 분석하고 다음에 E 반응의 내용을 분석하였다.

자기초점적 주의의 내용

자기초점적 주의에 있어서 긍정적(Sp), 부정적(Sn) 및 중립적(So)반응은 개인별 전체 자기초점적 반응수에 대한 비율로 계산하였다. 그리고 비우울집단 비임상적 우울집단 및 임상적 우울집단

표 5. 집단별 Sp, Sn, So 반응비율의 평균과 표준편차

주의내용	Sp	Sn	So
집단 범주			
비우울	.301 (.182)	.199 (.204)	.498 (.179)
비임상적 우울	.192 (.119)	.220 (.102)	.585 (.153)
임상적 우울	.135 (.114)	.544 (.154)	.318 (.177)

()안은 표준편차

에 있어서 Sp, Sn, So비율의 평균과 표준편차는 표.5 와 같다.

표.5 에 제시된 자기초점적 주의의 내용에 있어서 Sp, Sn, So비율의 집단간에 통계적 차이를 변량 분석한 결과는 표.6 과 같다.

표 6. 집단간 초점주의의 내용(Sp, Sn, So)에 대한 변량분석표

Sp 비율

변량원	자승화	자유도	평균자승화	F
집단 간	.285	2	.142	7.052**
집단 내	1.152	57	.020	
전 체	1.437	59		

Sn 비율

변량원	자승화	자유도	평균자승화	F
집단 간	1.493	2	.745	29.754**
집단 내	1.444	57	.025	
전 체	2.937	59		

So 비율

변량원	자승화	자유도	평균자승화	F
집단 간	.736	2	.368	12.689**
집단 내	1.662	57	.029	
전 체	2.399	59		

표.6에서 긍정적인 자기초점적 반응(Sp)은 집단간에 유의미한 차이가, $F(2, 57) = 7.052, p < .01$, 있었다. 이 차이는 우울한 집단이 비우울 집단보다 긍정적인 자기초점적 주의가 유의미하게 낮다는 것을 의미한다. 그러나 비임상적 우울집단과 임상적 우울집단 간에는 통계적으로 유의미한 차이는 없었다. 표.6 에 제시된 부정적인 자기초점적 반응(Sn)도 역시 집단 간에 유의미한 차이

가, $F(2.57)=29.754$, $p<.01$, 있었다. 이 차이는 우울한 집단이 우울하지 않은 집단보다 부정적인 자기초점적 주의가 유의미하게 높다는 것을 의미한다. 그러나 비우울 집단과 비임상적 우울집단 간에는 통계적으로 유의미한 차이는 없었다. 따라서 우울수준이 높은 집단은 낮은 집단보다 긍정적인 자기초점적 주의가 유의미하게 낮고 부정적인 자기초점적 주의가 유의미하게 높다.

그리고 중립적인 자기초점적 주의의 내용을 변량분석한 표.6에 있어서도 집단 간에 유의미한 통계적 차이가, $F(2.57)=12.689$, $p<.01$, 있었다. 이 결과는 우울집단이 비우울 집단보다 중립적인 자기초점적 주의가 유의미하게 낮다는 것을 의미한다. 그러나 비우울집단과 비임상적 우울집단 간에는 통계적으로 유의미한 차이는 없었다.

앞에서 제시한 자기초점적 주의의 내용을 Sp, Sn, So로 분류한 비율의 평균을 도시하면 그림.2와 같다.

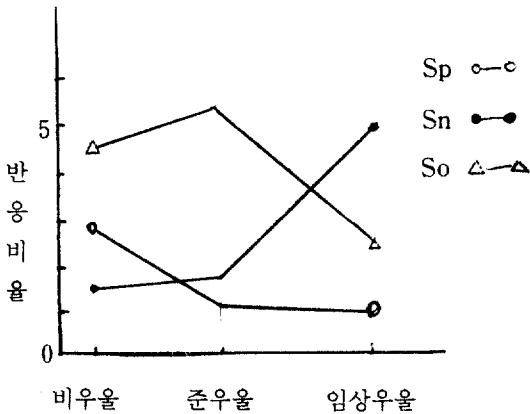


그림. 2 집단별 자기초점적 주의의 내용

외부초점적 주의의 내용

외부초점적 주의의 내용을 긍정적(Ep), 부정적(En), 및 중립적(Eo)반응으로 분류하고 외부초점적(E) 반응수에 대한 이러한 반응의 비율을 산출하였다. 각 집단에 있어서 Ep, En, Eo반응비율

의 평균과 표준편차는 표.7과 같다.

표 7. 집단별 Ep, En, Eo 반응비율의 평균과 표준편차

주의과정 집단	Ep	En	Eo
비우울	.263 (.149)	.094 (.073)	.641 (.149)
비임상적 우울	.248 (.126)	.109 (.079)	.640 (.155)
임상적 우울	.286 (.160)	.132 (.110)	.579 (.187)

()안은 표준편차

이러한 외부초점적 주의의 내용에 있어서 집단 간에 통계적으로 유의미한 차이가 있는지를 분석하기 위하여 변량분석을 실시한 결과 각 내용에서 통계적으로 유의미한 차이는 나타나지 않았다. 따라서 외부초점적 주의의 내용은 우울수준과는 아무런 관련이 없다고 해석할 수 있다.

논 의

본 연구는 비우울집단, 비임상적 우울집단 및 임상적 우울집단을 대상으로 하여 초점주의의 대상과 내용의 차이를 검토하였다. 연구 결과에서 밝혀진 여러 결과들을 가설과 관련해서 논의하면 다음과 같다.

첫째, 임상적 우울집단은 비우울집단 보다 자기초점적 주의가 유의미하게 높았다. 여기서 임상적 우울집단이 자기초점적 주의가 많다는 것은 상대적으로 외부초점적 주의가 적어졌다는 것을 의미한다. 따라서 이 결과는 가설 1을 지지하고 있다.

이러한 결과는 Ingram등(1987)이 우울증을 주된 증상으로 하고 있는 정신과 외래환자에 대해 자기초점 문장완성검사를 실시한 결과 자기초점적 주의가 유의미하게 많다는 연구결과를 지지하고 있다. 그러나 본 연구의 대상인 비임상적 우울집단에서도 자기초점적 주의가 비우울집단에 비해

유의미하게 높았으므로 비임상적 우울집단이란 임상적 우울집단이란 우울의 정도가 증가할수록 자기초점적 주의는 증가한다고 말할 수 있다. 이렇게 비임상적 우울집단에서도 자기초점적 주의가 증가한다는 것은 이미 Ingram 과 Smith(1984)의 연구에서도 밝혀진 바 있다. 비임상적 집단이란 임상적 우울집단이란 간에 자기초점적 주의가 증가한다는 사실은 치료적 개입에 있어서도 중요한 의미를 지닐 수 있다. 즉 자기초점적 주의에 의해 우울감과 같은 인지된 정서의 강도가 결정된다면, 우울한 사람에 대한 초기의 치료적 개입은 적어도 자기초점적 주의보다 외부초점적 주의를 증가시키는 것이 적합한 개입방식일 수 있다. 또한 자기초점적 주의는 심리치료적 기법에서 자기 자신에 대한 직면과 유사한 기능을 하는 것이므로 적어도 치료 초기에 심각한 자기직면은 오히려 부정적 정서 반응을 증가시킬 가능성이 높다는 것을 시사하고 있다.

또한 우울수준에 따라 중립적 주의는 집단 간의 유의미한 차이는 없었으나 양면적 주의는 집단 간에 유의미한 차이가 있었다. 이것은 가설 2를 부분적으로 지지하는 것으로 볼 수 있다. 그러나 양면적 반응은 갈등(conflict)을 시사하는 것이므로 양면적 반응과 부적응과의 관계를 다시 검토해야 할 필요성을 지적하는 것으로 생각된다.

둘째, 자기초점적 주의의 점수에 있어서 비임상적 우울집단과 임상적 우울집단 간에 유의미한 차이는 없었으나, 이들 두 집단의 자기초점적 주의는 비우울집단보다는 유의미하게 높았다. 그리고 비우울집단에 있어서는 자기초점적 주의의 내용에 정적인 비율이 높았으나, 비임상적 우울집단에 있어서는 자기초점적 주의의 내용에서 정적인 비율과 부적인 비율에 유의미한 차이가 없었다. 그러나 임상적 우울집단에 있어서는 자기초점적 주의의 내용에 정적인 반응의 비율이 감소한 반면에 부적인 반응의 비율이 오히려 증가하였다. 그러므로 우울의 정도가 심할수록 자기초점적 주의의 내용에서 정적인 반응의 비율이 유의미하게 낮아지는

반면에 부적인 반응의 비율은 유의미하게 증가한다고 말할 수 있다. 따라서 본 결과는 가설 3을 지지하고 있다.

본 연구의 이러한 결과는 Smith 와 Greenberg (1981) 및 Ingram등(1987)의 연구결과와 일치하는 것으로 보인다. 그리고 비임상적 우울집단과 임상적 우울집단에 있어서 자기초점적 주의의 점수에는 통계적으로 유의미한 차이는 없었다. 그러나 주의의 내용에 있어서 비임상적 우울집단과는 달리 임상적 우울집단에서 부적인 반응의 비율이 높다는 것은 비임상적 우울집단과 임상적 우울집단의 차이가 자기초점적 주의의 정도라기 보다 자기초점적 주의의 내용에 있다고 볼 수 있다.

또한 비우울집단과 비임상적 우울집단에 있어서 중립적인 자기초점적 주의의 비율에는 통계적으로 유의미한 차이가 없었다. 그러나 임상적 우울집단에 있어서는 중립적인 자기초점적 주의의 내용이 유의미하게 감소한 반면에 부정적인 내용의 자기초점적 주의는 유의미하게 증가하였다. 이것은 전체적인 주의 내용의 양에는 변함이 없으나 부적인 내용의 증가에 따라 상대적으로 중립적 내용이 감소한 것으로 보인다. 따라서 본 결과는 가설 4를 지지하고 있다. 그러므로 자기초점적 주의에 있어서 정적인 내용과 부적인 내용의 차이는 비우울집단과 임상적 우울집단의 중요한 변별적 자료가 될 수 있다. 더 나아가 자기초점적 주의의 내용에 있어서 이러한 차이는 우울증의 정신병리의 정도를 지적해 줄 수 있는 가능성이 시사된다고 하겠다.

셋째, 자기초점적 주의와는 달리 외부초점적 주의의 내용에 있어서는 각 집단 간에 정적인 내용의 비율과 부적인 내용의 비율에 유의미한 차이는 없었다. 이 결과는 가설 5를 지지하고 있다. 이러한 결과는 Ingram등(1987)의 연구결과와도 일치하고 있다. 즉 외부초점적 주의 및 주의의 내용은 우울감이나 우울증을 야기하는 원인이 될 수 없다는 것을 지적하고 있다. 만약 이러한 지적이 정당화될 수 있다면, 비임상적 우울집단이나 임상적 우울집단은 자기초점적 주의의 내용에 이미 자기 자

신에 대해 부정적으로 반응하려는 경향을 가지고 있다고 말할 수 있다.

본 연구의 결과와 선행연구를 통하여 시사되고 있는 몇가지 제언을 하고자한다.

첫째, 본 연구는 우울의 정도와 자기초점적 주의와의 관계를 밝히려고 시도하였다. 그래서 본 연구의 자료로서는 자기초점적주의와 우울증을 인과적으로 설명하기는 어렵다고 하겠는데, 앞으로 자기초점적 주의와 우울증을 실제적인 인과관계로 설명하기 위한 실험적 조치가 필요한 것으로 생각된다.

둘째, 우울장애에는 여러 유형이 있는데 본 연구의 임상적 우울집단은 주요 우울증(Major depression)만 대상으로 하였다. 따라서 다른 유형의 우울증을 대상으로 한 자기초점적 주의를 연구하면 우울장애와 자기초점적 주의와의 관계를 보다 자세히 밝힐 수 있을 것으로 생각된다.

셋째, 본 연구에서는 Exner(1973)의 자기초점 문장완성검사(SFSC)를 그대로 번안하여 사용하여 초점주의의 대상과 내용을 측정하였으므로 다른 측정방법을 사용하여 본 연구의 결과를 재 검토할 필요가 있다.

넷째, 자기초점적 주의는 우울장애의 중요한 인지적 특징이므로 앞으로 자기초점적 주의에 대한 치료적개입의 효과를 검토해야 할 것으로 생각된다.

참고문헌

- 김경린 역 (1985). 인지심리학. 서울 : 중앙적성출판부.
- 오수성. (1987). 지각분류 과제의 수행에서 나타난 정신분열증 환자의 주의장애. 서울대학교 논문집, 서울대학교.
- 한홍무, 염태호, 신영우, 김교현, 윤도준, 정근재. (1986). Beck Depression Inventory의 한국판 표준화 연구-정상집단을 중심으로

(I). 신경정신의학, 2, 487-502.

- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects*. New York: Hoeber.
- Buss, A. (1980). *Self-consciousness and social anxiety*. San Francisco: Freeman.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1981). *Attention and self-regulation: A control theory approach to human behavior*. Berlin & New York: Springer-Verlag.
- Coyne, J. C., & Gotlib, I. H. (1983). Role of cognition in depression: A critical appraisal. *Psychological Bulletin*, 94, 3, 472-505.
- Duval, S., & Wicklund, R. (1972). *A theory of objective self-awareness*. New York: Academic Press.
- Exner, J. E. (1973). The self-focused sentence completion: A study of egocentricity. *Journal of Personality Assessment*, 37, 437-455.
- Fenigstein, A., Scheier, M., & Bkuss, A. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of consulting and Clinical Psychology*, 43, 522-527.
- Gibbons, F. X., Smith, T. W., Ingram, R. E., Pearce, K., Brehm, S. S., & Schroeder, D. J. (1985). Self-awareness and self-confrontation: Effects of self-focused attention on members of a clinical population. *Journal of personality and Social Psychology*, 48, 662-675.
- Kanfer, F. J., & Hagerman, S. (1981). The role of self-regulation. In L. O. Rehm (Ed.), *Behavior therapy for depression: Present status and future directions*. New York: Academic Press.

- Ingram, R.E., Lumry, A.E., & Debra Cruet and William Sieber. (1987). Attentional processes in depressive disorders. *Cognitive Therapy and Research*, 11, 351-360.
- Ingram, R.E., Smith, T.W. (1984). Depression and internal versus external of attention. *Cognitive Therapy and Research*, 8, 139-152.
- Ingram, R.E., Smith, T.W., Kendall, P. C. & Donnell, C. (1987). Cognitive specificity in emotional distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 734-742.
- Lewinson, P.M., Hoberman, H., Teri, L., & Hautzinger, M. (1985). An integrative theory of depression, In S. Reiss & R. Bootzin (Eds.), *Theoretical issues in behavior therapy*. New York: Academic Press.
- Pyszczynski, T., & Greenberg, J. (1985). Depression and preference for self-focusing stimuli after success and failure. *Journal of personality and Social Psychology*, 49, 1066-1075.
- Smith, T. W., Greenberg, J. (1981). Depression and self-focused attention. *Motivation and Emotion*, 5, 323-331.
- Smith, T. W., Ingram, R.E., & Roth, D.L. (1985). Self-focused attention and depression: Self-evaluation, affect, and life stress. *Motivations and emotion*, 9, 381-389.

Objects and Contents of the focused Attention on Depression

Choi, Yi Soon

Kim, Young Hwan

Park Cho Youl Psychiatric Clinic

Kyungbuk University

The present study examined the differences of the object and its content of the focused attention of three different depressive group such as the nondepressed, the subclinical and the clinical depressed group, if any. These 3 groups were operationally made based on the score of Beck's Depression Inventory(BDI). Each group had equal number of 20 subjects. To measure the focused attention, Self-focus Sentence Completion Scale(SFSC) was administered. Responses on the SFSC, which measured the focused attention, were classified into 4 categories such as the self-focused, the external focused, the ambivalent and the neutral in terms of the objects focused. The focused attention was again classified into 3 categories such as the positive, the negative and the neutral, from different perspective of the content of the attention focused object. One-way ANOVA was applied to treat the data. The result objected that the depressed group were found to be more self-focused than the nondepressed group. And the content of the focused attention of the nondepressed group tend to be more positive but the clinical depressed group showed more negative content. The content of the external-focused attention between the nondepressed group and the depressed was not statistically different.

SFSC scale 채점기준
- Exner(1973)의 점수체계에 기준 -

자기초점적 반응 (self-focused response : S)

자기초점적 반응의 내용 (content of self-focused response)

자기초점적 반응의 부정적 내용 (negative content : Sn) : 자기초점적 반응의 내용이 분명하게 긍정적인 경우 하위점수 Sn을 점수 준다.

예) 현재 나는 : 세상에서 가장 나쁜 사람이다. (Sn)

자기초점적 반응의 긍정적 내용 (positive content : Sp) : 자기초점적 반응의 내용이 분명하게 긍정적인 경우 하위점수 Sp를 점수 준다.

예) 현재 나는 : 매우 똑똑하다. (Sp)

자기초점적 반응의 중립적 내용 (neutral content : So) : 자기초점적 반응 중 내용이 긍정적, 부정적 어느 쪽에도 해당되지 않는 내용에 하위점수 So를 점수 준다.

예) 나의 아버지는 : 나와 비슷하다. (So)

$$S = S_n + S_p + S_o$$

외부초점적 반응 (external focused response : E)

외부초점적 주의의 내용 (content of external focused response)

외부초점적 반응의 부정적 내용 (negative content : En) : 외부초점적 반응의 내용이 뚜렷하게 부정적인 경우 하위점수 En을 준다

예) 앞으로 언젠가 나는 : 누군가를 죽일 것이다. (En)

외부초점적 반응의 긍정적 내용 (positive content : Ep) : 외부초점적 반응의 내용이 분명하게 긍정적인 경우 하위점수 Ep를 준다.

예) 나의 부모님들은 : 세상에서 가장 좋다. (Ep)

외부초점적 반응의 중립적 내용 (neutral content : Eo) : 외부초점적 반응 중 긍정적, 부정적 어느것에도 부합되지 않는 내용에 하위점수 Eo를 준다.

예) 내가 좋아하는 것은 : 나의 친구들이다. (Eo)

$$E = E_p + E_n + E_o$$

양면성 반응 (ambivalence response : A) : A 점수는 S, E점수 각각을 모두 줄 수 있거나, 또는 어느 쪽

으로(S, E)분리하여 점수 줄 수 없는 반응에 준다. 전자는 보통 접속사로 연결된다.

예) 현재 나는 : 매우 똑똑하다 (S) 그러나, 나의 양친은 어떤것도 이해하지 못하고 있다(E). <(A)>

중립적 반응(Neutral response : O) : O 점수는 S, E, A 점수 기준 어느 것에도 해당되지 않는 반응에 준다. O 점수는 S, E 점수를 줄 수도 있다고 의심되는 반응을 포함하고 있어서 아주 중요하고 주의해야 한다.

예) 즐겨하는 공상은 : 결혼이다 (O) (결혼은 대상이 분명히 구체성을 가지지 않고 있기 때문에 O 점수를 준다)

예) 즐겨하는 공상은 : 성공에 관한 것이다 (S) (성공은 충분히 자기로 향한 근거가 되기 때문에 S로 채점)

** 채점상 주의

반응을 S, E, A, O 범주로 결정할 때 문장의 어근(stem)은 포함하지 않는다. 전체 문장이 아니라 반응만이 채점기준이 된다. 완성된 하나의 예를 <부록 II>에 제시하였다.

부록 II

완성된 자기초점 문장완성검사의 예

아래의 문장들을 보면 모두 뒷 부분이 빠져 끝이 나 있지 않습니다. 어떤 정답이 있는 것이 아니고, 각 사람마다 다르게 반응할 수 있으므로 앞 부분을 읽어 보고 가장 먼저 머릿속에서 떠오르는 생각으로써 빠져 있는 곳을 메꾸어 봅시다. 여러분들이 협조해 주신 이 자료는 통계적 분석 이외에는 사용하지 않을 것이므로 끝까지 완성하여 주시면 감사하겠습니다.

1. 내가 생각하기에 : 인간의 생활이라는 것은 적용하기 나름이다. (Eo)
2. 내가 가장 행복했을 때는 : 온 가족이 저녁식사때 모여 아버지께서 우리를 즐겁게 해 주셨을때. (Ep)
3. 내가 즐겨하는 공상은 : 미래의 내 모습을 그려본다. (So)
4. 나의 아버지는 : 지금 나 때문에 10년은 더 늙어지신것 같아 가슴이 아프다. (A)
5. 할수만 있다면 오로지 나는 : 아는 공부에만 전력하고 싶지만 어렵다. (Eo)
6. 내게 가장 어려운 일은 : 의욕이 생기지 않는게 나 자신도 답답하다. (Sn)
7. 나의 소망은 : 대학을 무사히 졸업했으면 좋겠다. (Eo)
8. 어렸을때 나는 : 귀여움을 많이 받고 공부도 잘 하려고 노력했지만 어려웠다. (A)
9. 지금 나는 : 학교와 부모님, 동생들 특히 학교에 대한 걱정이 크다. (En)
10. 내가 가장 기분이 좋을 때는 : 하고픈 일을 나 스스로 해결했을때 (So)
11. 다른 사람들은 : 병원에 오지 않는다뿐이지 현대인은 거의 정신질환을 앓고 있다. (En)
12. 내가 거울을 볼때 나는 : 다른 사람에게 내가 어떻게 보일까 걱정된다. (Sn)

13. 내가 정말하고 싶은 것은 : 부모님을 한번만이라도 즐겁게 해드리고 싶다. (Ep)
14. 적어도 나는 : 의욕 자신감이 없다 뿐이지 병원에 입원할 정도는 아니다. (Sn)
15. 나의 이성관계는 : 원만하고 특별히 관심있는 사람은 없다. (O)
16. 나를 속상하게 하는 때는 : 내가 해준 만큼 보상받지 못했을때 (Sn)
17. 나 자신에 대하여 내가 가장 좋아하는 것은 : 없다. (O)
18. 친구들은 : 나를 걱정해 주는 좋은 애들이라 보고 싶다. (So)
19. 사진찍힐 때 내가 좋아하는 모습은 : 약간 웃는듯한 모습을 좋아한다. (Sp)
20. 내가 보는 나는 : 왜 이렇게까지 변했는지 후회되는 일이 많다. (Sn)
21. 나의 어머니는 : 우리들을 위해 자신의 인생을 즐겁게 보내지 못한 불쌍한 분이다. (En)
22. 내가 궁금해 하는 것 : 지금 학교에서는 무엇을 하고 있는지 궁금하다. (Eo)
23. 나의 가장 나쁜점은 : 화가나고 일이 뜻대로 안되면 신경질을 낸다. (Sn)
24. 내가 늘 원했던 것은 : 무사히 대학졸업하고 취직해서 아빠를 돕고 싶었다. (Eo)
25. 내가 정말 노력하여 기쁘게 해 주고 싶은 것은 : 나의 건강한 모습을 부모님께 보여드리고 싶다. (A)
26. 앞으로 언젠가 나는 : 지금의 나를 회상하며 낭비한 시간을 후회하게 될 것이다. (Sn)
27. 나의 용모는 : 자신있는 곳이 한군데도 없는 것 같다. (Sn)
28. 나의 부모님들은 : 나 때문에 밤마다 눈물지으실 것이다. (Sn)
29. 내 마음대로 할 수 있다면 : 세상을 떠돌아 다니고 싶다. (O)
30. 내가 좋아하는 것은 : 엄마 아빠가 웃으실때 행복을 느낀다. (Ep)

*연령 : 21세 *성별 : 여자 *학력 : 대재중

감사합니다.