

## 자의식과 심리적 적응간의 관계 —MMPI 프로파일 양상을 중심으로—

조 아 라† · 김 영 미

인제대학교 의과대학 부속 상계백병원 정신과

본 연구는 임상 집단에서 자의식 정도에 따라 호소하는 심리적 불편감이 다른 양상을 보이는지를 확인하기 위한 것이었다. 이를 위해 신경증으로 정신과 통원 치료를 받는 환자 61명을 대상으로 자의식 척도(SCS)와 다면적 인성검사(MMPI)를 실시하였다. 그 결과 사적 자의식은 Hy척도와 미약한 상관을 보인 것을 제외하고는 MMPI 하위 척도들과 유의미한 상관을 보이지 않았다. 그러나 공적 자의식은 L, K 척도와는 강한 부적 상관을, F, D, Pa, Sc, Si와는 정적 상관을 보여 공적 자의식이 높을수록 우울과 사회적 소외감 등 심리적인 불편감을 많이 겪으며, 이러한 자신의 불편감을 다른 사람들에게 더 많이 호소하는 것으로 나타났다. 또한 적응적, 부적응적 측면이 함께 시사되고 있는 사적 자의식 내의 2요인 구조를 확인하기 위해 사적 자의식을 요인분석한 결과, 두 요인이 확인되었다. 1요인은 자신에 대한 전반적인 숙고 능력으로, 이전의 연구에서 나타난 것과 동일한 구인이었으나 2요인은 자신의 인상형성에 관한 인식으로 이전 연구들과는 다른 요인으로 해석되었다. 1요인은 MMPI하위 척도들과 부적 방향의 상관을 보였으나 통계적으로는 유의미하지 않았으며, 2요인은 Hs, Hy 척도와 미약한 정적 상관을 보였다. 이러한 결과를 바탕으로 자의식과 심리적 적응 양상의 임상적 의미 및 문화적 차이에 대해 논의하였다.

최근 임상심리학 연구에서 높은 ‘자기초점화주의(self-focused attention)’ 상태가 다양한 정신병리 현상과 관련이 있다고 밝혀지면서, 이에 대한 관심이 증가되고 있다. 자기초점화주의는 개인의 주의(attention)

의 초점이 자신에게로 쏠려있는 높은 자기자각(self-awareness)상태를 말하는 것으로(Caver, 1979), 여러 가지 외적 조건, 가령 거울이나 관찰자에 의해 일시적으로 유도될 수도 있지만, 외부 환경과는 무관하게

† 교신저자(Corresponding Author) : 조 아 라 / 인제대학교 상계백병원 정신과 서울시 노원구 상계7동 761-1 139-707 / FAX : 02-936-8069 / E-mail : psyara@netian.com.

주의를 자기 안으로 두는 일관적인 개인의 기질에 의해 일어날 수도 있으며, 이 둘 모두의 결과로서 보여질 수도 있다(Fenigstein, Scheier, & Buss, 1975).

자의식(self-consciousness)은 이러한 자기 자각 상태의 기질적 성향을 말한다. 즉, 개인이 자아(self)에 주의를 집중시키는 상당히 안정적인 기질을 말하는 것으로(Fenigstein et al, 1975), 개인의 태도와 행동에 중요한 역할을 하는 성격 특성으로 꾸준히 연구가 되어왔다. 반면, 최근의 정신병리 연구들에서는 개인의 안정적인 성향으로서의 '자의식' 보다는 우울이나, 불안, 알콜리즘 등 다양한 병리의 인지적 특성을 매개하는 중요한 인지과정으로서 '자기초점화주의 상태'를 강조해왔다. 이를 위하여 실험적인 조작을 통해 높은 자기초점화주의 상태를 유도하고 그 심리적인 영향을 측정하기도 하였으며, 높은 자기초점화주의 상태와 부적응적 정서반응을 매개하는 변인을 추론하는 연구도 활발히 진행되어 왔다(김은정, 1993; Gibbons, Smith, Ingram, Pearce, Brehm, & Schroeder, 1985; Wood, Saltzberg, Neal, Stone, & Rachmiel, 1990).

그런데 자기초점화주의를 측정한 많은 연구들에서 자기초점화주의 상태를 Fenigstein 등(1975)의 사적 자의식 척도로 측정하였으므로, 실상 여기에서 나온 높은 자의식 점수가 일시적으로 높아진 자기초점화주의 상태를 반영하는 것인지, 개인의 소인적인 자기초점화 성향인 자의식 수준을 반영하는 것인지 그 구분이 모호하다. 또한 높은 자기 초점화주의 상태로 인해 정신병리적인 특징을 보이게 되는 것인지, 정신병리적인 특징으로 인해 높은 자기초점화주의 상태에 이르게 된 것인지 그 인과 관계에 대해서도 논란이 계속되고 있다(Ingram, 1990; Wood, Saltzberg, & Goldsamt, 1990).

기본적으로 개인의 특질적인 자의식은 상황적인 자기 인식과 같은 정도로 행동에 영향을 주며(Fenigstein, 1979), 자기초점화주의는 상황에 의해 조작된 상태이든 개인적 특질에 의해 측정된 것이든 그 영향이 같다고 가정되고 있다(Buss & Scheier, 1976; Scheier & Caver, 1977). 그런데 같은 상황적 조작을

하여도 누구나 같은 정도의 자기 인식을 보이는 것은 아니며, 어떤 사람들은 상황에 관계없이 만성적으로 자기 자신과 자기 행동을 인식한다고 한다. 또한 상황에 의해 유도된 자기 초점화주의인 자기자각(self-awareness) 상태는 개인의 내적 상태를 더 인식하게 하며, 이 때 반영되는 내적 상태는 소인적인 만성적 자기초점화 성향으로 생각되는 자의식 (self-consciousness)이 매개가 된다고 하였다(Fenigstein, 1979). 즉, 환경적인 여건에 의해 높은 자기자각 상태가 유도될 경우 소인적 자의식의 영향이 더 예민하게 반영될 수 있다는 것이다. 이러한 점들을 고려할 때 소인적인 개인차 변인으로서 자의식이 심리적인 적용에 미치는 영향을 포괄적으로 연구할 필요성이 부각되고 있다.

Fenigstein 등(1975)은 자의식에 두가지 차원이 존재한다고 보았다. 하나는, 자아에 대한 인지적, 개인적인 숙고 경향을 의미하는 사적 자의식이며, 또 하나는 사회적 자극으로서 자아를 인식하는 공적 자의식이다. 이 두 차원을 구분하는 것은 중요한 의미를 가진다. 공적 자의식은 대인관계 맥락에서 개인이 얼마나 자신에게로 주의를 두는가에 관한 것으로서, 자기를 타인들의 관심의 대상으로 인식하고 타인들의 반응에 민감한 정도, 타인으로부터 거부를 당했을 때 그 책임을 자신이 수용하는 정도를 예언할 수 있는 차원이다. 즉, 인상 형성, 개인의 외현적 행동방식, 예의 등으로 구성되는 것으로 자기표현 등과 관련된 자기의 측면에 주의를 기울이는 경향이라고 볼 수 있다. 이 때 개인의 내부적 상태는 중요하지 않게 여겨진다.

반면, 사적 자의식은 개인의 내적 사고와 감정, 동기와 같은 내부적 자아에 주의를 기울이는 것으로, 자아의 은밀한 측면, 예를 들어 태도, 감정, 동기, 가치 등과 같은 측면을 인식하거나 인지하는 개인의 성향이다. 즉 내적이고 자아중심적인 요구를 반영하는 동기와 관련된 자기의 측면들에 주목하는 성향으로, 사적 자의식이 높은 사람은, 자신의 정서적 상태에 더 민감하게 반응하지만, 대인관계 거부에는 별 영향을 받지 않으며, 실패와 같은 개인적인 맥락에서 자신의 내부로 귀인을 할 가능성이 높다. 또한 사적 자의식

이 높은 사람들은 태도와 행동간의 일관성이 있고 (Scheier, 1980), 자신에 대해 상당히 정확하고 상세한 지식을 가진 것으로 시사되는 결과들을 보고 하였다. 이들은 또한 판단시 외부의 영향력에 의존하기 보다는 자신의 지각적 경험에 의존하는 경향이 있다 (Froming & Caver, 1981).

이러한 사적 자의식은 최근까지 개인의 자기초점화주의 성향을 측정하는데에 많이 쓰여왔다. 사적 자의식이 높은 사람들은, 자아존중감이 낮고(Damsteegt & Christofferson, 1982; Smith, Ingram, & Roth, 1985), 불안수준이 높으며(Hope & Heimberg, 1985), 부정적인 경험 후에 알콜 섭취 행동의 가능성이 높다는(Hull & Young, 1983) 연구 결과들이 보고 되고 있다. 특히 우울증에 걸린 사람들의 주의과정에 대한 관심이 증대되면서 우울증과 자기초점화주의 간의 관계가 활발히 연구되고 있다. Smith와 Greenberg(1981)는 이전의 연구들을 정리하여 높은 자기초점화주의와 우울증상 간의 네가지 공통점을 밝혔는데, 자기초점화주의가 높은 사람과 우울증 환자 모두 자존감이 낮고, 부정적인 사건에 대해 내적 귀인을 하며, 부정적 기분을 보이고, 행동에 대한 자기 보고가 정확하다는 것이다. 우울증과 높은 자기 초점화주의간의 정적인 상관관은 이후의 많은 연구들에서 계속적으로 보고되고 있다(Ingram, 1990; Pyszczynski & Greenberg, 1987).

공적 자의식에 대해서는 사적 자의식만큼 많은 연구가 이루어지지는 않았다. 그간의 연구들에 따르면 공적 자의식이 높은 사람들은 사회적 상호작용에서 타인의 반응에 민감하며, 타인의 거부에 대한 책임을 자신에게 돌리는 경향이 높은 것으로 밝혀졌다(Feningstein, 1979). 또한 사회적인 단서를 이용하여 자신의 대사회적 행동을 검색하는데 능숙하며, 사회성과 수줍음과도 관련되고(Cheek & Buss, 1981), 다른 사람에게 비취지는 자신의 실제 인상을 예언하는데 더 정확한 것으로 보고되었다(Tobey & Tunnell, 1981). Turner, Scheier, Caver 그리고 Ickes(1978)는 공적 자의식이 사교성과 정적 상관관을 나타냄을 보고 했으며, Scheier(1980)은 공적 자의식이 높은 사람들이 자신과 반대되는 의견을 가진 사람과 직면했을 때

자신의 의견을 숙이거나 덜 극단적으로 표현한다는 결과를 보여주었다. 또한 공적 자의식이 높은 사람들은 공적 자의식이 낮은 사람들에 비해 스트레스 상황에서 심리적, 신체적 스트레스 증후를 덜 보고하였는데, 이는 공적 자의식이 높은 사람들이 타인에게 약하거나 대처능력이 무능한 것으로 간주되는 것을 방어하려고 하기 때문인 것으로 해석되었다(Innes & Kitto, 1989). 한편, Feningstein(1992)은 공적 자의식이 높은 사람들이 편집증적인 믿음과 태도를 더 많이 보인다는 연구 결과에 따라 자의식이 편집적 추론을 하는 경향성을 증가시킨다고 주장하였다. 자신의 주의를 자기에게 향해있는 결과 타인도 자기에게 주의를 기울인다고 생각하게 되며, 따라서 다른 사람의 행동을 의도적으로 자신을 향해 있는 것으로 지각하(self-as-target bias)게 된다는 것이다.

이처럼 자의식은 개인의 심리적 적응과 밀접한 관계를 가지면서도 아직 체계적으로 연구되지 못한 개인차 변인이다. 특히 자기초점화주의와 우울증이 여러 측면에서 정적인 상관관을 나타낸다고 서양의 연구들에서 드러나면서, 국내에서도 이 관계를 밝히기 위한 연구가 활발히 진행되어 왔다(김은정, 1993; 양은주, 1993; 조아라, 1996; 최정아, 1996). 그러나 서양의 연구결과와 뚜렷이 일관되지 않은 결과를 보였으므로, 동양 문화권에서는 자의식이 서양과는 다른 심리적인 영향을 미치는 것이 아닌가 하는 의문도 제기되고 있다.

김은정(1993)의 연구에서는 자기초점화주의 경향이 우울 증상의 지속에 독립적인 영향을 주지 못하는 것으로 나타났다. 이에 대해 그는 동양적인 문화배경에서는 자신에 대한 내성, 반성 경향이 서양의 경우보다 상대적으로 더 일반화되어 있으므로 이런 배경에서는 사적인 자의식 성향 자체가 부적응적인 성격 성향이나 부적응적 증상과 직접적으로 관련을 맺지 않을 가능성이 있다고 하였다. 그보다는 평상시에는 이러한 성향이 자신의 행동에 대한 반성을 촉진시켜 자기 발전에 오히려 도움이 될 수도 있다고 보았으며, 단지 어떤 개인이 심리적으로 부적응적인 상태에 있을 때만 이러한 부적응적인 상태를 지속시키고 증상

을 악화시키는데 자기초점화주의 성향이 기여할 가능성이 있다고 하였다.

최정아(1996)의 연구에서도 자의식과 자존감이 단순히 부적 상관관계로 파악할 수 없으며 상담에 대한 태도면에서 볼때는 사적 자의식이 우리나라 대학생들에게는 보다 적용적으로 기능하고 있다고 시사되었다. 우리나라 대학생들에게 사적 자의식은 자신이 가진 문제를 민감하게 지각하게 하면서도 동시에 그에 대해 능동적으로 대처할 수 있게 하는 자원의 일종으로 기능한다고 보인다는 것이다.

또한 지체 장애인들을 대상으로 한 연구에서도(조아라, 1996) 자의식이 높은 사람들은 자신의 장애를 잘 수용하지 못하므로 더 많은 우울감을 갖는 것으로 나타났으나, 교육 수준이 높은 집단이나 사회경제적 수준이 높은 집단에서는 자의식 수준이 높음에도 우울 수준은 낮은 양상을 보였다. 이는 개인이 가진 인지적, 환경적 자원이 좋을 때에는 자의식 수준이 높은 것이 자신의 삶의 고유성을 인식하고 삶의 질을 유지하는데 긍정적인 효과를 주는 것이 아닌가 하는 고려를 하게 하였다.

한편, 자의식 수준에 따른 심리적인 차이가 다양한 양상을 보임에 따라 자의식의 하위 구조를 단순히 사적, 공적 자의식과 사회적 불안으로만 나누지 않고 사적 자의식 내에서도 다르게 기능하는 두가지 요인구조로 세분해서 그 기능을 알아볼 필요가 있다는 의견이 대두되고 있다. 최근의 몇몇 연구들에서는(Lennox, Welch, Wolf, Zimmerman, & Dixon, 1987; Piliavin & Charng, 1988) 사적 자의식이 자신에 대한 숙고(self reflectiveness)와 내적 상태에 대한 인식(internal state awareness)으로 나누어진다고 알려지고 있다. 이 중 자기 숙고 능력은 우울 및 불안감을 비롯한 전반적인 부적응과 관련되는 것이며, 내적 상태에 대한 인식은 오히려 우울 및 불안과 부적 상관을 보이며 자존감과 정적 상관을 보인다고 하였다.

사적 자의식을 이렇게 두가지 요인으로 나누어 그 심리적인 영향을 알아보는 것은 자기 성찰을 하나의 윤리적 덕목으로 강조하는 우리나라 문화적인 풍토에서는 더욱 의미가 있을 것이다. 김영아, 오경자, 문혜

신 및 김진관(1998)은 대학생 군에서 자의식과 우울, 불안 정도를 평가한 결과 사적 자의식이 높을수록 오히려 우울과 불안 수준이 다소 낮은 경향을 확인하였다. 이 연구에서는 사적 자의식 내의 두요인 구조를 확인하기 위해 요인분석을 실시하였는데, 기존의 외국 연구결과와는 달리, 두 가지 요인이 '자신에 대한 전반적인 숙고 능력'과 '순간적 감정에 대한 인식'이라고 해석되었다. 이 중 자신에 대한 숙고 능력이 적용적 측면을 지닌 것으로 보였다. 그런데 이 연구는 대학생 집단을 대상으로 실시된 것이었으므로, 연구 대상에 따라 민감하게 달라지는 사적 자의식의 성격을 일반화하는 데에는 한계를 갖는다.

이러한 바탕에서, 본 연구는 자의식 수준과 심리적인 적용 양상을 임상 집단에서 확인하고자 하였다. 자의식과 심리적인 문제들간의 관계를 연구한 문헌들이 많이 있으나, 대부분 대학생 집단을 대상으로 한 것들이며 실제로 신경증적 양상을 보이는 임상 집단을 대상으로 한 경우가 별로 없었다. 따라서 실제 성격적 문제나 정신병리와 어떤 관련을 갖는지를 확인하기 어렵다는 것이 기존 연구들의 한계점으로 지적되어 왔었다. 또한 현재 임상 장면에서 가장 많이 쓰이고 있는 평가 도구인 MMPI를 통해서 자의식과 심리적인 적용상태를 보다 다양한 측면에서 알아보고자 하였다. Smith와 Greenberg(1981)가 자의식 척도와 MMPI-D 척도를 사용하여 사적인 자의식 정도와 우울증간에 정적인 상관이 있음을 밝혔으나 공적 자의식이나 다른 심리적인 적용 상태와의 관련성, 즉 편 집중적 성향이나 신체화 등 여러 증상들과의 관련을 전반적으로 확인해 보지는 않았었다. 따라서 본 연구에서는 MMPI 모든 척도들과의 상관을 알아보아 자의식과 심리적 적용 양상을 좀더 폭넓게 이해하고자 하였다. 이를 위해 다음과 같은 연구를 수행하였다.

첫째, 정신과 내원 신경증 환자들을 대상으로 그들의 자의식 수준을 알아보고, 호소하는 심리적 불편감이 자의식 정도에 따라 다른 양상을 보이는지를 MMPI 프로파일과 임상 진단에 따라 확인해 보았다. 또한 자의식의 각 하위 유형이 각각 다른 심리적인 영향을 미치는지를 확인하기 위하여 자의식의 요인

구조를 확인하고 사적 자의식과 공적 자의식의 특징을 따로 살펴보았다.

둘째, 사적 자의식이 두 가지 하위구조로 나뉘는지를 알아보고 그 각각이 심리적인 적응과 다른 연관 관계를 갖는지를 알아보았다.

## 방 법

### 피험자

서울시내 대학병원에 통원 치료중인 신경증 환자 61명(남 20, 여 41)에 대해 차트를 통해 병력과 진단을 확인하고 설문지를 실시하였다. 진단별로는 우울 16명, 혼재형 우울 및 불안장애 5명, 불안(공황, 사회 공포증 포함) 10명, 신체화장애 8명, 적응장애 8명, 기타(성격장애, 품행장애 등) 14명이었고 연령대는 16세에서 56세 사이로, 평균 연령이 31.3세였다.

### 도구

**자의식 척도** Fenigstein 등(1975)이 개발한 척도로, 평소 자신에 대해 어떻게 생각하고 있는지를 알아보는 검사로서 각 문장(예. 1. 나는 늘 자신을 이해하려고 노력한다)에 자신이 해당되는 정도에 따라 '(1)전혀 그렇지 않다-(5) 매우 그렇다'까지 표시하게 되어 있다. 총 23문항으로 구성되어 있으며, 사적 자의식, 공적 자의식, 사회적 불안이라는 세가지 하위 영역으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 김은정(1993)이 변안한 것을 사용하였으며, 본 자료의 내적 일치는  $\alpha = .8457$  이었다.

**다면적 인성 검사(MMPI)** 정신과적 진단에 가장 많이 쓰이는 자기보고식 검사의 하나로서, 정신병리적인 경향과 심리적 적응 양상을 포괄적으로 파악할 수 있다. 566문항 질문지(김영환 등, 1989)를 사용하였고 다면적 인성검사 실시요강에 기초해 컴퓨터 프로그램으로 타당도 척도와 임상 척도를 채점하였으

며, 그 규준은 1994년 저작자들에 의해 재표준화된 것에 근거하였다.

## 결 과

### 자의식의 세 요인구조와 MMPI 점수와의 상관

**자의식 총점 수준.** 자의식 총점의 평균은 79.7(표준편차 13.64)이었으며, 사적 자의식, 공적 자의식, 사회불안의 평균은 각각 27.90(SD 5.58), 21.54(5.99), 23.76(6.67)이었다. 대학생 집단을 대상으로 한 이전 연구들에서의 자의식 총점은 본 연구에서의 점수와 비슷한 경우도 있었지만(82.2점: 양은주, 1994), 본 연구 결과보다는 낮은 편이었다(71.67점: 최정아, 1996; 58.06점: 김영아 등, 1998). 청소년기는 자의식이 극대화되는 시기라는 점을 고려할 때 대학생들의 자의식 수준은 다른 연령층에 비해 상당히 높을 것으로 생각되는데, 평균 연령이 31.3세인 본 임상 집단에서 대학생 집단과 비슷한 수준의 자의식 점수가 얻어졌다는 것은 임상 집단의 자의식이 동일 연령층의 일반 집단에 비해 높을 가능성을 제시한다. 그러나 사적, 공적 자의식 분류가 기존 연구들과 다소 다르게 되었기 때문에 각 소척도 점수들을 다른 연구 결과와 직접 비교할 수 없었으므로 자의식의 하위 영역 중 어느 부분에서 큰 차이를 보이는지 확인하기는 어려웠다. 한편, 성별, 연령대, 진단에 따라 자의식 수준에 차이가 있는지를 변량 분석을 통해 확인해 보았는데, 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

**요인구조** 자의식 척도를 요인분석한 결과가 표 1에 제시되어 있다. 고유가 1 이상인 요인이 7개로 추출되었으므로 Fenigstein(1975)이 척도 제작시 제시한 세가지 하위 개념인 사적 자의식, 공적 자의식, 사회적 불안으로 정리하기 위하여 다시 3요인으로 설정하여 요인분석을 하였다. 사회적 불안 요인은 다른 연구 결과와 공통되게 추출되었지만, 나머지 두 요인에서는 기존 연구들과 다소 다르게 분류되는 문항들이 있었다(문항2, 22, 13, 6, 14.). 그러나 해당되는 문

표 1. 자의식 척도의 요인분석 결과

문항번호	요인 1	요인 2	요인 3
23	.817		
10	.768		
19	.742		
16	.712		
4	.662		
8	.640		
12	.627		
21		.690	
20		.687	
11		.618	
2		.614	
22		.583	
7		.516	
13		.516	
17		.445	
3			.750
9			.740
15			.741
6			.541
5			.538
14			.451
1			.436
18			.432
고유가	4.587	3.478	3.052
설명변량	19.9 %	15.1 %	13.3 %

항의 내용을 볼 때 제 2요인은 공적 자의식으로, 제 3요인은 사적 자의식으로 나누어 해석할 수 있었으므로 본 연구에서는 이 결과에 따라 사적 자의식과 공적 자의식을 나누어 다른 변인들과의 상관을 알아보았다.

**MMPI 점수와의 상관.** 사적, 공적 자의식 점수와 MMPI 소척도의 상관을 표 2에 제시하였다. 예상되었던 바와는 달리, 사적 자의식은 우울과 불안 등 어떤 증상과도 상관을 보이지 않았으며, Hy 척도에서만 약한 상관을 보였다. 이와 반대로 공적 자의식은 심리적 적응과 상당한 관련이 있는 것으로 나타났다. 우선 MMPI의 3가지 타당도 척도와 모두 상관을 보였는데, 자기 방어를 의미하는 L, K 척도와는 부적 상관이, 도움을 호소하는 것을 반영하는 F척도와는 정적 상관이 있었다. 또한 우울, 내향성과 뚜렷한 정적 상관을 보였으며, 기존의 연구에서 예상되었던 바와 같이 편집증 척도에서도 약한 상관을 보였다. Sc 척도와도 상관을 보였는데, 본 연구에서 기대적인 감각 경험이나 심한 지각적, 행동상의 문제를 보이는 정신증 환자들은 제외되었다는 점을 고려할 때, 이는 사회적 소외감을 반영하는 것으로 생각된다. 사회적 불안은 그 개념상에서 의미되는 바와 같이 불안, 내향성 척도와 강한 상관을 보였으며, F, Sc 척도와도 통계적으로 유의미한 상관을 보였다.

사적 자의식의 요인구조 분석.

사적 자의식이 우울이나 불안 등의 심리적 불편감과 별 상관이 없는 것으로 나타났는데, 사적 자의식의 하위 요인이 심리적 적응에 서로 상반되는 영향을 미친 것의 영향이 아닌지 확인하기 위하여 사적

표 2. 자의식 척도와 MMPI 점수와의 상관

	L	F	K	Hs	D	Hy	
사적 자의식	.129	-.029	.012	.249	.089	.269*	
공적 자의식	-.278*	.280*	-.455**	.206	.348**	.112	
사회적 불안	-.074	.288*	-.256	.277	.243	.013	
	Pd	Mf	Pa	Pt	Sc	Ma	Si
사적 자의식	.071	-.033	.067	.096	.051	.104	.054
공적 자의식	.239	-.135	.263*	.162	.312*	.178	.418**
사회적 불안	.179	-.106	.221	.333*	.321*	.146	.540**

\*  $P < .05$  \*\*  $P < .01$

표 3. 사적 자의식 척도의 요인분석 결과

문항 번호	요인 1	요인 2
9	.768	
3	.618	
1	.589	
5	.533	
14		.696
18		.696
6		.680
5		.532
고유가	1.987	1.976
설명변량	25 %	25 %

자의식에 대해 요인분석을 해 보았다. 결과는 표 3에 제시되어 있다.

문항 분석 결과 고유가가 1이상인 요인이 두가지로 확인되었으며, 그 중 제 1 요인은 김영아 등(1998)의 연구에서 '자신에 대한 일반적인 숙고 경향'으로 해석된 요인과 같은 문항들(문항 1, 3, 5, 9)이었다. 그러나 제 2 요인은 '자신의 인상 형성에 대한 의식'으로 해석되어 기존의 연구에서 나타난 요인들과 성격이 달랐으며 개념이 공적 자의식과도 상당히 겹치는 부분으로 생각되었다(문항 5, 6, 14, 18). 이 두 가지 요인이 각각 다른 심리적 영향을 미치는지를 알아보기 위해 두 요인을 따로 MMPI 점수와 상관을 내보았다. 제1 요인에서는 유의미한 상관을 보인 척도가 없었는데, 통계적으로 유의미하지는 않으나 L, K, Hs, Hy를 제외한 나머지 척도에서 모두 부적 방향성을 보였다. 제 2 요인에서는 Hs, Hy 척도에서 약한 정적 상관( $r=.295/.314$ ,  $p<.05$ )이 보였다.

## 논 의

자의식을 개인의 일관된 성격 특성의 한 측면이라고 볼 때, 임상 집단에서의 자의식 특성은 정신병리에 대한 개인적 취약성과 그 하위 유형을 반영한다고 볼 수 있을 것이다. 이런 관점에서 본 연구의 결

과를 해석하면 다음과 같은 논의점을 생각할 수 있다.

첫째, 임상 집단은 자의식 수준이 상당히 높은 편으로 보이며, 우울, 불안, 신체화 장애 등 임상적 증상에 따라서 자의식 수준이 차이를 보이지는 않았다. 이는 높은 자의식 수준은 다양한 정신병리 현상과 관련이 있다는 Ingram(1990)의 주장을 확인해주는 것으로 보인다. 그는 자신에 관련된 정보에 대해 지나치게 지속적이고 융통성없이 심하게 집착하는 것을 '자기 몰입'이라고 명명하였으며, 이는 정상인들의 자기 초점화주의 상태와는 다른, 정신병리의 한 현상이라고 보았다. 이런 경우 외부 상황적인 요구가 있어도 자기에 관한 생각에서 빠져나올 수 없으므로 역기능적으로 작용하게 된다는 것이다. 한편, 이전 연구들에서 자의식은 대상 집단이나 그 수준에 따라 역할이 다를 가능성이 시사되어 왔었다. 즉, 비교적 일상 생활의 심리적 적응이 좋은 대학생 집단에서나 개인적 자원이 많은 사람들에게서는 자의식이 정체감 형성이나 문제 해결 측면에서 긍정적으로 작용할 수도 있으며, 자의식이 어느정도 수준까지는 적응적인 역할을 하고 어느 수준 이상일 때에는 역기능을 할 가능성도 있다는 것이다. 본 연구 결과에 따르면, 정신과적 치료를 받는 사람들은 자의식 수준이 높았으며, 이때 자의식은 자신의 증상을 조절하는 데에 별 도움을 주지 못하는 것으로 보인다. 여기에 대해서는 두 가지로 설명할 수 있겠다. 첫째는 자의식 수준이 높은 사람들은 스트레스 상황에서 치료가 필요할 만큼 심한 심리적인 어려움을 겪을 가능성이 크다는 것이며, 둘째는 이들의 자의식 수준이 성격적인 특성을 반영하는 것이 아니라 이미 '자기 몰입' 상태에 빠져있는 정도를 반영하는 것으로서, 이 상태에서는 자의식이 긍정적인 기능을 하지 못하고 증상의 유지와 악화에만 영향을 끼치고 있을 수 있겠다는 것이다.

둘째로, 자의식의 하위 유형의 특징에서 사적 자의식은 우울이나 불안 등의 부적응과 상관이 없었지만, 공적 자의식은 우울과 높은 상관을 보였으며 편집적 성향, 사회적 소외, 이질감, 자기 방어를 잘 못하는 것과도 관련이 있었다. 이 결과에 대해서는 최근 대두

되고 있는 주장대로 우울증을 ‘부분적으로 대인관계 현상’(Gotlib & Hammen, 1992)이라고 보는 관점에서 생각해 볼 수 있겠다. 이 관점에서는 자기 가치감을 얻는 원천이 개인의 내부보다는 대인관계에 더 많이 치중되어 있을 때 의존성과 내향성 등 우울증과 관련된 대인관계 또는 사회적 행동 경향과 우울증을 발달시키고 유지시킬 수 있다고 본다(Barnett & Gotlib, 1988). 이러한 경향은 개인의 성격 특질로서 우울에 대한 스트레스 취약성으로 작용할 수 있다고 하며 이 차이를 반영하는 성격 차원이 ‘사회성(sociotrophy)’대 ‘자율성(autonomy)’, ‘중요한 타인(dominant other) 지향’대 ‘중요한 목표(dominant goal) 지향’, ‘의존성(dependency)’대 ‘자기 비판(self-criticism)’ 등으로 일컬어져 왔다. 공격 자의식은 이중 ‘사회성’, ‘중요한 타인 지향’, ‘의존성’과 맥락을 같이 하는 변인으로 생각된다. 공격 자의식이 높으면 다른 사람들의 평가에 예민하며 다른 사람들의 사소한 거부 행동에도 쉽게 상처를 받고 자기 존중감 유지에 어려움을 겪을 수 있을 것이므로 이 역시 우울에 취약한 성격 특성이 될 수 있을 것이다. 또한 이전 연구들에서 나타난 바와 같이, 사회적인 정보를 개인적인 차원에서 해석하고 받아들이는 경향으로 인해 편집적 추론을 진행시킬 수도 있을 것이다.

이렇게 공격 자의식이 높은 사람들은 다른 사람들과의 관계에 많이 의존하고 있기 때문에 자신의 증상을 다소 과장되게 표현하여 도움을 호소하는 경향도 있는 것으로 보인다. 본 연구에서 공격 자의식이 L, K 척도와는 부적 상관, F척도와는 정적 상관을 보인 것은 이런 경향으로 이해할 수 있겠다. 그러나 이전 연구에서는 공격 자의식이 높은 사람들이 타인들에게 약하거나 무능하게 보이는 것을 방어하기 위해서 스트레스 상황에서도 심리적, 신체적 증후를 덜 보고한다고 하였다(Innes & Kitto, 1989). 한편, 최정아(1996)의 연구에서는 공격 자의식이 높은 사람들이 자신이 가진 문제에 대해 도움이 필요함을 높게 지각하면서도 사회적인 낙인에 대한 두려움이 크기 때문에 전문적인 도움을 받고 자신의 문제를 개방하는 것은 꺼려하는 것으로 나타났다. 따라서 자아 존중감

을 낮추고 심리적인 어려움에 대해 보다 적극적인 대처를 주저하게 하는 요인으로 작용할 수 있다고 하였다. 이러한 점을 고려할 때, 본 연구는 병원에서의 검사를 통해 시행된 것이므로 치료 상황에 국한된 특징만 반영했을 가능성도 생각해 볼 수 있겠다. 즉, 공격 자의식이 높은 환자들이 치료자의 관심과 도움을 얻기 위해서 검사상에서는 자신의 증상을 많이 호소하는 경향이 있으나, 정신과적인 치료에 대한 편견이 많은 우리나라 상황에서 ‘정신과 환자’로 낙인이 찍히는 것을 두려워하여 실제 생활 장면에서는 자신의 증상을 쉽게 개방하지 못하는 상반된 모습을 보일 수도 있겠다는 것이다. 이런 경우라면 실생활에서 다른 사람들의 도움을 얻을 기회가 적어지므로 사회적 고립감과 우울감이 더욱 가중되는 결과로 이어질 수도 있을 것이다.

셋째로, 사적 자의식은 Hy 척도와 상관을 보였는데, 그 정도가 매우 미약하기는 하나 기존의 예상과는 반대되는 것이다. 히스테리아 척도가 자기 중심적이고 감정 반응의 변화가 잦으며 증상을 부인하는 특징을 반영하는 척도라 할 때, 사적 자의식이 높은 사람들은 자기 비판을 잘하고 이로 인해 쉽게 우울해지는 것이 아니라 오히려 자신의 심리적인 문제들에 대한 통찰이 부족하고 신체적 증상들을 호소함으로써 남들을 조절하려는 경향이 있다는 해석이 가능하다. 이는 자의식과 심리적 적응상의 관계라기 보다는 자기 성찰이 미덕으로 강조되는 우리 문화에서 반응 태도상의 특징을 반영하는 면으로도 생각할 수 있겠다. 즉, 자기 문제를 인정하지 못하고 피상적인 수준에서 사회적으로 바람직하게 보이려는 사람들이 사적 자의식 문항에서도 높은 점수에 반응하였을 가능성이 있다는 것이다.

사적 자의식의 요인 분석에서는 두 가지 구인이 추출되었다. 이는 사적 자의식이 두 가지 구인으로 나뉠 수 있다는 기존의 연구 결과를 지지하는 것인데, 그 하위 요인의 성격에 관해서는 다소 다른 양상을 보였다. 즉, 한가지 요인은 ‘자신에 대한 일반적인 숙고 능력(self-reflectiveness)’으로 해석할 수 있었으나, 나머지 하나는 기존의 연구에서 묶인 문항들과 그 내



용이 다른 '자신의 인상 형성에 대한 의식'으로 해석되었다. 본 연구에서는 기본적으로 사적 자의식으로 구분된 문항이 이전 연구들에서와 달랐기 때문에 이렇게 다른 요인으로 해석되는 것이 당연할 수도 있겠다. 한편, 이는 척도 자체의 타당성 문제를 제기하는 결과로도 볼 수 있다. 임상 집단에서 공적, 사적 자의식 요인들이 다르게 추출될만한 특별한 이유를 찾을 수 없었을 뿐만 아니라, 이전 연구들에서도 사적 자의식과 공적 자의식에 해당되는 문항들이 일관되게 추출되지 않고 약간씩 차이를 보였으며(김영아 등, 1998; 김은정 1993; 양은주, 1993), 결과적으로 원래의 소척도(Feningstein, 1975) 구성과도 해당 문항이 다르게 확인되는 경우가 많았기 때문이다. 앞으로 자의식 척도내 각 문항들이 얼마나 명료하게 그 의미를 표현하는지, 우리나라 문화에서도 서양에서와 같은 공적, 사적 자의식 구분이 유용한지 등에 대해서 더 연구할 필요가 있겠다.

두 요인과 심리적 증상들간의 상관에서, '자신에 대한 일반적인 숙고 능력'은 통계적으로 유의미한 정도는 아니나 F, D, Pd, Mf, Pa, Pt, Sc 척도상에서 미약한 부적 상관 방향성을 보였다. 서양의 연구에서는 '자신에 대한 일반적인 숙고 능력'이 사적 자의식의 부정적이고 억제적인 특징, 자기 불신과 반추적인 자기 몰입을 반영하는 것으로서 우울, 불안과 정적상관이 있다고 나타난(Anderson, Bohon, & Berrogan, 1996) 반면, 우리나라의 연구에서는 불안, 우울과 부적 상관을 보여 적응적인 방향성을 갖는 것으로 해석되어진 바 있다(김영아 등 1998). 이에 따라, 이 결과들이 요인 자체가 갖는 안정적인 속성을 반영한다기 보다는 집단에 따라 다소 다르게 작용할 소지가 있으며, 특히 동, 서양의 문화적인 차이를 반영하는 것일 수 있다는 관점이 제시되었다. 본 연구에서 사적 자의식이 우울, 불안 등의 심리적 증상과 상관을 보이지 않았으며, 그 중 '자신에 대한 일반적인 숙고 능력'이 통계적으로 유의미하지는 않으나 심리적으로 적응적인 방향성을 보인 것은 김영아 등(1998)의 연구 결과에 가까운 것으로 생각된다. 따라서 사적 자의식 중 '자신에 대한 일반적인 숙고 능력'은 실제로

사적 자의식을 구성하는 하위 요인의 하나이며, 동양 문화권에서는 심리적 미덕으로 간주되므로 긍정적인 적응과 관련되는 요인일 가능성이 시사된다.

자신에 대한 주의는 집단에 따라 다르게 작용할 소지가 있는 심리적 구인으로서, 자신의 심리적인 어려움을 통제하기 위해서나 증상에 사로잡히게 되는 데에 모두 기여할 수 있는 요인이다. 이 관계를 자세히 알기 위하여 본 연구에서는 임상 집단에서 자의식의 특징을 확인해 보았는데, 사적 자의식과 공적 자의식 요인이 이전 연구들과 똑같이 묶이지는 않았으나 전반적으로 우리나라 대학생 집단에서의 연구와 비슷한 결과를 보였다. 즉, 임상 집단에서도 사적 자의식과 심리적 불편감의 관계는 뚜렷이 드러나지 않으며 오히려 공적 자의식이 우울과 편집 경향과 관련이 있는 것으로 나타났다. 이런 관계를 자세히 안다면 임상 장면에서 환자들이 보이는 양상을 이해하고 심리치료적 접근을 하는데에 도움이 될 수 있을 것이다. 자의식은 치료적 상황에서 통찰을 위해 필요한 자원이 될 수도 있다고 제시되고 있는데, 서양에 비해 개인 생활이 덜 독립적이고 가족 지향적이며 대인관계에서 예절바르고 조화롭게 지내는 것이 강조되는 우리나라 문화에서는 사적 자의식이 개인의 자율성과 심리적 독립을 추구하는 데에 긍정적인 역할을 할 수도 있을 것으로 생각된다. 또한 공적 자의식이 높아서 지나치게 다른 사람들의 평가와 기대를 의식하고 이로 인해 심리적인 어려움을 겪으며 다른 사람들의 도움을 적절히 구하지 못하는 성격 특성을 인식하고 이에 대해 치료적 개입을 하는 것도 도움이 될 수 있을 것으로 보인다. 한편, 자의식은 다른 사람과 차별적인 상황에서 높아지는 경향이 있으므로 환자의 자의식 수준이 높은 경우, 이것이 개인의 성격적인 특징인지, 아니면 심리적인 부적응과 어려움을 해결하기 위해 일시적, 상황적으로 높아진 것인지를 우선적으로 감별하여 보다 변별적인 접근을 할 필요도 있겠다.

지금까지 연구들에서 임상적 증상과 관련하여서는 대부분 사적 자의식의 영향에 중점을 두었으며 공적 자의식의 영향은 상대적으로 간과되어 온 것으로 보

인다. 그러나 실상 많은 연구들에서 공격 자의식이 심리적 증상들에 큰 영향을 미친다는 결과들(김영아 등, 1998, Anderson et al., 1996)이 나타나고 있는 실정이며, 사적 자의식과 심리적인 부적응과의 관계는 서양의 문화의 맥락에 기초한 가정으로서 우리나라 연구에서는 계속적으로 지지받지 못하고 있다. 따라서 앞으로는 우리 문화적 맥락에서 공격 자의식이 개인의 적용에 어떤 역할을 하는지, 어떤 사회적인 의미를 포함하는지 등에 대해서 좀 더 자세히 알아보는 연구가 필요할 것이다.

### 참고문헌

- 김영아, 오경자, 문혜신, 김진관 (1998). 사적 자의식 구인의 두 가지 심리적 특성. *한국 심리학회지* : 임상, 18(1), 69-78.
- 김은정 (1993). 우울증상 지속에 영향을 주는 인지 및 행동 변인들. 연세대학교 심리학과 박사학위 논문.
- 양은주 (1993). 자의식과 부정적 생활 경험이 대학생의 음주 행동에 미치는 영향. 연세대학교 심리학과 석사학위 논문.
- 조아라 (1996). 자기초점화 주의가 장애 수용과 우울감에 미치는 영향. 연세대학교 심리학과 석사학위 논문.
- 최정아 (1996). 자의식과 자존감이 상담에 대한 태도에 미치는 영향. 연세대학교 심리학과 석사학위 논문.
- Anderson, J. M., Bohon, L. M., & Berrogan, L. P. (1996). Factor structure of the private self-consciousness scale. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 144-152.
- Barnett, P.A., & Gotlib, I. H. (1988). Psychological functioning and depression: Distinguishing among antecedents, concomitants and consequences. *Psychological Bulletin*, 104(1), 97-126.
- Buss, D., & Scheier, M. (1976). Self-Consciousness, self-awareness and self-attribution. *Journal of Research in Personality*, 10, 463-468.
- Caver, C. S. (1979). A cybernetic model of self-attention process. *Journal of Personality and Social psychology*, 37, 1251-1281.
- Cheek, J. M., & Buss, A. H. (1981). Shyness and sociability. *Journal of Personality and Social psychology*, 41, 330-339.
- Damsteegt, D. C., & Christofferson, J.(1982). Objective Self-Awareness as a Variable in Counseling Process and Outcome. *Journal of Counseling Psychology*, 29, 421-424.
- Feningstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and Private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 522-527.
- Feningstein, A.(1979). Self-consciousness, self-attention, and social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 75-86.
- Feningstein, A.(1992). Paranoia and self-consciousness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 129-138.
- Froming, W. J., & Caver, C. S.(1981). Divergent influences of Private and Public Self-consciousness in a compliance paradigm. *Journal of Research in Personality*, 15, 159-171.
- 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.
- Gotlib, I. H., & Hammen, C.L. (1992). Interpersonal and cognitive aspects of depression. *Current Directions in Psychological Science*, 1, 149-154.
- Hope, D. A., & Heimberg, R. G. (1985). *Public and private self-consciousness in a social phobic sample*. Paper presented at the meeting of the

- Association for the Advancement of behavior Therapy, Houston.
- Hull, J. G., & Young, R. G. (1985). Self-consciousness, self esteem, and success-failure as determinants of alcohol consumption in male social drinkers. *Journal of Personality and Social psychology*, 44, 1097-1109.
- Ingram, R. E.(1990). Self-focused attention in clinical disorders: Review and a conceptual model. *Psychological Bulletin*, 107, 156-176.
- Innes, J. M., & Kitto, S. (1989). Neuroticism, self-consciousness and coping strategies and occupational stress in high school teachers. *Personality and Individual Differences*, 10, 303-312.
- Lennox, R., Welch, L., Wolf, R, Zimmerman, B., & Dixon, W.(1987). Assessment of self consciousness. *Representative Research in Social psychology*, 17, 53-73.
- Piliavin, J. A., & Charng, H.(1988). What is the factorial structure of the private and public self-consciousness scale? *Personality and Social Psychological Bulletin*, 14, 587-595.
- Pyszczynski, T., & Greenberg, J(1987). Self-regulatory perseveration and the depressive self-focusing style; A self-awareness theory of reactive depression. *Psychological Bulletin*, 102, 122-138.
- Scheier, M. F., & Caver, C. S.(1977). Self-focused attention and the experience of emotion: attraction, repulsion, elation, and depression. *Journal of Personality and Social psychology*, 35, 625-636.
- Scheier, M. F.(1980). Effects of Public and Private Self-consciousness on the Public expression of personal belief. *Journal of Personality and Social psychology*. 39, 514-512.
- Smith, T. W., Ingram, R. E., & Roth, D. L.(1985). Self-focused attention and depression: Self-evaluation, affect, and life stress. *Motivation and Emotion*, 9, 381-389.
- Smith, T. W., & Greenberg, J.(1981). Depression and self-focused attention. *Motivation and Emotion*, 5, 323-331.
- Tobey, E. L., & Tunnell, G. B. (1981). Predicting our impressions on others: Effects of public self-consciousness and acting, a Self-monitoring subscales. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 7, 661-669.
- Turner, R. G., Scheier, M. F., Caver, C. S., & Ickes, W. (1978). Correlates of self-consciousness. *Journal of Personality Assessment*, 42, 285-289.
- Wood. J. V., Saltzberg, J. A., & Goldsamt, L. A. (1990). Does affect induce self-focused attention? *Journal of Personality and Social Psychology*. 58, 899-908.
- Wood, J. V., Saltzberg, J. A., Neale, J. M., Stone, A. A., & Rachmiel, T. B. (1990). Self- focused attention, coping responses, and distressed mood in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*. 58, 1027-1036.
- 원고접수일 1999. 12. 4  
수정원고접수일 2000. 2. 9  
게재결정일 2000. 2. 11 ■

## **Self-Consciousness and Psychological Distress**

**Ara Cho · Young-mi Kim**

Depart. of psychiatry, College of Medicine, Inje University.

The purpose of the present study was to investigate the correlation between self-consciousness and psychological distress in clinical samples. Sixty-eight outpatients with neurotic symptoms completed Self-consciousness Scale and MMPI. The Private self-consciousness subscale showed no significant correlations with MMPI subscales except Hy, which correlated positively. On the other hand, Public self-consciousness subscale showed strong negative correlations with L, K, and positive correlation with F, D, Pa, Sc, Si. This result suggested that those who were high in public self-consciousness experienced more psychological distress, such as depression and alienation, and complained their distress to others more. The present study also replicated previous findings of the two-factor structure of private self-consciousness. In this study, the first factor was interpreted to represent general reflectiveness of self, and had negative correlation tendency with MMPI clinical subscale. The second factor was interpreted as the awareness of self-image and had minor correlation with Hs, Hy. But this factor was different from previous findings in the content. On the basis of these findings, clinical implications and cultural differences of self-consciousness were discussed.