

자기인지의 구조와 정보처리과정에 있어서 우울집단의 특성¹⁾

권 석 만

서울대학교 심리학과

본 연구는 우울집단이 지니는 자기인지의 표층적 측면과 심층적 측면을 자기보고형 측정도구와 인지과제를 통해 체계적으로 탐색하기 위한 것이다. 이를 위해서 첫째, 자기개념의 다면성과 다차원성을 측정하는 다면적 자기개념검사를 통해 우울집단이 지니는 자기인지의 표층적 측면을 평가하고 둘째, 개인의 특성을 기술하는 형용사가 자기에 대해 해당하는지를 판단하는 자기관련판단과제를 통해 우울집단이 지니는 자기인지의 심층적 구조와 정보처리과정의 특성을 살펴보았다. 피험자는 Beck 우울척도에 의해 선발된 대학생 우울집단 25명과 비우울집단 25명이었다. 다면적 자기개념검사에서 우울집단은 비우울집단에 비해 대부분의 자기영역과 평가차원에서 부정적인 평가를 했으나 중요도 차원에서는 집단 간 차이를 나타내지 않았다. 자기관련판단과제에서 나타난 주목할만한 결과는 우울집단이 긍정형용사를 부인하고 부정형용사를 인정하는데에서는 비우울집단과 유의미한 차이를 나타내지 않은 반면, 긍정형용사를 인정하고 부정형용사를 부인하는데 어려움을 나타냈다는 점이다. 이러한 연구결과를 기존의 이론과 연구결과에 비추어 논의하였으며 치료적 시사점을 살펴보았다.

우울증은 많은 사람들이 고통받는 심리적 장애이지만 그 발생과 지속의 심리적 기제는 충분히 밝혀져 있지 않다. 우울증의 인지이론가(예: Beck, 1967, 1976; Higgins, 1987; Ingram, 1984)들은 우울한 사람들이 부정적이고 비관적인 내용의 사고를 많이 가지고 있으며 이러한 사고가 우울증의 유발과 지속에

중요한 역할을 한다는 점에서 일치된 의견을 나타내고 있다. 특히 자기자신에 대한 부정적인 사고와 신념이 우울증을 이해하는 핵심적인 심리적 요인으로 여겨지고 있다(Segal, 1988).

Beck(1967, 1976; Beck, Rush, Shaw, & Emery, 1979)는 우울증을 유발하는 부정적인 자동적 사고의

1) 이 논문은 1995년도 한국학술진흥재단의 신진교수연구비에 의하여 연구되었음.

근원적인 원인을 설명하기 위해 인지도식(schema)이라는 개념을 사용했다. 인지도식은 개인이 주변자극을 선택적으로 받아들이고 자극의 의미를 특정한 방향으로 해석하여 반응하게 하는 인지적인 틀을 의미한다. 우울증 환자는 어린 시절의 경험에 의해 특정한 내용의 부적응적인 인지도식을 형성하여 잠재적으로 소지하며 생활하다가 그 인지도식과 부합되는 부정적인 생활사건에 부딪히게 되면 그 인지도식이 활성화된다. 활성화된 부적응적 인지도식은 사건의 의미를 부정적인 방향으로 왜곡하여 해석하게 하여 부정적인 자동적 사고를 생성하며 결과적으로 우울증을 유발하게 된다. 또한 부적응적 인지도식이 활성화된 상태에서는 특별한 부정적 생활사건이 발생하지 않아도 주변의 사소한 자극에 의해서 부정적인 자동적 사고가 유발되므로 우울증이 지속되게 된다. Beck 등(1979)은 이러한 부적응적인 인지구조를 우울발생적 인지도식(depressogenic schema)이라고 불렀으며 자기에 대한 부정적인 내용으로 이루어진 자기인지도식(self-schema)이 가장 중추적인 구조를 이루고 있다고 주장하고 있다. 즉 부정적인 자기인지도식이 우울증을 이해하는 가장 핵심적인 인지구조로서 우울증을 유발하고 지속시키는 가장 근본적인 요인이라고 보았다.

우울증에 대한 연결망이론(associative network theory)을 주장한 Ingram(1984)은 인간의 정보처리체계내의 우울정서절(depression-emotion node)을 가정하고 있으며 우울증은 이러한 우울정서절의 과도한 활성화에 기인한다고 보았다. 이러한 우울정서절은 우울과 관련된 여러가지 인지적 정보절과 연결되어 있는데 이러한 인지적 정보절이 외부자극에 의해 활성화되면 활성화의 확산에 의해 연결된 우울정서절의 활성화를 촉진하게 됨으로써 우울증이 유발된다고 보았다. 특히 인간의 기억구조속에는 자기(self)에 관한 인지적 연결망이 가장 크고 복잡한 구조를 가지고 있으며 자기와 관련된 정보에 대해서는 복잡하고 심층적인 정보처리가 이루어진다. 우울증 환자는 자기에 관한 부정적 정보를 저장하고 있는 인지적 연결망이 크고 정교화되어 있다. 따라서 자기에 관한 인지적 연결망의

구조와 정보처리과정을 규명하는 일이 우울증의 심리적 기제를 이해하는 가장 핵심적인 과제라고 Ingram(1984)은 주장한 바 있다.

Higgins(1987)는 자기불일치이론(self-discrepancy theory)에서 우울이나 불안과 같은 구체적 정서경험이 인지적 요소들간의 관계에 의해 결정된다고 주장한다. 그에 따르면, 정서경험은 자신의 현재상태에 대한 표상과 원하는 상태에 대한 표상을 비교하는 평가과정을 통해서 이루어진다. Higgins(1987)는 자기에 대한 인지적 표상을 실제적인 자기, 이상적인 자기, 의무적인 자기로 나누고 표상들간의 불일치와 갈등이 일어나면 여러가지 불쾌한 감정이 일어난다고 보았다. 즉 우울은 실제적인 자기와 이상적인 자기의 불일치에 의해 유발되는 정서경험인 반면, 불안은 실제적인 자기와 의무적인 자기의 불일치에 의해 발생하는 정서경험인 것이다(Strauman & Higgins, 1987). 이상에서 간략히 살펴보았듯이, 우울증에 대한 주요한 인지이론들은 우울증의 근본적 원인을 자기에 대한 인지의 특성에서 찾으려 하고 있다. 우울증에 대한 이러한 연구동향은 우울한 사람들이 지니고 있는 자기인지의 구조와 정보처리과정에 대한 보다 체계적이고 정교한 이해가 필요함을 의미한다(Segal, 1988; Segal & Kendall, 1990).

자기인지는 매우 복잡한 인지적 요인으로서 아직 그 심리적 구조와 처리과정이 충분히 밝혀져 있지 않다. 자기에 대한 인지는 학자마다 다양한 이론적 관점에서 연구되고 있으며 이를 지칭하는 용어도 자기표상(self-representation), 자기개념(self-concept), 자기지식(self-knowledge), 자기인지도식(self-schema), 자기체계(self-system), 자아(ego) 등으로 다양하다(Epstein, 1973; Markus, 1977; Marsh & Shavelson, 1985). 이러한 다양한 용어들은 각기 자기에 관한 인지의 특정한 수준과 측면을 지칭하고 있다. 예를 들면, 자기개념은 자기에 관한 의식적이고 표층적인 수준의 인지를 지칭하는 반면, 자기인지도식은 개인에 의해 의식적으로 자각되기 어려운 심층적인 수준의 인지구조를 지칭하는 것으로 알려져 있다. 또한 자기에 대한 인지는 구조, 과정, 내용 등의 여러 측면으로

구성되어 있다(권석만, 1996; Hollon & Kriss, 1984). 본 연구에서는 자기에 관한 표층적(또는 의식적) 또는 심층적(또는 무의식적) 인지를 포괄할 뿐만 아니라 자기에 관한 인지적 구조, 과정, 내용을 포함하는 넓은 의미로 자기인지(self-cognition)라는 용어를 사용하고자 한다.

표층적 의식수준의 자기인지

자기개념은 자기에 대한 주관적인 지각, 인식, 및 평가를 반영하는 인지적 관념으로 정의된다(Epstein, 1973; Murphy, 1947; Rosenberg, 1979). 이러한 자기개념은 자기에 대한 표층적 의식수준의 인지로서 의식되거나 또는 커다란 노력없이 의식될 수 있는 사고내용으로 구성되어 있다. 따라서 자기개념은 자기보고형 측정도구로 평가되는 것이 일반적이다.

자기개념의 연구자들(예: Epstein, 1973; Marsh, 1986; Shabelson, Hubner, & Stanton, 1976)은 자기개념이 다면적이며 다차원적인 구조를 지닌다고 주장하고 있다. 현대 심리학에서 자기개념에 대해 최초로 분석을 시도한 James(1890)가 자기개념을 크게 세가지 하위영역 즉 물질적 자기(material self), 정신적 자기(spiritual self), 사회적 자기(social self)로 범주화한 이래로 여러연구자들에 의해서 다양한 방식으로 그 하위 구성요소가 분류되었다. 연구자마다 자기개념의 하위영역에 대한 분류가 다르지만 대부분의 연구자들은 신체적 외모, 신체적 건강, 지능을 포함한 체반능력, 지식 및 성취내용, 성격 및 성격적 매력, 가족관계를 위시한 대인관계 등을 자기개념의 주요한 구성요소로 포함시키고 있다.

자기개념의 또 다른 주요특성은 다차원성이다(Fleming & Courtney, 1984; Higgins, 1987; Markus, 1990; Marsh, Barnes, & Hocevar, 1985; Rogers, 1951). 자기개념은 다양한 차원이나 관점에서 기술되고 평가된다. Rogers(1951)는 자기개념이 현실적 자기(real self)와 이상적 자기(ideal self)이라는 두 차원으로 나누어질 수 있음을 주장하였다. 현실적 자기는

현재 있는 그대로 자신의 상태에 대한 지각을 의미하며 이상적 자기는 자신이 바라는 이상상으로서의 자신의 상태를 의미한다. 이러한 현실적 자기와 이상적 자기의 불일치가 개인의 심리적 고통을 초래한다고 주장한다. Higgins(1987)는 자기에 대한 인지적 표상을 실제적 자기(actual self), 이상적 자기(ideal self), 의무적 자기(ought self)로 나누고 표상들간의 불일치와 갈등이 일어나면 여러가지 불쾌한 감정이 일어난다고 보았다. Markus(1990)은 자기에 대한 표상이 매우 다양한 차원의 배열구조를 가지고 있다고 가정한다. 그에 따르면, 자기표상은 좋은 나(good me), 나쁜 나(bad me), 실제적 나(actual me), 이상적 나(ideal me), 의무적 나(ought me), 가능한 나(possible me), 원치않는 나(undesired me), 희망하는 나(hoped-for me) 등의 여러 차원에서 평가된 정보로 구성되어 있다. 이상에서 살펴보았듯이, 자기개념은 자기의 구성요소를 범주화한 다면적 구조와 각 구성요소를 여러 가지 관점에서 평가하는 다차원적 구조를 갖는다. 자기개념의 다면성과 다차원성은 자기와 관련된 수많은 정보를 체계적이고 효율적으로 조직화하려는 인간의 인지적 특성을 반영한 것이라고 볼 수 있다.

우울증이 부정적인 자기개념에 기인하며 현실적 자기와 이상적 자기의 괴리에서 유발된다는 주장과 연구(예: Beck, 1967, 1976; Beck, Steer, Epstein, & Brown, 1990; Higgins, 1987; Rosenberg, 1979; Rogers, 1951)는 매우 많다. 그러나 자기개념의 다면성과 다차원성을 고려하여 우울한 사람이 지니는 자기개념의 특성을 체계적이고 정밀하게 조사한 연구는 드물다. 그 이유는 자기개념의 구조에 대한 이론적 근거가 미비하였고 자기개념의 다면성과 다차원성을 측정할 수 있는 적절한 도구가 없었기 때문이다. 최근에 권석만(1996)은 자기개념의 구조에 대한 이론적 정리에 기초하여 자기개념의 다면성과 다차원성을 고려한 다면적 자기개념검사를 개발하였다. 이 검사는 14개의 자기영역과 8개의 평가차원으로 구성된 자기보고형 검사로서 자기개념의 구체적 내용을 보다 정밀하고 체계적으로 평가하기 위한 것이다.

심층적 의식수준의 자기인지

자기인지는 자기에 대한 수많은 정보를 저장하는 방대한 표상체계이자 기억체계이며 의식적으로 접근되기 어려운 많은 인지내용을 포함한다. 특히 자기인지의 구조적 특성과 정보처리과정은 의식적으로 자각되기 어렵다(Markus, 1977). 이러한 심층적 의식수준의 자기인지는 외부세계와의 접촉과정에서 의식적인 자각없이 자동적인 정보처리가 이루어지는 경향이 있다. 따라서 이러한 자기인지의 측면은 자기보고형 측정도구로 평가할 수 없다. 뿐만아니라 자기보고형 측정도구는 피검자의 의식적 판단에 의존하기 때문에 의도적 왜곡이 가능하며 사회적 선회도와 같은 편향적 반응경향성에 의해 영향받을 수 있는 한계가 있다.

이러한 한계를 보완하고 자기인지의 심층적인 구조의 특성과 정보처리과정을 탐색할 수 있는 연구방법의 하나가 실험 및 인지심리학에서 사용하고 있는 과제수행법이다(Safran, Segal, Hilll, & Whiffen, 1990). 이는 연구하고자 하는 인지적 구조나 과정이 개입되는 수행과제를 피험자에게 제시하고 반응시간이나 반응률과 같은 수행결과의 분석을 통해 피검자의 인지적 특성을 파악하는 방법으로서 흔히 사용되는 연구과제에는 여러 가지 색채명명과제, 판단 및 결정과제, 회상과제 등이 있다. 자기인지의 연구에서 이러한 인지과제수행법이 지니는 가장 큰 장점은 자기인지의 심층적 구조와 그 특성을 탐색할 수 있다는 점이다. 인지과제를 수행하는 과정에서 의식되지 않는 심층적인 인지구조의 특성이 수행반응에 반영되어 나타나기 때문이다. 뿐만아니라 인지과제를 통해 자기에 대한 인지내용뿐만아니라 수행반응의 분석을 통해 자기인지의 정보처리과정 및 작용기제에 대한 정보를 얻을 수 있다는 점이다. 아울러 인지과제수행법에서는 피험자가 연구자의 의도를 파악할 수 없기 때문에 자기보고형 검사에 비해 상대적으로 의식적인 왜곡의 가능성이 줄어든다는 점도 잇점을 지닌다. 이런 점에서 자기인지의 연구에서는 자기인지의 표층적 측면과 심층적 측면을 탐색하고 자기인지의 구조, 내용, 과정

을 체계적으로 탐구하기 위해서는 자기보고형 측정방법과 인지과제수행법을 병행하여 사용하는 것이 바람직하다(권석만, 1995; Greenberg & Alloy, 1989; Kuiper, Olinger, MacDonald, & Shaw, 1985; Markus, 1977, 1990; Segal, 1988)

인지과제수행법을 사용하여 우울한 사람의 인지적 특성을 조사한 연구는 많다. 우울한 사람들은 긍정적 정보보다는 부정적 정보에 대해서 편향된 주의할당을 하는 경향이 있으며 재인률이나 회상률이 높다는 연구보고가 다수 있다(Higgins, Klein, & Strauman, 1985; Ingram, Smith, & Brehm, 1983). 이러한 연구결과는 우울한 사람들이 부정적 정보에 대해서 선택적으로 주의를 기울이며 보다 깊은 수준의 정보처리를 한다는 것을 뜻한다. Beck 등(1979)은 우울한 사람들이 나타내는 부정적 정보에 대한 편향된 정보처리 특성이 자기와 관련된 정보처리에서 더욱 두드러질 것이라는 점을 시사한다. 왜냐하면 우울한 사람들의 자기개념은 부정적 정보와 더 강하고 밀접하게 연결되어 있을 것이라고 가정되기 때문이다. 이러한 주장에 대해서 과제수행법을 통해 경험적 검증이 이루어지고 있으며 그 한 예가 Bargh와 Tota(1988)의 연구이다. 그들은 자기관련판단과제를 사용하여 우울한 대학생들은 우울형용사와 비우울형용사를 제시하고 이러한 형용사가 자신을 적절하게 묘사하는지 여부를 판단하게 하였다. 그 결과 우울집단은 비우울집단에 비해서 우울형용사가 자신에게 적절하게 묘사한다고 긍정하는 반응시간이 빨랐다. 뿐만아니라 여섯 개의 숫자를 기억해야 하는 기억부하조건에서 이러한 과제를 수행하게 되면 반응시간이 증가되는데, 우울집단은 비우울집단에 비해 기억부하조건에서의 반응시간 증가량이 적었다. Bargh와 Tota(1988)는 이러한 결과를 우울한 사람들이 자기인지과정에서 부정적인 내용에 대한 자동적인 정보처리경향이 강함을 시사하는 것으로 해석하였다. 우울한 사람들은 부정적인 정보에 대해서 선택적으로 주의를 기울이고 자동적인 정보처리를 통해 자기와 관련된 것으로 받아들여 부정적인 자기인지도식을 강화하고 그 결과 더욱 부정적인 정보에 정보처리가 가속화되는 악순환의 고리를

이루어 우울상태가 지속되거나 악화되게 된다.

본 연구는 우울한 사람이 지니는 자기인지의 표층적 측면과 심층적 측면을 자기보고형 측정방법과 인지과제수행법을 통해 탐색하기 위한 것이다. 본 연구에서는 자기개념의 다면성과 다차원성을 고려하여 우울한 사람이 지니는 자기개념의 특성을 조사하고자 한다. 이를 위해 사용될 다면적 자기개념검사(권석만, 1996)는 14개의 자기영역과 8개의 평가차원을 측정하고 있기 때문에 우울집단의 자기개념 특성을 다각적으로 탐색할 수 있다. 본 연구에서 예상하는 결과는 첫째, 우울집단은 비우울집단에 비해 자기개념의 구성요소(외모 및 신체적 매력, 건강 및 운동능력, 가족의 재산, 성격 및 성격적 매력, 자기조절능력, 대인관계능력, 지적 능력, 지식수준, 학업성적, 인생관 및 가치관의 확립정도, 교우관계, 이성관계, 가족관계, 사회적 신분) 모두에서 부정적인 반응을 나타낼 것이다. 둘째, 자기개념의 평가차원에 있어서 우울집단은 비우울집단에 비해 부정평가도, 이상-현실 불일치도, 기대-현실 불일치도, 고민정도에서 높은 점수를 나타내는 반면 중요도, 긍정평가도, 개선가능정도, 만족도에서는 낮은 점수를 나타낼 것이다.

또한 본 연구는 우울한 사람이 긍정적 정보와 부정적 정보를 자신과 관련지어 처리하는 인지과정의 탐색을 통해 우울한 사람이 지니는 자기인지의 심층적 구조와 처리과정의 특성을 조사하고자 한다. 우울증은 부정적인 자기인지도식의 활성화에 기인하며 활성화된 부정적인 자기인지도식은 환경속에서 부정적 정보를 쉽게 받아들여게하여 자기인지도식의 부정성이 강화되어 우울증이 지속되게 된다. 그러나 생활환경속에는 긍정적 정보와 부정적 정보가 혼재되어 있는 것이 현실이다. 본 연구는 긍정적 정보와 부정적 정보를 자신과 관련된 것으로 수용하거나 부인하는 인지적 판단과정에서 우울한 사람들이 나타내는 특성을 살펴보고자 한다. 이를 위해 자기개념의 하위영역을 포괄하는 긍정적 또는 부정적 형용사에 대해서 자기와의 관련성 여부를 판단하는 자기관련판단과제(self-referential judgment task)를 사용하고자 한다. 제

시된 형용사의 2가지 속성(긍정성과 부정성)과 자기관련성에 대한 2가지 판단(인정과 부인)에서 우울집단이 비우울집단과 어떤 차이를 나타내는지 검증하고자 한다. 달리 표현하면, 과연 우울집단이 비우울집단에 비해 긍정적 형용사를 자기와 관련된 것으로 인정하는 데는 어려움을 나타내고 부인하는 데는 용이함을 나타내는 반면, 부정적 형용사를 자기와 관련된 것으로 인정하는 데는 용이함을 나타내고 부인하는 데는 어려움을 나타내는지를 검증하는 것이 본 연구의 주요한 목적이다. 이러한 연구는 우울한 사람이 생활환경속에서 접하는 긍정적 또는 부정적 정보를 자기인지도식과 관련지어 처리하는 방식에서 어떤 특성을 나타내는지를 보여줄 것이다.

방 법

피험자

본 연구에 참여한 피험자는 '인간관계 심리학' 강의 수강한 107의 대학생에게 Beck 우울척도(BDI)를 실시하여 선발하였다. BDI점수에 근거하여 상위 25%와 하위 25%에 해당하는 우울집단과 비우울집단을 각각 25명씩 선발하였다. BDI점수가 높은 우울집단은 BDI점수의 평균이 19.7(표준편차 = 3.3; 범위 = 15-32)이었으며 BDI점수가 낮은 비우울집단은 BDI점수의 평균이 4.3(표준편차 = 2.9; 범위 = 0-7)이었다. 우울집단은 남자 16명과 여자 9명으로 구성되었고 평균연령은 21.5세(표준편차 = 2.1세)였으며 비우울집단은 남자 18명 여자 7명으로 구성되었고 평균연령은 21.2세(표준편차 = 2.2세)였다. 두 집단간의 성비나 나이는 통계적으로 유의미한 차이가 없었다.

연구도구

Beck 우울척도(Beck Depression Inventory: BDI). 이 검사는 Beck, Ward, Mendelson, Mock 및 Erbaugh(1961)가 우울증상을 측정하기 위해 개발한

21 항목의 자기보고형 검사이다. 본 연구에서는 이영호와 송중용(1991)에 의해 번안된 한국판 Beck 우울척도를 사용하였다. 이 검사는 각 항목마다 우울증상의 심한 정도를 기술하는 4문장 중 지난 1주동안의 피검자의 경험에 적합한 문장을 선택하도록 되어 있다. 한국판 Beck 우울척도의 내적 합치도 계수는 .98이며 반분신뢰도는 .91로 보고되어 있다.

다면적 자기개념검사. 이 검사는 자기개념의 다면적이고 다차원적인 인지내용을 평가하기 위해 권석만(1996)이 개발한 112문항으로 구성된 자기보고형 검사이다. 이 검사는 13개의 자기영역을 8개의 평가차원에서 평정하도록 되어 있다. 자기영역에는 외모 및 신체적 매력, 건강 및 운동능력, 가족의 재산, 성격 및 성격적 매력, 자기조절능력, 대인관계능력, 지적 능력, 지식수준, 학업성적, 인생관 및 가치관의 확립정도, 교우관계, 이성관계, 가족관계, 사회적 신분이 포함되며 평가차원은 중요도, 긍정평가도, 부정평가도, 이상-현실 불일치도, 기대-현실 불일치도, 고민정도, 개선가능정도, 만족도가 포함된다. 이 검사의 각 문항은 특정한 자기영역을 특정한 평가차원에서 기술하는 문항에 대해서 피검자가 4점 Likert 척도(0: 전혀 아니다; 1: 약간 그렇다; 2: 상당히 그렇다; 3: 매우 그렇다)로 평정하게 되어 있다. 이 검사는 여러 가지 하위점수가 산출될 수 있는데 본 연구에서는 차원별 점수와 영역별 점수가 사용되었다. 자기개념의 차원별 점수는 14개의 자기영역에 대한 중요도, 긍정평가도, 부정평가도, 이상-현실 불일치도, 기대-현실 불일치도, 개선가능정도, 고민정도, 만족도의 8개 차원에 대한 점수로서 각 차원의 점수범위는 0점에서 56점이며 점수가 높을수록 14개 자기영역에 대해서 특정 평가차원에서 평가한 속성이 높음을 의미한다. 자기개념의 영역별 점수는 특정한 자기영역에 대한 8차원의 점수를 다음 공식에 따라 계산함으로써 산출할 수 있다. 각 자기영역에 대한 점수는 [(부정평가도) + (이상-현실 불일치도) + (기대-현실 불일치도) + (고민정도) - (긍정평가도) - (만족도) - (개선가능정도)] x (중요도)의 공식에 의해 산출된다. 점수범위는 0점에서

36점사이며 점수가 높을수록 자기영역에 대해 부정적 평가를 의미한다. 이 검사는 검사-재검사 신뢰도 계수는 영역별 점수의 경우 .68-.85사이이며 차원별 점수의 경우 .71-.87사이였다. Rosenberg의 자존감 척도와와 상관계수는 전체영역점수의 경우 .73이었으며 영역별 점수의 경우는 .16-.58사이였고 차원별점수의 경우 .39-.64(중요도 차원점수의 경우 .18)이었다.

자기관련판단과제 및 우연회상과제. 자기관련판단과제는 개인의 속성을 기술하는 긍정적 또는 부정적 형용사를 제시하고 피험자로 하여금 이 형용사가 자기에게 관련되는지를 가능한 한 빨리 판단하게 하는 과제이다. 이 과제에서는 자기개념의 영역을 기술하는 긍정형용사와 부정형용사 80개를 선정하여 사용하였다. 사용된 형용사의 예를 제시하면 다음과 같다; 물질적 자기영역에 대한 18개 형용사(예: **잘생긴**, **못생긴**, **건장한**(여자의 경우는 **날씬한**), **왜소한**(여자의 경우는 **뚱뚱한**), **튼튼한**, **연약한**, **건강한**, **병약한**, **부유한**, **가난한**, **풍족한**, **빈곤한**), 성격적 자기영역에 대한 20개 형용사(예: **성실한**, **불성실한**, **부지런한**, **게으른**, **잘침는**, **성급한**, **의지력강한**, **의지력약한**, **일관성있는**, **일관성없는**), 지적 자기영역에 대한 18개 형용사(예: **유능한**, **무능한**, **똑똑한**, **어리석은**, **창의적인**, **고리타분한**, **학점좋은**, **학점나쁜**, **유식한**, **무식한**), 사회적 자기영역에 대한 24개 형용사(예: **친구많은**, **친구없는**, **유명한**, **소외된**, **원만한**, **외로운**, **인기있는**, **인기없는**, **사교적인**, **비사교적인**). 이 형용사들을 무선적으로 IBM personal computer의 화면을 통해 피험자에게 제시하였다. 이 과제가 시행된 이후에 기억효과를 제거하기 위해 간단한 순열과제를 하게 한 후 자기관련판단과제에서 보았던 형용사를 회상하게 하는 우연회상과제를 사용하였다.

연구절차

다면적 자기개념검사는 피험자 선발을 위해 Beck 우울척도를 실시할 때 함께 실시하였다. Beck 우울척도를 실시한 후 5-10일사이에 실험이 실시되었다. 실

험은 개인별로 시행되었으며 피험자가 실험실에 도착하면 간단한 대화를 통해 실험실 상황에 익숙하게 한 후 컴퓨터를 통해 실험의 지시내용을 다음과 같이 제시하였다. 지시내용은 피험자가 이해하기 쉽도록 여러 화면에 나누어 순차적으로 제시하였다.

실험에 참여해 주셔서 진심으로 감사드립니다. 이 실험은 귀하가 자기자신에 대해 가지고 있는 생각을 알아보기 위한 것입니다. 실험시간은 30분정도 걸릴 것입니다. 귀하가 해야 할 일은 다음과 같습니다. 귀하가 화면을 응시하고 있으면 ‘형용사’ 하나가 제시될 것입니다. 화면에 제시되는 형용사가 ‘귀하 자신에게 해당되는지’ 여부를 판단하십시오. 예를 들어서, ‘내성적인’이란 형용사가 제시되었을 때, 그 형용사를 “나는 _____ 편이다.” 라는 문장의 밑줄에 넣어 보고 ‘그렇다’고 생각되면 자판의 K를 누르시고 ‘그렇지 않다’고 생각되면 자판의 D를 누르십시오. 즉 ‘내성적인’이라는 형용사가 귀하 자신을 묘사하는 데에 적절하면 좌판의 K를 누르시고 적절치 않으면 자판의 D를 누르십시오. 화면에 형용사가 제시되고 나서 가능한 한 빨리 판단을 하여 자판을 눌러주십시오. Space키를 누르면 1초후에 다른 형용사가 제시될 것입니다. 그러면 그 형용사에 대해서 마찬가지로 응답하시면 됩니다.

연습시행에서는 총 20개의 형용사를 무선적으로 제시하였다. 연습시행이 끝나면 ‘지금까지는 연습이었습니다. 지금부터 본시행에 들어가겠습니다’라는 지시문을 컴퓨터 화면에 제시한 후 본시행에 들어갔다. 본시행에서는 80개의 형용사가 무선적으로 제시되었다. 본시행이 끝난후에는 단기기억의 효과를 제거하기 위해 3개의 간단한 순열문제(1 5 9 13 17 ___ ; 1 2 4 7 11 ___ ; 1 4 9 16 25 ___)를 풀게 하였으며 약 2-3분이 소요되었다. 순열문제를 풀고 나면 본시행에서 제시된 형용사를 기억나는 대로 가능한 많이 회상하여 준비된 용지에 적도록 하는 우연 회상과제를 실시하였다.

결 과

다면적 자기개념검사에서 나타난 우울집단과 비우울집단의 차원점수는 표 1에 제시되어 있다. 두 집단 간 점수차이를 t검증한 결과, 중요도 점수를 제외한 모든 차원점수에서 집단간 유의미한 차이가 발견되었다. 우울집단은 연구예언과 마찬가지로 비우울집단에 비해 부정평가도, 이상-현실 불일치도, 기대-현실 불일치도, 고민정도에서 유의미하게 높은 점수를 얻은 반면, 긍정평가도, 개선가능정도, 만족도에서는 유의미하게 낮은 점수를 얻었다. 그러나 중요도에서는 두 집단간에 차이가 없었다.

표 1. 우울집단과 비우울집단의 자기개념검사 차원점수의 평균(표준편차)과 t검증 결과.

차원점수	우울집단	비우울집단	t
	평균 (표준편차)	평균 (표준편차)	
중요도	1.85 (.36)	1.97 (.47)	.8
긍정평가도	.77 (.39)	1.23 (.44)	14.6**
부정평가도	.95 (.39)	.46 (.32)	21.4**
이상-현실불일치도	1.23 (.53)	.63 (.38)	21.0**
기대-현실불일치도	.76 (.41)	.38 (.30)	12.7**
고민정도	1.28 (.44)	.74 (.30)	23.4**
개선가능정도	1.61 (.48)	2.08 (.51)	10.5*
만족도	.69 (.42)	1.35 (.42)	27.4**

* $p < .01$; ** $p < .001$

자기개념검사에서 측정된 영역점수에서 우울집단은 비우울집단에 대해서 대부분의 자기영역에 대해 부정적인 평가를 하였다(표 2. 참고). 그러나 교우관계와 사회적 신분의 영역에서는 집단간에 유의미한 차이가 발견되지 않았다. 14개의 자기영역중 12개의 영역에서 우울집단과 비우울집단에 현저한 점수차가 나타난 것은 우울집단이 여러가지 자기영역에 대해 부정적인 자기평가를 하고 있음을 의미한다. 반면 교우관계와 사회적 신분에서 차이가 나타나지 않은 것은 대학생이라는 피험자집단의 특성이 반영된 듯 하며 자기개념의 세부영역에 따라서 우울상태와의 연

관성이 적은 영역이 있음을 보여주는 것이다.

표 2. 우울집단과 비우울집단의 자기개념검사 영역점수 평균(표준편차)과 t검증 결과.

영역점수	우울집단		비우울집단		t
	평균 (표준편차)	평균 (표준편차)	평균 (표준편차)	평균 (표준편차)	
외모	10.6 (5.9)	23.3 (23.5)	6.30*		
신체적 건강	23.4 (7.3)	39.5 (15.4)	20.54***		
가족의 재산	17.0 (8.9)	25.9 (15.7)	5.63*		
성격	21.8 (8.2)	30.6 (12.3)	8.13**		
자기조절능력	21.3 (13.9)	31.1 (16.5)	4.80*		
지적 능력	18.7 (8.6)	27.8 (11.7)	9.18**		
대인관계능력	24.8 (9.9)	32.7 (14.7)	4.64*		
지식수준	15.6 (8.0)	24.7 (13.9)	7.32**		
학업성적	10.3 (6.3)	18.8 (11.5)	9.71**		
인생관 및 가치관	21.1 (7.7)	30.2 (15.9)	6.08*		
교우관계	26.5 (10.0)	31.2 (13.7)	1.80		
이성관계	15.7 (10.9)	26.7 (17.6)	6.60*		
가족관계	27.1 (3.3)	39.6 (18.2)	6.21*		
사회적 신분	20.2 (12.1)	22.6 (15.6)	.33		

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

자기관련판단과제에 대한 우울집단과 비우울집단의 평균반응시간이 표 3에 제시되어 있다. 우울집단은 80개 형용사 전체에 대한 판단과제수행에서 비우울집단보다 느린 반응시간을 나타내는 경향성이 있었으나 통계적으로 유의미하지 않았다. 형용사를 긍정형용사와 부정형용사로 나누어 반응시간을 비교한 결과, 긍정형용사에서는 집단간 차이가 나타나지 않았으나 부정형용사에서는 우울집단이 더 느린 판단시간을 보였다.

그러나 반응시간에 대한 이러한 결과는 피험자가 제시된 형용사에 대한 인정반응(‘그렇다’고 판단한 반응)과 부인반응(‘아니다’라고 판단한 반응)을 구분하지 않은 것이다. 따라서 피험자의 반응은 인정반응과 부인반응으로 각기 나누어 분석하는 것이 필요하다. 이를 위해서 먼저 긍정형용사 또는 부정형용사에 대한 피험자의 인정반응과 부인반응의 수를 우울집단과 비우울집단간에 비교하였다. 그 결과, 표 4에서 볼 수

표 3. 우울집단과 비우울집단의 자기관련판단과제 평균반응시간(단위는 msec임)과 t검증 결과.

자극조건	우울집단		비우울집단		t
	평균(표준편차)	평균(표준편차)	평균(표준편차)	평균(표준편차)	
전체형용사	1556(421)	1377(255)	3.13		
긍정형용사	1481(407)	1351(271)	1.65		
부정형용사	1631(454)	1403(267)	4.45*		

* $p < .05$

있듯이, 우울집단은 긍정형용사에 대해서 ‘그렇다’고 인정반응을 한 수가 비우울집단에 비해 유의미하게 적은 반면 부정형용사에 대해서 ‘그렇다’고 인정반응을 한 수는 비우울집단에 비해 유의미하게 많았다. 이러한 결과를 달리 표현하면 우울집단은 긍정형용사에 대해서 ‘아니다’라고 부인반응을 한 수가 비우울집단에 비해 유의미하게 많은 반면 부정형용사에 대해서는 우울집단이 ‘아니다’라고 부인반응을 한 수가 비우울집단에 비해 유의미하게 적었다.

표 4. 우울집단과 비우울집단의 형용사 및 유형별 반응수와 t검증 결과.

자극조건-반응유형	우울집단		비우울집단		t
	평균 (표준편차)	평균 (표준편차)	평균 (표준편차)	평균 (표준편차)	
긍정형용사-인정반응수	20.0(10.3)	28.5(8.0)	9.79*		
긍정형용사-부인반응수	19.9(10.3)	11.5(8.0)	9.79*		
부정형용사-인정반응수	13.2(9.2)	7.2(5.1)	7.69*		
부정형용사-부인반응수	26.7(9.2)	32.7(5.1)	7.69*		

* $p < .001$

자기관련판단과제에서의 반응시간을 긍정/부정 형용사와 인정/부인 반응별로 우울집단과 비우울집단간의 차이검증을 하였다. 그 결과는, 표 5에 제시되어 있듯이, 우울집단은 긍정형용사에 대한 부인반응과 부정형용사에 대한 인정반응의 반응시간에 있어서 비우울집단과 유의미하게 다르지 않았다. 그러나 긍정형용사에 대한 인정반응의 경우와 부정형용사에 대한 부인반응의 경우는 우울집단이 비우울집단에 비해서 반응시간이 유의미하게 길었다.

표 5. 우울집단과 비우울집단의 자극조건-반응유형별 평균반응시간(단위는 msec임)과 t검증 결과.

자극조건-반응유형	우울집단 비우울집단		t
	평균 (표준편차)	평균 (표준편차)	
긍정형용사-인정반응	1515(434)	1293(260)	4.55*
긍정형용사-부인반응	1562(454)	1636(422)	.33
부정형용사-인정반응	1678(437)	1789(577)	.54
부정형용사-부인반응	1630(480)	1340(238)	6.99*

* p < .05

표 6. 우울집단과 비우울집단의 우연회상과제 회상형용사 수와 t검증 결과.

회상반응지표	우울집단 비우울집단		t
	평균 (표준편차)	평균 (표준편차)	
회상된 전체 형용사 수	24.16(5.31)	26.92(5.30)	3.37
회상된 긍정 형용사 수	13.24(3.05)	15.52(2.80)	7.55*
회상된 부정 형용사 수	9.08(3.34)	9.64(4.02)	.28
잘못 회상된 형용사 수	1.84(1.92)	1.76(1.71)	.02
긍정형용사 회상비율 ¹⁾	.55(.07)	.58(.12)	1.85
부정형용사 회상비율 ²⁾	.37(.10)	.34(.11)	.89

1) 긍정형용사 회상비율 = (회상된 긍정 형용사 수) / (회상된 전체 형용사 수)

2) 부정형용사 회상비율 = (회상된 부정 형용사 수) / (회상된 전체 형용사 수)

* p < .01

마지막으로, 우연회상과제에서 피험자들이 회상해 낸 형용사에 대해서 분석하였다. 그 결과가 표 6에 제시되어 있다. 우울집단은 회상한 평균 형용사수가 약 24개로 비우울집단의 27개와 비교하여 적었으나 이러한 차이는 경향성을 나타낼뿐 통계적으로 유의미한 차이는 아니었다. 회상된 긍정형용사의 수에 있어서 우울집단이 비우울집단보다 유의미하게 적었다. 그러나 회상된 부정 형용사의 수에 있어서는 집단간 차이가 나타나지 않았다. 또한 회상된 전체 형용사중에서 회상된 긍정 또는 부정 형용사의 비율을 구해 집단간 차이를 구해 보았으나 이 역시 유의미한 차이

를 나타내지 않았다. 이러한 결과는 우울집단이 긍정형용사의 인정반응에서 긴 반응시간을 보였듯이 자기 자신을 기술할 수 있는 긍정적 형용사에 대한 재인 및 회상 능력이 저조함을 시사하는 것이라고 볼 수 있다. 이는 우울한 사람들의 자기인지도식에 있어서 긍정적 정보에 대한 정보처리능력이 부실함을 의미하는 것이다.

논 의

본 연구는 우울한 사람의 자기인지 특성을 알아보기 위한 것이다. 특히 본 연구에서는 우울한 사람이 지니는 자기인지의 표층적 측면과 심층적 측면을 자기보고형 측정방법과 인지과제수행법을 통해 탐색하고자 했다. 표층적 의식수준의 자기개념을 평가하기 위해 다면적 자기개념검사를 실시한 결과, 우울집단과 비우울집단은 차원점수에서 중요도 점수를 제외한 모든 차원점수에서 집단간 유의미한 차이가 발견되었다. 우울집단은 예상한대로 비우울집단에 비해 부정평가도, 이상-현실 불일치도, 기대-현실 불일치도, 고민정도에서 유의미하게 높은 점수를 얻은 반면, 긍정평가도, 개선가능정도, 만족도에서는 유의미하게 낮은 점수를 얻었다. 이는 우울한 사람들이 자신의 현재 상태를 주변 동료들에 비해 열등한 상태로 평가하며 자신의 이상이나 부모의 기대와도 괴리가 큰 것으로 지각하며 아울러 자신의 여러 측면에 대해 고민이 많다는 것을 의미한다. 반면 이들은 자신의 현재 상태를 긍정적으로 평가하지 않은 경향이 있으며 또한 미래에 자신의 여러 가지 측면이 개선될 수 있는 가능성을 낮게 평가하며 자신에 대한 만족도가 낮다는 것을 뜻한다. 그러나 주목할 만한 결과는 자기의 여러 가지 구성요소가 얼마나 중요한가를 묻는 중요도평가에서는 집단간 차이가 없었다는 점이다. 자기개념에 있어서 중요도의 차원은 James(1890)에 의해 이론적으로 주장되었으며 최근에 Pelham(1991) 등에 의해 경험적인 연구를 통해 탐색되었다. 자기개념의 중요도 차원을 중시하는 Pelham(1991)은 '자존감이 높

울수록 자기의 여러 측면중에서 긍정적 측면에 더 중요성을 부여한다'고 가정하고 있으며 경험적으로도 일부 입증한 바 있다. 이러한 주장을 발전시키면 우울한 사람은 자존감이 낮고 따라서 자기의 여러측면을 부정적으로 평가하므로 중요성을 낮게 부여할 것이라고 추론할 수 있다. 그러나 본 연구의 결과는 자기의 구성요소에 대한 중요도평가는 우울정도와 무관한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자존감과 자기개념의 중요도 평가가 밀접한 연관을 맺지 않는다는 Hoge와 McCarthy(1984), Marsh(1986) 등의 연구와 일치하는 것이라고 할 수 있다. 임상적 관찰에 의하면 우울하거나 열등감이 있는 사람들중에는 부족하다고 평가하는 부정적인 자기의 측면을 매우 중시하는 사람이 있기 때문에 본 연구에서 예측한 결과와 반대를 예상할 수 있다. 그러나 본 연구에서 우울정도와 중요도평가가 유의미한 연관성을 보이지 않는 이유를 우울정도나 자존감정도와 중요도 평가간의 서로 다른 2가지 방식의 관계에 기인한 것으로 볼 수 있다. 그 하나는 방어적 경향으로서 자기의 부정적 구성요소를 중요도에 있어서 평가절하함으로써 자존감을 회복하려는 경향이 있을 수 있다. 반면에 방어적 경향이 약화되면 오히려 자신의 부정적 구성요소는 중요하게 생각되고 긍정적 구성요소는 중요치 않게 생각되는 비판적 경향이 나타날 수도 있다. 이러한 방어적 경향과 비판적 경향이 본 연구의 결과에는 혼재되어 있기 때문에 서로 상쇄되어 중요도 평가와 우울정도간의 관계가 불분명하게 나타난 것으로 보인다. 이러한 논의는 추후 연구를 통해 더 자세하게 분석될 필요가 있다.

자기개념검사에서 측정한 영역점수에서 우울집단은 비우울집단에 비해서 대부분의 자기영역에 대해 부정적인 평가를 하였다. 그러나 교우관계와 사회적 신분의 영역에서는 집단간에 유의미한 차이가 발견되지 않았다. 14개의 자기영역중 12개의 영역에서 우울집단과 비우울집단에 현저한 점수차이가 나타난 것은 우울집단이 여러가지 자기영역에 대해 부정적인 자기평가를 하고 있음을 의미하며 이러한 결과는 자기개념검사의 영역척도가 변별력을 가지고 있음을 뜻한

다. 반면 교우관계와 사회적 신분에서 차이가 나타나지 않은 것은 대학생이라는 피험자집단의 특성이 반영된 듯 하며 자기개념의 세부영역에 따라서 우울상태와의 연관성이 적은 영역이 있음을 보여주는 것이다. 이러한 결과는 한 개인의 자기개념을 평가할 때 다양한 구성요소에 대한 세밀한 고려가 필요함을 시사하는 것이다. 자기개념검사에 의한 우울집단과 비우울집단의 차이를 분석한 결과는 자기개념의 다면성과 다차원성의 고려가 필요함과 더불어 자기개념검사의 영역점수와 차원점수가 우울증상의 변별에 유용함을 보여준다.

또한 본 연구는 자기관련판단과제와 우연회상과제를 사용하여 우울한 사람이 긍정적 또는 부정적 정보를 자기인지와 비교하여 판단하고 그 정보를 회상하는 과정에서 우울한 사람들의 심층적 자기인지와 정보처리과정을 탐색하고자 했다. 본 연구에서 사용한 자기관련판단과제에서 나타난 주요한 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 우울집단은 긍정형용사를 자기와 관련시켜 '그렇다'고 인정하는데 어려움을 나타냈다. 둘째, 우울집단은 부정형용사를 자기와 관련시켜 '아니다'라고 부인하는데 어려움을 겪는다. 셋째, 우울집단은 자기와의 관련성에 대해서 긍정형용사를 부인하고 부정형용사를 인정하는 판단시간에 있어서 비우울집단과 차이를 나타내지 않았다. 또한 우연회상과제에서 우울집단은 긍정형용사를 회상하는데 어려움을 나타낸 반면 부정형용사를 회상하는데는 비우울집단과 차이가 없었다.

이러한 결과는 자기지식의 구획화(compartmentalization) 이론(Showers, 1992)과 연관지어 논의해 볼 필요가 있다. 자기지식의 구획화이론에 따르면, 사람들은 자기에 대한 긍정적인 지식과 부정적인 지식을 범주적으로 분리된 지식으로 저장하는 경향이 있다는 것이다. 자신에 대한 여러가지 정보를 다양한 범주로 집단화할 때 그 집단화의 기준으로서 긍정-부정의 기준이 중요한 역할을 하며 이러한 기준에 따라 정보들이 군집화되어 분리된 형태로 저장되는 경향이 있다는 것이다. 이러한 구획화이론은 인간 일반과 우울증 환자의 자기인지도식의 구조를 이해하는데 한 이

론적 근거가 될 수 있다. Ingram(1984)은 우울증에 대한 연결망이론에서 자기인지는 인간의 기억구조속에서 가장 크고 복잡한 연결망 구조를 가지고 있으며 우울한 사람의 자기인지는 자기(self)를 중심으로 많은 부정적 정보가 강하고 복합적으로 연결되어 있는 구조를 지니고 있다고 주장한 바 있다. 즉 자기에 관한 정보가 긍정성-부정성에 따라 군집화되어 기억구조속에 축적되며, 우울한 사람들은 자신에 대한 부정적 정보가 많은 뿐만 아니라 정보의 군집화 경향이 강하여 일부 부정적 정보절의 활성화는 다른 부정적 정보절의 활성화로 확산되어 우울정서를 경험하게 된다는 것이다. Beck 등(1979)도 우울증을 유발하는 인지도식(depressogenic schema)에 있어서 자기에 대한 부정적인 내용으로 이루어진 자기인지도식(self-schema)이 가장 중추적인 구조를 이루고 있다고 주장하고 있다. 즉 우울증환자의 자기인지도식은 부정적인 내용으로 지나치게 편향되어 있어서 우울증을 유발하고 지속시키는 가장 근본적인 요인이 된다고 보았다. 이러한 주장은 우울한 사람일수록 부정적인 자기기술이나 부정적인 자기개념에 대한 가용성(availability)과 접근가능성(accessibility)이 높다는 Bargh와 Tota(1988)의 연구결과에서 대표적으로 검증된 바 있다. 이러한 일련의 이론적 주장과 경험적 연구들은 우울한 사람들의 자기인지도식이 많은 부정적 정보로 구성되어 있으며 이러한 정보들이 정교하고 견고하게 구조화되어 있으며 따라서 부정적 정보에 대한 정보처리의 용이함에 초점을 두고 있다.

이러한 주장에 비추어 볼 때, 본 연구의 결과가 시사하는 점은 우울한 사람들의 자기인지도식이 과도한 부정적 정보로 구성되어 있을뿐만 아니라 빈약한 긍정적 정보로 구성되어 있다는 것이다. 우울집단은 자기관련판단과제에서 긍정형용사에 대한 인정반응시간이 길고 회상률도 낮았다. 반면 부정형용사에 대해서는 인정반응시간이나 회상률에서는 비우울집단과 유의미한 차이를 나타내지 않았다. 이러한 결과는 우울한 사람이 자기에 관한 부정적 정보를 많이 가지고 있고 잘 처리하기때문이라기 보다는 긍정적 정보가 부족하고 잘 처리하지 못하기때문이라는 점을 시사하

고 있다. 우울증의 인지적 특성을 조사한 많은 연구들은 우울증 환자의 자기인지가 자기에 관한 많은 부정적 정보로 구성되어 있을 뿐만 아니라 부정적 정보에 대한 정보처리가 매우 민활하게 이루어진다는 결과가 주종을 이루어 왔다. 그러나 본 연구의 결과는 우울증의 자기인지 연구에서 소홀히 다루어진 자기인지의 긍정적 측면, 즉 자기인지에 포함된 긍정적 정보의 양과 정보처리기능에 주목할 필요가 있음을 시사한다. 즉 우울한 사람이 지니는 자기인지의 특성은 자기에 관한 부정적 정보의 과다뿐만 아니라 긍정적 정보의 과소에 있다는 점을 주목해야 한다. 우울한 사람은 긍정적 정보를 수용하고 기억하여 자기인지에 긍정적 정보를 축적하는데 어려움을 나타낸다는 점을 본 연구결과가 보여주고 있다. 이러한 결과는 우울증이 자기에 관한 긍정적 정보량과 부정적 정보량의 상대적 비율에 의해 결정된다는 Kendall, Howard 및 Hays(1989)의 주장과 일맥상통하는 것이다. 즉 우울증은 부정적 정보의 과다에 기인할 수도 있지만 긍정적 정보의 과소에 기인할 수도 있다는 점을 의미한다. 또한 우울한 사람이 지니는 자기인지의 특성은 긍정적 또는 부정적 정보의 양뿐만 아니라 정보처리기능의 측면에서도 찾아볼 수 있다. 본 연구의 결과는 우울한 사람들이 부정적 정보에 대한 정보처리가 활발할 뿐만 아니라 긍정적 정보에 대한 정보처리기능이 저하되어 있음을 시사한다. 즉 우울증은 자기에 관한 부정적 정보에 대한 과잉정보처리(overprocessing)라기보다는 자기에 관한 긍정적 정보에 대한 과소정보처리(underprocessing)에 기인한 것일 수도 있다는 추론이 가능하다.

본 연구의 결과가 시사하는 두 번째 점은 우울한 사람들이 긍정적 또는 부정적 형용사의 재인을 위한 정보처리과정뿐만 아니라 이러한 정보를 자기와 관련시키는 판단과정에서 곤란을 경험한다는 점이다. 우울집단은 긍정형용사에 대해 자기와 관련지어 '아니다'고 부인할 때보다 '그렇다'고 인정하는 판단을 내리는 과정에서 어려움을 나타내고 있다. 또한 우울집단은 부정형용사에 대해서 자기와 관련지어 '그렇다'고 인정할 때보다 '아니다'라고 부인하는 판단을 하

는 과정에서 어려움을 나타내고 있다. 이러한 결과는 형용사의 긍정성-부정성뿐만 아니라 이러한 형용사를 자기와 관련시켜 판단하는 과정이 우울한 사람의 정보처리의 특성을 이해하는 중요한 과정임을 의미한다. 본 연구의 결과는 형용사의 긍정성-부정성과 자기와 관련한 인정-부인 반응이 상호작용함을 나타내고 있다. 요컨대 우울한 사람은 그렇지 않은 사람과 비교해서 자신이 부정적인 특성을 지녔다고 인정하는 과정보다는 그렇지 않다고 부정하는데 어려움을 겪는 동시에 자신이 긍정적인 특성을 지녔다는 것을 부정하는 과정보다는 그것을 인정하는데 어려움을 겪는다는 것을 보여주는 것이다. 우울집단이 나타내는 이러한 자기관련 정보처리의 특징은 앞으로의 연구에서 인과론적 관점에서 탐색되어야 한다. 즉 우울정서가 그러한 정보처리특징을 발생시킨 것인지 아니면 이러한 정보처리특징이 우울정서를 유발한 것인지에 대한 인과관계가 정밀하게 연구되어야 할 것이다. 앞으로의 연구결과에 따라서 자기관련정보처리의 특징은 우울증의 유발을 예측하는 중요한 심리적 특성이 될 수도 있다(Hammen, Marks, deMayo, & Mayol, 1985)

이러한 결과로부터 우울증에 대한 심리치료적 시사점을 얻을 수 있다. 우울증의 인지치료는 우울증 환자가 지니는 부정적 인지의 감소에 초점을 맞추고 있다(Beck et al., 1979). 그러나 본 연구의 결과는 우울증이 부정적 인지의 과다뿐만 아니라 긍정적 인지의 빈곤에 기인할 수 있음을 시사한다. 따라서 우울증에 대한 치료적 작업에서도 긍정적 인지의 증가에 중요한 초점이 맞춰질 필요가 있다. 또한 우울한 사람들은 자신의 장점을 긍정적으로 수용하지 못하고 긍정적인 체험을 오히려 부정적인 것으로 왜곡하여 받아들이는 경향이 있다. 이러한 점들은 본 연구에서 우울집단이 긍정적 형용사를 자기의 특성으로 수용하는 어려움을 겪는 동시에 부정적인 형용사를 자신과 무관한 것으로 부인하는데 곤란을 나타낸 결과와 일치하는 것이라고 할 수 있다. 이러한 연구결과는 우울한 사람들이 자신의 긍정적인 체험과 장점을 자신의 것으로 수용하고 자신과 무관한 부정적 경험은 배제할 수 있도록 촉진하는 심리적 기제에 대한 연구와

치료적 기법의 개발이 필요함을 시사한다.

참고문헌

- 권석만 (1995). 정신병리와 인지 I - 정서장애를 중심으로. 한국심리학회 (편). 심리학 연구의 통합적 탐색 (pp. 49-95).
- 권석만 (1996). 자기개념의 인지적 구조와 측정도구의 개발. *학생연구*, 31(1), 11-38.
- 이영호 · 송종용 (1991). BDI, SDS, MMPI-D척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. *한국심리학회: 임상*, 10, 98-113.
- Bargh, J.A., & Tota, M.E. (1988). Context-dependent automatic processing in depression: Accessibility of negative constructs with regard to self but not others. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 925-939.
- Beck, A.T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. New York: Harper & Row.
- 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., Steer, R.A., Epstein, N., & Brown, G. (1990). Beck self-concept test. *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 2, 191-197.
- Beck, A.T., Ward, C.H., Mendelson, M., Modek, J., & Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-606.
- Epstein, S. (1973). The self-concept revisited: Or a theory of a theory. *American Psychologist*, May, 404-416.

- Fleming, J.S., & Courtney, B.E. (1984). The dimensionality of self-esteem II: Hierarchical facet model for revised measurement scales. *Journal of Personality and Social Psychology, 46*, 404-421.
- Greenberg, M.S., & Alloy, L.B. (1989). Depression versus anxiety: Processing of self- and other-referent information. *Cognition and Emotion, 3*, 207-223.
- Hammen, C., Marks, T., deMayo, P., & Mayol, A. (1985). Self-schemas and risk for depression: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology, 49*, 1147-1159.
- Higgins, E.T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self to affect. *Psychological Review, 94*, 319-340.
- Higgins, E.T., Klein, R., Strauman, T. (1985). Self-concept discrepancy theory: A psychological model for distinguishing among different aspects of depression and anxiety. *Social Cognition, 3*, 51-76.
- Hoge, D.R., & McCarthy, J.D. (1984). Influence of individual and group identity salience in the global self-esteem of youth. *Journal of Personality and Social Psychology, 47*, 403-414.
- Hollon, S.D., & Kriss, M.R. (1984). Cognitive factors in clinical research and practice. *Clinical Psychology Review, 4*, 35-76.
- Ingram, R.E. (1984). Toward an information-processing analysis of depression. *Cognitive Therapy and Research, 8*, 443-478.
- Ingram, R.E., Smith, T.W., & Brehm, S.S. (1983). Depression and information processing: Self-schemata and the encoding of self-referent information. *Journal of Personality and Social Psychology, 45*, 209-211.
- James, W. (1890). *The principles of psychology*, New York: Holt.
- Kendall, P.C., Howard, B.L., & Hays, R.C. (1989). Self-referent speech and psychopathology: The balance of positive and negative thinking. *Cognitive Therapy and Research, 13*, 583-598.
- Kuiper, N.A., Olinger, L.J., MacDonald, M.R., & Shaw, B.F. (1985). Self-schema processing of depressed and nondepressed content: The effects of vulnerability to depression. *Social Cognition, 3*, 77-93.
- Markus, H. (1977). Self-schemata and processing information about the self. *Journal of Personality and Social Psychology, 35*, 63-78.
- Markus, H. (1990). Unsolved issues of self-representation. *Cognitive Therapy and Research, 14*, 241-253.
- Murphy, G. (1947). *Personality: A bio-social approach*. New York: Harper.
- Marsh, H.W. (1986). Global self-esteem: Its relation to specific facets of self-concept and their importance. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*, 1224-1236.
- Marsh, H.W., Barnes, J., & Hocevar, D. (1985). Self-other agreement on multidimensional self-concept ratings: Factor analysis and multitrait-multimethod analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 49*, 1360-1377.
- Marsh, H.W., & Shavelson, R.J. (1985). Self-concept: Its multifaceted, hierarchical structures. *Educational Psychologist, 20*, 107-125.
- Pelham, B.W. (1991). On the confidence and consequence: The certainty and importance of self-knowledge. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*, 518-530.
- Rogers, C.R. (1951). *Client-centered therapy*. New York: Houghton Mifflin.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

- Safran, J.D., Segal, Z.V., Hill, C., & Whiffen, V. (1990). Refining strategies for research on self-representations in emotional disorders. *Cognitive Therapy and Research, 14*, 143-160.
- Segal, Z.V. (1988). Appraisal of the self-schema construct in cognitive models of depression. *Psychological Bulletin, 103*, 147-162.
- Segal, Z.V., & Kendall, P.C. (1990). Selfhood processes and emotional disorders. *Cognitive Therapy and Research, 14*, 111-112.
- Shavelson, R.J., Hubner, J.J., & Stanton, G.C. (1976). Self-concept: Validation of construct interpretation. *Review of Educational Research, 46*, 407-441.
- Showers, C. (1992). Compartmentalization of positive and negative self-knowledge: Keeping bad apples out of bunch. *Journal of Personality and Social Psychology, 62*, 1036-1049.
- Strauman, T.J., & Higgins, E.T. (1987). Automatic activation of self-discrepancies and emotional syndromes: When cognitive structures influence affect. *Journal of Personality and Social Psychology, 53*, 1004-1014.

Some characteristics of depressed people in the structure and process of self-cognition

Seok-Man Kwon

Seoul National University

The aim of the present study was to examine the surface as well as the deep aspects of self-cognition of depressed people with a self-reporting measurement and a experimental cognitive task. The surface or conscious aspect of self-cognition of depressed people was examined with the Multiphasic Self-Concept Inventory(MSCI) which had been developed to tap the multifacetedness and multidimensionality of self-concept, whereas the deep or unconscious structure and process of their self-cognition were evaluated with a self-referential judgment task in which subjects were asked to decide whether some positive or negative descriptors are self-referential or not. Subjects were 25 depressed college students and 25 nondepressed students selected by their score of BDI. The results show that the depressed group made more negative and less positive self-evaluation on the most self- subareas and evaluative dimensions(except the dimension of importance) of the MSCI than the nondepressed group did. The most noteworthy result on the self-referential judgment task was that the depressed group showed more difficulties in accepting positive descriptors and denying negative descriptors with longer response latency than the nondepressed group did, whereas the two groups showed no difference in denying positive discriptors and accepting negative descriptors. Some implications of these results were discussed for further research and psychotherapy of depression.