

대학생의 대인관계능력과 심리적 안녕감: 정서강도, 정서주의, 정서명확성, 정서표현양가성의 군집비교*

천 부 경

양 난 미†

경상대학교

본 연구는 개인이 경험하는 정서경험 표현과정에 따라 생활적응에 어떤 차이가 있는지 알아보고자 하였다. 구체적으로 대학생의 정서경험에서 정서강도, 정서주의, 정서명확성, 정서표현양가성의 표현과정에 따라 어떤 하위유형 집단이 존재하는지 알아보고 이러한 정서경험 표현과정의 개인차가 개인의 대인관계능력과 심리적 안녕감과 어떤 관계가 있는지를 알아보고자 하였다. 연구대상은 대학생 337명(여성 153명, 남성 184명)이었고 군집분석 결과 3개 집단이 존재하고 있음을 알 수 있었다. 군집 1은 정서강도와 정서주의가 높고 정서명확성은 평균수준이며 정서표현양가성은 높은 집단으로 '혼란집단'으로 명명하였고 군집 2는 정서강도, 정서주의, 정서명확성 모두 낮고 정서표현양가성은 높은 집단으로 '억압집단'으로 명명하였다. 마지막으로 군집 3은 정서주의와 정서명확성이 높고 정서강도는 평균보다 약간 낮으며 정서표현양가성은 낮은 집단으로 '솔직집단'으로 명명하였다. 이렇게 구분된 세 집단간의 차이를 대인관계능력과 심리적 안녕감을 중심으로 살펴보면 솔직집단이 대인관계능력, 심리적 안녕감 모두 가장 높은 수준으로 나타나 가장 적응적이었으며 억압집단이 대인관계능력, 심리적 안녕감 모두 가장 낮은 수준을 보여 부적응적인 것으로 나타났다. 이러한 결과에 근거하여 본 연구의 시사점과 제한점을 논의하였다.

주요어 : 대인관계능력, 심리적 안녕감, 정서강도, 정서주의, 정서명확성, 정서표현양가성

* 본 원고는 천부경(2012)의 석사학위논문을 일부 수정한 것임.

† 교신저자: 양난미, 경상대학교 심리학과, 경남 진주시 진주시대로 501, 경상대학교 사회과학관 434호
Tel: 055-772-1265, E-mail: behelper@gnu.ac.kr

아주 사소한 일상의 경험에서 삶을 좌우하는 큰 사건에 이르기까지 정서가 관련되지 않은 부분은 없다고 할 수 있을 만큼 정서는 우리의 일상생활과 밀접하게 관련되어 있고 (임전옥, 장성숙, 2003) 일상생활을 유지하고 조절하는데 중요한 요인이다. 하지만 정서경험 표현과정은 사람마다 개인차가 있어서 특정 정서를 경험했을 때, ‘화가 난다’, ‘짜증이 난다’, ‘우울하다’, ‘슬프다’, ‘속상하다’와 같이 자신의 정서 상태를 정확하게 인식하고 표현하며 적절히 대처하는 사람도 있지만 ‘기분이 별로 좋지 않다’ 혹은 ‘어떤 기분인지 모르겠다’라고 하며 어떤 기분인지 명확하게 인식하지 못하거나 자신의 기분에 전혀 주의를 기울이지 못하는 사람도 있다(김수안, 민경환, 2006). 그리고 같은 정서적 상황에서도 정서반응을 지각하는 강도, 정서경험에 주의를 기울이는 정도, 정서적 상태를 구분하고 인식하는 정도, 이런 경험을 표현하는 방식, 모두에는 개인차가 존재한다(최해연, 이동귀, 민경환, 2008). 이와 같이 생활과 밀접한 관련이 있고 인식이나 표현에 있어서 개인차가 존재하는 정서는 다양한 정서유발 상황에서 자극에 반응하도록 준비시켜 유기체를 보호하고 심리적 안녕감을 갖도록 돕는 역할을 한다(박지선, 김인석, 현명호, 유재학, 2008). 따라서 이런 점을 고려한다면 개인의 심리적 적응을 돕기 위해서는 정서경험 표현과정에 대해 심층적으로 이해하는 것이 필요함을 알 수 있다.

1980년대 이후 정서연구는 정서의 생리적 반응, 주관적 경험, 행동적 표현에 더하여 인지적 요소에 관심을 가지게 되었다(이경희, 김봉환, 2010). 정서의 인지적 요소에 관심을 가진 연구자들은 정서과정이 어떤 변인들로 구

성되며, 각 변인들이 어떤 기능을 하는지 밝히려고 노력해 왔다. 그러나 대부분의 연구들이 단일 정서변인에 초점을 두고 진행되어 정서변인들 간의 상호관련성을 이해하는데 한계가 있었고 개별적인 연구결과들이 서로 일치하지 않았다(최해연, 이동귀, 민경환, 2008). 예를 들어, 정서자각이 심리치료에서 중요하다는 연구도 있지만, 정서를 자각하는 것이 정신건강에 좋지 않다는 연구결과들도 있었다(Ciarrochi, Chan & Caputi, 2000; Simpson, Ickes & Blackstone, 1995). Ciarrochi, Chan과 Caputi(2000)는 실험실에서 긍정적인 기분을 유도했을 때 감정조절기술을 객관적으로 평가할수록 실험실에서 유도한 긍정적인 기분을 잘 유지하는 경향이 있음을 보고했는데 이러한 결과는 감정의 자각이 우울을 예방하는데 효과가 있을 수 있음을 보여준다. 반대로 Simpson, Ickes와 Blackstone(1995)은 연애를 하고 있는 커플들이 관계 스트레스로부터 자신들의 관계를 보호하기 위해 상대방의 생각과 감정을 부정확하게 인식하는 경향이 있음을 보고 하였는데 이러한 결과들은 정서를 잘 지각하지 못하는 사람이 스트레스에 덜 민감하다는 입장을 지지한다. 유사하게 정서지각이 높으면 우울, 절망감, 자살사고가 많으며, 정서지각을 잘 못하는 것이 오히려 우울과 정신건강에 더 도움이 된다는 연구결과도 있다(Ciarrochi, Deane, & Anderson, 2002). 이렇게 일치하지 않는 결과들은 정서를 보다 깊이 있게 이해하기 위해서는 단일 정서변인에 초점을 두기 보다는 정서경험 과정에 관여하는 다양한 변인들을 조합하여 보다 포괄적으로 정서경험과 과정을 이해하려는 노력이 필요함을 시사한다.

정서를 보다 포괄적으로 이해하기 위한 방법 중의 하나가 정서표현과정모델이다.

정서표현과정모델을 제안한 Kennedy-Moore, Greenberg와 Wortman(1991)은 정서과정을 정서강도, 정서주의, 정서인식, 정서표현결정의 4단계로 이루어진 것으로 보았다(최혜연, 이동귀, 민경환, 2008에서 재인용). 정서표현과정모델은 정서과정의 각 단계에서 개인이 어떻게 정서를 처리하느냐에 따라 최종적으로 개인이 느끼는 정서가 달라질 수 있다고 설명한다. 이들이 설명한 정서표현과정을 단계적으로 살펴보면, 정서과정의 첫 단계인 정서강도는 정서유발자극에 대한 신체적 반응으로, 주의하거나 행동을 취해야 할 사건이 발생했다는 신체적 신호를 각 개인이 경험하는 경험적 수준의 처리과정이다. 동일한 정서유발자극에 대한 신체적 신호는 개인에 따라 정도에 차이가 있고 신호에 대한 신체적 반응정도인 정서강도에 따라 이후 단계 반응에 차이가 생기게 된다. 두 번째 단계인 정서주의는 경험한 정서강도에 대한 의식적 지각을 하게 되는데 정서주의 역시 개인차가 있다. 예를 들어 억압적 대처(Weinberger, 1990)는 위협적인 정서경험에 대해서 주의를 기울이지 않음으로써 의식에서 차단하려고 하는 정서적 방어성을 의미하는데 외상을 경험한 사람들이 정서주의 단계에서 자신의 정서를 차단하는 과정을 설명하고 있다. 세 번째 단계는 정서반응을 해석하고 명명하는 정서인식단계로 이 단계에서 개인은 주관적으로 경험한 각성상태를 인지적으로 처리하게 된다. 인지치료에서 설명하는 바와 같이 동일한 사건에 대한 개인의 인지적 해석은 다양하고 이러한 인지적 해석이 개인의 정서에 영향을 주게 된다. 마지막 단계는 정서표현결정단계로 이 단계에서 개인은 경험한 정서가 자신의 신념이나 목표에 일치하는지, 정서표현이 사회적 맥락에서 적절한지를

평가하여 정서표현 여부를 결정하게 된다. 이 과정에서 감정을 표현하고 싶은 욕구는 있지만 자신의 신념이나 사회적 상황이 여의치 않아 감정표현을 억제하며 갈등하는 경우에 개인은 정서표현에 대한 양가성을 경험할 수 있다(King & Emmons, 1990). 이상과 같이 정서표현과정모델은 정서강도, 정서주의, 정서인식 및 정서표현의 각 단계에서 개인이 어떤 수준의 반응을 하는지에 따라 정서표현이 달라질 수 있음을 설명하고 있다(Kennedy-Moore & Watson, 1999).

하지만 정서표현과정모델의 개별적인 변인간의 관계를 검증한 연구결과들은 일관되지 않은 결과들을 보고하였다. 예를 들어, Larsen과 Diener(1987)는 정서강도가 개인의 신체적, 심리적 안녕에 영향을 끼친다는 것을 발견하였다. 즉, 정서강도가 강한 정서를 경험한 사람들은 신체적인 불편감, 불안, 공포 등의 부정적 정서를 경험하지만 이러한 상태를 ‘행복하지 않다’거나 ‘불만족스럽다’고 표현하지 않았다. 또한, 정서강도가 활동성, 사회성, 각성 상태 및 반응성과도 높은 상관을 보여주는 연구도 있었는데, 이주일, 황석현, 한정원과 민경환(1997)은 정서체험 강도가 높은 사람들은 활동적·사교적이고 신체감각이 예민하며 높은 정서적인 반응성과 다양한 정서성을 추구하는 것으로 보고하였다. 또한 정서를 강렬하게 느끼는 사람일수록 강렬한 정서가 자신에게 미치는 영향이나 불편감을 피하기 위해 회피방략을 자주 사용하는 경향이 있으며(Gohm, 2003) 불쾌한 감정을 조절하는데 효과적이지 않고 오히려 불쾌한 감정을 악화시킬 수 있는 부적응적 방략을 자주 사용한다(이지영, 2009)고 보고한 연구도 있다. 정서주의에 관한 연구 역시 일관되지 않은 결과들을 보고하는데,

정서주의가 외향성, 수용성, 삶의 만족도, 자존감, 문제해결능력 등과 같은 적응적인 변인들과 상관이 높았다는 연구(Bastian, Burns, & Nettelbeck, 2005)도 있지만 반대로 정서주의가 부정적 정서와 관련이 있고, 너무 강한 정서주의는 불안수준과 지나간 일에 대한 반추경향을 높이며 심하면 우울증으로 발전될 수 있다는 연구도 있다(Swinkels & Giuliano, 1995; 이경희, 김봉환, 2010에서 재인용). 이처럼 정서강도나 정서주의와 같은 단일 정서변인들에 대한 연구들이 일관된 결과를 보이지 못하는 것은 각각의 정서변인이 다른 정서변인과 함께 상호작용하며 차별적인 영향을 미치기 때문일 것이다. 따라서 이제까지 축적된 선행 연구 결과를 바탕으로 정서변인들에 대해 보다 통합적으로 살펴보는 것이 필요할 것이다.

정서변인들의 상호작용을 고려한 Gohm과 Clore(2000)는 정서처리를 조절하는 변인으로 정서강도, 정서주의, 정서명확성을 고려하여 세 변인의 조합에 따른 군집을 연구하였다. 그 결과 정서강도는 높지만 정서명확성은 떨어지는 압도집단, 강도와 명확성이 모두 높은 강렬집단, 강도는 낮으나 명확성은 높은 사색집단, 강도와 명확성이 모두 낮은 차분집단으로 구분되었다. 특히 압도집단은 강렬하고 혼란스러운 정서경험 속에서 기분의 영향을 많이 받으며 사고나 행동에 미치는 기분의 영향을 피하기 위해 자신의 기분을 조절하려고 하며 회피전략을 자주 사용하는 것으로 나타났다(최해연, 이동귀, 민경환, 2008에서 재인용).

정서강도, 정서주의, 정서명확성에 더하여 정서표현양가성을 함께 고려하여 군집분석을 진행한 최해연, 이동귀와 민경환(2008)의 연구에서는 침착집단, 솔직집단, 혼란집단, 억압집

단의 네 집단이 나타났는데 정서강도, 정서주의, 정서명확성이 높은 반면, 정서표현양가성이 낮은 솔직집단은 억제적이거나 회피적이지 않으며 다른 집단에 비해 가장 적응적이었다. 이에 비해, 정서강도, 정서주의, 정서명확성은 낮는데 정서표현양가성이 높은 억압집단은 억제적 정서조절 및 회피수준, 심리적 부적응이 다른 집단에 비해 높았으며 자존감은 가장 낮았다. 정서강도, 정서주의, 정서표현양가성이 모두 낮은 침착집단은 비교적 적응적인 반면에 정서강도, 정서주의, 정서표현양가성이 모두 높은 혼란집단은 심리적 증상 심각성이 있는 것으로 나타났다. 반면에 Gohm과 Clore(2000)과 동일하게 정서강도, 정서주의, 정서명확성의 세 변인의 조합으로 군집을 연구한 이경희와 김봉환(2010)은 억압집단을 제외한 세 개 집단이 나타남을 확인하였다. 정서강도와 정서주의가 높으며 정서명확성이 낮은 혼란집단은 정서표현양가성이 가장 높고 자신의 강렬한 정서를 조절하기 위해 능동적 양식보다는 회피/분산적 양식과 지지추구적 양식을 많이 사용하였다. 정서강도, 정서주의 및 정서명확성이 모두 높은 솔직집단은 정서표현양가성이 가장 낮았으며 능동적 양식과 지지추구적 양식을 다른 집단에 비해 많이 사용하는 경향이 있었다. 마지막으로 정서강도, 정서주의가 낮고 정서명확성은 보통 정도인 침착집단은 정서표현양가성이 평균보다 낮으며 능동적 양식과 지지추구적 양식을 사용하는 경향이 있었다. 또한 압도집단을 연구한 김수안과 민경환(2006)은 압도집단이 다른 집단에 비해 신경증 성향이 높고 정서를 표현하더라도 양가 감정을 많이 경험하며, 자신의 기분을 능동적으로 조절하지 못하는 특성이 있음을 밝혔다. 또한 압도집단은 회피적 방향을 선택하고 자

존감과 심리적 안녕감도 다른 집단에 비해 낮은 것으로 나타났다. 이는 자신이 경험하는 정서에 대해 명료하게 이해하지 못한 상태에서 강한 정서를 경험하는 것이 정서적 혼란을 가중시키고 심리적 적응을 방해한다는 것을 의미한다.

이와 같이 1990년대부터 정서변인들의 상호작용을 고려한 연구들이 시도되고 있으나 정서경험 과정에 대한 통합적 연구는 아직 많이 부족한 실정이며 개인이 경험하는 정서경험 과정의 차이에 따라 개인의 생활적응에서 어떠한 차이를 보이는지 다양하게 연구되어야 할 필요성이 있다. 특히, 정서표현 과정에 대해 심층적으로 이해하는 것은 우리가 상담현장에서 만나는 내담자의 대인관계능력과 심리적 안녕감을 향상시키기 위해 집단의 특성에 따라 중점을 두어야 할 영역이 무엇인지 파악하고 효율적인 상담전략을 설정하는데 도움이 될 것이다. 따라서 본 연구에서는 정서강도, 정서주의, 정서명확성 및 정서표현양가성을 정서경험 과정의 주요변인으로 하여 발생한 군집에 따른 대인관계능력, 심리적 안녕감의 차이를 알아보고자 한다. 구체적인 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 정서강도, 정서주의, 정서명확성, 정서표현양가성 조합에 따른 군집은 어떠한가? 둘째, 각 군집별 대인관계능력은 차이가 있을 것인가? 셋째, 각 군집별 심리적 안녕감은 차이가 있을 것인가?

방 법

연구대상

경남, 부산 소재 2개 대학교에 재학 중인

대학생 422명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 설문조사검사에 소요된 시간은 20분 정도였으며, 응답에 성의가 없거나 주요 척도에 하나라도 결측치가 있는 85부를 제외한 337부가 분석에 사용되었다. 피험자는 남자가 184명(54.6%)이고 여자는 153명(45.4%)이었다. 이 중 1학년이 89명(26.4%), 2학년이 120명(35.6%), 3학년이 59명(17.5%), 4학년이 69명(20.5%)이었다. 평균연령은 21.27세이며 표준편차는 2.47이었다.

측정도구

정서주의와 정서명확성

정서주의와 정서명확성을 측정하기 위해 Salovey, Mayer, Goldman, Turvey와 Palifai(1995)가 개발한 정서인식 척도(Trait Meta-Mood Scale: TMMS)를 이훈구와 이수정(1997)이 번안하여 타당화한 것을 사용하였다. 이 척도는 지속적이고 안정적인 정서인식의 개인차를 측정하기 위한 것으로, 정서의 명확성, 정서에 대한 주의, 정서에 대한 개선의 총 30문항으로 구성되어 있으며 본 연구에서는 정서의 명확성 11문항, 정서에 대한 주의 13문항을 사용하였다. 응답방식은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점의 5점 척도로 점수가 높을수록 정서주의와 정서명확성이 높아짐을 의미한다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 정서의 명확성 .77, 정서에 대한 주의 .74이었다.

정서강도

정서강도를 측정하기 위해 Larsen과 Diener(1987)가 개발하고 이주일, 황석현, 한정원과 민경환(1997)이 번안한 정서강도척도(Affect

Intensity Measures: AIM)를 사용하였다. 이 척도는 개인의 정서체험에 있어서의 크기 혹은 강도의 차이를 측정하기 위한 것으로 긍정적 정서강도와 부정적 정서강도 총 40문항으로 구성되어 있다. 응답방식은 ‘절대 그렇지 않다’ 1점에서 ‘항상 그렇다’ 6점의 6점 척도로 점수가 높을수록 정서강도가 강함을 의미한다. 본 연구에서 *Cronbach's a*는 .88이었다.

정서표현양가성

정서표현양가성을 측정하기 위해 King과 Emmons(1990)가 정서표현에 대해 갈등하는 정도에 내적과정의 개인차를 측정하는데 사용한 정서표현양가성 척도(Ambivalence over Emotional Expressiveness Questionnaire:AEQ)를 최혜연과 민경환(2007)이 번안하고 타당화한 한국판 정서표현의 양가성 질문지(AEQ-K)를 사용하였다. AEQ-K는 정서표현 상황에서 개인이 경험하는 정서표현의 양면성 혹은 양가감정을 측정하고 있으며 총 21문항으로 구성되어 있다. 응답방식은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점의 5점 척도로 점수가 높을수록 정서표현의 양가성이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 *Cronbach's a*는 .90이었다.

대인관계능력

대인관계능력을 측정하기 위해 Schlein과 Guerney(1997)이 개발한 관계변화척도(Relationship Change Scale)를 이형득과 문선모(1980)가 번안하고 학생들에게 적합하도록 정호권(2003)이 수정한 것을 사용하였다(정호권, 2003에서 재인용). 이 척도는 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 민감성, 개방성, 이해성의 7개 하위요인으로 구성되어 있으며 총 25개의 문항으로 구성되어 있다. 만족감은 동료들과의

관계가 바라던 대로 이루어져 호뭇하게 여기는 정도를 측정하고 의사소통은 의도하고 있는 의미를 능동적으로 전달하고 수용하는 능력의 정도를 측정한다. 신뢰감은 동료를 믿고 있는지 그렇지 않은지에 대한 심리적 영향을 측정하고 친근감은 다른 사람과 나와의 친근한 정도를 측정하며 민감성은 내가 다른 사람의 욕구를 깨닫는 정도를 측정한다. 그리고 개방성은 다른 사람에 대한 나 자신의 표현이나 개방성 정도를 측정하며 이해성은 내 자신과 다른 사람의 느낌을 이해하는 정도를 측정한다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점의 5점 척도로 점수가 높을수록 대인관계능력이 좋은 것을 의미한다. 본 연구에서 *Cronbach's a*는 .90이었다.

심리적 안녕감

심리적 안녕감은 Ryff(1989)에 의해 개발된 심리적 안녕감 척도(Psychological Well-being Scale: PWBS)를 김명소, 김혜원과 차경호(2001)가 요인분석을 통해 46문항으로 선별한 척도를 사용하여 측정하였다. 이 척도는 자아수용, 긍정적 대인관계, 자율성, 환경에 대한 지배력, 삶의 목적, 개인적 성장의 6개 하위요인으로 구성되어 있다. 응답방식은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점의 5점 척도로 점수가 높을수록 심리적 안녕감이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 *Cronbach's a*는 .93이었다.

자료분석

SPSS 12.0을 사용하여 다음과 같이 결과 처리를 하였다. 첫째, 연구 대상자의 인구학적 특성을 알아보기 위하여 빈도와 백분율을 계

산하였다. 둘째, 주요 변인들의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 셋째, 여러 정서 변인들의 다양한 조합으로 나타나는 자연 발생적인 개인차를 탐색하기 위해 군집분석(cluster analysis)을 실시하였다. 군집분석 방법은 Hair와 Black(2000)이 제안한 2단계 군집분석 방법을 사용하였다. 이 방법은 위계적 군집분석인 Wards의 방법과 비위계적 군집분석인 K-평균분석을 연달아 실시하는 것으로 첫 단계에서는 Wards 방법으로 군집의 수를 정하고 두 번째 단계에서 상기 군집별 군집변인들의 평균점수를 초기 중심점(seed point)으로 순차적 군집분석법을 통해 최종 군집을 확정한다. 이 경우, 위계적 군집분석법만을 사용할 때 대부분의 사례로부터 이탈된 정도가 큰 사례들이 군집형성에 미치는 영향을 최소화할 수 있다는 장점이 있다. 넷째, 군집분석을 통해 나누어진 각 집단들의 대인관계능력, 심리적 안녕감에 차이가 있는지를 알아보기 위하여 MANOVA를 실시하였다.

결 과

각 변인들의 기술통계 및 상관관계

정서주의, 정서명확성, 정서강도, 정서표현양가성, 대인관계능력, 심리적 안녕감 간의 상관관계는 표 1에 제시하였는데 정서강도, 정서주의, 정서명확성, 대인관계 능력과 심리적 안녕감 간에서는 정적 상관이 있었고 정서표현양가성은 정서강도를 제외한 다른 변인들과 부적 상관이 있었다.

군집분류와 군집별 특성

4가지 정서변인(정서강도, 정서주의, 정서명확성, 정서표현양가성)의 개인차에 따라 자연발생적으로 형성되는 군집들을 분석하였다. 군집분석 결과, 최종적으로 참가자들이 3개의 군집에 배정되었고 군집1은 91명(27%), 군집2는 102명(30.3%), 군집3은 144명(42.7%)으로 구성되었다. 군집별 정서변인의 평균과 표

표 1. 변인들 간 상관관계

	정서강도	정서주의	정서명확성	정서표현양가성	대인관계 능력	심리적 안녕감
정서강도	-					
정서주의	.28**	-				
정서명확성	.16**	.20**	-			
정서표현양가성	.19**	-.06	-.37**	-		
대인관계 능력	.24**	.28**	.37**	-.41**	-	
심리적 안녕감	.18**	.20**	.44**	-.48**	.68**	-
M	149.17	45.74	37.69	68.07	89.98	156.52
SD	19.28	5.79	5.31	12.34	11.54	20.65

주. ** $p < .01$

표 2. 군집별 정서변인의 평균과 표준편차

	군집 1(n=91)	군집 2(n=102)	군집 3(n=144)
정서강도	168.36(14.24)	136.17(14.10)	146.25(15.55)
정서주의	48.78(4.72)	40.86(5.16)	47.28(4.55)
정서명확성	36.70(5.12)	33.90(4.24)	41.00(3.89)
정서표현양가성	77.87(7.84)	72.31(9.44)	58.87(9.84)

표 3. 최종 군집별 중심점

	군집 1 혼란집단	군집 2 억압집단	군집 3 솔직집단
정서강도	1.00	-.67	-.15
정서주의	.52	-.84	.27
정서명확성	-.19	-.71	.62
정서표현양가성	.79	.34	-.75
군집크기	91명	102명	144명

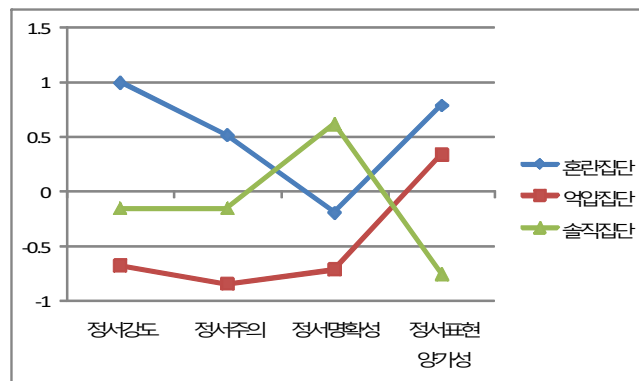


그림 1. 군집별 정서변인의 평균

준편차는 표 2에 제시하였다.

군집 특성을 파악하여 군집명을 정하기 위하여, 군집별로 정서변인들이 조합된 형태를 검토하였다. 군집 1은 정서강도와 정서주의가 높고 정서명확성은 평균수준이며 정서표현양

가성은 높은 집단으로 ‘혼란집단’으로 명명하였다. 군집 2는 정서강도, 정서주의, 정서명확성 모두 낮고 정서표현양가성은 높은 집단으로 ‘억압집단’이라 명명하였다. 군집 3은 정서주의와 정서명확성이 높고 정서강도는 평균보

다 약간 낮으며 정서표현양가성은 낮은 집단으로 '솔직집단'으로 명명하였다. 각 군집의 형태는 표 3과 그림 1에 제시하였다.

군집별 대인관계능력, 심리적 안녕감의 차이

정서강도, 정서주의, 정서명확성, 정서표현양가성 변인들의 조합으로 추출된 3개 군집이 대인관계능력과 심리적 안녕감에서 차이를 보이는지 확인하기 위하여 MANOVA를 실시하였다. 이 때 3개 군집을 독립변인으로 하고 대인관계능력과 심리적 안녕감을 종속변인으로 두었다. 각 집단의 종속변인에 대한 평균과 표준편차는 표 4에 제시하였다.

Box' M의 동일성 검정 결과 집단이 공분산행렬의 동일성 가정을 만족시키지 못하였

으므로[F(6,1436693)=5.30, $p < .001$], 양병화(2006)가 제안한대로 Pillai's Trace 값을 살펴 보았다. 그 결과 군집에 따라 대인관계능력과 심리적 안녕감에 유의미한 차이가 있었다[Pillai's Trace=.22, F(4, 668)=20.96, $p < .001$, 부분 $\eta^2=.11$].

다음으로 어떤 집단 사이에서 유의미한 차이가 나타났는지 알아보기 위하여 Scheffe의 사후검증을 실시하였고 그 결과는 표 5에 제시하였다.

역압집단은 집단 중에서 대인관계능력이 가장 낮고, 솔직집단과 혼란집단은 평균보다 높았으며 Scheffe 사후분석 결과 솔직집단과 혼란집단은 대인관계능력 수준이 동일한 집단군으로 분류되었다. 심리적 안녕감 수준은 혼란집단과 역압집단은 평균보다 낮은 것으로 나타

표 4. 군집별 대인관계능력, 심리적 안녕감의 평균과 표준편차

	군집 1 혼란집단	군집 2 역압집단	군집 3 솔직집단
대인관계능력	.08(1.06)	-.59(.99)	.37(.75)
심리적안녕감	-.07(1.03)	-.58(.75)	.45(.91)

표 5. 군집의 대인관계능력, 심리적안녕감의 차이 비교

변인		SS	df	MS	F	사후검증
대인관계능력	집단간	7361.87	2	3680.95	32.9**	
	집단내	37358.98	334	111.85		2 < 1, 3
	Total	44720.86	336			
심리적 안녕감	집단간	27221.60	2	13610.80	39.17**	
	집단내	116068.5	334	347.510		2 < 1 < 3
	Total	143290.1	336			

주. ** $p < .01$, 1=혼란집단, 2=역압집단, 3=솔직집단, 사후검증은 Scheffe의 방법을 사용하였을 때, 집단 간 유의미한 차이가 있는 것만 제시하였음($p < .05$)

났으며, 솔직집단의 심리적 안녕감 수준이 집단 중에서 가장 높은 것으로 나타났다.

논 의

본 연구는 정서표현과정모델을 근거로 정서강도, 정서주의, 정서명확성, 정서표현양가성의 조합에 따른 정서경험 과정의 개인차를 알아보고자 하였다. 이를 위해 정서강도, 정서주의, 정서명확성, 정서표현양가성의 조합을 통해 군집 분석을 하고, 각 군집에 따라 대인관계능력, 심리적 안녕감에 차이가 있는 지 알아보고자 하였다.

본 연구에서 얻어진 결과를 보면, 첫째, 주요변인들의 상관관계를 분석한 결과 정서강도는 정서주의, 정서명확성, 정서표현양가성과 유의미한 정적상관을 보였지만 정서주의는 정서표현양가성과 상관이 높지 않았다. 한편, 정서명확성과 정서표현양가성 사이에는 유의미한 부적상관이 있어, 자신의 정서 상태를 명료하게 인식하는 능력의 부족은 정서표현에 갈등하고 억제하는 성향과 관련이 있음을 알 수 있다. 또한 정서표현양가성은 대인관계능력, 심리적 안녕감과 부적상관을 보였는데 이와 같은 결과는 정서표현을 억제하는 것이 병리적인 것이 아니라 정서표현의 욕구는 많지만 이 욕구가 실현되지 못하는 경우가 더욱 문제가 될 수 있음을 보여준 이경희와 김봉환(2010)의 연구결과와 동일한 결과였다. 즉, 정서표현에 대한 개인의 욕구가 사회적 기준이나 맥락 또는 개인의 가치와 신념들과 갈등하는 경우에 개인에게 더욱 부정적인 영향을 미칠 수 있음을 보여주었다.

둘째, 정서표현과정모델을 근거로 한 정

서변인들의 군집분석 결과는 혼란집단(91명, 27%), 억압집단(102명, 30.3%), 솔직집단(144명, 42.7%)으로 나타났다. 혼란집단의 경우 정서강도와 정서주의가 높아 강한 정서경험을 하지만 자신의 정서를 명확하게 인식하는 정도는 평균수준이기 때문에 정서표현양가성이 높은 것으로 생각된다. 반면 솔직집단은 정서주의와 정서명확성이 높아 자신이 경험하는 정서를 명료하게 이해하고 정서를 어떻게 다루어야 할 지 알기 때문에 다른 집단에 비해 정서표현에 대한 양가적 갈등이 낮은 것으로 보인다. 한편 Gohm(2003), 김수안, 민경환(2006), 최혜연, 이동귀와 민경환(2008)의 연구에서는 침착집단, 솔직집단, 혼란집단, 억압집단의 4개 군집으로 분류되었고, 이경희, 김봉환(2010)의 연구에서는 억압집단을 제외한 3개 집단(침착집단, 솔직집단, 혼란집단)으로 분류되었던 것과 달리 본 연구에서는 정서강도가 낮으며 정서인식이나 표현에 혼란이 없는 침착집단이 분류되지 않았다. 이러한 결과는 군집분석이 표본의 특성과 연구자의 주관적 판단에 비교적 영향을 많이 받는 불완전한 통계분석기법(송지준, 2010)이라는 점에 일부 기인한 것이라고 생각된다. 군집분석에서 군집의 개수를 적정하게 결정하는 것은 분석의 본질적 문제가 될 수도 있으나, 기존의 어떤 연구도 이에 대해 완전하게 만족할 만한 해결책을 제공하지는 못하고 있다. 또한 표본에 따라 군집형성에 많은 영향을 받게 되므로 선행연구에서 분류된 군집과 본 연구의 군집 분류가 차이가 났을 것으로 생각되나 이 또한 명확하지 않다. 이후 다양한 연령대, 남여를 구분하여 보다 다양한 표집을 통해 군집의 타당성을 재검토하는 것이 필요할 것이다. 그럼에도 불구하고 적정한 군집의 개수를 결정해야 하기

에 본 연구에서는 대용량 데이터에 적합한 2 단계 군집분석을 실시하여 최대한의 분명한 군집을 형성할 수 있도록 하였고 다양한 정서 변인들을 바탕으로 군집을 구분하고 군집별 특성을 알아본 것은 의미가 있었다고 생각된다.

셋째, 각 집단에 따라 대인관계능력과 심리적 안녕감의 차이를 보면, 억압집단이 대인관계능력과 심리적 안녕감에서 가장 낮은 수준을 보였고 솔직집단이 가장 높은 수준을 보였다. 대인관계능력과 심리적 안녕감이 정서표현양가성과 가장 높은 부적 상관을 보이고 정서표현양가성은 정서명확성과 가장 높은 부적 상관을 보임을 미루어볼 때 정서명확성이 높고 정서표현양가성이 낮은 솔직집단이 정서명확성은 낮고 정서표현양가성은 높은 억압집단에 비해 대인관계능력과 심리적 안녕감에서 높은 수준을 보일 것임을 예상할 수 있었고 실제 결과 또한 일치하였다. 이러한 결과는 정서강도와 정서주의 수준이 비슷하더라도 자신의 정서 상태에 대한 명료한 이해와 정서표현에 대한 갈등과 억압정도에 따라 심리적 적응에 차이가 있음을 확인한 최혜연, 이동귀, 민경환(2008)의 연구, 정서표현양가성과 정서조절이 대인관계에 미치는 영향에 대해 알아본 이경희, 김봉환(2010)의 연구 등 기존의 관련 선행연구를 지지하는 결과이다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 이전의 연구에서는 정서과정의 각 변인들이 대부분 개별적으로 연구되어 왔고, 정서강도, 정서주의, 그리고 정서표현에 대한 연구 결과들은 일관되지 않아 각 변인들의 기능을 이해하는데 한계가 있었다. 하지만 본 연구에서는 정서과정에 포함되는 변인들을 통합적으로 다루으로써 정서강도, 정서주의, 정서명확성, 정서

표현양가성의 군집분석을 통해 어떤 자연발생적인 집단이 형성되는지 다시 한 번 확인하고 각 집단의 특성을 살펴본 것에 의의가 있다. 최혜연, 이동귀와 민경환(2008)의 연구에서 지적인 바와 같이 정서강도와 정서주의보다는 정서표현양가성과 정서명확성이 대인관계능력과 심리적 안녕감과 보다 밀접한 관련성을 보였다. 즉, 정서에 대한 신체적인 경험 강도나 의식적인 지각보다는 정서에 대한 의식적인 해석과 명명, 그리고 표현하려는 욕구와 자신의 신념이나 사회적 맥락이 갈등상황에 있을 때 심리적인 부적응 수준이 높아질 수 있음을 의미한다. 즉, 정서강도와 정서주의와 같은 경험 그 자체보다는 이후의 정서과정에 따라서 심리적인 적응이 결정될 수 있다. 이러한 관점에서 보면, 선행 연구에서 보고된 정서강도와 적응간의 비일관적인 결과들은 정서명확성이나 정서표현양가성과 같은 다른 변인의 영향을 고려하지 못한 결과일 수 있다.

둘째, 개인의 정서변인의 차이에 따른 각 군집 간 대인관계능력과 심리적 안녕감에 유의미한 차이가 있음을 알 수 있었다. 앞서 살펴본 바와 같이 억압집단이 대인관계능력, 심리적 안녕감에서 모두 가장 낮은 수준을 보였다. 억압집단은 정서주의, 정서강도, 정서명확성으로 측정된 주관적인 정서경험이 낮고, 정서표현에 대해서도 양가적이다. 즉, 정서적 체험강도는 낮은데도 정서표현에 대해 갈등하고 억제하는 것이다. 솔직집단은 정서주의와 정서명확성이 높고 정서표현양가성이 가장 낮았고 세 집단 중 대인관계능력, 심리적 안녕감 수준이 가장 높았다. 이를 종합해 볼 때 ‘낮은 정서강도, 낮은 정서주의, 그리고 정서표현에 결함’이 역기능적으로 작용할 수 있음을 알 수 있고 자신이 경험하는 정서를 명확히 인식

하고 어떻게 반응해야 할지 분명히 아는 것이 개인의 대인관계능력과 심리적 안녕감에 긍정적인 영향을 미치며 보다 적응적인 생활을 할 수 있게 함을 예상해볼 수 있다.

셋째, 본 연구의 결과는 상담현장에서 집단의 특성에 따라 내담자의 대인관계능력과 심리적 안녕감을 향상시키기 위한 효율적인 상담전략 설정에 도움이 될 것으로 생각된다. Traue(1995)는 사람들이 자신의 감정 상태를 표현하면서, 경험에 주의를 기울이고, 경험을 언어화하면서 자신의 정서 상태를 보다 명료하게 이해하게 된다고 하였다. 따라서 높은 정서경험에도 불구하고 정서명확성이 높지 않고 정서표현양가성이 높은 혼란집단 내담자의 경우 자신이 경험하는 정서가 무엇인지 명확히 이해하고 자신이 자각한 정서를 상황에 맞는 적절한 방법으로 표현할 수 있는 정서표현 연습이 필요할 것으로 생각된다. 억압집단이 보고하는 낮은 정서경험의 경우 환경적 자극, 자신의 생리적 반응성이나 행동, 장기기억 등의 정보 원천에 주의하기를 피하고 정보를 비-위협적인 방식으로 해석하는 편파가 작용한다고 알려져 있다(Derakshan & Eysenck, 1999; 최해연, 이동귀, 민경환, 2008에서 재인용). 이렇게 자신의 정서를 무의식적으로 억제하고 편파적으로 해석하는 억압집단의 경우 자신의 정서 상태를 의식하고 주의를 기울이는 연습이 우선적으로 필요할 것으로 생각된다. 구체적으로 내담자들이 자신의 정서반응을 보다 명확하게 해석하는 것을 돕기 위해서는 내담자들이 자신의 정서에 머물러서 자신의 정서를 이해하는 것이 필요할 것이다. 최근에 상담장면에서 많이 활용되고 있는 마음챙김 명상과 같은 기법들은 내담자들이 자신의 정서를 보다 명확하게 알아차릴 수 있도록 도울

수 있을 것이다(장정주, 2011). 더해서 정서표현의 양가성을 극복하기 위해서는 알아차린 정서를 실제 자신의 상황 속에서 적절하게 표현할 수 있도록 연습할 수 있는 역할연습과 같은 대인관계 훈련이 필요할 것이다. 특히 정서표현양가성이 높은 사람들은 자신의 신념이나 처한 상황적 맥락이 정서를 표현하기에는 적절하지 않다고 생각하는 경우가 많으므로 자신의 욕구, 자신의 신념, 그리고 상황적 맥락을 함께 검토하여 가장 적절한 표현방식을 찾아보는 연습이 필요할 것이다.

마지막으로 제한점은 다음과 같다. 첫째, 표집대상이 대학생으로 제한되어 있고 군집분석의 결과가 표본에 따라 다른 결과가 나올 수 있어 연구결과의 일반화에 문제가 있다. 따라서 다음 연구에서는 다양한 연령층을 포함하여 다른 표본에서 같은 군집이 형성되는지 살펴볼 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서는 표본의 한계로 남학생집단과 여학생집단에서 정서표현과정에 차이가 있는지는 검토하지 못하였다. 선행연구에 의하면 남자가 여자보다 정서표현을 하는데 있어서 갈등을 많이 경험하며, 여자가 정서표현성이 높다고 한다(장정주, 김정모, 2008). 이런 점을 고려하여 후속연구에서는 남학생집단과 여학생집단에서 정서표현과정에 차이가 있는지, 있다면 어떤 과정에서 차이가 있는지 경험적으로 검증하는 것이 필요할 것이다. 셋째, 본 연구에서 정서종류에 따라 다른 군집이 형성되는지는 검토하지 않았다. 따라서 후속연구에서는 긍정적인 정서와 부정적인 정서에 따라 정서경험 군집이 달라지는지 혹은 일관된 결과를 보이는지 검증해 볼 필요가 있다.

넷째, 본 연구에서는 정서관련 주요변인들의 군집에 따라 대인관계능력, 심리적 안녕감

의 차이를 살펴보았다. 후속연구에서는 정서 경험군집의 다양한 차이를 살펴보고 정서경험 특성에 관한 보다 심도 있는 이해가 필요할 것이다.

참고문헌

- 김명소, 김혜원, 차경호 (2001). 심리적 안녕감의 구성개념분석. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 15(2), 19-39.
- 김수안, 민경환 (2006). 자신의 감정에 압도된 사람들의 성격, 정서특성 및 주관적 안녕감. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 20(3), 45-66.
- 박지선, 김인석, 현명호, 유재학 (2008). 정서자각 결합, 정서 표현성, 정서 표현에 대한 양가감정이 신체화, 우울, 스트레스 경험 빈도에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 13(3), 571-581.
- 송지준 (2010). 논문작성에 필요한 SPSS/AMOS 통계분석방법. 서울: 21세기사.
- 양병화 (2006). 다변량 데이터 분석법의 이해. 서울: 커뮤니케이션북스.
- 이경희, 김봉환 (2010). 정서표현양가성과 정서조절이 대인관계에 미치는 영향: 정서명확성, 정서강도 및 정서주의의 군집 비교. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(2), 369-384.
- 이주일, 황석현, 한정원, 민경환 (1997). 정서의 체험 및 표현성이 건강과 심리적 안녕에 미치는 영향. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 11(1), 117-140.
- 이지영 (2009). 정서강도와 정서조절방략의 관계. *한국심리학회지: 임상*, 28(4), 1217-1226.
- 이훈구, 이수정 (1997). Trait Meta-Mood Scale의 타당화에 관한 연구. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 11(1), 95-116.
- 임전옥, 장성숙 (2003). 정서인식의 명확성, 정서조절양식과 심리적 안녕의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 15(2), 259-275.
- 장정주 (2011). 정서자각을 위한 마음 챙김 명상 정서에 대한 알아차림을 통한 정서표현의 효과. *한국심리학회: 한국심리학회 연차 학술발표논문집*, 409-409.
- 장정주, 김정모 (2008). 정서적 자각, 표현 및 정서표현에 대한 양가성과 대인관계간의 관계에 대한 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 20(3), 697-714.
- 최호권 (2003). 의사소통훈련 프로그램이 고등학생의 인간관계 및 사회성 증진에 미치는 영향. 석사학위논문, 한국교원대학교.
- 최혜연, 민경환 (2007). 한국판 정서표현에 대한 양가성 척도의 타당화. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 21(4), 71-89.
- 최혜연, 이동귀, 민경환 (2008). 정서강도, 정서주의, 정서명료성 및 정서표현양가성의 군집과 심리적 적응의 관계. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 22(4), 59-73.
- Bastian, V. A., Burns, N. R., & Nettlebeck, T. (2005). Emotional intelligence predicts life skills, but not as well as personality and cognitive abilities. *Personality and Individual Differences*, 39, 1135-1145.
- Ciarrochi, J. Chan, A, & Caputi, P. (2000). A critical evaluation of the emotional intelligence construct. *Personality and Individual Differences*, 28, 539-561.

- Ciarrochi, J., Deane, F. P., & Anderson, S. (2002). Emotional intelligence moderates the relationship between stress and mental health. *Personality and Individual Differences*, 32(2), 197-209.
- Gohm, C. L. (2003). Mood regulation and emotional intelligence: Individual difference. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(3), 594-607.
- Gohm, C. L., & Clore, G. L. (2000). Individual differences in emotional experience: Mapping available scales to processes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 679-697.
- Hair, J. F., & Black, W. C. (2000). Cluster analysis. In L. G. Grimm & P. R. Yamold(Eds.). *Reading and understanding more multivariate statistics*(pp.147-205). Washington, DC.: American Psychological Association.
- Kennedy-Moore, E., & Watson, J. C. (1999). *Expressing emotion: Myths, realities, and therapeutic strategies*(p.3-22). New York: The Guilford Press.
- King, A. M., & Emmons, R. A. (1990). Individual differences in dispositional expressiveness: Development and validation of the emotional expressivity scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 864-877.
- Larsen, R. J., & Diener, E. (1987). Affect intensity as an individual difference characteristic: A review. *Journal of Research in Personality*, 21, 1-39.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being, *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Plafai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, and health*(p. 125-154). Washington, DC: American Psychological Association.
- Simpson, J., Ickes, W., & Blackstone, T. (1995). When the head protects the heart: Empathic accuracy in dating relationships. *Journal of Personality and Social Psychology* 69, 629-641.
- Swinkels, A., & Giuliano, T. A. (1995). The measurement and conceptualization of mood awareness; Attention directed toward one's mood states. *Journal of Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 934-949.
- Traue, H. C. (1995). Inhibition and muscle tension in myogenic pain. In J. W. Pennebaker(Ed.), *Emotion, disclosure, & health*(p.155-175). Washington, DC: American Psychological Association
- Weinberger, D. A. (1990). *The construct validity of repressive coping style*. In J. L., Singer(Ed), *Repression and dissociation*(337-386), Chicago: University of Chicago Press.

1차원고접수 : 2013. 03. 30.

수정원고접수 : 2013. 09. 08.

최종게재결정 : 2013. 09. 12.

Interpersonal Ability, Psychological Well-being of University Student: Comparison of Cluster by Affect Intensity, Emotional Attention and Clarity, and Ambivalence over Emotional Expression Style

Bu Gyoung Cheon

Nan Mee Yang

Gyeongsang National University

This study aims to figure out how major variables of emotional experience and expression such as affect intensity, emotional attention, emotional clarity and ambivalence over emotional expression are combined to form a certain spontaneous group, and whether personal differences in this emotional process lead to any difference in interpersonal ability and psychological wellbeing. As a result of cluster analysis targeting a total of 337 **local university students**(184 male students and 153 female ones), the subjects were divided into three groups: first, ‘Confusion Group’ with high **affect** intensity, emotional attention, average emotional clarity **and** high ambivalence over emotional expression; second, ‘Repression Group’ with low affect intensity, emotional attention, emotional clarity and high ambivalence over emotional expression; last, ‘Honesty Group’ with high emotional attention, emotional clarity, affect intensity slightly below the average and low ambivalence over emotional expression. **This** study found a significant difference in interpersonal ability and psychological wellbeing between the groups. ‘Honesty Group’ was generally most adaptive and ‘Repression Group’ turned out to be most inadaptive. Lastly, the implications and limitations of this study were also discussed based on the research findings.

Key words : interpersonal ability, psychological well-being, emotional attention, emotional clarity and ambivalence over emotional expression