

정서예측 및 회상의 정확성에 있어 특질불안의 효과*

안 소 현

가톨릭대학교
서울성모병원

김 근 영

서강대학교
심리학과

양 재 원†

가톨릭대학교
심리학과

정서에 대한 예측은 한 개인의 행동을 결정하는데 중요한 역할을 하지만, 정서예측 및 회상의 정확도는 낮은 편이다. 본 연구는 특질불안에 따라 정서 예측과 예측의 회상, 경험의 회상에서 충격편향이 발견하는지를 확인하고자 고안되었다. 106명의 대학생들은 1차 시점에서 특질불안과 우울을 측정 후, 2주 후에 있을 중간고사에서 경험하게 될 긍정, 부정정서를 예측하도록 하였다. 중간고사가 종료된 직후 당시의 정서를 2차 시점에서 측정하였고, 2주 후 3차 시점에서 1차 시점 시 예측한 정서를 회상해 보도록 하였다. 또 다시 2주 후의 4차 시점에서는 2차 시점인 중간고사에서 경험한 정서를 회상하고, 앞으로 있을 기말고사에 대한 정서를 예측해 보도록 하였다. 4번에 걸친 측정치를 바탕으로 예측, 예측 회상, 경험 회상시의 편향도를 계산한 결과, 긍정정서에 있어 정서예측과 예측치 회상의 편향이 확인되었다. 반면 특질불안은 긍정정서와 부정정서 모두에 있어 정서예측 및 예측회상의 편향과 관련이 되었다. 특질불안의 효과는 우울의 효과를 통제 한 이후에도 유의미하였다. 이 연구 결과의 의미와 심리치료에의 함의에 대해 논의하였다.

주요어 : 정서예측, 정서 회상, 불안, 우울

* 본 연구의 일부 내용은 2017년도 한국임상심리학회 봄학술대회에서 포스터 발표되었음.

† 교신저자: 양재원, 가톨릭대학교 심리학과, (14662) 경기도 부천시 원미구 지봉로 43

Tel: 02-2164-5538, E-mail: jwyang@catholic.ac.kr

미래에 발생할 어떠한 일이 자신에게 얼마만큼 긍정적, 혹은 부정적인 감정을 유발할 것인가에 대한 예측은 개인의 행동을 결정하는데 중요한 역할을 한다. 저녁 식사 메뉴로 설렁탕을 먹을지 육개장을 먹을지를 정하는 사소한 결정에서부터, 진로를 위해서 대학원으로 진학할지 혹은 취업을 할지를 선택하는 인생의 방향성과 관련된 큰 의사결정에 이르기까지, 우리는 우리의 행동이 어떠한 긍정적인 혹은 부정적인 정서를 초래할 것인지를 끊임없이 예측하며, 그 예측을 바탕으로 우리의 행동을 정한다.

자신의 미래 행동을 선택하는데 있어 정서가 중요한 역할을 함에도 불구하고, 우리의 정서예측(affective forecasting)의 정확성은 놀랄만큼 낮은 편이다. 사람들은 대체로 미래의 정서사건이 자신에게 부정적일지 혹은 긍정적일지에 대한 정서의 방향성(valence)을 예측하는데 있어서는 어느 정도 그럴 듯한 정확도를 보인다. 상을 받게 된다면 기쁠 것이고, 벌을 받게 된다는 화가 날 것이라는 예측은 누구나 할 수 있다. 하지만 구체적으로 그 특정 정서가 얼마만큼의 효과를 보일 것인지에 대해서는 영향력을 과대추정하는 경향이 있다. 20세기 후반부터 지속적으로 이루어진 사회심리학 연구들을 종합하면 이러한 미래 정서에 대한 그릇된 추정을 충격편향(impact bias; Wilson & Gilbert, 2005)이라고 한다. 이는 미래에 발생할 긍정적 혹은 부정적 정서경험을 실제 경험하는 것과는 다르게(이 맥락에서는 과도하게 큰 수준으로) 예측하는 경향을 말한다.

충격편향에 대한 연구에 따르면 이 현상은 정서의 지속(durability)과 강도(intensity) 모두에서 발견되며, 긍정사건이든 부정사건이든, 큰 사건이든 작은 사건이든 상당히 일관되게 보

고된다. 예를 들어, 정년보장 심사를 앞둔 조교수들은 정년보장 심사에서 탈락했을 경우 그 부정적 감정이 실제보다 훨씬 오래갈 것으로 예측하였다(Gilbert, Pinel, Wilson, Blumberg, & Wheatly, 1998). 대학생들은 좋은 학점을 받을 경우 느끼게 될 긍정적 정서를 예측할 때 실제로 그들이 느끼는 긍정정서의 강도보다 훨씬 강한 수준을 예측하였다(Buehler & McFarland, 2001).

사회심리학 연구들은 충격편향이 나타나는 기제를 설명하기 위해 여러 가지 개념들을 제안한 바 있다. 대표적인 예가 초점주의(focalism)다. 이는 정서예측을 할 당시에는 특정 사건(예, 연봉이 높은 회사 취업에 성공한 순간)에만 초점을 맞추게 되기 때문에, 그 사건과 같이 발생할 수 있는 다른 수많은 상황들(예, 과도한 업무와 승진을 위한 치열한 사내 경쟁)이 자신의 정서에 미치는 영향력을 무시하게 되어 과도한 예측을 한다는 것이다(Wilson, Wheatley, Meyers, Gilbert, & Axsom, 2000). 부정적 사건의 경우 또한 면역무시(immune neglect)와 같은 기제도 중요하게 작동한다. 이는 사람들이 특정 사건에 대한 정서적 충격을 경감하고자 시도하는 내적 기제들을 고려하지 않음으로써 발생하는 과도한 예측 경향성을 말한다(Gilbert et al., 1998). 정년보장을 받지 못한 조교수들은 그 사건이 발생했을 때 자신의 능력 부족이 아닌 수많은 다른 합리화 기제를 만들어 낼 가능성이 높다(예, 평가자들의 어리석음, 학내 정치적 파벌에 따른 희생, 이러한 사건이 전화위복이 되어 더 좋은 학교로 갈 수 있을 것이라는 믿음 등). 부정적인 사건을 접했을 경우 사람들은 자연스럽게 심리적 방어체계를 활성화시켜 불안을 경감시키는데, 정서를 예측할 때에는 이를 제대로 고려하지

못하여 과도한 정서예측에 이른다

정서예측에 있어 편향이 지속적으로 보고되면서, 연구자들은 이 편향이 예측뿐만 아닌 정서사건을 회상하는데 있어서도 발견되는지 관심을 기울이기 시작하였다(Meyvis, Ratner, & Levav, 2010; Wenzel, Gunther, & German, 2012; Wilson, Meyers, & Gilbert, 2003). 즉, 얼마나 정확히 과거에 예측했던 정서의 정도를 이후에 다시 회상할 수 있는가에 대한 문제이다. 기존 연구들을 종합하면, 이 주제에 대해서도 역시 정서예측의 경우와 마찬가지로 편향이 보고된다. 회상과제에 접하면 사람들은 대체로 정서예측시 보여주었던 과도한 예측경향성(즉, 정서예측시 충격편향을 오기억하며, 실제 경험했던 정서와 자신이 과거에 예측했던 정서의 정도가 비슷하다고 보고하는 편향을 보인다. 이런 현상을 정서예측 회상시 충격편향이라고 한다. Meyvis 등(2010)의 연구에서 연구자들은 대학생들에게 슈퍼볼 경기에서 자신이 응원하는 팀을 고르게 한 후, 그 팀이 이기거나 지게 된다면 얼마나 기쁠지를 추정하게 하였다. 그 이후 슈퍼볼 경기가 끝나고 5일 후 자신이 경기를 본 후의 실제 감정과 처음에 얼마만큼 기쁠 것이라고 예측했는가에 대한 회상질문을 하였다. 그 결과, 연구 참가자들에게서 정서예측과 정서예측 회상에서의 충격편향이 모두 발생하였다. 즉, 그들은 실제 경험하는 정서에 비해 과도하게 강한 정서를 예측하였으며, 반면 예측정서를 회상하라고 하였을 경우 실제 경험했던 정서와 유사한 수준으로 오기억하는 경향이 있었다.

그와 동시에, 정서예측 회상이 아닌 정서 경험의 회상에 있어 충격편향이 발견되기도 한다. Wilson 등(2003)의 연구에 따르면 조지부시 지지자들은 2000년도 미국 대선

의 승리로 끝난 후 자신이 느꼈던 감정을 회상할 때 실제로 느꼈던 정서경험보다 과도하게 기뻐했다고 회상하였으며, 이는 결과적으로 정서예측시 발견된 편향과 유사한 정도로 정서경험을 기억하게끔 만들었다.

정서예측이 미래의 행동을 이끄는 데 있어 중요한 만큼, 정서의 회상 역시 중요하다. 회상의 정확성은 우리가 미래의 정서를 예측함에 있어서 과거경험으로부터 얼마만큼을 배울 수 있는가와 관련되기 때문이다. 만약 정서예측시 충격편향이 있었다 하더라도 그 사건이 실제로 자신이 예측한 만큼의 정서를 야기하지 않았다는 사실을 깨닫는다면, 사람들은 미래에 비슷한 사건이 발생했을 때 이전보다는 보다 정확한 정서예측을 해야 할 것이다. 하지만 현실적으로 사람들은 끊임없이 정서예측의 오류를 보이고, 그것이 오류였음에도 그로부터 학습이 이루어지지 않는 듯 다음에도 유사한 오류를 보인다(Meyvis et al., 2010).

정서예측과 정서회상 모두에서 편향이 발견되며 이것이 미래의 정서예측에 영향을 미치기 때문에, 최근에는 예측과제와 회상과제를 같은 맥락에서 연구하려는 시도가 많이 이루어지고 있다. 다만 아직 정서 회상의 일부 주제들에 대해서는 더 많은 경험적 증거들이 필요한 상태다. 예를 들어, 기존 연구에 따르면 정서 회상에 있어 편향은 특히 긍정정서 유발과제에서 강하게 드러나는 편이다(Wilson et al., 2003). 반면 부정 정서유발 사건에 대해서는 일관되지 않은 결과가 보고되기도 한다(Safer, Levine, Drapalski, 2002).

그 외에도, 정서회상의 편향이 어디에서 얼마만큼 비롯되는지에 대해서도 추가 연구가 필요하다. 기존 연구들을 종합하면 정서예측 편향이 지속되는 이유는 크게 두 가지 가능성

에서 비롯된다. 첫 번째는, 처음 정서예측시 과도하게 예측한 정서상태를 회상시에는 실제 경험한 정서와 유사했었다고 오기억하는 가능성이 있다. 위에서 언급한 Meyvis 등(2010)의 연구는 이 과정을 보여주는 연구라고 할 수 있다. 또 다른 가능성은 실제 경험한 정서를 이후에 회상할 때 처음 예측한 정서와 유사한 것이라 오기억한다면, 이 역시 결과적으로 미래의 정서예측을 함에 있어서 같은 오류를 범하게 유도할 것이다. 즉, 경험한 정서를 회상할 때 과도하게 높은 수준으로 회상하는 것이다. 이러한 가능성은 Wilson 등(2003)의 연구에서 드러났다. 지금까지의 연구들은 대체로 이 두 가지 시나리오를 엄밀하게 구분하지 않고 진행되었다. 하나의 연구에서 정서예측 회상과 정서경험 회상 과제를 모두 실시하고 이 효과를 비교해 보는 연구가 수행된다면 회상과제에서의 편향에 대한 큰 통찰을 제공할 것이다.

정서예측과 회상에서 불안의 효과

최근에는 정서예측과 회상의 편향을 조절하는 개인차 변인 및 개인내 특징을 찾는 연구들도 활발히 진행되고 있다. 대표적으로 성격, 통제기제, 혹은 정서지능 정도 등은 편향의 강도에 영향을 미치는 요인들로 밝혀진 바 있다(Dunn, Brackett, Ashton-James, Schneiderman & Salovey, 2007; Safer & Keuler, 2002; Safer et al, 2002). 임상심리학자들은 이 편향과 관련하여 특히 우울로 대표되는 기분장애의 특징에 주목하였다. 정서예측 편향 연구가 본격화되기 이전부터, 우울한 사람들이 보이는 세상에 대한 정서 반응은 많은 연구가 이루어졌던 주제였다. 대표적으로 Beck(1976)의 관점에 따르면 우울한 개인들은 세상의 정서 사건들을 부정

적으로 파악하는 경향성을 보인다. 이들은 긍정정서나 부정정서에 대해 부정적으로 반응할 것이며, 특히 부정정서에 대한 예측과 회상이 모두 과도할 것으로 예상할 수 있다.

기분장애와 정서예측에 관한 강력한 이론적 관련성에도 불구하고, 우울집단을 대상으로 실시된 연구에서 일관되지 못한 결과를 보였다. 예를 들어, Wenze, Gunthert와 German(2012)이나 Marroquin과 Nolen-Hoeksema(2015)의 연구에 따르면 우울경향성이 높을수록 부정적인 정서를 과대 예측하는 경향이 있었으나 긍정적인 정서는 과소 예측하는 경향이 있었다. 반면 Yuan과 Kring(2007)의 연구에서는 우울경향을 보이는 참가자들은 컴퓨터 게임에서 돈을 잃었을 경우의 부정적 정서를 예측함에 있어 그렇지 않은 참가자들과 큰 차이를 보이지 않았지만, 오히려 긍정정서를 과대예측하는 경향을 보였다.

본 연구는 기존 연구의 비일관된 결과들이 불안이 아닌 우울을 중심으로 연구되었기 때문에 비롯된 것이 아닌가 하는 가능성에서 출발해 보고자 한다. 불안과 우울은 공존률이 매우 높으며, 우울의 특징은 불안의 특징의 상당량을 설명한다(Burns & Eidelson, 1998; Mineka, Watson, & Clark, 1998). 그럼에도 불구하고, 두 개념을 독립된 개념으로 파악하려는 학자들은 우울과 불안의 '시점'의 차이에 주목하곤 하였다. 예를 들어, Barlow(2000)는 불안이란 미래에 다가올 일에 대한 염려라고 정의한 바 있다. 실제로 불안한 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 자신에게 부정적인 사건이 일어날 가능성을 더 높게 판단하는 경향이 있다(Butler & Mathews, 1983, 1987). 비슷한 관점에서 Mineka와 Sutton(1992)은 우울이 '뒤를 돌아보는(backward-looking)' 정서와 관련이 깊은

반면, 불안은 '앞을 내다보는(forward-looking)' 정서와 관련이 깊다고 보였다. 우울은 실패나 상실의 과거에 대한 과도한 집착과 연관되어 있지만, 불안의 경우 잠재적인 미래의 위협에 대한 반응이라는 것이다. 이러한 관점에 근거한다면 정서예측의 맥락 자체는 미래에 대한 추측으로, 우울보다는 불안과 더 깊은 관련성을 가질 수 있음을 시사한다.

정서예측에 있어 우울과 대비되는 불안의 효과에 대해서는 아직 경험적 증거가 많지는 않으며, 현재까지 일부 연구만이 보고되었다. Wenzel 등(2012)의 연구에 따르면 특질 불안은 부정적인 정서예측에 있어서의 과대편향과 관련이 있었지만, 긍정적인 정서예측 및 정서예측 회상과는 상관이 없었다. 반면 Hoerger, Quirk, Chapman과 Duberstein(2012)의 연구에 따르면 정서예측의 편향은 우울과 불안의 공통 분모인 심리적 불편감(dysphoria)과 관련이 되며, 특질불안의 독립적인 요인과는 큰 관련이 없는 것으로 드러났다. 최근 발표된 단기중단 연구에 있어서도 정서예측의 편향은 3개월 후의 불안이나 우울을 예측하지는 못하는 것으로 드러났다(Wenze, & Gunther, 2018). 즉, 우울과 마찬가지로, 불안 연구에 있어서도 아직은 명백하고 일관된 증거는 축적되어 있지 못하다. 또한 기존의 연구들은 연구결과의 해석에 있어서도 개선의 필요점들이 발견되곤 한다. 일부 연구들은 단일 척도가 아닌 한 척도의 하위변인들을 이용하여 우울과 불안을 측정하기도 하였으며, 특정 사건을 제시하는 것이 아닌 주관적 경험에 근거하여 미래에 발생할 수 있는 사건들을 자유롭게 예측하게 하거나, 혹은 정서예측 회상과 정서경험 회상을 생략한 채 정서예측 편향만 살펴본 연구가 대부분이었다.

이런 점을 감안하여 본 연구는 기존 연구들에서 고려하지 않은 측면들을 보강하여 정서예측과 회상에 있어 특질불안의 효과를 탐색하기 위해 고안되었다. 구체적으로, 본 연구에서는 모두 4회에 걸친 정서의 예측과 회상과제를 실시하였으며 이를 토대로 총 4가지의 정서측정치를 산출하였다(정서예측 편향도, 정서예측 회상 편향도, 정서경험 회상 편향도, 정서예측 반복도; 방법 참조). 이를 통해 정서예측과 회상의 모든 국면에서 불안과 우울이 어떤 방식과 정도로 영향을 미치는지를 체계적으로 탐색해 보고자 하였다. 기분과 불안 관련 장애의 특징들이 특히 부정적 사건에서 두드러지게 관찰되기 때문에 본 연구에서는 대학생들이 접하는 대표적인 부정적인 사건에 집중하고자 하였으며, 이를 '중간고사' 시기의 정서 경험으로 측정하고자 하였다.

본 연구에서 관심을 가진 '중간고사' 사건은 실제적 함의 측면에서도 유용하리라 판단하였다. 시험상황은 불안과 관련이 되는 대표적인 사건 중의 하나이며 지속적으로 특질불안과의 관련성이 연구되는 맥락이다. 기존의 많은 정서예측 연구들은 1년에 한 번, 혹은 몇 년에 한 번 발생하는 중요한 문화특수적 사회적 이벤트(예, 슈퍼볼, 발렌타인데이, 대통령 선거)를 소재로 연구를 수행하곤 하였다. 이러한 사건들은 사회적으로 중요한 사건일 수는 있으나, 그 발생빈도가 상대적으로 적기 때문에 사람들이 일상생활에서 느끼는 정서적 예측의 맥락과는 거리가 있다. 반면 시험은 학생이라면 적게는 일 년에 한두 번에서 많게는 수십 번의 상황에 노출되어 있으며, 초등학생에서 대학생까지 많은 연령대의 사람들이 일반적으로 접하는 대표적인 부정적 정서 유발 사건 중 하나이다. 또한 시험에서의 성취와

평가라는 측면이 단순히 정서예측 뿐만 아니라 교육심리학, 발달심리학, 그리고 학교심리학 맥락에서도 중요한 주제이기도 하다. 따라서 다양한 심리학 영역에 대한 함의를 찾는 점에 있어서도 가치가 높을 것으로 판단하였다. 기존의 기분장애 이론에 근거하여(Beck, 1976), 본 연구에서는 불안이 높을수록 부정 정서예측과 회상에 있어 모두 더 두드러진 편향을 보일 것으로 예상하였다. 반면 긍정정서의 경우 오히려 편향이 적거나 관련이 없을 것으로 예측하였다. 또한 불안의 효과가 우울의 효과에 비해 강하게 드러나는지를 탐구할 것이며, 이 결과가 우울의 효과를 통제된 불안의 고유효과에 의해서도 설명가능한지 탐구해 보고자 하였다.

방 법

연구대상

국내 대학에 재학하면서 심리학 관련 수업을 수강하는 학생 중 연구에 동의한 학생들을 대상으로 하였다. 총 4회에 걸쳐 이루어진 측정에서, 한 번이라도 참여한 적이 있는 학생의 수는 총 106명(남 35명, 여 71명)이었다. 첫 번째 측정에 참여한 피험자 수는 94명이었으며, 두 번째에는 89명이 참가하였다. 세 번째와 네 번째 측정시에는 각각 102명과 89명이 참가하였다. 측정에 한 번이라도 참여한 경우, 다른 측정시기에 측정에 응하지 않았더라도 측정 자료를 분석에 사용하였다. 참가자들의 평균 연령은 22.58세($SD = 2.92$)였다.

측정 도구

특질불안척도

피험자들의 특질불안을 측정하기 위해 Spielberger, Gorsuch와 Lushene(1970)이 개발하고, 한덕웅, 이장호, 전경구(1996)가 우리말로 타당화한 상태-특질불안 검사(State-Trait Anxiety Inventory-KYZ: STAI-KYZ) 척도 중 특질불안 측정 문항을 사용하였다. STAI는 상태불안(state anxiety)과 특질불안(trait anxiety)을 측정하는 문항이 각각 20문항씩, 총 40문항으로 구성되어 있는데, 이 중 특질불안을 측정하는 20문항이 본 연구에서 사용되었다. 이 척도는 4점 Likert 척도(1~4점)로 구성되어 있으며, 높은 점수일수록 특질불안이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 드러난 척도의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .92였다.

우울척도

우울의 정도를 측정하기 위해 Radloff(1997)가 개발하고 전경구, 최상진, 양병창(2001)이 우리말로 번안한 한국판 우울증 선별척도(The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale: CES-D)를 사용하였다. 이 척도는 4점 Likert 척도(0~3점)로 구성되어 있으며 높은 점수는 더 많은 우울증상을 가지고 있음을 의미한다. 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .89였다.

정서측정치

본 연구에서는 각 시점에서 정서 예측이나 회상을 측정하기 위해서 긍정과 부정 정서 각각 4개씩 총 8개의 정서 단어를 측정에 사용하였다. 긍정 정서는 행복, 즐거움, 기쁨, 편안함이었으며, 부정 정서는 슬픔, 비참함, 우울함, 불안함이었다. 정서들은 0점(전혀 아니다)에서 10점(매우 그렇다)으로 평정하도록 되어

있으며, 이를 정서가별로 모두 평균하여 긍정 정서 값과 부정정서 값을 산출하였다. 정서의 선별과 코딩방식은 선행연구에 기반하였다 (Meyvis et al., 2010). 각 긍정정서간의 상관은 .72에서 .93사이였으며, 부정정서간의 상관은 .46에서 .79로 매우 높았다. 이는 긍정/부정정서로 합산하는 방식이 적절함을 보여준다.

연구 절차 및 변인구성

측정은 총 4회에 걸쳐 시행되었다. 정서예측 연구를 위해서는 참가자 모두가 공통으로 경험하는 하나의 표적 사건을 선정하고, 이 사건에 대한 정서예측, 경험정서를 측정하는 방식을 사용할 필요가 있다. 본 연구에서는 이를 중간고사로 선정하였다.

먼저 표적 사건인 중간고사를 기점으로, 2주 전을 ①시점, 중간고사 당일 시험 직후를 ②시점, 중간고사 2주 후를 ③시점, 중간고사 4주 후를 ④시점으로 선정하였다. 각각의 시점 간에는 2주간의 간격을 두었다. ①시점에는 피험자들에게 연구 목적을 설명하고, 특질 불안척도, 우울척도를 실시하였다. 또한 표적 사건인 중간고사에서 8개의 정서를 얼마나 경험할 것인지 예측하도록 하였다. 2주후 ②시점, 즉 표적사건인 중간고사 당일에는 해당 수업의 시험을 보고 나올 때 중간고사를 경험하면서 얼마나 8개의 정서를 경험하였는지를

평정하도록 하였다. ②시점으로부터 2주 후인 ③시점에서는 ①시점에서 중간시험에서 느끼게 될 예측했던 정서를 회상하도록 한 후 그 정서가 어떠했는지에 대한 회상과제를 실시하였다. 마지막으로 ④시점에서는 ②시점의 정서경험을 회상하여 그때의 감정을 평정하도록 하였으며, 최종적으로 기말고사에 어떠한 정서를 느끼게 될 지를 예측하도록 하였다. 그림 1은 각 측정 시기와 방식을 요약한 것이다.

4개의 정서측정치를 기반으로 총 4개의 정확도/편향도 변인을 구성하였다. 먼저 ①시점에서의 예측치와 ②시점에서 정서경험치간의 불일치 정도를 구해 이를 '정서예측 편향도'라 명명하였다. 이 변인은 정서예측의 충격편향을 알아보기 위해 사용되었다. 다음으로, ①시점에서의 예측치와 ③시기에 회상한 예측정서의 정도간의 불일치 정도를 구해 이를 '정서예측 회상 편향도'라 명명하였다. 이는 정서예측 회상의 충격편향을 측정하기 위해 사용되었다. 세 번째, ②시기 측정한 정서경험 측정치와 ④시기 회상한 정서경험치간의 불일치 정도를 산출하여 '정서경험 회상 편향도'라 하였으며, 이 변인은 정서경험 회상의 충격편향을 측정하는데 이용하였다. 마지막으로 ④시기 측정한 기말고사 시기의 정서예측과 ①시기의 중간고사 예측치간의 일치도를 구했으며, 이를 '정서예측 반복도'라 칭하였다. 이 변인

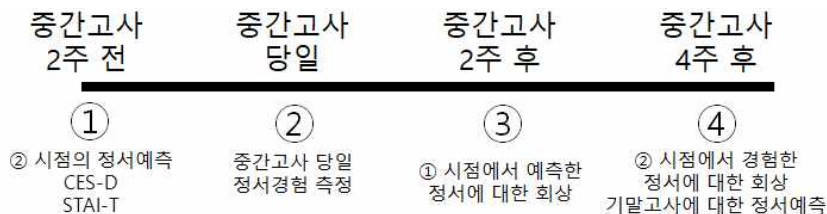


그림 1. 연구 절차와 각 시기별 측정치

은 중간고사 시기의 편향된 정서예측이 기말고사 시기에는 얼마나 감소 혹은 증가하였는지를 알아보기 위해 고안되었다.

기존 연구들은 정서측정치간의 편향도를 구하기 위해 크게 두 가지 방식을 이용하고 있다. 고전적으로 가장 단순한 방식은 하나의 측정치에서 다른 측정치의 차이를 구해 그 차이값을 변인으로 삼는 방식이다. 하지만 최근 연구들은 잔차(residual)를 이용한 방식을 선호한다. 이 경우는 예를 들어 정서예측 정확도를 산출하기 위해서 ①시점의 예측치를 예측 변인으로 삼고 ②시점의 정서경험치를 기준 변인으로 삼아 회귀분석을 수행하고, 그 잔차를 정확도의 지표로 삼는 방식이다. 개념적으로 이러한 방식은 실제 경험하는 정서로 설명할 수 없는 예측치의 변량으로써, 큰 수가 나올수록 편향이 많았다는 의미로 해석한다 (Hoerger & Quirk, 2010). 이렇게 잔차점수를 이용하는 것이 절대 차이를 이용하는 것에 비해 연구결과의 해석과 반복측정가능성에서 더 용이하며, 특히 본 연구와 같이 편향 점수와 특정 개인차 변인간의 상관관계를 보고자 할 경우 권장되는 방식이라 제안되고 있다 (Cohen, Cohen, West, & Aiken, 2003). 따라서 본 연구에서도 각 측정치간의 일치도를 잔차 점수로 계산하여 분석하였다. 다만 잔차점수를 이용할 경우 전체 평균이 0이 되기 때문에, 전체 참가자의 편향점수를 알아보기 위해서는 단순 차이값을 이용하였다. 본 연구에서는 긍정정서와 부정정서를 모두 측정하였기 때문에 편향도 역시 긍정정서와 부정정서의 정확도로 나눌 수 있으며, 따라서 총 8개(4개 편향도 × 긍정/부정정서)의 종속변인이 산출되었다.

결 과

연구 중 한 번이라도 이탈한 참가자는 총 30명이었다. 본 결과의 분석에 앞서, 이들과 모든 연구측정 시기에 참가한 참가자들간의 차이가 있었는지를 알아보기 위해 *t* 검증을 실시하였다. 그 결과 모든 연구 측정 시기에 참가자와 1회 이상 이탈자간에는 우울($t(92) = -.62, p = .54$)과 불안($t(92) = .01, p = .99$) 모두 유의미한 차이가 없었다.

연구 참가자들의 편향도를 알아보기 위해

표 1. 연구참가자의 측정치간 차이값

	정서	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>t</i>
① 시점 정서 예측치	긍정	3.95 (2.09)	
	부정	4.19 (1.94)	
② 시점 정서 경험치	긍정	3.30 (2.22)	
	부정	3.99 (2.09)	
③ 시점 예측 회상치	긍정	3.59 (2.16)	
	부정	3.94 (2.10)	
④ 시점 경험 회상치	긍정	3.82 (2.10)	
	부정	4.03 (2.00)	
④ 시점 기말고사 예측치	긍정	4.14 (2.40)	
	부정	3.81 (2.00)	
정서예측 편향 (① - ②)	긍정	.68 (2.16)	2.79**
	부정	.07 (1.90)	.33
정서예측 회상편향 (① - ③)	긍정	.52 (2.10)	2.34*
	부정	.29 (1.98)	1.41
정서경험 회상편향 (② - ④)	긍정	-.35 (2.41)	-1.25
	부정	.13 (1.53)	.73
정서예측 반복 (① - ④)	긍정	-.22 (2.68)	-.74
	부정	.21 (1.68)	1.11

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

단순차이값을 이용하여 단일표본 t 검증을 실시하였다. 표 1은 연구참가자들의 차이값에 근거한 편향점수를 보여준다.

참가자들은 긍정정서의 예측과 예측회상에서 편향을 보였다. 즉, 이들은 중간고사 시기 긍정정서를 예측함에 있어 실제 본인들이 경험하는 긍정정서의 정도($Mean = 3.30$)에 비해 과도하게 높은 수준을 예측($Mean = 3.95$)하였다($t(77) = 2.79, p < .01$). 반면 이를 회상하는 과제에서는 원래 예측점수에 비해 낮은 수준의 긍정정서($Mean = 3.59$)를 보고하였다($t(89) = 2.34, p < .05$). 예상과는 다르게, 정서예측의 편향은 부정정서에서는 발견되지 않았다. 중간고사라는 사건 자체가 부정적인 속성이 두드러진 사건이며, 대부분의 참가자들이 이를 지속적으로 일관되게 경험했기 때문에 이러한 결과가 발생한 것으로 보인다.

각 측정치와 이에 근거한 종속변인 및 우울, 불안간의 상관은 표 2에 제시되어 있다. 표 2에서 드러났듯이, 불안과 우울은 낮은 수준의 긍정정서의 예측, 그리고 높은 수준의 부정정서의 예측 및 회상과 유의한 상관관계가 있었다. 불안은 특히 예측편향도, 예측회상 편향도, 그리고 예측반복도와 모두 유의한 상관관계가 있었다. 불안과 우울이 높을수록 부정정서의 예측편향이 높았으며, 반면 긍정정서의 예측편향은 낮은 편이었다. 예측회상 편향도 역시 같은 방식으로 유의한 상관관계가 존재하였다. 불안과 우울이 높을수록 부정정서에 대한 예측회상시의 괴리가 컸으며, 긍정정서의 경우는 편향이 오히려 낮았다. 예측반복도 역시 유의미한 상관관계를 보였다. 불안과 우울이 높을수록 이후 기말고사에 대해 더 부정적인 정서를 예측하였으며, 덜 긍정적인 정서를 예측하였다. 단순 상관계수는 대체

표 2. 연구측정치와 불안 및 우울간의 상관관계

	정서	불안	우울
① 시점 정서 예측치	긍정	-.41***	-.22*
	부정	.43***	.41***
② 시점 정서 경험치	긍정	-.20	-.03
	부정	.36***	.34**
③ 시점 예측 회상치	긍정	-.17	-.16
	부정	.25*	.34***
④ 시점 경험 회상치	긍정	-.18	-.20
	부정	.35***	.39***
④ 시점 기말고사 예측치	긍정	-.11	.04
	부정	.41***	.38***
예측 편향도	긍정	-.41***	-.27*
	부정	.30**	.26*
예측 회상 편향도	긍정	-.42***	-.21
	부정	.37***	.26*
경험 회상 편향도	긍정	-.03	.10
	부정	.04	.01
예측 반복도	긍정	-.37***	-.28*
	부정	.28*	.31**

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

적으로 불안과 편향도간의 상관이 우울과 편향도간의 상관보다 더 높은 수치를 보였다. 하지만 상관계수간의 비교를 Fisher의 상관비교검증을 통해 실시한 결과, 불안과 편향도간의 상관관계는 우울과 편향도간의 상관관계와 통계적으로 유의미한 차이는 없었다.

정신질환의 분류가 연속적인 차원으로 이루어져야 하는지, 범주형으로 이루어져야 하는지에 대한 논란은 임상심리학과 정신의학계에서 지속적으로 이루어지고 있는 주제이기에 (예, Hankin, Fraley, Lahey, & Waldman, 2005),

이러한 논의를 반영하고자 특질불안을 중앙값 (*Median* = 43)을 기본으로 각각 높은 불안집단과 낮은 불안집단으로 구분하여 이들 간의 차이를 비교하였다. 낮은 불안집단의 STAI 척도 평균은 35점(*SD* = 5.21)이었으며, 높은 불안집단은 54점(*SD* = 7.59)이었다. 한국판 STAI의 점수분류에 따르면 54점 이상의 STAI 점수는 약간 높은 수준의 불안을 보이는 것으로 해석된다(김정택, 1978).

표 3은 불안집단에 따른 정확도를 독립표본 *t* 검증을 통해 분석한 결과이다. 결과는 대체적으로 상관분석에서 드러난 방식이 재현되었다. 높은 불안집단은 낮은 불안집단에 비해 긍정정서의 예측은 덜 편향되었으며 반면 부정정서는 더 편향된 예측을 하였다. 다시 말하면, 불안 수준이 높은 집단은 불안 수준이 낮은 집단에 비해 어떤 사건에서 발생하는 긍정 정서를 예측할 때 상대적으로 덜 과도한

예측을 하였다. 반면 부정 정서를 예측할 때에는 과도하게 높은 수준을 예측하였다. 정서 예측의 회상과 반복가능성에 있어서도 상관분석에서 보인 양상과 일맥상통하는 결과를 보였다.

마지막으로, 불안의 효과가 우울의 효과를 통제한 후에도 유효한지를 알아보고자 위계적 회귀분석을 실시하였다(표 4). 불안은 우울의 효과를 통제한 후에도 긍정정서 예측편향도 및 긍정 및 부정 정서의 예측회상 편향도를 설명하였으며, 긍정정서의 예측반복도를 설명하였다. 즉, 우울의 효과를 통제하여도 특질불안의 독립적인 요소들은 긍정 정서예측과 예측회상에 있어 더 적은 편향과 관련되어 있으며, 부정 정서의 예측회상시 높은 수준의 편향과 관련되었다.

분석 결과를 요약하면, 대체적으로 연구참가자들은 중간고사 기간에 긍정정서는 과대에

표 3. 불안 집단에 따른 예측과 회상의 정확도

	정서	낮은불안	높은불안	<i>t</i>
예측 편향도	긍정	.38(.94)	-.36(.91)	3.56***
	부정	-.18(.97)	.17(.99)	-1.63 ⁺
	<i>n</i>	38	40	
예측 회상 편향도	긍정	.36(.85)	-.35(1.00)	3.61***
	부정	-.26(.95)	.24(.99)	-2.46**
	<i>n</i>	44	46	
경험 회상 편향도	긍정	-.07(1.10)	.05(.87)	-.55
	부정	-.12(.96)	.06(1.06)	-.71
	<i>n</i>	31	35	
예측 반복도	긍정	.26(.94)	-.23(.99)	2.27*
	부정	-.21(.90)	.18(1.05)	-1.77*
	<i>n</i>	38	43	

⁺ *p* = .054, * *p* < .05, ** *p* < .01, *** *p* < .001

표 4. 특질불안에 따른 예측 및 회상의 정확도의 위계적 회귀분석

	예측편향도		예측 회상 편향도		경험 회상 편향도		예측 반복도	
	긍정	부정	긍정	부정	긍정	부정	긍정	부정
1단계								
우울	.03	.11	.11	.04	.23	-.05	-.08	.22
R^2	.06	.05	.03	.06	-.01	-.02	.07	.08
F	5.96*	5.77*	3.87	6.47*	.63	.01	6.58*	8.29**
2단계								
불안	-.43**	.23	-.49***	.34*	-.19	.08	-.32*	.15
R^2	.17	.07	.16	.12	-.01	-.03	.11	.09
ΔR^2	.10	.03	.14	.07	.02	.01	.06	.01
ΔF	8.52**	2.16	14.52***	6.63*	1.15	.20	5.38*	1.12

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

측하였으나 부정정서의 예측에 있어서는 편향이 발견되지 않았다. 그러한 이유에서, 과대예측된 긍정정서를 회상할 경우 실제 처음 예측치와의 차이가 더 크게 발견되었다. 반면 이러한 양상은 불안과 우울 변인을 고려했을 때에는 발견되지 않았다. 오히려 불안과 우울은 긍정정서에 대해서는 과소편향과 관련되었으며, 부정정서는 과대편향하는 경향과 상관이 있었다. 불안은 우울의 효과를 통제한 이후에도 특히 긍정정서에 대한 충격편향을 일부 설명하였다. 예측치와 회상치와의 차이가 줄어드는 회상편향은 주로 정서예측치에 대한 회상에서 발생하였으며, 정서경험 자체에 대한 회상에 있어서는 두드러진 결과가 발견되지 않았다.

논 의

본 연구는 정서예측과 회상에서 발견되는

충격편향이 특질불안의 개인차에 의해 조절되는지를 알아보고자 설계되었다. 충격편향은 사회심리학적 연구가 많이 축적되어 있으나, 개인차 변인, 특히 임상적 함의를 가지는 개인차 변인의 효과에 대해서는 아직 많은 연구가 수행되지 않았으며, 그 결과도 일관적이지 못하였다. 또한 기존 연구들은 예측 상황이나 예측회상 상황 등 특정 한두 개의 시기에 국한하여 실시된 연구가 대부분으로, 예측시점에서 정서경험 회상, 이후의 새로운 예측까지 정서예측과 회상의 모든 국면을 아우르는 연구는 없었다. 이러한 기존 연구의 부족함과 한계를 극복하고자, 본 연구는 대학생들이 일반적으로 경험하는 대표적인 부정적 정서사건인 중간고사를 기준으로 이전의 정서예측과 이후의 정서회상 과제를 모두 실시하였다.

본 연구 결과에 따르면 연구 참가자들은 중간고사 시기의 정서를 예측함에 있어 실제 그들이 경험할 긍정 정서에 비해 과도하게 높은 수준의 긍정정서를 예측하였으며, 반면 회상

시기에는 그들의 예측정서를 실제 경험정서와 유사한 수준으로 회상하는 것으로 드러났다. 이는 긍정정서에 있어 정서예측의 충격편향과 정서예측 회상의 충격편향이 존재하였음을 보여준다. 반면, 예상과는 다르게, 참가자들은 부정정서의 예측과 예측회상, 경험회상에 있어서는 편향을 보이지 않았다.

기존 연구에서는 긍정사건이든 부정사건이든 예측회상의 경우 상당히 일관되게 보고되는 편이며, 다만 회상과제에 있어서는 예측과제보다는 일관성이 떨어지는 편이었다(Safer et al., 2002). 선행연구와는 다르게 본 연구에서 부정정서의 예측에 있어 충격편향이 발견되지 않은 이유는 몇 가지를 고려해 볼 수 있겠다.

먼저 '중간고사'라는 표적사건의 부정성이 큰 영향을 미치지 않았는지 의심해 볼 필요가 있다. 많은 기존의 연구들은 표적사건을 선정함에 있어 정확히 그 사건이 연구대상자들에게 긍정적 감정을 유발할지 부정적 감정을 유발할지 알기가 어려운 사건을 선정하는 경향이 있었다. 예를 들어, 슈퍼볼 경기 2주전 예측과제를 할 경우, 슈퍼볼 경기에서 자신이 응원하는 팀이 승리할지, 패배할지는 그 경기가 끝나봐야만 알 수 있는 상황이다. 대통령 선거 역시 여당 후보가 승리할지 혹은 야당 후보가 승리할지는 개표결과를 봐야 알 수 있는 일로, 참가자들의 경우 원칙적으로 부정사건이 발생할지 긍정사건이 발생할지 예측할 수 있는 확률이 50:50이 된다.

반면 시험이라는 상황은 이미 대학생들이 오랜 시간 동안 경험했던 대표적인 부정정서 유발사건이며, 상당히 일관적으로 부정정서와 연합이 되어 있을 가능성이 높다. 기존 연구에 따르면 정서예측의 편향성은 실제 경험한 정서를 명확히 기억했다 하더라도 잘 해소가

되지 않는다. 그럼에도 불구하고, 경험 정서를 인식시켜 줄 경우 그렇지 않은 경우에 비해서는 추후의 예측 편향성이 감소되는 결과가 보고되기도 한다(Melvis et al., 2010).

이러한 관점에서 생각해 본다면, 참가자들은 이미 십수 년에 걸쳐 중간고사를 포함한 시험 시기에 지속적이고 일관적인 부정 정서 경험을 했으며, 그 결과 부정 정서의 예측 정확성이 높아진 것이 아닌가 생각해 볼 수 있다. 그렇다면 역으로 압도적으로 긍정적인 정서와 관련되어 지속적으로 경험을 했던 사건을 표적사건으로 한다면 그 경우 오히려 긍정 정서의 예측편향이 줄어들 수도 있다고 예상해 볼 수 있다. 추후 연구를 통해 이러한 가능성을 탐색해 볼 필요가 있으며, 이는 예측 편향을 일으키는 사건의 본질과 경험치에 대한 새로운 통찰을 줄 수 있는 주제라 기대된다.

본 연구에서 부정정서의 편향이 보고되지 않은 점은 기존 연구들의 결과를 완전히 반복 검증하지는 못했다는 의미로 해석될 수도 있다. 하지만 이 결과가 오히려 본 연구의 주요 관심사를 강조하는 효과를 보였는데, 본 연구 참가자들의 일반적인 경향에도 불구하고 부정 정서의 편향은 불안 및 우울과는 상관관계가 있었기 때문이다. 즉, 불안과 우울이 높을수록 부정정서의 예측시 충격편향과 예측회상시 충격편향이 높았다. 특이할 점은 불안과 우울은 긍정정서의 예측편향과는 역상관이 보고되었다는 것이다.

불안과 우울장애에 대한 인지이론에 따르면 한 개인이 어떤 정보에 주의를 두며, 어떻게 해석하며, 기억하는지와 같은 정서정보의 처리가 장애의 발생과 유지에 중요한 역할을 한다(Beck & Clark, 1988). 특히 인지이론가들은

부정 정서에 대한 편향된 정서 정보 처리는 불안과 우울의 공통된 요소라고 보았다(Clark & Watson, 1991). 본 연구에서 불안과 우울이 유사하게 긍정정서보다는 부정정서에서 더 강한 편향을 보인 점도 이러한 관점에서 해석할 수 있겠다.

한편으로 본 연구는 불안과 우울의 개념적 차이에도 주목하고자 하였다. 즉, 불안이 '예기적' 정서와 관련이 깊고, 우울이 '회고적' 정서와 관련이 깊기 때문에 (Barlow, 2000), 정서예측과 관련된 맥락은 우울보다는 불안이 더 큰 효과를 보일 것이라는 가능성을 탐색해 보고자 하였다. 대체적인 결과는 이러한 가능성과 어느 정도 일맥상통하였다. 먼저 상관을 보았을 때 불안과 편향도 변인간의 상관관, 우울과 편향도 변인과의 상관 간에는 통계적으로 유의미한 차이는 발견되지 않았다. 그럼에도 불구하고 단순상관 계수의 양상 자체는 예상했던 방향, 즉 우울보다는 불안이 예측에 있어서의 편향과 더 관련성이 높았다. 또한 불안과 우울간의 높은 상관관계(본 연구의 경우 두 변인 간 $r = .67$)에도 불구하고, 불안은 우울의 효과를 통제된 후에도 일부 편향치의 변량을 유의미하게 설명해 주었다. 이러한 결과들을 종합해 보면, 우울보다는 불안이 정서예측에 있어 더 유용한 변인일 것이라는 예측 자체는 어느 정도 적절한 것이었다고 볼 수도 있다.

특히 불안이 긍정 정서의 과소편향 및 부정 정서의 과대편향과 관련이 있으며, 우울을 통제해도 그 경향이 여전히 유지된다는 점은 불안에 대한 이해와 이에 대한 심리치료에 시사하는 바가 크다. 지금까지 불안에 대한 심리치료에서는 내담자들이 부정 정서를 느끼는 사건이나 대상에 대한 인지적 왜곡의 수정과

노출에 주로 초점을 맞춰 왔다(Norton & Price, 2007). 이는 불안장애를 가진 사람들이 그 사건이나 대상에 대한 부정적 감정을 과도하게 예측한다는 것에 주로 초점을 맞춰 그 부정적 정서를 낮추는 것을 목표로 하는 것이다. 반면 긍정 정서의 부족과 이에 대한 정보 처리의 편향은 전통적으로 우울에 해당되는 것으로 다루어져왔다(Clark & Watson, 1991). 하지만 본 연구의 결과는 긍정 정서에 대한 경시와 과소 추정은 불안과 관련해서도 역시 나타나는 주요한 문제임을 보여준다. 이는 불안장애에 대한 치료에서 부정 정서뿐 아니라 긍정 정서에 대한 왜곡의 수정 역시 주요하게 다루어져야 할 필요가 있음을 시사한다(Kashdan & Stager, 2006).

다만 본 연구의 설계 자체가 불안과 특히 관련이 깊은 시험이라는 상황을 중심으로 이루어진 연구라는 점에서 추가적인 연구가 필요하다. 본 연구의 참가자들은 시험에 접하게 되었을 때 어떠한 감정을 느끼게 될 지를 평정하였으며, 이 절차가 우울보다는 불안의 특징을 강조했을 가능성이 있다. 오히려 시험과 관련되어 우울한 상황은 시험을 치루는 것 자체가보다 시험에서 비롯된 결과에서 발생한다(예, 시험을 잘 치르지 못해서 학점이 나쁜 경우). 다시 말하자면, 시험 자체에 대한 예측은 불안을 강조하는 상황이지만, 만약 시험을 못 봐서 학점이 나쁘게 되는 상황을 예측해 보라고 한다면 그 경우는 오히려 우울이 더 큰 관련성을 보일 수도 있다. 만약 그렇다면 이는 단순히 예측인가 회고인가의 문제가 아닌, 불안과 특별히 더 관련이 있는 예측 및 회고 맥락이 있으며, 반대로 우울과 더 관련이 있는 예측 및 회고 맥락이 있다는 점을 보여준다. 이러한 가능성을 알아보기 위해서는

위에서 언급한 대로 단순히 시험 상황시의 감정을 묻는 것이 아닌, 그 결과에 따른 감정을 묻는 질문들을 추가할 필요가 있다.

본 연구가 알아보고자 했던 또 다른 주제는, 회상과제에서의 편향이 정서예측의 회상에서 주로 발생하는 것인지 혹은 정서경험의 회상에서 비롯되는지를 알아보는 것이었다. 본 연구의 결과 자체는 정서경험보다는 정서예측에서 회상편향이 주로 발생하는 것으로 드러났다. 기존의 연구들은 예측회상 편향과 경험회상 편향의 정도를 구체적으로 비교하지 않았으며 본 연구의 결과는 이러한 점에서 기존의 편향과제에 대한 새로운 정보를 주었다고 할 수 있다. 특히 예측치에 대한 회상과 경험정서에 대한 회상 시기를 모두 동일한 2주의 간격으로 측정하였기 때문에, 시간의 차이라는 변수를 동일하게 통제하였다는 점은 본 연구의 강점이라 할 수 있다. 본 연구의 결과는 회상과제의 편향에 대한 본질을 찾고자 하는 연구자들에게 통찰을 줄 것으로 기대된다.

그와 동시에, 본 연구에서 밝혀진 회상 편향의 양상들은 다른 표적사건을 이용하여 반복검증될 필요가 있다는 점을 언급하고자 한다. 앞에서 기술하였듯이, 회상과제에서의 편향은 특히 긍정적인 사건에서 두드러진다는 점이 기존 연구에서 보고된 바가 있다(Safer et al., 2002). Wilson 등(2003)에 따르면 긍정정서가 유발될 경우(예, 자신이 문재인 지지자이면서 문재인 후보가 대통령에 당선된 경우)에는 그 정서를 유지하고자 하는 기제가 작동이 되지만, 부정정서가 유발될 경우(예, 자신이 홍준표 지지자이면서 홍준표 후보가 대통령에 낙선한 경우) 오히려 그 부정정서를 유발하는 사건을 평가절하함으로써 자신이 경험한 부정

정서의 정도를 낮추는 합리화를 하게 된다(예, '대통령 선거는 내 인생에 있어 중요하지 않아.'). 이 과정을 거치게 되면 이후 회상과제를 접했을 때 오히려 덜 강한 정서를 회상하게 되며(예, '난 처음부터 그렇게 화가 나지도 않았어.'). 따라서 회상에서의 편향은 오히려 줄어들게 된다는 것이다. 이러한 기제가 본 연구에서 작동했다면, 본 연구의 맥락이 부정정서가 야기되는 맥락이었기 때문에 특히 경험 회상 과제에서 편향이 적게 보고된 것일 수도 있다. 논의의 처음 부분에서 언급이 되었던 것처럼 이러한 가능성은 긍정정서를 유발하는 상황을 제시하는 것을 통해 검증해 볼 수 있을 것이다.

참고문헌

- 김정택 (1978). 특성불안과 사회성과의 관계: Spielberg의 STAI를 중심으로. 고려대학교 석사학위 청구논문.
- 전경구, 최상진, 양병창 (2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. 한국심리학회지: 건강, 6(1), 59-76.
- 한덕웅, 이장호, 전경구 (1996). Spielberger의 상태-특성 불안검사 Y형의 개발. 한국심리학회지: 건강, 1(1), 1-14.
- Barlow, D. H. (2000). Unraveling the mysteries of anxiety and its disorders from the perspective of emotion theory. *American Psychologist*, 55(11), 1247-1263.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. Oxford, UK: International Universities Press.
- Beck, A. T., & Clark, D. A. (1988). Anxiety and

- depression: An information processing perspective. *Anxiety Research*, 1(1), 23-36.
- Buehler, R., & McFarland, C. (2001). Intensity bias in affective forecasting: The role of temporal focus. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(11), 1480-1493.
- Burns, D. D., & Eidelson, R. J. (1998). Why are depression and anxiety correlated? A test of the tripartite model. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66(3), 461-473.
- Butler, G., & Mathews, A. (1983). Cognitive processes in anxiety. *Advances in Behaviour Research and Therapy*, 5(1), 51-62.
- Butler, G., & Mathews, A. (1987). Anticipatory anxiety and risk perception. *Cognitive Therapy and Research*, 11(5), 551-565.
- Clark, L. A., & Watson, D. (1991). Tripartite model of anxiety and depression: Psychometric evidence and taxonomic implications. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(3), 316-336.
- Cohen, J., Cohen, W., West, S. G., & Aiken, L. S. (2003). *Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences* (3rd ed.). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Dunn, E. W., Brackett, M. A., Ashton-James, C., Schneiderman, E., & Salovey, P. (2007). On emotionally intelligent time travel: Individual differences in affective forecasting ability. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33(1), 85-93.
- Gilbert, D. T., Pinel, E. C., Wilson, T. D., Blumberg, S. J., & Wheatley, T. P. (1998). Immune neglect: A source of durability bias in affective forecasting. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(3), 617-638.
- Hankin, B. L., Fraley, R. C., Lahey, B. B., & Waldman, I. D. (2005). Is depression best viewed as a continuum or discrete category? A taxometric analysis of childhood and adolescent depression in a population-based sample. *Journal of Abnormal Psychology*, 114(1), 96-110.
- Hoerger, M., & Quirk, S. W. (2010). Affective forecasting and the Big Five. *Personality and Individual Differences*, 49(8), 972-976.
- Hoerger, M., Quirk, S. W., Chapman, B. P., & Duberstein, P. R. (2012). Affective forecasting and self-rated symptoms of depression, anxiety, and hypomania: Evidence for a dysphoric forecasting bias. *Cognition and Emotion*, 26(6), 1098-1106.
- Kashdan, T. B., & Steger, M. F. (2006). Expanding the topography of social anxiety: An experience-sampling assessment of positive emotions, positive events, and emotion suppression. *Psychological Science*, 17(2), 120-128.
- Marroquín, B., & Nolen-Hoeksema, S. (2015). Event prediction and affective forecasting in depressive cognition: Using emotion as information about the future. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 34(2), 117-134.
- Meyvis, T., Ratner, R. K., & Levav, J. (2010). Why don't we learn to accurately forecast feelings? How misremembering our predictions blinds us to past forecasting errors. *Journal of Experimental Psychology: General*, 139(4), 579-589.
- Mineka, S., & Sutton, S. K. (1992). Cognitive biases and the emotional disorders. *Psychological*

- Science*, 3(1), 65-69.
- Mineka, S., Watson, D., & Clark, L. A. (1998). Comorbidity of anxiety and unipolar mood disorders. *Annual Review of Psychology*, 49(1), 377-412.
- Norton, P. J., & Price, E. C. (2007). A meta-analytic review of adult cognitive-behavioral treatment outcome across the anxiety disorders. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 195(6), 521-531.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, 1(3), 385-401.
- Safer, M. A., & Keuler, D. J. (2002). Individual differences in misremembering pre-psychotherapy distress: Personality and memory distortion. *Emotion*, 2(2), 162-178.
- Safer, M. A., Levine, L. J., & Drapalski, A. L. (2002). Distortion in memory for emotions: The contributions of personality and post-event knowledge. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(11), 1495-1507.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Wenze, S. J., & Gunthert, K. C. (2018). Affective forecasting bias: Liability or protective factor? *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 32(4), 263-271.
- Wenze, S. J., Gunthert, K. C., & German, R. E. (2012). Biases in affective forecasting and recall in individuals with depression and anxiety symptoms. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(7), 895-906.
- Wilson, T. D., & Gilbert, D. T. (2005). Affective forecasting: Knowing what to want. *Current Directions in Psychological Science*, 14(3), 131-134.
- Wilson, T. D., Meyers, J., & Gilbert, D. T. (2003). "How happy was I, anyway?" A retrospective impact bias. *Social Cognition*, 21(6), 421-446.
- Wilson, T. D., Wheatley, T., Meyers, J. M., Gilbert, D. T., & Axson, D. (2000). Focalism: A source of durability bias in affective forecasting. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(5), 821-836.
- Yuan, J. W., & Kring, A. M. (2009). Dysphoria and the prediction and experience of emotion. *Cognition and Emotion*, 23(6), 1221-1232.

1차원고접수 : 2019. 07. 22.

최종게재결정 : 2019. 09. 16.

Trait anxiety as a moderator for the accuracy of affective forecasting and recall

So Hyun Ahn¹⁾

Geunyoung Kim²⁾

Jae-Won Yang³⁾

¹⁾Department of Psychiatry, The Catholic University of Korea Seoul St. Mary's Hospital

²⁾Department of Psychology, Sogang University

³⁾Department of Psychology, The Catholic University of Korea

Anticipating the affective consequences of their decisions are important for people's behaviors, yet the accuracy of affective forecasting and affective recall tend to be not great. The present study focused on the impact of trait anxiety as a source of individual differences on the biases of affective forecasting and recall. Two weeks before the midterm exam, 106 college students were asked to predict positive and negative feelings that they anticipated to experience during the midterm exams. The trait anxiety and depression were also measured during the Time 1. On the midterm exam day, the participants reported the affects they were experiencing (Time 2). Two weeks after the exam (Time 3), the participants were asked to recall the affects they reported during the Time 1. Finally, two weeks after the Time 3, the participants were requested to recall the affects they reported during the Time 2 (Time 4). Results indicated that the participants showed the impact bias in the affective forecasting and recall of affective forecasting, only in regard to positive affects. On the other hand, trait anxiety was related to the impact biases in both positive and negative affects. This tendency was generally found even the impact of depression was statistically controlled. The implications of present results to the nature of affective forecasting and the psychotherapy for anxiety were discussed.

Keywords: affective forecasting, affective recall, anxiety, depression