

긍정적 및 부정적 가능한 자기의 균형이 과제수행에 미치는 동기적 효과

서 용 원 · 라 윤 정

성균관대학교 사회과학부 심리학 전공 한국노동연구원

본 연구는 Markus와 Nurius(1986)가 제안한 가능한 자기(possible selves)이론에서 긍정적 가능한 자기와 부정적 가능한 자기의 균형이 갖는 동기적 효과를 고찰하고자하였다. 이들은 가능한 자기의 균형 효과를 청소년 비행과 관련시켜 연구해 왔지만 직접적으로 과제수행과의 관계를 다루지는 않았다. 본 연구에서는 긍정적 가능한 자기와 부정적 가능한 자기가 균형될 때가 긍정적 가능한 자기만 활성화 될 때 보다 더 큰 동기적 효과를 지니는지 알아보는데 초점을 두고 있다. 이를 검증하기 위하여, 긍정적인 가능한 자기 조건, 부정적인 가능한 자기 조건, 두 가지가 균형된 조건, 및 가능한 자기가 없는 통제 조건 하에서 상상 조작을 통해 피험자의 가능한 자기를 활성화시킨 후, 노력 과제와 지속 과제에서의 수행량과 수행의 지속 시간을 측정하였다. 부가적으로, 이렇게 활성화된 자기들에 의해 자기 관련된 정보처리가 어떤 영향을 받는지를 관련 단어에 대한 반응 시간을 측정함으로써 알아보았다. 연구 결과, 두 가지 가능한 자기가 균형된 조건에서 수행 지속 시간이 유의하게 가장 길었으며, 긍정적 자기만 활성화된 조건, 부정적 가능한 자기만 활성화된 조건 순으로 나타났다. 반응시간에 있어서는 두 가지 가능한 자기가 균형되는 조건에서 성공 또는 실패 관련 단어에 대한 반응시간이 부정적 가능한 자기만 활성화된 조건보다 빠른 것으로 나타났다. 이를 통해 긍정적 가능한 자기를 활성화하는 것이 과제수행에 있어서 유용할 뿐만 아니라, 나아가서 가능한 자기가 균형될 때 최대의 동기적 효과가 있음이 검증되었다.

Markus와 Nurius(1986)는 이제까지 다루지 않았던 또 하나의 자기 지식의 중요 영역으로

서 가능한 자기(possible selves)를 개념화한 후, 가능한 자기가 수행과 자기 관련 정보처리

에 영향을 미친다는 것을 검증하려고 시도한 바 있다. 여기서 가능한 자기란 개인적으로 자신이 될 수 있고, 되고 싶어하거나, 되기 두려워하는 것 등을 표상화한 자기개념의 한 구성요소로서 개념화된다, 즉, 가능한 자기란 한 개인의 자기체계 중에서 미래 지향적인 요소들을 포함한다.

가능한 자기는 두려워하거나 바라는 상태에 대한 자기개념으로서, 개인에게 전반적인 동기로서 기능하며, 따라서 동기의 인지적 요소로 볼 수 있다. 즉, 가능한 자기는 개인의 목표, 동기, 두려움, 또는 불안 등을 표상하는 자기 개념의 한 요소이며, 이와 같은 목표나 동기, 두려움, 및 불안과 같은 역동성들에 자기와 관련된 정확한 형태와 의미 및 방향을 부여한다. 가능한 자기는 이처럼 미래 상태의 자기에 대한 구체적이고 생생한 이미지나 의미 등을 포함하기 때문에 동기 과정과 목표설정 과정에 필수적인 요소로 기능할 수 있으며(Ruvolo & Markus, 1989), 따라서 가능한 자기는 개인에게 있어서 자기와 관련된 의미가 부여된 목표, 결과, 또는 기대 등의 하위집합을 말한다고 볼 수 있다.

미래의 목표나 위협 등에 있어서 결정적인 요소는 목표 상태에서의 "나(me)"라는 이미지나 의미감이다. 이런 관점에서 보면, 동기란 본능적이고 비개인적이거나 무의식적 과정이 아니라, 일반적인 욕구에 구체성과 개인적 의미를 부여해 주는 자기 관련된 구조의 성질과 구성에 따라서 개인마다 달라지는 것이다. 따라서, 가능한 자기는 자기개념과 동기 사이를 연결해주는 개념이다(Oyserman & Markus, 1990a). 이와 같이 가능한 자기는 동기의 원천으로서, 일반화된 자기 효능감(Bandura, 1986), 효능성

(White, 1959), 능력(Harter, 1981; Phillips, 1984), 또는 통제감(Burger, 1985; Lefcourt, 1976; Mischel & Mischel, 1977) 등을 포함하고 발생시키는 자기 관련된 내적 구조이다. 더욱이 가능한 자기는 개인의 중요감이나 몰입에 기여하거나 자기의 어떤 측면에 중심성을 부여해 준다(Oyserman & Markus, 1990a).

개인화된 목표의 표상으로서 가능한 자기를 강조하는 것은 또한 목표 효용성에 대한 발견들을 통합할 수 있게 해 준다. 예컨대, 분명하고 구체적인 목표는 모호하거나 일반적 의도보다 더 효과적이다(Locke 등, 1981). 이는 가능한 자기가 더욱 더 정교화 되어져서 나타나는 효과라고 설명할 수 있다. 또한 개인이 중요한 것으로 느끼거나 몰입했던 목표는 더욱 효과적인데(Lock, 1968), 왜냐하면 이런 목표는 자기 관련되고, 자기 정의적이며, 바라던 목표 상태의 결과가 자기와 관련된 하나의 단위로 더 쉽게 형성되어져서 나타나는 효과라고 설명할 수 있다(Ruvolo & Markus, 1989).

가능한 자기는 개인화된 동기로서 희망과 기대, 두려움과 위협을 자기 개념과 연결해주며, 경쟁적인 행동들 사이에서 특정 행동을 선택케 해주며, 선택된 행동을 추구하는 것 또한 개인이 지닌 가능한 자기의 성질에 달려 있다. 가능한 자기는 희망과 기대를 성취하기 위해 노력하고, 두려움을 피하기 위해 노력하도록 동기화하며, 자신의 행동을 조절해 준다. 그러므로 가능한 자기는 자신의 행동을 조직화하고 활력을 주는 미래 상태에서의 자기에 대한 구체적 표상이다(Ruvolo & Markus, 1989; Oyserman & Markus, 1990a; Wurf & Markus, 1991).

작용하는 자기개념

그러나, 자기와 관련된 모든 자기 지식이 항상 활용되어 지는 것은 아니다. Markus(1986)는 일정한 시점에서 행동을 조절하는데 작용하는 자기개념은 모든 자기 개념들 중의 일부 하위집합에 한정된다고 가정한다. 따라서, 가능한 자기는 작용하는 자기개념(working self-concept)의 한 부분이 될 때에만 기능할 수 있다(Markus & Ruvolo, 1989).

작용하는 자기개념이란 특정 순간에 접근 가능해서 기능하게 되는 자기개념으로서, 모든 활용 가능한 자기표상들 중에서 추출된 하위 집합이다. 따라서 작용하는 자기개념은 자기 자신에 대한 표상들의 전집에서 나온 편향된 표본이며, 자기개념의 많은 가능한 변형(version)들 중 하나일 뿐이다. 작용하는 자기개념은 계속적으로 활동하고 접근 가능한 자기 표상의 방향으로 관련 표상들의 배열을 이동시키게 된다(Markus & Nurius, 1986; Ruvolo & Ruvolo, 1989; Ruvolo & Markus, 1992). 이때, 어떤 중요한 자기 관련 사건에 의해 자기 표상이 자극을 받거나, 또는 어떤 사건이나 상황에서 개인이 의도적으로 자기 표상을 활성화시키게 되면, 이 표상들은 작업 기억(working memory)에서 활동하게 된다(Ruvolo & Markus, 1989; Ruvolo & Markus, 1992).

작용하는 자기개념은 수행을 조절하는 효과를 갖는 것으로 가정된다. 즉, 자기와 관련된 이미지나 감각 및 가능성 등의 개념은 특정 결과나 목표를 추구할 때 그 사람의 행동을 조직화한다. 그러나, 행동을 조절하는 방식은 수행

에 대한 준비와 시작 당시의 작용하는 자기개념의 내용에 달려 있다. 예컨대, 작용하는 자기개념이 경쟁적이거나 불일치 하는 자기 표상이 거의 없이 긍정적인 것들로만 배열된다면, 다양한 방식으로 수행을 향상시킬 수 있다.

구체적으로, 개인이 목표에 접근할 때에는 긍정적인 가능한 자기가 작용하는 자기개념을 주로 지배하게 된다. 긍정적인 가능한 자기가 지속되고, 경쟁적이거나 불일치 하는 가능한 자기가 일시적으로 억압될 수 있는 한, 그 사람의 활동은 긍정적인 가능한 자기에 의해 초점이 맞춰지고 따라서 활력적이며 조직화된다. 이 조직화의 결과는 활성화된 가능한 자기와 일치하는 자극방향으로 정보처리가 편향된다는 것이다. 이때, 다른 경쟁적인 가능한 자기는 덜 접근 가능해 지며, 따라서 개인이 현상학적으로 경험하게 되는 측면은 계획성, 유능감, 또는 효능성 등이 된다. 반면에, 두려워하는 가능한 자기가 작용하는 자기개념을 지배하게 되면, 적어도 긍정적 가능한 자기가 확보되어 부정적 자기에 대항할 수 있을 때까지 수행은 분열되고 손상 받을 수 있다(Ruvolo & Markus, 1989, 1992).

더 나아가 가능한 자기를 상상하는 것은 목표 상태와 관련된 어떤 정서를 예측하게 하고 이 정서를 실제로 경험할 수도 있게 한다. 그리고 그 정서가 긍정적인지 부정적인지에 따라 후속 행동에 힘을 주거나 저하시킬 수 있다. 또한 가능한 자기를 상상함으로써 시각적, 청각적 및 운동감각으로 또는 마음속에서 느끼는 미래의 자기에 대한 어떤 표상을 회복할 수 있다(Ruvolo & Markus, 1989, 1992).

가능한 자기에서의 균형

지금까지, 대부분의 연구는 긍정적인 자기 개념에 집중되어 왔다(Wurf & Markus, 1991). 따라서, 많은 연구들은 긍정적이고 성취 가능한 목표가 좋은 수행에 필수적이라는 것을 제안하고 있다. Markus(1986)의 이론에서도 작용하는 자기 개념이 긍정적인 자기를 지니고 있는 정도에 따라 행동이 효과적으로 조절된다는 것을 강조하고 있다. 긍정적인 가능한 자기가 작용하는 자기 개념에서 활동할 때 직접적으로 행동에 도움이 되는데, 이는 긍정적 가능한 자기의 접근성이 더 높아지기 때문이다(Wurf & Markus, 1991). Bandura 역시 그의 자기 효능성 이론(1986)에서, 자신의 현재 능력에 대한 신념 즉, 자기 효능성이 높은 사람은 긍정적인 결과가 가능할 뿐만 아니라 그들에게 긍정적 결과가 가능할 것이라는 사실을 믿는다고 주장한다. 또한 긍정적 결과에 대한 신념은 노력을 증가시키고 따라서 수행을 높인다. 즉, 자신의 지각된 효능성이 강할수록 더 많은 노력을 들일 것이고, 어떤 과제에서 더 오래 지속한다는 것이다(Bandura, 1986). 또한, Carver 등(1979)도 주어진 과제에 대해 긍정적인 결과기대는 그 과제에서의 지속성의 증가 및 수행 향상과 관련된다는 것을 보여주었다. 유사하게, Sherman 등(1981)은 철자 바꾸기(anagram)과제에서 성공을 기대하도록 하고 가설적인 성공을 설명하게 했던 피험자들이 실패를 가설화했던 피험자들보다 수행이 더 높다는 것을 발견하였다. 구체화된 긍정적인 목표와 그 목표를 성취할 수 있다는 믿음은 분명히 긍정적인 수행과 관련되어 있는 것 같다.

이와 같이, 많은 연구들이 전통적으로 긍정

적인 자기표상의 가치에만 초점을 맞추어 온 반면, 자기개념에서의 부정성에는 거의 주의를 기울여 오지 않았다(Oyserman & Markus, 1990a). 그러나, 최근의 다양한 연구들은 부정적인 자기 관련 표상이 해롭다기 보다는 실제로 인간의 행동을 통제하는데 유용할 수 있다는 것을 시사해 주고 있다(예, Cantor 등, 1987; Oyserman & Markus, 1990a). 우리는 흔히 일상 생활 속에서 어떤 목표를 가지며, 이때 자신이 기대하는 바람직한 상태를 이루었을 때의 자신뿐만 아니라 실패했을 때의 자신의 대해서도 생각하게 된다.

가능한 자기의 성질을 상기해보면, 작용하는 자기개념에서 긍정적인 가능한 자기가 활성화 되면 효과적인 수행을 이룰 수 있는 반면, 부정적인 가능한 자기는 무엇을 하지 말아야 할지에 대한 지표만을 제공한다(Wurf & Markus, 1991). 그러나, 두려워하거나 비바람직한 상태와 관련된 부정적인 가능한 자기 역시 동기적으로 중요할 수 있다. 이것은 거부하거나 피해야만 할 목표 상태에 대한 이미지나 개념을 제공할 수 있다(Ruvolo & Markus, 1989; Oyserman & Markus, 1990b). 따라서, 부정적 가능한 자기는 다양한 행동들을 회피하게 할 수 있고, 행동의 철회 또는 금지나 억압을 가져올 수 있다.

그러나, 부정적 가능한 자기만으로는 과제 구체적인 수행을 조절할 수는 없다. 과제의 효과적인 수행은 긍정적인 가능한 자기의 접근 가능성과 긍정적인 자기를 실현하는 방법에 대한 지식을 함께 필요로 한다(Ruvolo & Markus, 1992). 따라서, 두려워하는 가능한 자기는 자기 관련된 긍정적이고 기대된 가능한 자기와 균형될 때 동기적 자원으로서의 효과를

가질 수 있다. 즉, 긍정적 가능한 자기와 부정적 가능한 자기가 균형을 이룰 때에는, 긍정적 가능한 자기는 부정적인 상태를 회피하기 위해 할 수 있는 일의 윤곽을 제시해 줄 수 있고, 반대로 부정적 가능한 자기는 만일 바라는 상태가 실현되지 않는다면 일어날 수 있는 것에 대한 표상들을 제공할 수 있기 때문에 더 강한 동기적 효과를 발휘할 수 있을 것이다(Oyserman & Markus, 1990a, 1990b).

가능한 자기가 균형될 때, 부정적 자기를 회피하려는 욕구는 동기에 계속 신호를 줄 것이고, 바람직한 가능한 자기의 추구를 계속하게 할 것이다. 유사하게, 긍정적이고 바람직한 상태와 관련된 자신에 대한 생생한 표상은 바람직하지 않은 상태를 회피하기 위한 동기를 높인다. 이와 같은 역동적 균형은 기대하는 가능한 자기나 두려워하는 가능한 자기 하나만을 때보다 더 강하고 지향적인 동기상태를 만들어 낸다(Oyserman & Markus, 1990a). 따라서, 어떤 특정 영역에서 성공과 함께 성공하지 못하는 자기에 대한 개인화된 표상들 즉, 기대하는 가능한 자기와 두려워하는 가능한 자기들이 균형된 사람들은 균형이 없는 사람들보다 동기적 자원을 더 많이 가지고 있기 때문에 이 영역에서 자신들의 행동에 대해 더 많은 동기적 통제를 지닐 수 있다(Ruvolo & Markus, 1989; Oyserman & Markus, 1990a, 1990b).

지금까지 가능한 자기와 관련된 연구들은 대부분 긍정적 가능한 자기와 부정적 가능한 자기가 각각 수행에 어떤 영향을 미치는지에 초점을 맞춰 왔다. 그러나, 부정적인 가능한 자기 역시 동기 요인으로서 유용할 수 있고, 따라서 가능한 자기의 균형이 행동의 통제 면에서 중요함을 보여준 연구는 청소년 비행(Oyserman & Markus, 1990a, 1990b) 및 학교 수행 장면의

연구(Oyserman 등, 1995) 등이 있었을 뿐이다. 그러나, 이들 연구들은 가능한 자기의 균형을 긍정적 가능한 자기만 활성화시켰을 때 또는 부정적 가능한 자기만 활성화시켰을 때 등과 비교하지 않았다는 점에서 가능한 자기에서의 균형이 실제로 최대의 동기적 효과를 갖는지의 의문을 가질 수 있다. 또한 위와 같은 연구들은 비행 청소년과 일반 학생들의 균형 정도를 비교한 것이 대부분이라는 점에서 가능한 자기의 균형이 과제수행에 미치는 효과를 직접적으로 다룬 연구라고 보기에는 한계점을 지닌다. 따라서, 본 연구의 목적은 비행 집단과 일반집단과 같이 예외적인 집단과의 비교가 아니라, 일반적인 집단을 대상으로 가능한 자기에서의 균형이 수행에 미치는 효과를 구체적인 과제 수행 지속시간이나 수행량 등을 측정하여 직접 검증하고자 하는 데 있다.

본 연구에서는 가능한 자기가 균형될 때 실제로 최대의 동기적 힘이 발휘되는지를 실제적인 과제수행을 통해 살펴보고자 하며, 이 때 가능한 자기 이론에서 말하고 있는 긍정적인 가능한 자기와 부정적인 가능한 자기, 양자가 균형된 조건, 및 가능한 자기가 없는 통제조건에서 활성화된 가능한 자기들이 성공 관련단어들이나 실패 관련단어들을 처리하는 반응시간에 어떤 효과를 미치는지 살펴볼 것이다.

Oyserman과 Markus(1990a)에 의하면, 어떤 특정한 가능한 자기는 같은 영역에서 상반되는 가능한 자기로 상쇄되거나 균형될 때 최대의 동기적 효과를 갖는다고 한다. 특정 영역에서 기대된 가능한 자기와 두려워하는 가능한 자기가 균형을 이루는 사람들은 균형이 없는 사람들보다 이 영역에서 행동에 더 많은 통제를 할

수 있는데, 이는 균형된 가능한 자기를 가지고 있는 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 가능한 자기들을 활용할 수 있게 하는 다양한 동기적 자원을 더 많이 가지고 있기 때문이다 (Ruvolo & Markus, 1989). 그리고, 사람들이 상반되는 가능한 자기들을 서로 상쇄시키기 위해 자신의 가능한 자기를 개인적으로 두렵거나 바라는 것으로 더 많이 정교화할수록, 그 특정 영역에서 동기의 통제력은 더 커질 수 있다.

이런 관점에서 볼 때, 가능한 자기에서의 균형의 개념은 Atkinson(1966)이 성취 동기 이론에서 제안한 성공 성취동기와 실패 회피동기와 관련하여 언급될 수 있을 것으로 보인다. Atkinson에 의하면, 최종 성취행동 경향성은 성취를 추구하는 성공 성취동기와 실패를 회피하려는 실패 회피동기의 총합에 의해서 결정되며, 두 구성 요소의 상대적 크기가 클수록 최종 성취행동 경향성은 커지게 된다. 이러한 주장은, 두려워하는 가능한 자기만으로는 어떤 효율적인 수행을 이끌어 내지 못하지만, 이것이 같은 영역의 긍정적인 가능한 자기와 짝지어질 때, 두려워하는 가능한 자기를 회피하려고 할 것이며 결국 더 강한 동기 상태를 만들어 낸다는 점과 일관된다.

Cross 등(1994)에 따르면, 어떤 수행에 대해 준비할 때 만들어 질 수 있는 가능한 자기가 더 생생하고 정교할수록 수행은 더 낫다고 주장하며, 이는 그 수행에 대해 요구되는 많은 일상적인 것들이 이미 예측과 시뮬레이션 과정을 통해 그 수행에 포함되어 있기 때문이라고 말한다. 따라서, 가능한 자기들은 기대된 자기와 두려워하는 자기로 균형 될수록 더 많은 동기적 자원을 가질 것이고 개인은 더 정교화된 자기 표상을 갖게 될 것이다. 이에 따라 기대된

가능한 자기를 성취하는 것뿐만 아니라, 이 가능한 자기의 성취를 위해서는 부정적인 가능한 자기를 회피해야 한다는 것에 대해 생생한 표상을 갖게 된다.

이처럼, 가능한 자기의 균형은 더 정교하고 생생한 자기 표상을 만들어 낼 수 있으며, 생생하게 표상된 자기는 이 자기와 관련된 영역을 중요하게 느끼게 하며 그 영역에 몰입하게 할 것이다. 또한 가능한 자기가 균형 되었을 때 어떤 과제가 주어진다면, 긍정적 가능한 자기를 달성하려는 동기와 부정적 가능한 자기를 회피하려는 동기로 인하여 전반적인 과제 수행동기는 더 커질 것이다. 따라서 자신이 하는 수행에 대한 노력은 증가될 것이고, 결론적으로 긍정적 가능한 자기만 활성화 됐을 때보다는 가능한 자기가 균형 되었을 때 수행이 더 높으리라는 것을 예상해 볼 수 있다. 지금까지의 논의들을 기반으로 하여 다음과 같은 가설을 도출하였다.

가설 1. 긍정적 가능한 자기와 부정적 가능한 자기가 서로 균형된 조건은 긍정적 가능한 자기만 활성화된 조건보다 a)수행 지속시간 및 b)수행량이 더 클 것이다.

가설 2. 긍정적 가능한 자기조건은 부정적 가능한 자기조건보다 a)수행 지속시간 및 b)수행량이 더 클 것이다.

가설 3. 긍정적 가능한 자기가 활성화된 조건들(균형조건과 긍정적 가능한 자기조건)은 긍정적 가능한 자기가 활성화되지 않은 조건들(부정적 가능한 자기조건과 통제조건)보다 a)수행 지속시간 및 b)수행량이 더 클 것이다.

가능한 자기는 작용하는 자기 개념의 한 부

분이 될 때 비로소 기능할 수 있다. 이것은 행동이 특정 순간에 활성화되는 가능한 자기에 의해 조절된다는 것을 의미한다. 즉, 미래의 자기를 긍정적 또는 부정적으로 상상하는 것은 성공이나 실패와 관련된 특정한 가능한 자기에 대한 접근성을 높여 주기 때문에, 작용하는 자기 개념의 내용이 긍정과 부정 중에서 어떤 가능한 자기로 구성되어지는냐는 후속 반응에 즉시적으로 영향을 주게 된다(Markus & Nurius, 1986; Ruvolo & Markus, 1989, 1992). 예컨대, 개인이 미래의 성공을 기대하고 상상하면 긍정적 가능한 자기가 활성화되기 때문에, 긍정적인 자기묘사에 대해서는 빠르게 그렇다고 반응하고, 부정적인 자기묘사에 대해서는 빠르게 아니라고 반응할 것이다. 반면에, 개인이 미래의 성공을 두려워하거나 실패를 상상하면 부정적 가능한 자기가 활성화되기 때문에, 긍정적인 자기묘사에 대해서는 빠르게 아니라고 반응하고, 부정적인 자기묘사에 대해서는 빠르게 그렇다고 반응할 것이다.

다시 말해, 성공적인 자기를 상상하는 과정은 구체적으로 미래의 자기를 떠올리게 하고 성공적인 자기를 만들게 함으로써 성공관련 자기 정보에 대한 접근성을 높이게 되며, 반면에 실패적인 자기를 상상하는 과정은 실패관련 자기 정보에 대한 접근성을 높이게 된다. 따라서, 자신의 성공을 상상하는 사람들은 그렇지 않은 사람들보다 그들에게 가능한 것과 가능하지 않은 것에 관해 더 분명한 개념을 갖게 된다. Lips(1994)의 연구에서도 수학 또는 과학분야에 대해 긍정적인 도식을 갖고 있는 집단은 긍정적인 수학/과학적인 자기 묘사에서 예라고 하는 반응이 더 빠르게 나타났으며, 부정적인 도식을 지닌 집단은 부정적인 수학/과학적 자기

묘사에서 예라고 하는 반응이 더 빠르다는 것을 관찰하였다.

그렇다면, 긍정적 가능한 자기와 부정적 가능한 자기가 모두 활성화된 균형조건에서는 어떤 반응시간의 패턴이 어떤 형태를 취하게 될 것인가? 자기와 관련된 정보 처리과정은 활성화된 가능한 자기와 일치되는 자극 방향으로 편향될 것이며, 미래 상태의 자기에 대한 분명한 이미지나 개념, 또는 의미를 갖고 있는 사람들은 이 미래 상태와 관련된 접근 가능한 단서들을 더 많이 갖게 될 것이다. 가능한 자기에서의 균형은 같은 영역에서 기대하는 자기뿐만 아니라 이것을 성취하지 못했을 때의 두려워하는 가능한 자기가 함께 짝지어지는 것이다. 이것은 자신이 기대하는 긍정적인 자기와 이것을 이루지 못했을 때의 부정적인 가능한 자기 모두에 대해 생생한 표상을 가지고 있음을 의미하며, 따라서 개인으로 하여금 좀 더 분명하고 생생하게 미래의 자기를 구체적으로 생각할 수 있도록 해 준다. 가능한 자기에서의 균형은 특정 영역에서 자기와 관련된 중요하고 긍정적인 정보나 또는 회피해야 할 부정적인 정보 모두를 활성화시킬 것이며, 정보 처리과정은 활성화된 가능한 자기와 일치되는 자극 방향으로 편향되므로, 긍정적 및 부정적인 미래 상태와 관련된 접근 가능한 단서들을 더 많이 가질 것이다. 그러므로 긍정적인 가능한 자기만이 활성화되었을 때와 마찬가지로 긍정적인 자기와 관련된 정보처리를 촉진할 수 있을 것이다.

한편, 가능한 자기는 더 커다란 자기 도식의 한 요소로서 기능하여 자기에 관한 지식을 조직화할 것이며, 어떤 특정 영역에서 도식적인 사람은 더 많은 균형을 보이므로(Markus &

Ruvolo, 1989), 가능한 자기가 균형 되어 있는 사람들은 긍정적인 가능한 자기뿐만 아니라 이것을 이루기 위해 회피해야 할 부정적인 가능한 자기와 관련된 단서들에 대해서도 정교화된 도식을 갖고 있을 것이다. 즉, 가능한 자기에서의 균형은 중요한 긍정적인 자기와 회피해야 할 자기에 관한 자기 지식들을 더 분명하게 조직화 할 것이다. 이 조직화의 결과, 자기와 관련된 부정적인 정보가 활성화되었을지라도 이것이 긍정적 측면들과 균형을 이루기 때문에, 결국 긍정적인 자기 관점을 유지할 수 있을 것이다. 그렇다면, 긍정과 부정의 가능한 자기가 균형될 때에는 부정적인 자기와 관련된 단서나 정보들이 활성화될지라도 이것과 균형된 긍정적인 자기가 동시에 활성화되기 때문에, 긍정적인 정보에 대해 빠르게 인정할 뿐만 아니라, 부정적인 정보에 대해서도 자신의 모습이 아니라고 더 빨리 거부할 수 있을 것이다. 이상과 같은 논의에 기반하여 다음의 가설들이 설정되었다.

가설 4. 균형된 가능한 자기조건은 부정적 가능한 자기조건 보다 성공 관련단어들에 대해 '가능한'이라고 답하고 실패 관련단어들에 대해 '가능하지 않은'이라고 답하는 반응시간이 더 빠를 것이다.

가설 5. 긍정적 가능한 자기조건은 부정적 가능한 자기조건 보다 성공 관련단어들에 대해 '가능한'이라고 답하고 실패 관련단어들에 대해 '가능하지 않은'이라고 답하는 반응시간이 더 빠를 것이다.

가설 6. 긍정적 가능한 자기가 활성화된 조건들(균형조건과 긍정적 가능한 자기조건)은

긍정적 가능한 자기가 활성화되지 않은 조건들(부정적 가능한 자기조건과 통제조건)보다 성공 관련단어들에 대해 '가능한'이라고 답하고 실패 관련단어들에 대해 '가능하지 않은'이라고 답하는 반응시간이 더 빠를 것이다.

방 법

피험자

서울에 소재한 대학교에서 심리학 개론 강의를 수강하는 학부생들 중에서 실험 참가를 희망하는 76명의 학생들을 대상으로 실험을 실시하였다. 피험자들은 전체 4개의 실험 조건(균형된 가능한 자기 조건, 긍정적 가능한 자기 조건, 부정적 가능한 자기 조건, 통제 조건)에 19명씩 무선적으로 배치되었다.

실험 설계

균형조건, 긍정조건, 부정조건 및 통제조건을 모두 피험자간 변인으로 설정한 일원 완전 무선 피험자간 설계가 사용되었다.

실험 절차

실험의 전 과정은 Delphi(version 5.1)를 사용하여 사전에 프로그래밍 되었다. 피험자가 컴퓨터 앞에 앉으면 실험자는 제시되는 화면에 따라 본 연구는 한 기업의 의뢰에 따라 개발 중인 입사적성검사의 타당화 연구이며, 모두 4가지 과제를 할 것이라고 설명하였다. 상상 작업을 통해 가능한 자기를 활성화시키고자 하였

기 때문에, 피험자들에게 첫번째 과제로 상상력 훈련을 통해 상상력을 향상시킬 수 있는지 알아보는 상상력 과제를 실시하겠다고 이야기해 주었다. 피험자들은 화면에 제시된 문장을 따라 읽은 후, 1분 동안 그 상황이 자신의 실제 모습인 것처럼 상상하도록 하였으며, 이 과정이 두 번 반복되었다. 상상했던 모습을 잘 활성화시키기 위해 상상 후에 피험자들로 하여금 앞에 준비된 종이 위에 그들이 상상했던 모습을 글로 기술하도록 하였다.

상상 조작이 끝난 후, 성공 또는 실패 관련 단어들에 대한 반응시간을 측정하기 위해 자기 기술 과제를 실시하였는데, 과제 전에 마우스를 사용하는데 서투르거나 불편함이 없는지 알아보기 위해 연습 삼아 화면에 표시된 1번과 2번 단추를 3번씩 번갈아 눌러보게 하였다. 자기 기술 과제가 끝난 후, 상상 조작의 효과를 강화하기 위해 앞에서 제시했던 상상력 과제의 지시문이 화면에 다시 제시되었다. 피험자들은 이를 소리내어 읽음으로써 상황을 다시 한 번 상상하는 기회를 가졌다.

제시된 상황의 반복된 상상이 끝나면 수행 과제로 넘어가게 된다. 두 가지의 수행과제 중 노력 과제를 먼저 하도록 하였다. 이 노력 과제는 문자지각력 과제라고 설명하였다. 다음으로 피험자들은 지속 과제를 하게 되며, 이 과제는 UK(Uchida-Kreaplin Test)과제로서 두뇌 능력을 개발하는데 유용한 것이라고 알려 주었다. 피험자들은 수행 방법에 대한 설명을 듣고, 2줄의 연습시행을 한 후, 본 시행으로 들어가게 된다. 지속 과제가 끝나고 나면, 실험자는 실험의 보조 자료로 사용하기 위한 것이라고 설명한 후, 조작체크를 위한 질문지를 제시하여 피

험자들이 각 문항에 응답하도록 하였다.

독립변인 조작

각 실험 조건에 해당하는 가능한 자기는 상상 조작을 통하여 활성화되도록 하였다. 피험자들에게는 실험의 의도를 모르도록 하기 위해 상상력 훈련과제라고 알려 주었다. 피험자들로 하여금 상상하는 자신의 모습을 실제 자신의 모습으로 생각하고 그 모습에 몰입할 수 있도록 하기 위해 두 번에 걸쳐서 상상 조작이 이루어졌는데, 먼저 특정 영역의 모습이 아닌 각 조건에 대한 일반적인 모습을 상상하게 하였고, 두 번째로 각 조건에 따른 특정한 모습을 상상하도록 하였다.

균형 조건: 자, 지금부터 미래의 자신이 아주 성공적이거나 어떤 목표를 달성하는 모습을 머릿속에 그려 보십시오. 그러나 당신이 열심히 노력하지 않는다면 실패하거나 목표를 이루지 못하는 모습도 있을 수 있습니다. 그래서 이런 미래의 자신의 모습을 피하려고 노력하는 모습을 머릿속에 그려보십시오. (1분 동안 상상한 후 다음과 같은 특정한 모습을 상상케 함) 나는 앞으로 제시될 과제들에 대한 실험자의 지시를 잘 듣고 그대로 따르며 과제들을 최선을 다해 열심히 했다. 모든 것이 순조롭게 진행되었고 그 결과 실험 과제들에서 높은 점수를 받았다. 그래서 가산점을 얻어 A+의 좋은 학점을 얻게 되었다. 그러나, 모든 것이 뜻대로 되지 않는다면 결국 실험과제에서 형편없는 점수를 받아서 가산점을 얻지 못하고, 시험도 잘 치르지 못해 D라는 학점을 받아 좌절감을 느끼지 않을 수 없다. (1분 동안 상상한 후 상상한 내용을 글로 적음)

긍정 조건: 자, 지금부터 미래의 자신이 아주 성공적이거나 어떤 목표를 달성하는 모습을 머릿속에 그려보십시오. (1분 동안 상상한 후 다음과 같은 특정한 모습을 상상케 함) 나는 앞으로 제시될 과제들에 대한 실험자의 지시를 잘 듣고 그대로 따르며 과제들을 최선을 다해 열심히 했다. 모든 것이 순조롭게 진행되었고 그 결과 실험 과제들에서 높은 점수를 받았다. 그래서 가산점을 얻어 A+의 좋은 학점을 얻게 되었다. (1분 동안 상상한 후 상상한 내용을 글로 적음)

부정 조건: 자, 지금부터 미래의 자신이 아주 실패했거나 어떤 목표를 이루지 못해 좌절하는 모습을 머릿속에 그려보십시오. (1분 동안 상상한 후 다음과 같은 특정한 모습을 상상케 함) 나는 앞으로 제시될 과제에 대한 실험자의 지시를 잘 듣고 그대로 따르며 최선을 다해 열심히 했지만 모든 것이 뜻대로 되지 않았고 당황스러워 결국 실험과제에서 형편없는 점수를 받았다. 그래서 가산점을 얻지 못했고 시험도 잘 치르지 못해 D라는 학점을 받아 좌절감을 느끼지 않을 수 없었다. (1분 동안 상상한 후 상상한 내용을 글로 적음)

통제 조건: 자, 지금부터 학과 사무실이 있는 건물을 머리 속에 그려보십시오. 지금부터 건물 입구에서부터 제일 위층까지 복도와 계단을 따라갑니다. 그 건물을 차근차근 탐색하면서 제일 위층까지 갔다가 다시 건물 밖으로 나오고 있습니다. (1분 동안 상상한 후 다음과 같은 특정한 모습을 상상케 함) 한 뉴런과 다른 뉴런의 연결 부위를 시냅스라고 부른다. 시냅스는 축색종말과 수상돌기 사이에 형성되기도 하고 축색종말과 세포체 사이에 형성되기도 한다. 시냅스를 통해 한 뉴런의 신호가 다른 뉴런

으로 전달된다. (1분 동안 상상한 후 상상한 내용을 글로 적음)

실험 과제

자기-기술 과제: 이 과제는 상상 조작 후 바로 그 순간에 어떤 가능한 자기가 접근 가능한지를 평가하기 위한 것으로 기존의 Markus가 사용했던 과제와 같은 방식을 사용하였다. 즉 어떤 행동이나 상태를 나타내는 단어들이 컴퓨터 화면에 제시되면 각 단어들에 대해 “나에게 가능한” 또는 “나에게 가능하지 않은” 이라고 반응하는 것이다. 각 단어들은 한 번에 하나씩 제시되며 피험자들이 마우스를 사용하여 2개의 단추 중 하나를 누를 때까지 화면에 남아있다. 피험자들은 제시된 단어가 미래의 자신에게 적절하거나 자신을 묘사하는 것이라고 생각하면 1번 단추를, 제시된 단어가 미래의 자신에게 적절하지 않거나 자신을 묘사할 수 없는 것이라고 생각하면 2번 단추를 마우스로 눌러 반응하게 되며, 피험자들의 반응과 반응시간은 컴퓨터에 자동적으로 저장된다. 자극 단어는 3가지 범주로 나뉘어 지며 다음과 같다.

1) 성공과 관련된 단어 16개 : 지혜로운, 긍정적인, 책임감 있는, 판단력있는, 발전하는, 부지런한, 능력있는, 자신있는, 신뢰로운, 풍족한, 현명한, 인정받는, 주관있는, 성공한, 성취한, 적극적인

2) 실패와 관련된 단어 16개 : 게으른, 불안한, 실패자, 무책임한, 소외된, 무기력한, 귀찮아하는, 할 일 없는, 실업자, 생각없는, 짜증나는, 무능력한, 무관심한, 비관적인, 의욕없는

3) 통제 단어 8개 : 영화보는, 산책하는, 걷고있는, 점심먹는, 안경쓴, 이야기하는, 손을 씻는, 버스타는

이상의 자극 단어들은 다음과 같은 과정을 거쳐서 선정되었다. 먼저 심리학 개론을 수강하는 80명의 학부생들을 대상으로 성공과 관련된 자신의 긍정적인 모습과 실패와 관련된 자신의 부정적인 모습을 나타내는 단어들이나 어구를 10개씩 쓰도록 하여 3번 이상의 빈도를 나타낸 89개의 단어들을 추출하였다. 또 다른 학부생 56명에게 이 단어들을 제시하여 각 단어가 성공적인 사람과 관련된다면 +1에서 +4에, 실패한 사람과 관련된다면 -1에서 -4에 표시하고, 성공이나 실패와 관련이 없다면 0에 표시하도록 하여, 전체 9점 척도 상에서 관련 정도를 평정하도록 하였다. 평정결과 평균이 +2.0 이상인 16개의 단어들을 성공 관련단어로, 평균 -2.0 이하인 16개의 단어들을 실패 관련단어로 선정하였으며, ±0.8을 넘지 않는 8개의 단어들을 통제 단어로 사용하였다. 이렇게 선정된 단어들의 각 범주별 평균과 표준편차 표 1에 제시되어 있다. 반응시간은 자극 재료가 제시되면서부터 피험자가 마우스 단추를 누르기까지의 시간을 측정하였다.

노력 과제: 가능한 자기가 과제 수행에 미치는 동기적 효과를 알아보기 위해 두 가지 과제가 사용되었는데, 하나는 수행의 양을 측정하는 노력 과제였으며, 다른 하나는 수행의 지속시간을

측정하는 지속 과제였다. 여기서 수행의 양과 수행의 지속시간을 측정하는 것은 동기의 속성 중 강도와 지속성이라는 동기의 두 가지 측면을 모두 살펴보기 위함이다. 특정 행동이 강도 높게 활성화되어 그 행동에 선택적인 노력이 투입되고, 그 행동이 계속해서 지속된다면 그 행동을 실행하는 동기는 높다고 말할 수 있다.

노력 과제는 2개의 화면으로 구성되어 있으며, 각 화면에는 두 음절 단어가 15행 17열로 총 289개의 단어들이 나열되어 있다. 피험자가 할 일은 6분 동안 마우스를 사용하여 “ㄴ”이 포함된 단어를 가능한 한 많이 클릭하는 것이다. 첫 화면에서 “ㄴ”이 포함된 단어를 다 찾았다고 생각하면 “계속” 버튼을 눌러 다음 화면에서 계속 작업하게 되며, 6분이 지나면 신호음과 함께 자동적으로 종료 화면으로 바뀌도록 하여 더 이상 찾을 수 없도록 하였다.

지속과제: 지속과제로는 ‘UK’검사 방식을 사용하였다. 이 UK검사의 과제는 일련의 숫자열이 제시되면 숫자들을 두 개씩 연속적으로 더하는 것인데, 이때 더한 합이 10이 넘으면 끝자리 숫자만 쓰도록 하는 것이다. 한 화면에는 16개의 숫자가 제시되었고, 처음 2개의 숫자의 합을 입력하면 다음 칸으로 계속 이동하여 다음 숫자들의 합을 입력하도록 하였다. 제시된 숫자열을 다 수행하고 나면 다음 화면이 나타나고 같은 형식의 다른 숫자열이 다시 제시된다. 이 때, 숫자가 입력되는 즉시 다음 숫자들로 넘어가도록 함으로써 답을 고칠 수 있는 기회를 제공하지 않았으며, 본 시행 전에 연습시행으로 2줄의 숫자들을 수행하도록 하여 피험자가 과제를 이해하지 못해 당황하지 않도록 하였다. 피험자가 원하는 시간 동안 과제를 수행하다가 자유롭게 ENTER키를 치면 종료

표 1. 자극단어들의 성공/실패 관련성에 대한 평정치의 평균과 표준편차

	성공관련단어	실패관련단어	통제단어
<i>M(SD)</i>	2.87(0.26)	-2.65(0.43)	0.03(0.43)

되도록 하였으며, 처음 숫자를 입력하면서부터 ENTER키를 누를 때까지의 시간이 저장되어 지속시간이 측정된다.

종속 변인의 측정

세 가지 과제를 통해 다음과 같은 세 가지 종속변인이 측정되었다.

1) 반응시간: 자기-기술 과제에서 성공 관련 단어에 대해 가능하다고 답한 반응시간과 실패 관련단어들에 대해 가능하지 않다고 답한 반응시간을 1/1000초 단위로 측정하였다.

2) 수행량: 노력 과제에서 6분 동안 피험자가 “L”이 포함된 단어를 정확하게 찾아낸 단어의 수로 측정하였다.

3) 수행 지속시간: 피험자가 지속 과제를 시작하여 첫 숫자를 입력한 직후부터 종료하고자 Enter키를 치기까지의 시간을 측정하였다.

결 과

독립변인 조작 효과

모든 조건에서 독립 변인의 조작체크를 위해 사용한 문항들은 동일하며, 각 문항에 진술된 내용이 자신에게 해당되는 정도를 7점 척도(1점 : 전혀 그렇지 않다, 7점 :매우 그렇다)로 표시하게 하였다. 문항들은 긍정적인 가능한 자기가 활성화되었는지를 확인하기 위한 3문항과 부정적인 가능한 자기가 활성화되었는지를 확인하기 위한 3문항으로 총 6문항을 사용하였다. 각 문항의 내용은 아래와 같다.

1) 긍정적인 가능한 자기의 활성화에 대한 조작체크 문항

· 상상력 훈련 과제에서 제시되었던 상황에서 내가 상상했던 나의 모습은 긍정적인 모습이 포함되어 있었다.

· 상상력 훈련 과제에서 제시되었던 상황에서 내가 상상했던 모습은 나의 성공적인 모습이 포함되어 있었다.

· 앞 실험에서 제시되었던 모습을 상상할 때 나의 성공적인 모습에 대해서 앞으로 그렇게 되어야겠다고 생각하면서 상상했다.

2) 부정적인 가능한 자기의 활성화에 대한 조작체크 문항

· 상상력 훈련 과제에서 제시된 내가 상상했던 모습에는 나의 부정적인 모습이 포함되어 있었다.

· 상상력 훈련 과제에서 내가 상상했던 나의 모습은 내가 피해야 할 모습이 포함되어 있었다.

· 앞 실험에서 제시되었던 모습을 상상할 때 나의 실패한 모습에 대해서 앞으로 그렇게 되지 말아야겠다고 생각하면서 상상했다.

이 문항들이 긍정적인 가능한 자기와 부정적인 가능한 자기의 활성화를 나타내는 2가지 요인으로 묶일 수 있는지 알아보기 위해 요인분석을 하였으며, 요인분석 결과 의도했던 대로 긍정적인 가능한 자기와 부정적인 가능한 자기의 두 요인으로 각각 3개의 문항들끼리 묶였다(요인1의 Cronbach α =0.89, 고유치=2.49, 요인2의 Cronbach α =0.79, 고유치=1.65). 따라서, 이들 문항의 측정치들을 각 요인별로 합쳐서 그 평균값을 독립변인의 조작체크를 위한 측정치로 사용하였다.

긍정적인 가능한 자기의 활성화를 나타내는 조작체크 문항에 대한 결과를 보면, 긍정적 가능한 자기가 활성화된 조건들(균형조건 및 긍정조건)과 긍정적 가능한 자기가 활성화되지 않았던

조건들(부정조건과 통제조건) 간에 유의한 차이가 나타났다, $F(1,72)=73.26, p<.01$. 반면에, 균형 조건과 긍정조건 간에는 유의한 차이가 없었고, 부정조건과 통제조건 간에도 유의한 차이가 없었다. 이렇게 긍정적 가능한 자기가 활성화된 조건들과 긍정적 가능한 자기가 활성화되지 않은 조건들 간의 차이만 유의하게 나타났으므로, 긍정적 가능한 자기의 활성화는 성공적으로 조작되었다.

부정적인 가능한 자기의 활성화를 나타내는 조작체크 문항에 대한 결과를 보면, 부정적 가능한 자기가 활성화된 조건들(균형조건 및 부정조건)과 부정적 가능한 자기가 활성화되지 않았던 조건들(긍정조건과 통제조건) 간에 유의한 차이가 나타났다, $F(1,72)=46.82, p=.00$. 반면에, 균형 조건과 부정조건 간에는 유의한 차이가 없었고, 긍정조건과 통제조건 간에도 유의한 차이가 없었다. 이처럼 부정적 가능한 자기가 활성화된 조건들과 부정적 가능한 자기가 활성화되지 않은 조건들 간의 차이만 유의하게 나타났으므로, 부정적 가능한 자기의 활성화 또한 성공적으로 조작되었다.

수행 지속시간에 미치는 효과

지속과제에서의 조건별 수행 지속시간의 평균과 표준편차가 표 2에 제시되어 있으며, 이에 대한 사전비교 분석 결과가 표 3에 제시되어 있다.

표 2. 수행 지속시간의 평균과 표준편차

	균형조건	긍정조건	부정조건	통제조건	전체
M	373.37	236.53	175.63	209.37	248.72
SD	143.91	103.63	76.29	103.83	131.34

표 3. 수행 지속시간의 사전비교 분석

사전비교	자유도	자승합	평균자승합	F	p
균형vs긍정	1	177894.74	177894.74	14.81	0.00
긍정vs부정 (균형+긍정)	1	35227.61	35227.61	2.93	0.09
vs(부정+통제)	1	240243.80	240243.80	20.00	0.00
오차	72	864964.00	12013.39		

[가설 1a] 에서 언급한 대로, 균형 조건의 피험자들이 긍정 조건의 피험자들보다 과제 수행을 유의하게 더 오래 지속했다는 것을 알 수 있다, $F(1,72)=14.82, p=0.00$. 반면에, 긍정 조건의 피험자들이 부정조건의 피험자들 보다 수행이 더 높을 것이라는 [가설 2a] 에 대해서는 두 조건간의 차이가 유의도 수준에 미치지 못한 것으로 나타났다, $F(1,72)=2.93, p=0.09$. 그러나 표 2의 평균들 볼 때, 긍정 조건의 피험자들이 부정 조건의 피험자들 보다 과제를 더 오랫동안 수행하는 경향이 있음을 알 수 있다. 한편, 긍정적 가능한 자기를 활성화시킨 조건들(균형+긍정)과 긍정적 가능한 자기를 활성화시키지 않은 조건들(부정+통제) 간에는 유의한 차이가 나타나서, $F(1,72)=20.00, p<.001$, [가설3a] 가 지지되었다. 이와 같은 결과들을 그림으로 나타내면 다음의 그림 1과 같다.

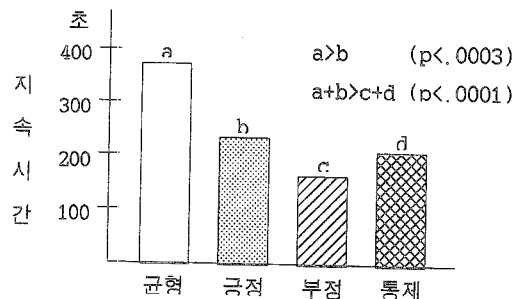


그림 1. 지속과제에서의 조건별 평균 수행 지속시간

수행량에 미치는 효과

노력과제에서의 조건별 수행량의 평균과 표준 편차가 표 4에 제시되어 있으며, 이에 대한 사전 비교 분석 결과가 표 5에 제시되어 있다.

노력 과제에 있어서는, 변량분석 결과 조건들간에 수행량에 있어서 유의한 차이가 나타나지 않았다. 따라서, 노력 과제에서는 균형 조건이 긍정 조건의 피험자들보다 수행량이 더 클 것이라는 [가설 1b]와 긍정 조건은 부정 조건보다 수행량이 더 클 것이라는 [가설 2b] 및 긍정적인 자기를 활성화시킨 조건들이 긍정적 가능한 자기를 활성화시키지 않은 조건들보다 수행량이 더 클 것이라는 [가설 3b]가 모두 지지되지 않아 지속 과제에서의 수행 지속시간과는 아주 다른 결과를 나타내고 있다. 이러한 결과는 과제가 가능한 자기의 유형에 따라 수행량에 차이를 나타낼 수 있을 만큼 민감하지 않았기 때문인 것으로 보이며, 이에 관해서는 논의 부분에서 자세히 언급하기로 한다.

표 4. 수행량의 평균과 표준 편차

	균형조건	긍정조건	부정조건	통제조건	전체
<i>M</i>	170.53	165.16	172.84	161.05	167.41
<i>SD</i>	19.63	17.53	18.16	27.22	21.09

표 5. 수행량의 사전비교 분석

사전비교	자유도	자승합	평균자승합	<i>F</i>	<i>p</i>
균형vs긍정	1	279.18	279.18	0.63	0.42
긍정vs부정 (균형+긍정)	1	560.95	560.95	1.27	0.26
vs(부정+통제)	1	16.12	16.12	0.04	0.84
오 차	72	31752.63	441.01		

자기관련 정보처리에 미치는 효과

각 조건별로 성공관련 단어들에 대해 '나에게 가능한'이라고 반응한 시간의 평균과 표준편차가 표 6에, 사전비교의 결과는 표 7에 제시되어 있으며, 실패관련 단어들에 대해 피험자들이 '나에게 가능하지 않은'이라고 반응한 시간의 평균과 표준 편차가 표 8에, 사전비교의 결과는 표 9에 제시되어 있다.

표 6. 성공 관련 단어들에 대해 가능하다고 답한 반응시간의 평균과 표준편차(1/1000 초)

	균형조건	긍정조건	부정조건	통제조건	전체
<i>M</i>	1284.8	1192.8	1505.2	1545.4	1382.0
<i>SD</i>	384.22	255.03	405.11	469.69	406.76

표 7. 성공 관련 단어들에 대한 가능하다고 답한 반응시간의 사전비교 분석

사전비교	자유도	자승합	평균자승합	<i>F</i>	<i>p</i>
균형vs부정	1	461581.11	461581.11	3.09	0.08
긍정vs부정 (균형+긍정)	1	927169.87	927169.87	6.21	0.01
vs(부정+통제)	1	1559866.99	1559866.99	10.44	0.00
오 차	72	24868668.50	345398.17		

표 8. 실패 관련 단어들에 대해 가능하지 않다고 답한 반응시간의 평균과 표준편차(1/1000 초)

	균형조건	긍정조건	부정조건	통제조건	전체
<i>M</i>	1614.3	1569.4	2057.3	2165.2	1851.6
<i>SD</i>	231.40	223.22	581.52	555.17	500.01

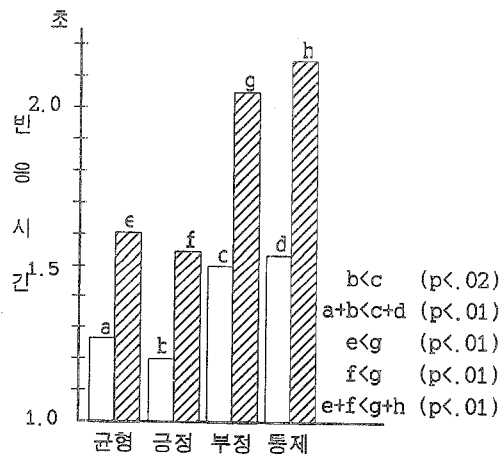
표 9. 실패 관련 단어들에 대해 가능하지 않다고 답한 반응시간의 사전비교 분석

사전비교	자유도	자승합	평균자승합	F	p
균형vs부정	1	1864762.34	1864762.34	9.95	0.00
긍정vs부정 (균형+긍정)	1	2261431.97	2261431.97	12.06	0.00
vs(부정+통제) 오차	72	5125417.16 32923787.16	5125417.16 457274.82	27.34	0.00

표 6의 평균을 보면, 균형 조건의 피험자들이 부정조건의 피험자들보다 성공 관련단어들에 대해 가능하다고 답한 반응시간이 더 빠르게 나타났지만, 표 7에서의 유의도 수준에는 조금 못 미치고 있다, $F(1,72)=3.09, p=.083$. 그러나, 표 9에서 볼 수 있는 것처럼, 균형 조건의 피험자들이 부정조건의 피험자들보다 실패 관련단어들에 대해 가능하지 않다고 답한 반응시간은 유의하게 더 빠른 것으로 나타났다, $F(1,72)=9.95, p=.0023$. 따라서, 균형조건은 부정조건 보다 성공 관련단어들에 대해 '가능한'이라고 답하고 실패 관련단어들에 대해 '가능하지 않은'이라고 답하는 반응시간이 더 빠를 것이라는 [가설 4]는 대체로 지지되었다. 한편, 표 7에서 볼 수 있듯이, 긍정적 가능한 자기를 활성화시켰던 긍정 조건이 긍정적 가능한 자기를 활성화시키지 않은 부정 조건보다 성공관련 단어들에 대해 '나에게 가능한'이라고 반응하는 시간이 유의하게 더 빠른 것으로 나타났다, $F(1,72)=6.21, p=.01$. 뿐만 아니라, 표 9에서는 긍정 조건이 부정 조건의 피험자들보다 실패관련 단어들에 대해 '나에게 가능하지 않은'이라고 반응하는 시간이 유의하게 더 빨랐음을 보여주고 있다, $F(1,72)=12.06, p=.00$. 이러한 결과는 긍정적 가능한 자기조건은 부정적 가능한 자기조건보다 성공 관련단어들에 대해 '가능한'이라고 답

하고 실패 관련단어들에 대해 '가능하지 않은'이라고 답하는 반응시간이 더 빠를 것이라는 [가설 5]를 지지하는 결과이다.

표 7을 보면, 긍정적 가능한 자기를 활성화시킨 조건들(균형 조건과 긍정조건)이 긍정적 가능한 자기를 활성화시키지 않은 조건들(부정조건과 통제 조건)과 비교했을 때 성공 관련단어들에 대한 반응시간이 유의하게 더 빨랐으며, $F(1,72)=10.44, p<.00$, 표 9를 보면 실패 관련단어들에 대한 반응시간 역시 유의하게 빨랐음을 알 수 있다, $F(1,72)=27.34, p<.00$. 이러한 결과는 긍정적 가능한 자기가 활성화된 조건들(균형조건과 긍정조건)은 긍정적 가능한 자기가 활성화되지 않은 조건들(부정조건과 통제조건)보다 성공 관련단어들에 대해 '가능한'이라고 답하고 실패 관련단어들에 대해 '가능하지 않은'이라고 답하



□ 성공 관련단어에 대해 '나에게 가능한'이라고 답한 반응시간
 ▨ 실패 관련단어에 대해 '나에게 가능하지 않은'이라고 답한 반응시간

그림 2. 성공 관련단어와 실패 관련단어에 대한 조건별 평균 반응시간

표 10. 통제 단어들에 대해 가능하다고 답한 반응시간의 평균과 표준편차 (1/1000 초)

	균형조건	긍정조건	부정조건	통제조건	전체
M	1758.8	1823.0	1953.0	1653.1	1796.9
SD	518.36	460.67	660.14	328.09	507.73

표 11. 통제 단어들에 대해 가능하다고 답한 반응시간의 조건별 차이검증

사전비교	자유도	자승합	평균자승합	F	p
균형vs긍정	1	39146.64	39146.64	0.15	0.69
균형vs부정	1	358209.76	358209.76	1.40	0.24
균형vs통제	1	106101.91	106101.91	0.41	0.52
긍정vs부정	1	160521.37	160521.37	0.63	0.43
긍정vs통제	1	274144.38	274144.38	1.07	0.30
부정vs통제	1	854218.04	854218.04	3.34	0.07
조작vs통제	1	524252.53	524252.53	2.05	0.15
오차	72	5598374.56	633310.76		

추가적으로, 성공 관련단어도 아니고 실패 관련단어도 아닌 통제단어들에 대해서는 가능한 자기의 조건에 관계없이 반응시간에 아무런 차이도 나타나지 않는지 분석해 보았다. 통제단어들에 대한 반응시간의 평균과 표준편차가 표 10에 제시되어 있으며, 이들에 대한 조건별 차이검증 결과가 표 11에 제시되어 있다.

표 10에 제시된 바와 같이, 통제단어들에 대한 반응시간에서는 어느 조건 간에도 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 즉 균형조건, 긍정조건, 및 부정조건과 같이 긍정적 가능한 자기든지 부정적 가능한 자기가 활성화된 조건들(조작 집단들)과 아무런 가능한 자기도 활성화시키지 않았던 통제조건 간에는 통제단어들에 대한 반응시간에서 유의한 차이가 없었다.

논 의

본 연구의 목적은 Markus(1986)가 이론화한 가능한 자기 즉, 미래에 가능한 자기에 대한 표상과 수행과의 관계를 살펴보고자 했으며 특히 가능한 자기가 균형될 때 최대의 동기적 효용성을 갖는지 구체적인 과제 수행과 연결하여 검증하고자 한 것이다. 이에 대한 실험의 결과들을 요약해 보면 다음과 같다.

먼저 지속 과제에서의 결과를 보면 첫째, 같은 영역에서 긍정적 가능한 자기와 부정적 가능한 자기가 서로 균형된 조건은 긍정적 가능한 자기만 활성화된 조건보다 수행 지속시간이 더 길었다. 이러한 결과는 부정적인 가능한 자기라고 할 지라도 그것이 같은 영역의 긍정적 가능한 자기와 균형되는 경우에는 동기적 힘을 발휘한다는 것을 의미하며, 결국 양자가 균형될 때 최대의 동기적 효과가 있음을 보여주고 있다. 부정적 가능한 자기만으로는 과제 구체적인 수행을 조절할 수 없지만 이와 상반되는 긍정적인 가능한 자기를 함께 품고 있는 한 부정적인 자기 관련 표상이 해롭다기 보다는 수행을 향상시키는데 유용할 수 있다는 것을 함축하고 있는 것이다. 어떤 특정 영역의 부정적 가능한 자기는 이와 상반되는 긍정적 가능한 자기와 균형될 때 거부하거나 피해야만 할 자신의 이미지나 개념을 제공할 수 있으며, 목표에 불필요한 다양한 행동들을 회피하게 할 수 있음을 보여준다.

둘째, 긍정적 가능한 자기 조건이 부정적 가능한 자기조건보다 통계적 유의도 수준에는 약간 못 미쳤지만 전반적으로 지속과제에서 더 오랫동안 수행을 지속하는 경향이 있었다. 이는 기존의 가능한 자기에 관한 연구들과 본 연구의 절차가 약간 다른 때문으로 해석된다. 기존 연구들은 긍

정적인 가능한 자기와 부정적인 가능한 자기를 활성화하는데 있어서 어떤 특정 영역의 가능한 자기가 아니라 일반적인 성공과 실패와 관련된 가능한 자기를 상상하게 하였으므로, 부정적 조건의 경우 부정적이고 무기력하며 노력했지만 실패한 자신의 모습을 그려볼 수 있었을 것이다. 반면, 본 연구에서는 피험자인 학생들과의 관련성이 높도록 하기 위해 실험과제의 수행과 관련시켜 좋은 학점을 받거나 나쁜 학점을 받았다는 구체적인 영역의 가능한 자기를 상상하게 하였다. 따라서 학생들의 현재 자기와 더 밀접한 관련성이 형성되었을 것이고, 전반적인 자신의 실패를 상상하기보다는 단편적인 자신의 실패를 상상한 것이다. 때문에 부정 조건의 피험자들이 비록 자신의 부정적인 모습을 상상하였을지라도 이번 기회가 마지막은 아니며, 다음부터는 열심히 해서 그러한 자신의 모습이 되지 말아야겠다는 생각을 함께 할 가능성이 있다. 그러므로 그런 모습을 피해야겠다는 동기로 인해 긍정 조건과의 수행비교에서 수행이 더 낮기는 했으나 유의도 수준에는 약간 못 미친 것으로 보인다. 또한, 이러한 결과들로 미루어 보아 자신의 실패한 모습을 바꿀 수 있거나 개선할 수 있는 기회가 조금이라도 엿보인다면, 그것이 자신의 긍정적인 가능한 자기를 떠올릴 수 있게 하며 결국 동기로서 작용할 수 있는 것 같다.

셋째, 긍정적 가능한 자기를 활성화시킨 조건들 즉, 균형 조건과 긍정 조건은 긍정적 가능한 자기를 활성화시키지 않은 조건들인 부정 조건과 통제조건보다 수행이 높았다. 이러한 결과는 전반적으로 작용하는 자기 개념이 긍정적이거나 자신이 바라는 가능한 자기로 지배될 때에는, 부정적인 가능한 자기가 작용하는 자기 개념을 지배하거나 긍정적 가능한 자기가 활성화되지 않을 때 보다,

긍정적인 감정을 만들게 하고 수행해야 할 특정 과제를 더 효율적으로 수행할 수 있게 한다는 것을 보여주는 것이다. 따라서, 부정적인 가능한 자기만으로는 효과적인 수행이 일어날 수 없지만 긍정적인 가능한 자기가 활성화되는 한 수행은 높을 수 있고, 긍정적이거나 부정적인 가능한 자기 중 어느 것이 작용하는 자기개념을 지배하는가에 따라 수행이 달라질 수 있음을 의미하며 이는 Markus 등의 연구 결과와 일관된다고 할 수 있다.

그러나, 수행량을 측정변인으로 한 노력과제에 있어서는 세 가지 가설들이 모두 지지되지 않았다. 전반적인 변량 분석 결과 네 조건간에 유의한 차이가 없었고, 사전 비교에 있어서도 유의한 차이를 발견하지 못했다. 이러한 결과가 나오게 된 데에는 다음과 같은 이유들이 작용했기 때문이라고 추측된다. 첫째, 과제가 조건들간의 차이를 감지해낼 수 있을 만큼 민감하지 못했던 것으로 보인다. 노력과제는 화면에 나타난 단어를 가운데서 'L'이 포함된 단어를 찾아 마우스로 클릭하는 것이었으므로 지각능력의 개인차로 인해 실험오차가 크게 나타났을 가능성이 있다. 만일, 본 시행과 동일한 시간의 연습시행을 통해서 공변인(covariate) 측정치를 확보했다면 이러한 실험오차를 적절히 감소시킬 수 있었을 것이다. 둘째, 과제를 수행케 하는 방식의 제한점을 들 수 있다. 노력과제는 두 화면으로 구성되어 정해진 시간 6분 동안 단어를 찾는 것이었는데, 첫 화면에서 'L' 단어를 다 찾았다고 생각하면 피험자 임의대로 다음 화면으로 넘어 갈 수는 있었으나, 두 번째 화면에서 다 찾고 난 뒤에 다시 처음 화면으로 돌아와 찾을 수는 없었다. 따라서, 대부분의 피험자에게 6분이라는 시간이 충분치 않도록 설정되었지만, 첫 번째 화면을 대충 빨리 넘어간 피험자

들은 두 번째 화면에서 종료신호가 날 때까지 머물러서 계속 수행을 했기 때문에 피험자들의 수행량이 비슷했을 가능성이 있었다. 그러므로 한 화면마다 3분씩 나누어 했더라면 오히려 차이가 날 가능성이 있었으리라 생각된다. 셋째, 독립변인과 종속변인의 연합강도가 약했기 때문에 이러한 결과가 나왔을 가능성도 있다. 실제로 지숙과제에서의 ω^2 값은 0.3008인 반면 노력과제의 ω^2 값은 0.0086에 불과한 것으로 나타났다. 따라서, 가능한 자기의 독립변인 조작이 잘 되었다 할지라도, 종속변인인 노력과제에서의 수행량과의 관계성이 약했기 때문에 그러한 결과가 나왔을 가능성도 배제할 수 없다.

한편, 반응시간에 대한 결과들을 살펴보면, 첫째 균형 조건의 피험자들은 부정조건의 피험자들보다 실패 관련단어에 대해서 자신의 모습이 아닌 것으로 더 빨리 거부함으로써 가설을 지지하는 결과가 나타났다. 성공 관련단어들에 대해서도 균형조건의 피험자들이 부정조건의 피험자들보다 성공 관련단어들을 더 빠르게 인정하는 패턴을 나타냈지만, 이 결과가 유의도 수준에는 약간 미치지 못하였다. 성공 관련단어들의 경우에 결과가 유의도 수준에 못 미친 이유에 관해서는 다음과 같은 추론이 가능할 듯하다. 균형조건의 경우에는 긍정적인 가능한 자기뿐만 아니라 부정적인 가능한 자기가 동시에 활성화되었으므로 실패 관련단어들 역시 접근 가능하며, 따라서 부정적 가능한 자기가 전혀 활성화되지 않는 경우보다는 성공 관련단어들에 대한 접근성이 떨어질 것이다. 반면에, 부정조건의 경우에는 사람들이 일반적으로 긍정적인 것을 선호하는 사회적 바람직성이 작용하여 성공 관련단어에 대한 접근성이 증가했을 것이다. 그러나 균형조건에서 실패 관련단어들에 대한 반응시간이 부정조건의 피험자들보다 빨랐다는

사실은 자기와 관련된 부정적인 정보가 활성화되었을 지라도 자신의 긍정적 측면들과 균형되는 한 긍정적인 자기 관점이 유지될 수 있음을 의미한다. 그리고 성공관련 정보로의 접근성은 높아지기 때문에 부정적인 정보를 더 빨리 거부할 수 있다는 것을 보여주는 것이라 할 수 있다.

둘째, 자신의 긍정적인 모습만을 상상했던 피험자들, 다시 말해 긍정 조건의 피험자들은 부정적인 모습만을 상상했던 부정 조건의 피험자들보다 성공 관련단어를 인정하는데 더 빨랐고 실패 관련단어를 더 빨리 거부했다.

셋째, 긍정적 가능한 자기를 활성화시킨 조건들, 다시 말해 균형 조건과 긍정조건의 피험자들은 긍정적 가능한 자기를 활성화시키지 않은 부정조건과 통제조건의 피험자들보다 성공 관련단어를 더 빨리 인정했고 실패 관련단어를 더 빨리 거부했다. 이와 같은 결과는 미래의 자기를 긍정적 또는 부정적으로 상상하는 것이 성공이나 실패와 관련된 특정한 가능한 자기에 대한 접근성을 높인다는 것을 보여 주는 것이다. 아울러, 성공과 관련되거나 실패와 관련된 자기모습을 상상하는 것이 실제로 긍정적 가능한 자기 또는 부정적 가능한 자기를 활성화시킬 수 있음을 보여 주는 것이다. 즉, 균형 조건이나 긍정 조건의 피험자들에게는 성공과 관련된 자기가 더 접근 가능하고 실패와 관련된 가능한 자기는 비교적 접근가능하지 않으며, 이와 같이 작용하는 자기개념에 활성화된 가능한 자기는 다음 수행에 영향을 미칠 수 있다.

본 연구는 다음과 같은 이론적 시사점을 제공한다. 본 연구는 Markus(1986)가 가능한 자기에론에서 제안한 대로 긍정적 가능한 자기를 끄는 것이 특정 과제수행을 이루는데 유용할 수 있다는 점뿐만 아니라, 이를 확장시켜 가능한 자기

에서의 균형이 최대의 동기적 힘을 발휘한다는 점을 구체적인 수행 과제를 통해 검증하였다. 지금까지, 가능한 자기에서의 균형은 주로 비행과 관련시켜 연구되었을 뿐이었다. 그러나 본 연구는 수행과 관련하여 가능한 자기에서의 균형이 갖는 동기적 효과를 살펴보고, 결과는 가능한 자기가 균형 되었을 때 수행이 가장 높을 것이라는 가설을 지지해 주었다. 이러한 결과는 또한 최종 성취 행동 경향성은 성취를 추구하는 성공 성취동기와 실패를 회피하려는 실패 회피동기의 총합에 의해서 결정되며, 따라서 두 구성 요소의 상대적 크기가 클수록 최종 성취행동 경향성은 커지게 된다는 Atkinson(1966)의 성취동기 이론을 강하게 뒷받침해 주는 결과이다. 뿐만 아니라, 본 연구의 결과는 두려워하거나 비바람직한 상태에 대한 자기감의 동기적 효과에 관한 이론적 중요성을 제시하고 있다. 부정적 가능한 자기만으로는 수행에 긍정적 결과를 미칠 수 없지만, 이에 상응하는 긍정적 가능한 자기가 균형된다면 부정적 가능한 자기는 현실을 더 정확하게 바라볼 수 있게 하고 목표에 불필요한 다양한 행동들을 회피할 수 있는 전략과 계획 및 준비를 할 수 있게 하는 것 같다.

산업 조직 현장의 관점에서 본 연구의 시사점을 살펴보면 다음과 같다. 신뢰로운 리더들은 조직 구성원의 동기 관리에 있어서 긍정성과 부정성 모두에 유연성을 가지고 주의를 기울일 필요가 있다. 예컨대, 승진이나 제품 판매와 같은 성취 상황에서 일반적으로 우리는 낙관적이고 긍정적인 모습을 고무시키거나 활용하고 있으며, 실제로 불황을 헤쳐나가거나 사기를 유지하려고 할 때 긍정적인 모습은 도움이 될 것이다. 그러나, 위협이 따르거나 불확실한 미래에 대한 목표를 세우고 제시하는 경우에, 긍정적인 측면만을 강조

하기보다는 이와 함께 예견될 수 있는 부정적인 측면을 균형있게 제시함으로써 현실적으로 가능한 것과 그렇지 않은 것에 대한 정확한 판단 정보를 가질 수 있다. 이는 목표에 불필요한 다양한 행동들을 회피할 수 있도록 할 것이며, 동기를 높이는 데 성공적일 것이고, 결국 좀 더 효율적인 수행을 뒷받침할 수 있게 할 것이다. 가능한 자기의 균형에 기초한 훈련이나 지도는 미래의 자신을 어떻게 투사할 것인지를 가시화 하는 구체적이고 이해할 수 있는 틀을 제공해 줄 것이다.

또한, 긍정적 가능한 자기와 함께 부정적 가능한 자기가 활성화되는 경우 자신의 부정적인 모습이나 실패 관련 정보들을 빨리 거부할 수 있다는 사실은, 가능한 자기가 균형되는 한 어떤 부정적인 자신의 모습을 갖는 상황이 닥쳤을 지라도 그 부적 상황을 극복하고 쉽게 자신의 긍정적 가능한 자기를 회복시킬 수 있을 것임을 시사한다고 볼 수 있다.

본 연구는 그러나 다음과 같은 제한을 지니고 있다. 먼저, 긍정적인 모습을 상상한 집단들의 우수한 수행이 단지 성공을 상상하는데서 오는 긍정적인 감정 때문인지 아니면 미래의 자기에 대한 구체적인 긍정적 상상을 통한 긍정적 가능한 자기의 활성화 때문인지에 관해 의문이 제기될 수도 있다. 이 점에 대해서 Markus(1992)는 긍정적인 정서 통제집단과 긍정적 가능한 자기를 활성화시킨 집단을 비교하는 연구를 통해, 긍정적 정서 통제집단이 부정적 가능한 자기조건보다는 수행이 높았으나 긍정적 가능한 자기조건보다는 수행이 높지 않음을 보여준 바 있다. 이는 성공을 상상했던 집단이 단지 그에 수반되는 긍정적 감정으로 인해 수행이 높았던 것이 아니라 긍정적 가능한 자기의 활성화가 수행에 영향을 미쳤음을 제시하는 것이다. 본 연구에서는 균형조건의 효과

를 살펴보고 있는데, 본 연구의 균형 조건에서는 긍정적 가능한 자기뿐만 아니라 부정적 자기 또한 활성화되었기 때문에 높은 수행이 단지 긍정적인 모습의 상상으로 수반되는 긍정적 감정 때문이라고 보기는 힘들다. 그러나 부정 조건 피험자들의 수행이 낮았던 것이 부적 정서의 결과인지 또는 부정적 가능한 자기의 활성화 때문인지 알아보기 위해, 앞으로의 연구에서는 부적 정서 통제집단을 설정하는 것이 유용할 수 있으리라 보인다.

둘째, 긍정 조건과 부정 조건간의 수행 지속시간의 차이가 기존의 결과들과 일관됐지만 유의하게 크지는 않았다. 본 연구에서는 학생들의 현재 자기와 밀접한 관련성이 있는 영역을 상상하게 하였고, 단편적인 모습이었으므로 비록 자신의 부정적인 모습을 상상하였을지라도 마지막 기회가 아니며, 다음 기회에 열심히 해서 그러한 자신의 모습이 되지 말아야겠다는 생각을 함께 할 수 있는 여지가 있었으며, 이러한 기회가 부정 조건의 동기를 높이는데 작용했을 가능성이 있다.

끝으로, 본 연구에서 자기의 미래 모습과 관련하여 구체적인 영역을 상상하게 했을지라도, 피험자들이 실제로 상상한 구체적인 긍정적인 가능한 자기와 부정적인 가능한 자기의 수와 정교화는 매우 다양했을 것이다. 앞으로의 연구에서는 피험자들이 실제로 적어낸 가능한 자기의 수와 정교화 정도를 사전에 분석함으로써, 가급적 동일한 수준의 피험자들을 사용하거나 그 자료를 공변인으로 활용한다면 더욱 민감한 실험을 구성할 수 있으리라 기대한다.

참 고 문 헌

- Atkinson, J. W.(1966). A theory of achievement motivation. NY: Wiley.
- Bandura, A.(1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Burger, J. M.(1985). Desire for control and achievement-related behaviors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 1520-1533
- Cantor, N., Norem, J. K., Niedenthal, P. M., Langston, C. A., & Brower, A.M.(1987). Life tasks, self-concept ideals, and cognitive strategies in a life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Carver, C. S., Blaney, P. H., & Scheier, M.F.(1979). Reassertion and giving up: The interactive role of self-directed attention and outcome expectancy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1859-1870.
- Cross, S. E. & Markus, H.(1994). Self-schema, possible selves, and competent performance. *Journal of Educational Psychology* 86, 423-438.
- Fazio, R. H.(1990). A practical guide to the use of response latency in social psychological research. In C. Hendrick & M. S. Clark(Eds.), *Research methods in personality and social psychology*(Vol. 11, pp. 74-97). Newbury Park, CA:

- Sage.
- Harter, S.(1981). A model of mastery motivation in children: Individual differences and developmental change. In W. A Collins(Ed.), *The Minnesota Symposia on Child psychology*, 215-255
- Lips, H. M.(1995). Through the lense of mathematical/scientific self-schema: images of students' current and possible selves. *Journal of Applied Social Psychology*, 25, 1671-1699.
- Lefcourt, H. M.(1976). *Locus of control: Current trends in theory and research*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Locke, E. A.(1968). Toward a theory of task motivation and incentives *Organizational Behavior and Human Performance*,3, 157-189.
- Locke, E. A., Shaw, K. N., Saare, L. M., & Latham, G. P.(1981). Goal setting and task performance: 1969-1980. *Psychological Bulletin*, 90, 125-152.
- Markus, H. & Nurius, P.(1986). Possible selves. *American Psychologist* 4(9), 954-969.
- Markus, H. & Ruvolo, A.(1989). Possible selves: Personalized representations of goals. In L. A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology*, pp.211-241. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Oyserman, D. & Markus, H.(1990a). Possible Selves and Delinquency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 112-125.
- Oyserman, D. & Markus, H.(1990b). Possible selves in balance: Implication for delinquency. *Journal of Social Issue*, 46, 141-157.
- Oyserman, D. & Saltz, E.(1993). Competence, Delinquency, and Attempts to Attain Possible Selves. *Journal of Personality and Social Psychology Vol. 65*, 360-374
- Oyserman, D., Ager, J. & Gant, L.(1995). A socially contextualized model of African American identity: Possible selves and school persistence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 1216-1232
- Rulvolo, A. P. & Markus, H. R.(1992). Possible selves and performance: The power of self-relevant imagery. *Social Cognition*, 10, pp. 95-124
- Sherman, S. J., Skov, R. B., Hervitz, E. F., & Stock, C. B.(1981). The effects of explaining hypothetical future events: From possibility to probability to actuality and beyond. *Journal of Experimental and Social Psychology*, 17, 142-158.
- Shouwer, C.(1992) Compartmentalization of positive and negative self-knowledge: Keeping bad apples out of the bench. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 1036-1049
- Wurf, E. & Markus, H.(1991). Possible selves and the psychology of personal growth. In D. Ozer., J. Healy, Jr., A

Stewart(Eds.), *Perspectives in personality:
Self and emotion*, (vol.3, pp. 39-62).

White, R. W.(1959). Motivation reconsidered:
The concept of competence *Psychological
Review*, 66, 297-333.

1차 원고 접수: 2000. 3. 27.
최종 원고 접수: 2000. 5. 22.

Motivational Effects of the Balance between Positive and Negative Possible Selves on Task Performance

Yongwon Suh · Yoon-Jeong Ra

Sungkyunkwan University Korea Labor Institute

The present study investigated the motivational effects of the balance between positive and negative possible selves on task performance. Markus and Nurius(1986) showed the importance of the balance in relation to the delinquent behavior, but not in relation to task performance. The present study focused on the question whether the balanced subjects perform better than those in positive possible selves condition. Seventy eight subjects participated in an experiment, where they were randomly assigned in one of the four experimental conditions: balance, positive, negative, and control condition. Possible selves were manipulated by imagination procedure. Dependent variables included the duration time of performance, amount of performance, and reaction time that subjects either accept the success-related words or reject failure-related words. Results indicated that subjects in the balance condition maintained their performance for the longest time, followed by subjects in the positive, negative, and control conditions in the order. In addition, subjects in the balance condition either accepted the success-related words or rejected failure-related words faster than those in the negative possible selves condition. Thus, the present study provides the empirical evidence that the balance between positive and negative possible selves produces a maximum motivational effect, compared to the other possible selves conditions.