

한국판 정서표현에 대한 양가성 척도의 타당화 및 억제 개념들 간의 비교 연구

최혜연 민경환*
서울대학교

자신이 느끼는 정서를 표현하고자 하는 목표와 표현결과를 두려워하여 표현을 억제하려는 목표 간의 갈등을 측정하는 Ambivalence over Emotional Expressiveness Questionnaire(King & Emmons, 1990)를 한국 문화의 맥락에서 타당화하고, 한국인이 갖는 정서표현에 대한 갈등과 억제의 구조와 기능을 이해하고자 한다. 1차 표집 299명과 2차 표집 690명의 자료를 요인분석한 결과, 정서 표현 불능감과 표현 결과에 대한 두려움을 반영하는 '자기-방어적 양가성' 요인과 인상관리 및 대인관계민감성과 관련된 행동 통제를 반영하는 '관계-관여적 양가성'의 이 요인 구조가 산출되었다. 정서조절 양식으로써 억제(ERQ_억제; Gross, 2003)와 경험적 회피(AAQ; Hayes et al., 2004) 및 적응변인과의 상관관계를 분석한 결과, '자기-방어적 양가성' 요인은 억제적 조절양식과 경험적 회피 모두와 높은 상관을 보이면서, 불안과 우울 등 모든 심리증상들과 높은 상관을 보였다. 반면 '관계-관여적 양가성' 요인은 억제적 조절양식과는 높은 상관을 보였지만, 경험적 회피와는 관련성이 떨어졌고 강박증, 우울, 대인관계예민성에서 약한 상관을 보이고 그의 다수의 심리증상과 유의미한 관련성을 보이지 않았다. 이상의 결과에서 표현 행동의 억제 자체보다 자기-방어적인 회피 경향이 병리적으로 작용할 수 있다는 점과 관계성을 중시하는 한국 문화에서 대인간 민감성을 바탕으로 한 표현 행동의 억제는 부적응적이지 않을 수 있음을 논의하였다.

주요어 : 정서표현에 대한 양가성, 정서표현갈등, 억제, 회피, 통제, 정서조절

정서 표현의 억제와 건강

정서는 유기체가 가장 즉각적이고 직접적으로 세상에 반응하는 방식이며, 표현되고 행동화되려는 경향성을 갖는다(Frijda, 1986). 정서상태에 수반되는 생리적 변화와 표현 및 행동경향성은 진화론적으로 적응적 가치를 가지고 있었으나 현대의 복잡한 사회 환경 속에서는 그 유용성이 분명하지 않다. 예를 들어 누군가 마음을 상하게 하여 화가 나거나 두려워지면 우리의 몸은 싸우거나 피할

준비상태가 되지만, 우리는 돌아올지도 모르는 골치 아픈 결과를 예상하거나 상대와의 관계를 고려하여 정서 반응을 검열하고 조절한다. 특히 정서의 표현이 부정적인 결과를 가져올 것이라는 기대가 강할수록 개인은 자유로운 표현을 억제하며 갈등상태에 있게 된다.

Freud가 강렬한 정서가 부하된 기억의 억압을 신경증의 원인으로 설명한 이후, 정서의 경험이나 표현을 억압하는 것은 심리적, 신체적 문제를 초래한다는 인식이 강

* 교신저자 : 민경환, (151-742) 서울시 관악구 신림 9동 산 56-1번지 서울대학교 사회과학대 심리학과, 전화 : (02) 880-6438, E-mail : minhwan@snu.ac.kr

화되어 왔다(Fridlund, Newman, & Gibson, 1984; King & Emmons, 1990에서 재인용). 이후 Rapaport(1967)와 같은 현대의 정신분석가들은 정서가 본능적 욕구 방출의 한 양식이라면, '정서표현'의 실패는 본능적 욕구의 억압과 동등한 개념으로 신경증적 행동의 원인이라 가정하였고, 심리치료 작업은 개인 내면에 갇힌 감정을 표현해내도록 도와야한다고 믿었다. 정서의 경험과 표현은 욕구 충족과 핵심적으로 관련되고, 억제하고 부인된 행동경향성을 인정하는 것이 치료적이라 보는 것이다(Greenberg & Safran, 1989).

표현을 비롯한 자연스러운 정서 과정을 억제하는 것이 건강하지 않다는 가정은 정서의 경험과 표현이 자율신경계의 반응성과 연결되어 있다는 사실에 기초한다(Buck, 1988). 정서 표현을 억누르는 것은 생리적 활동을 요구하는데, 습관적이고 적극적인 억제로 인한 만성적인 자율신경계 각성은 심리 신체적 질환을 유발한다는 것이다(Pennebaker, 1985). 부정적인 정서를 잘 표현하지 못하는 성격이 압과 관련되며(Cox & McCay, 1982; Jensen, 1987; Giese-Davis & Spiegel, 2001), 표현되지 않고 억눌린 적대감은 심장 관련 질환(Friedman & Booth-Kewley, 1987; Goldstein, Edelberg, Meier, & Davis, 1988) 및 다른 여러 신체적 질환들(Pelletier, 1985)의 위험성을 높인다는 결과들이 지속적으로 보고 되어 왔다. 이런 정서의 표현과 억압에 대한 연구는 신체적 건강과 관련성을 확인할 뿐 아니라 사회적 상호작용에 미치는 영향에 대한 관심으로 확대되어 최근 정서지능, 정서조절 및 여러 심리치료 이론들에도 주요한 연구초점이 되고 있다.

그러나 억제의 역할에 대한 가설들이 무비판적으로 수용되고 있다는 비판 역시 제기되고 있다(고영진, Salovey, 김진영, 2004). 정서표현 억제의 건강하고 효과적인 측면이 간과되고 있으며 억제의 실패가 억제의 역기능보다 부정적인 결과를 가져올 수 있다는 것이다. 억제가 역기능적이라는 주장의 핵심적인 전제는 억제로 인하여 신체적, 인지적 반등 효과가 나타난다는 것인데, 실제로 많은 억제 노력들이 반등 없이 이루어지며, 억제뿐 아니라 침투적 사고 등의 비효과적인 억제 양식들이 같이 측정되기 때문에 억제의 부정적인 측면이 부각된다는 것이다(Rassin, 2005). 한편에서는 정서의 표현은 정서상태로 인

한 각성을 해소하기보다 더욱 강한 정서 상태를 초래하거나 유지시킬 수 있는 점을 지적한다. 분노를 표현할수록 분노가 지속되고 증폭되는 경향이 있으며 쉽게 분노를 경험하며 화를 내는 습관이 생긴다(Berkowitz, 1981; Tavis, 1989; Kennedy-Moore, Watson, & Johnson, 2000에서 재인용). 억제가 자율신경계를 반등시킨다는 주장과는 달리, 분노를 느낀 사건을 화난 목소리로 표현하는 경우 가장 높은 심박률과 혈압을 나타냈고(Siegmán, 1994) 정서의 표현성 정도를 직접 비교한 연구들에서도, 비표현적 억압자들보다 표현적인 민감자들이 더 많은 건강문제를 보였다(Bell & Byrne, 1978). 부정 정서를 표출함으로써 다루는 사람들은 보통 사람들보다 대인관계에서 더 많이 불안하고(Jerome & Liss, 2005) 조절 또는 억제되지 못한 과도한 정서 표현이 사고와 의사소통에 영향을 미쳐 갈등, 이혼, 심리적 장애를 심화시킨다(Gottman, 1993). 이러한 결과들은 억제가 적응적인지 부적응적인지에 대해 원론적인 의문을 제기한다.

이런 모순을 해결하는 한 방법은 정서를 표현하는지 억제하는지의 이분법적 구분보다 억제의 어떤 측면이 부적응적으로 작용하는지에 연구 초점을 맞추는 것이다. 표현 억제나 강렬한 표현 모두 생리적 각성을 일으킬 수 있으며, 정서표현이 적다고 억제하고 있는 것도 아니다. 정서표현이 적더라도 편안한 상태인 조용한 사람들과 억압되고 긴장되어 표현이 감소된 사람들을 구분하는 것이 중요하다(King & Emmons, 1990).

정서표현에 대한 갈등과 적극적 억제

표현성이 단순하게 작용하지 않다는 사실이 드러나면서, 여러 연구자들은 표현이나 억압 행동 자체보다 표현 욕구를 적극적으로 억제하는 것이 스트레스 요인으로 작용한다고 이해하고, 낮은 표현성 이면의 심리적 갈등에 초점을 두기 시작했다(Josephs & Williams, 1994; Pennebaker, 1985, 1989). Pennebaker는 고통스러웠던 인생사건에 대해 털어놓고 싶은 욕구를 억제하는 사람들이 보다 많은 건강문제를 가진다는 것이 관찰하였다. 표현에 대한 적극적인 억제는 단기적으로는 생리적 변화를 일으키고 장기적으로는 스트레스를 축적시킴으로써 면역체계의 결함을 가져오는 등 건강에 영향을 주었다. 적극적으로 억제한다는 것은 의식적으

로 구속하고 억누르는 것을 의미하며 어떤 측면에서는 생각하지도 느끼지도 행동하지도 않으려 노력하는 것을 말한다.

비슷한 시기에 King과 Emmons(1988, 1990)는 사람들이 추구하는 목표의 갈등이라는 관점에서 이러한 현상을 고찰하였다. 사람들이 추구하는 목표들과 삶의 질 사이의 관계를 연구하던 King과 Emmons는 사람들이 추구하는 목표들 간에 갈등이 있을 때, 목표에 대해 생각하는 데 많은 시간을 소모하지만 실제 성취를 위해 사용하는 시간은 적다는 것을 발견하였다. 이런 억제적인 경향은 갈등해결을 위한 행동을 어렵게 하고 원하는 목표 달성을 위해 행동하는 것을 저해함으로써 갈등을 영속화시키는 역할을 하였다. 연구자들은 이런 목표들 간의 갈등들이 특히 정서적 표현과 관련되어 나타나는 점에 착안하여 ‘정서표현에 대한 양가성(Ambivalence over Emotional Expressiveness)’ 개념을 제안하고, 정서적 행동을 그 행동 이면의 목표와 신념의 맥락에서 이해해야 한다고 주장하였다. 정서표현에 대한 양가성이란 ‘자신의 감정을 표현하고 싶은 욕구가 있는데 이를 억제하며 갈등하는 것’으로 정의된다(King & Emmons, 1990). 강렬하게 경험되는 양가성이란 갈등의 한 형태로, 같은 대상에 대하여 긍정과 부정의 느낌이 동시에 혹은 빠르게 교차하는 것이며 한 대상을 원하면서 동시에 원하지 않는 접근-회피 갈등으로 이해될 수 있다(Emmons & Kaiser, 1995).

정서표현을 억제하지 않거나 양가감을 느끼지 않는 것이 바람직하다는 것은 아니다. 현대문명에서 복잡정서를 경험할 수 있고 표현을 조절하거나 억제할 수 있는 능력은 필요하고 적응적이다. 사람들은 대부분 자신의 정서 표현이 관계를 손상시키지 않도록 내면화된 표현규칙에 따라 정서 표현을 조절하거나 억제하며, 때때로 정서 표현에 대한 양가적인 상태를 경험한다. 그러나 이런 억압적 양상이 범상화적이고 경직된 특질적인 형태로 나타난다면 이는 개인의 적응을 저해할 수 있다. 일반적으로 갈등을 느끼지 않을 만한 상황에서도 자신의 정서경험과 표현에 대해 갈등하고, 표현해도 좋을 상황에서 표현을 억제한다면, 생존을 위해 진화해온 정서의 기능에 역행하며 관계적, 심리적, 생리적 부적응을 유발할 수 있을 것이다. 자신의 감정을 표현하는데 지속적으로 어려움을 느끼고,

드러나는 표현을 관리하고 통제하느라 막대한 에너지를 사용한다면, 개인은 상당한 내적 긴장 상태에 수시로 처하게 되고, 현재의 경험과 충분히 접촉하지 못하고 감정을 유발한 문제들의 해결하는데 어려움을 겪을 뿐 아니라, 환경으로부터 지 지나 수용을 충분히 받지 못하여 내적 긴장의 악순환을 경험할 수 있을 것이다(Mongrain & Vettese, 2003).

King과 Emmons(1990)는 정서를 표현하는데 갈등을 경험하는 정도에 개인차가 있다는 전제 하에 정서표현에 대한 양가성 척도(AEQ)를 개발하여 정서와 관련된 개인적 추구목표의 갈등과 적응의 관계를 연구하였다. 정서표현에 대한 양가성 척도는 정서를 표현하고 싶지만 적극적으로 억제하거나 정서를 표현한 것을 후회하거나 원하지 않는 정서를 표현하는 등, 욕구들 간의 갈등으로 인하여 정서 표현을 억제하는 내용의 문항들로 구성되었다. 대학생들에게 3주간 일기를 쓰며 기분과 신체증상을 보고하게 한 결과, 표현성과 적응지표들과의 상관관계는 정서 표현이 많을수록 건강하다는 관점을 지지할 만큼 뚜렷하지 않은 반면, AEQ는 표현성을 통제하고도 자존감과 삶의 만족 같은 적응지표와는 유의미한 부적 상관관, 신경증이나 우울 같은 심리적 고통과는 유의미한 정적 상관관계를 보였다(King & Emmons 1990, 1991). 정서의 표현성 자체보다 표현에 대한 갈등과 억제가 문제가 된다는 주장은 이후의 경험 연구들에서도 지지되었다. 정서표현에 양가적인 사람들은 자신이 공감이나 사회적 지지를 덜 받는다고 지각하고 있으며(Emmons & Colby, 1995) 심리적 안정감과 결혼만족도가 낮고(King, 1993) 반추사고와 우울증을 많이 보였다(Katz & Campbell, 1994; Mongrain & Zuroff, 1994). 국내에서 이루어진 연구 결과들 역시 정서표현에 대한 양가성이 높은 사람들이 정서표현성은 낮고 심리적 부적응 및 신체질환이 많으며, 문제중심적 대처보다는 정서중심적 대처나 미숙한 방어를 많이 사용한다는 결과를 보이고 있다(이승미, 오경자, 2006; 이주일, 황석현, 한정원, 민경환, 1997; 최해연, 2005; 한정원, 1997).

그런데 미국, 중국, 한국의 정서표현에 대한 양가성과 삶의 만족 간의 상관을 비교한 결과를 보면, 중국 학생들의 경우 정서표현에 대한 양가성 수준이 미국 학생들보다 유의미하게 높지만, 정서표현에 대한 양가성과 삶의 만족

도 간의 상관은 유의미하지 않았다. 개인주의 문화에 비해 집단주의 문화에서 정서표현에 대한 양가성과 개인의 안녕감 간의 관계(한국 대학생들은 $r=-.20$, 미국 학생들은 $r=-.37$)가 약하게 나타난 것이다(Suh, 1994). 이는 관계를 중시하는 집합주의 문화에서는 정서표현에 대한 양가성이 개인주의 문화와 다르게 작용할 수 있음을 시사한다. 한국의 문화는 유교적 집단주의를 근간으로, 급속한 경제발전 속에 서구적 개인주의를 비롯한 다양한 문화적 규범이 빠르게 유입되고 급속히 동화되었다. 따라서 세대와 성차, 직업과 문화적 경험에 따른 정서표현규칙이 단일하지 않으며 이로 인한 정서표현에 대한 갈등과 억제가 광범위할 수 있다. 한편으로 관계성을 중시하는 한국 문화에서 타인에 대한 배려는 중요한 덕목이며 이에 바탕이 되는 것이 자신의 욕구에 대한 억제이다. 체면과 공손함을 중시하며, 강한 정서의 외적 표현은 매우 억제하는 특성을 가지고 있다(최상진, 1997). 이런 환경 속에서 정서표현에 대한 양가성은 개인주의 문화에서와는 다른 의미를 지닐 수 있다. 한 개인이 살아가는 환경과 문화에 따라 심리학적 원리들은 서로 다르게 기능할 수 있으므로(Berry, Poortinga, Segall, & Dasen, 1992) 한국이라는 문화사회적 맥락에서 정서표현에 대한 양가성의 개념을 타당화하고 그 역할을 열린 관점에서 연구할 필요가 있다.

억제 개념들 간의 구분

억제 혹은 억압이 인간의 삶에서 보편적으로 사용되고 중요한 역할을 하는 만큼 다양한 개념들로 측정되고 있지만, 개념들 간의 구분이 분명하지 않다. Giese-Davis와 Spiegel(2001), Temoshok(1993)은 많은 연구들이 그 개념을 분명히 정의하지 않은 채 서로 다른 측정도구들을 억압이라 부르며 사용함으로써, 억제 또는 억압의 개인차 변인과 심리신체적 질병과의 관계를 해석하는데 혼선을 가져오게 되었다는 점을 지적한 바 있다. 자기보고가 어려운 무의식적 과정으로 이해되는 억압은 논외로 두더라도, 의식 가능한 반응경향성인 표현성(King, Smith, & Neale, 1994; King & Emmons, 1990), 억제(Suppression : Gross, 1997, 2003), 회피와 수용(Experiential avoidance : Hayes, 1996, 2004), 정서표현에 대한 양가성(King & Emmons, 1990), 정서통제(Emotional control : Roger &

Najarian, 1989), 행동억제(Behavior Inhibition : Kagan, 1989) 등 다양한 개념들이 억제 관련 연구들에서 사용되고 있으며, 모두 정서 표현의 억제를 직접 또는 간접적으로 측정하고 있다. 이런 개념들 중 일부는 단순한 행동 억제만을 포함하고 있으며, 일부는 억제 이면의 갈등이나 비수용성의 역동까지 포함하고 있다. Vaillant(1971, 2000)은 ‘억제는 갈등의 모든 요소를 마음속으로 억제하면서 행동, 감정적 반응, 관념적 걱정을 미루는 것’ 즉, 감정 표현을 보다 적절한 때와 장소로 미루기로 선택하는 성숙한 방어기제로 보았다. 반면 암이나 심장병 등의 질병에 영향을 미치는 심리적 변인을 찾으려는 연구자들은 억제를 보다 만성적이고 경직된 개인차 변인으로 보았다. 이런 관점의 차이도 이들이 사용한 억제 개념의 차이에서 기인하였을 수 있다.

억제. 억제(suppression)는 주로 ‘감정을 의식하지만 표현은 결여된 것’으로 정의된다. 1980년대 이후 왕성한 정서조절 연구를 진행해왔던 Gross는 정서발생과정에서 정서반응이 활성화된 이후, 반응경향성을 조절하는 노력을 억제로 개념화하며 ‘진행 중인 정서 표현 행동을 감추는 것’으로 억제를 정의하였다(Gross, 2003). 실험 참가자들은 억제 조건에서 걸로 드러나는 정서 표현은 조절하였지만 주관적인 정서경험은 조절하지 못했다. 뿐만 아니라 정서적 충동을 감시하고 억제하는 작업은 인지적 부하를 증가시키고, 신체적 반응도 증가시키는 것으로 나타났다. 정서표현의 억제는 교감신경계를 활성화시키며, 억제자 자신뿐 아니라 상대방의 생리반응까지 증가시켜 사회적 상호작용에도 영향을 미침을 시사하였다. 정서경험을 관리하기 위해 습관적으로 억제를 해왔던 사람들은 높은 수준의 부적 감정과 낮은 수준의 정적 감정을 경험하는 것으로 나타났는데, 자부심과 즐거움 등 정적인 정서를 억제하면 경험 수준이 감소하였지만 역겨움과 슬픔 등 부적 정서를 억제할 때는 경험 수준은 감소하지 않고 오히려 생리적 반응이 증가하였다(Gross & John, 1993, 1997, 1998, 2002, 2003). 습관적이고 지속적인 억제가 정서상태 및 신체건강에 부정적인 영향을 미친다는 증거들이 증가하고 있지만, 효과적인 억제에 대한 증거들 역시 대조를 이루고 있다. 이는 표현 행동의 억제 그 자체가 능력이거나 역기능적이기보다, 억제의 형태(기간, 강도 등)나 억제에 동반하는 다른 역동(갈등, 회피 등)이 상호작용

하여 적응결과에 반영될 수 있음을 시사한다.

회피. 억제적 정서조절과 함께 치료장면을 중심으로 관심을 모으고 있는 개념이 경험적 회피이다(Kashdan, Barrios, Forsyth, & Steger, 2005). 경험적 회피는 부정적으로 평가하는 사고, 느낌, 신체적 감각, 기억, 그리고 이를 유발하는 상황을 회피하거나 통제하려는 의도적인 노력(Hayes et al., 1996)을 일컫는다. 경험적 회피 성향이 높은 사람들은 정서 유발 동영상물과 같은 정서 유발 자극에 대해 보다 강한 정서적 고통과 보다 많은 부정적 사고를 보이는데(Sloan, 2004) 이는 지속적인 회피가 정서 자극에 대한 강한 반응성과 관련됨을 나타낸다. 자신의 정서를 억제하는 조건에서 실험참가자들은 증가된 고통과 생리적 반응성을 보이는데 이런 특성은 정서적 회피 경향이 높은 사람들에게서만 나타났다(Feldner, Zvolensky, Eifert, & Spira, 2003). 이는 정서 표현 억제가 역기능적으로 작용하는 것이 회피와 관련 있을 수 있음을 시사한다. 정서적 회피는 불안장애와 관련하여 주요한 정서조절 과정으로 제안되어왔다. 회피적 성향이 높은 사람은 단기적으로 불안한 상황을 모면하는 등의 부분적 강화를 얻을 수 있으나, 장기적으로는 자연스러운 정서 반응을 차단하면서 바람직한 문제해결에 접근하지 못할 수 있다. 고통스러운 정서적 경험의 강도나 빈도보다 이를 회피하려는 경향성 자체가 정신병리 전반과 관련되며, 특히 불안과 우울과 같은 정서 장애에서는 회피가 중요한 역할을 하는 것으로 이해되고 있다(Hayes et al., 1996, 2004; Forsyth, Parker, & Finlay, 2003).

방어성. 의식적인 정서표현의 억제는 방어성과는 차별적인 속성을 가질 것으로 보인다. 원래 반응편파를 측정하기 위해 제작된 사회적 선회도 척도는, 해나 거부로부터 자신을 보호하려는 방어성의 개인차를 측정하는 것으로 알려져 있다. 사회적 선회도 문항들의 대부분은 고통을 부인하기보다 자신의 욕구가 다른 사람의 욕구와 갈등을 일으킬 때 자신의 욕구를 극히 억제하는 경향을 반영한다. 사회적 선회도 점수가 높은 사람들은 지나치게 후회적이고 순응적인 행동들을 보였으며, 자신의 욕구를 표현하는데 상당한 어려움을 보이고 자기주장을 해야 하는 장면에서는 강한 생리적 반응을 나타내었다(Kiecolt-Glaser & Greenberg, 1983). 이들은 화가 나고 좌절해도 공격적 행동을 억제하며, 특히 불안이나 분노 같은 부정적 감정을

방어적으로 회피하였다. 이런 특징들은 이들이 인정을 추구하고 타인의 평가에 의존적인 성격을 가졌거나, 사회적 배척으로 인하여 자존감이 위협받는 것을 예방함으로써 이상화된 자기-개념을 유지하려는 것으로 이해되었다(Crowne & Marlowe, 1964; Weinberger, 1990; Pauls & Stemmler, 2003에서 재인용).

다양한 억제 개념들이 그 공통점과 차이점을 명료화 하며, 억제가 우리 삶에서 작용하는 기제를 이해하는 것은 매우 중요한 일이다. 본 연구에서는 정서표현에 대한 양가성의 특성을 이해하고자 한다. 정서표현에 대한 양가성이 심리적 적응에 중요한 역할을 하는 변인임을 여러 연구에서 언급하고 있지만, 국내에서 아직 이 개념에 대한 논의가 활발하지 못하다. 그 이유 중 하나는 이 개념을 측정하는 도구가 타당화되어 다양한 연구를 촉진하지 못했기 때문일 것이다. 한국이라는 문화적 맥락 하에서 AEQ의 구조와 기능이 달라질 수 있다는 점 외에도, 선행 연구들이 AEQ의 요인구조에 대해 수렴된 결과를 보고하지 못한 점 역시 척도가 포함하고 있는 내용에 대한 다각적인 고찰이 필요함을 일깨운다. King과 Emmons (1990)는 척도를 개발하면서 긍정적 정서 표현에 대한 갈등과 부정적 정서표현에 대한 갈등(positive, entitlement)의 두 요인을 가정하였으나 전체 척도의 높은 내적일관성과 변별타당도를 기반으로 단일 차원이 적절하다고 가정하였다. 그러나 원저자가 positive라고 명명한 요인 1에는 16문항 중 3문항만이 긍정정서표현에 대한 어려움을 나타내고 있고, 이는 차라리 정서표현에 대한 전반적인 어려움의 한 측면으로 이해하는 것이 적절할 것으로 보인다. 요인1과 마찬가지로 요인 2에도 정적정서와 부정정서 표현에 대한 양가성과 관련된 문항들이 모두 포함되어 정서가를 기준으로 요인을 구분하는 것은 설명력이 떨어진다고 판단된다. 척도 제작 시 문항 선별 기준이었던 정서를 표현하고 싶지만 억제하거나, 원하지 않으면서 표현하거나, 정서를 표현하고는 후회하는(Inhibited, Reluctant, Regretted expression) 내용들을 구분하거나(Katz & Campbell, 1994), 정서 표현 결과에 대해 지나치게 반추하는 측면과, 부정 정서를 인지하면서 표현을 통제하는(Rumination & Control) 측면이 구분될 것이라는 논의는 이루어졌으나(Emmons & Colby, 1995), 정서표현에 대한 양가성이 어떤 하위 차원들로

구성되고 각 차원의 성격이 어떠한지를 면밀히 밝히는 연구는 거의 이루어지지 않은 상태이다. 우리가 정서 표현에 대해 갈등하고 억압하는 현상은 여러 차원으로 이루어질 것이다. 갈등의 대상이나 형태에 따라 구분될 수도 있고, 양가적이게 되는 이유에 따라 구분될 수도 있다. 문화적 배경에 따른 차이도 나타날 수 있을 것이다. 이러한 연구 물음은 다양한 억제 개념들이 어떤 유사성과 차이점을 갖는지, 억제의 어떤 특성이 취약성요인으로 작용하는지에 대한 물음과 연결된다. 본 연구에서는 정서표현에 대한 양가성의 구조를 밝히고, 이를 정서경험 전부터 이를 피하려는 회피, 정서반응을 활성화된 후 행동억제, 그리고 보다 무의식적 개념인 방어성과 비교함으로써 한국인이 갖는 정서표현의 갈등과 억제의 특성을 이해하고자 한다.

방 법

참가자 및 절차

탐색적 요인분석을 위한 1차 표집으로 서울과 수도권 소재 2개 대학, 5개 심리학 강좌에 설문참가자 모집을 공지하여 대학생 299명을 모집하였다. 참가자의 평균 연령은 23.1세(표준편차 3.5세)이고 여자 170명, 남자 129명이었다. 강의시간에 연구에 대해 설명을 들은 후, 참가자들은 각자 편리한 시간과 장소에서 인터넷에 접속하여 웹상에서 설문에 응답하였다.

확인적 요인분석을 위한 2차 표집에는 서울과 강원도 소재 6개 대학에서 심리학 수업을 수강하는 대학생 690명이 연구에 참가하였다. 학업 수준 및 지역 다양성 확보하기 위하여 여러 대학에서 참가자를 모집하였다. 참가자의 평균 연령은 27.4세(표준편차 8.7세)로 18세에서 67세의 범위이며 여자 450명, 남자 222명(결측치 18명)이었다. 연구 대상 대학 중 ‘디지털’ 대학을 포함하여 다양한 연령대의 참가자를 포함하려 하였다. 전산화된 설문방식이 지필검사 방식과 차이가 있는지 확인하기 위하여 2개 대학에서는 수업시간을 할애 받아 지필검사 방식으로 설문을 실시하였고, 4개 대학은 인터넷에 접속하여 웹상에서 응답하였다. 설문조사의 목적과 비밀 보장 및 연구 참가자의 권리, 설문 응답 방식에 대한 안내를 제시하고 연구참가동의를 받은 후 설문을 실시하였다. 소요시

간은 30분 내외로 연구 참여에 대한 보상은 제공되지 않으며 설문에 끝까지 응답하지 않더라도 불이익은 없음을 공지하였다.

측정도구

정서 표현에 대한 양가성. King과 Emmons(1990)가 개발한 정서 표현 갈등 질문지(Ambivalence over Emotional Expressiveness Questionnaire : AEQ)를 사용하였다. 정서 표현 갈등 질문지는 총 28문항으로 구성되어 있으며 5점 척도 상에 평정한다. 정서 표현 상황에서 상반되는 목표들의 갈등을 해결하기 위한 노력으로 정서 표현 및 조절, 정서 표현에 대해 개인이 경험하는 양가감정을 측정한다. 1997년 변안판은(한정원, 1997) 대체로 충실하였으나 표현이 매끄럽지 못한 문장이 포함되고 변안 및 타당화 과정이 상세히 표기되지 않아 최혜연, 이동귀(2007)가 변안 과정을 다시 거쳤다. 연구자는 연구팀과 함께 1차 번역을 한 후, 미국 국적의 심리학 전공생을 포함한 이중 언어 구사자 2인과 함께 번역 및 역번역 과정을 거쳤다. 번역 과정에서 의미전달이 어려운 문장은 번역자 및 연구팀의 동의가 이루어질 때까지 여러 번 교정과정을 거쳤으며, 최종적으로 영문학자 1명의 감수를 받았다.

억제적 정서조절. Gross(2003)가 선행사건 중심 정서조절과 반응중심 정서조절의 대표적인 정서조절 방략으로 제안한 재해석 및 억제를 측정하기 위하여 개발한 정서조절 척도(Emotion Regulation Questionnaire : ERQ)를 사용하였다. 총 10문항 7점 척도로 구성되어 있다. 억제적 조절양식이 연구 대상임으로 전체 척도 중 정서반응성의 활성화가 일어난 이후 자신의 정서를 표현하지 않고 억제하는 정도를 측정하는 억제 4문항을 분석에 포함하였다. 손재민(2005)이 변안한 내용을 바탕으로 일부 문항의 표현을 수정하여 사용하였다. 본 연구에서의 억제적 정서조절 하위 요인의 신뢰도(Cronbach's α)는 .70이었다.

경험적 회피. Hayes, Strosahl, Wilson, Bissett, Pistorello와 Toarmino(2004)가 개발한 Acceptance and Action Questionnaire를 사용하였다. 자신의 내적 경험을 지나치게 부정적으로 평가하고(예; 감정은 나쁘다) 이를 접하고 싶지 않아하며 그러한 내적 경험의 형태와 빈도를 바꾸려

는 욕구 등 정서적, 인지적 통제에 대한 높은 욕구를 측정한다. 9문항 척도를 사용하였으며 7점 척도 상에 평정하였다. 본 연구를 위하여 이중 언어 사용자와 함께 척도의 번역 및 역번역 과정을 거쳐 본 척도를 사용하였다. 본 연구에서 신뢰도(Cronbach's α)는 .68이었다.

정서 표현성. Kring, Smith와 Neale(1994)이 개발한 정서 표현성 척도(Emotional Expressiveness Scale, EES)를 사용하였다. 17문항으로 구성되고 6점 척도 상에 평정한다. 개인이 외적으로 자기 정서를 표현하는 경향성을 측정하는데, 문항 내용은 본인이 지각하는 정서표현의 정도와 이에 대한 타인의 평가로 구성되어 있다. 다른 표현성 척도에 비해 일반적인 정서표현 경향성을 측정하거나 정서 표현 행동의 사회적 커뮤니케이션 역할 및 타인의 정서 감지에 유용한 척도가 될 수 있다고 알려져 있다. 본 연구에서는 이주일, 황석현, 한정원, 민경환(1997)이 번안한 척도를 사용하였다. 본 연구에서 신뢰도(Cronbach's α)는 .91이었다.

사회적 선의도. Crowne과 Marlowe(1964)가 개발한 Marlowe-Crowne Social Desirability Scale(MCSDS)을 이용승(2000) 번안한 것을 사용하였다. 원래 반응편파를 측정하기 위해 제작된 사회적 선의도 척도는, 사회적으로 바람직한 모습으로 자신을 보이려는 경향과 사회적 불인정에 대한 방어성을 측정하는 도구로 사용된다. 33 문항으로 구성되며 예, 아니오에 응답하게 되어있다.

심리 증상. Brief Symptom Inventory(BSI)를 사용하였다. BSI는 자기보고용 증상 척도로 신체화, 강박증, 대인간 민감성, 우울, 불안, 적대감, 공격 불안, 피해망상, 정신증의 9가지 주요 증상 차원을 측정하고 전반적 심각도 지수(GSI)를 제공한다. SCL-90(Symptom Check List-90)의 단축판으로 53문항이며 5점 척도 상에서 평정한다. 김광일, 원호택(1978) 번역본을 이동귀, 박현주(2003)가 수정한 것을 사용하였다. 본 연구에서 신뢰도(Cronbach's α)는 .97이었다.

자존감. Rosenberg(1965)가 개발한 Global Self-Esteem Scale을 이훈진과 원호택(1995)이 번안한 척도를 사용하였다. 자기 개념의 특정 영역에 국한되지 않는 전반적인 자존감을 측정하는 10문항으로 이루어져 있다. 한국판 척도의 신뢰도(Cronbach's α)는 .89이었다.

결 과

정서표현에 대한 양가성 척도(AEQ-K)의 요인구조 탐색적 요인분석. AEQ-K의 요인구조를 살펴보기 위하여 탐색적 요인분석(Exploratory Factor Analysis)을 실시하였다. 척도의 요인구조 탐색이 목적이고 선행연구에서 요인 간 상관관계가 보고 되었으므로, 28문항에 대하여 최대우도법(maximum likelihood)으로 요인을 추출하고 사각회전(direct oblimin)을 사용하여 분석하였다. 요인수를 지정하지 않을 때 고유값이 1보다 큰 요인은 7개가 나타났다. 보다 의미 있는 요인구조를 찾기 위하여 스크리플롯의 하락율과 요인의 해석가능성을 바탕으로 2개, 3개, 4개의 요인 수를 지정하여 요인분석을 실시하고 각각의 구조를 면밀히 검토하였다.

요인 수를 3개로 지정할 경우 2요인 구조에 비해 '누군가에게 화를 내고 나면 죄책감을 느낀다', '누군가에게 화를 내고 나면 그것이 계속 마음에 걸린다' 등 정서표현 후 이차 정서를 경험하거나 반추하는 경향을 나타내는 두 문항이 요인 3으로 분리되었다. 자신의 욕구를 표현한 후 후회하는 경향은(F3) 감정을 표현하고 싶은데 못하거나 표현 행동 자체를 억제하는 것과는 차이가 있을 수 있기 때문에, 두 문항의 성격에 대한 지속적인 검토가 필요하였다. 한편 요인 수를 4개로 지정할 경우 요인 1의 문항 중 긍정정서를 표현하지 못한 것에 대한 후회를 반영하는 문항들, '사랑한다는 말을 해주고 싶지만, 적당한 말을 찾기가 어렵다', '다른 사람에게 그들이 내게 얼마나 소중한지 말하지 못한다는 것을 종종 느낀다'가 요인 4로 분리되었다. 그러나 4 요인 구조의 경우 여러 문항들은 요인 1또는 3과 중복 부하되어 보다 간결한 2 또는 3 요인의 구조가 적절한 것으로 보였다. 요인 구조를 보다 명확히 하기 위하여, 분석과정에서 요인부하량이 .30 이하이거나('내가 잘못을 하면 사과를 하려 하지만, 무능력하게 보일까봐 걱정된다', '약하거나 너무 예민해 보일까 때로는 걱정되지만, 사람들에게 내가 그들을 사랑한다는 것을 보여주고 싶다', '때로는 부모님께 화를 내고 싶지만, 참는다') 다수 요인과 상관관계를 보이는('내가 성취한 일이 정말 자랑스러우면 누군가에게 이야기하고 싶지만, 잘난 척 한다고 생각될까 두렵다') 총 4문항을 제거한 후 다시 요인 분석을 실시하였다.

2요인 구조에 의해 설명되는 분산은 40.39%이었다. 요인 1은 자신의 정서를 적절히 표현할 능력이나 자신감 결여(예; ‘내 문제에 대해 다른 사람들과 이야기하고 싶지만 때때로 그러지 못한다’ ‘내가 정말 느끼고 있는 것을 표현하기가 종종 힘들다’)와 거절을 당하거나 당황하게 되는 것 같은 정서표현의 부정적 결과에 대한 두려움(예; ‘나의 감정들을 솔직하게 표현하고 싶지만 그것 때문에 창피 당하거나 상처받게 될까봐 걱정한다’ ‘두려움이나 분노같은 부정적인 감정을 표현하면 다른 사람들이 나를 받아주지 않을까 걱정된다’)을 반영하는 문항들이 포함되었다. 요인 2는 신중하려 하며 표현 행동을 자제하는 문항들로 주

로 구성되며 (예; ‘화를 낼까 하다가도 그러지 않으려 한다’ ‘때때로 기분에 따라 행동하고 싶을 때도 나는 언제나 기분을 다스리려 노력한다’) 인상관리나(‘누군가 나의 신경을 건드릴 때, 느끼는 바를 말하고 싶더라도 아무렇지 않은 듯 보이려 한다’), 대인관계 예민성이나 배려(‘때로는 다른 사람들이 진실을 알아야 할 때조차, 나는 그들에게 걱정을 끼치지 않으려 한다’ ‘누군가에게 화를 내고 나면, 그것이 계속 마음에 걸린다’)를 반영하는 문항들을 포함한다.

본 연구에서는 회피적 성격을 지닌 역제가 정서조절의 일환으로 사용되는 행동 억제와 성격이 다를 수 있다는

표 1. 한국판 정서표현에 대한 양가성 척도(AEQ-K)의 요인구조

	F1	F2
종종 내가 느끼는 바를 다른 사람에게 보여주고 싶지만, 웬지 망설여진다.	0.76	
내 문제들에 대해 다른 사람들과 정말 이야기하고 싶지만, 때때로 그러지 못한다.	0.68	
내 감정을 솔직하게 표현하고 싶지만 그로 인해 나 자신이 당황하게 되거나 상처받게 될까 걱정된다	0.65	
종종 내가 실제로 느끼고 있는 것을 표현할 수가 없다	0.65	
사랑한다는 말을 해주고 싶지만, 적당한 말을 찾기가 어렵다	0.59	
두려움이나 분노같은 부정적인 감정을 표현하면 다른 사람들이 나를 받아주지 않을까 걱정된다	0.58	
정서적 반응을 좀더 즉각적으로 드러내고 싶지만, 그러지 못할 것 같다	0.57	
내가 실제로 느끼고 있는 것을 다른 사람에게 표현할 적당한 말을 찾기 어렵다	0.56	
다른 사람에게 그들이 내게 얼마나 소중한지 말하지 못한다는 것을 종종 느낀다	0.54	
계획한 대로 일이 진행되지 않았을 때 실망감을 드러내고 싶지만 상처받기 쉬운 사람으로 보이고 싶지 않다	0.52	
나의 애정을 좀 더 겉으로 표현하고 싶지만, 다른 사람들이 오해할까봐 걱정된다	0.49	
내가 그들에게 진심으로 관심을 가지고 있었다는 것을 말했더라면 하고 회상할 때가 있다	0.49	
내 속에 있는 두려움과 감정들을 감춰두려 하지만, 때때로 다른 사람들에게 이야기하고 싶다.	0.49	
나는 화를 참으려 하지만, 다른 사람들이 내가 어떻게 느끼는지 알았으면 좋겠다.	0.44	
화를 낼까 하다가도, 그렇게 하지 않으려 한다		0.79
때때로 기분에 따라 행동하고 싶더라도 나는 언제나 기분을 다스리려 노력한다		0.73
누군가 나의 신경을 건드릴 때, 느끼는 바를 말하고 싶더라도 아무렇지 않은 듯 보이려 한다		0.57
화나서 말하고 싶지 않은 기분이 들더라도, 말없이 부루퉁해 있는 것은 피하려 한다		0.52
때로는 다른 사람들이 진실을 알아야 할 때조차, 나는 그들에게 걱정을 끼치지 않으려 한다		0.49
누군가에게 화를 내고 나면, 그것이 계속 마음에 걸린다		0.44
비록 가까운 사람들에게 온당한 일은 아니지만, 다른 사람 앞에서는 나의 부정적인 느낌을 드러내지 않으려 한다		0.43
내가 상처받고 있다는 것을 남자친구/여자친구가 알았으면 하면서도, 남자친구/여자친구에 대한 질투심을 억누르려 한다		0.40
누군가에게 화를 내고 나면 죄책감을 느낀다		0.38
실제보다 더 행복하게 보이기 위해, 항상 웃음을 유지하려 애쓴다		0.34
설 명 량	30.37%	10.00%

가정을 하였다. 또한 집단주의 문화권에서 정서표현에 대한 양가성의 역기능적 효과가 작게 나타난다는 선행연구에 근거하여, 반추의 성격을 지닌 정서표현에 대한 양가성 차원과 구분되는 하위 차원이 존재할 것이라는 가정을 가졌다. 이 두 가정을 연결지어, 회피적인 성격을 지닌 정서표현의 억제와 관계성을 고려한 정서표현 억제가 구분될 수 있다는 가정에 이르렀고, 이후 이 개념적 틀을 가지고 분석하였다. 요인 1의 문항들은 정서적인 표현에 대한 무능감과 정서표현의 결과로써 거부되는데 대한 두려움을 포함하는데, 이는 정서표현에 대해 갈등하고 억압하는 사람들의 자기 방어적 동기를 반영한다고 볼 수 있다. 따라서 요인 1을 ‘자기-방어적 AE’로 이름 지었다. 요인 1은 14문항으로 전체 변량의 30.37%를 설명하였다. 한편 요인 2의 문항들은 요인 1에 비해 ‘관계-관여적 AE’ 성격을 지닌 것으로 볼 수 있다. 자기보호적인 두려움보다는 다른 사람과의 관계를 고려하거나 체면을 유지하기 위하여 자신의 행동을 통제하는 노력을 반영하는 문항들을 포함하고 있는 것이다. 요인 2는 총 10문항으로 전체 변량의 10.0%를 설명하였다.

개념적으로는 2요인 구조가 연구자의 가설에 가장 부합하지만, ‘정서 표현에 대한 후회’의 문항들로 구성된 요인 3의 설명력을 검토할 필요가 있었다. 이에 24문항에 대하여, 2요인과 3요인 각각의 모델의 적합성을 AMOS 5를 사용하여 검토하였다. 2요인 모델의 Chi-square(252, N=299)=667.35($p<.01$)이고 3요인 모델의 Chi-square(251, N=299)=639.71($p<.01$)으로 두 모델의 Chi-square 값은 거의 차이가 나지 않았다. 더불어, 요인 3으로 구분된 두 문항은 2요인 구조에서도 비교적 높은 요인부하량(.44 - .38)을 보이므로 통계적 측면에서도 모델의 간명성을 고려할 때 2요인 구조가 보다 적절하다 판단하였다. 표 1에 두 요인의 문항별 요인부하 값을 제시하였다.

확인적 요인분석. 탐색적 요인분석에서 가정하였던 2요인 구조가 적절한지 그 구성타당도를 평가하기 위하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 탐색적 요인분석 자료와 독립적으로 표집한 690명의 자료에 대해 AMOS 5.0을 사용하여 정서표현에 대한 양가성의 2요인 모델의 적합도를 구하였다. 모델적합도 지수들은 Chi-square(627, N=690)=1378.930($p<.01$), CFI=.807 RMSEA=.081이었

다. RMSEA 값을 비롯한 적합도 지수들을 볼 때 모델이 자료를 정확히 설명한다고 말하기는 어려우나, RMSEA .05 이하가 좋은 모델이라는 기준이 절대적이지 않고 사회과학연구임을 감안할 때 합리적 수준의 적합도를 보인다 할 수 있다.

AEQ-K 두 하위요인은 .42의 상관관계를 보였다. 선행 연구에서는 높은 요인 간 상관을 ‘정서표현 상황에서의 일반적인 갈등과 억압’의 단일 요인을 반영하는 것으로 해석하였지만(King & Emmons, 1990), 후속 연구에서도 구분되는 하위 요인들을 보고하였고, 아직까지 하위 요인들의 성격이 구체적으로 확인되지 않았으므로, 이후 타당도 검토 과정에서 하위 요인을 구분하여 AEQ의 성격을 이해하고자 하였다.

AEQ-K의 기술 통계치 및 내적 합치도

탐색적 요인분석과 확인적 요인분석을 위하여 독립적으로 표집한 자료를 합쳐서 989명(여성 620명, 남성 351명, 미가입 18명)에 대하여 척도의 신뢰도 및 수리적 특성을 분석하였다. 척도의 신뢰도 지수(Cronbach's α)는 .90로 내적일관성을 가지며, 문항-척도간 상관이 .34~.67로 나타났다. AEQ-K의 하위척도인 ‘자기-방어적 AE’는 .89, ‘관계-관여적 AE’는 .78의 알파계수를 나타내, 문항수가 적어짐에 따라 내적합치도가 다소 감소하지만 하위척도들이 대체로 동질적인 문항으로 구성되어 있음을 보여준다.

AEQ-K 점수는 개인이 갖는 욕구간의 갈등으로 인하여 정서 표현을 억제하는 특성을 나타내는 지표이다. AEQ-K는 정서표현과 관련된 느낌, 사고, 그리고 행동과 관련된 갈등과 억제 경향의 정도를 1-5점 상에 평정하게 되어 있다. 971명 참가자의 평균 점수는 3.11(표준편차 .57)이었다. 하위척도 중 ‘자기-방어적 AE’의 평균은 3.04(표준편차 .70), ‘관계-관여적 AE’의 평균은 3.32(표준편차 .62)로 대부분의 참가자들이 어느 정도 정서표현에 대한 양가성을 가지고 있으며, 정서표현결과에 대한 두려움과 표현기술의 부족을 특징으로 하는 자기-방어적인 AE보다, 정서표현 행동 억제를 중심으로 한 관계-관여적인 AE를 경험하는 경향이 보다 크다는 것을 알 수 있다 ($t=-12.58$, $N=988$, $p<.001$). 각 문항들의 점수 범위는 2.72-3.70이었다. 평균 점수가 높은 문항들은 ‘누군가에게

표 2. AEQ-K의 문항변별도 및 수리적 특성

	평균	표준 편차	문항척도간 상관
내가 실제로 느끼고 있는 것을 다른 사람에게 표현할 적당한 말을 찾기 어렵다	2.75	1.06	0.45
내 감정을 솔직하게 표현하고 싶지만 그로 인해 나 자신이 당황하게 되거나 상처받게 될까 걱정된다	3.11	1.12	0.61
두려움이나 분노같은 부정적인 감정을 표현하면 다른 사람들이 나를 받아주지 않을까 걱정된다	3.01	1.13	0.63
종종 내가 실제로 느끼고 있는 것을 표현할 수가 없다	2.85	1.05	0.57
내 문제들에 대해 다른 사람들과 정말 이야기하고 싶지만, 때때로 그러지 못한다.	3.08	1.08	0.62
사랑한다는 말을 해주고 싶지만, 적당한 말을 찾기가 어렵다	2.72	1.15	0.49
계획한 대로 일이 진행되지 않았을 때 실망감을 드러내고 싶지만 상처받기 쉬운 사람으로 보이고 싶지 않다	3.04	1.14	0.53
종종 내가 느끼는 바를 다른 사람에게 보여주고 싶지만, 웬지 망설여진다.	3.09	1.06	0.68
다른 사람에게 그들이 내게 얼마나 소중한지 말하지 못한다는 것을 종종 느낀다	3.00	1.14	0.51
내 속에 있는 두려움과 감정들을 감춰두려 하지만, 때때로 다른 사람들에게 이야기하고 싶다.	3.43	0.98	0.47
정서적 반응을 좀더 즉각적으로 드러내고 싶지만, 그러지 못할 것 같다	2.96	1.07	0.61
내가 그들에게 진심으로 관심을 가지고 있었다는 것을 말했더라면 하고 회상할 때가 있다	3.13	1.09	0.51
누군가에게 화를 내고 나면 죄책감을 느낀다	3.56	1.01	0.49
나의 애정을 좀 더 겉으로 표현하고 싶지만, 다른 사람들이 오해할까봐 걱정된다	2.89	1.08	0.54
나는 화를 참으려 하지만, 다른 사람들이 내가 어떻게 느끼는지 알았으면 좋겠다.	3.48	1.05	0.48
누군가에게 화를 내고 나면, 그것이 계속 마음에 걸린다	3.70	0.97	0.50
실제보다 더 행복하게 보이기 위해, 항상 웃음을 유지하려 애쓴다	3.03	1.15	0.38
누군가 나의 신경을 건드릴 때, 느끼는 바를 말하고 싶더라도 아무렇지 않은 듯 보이려 한다	3.18	1.04	0.55
화나서 말하고 싶지 않은 기분이 들더라도, 말없이 부루퉁해 있는 것은 피하려 한다	3.08	1.06	0.17
때로는 다른 사람들이 진실을 알아야 할 때조차, 나는 그들에게 걱정을 끼치지 않으려 한다	3.05	1.05	0.47
내가 상처받고 있다는 것을 남자친구/여자친구가 알았으면 하면서도, 남자친구/여자친구에 대한 질투심을 억누르려 한다	3.01	1.10	0.44
화를 낼까 하다가도, 그렇게 하지 않으려 한다	3.44	0.97	0.48
때때로 기분에 따라 행동하고 싶더라도 나는 언제나 기분을 다스리려 노력한다	3.57	0.96	0.36

화를 내고 나면, 그것이 계속 마음에 걸린다' '때때로 기분에 따라 행동하고 싶더라도 나는 언제나 기분을 다스리려 노력한다'이고, 평균점수가 낮은 문항들은 '내가 실제로 느끼고 있는 것을 다른 사람에게 표현할 적당한 말을 찾기 어렵다' '종종 내가 실제로 느끼고 있는 것을 표현할 수가 없다'로, 참가자들이 표현한 후 후회하거나 표현 행동을 억제하는 경우는 많은 편이나, 정서 표현에 대한 무능함을 느끼는 경우는 보다 적음을 알 수 있다. 표 2에 문항들의 수리적 특성들을 제시하였다.

성차와 연령차. 정서 표현에 대해 갈등하고 억제하는 정도에 성별, 연령별 차이가 있는지 알아보기 위하여 집단 간 차이검증과 상관분석을 실시하였다. 성별에 따른 차이

는 유의미하지 않았다. 연령과 정서표현에 대한 양가성 간에는 약한 부적 상관관계($r=-.162, p<.001$)가 나타났다. 이는 참가자 대다수를 이루는 20대 초반의 대학생들의 정서표현에 대한 양가성이 보다 높으며, 나이가 들수록 그러한 갈등과 억압은 다소 약해짐을 시사한다.

타당도 분석

한국판 정서표현에 대한 양가성 척도(AEQ-K)가 다른 표현 억제적 개인차 변인 및 방어성 척도와 어떤 관련성을 갖는지 분석함으로써 AEQ-K의 수렴 및 변별 타당도를 검증하고자 하였다. 현재 많은 억제 관련 측정지들은 그 특성이 분명히 구분되지 않고 사용되는 경향이 있다.

표 3. 정서표현 억제 관련 변인 간 상관

	AEQ-K	AE_F1	AE_F2	ERQ_억제	AAQ
억제적 정서조절 (ERQ_억제)	.49**	.39**	.53**		
경험적 회피 (AAQ)	.36**	.41**	.17**	.17**	
사회적 선회도 (MCSDS)	-.14	-.26**	.04	-.01	-.51**
정서표현성(EES)					
통제 시					
억제적 정서조절 (ERQ_억제)	.29**	.20**	.33**		
경험적 회피 (AAQ)	.37**	.41**	.16**	.18**	
사회적 선회도 (MCSDS)	-.14	-.26**	.08	.05	-.51**

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

AEQ-K=한국판 정서표현에 대한 양가성, AE_F1= 자기-방어적 양가성 요인, AE_F2= 관계-관여적 양가성 요인

이에 정서표현에 대해 갈등하고 억제하는 특성을 측정하는 AEQ-K를 정서 표현반응을 억제함으로써 조절하는 정도를 측정하는 ERQ_억제, 원하지 않는 생각이나 감정들을 회피하는 노력을 측정하는 경험적 회피 척도 AAQ, 그리고 사회적 불인정에 대한 방어적 회피를 반영하는 사회적 선회도 척도 MCSDS와 상호관련성을 분석하였다. 각 척도들 간의 관계는 정서표현성의 영향을 통제한 후 다시 검토되었다.

AEQ-K는 억제적 양식을 측정하는 억제적 정서조절과 경험적 회피 척도와는 각각 .49와 .36($p < .001$)의 유의한 정적 상관관계를 보이고, 정서의 표현성과는 -.42($p < .001$)의 유의미한 부적 상관관계를 보였다. 정서표현에 대해 양가적인 사람들이 표현 행동을 억제하며 표현성이 낮고, 정서 경험이나 이를 유발하는 상황 자체를 회피하려는 특성 역시 갖는다고 볼 수 있다. 정서표현성을 통제하고 변인들과의 상관관계를 볼 때, 정서표현에 대한 양가성과 억제적 조절양식 간의 상관관계는 약해지나 여전히 유의미하며, 경험적 회피와의 상관관계는 거의 변화가 없었다. 억제적 정서조절과 경험적 회피는 구분되는 개념임에도 불구하고($r = .17, p < .01$) AEQ-K가 두 척도와 모두 높은 상관을 보이는 것은 정서표현에 대한 양가성 개념이 행동적 억제 뿐 아니라 경험을 회피하려는 경향도 담고 있음을 의미한다. 한편 AEQ-K는 변별타당도를 확인하기 위한 준거변인인 사회적 선회도 척도와는 유의미한 상관을 나타나지 않았다. 이는 AEQ-K가 정서를 의식하면서 표현을 감추는 ‘억제’를 측정하며, 불안이나 분노와 같은 부적 정서에 대해 무의식적 방어성을 반영하는 사회적 선회

도와는 변별되는 개념임을 의미한다.

앞서 요인분석을 통하여 정서표현에 대한 양가성이 자기-방어적인 동기와 관계-관여적인 동기에 근거한 두 하위 요인으로 구성된다고 제안하였다. 요인분석을 통하여 추출한 두 요인이 실제로 구별되는 특성을 가진 개념인지, 관련된 억제 및 적응 척도와의 상관관계 분석을 통하여 검토하였다. 결과는 일관적인 패턴을 보였는데, 자기-방어적 양가성 요인은 회피와 높은 정적 상관관계를 보이는 반면($r = .41, p < .001$) 관계-관여적 양가성 요인은 회피와 약한 관련성을 보였다($r = .17, p < .05$). 반면 정서반응경향성의 억제라는 행동 측면에서는 관계-관여적 AE가

표 4. 적응 지표와 상관

	AEQ	AE_F1	AE_F2	ERQ_억제	AAQ
전반적 심각도	.30**	.36**	.11	.16**	.47**
신체화	.22**	.28**	.06	.07	.30**
강박증	.39**	.43**	.20**	.22**	.49**
대인간 민감성	.36**	.40**	.18**	.14**	.50**
우울	.35**	.38**	.19**	.20**	.47**
불안	.27**	.32**	.10	.15*	.46**
적대감	.17**	.27**	-.03	.07	.43**
공격성	.25**	.28**	.10	.18**	.36**
피해망상	.24**	.29**	.07	.17**	.37**
정신증	.28**	.35**	.10	.18**	.38**
자존감	-.19**	-.24**	-.03	-.17**	-.44**

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

AEQ-K와 보다 큰 상관을 보였다($r=.53, p<.001$). 두 요인의 차이점은 적응지표와의 관계에 더욱 분명히 드러났다(표 4. 참조).

정서표현에 대한 양가성 전체 점수는 심리증상의 전반적 심각도 지수와 높은 상관을 보이면서($r=.37, p<.001$), BSI 하위척도인 신체화, 강박증, 대인간 민감성, 우울, 불안, 적대감, 공적 불안, 피해망상, 정신증의 모든 지표와 $.17-.39(p<.001)$ 의 정적 상관관계를 나타냈다. 흥미로운 점은 정서표현에 대한 양가성과 심리적 문제 사이의 관련성은 대부분 자기-방어적 양가성에 의해 설명된다는 것이다. AEQ-K의 하위차원을 나누어 적응성과의 관계를 살펴보면, BSI의 전체 및 하위척도 점수와 자기-방어적 AE의 상관값들은 AEQ-K 전체 점수와 상관값들보다 모두 높았다($r=.35-.48, p<.001$). 반면, 관계-관여적 양가성의 상관관계는 강박증, 우울, 대인간 민감성에서 유의미한 정적 상관이 있으나 그 값이 작고, BSI의 전체 및 하위척도 점수와 상관 정도가 현저히 작아졌다. 이런 관련성은 또 다른 적응측정치인 자존감과의 관련에서도 일관적으로 나타나는데, 자존감과 자기-방어적 AE의 상관은 유의한 반면($r=-0.24, p<.001$) 관계-관여적 AE와는 유의미한 상관을 나타내지 않았다. AEQ-K의 두 하위요인이 다른 억제 및 적응 척도와 상관계 면에서 크기의 차이를 보이는 것은 두 요인이 차별적인 효과를 가질 수 있음을 함의한다. 그런데 두 요인이 나타내는 상관관계가 모두 유의미함으로, 상관값들의 차이가 유의미한지 통계검증을 하였다. 요인 1과 ERQ_억제의 상관($r=.39, p<.01$)과 요인 2와 ERQ_억제의 상관($r=.53, p<.01$)의 크기 차이의 유의도 검증을 위해 각주1)의 공식에 따라 계산하였고, 그 결과 상관값의 차이는 유의미하였다($t=3.28, p<.01$). 경험적 회피, 심리증상, 자존감 면에서도 두 하위요인이 갖는 상관 크기의 차이는 모두 유의미하였다.

자기-방어적 양가성과 관계-관여적 양가성의 두 요인 간의 차이가 나타나는 이유를 알아보고자, 두 요인이 각각 행동 억제와 경험적 회피라는 두 변인에 의해 어떻게

표 5. 관계-관여적 AE에 대한 억제 변인들의 회귀분석 결과

	B	B의 표준오차	Beta	t	p
경험적 회피(AAQ)	.01	.00	.08	1.65	.10
행동적 억제(ERQ_억제)	.08	.01	.52	10.12	.00
절편	1.95	.18		10.59	.00

표 6. 자기-방어적 AE에 대한 억제 변인들의 회귀분석 결과

	B	B의 표준오차	Beta	t	p
경험적 회피(AAQ)	.03	.00	.35	6.84	.00
행동적 억제(ERQ_억제)	.05	.01	.33	6.43	.00
절편	1.15	.21		5.54	.00

설명되는지 회귀분석을 실시하였다. 예상하던 바대로, 자기-방어적 양가성의 경우는 행동 억제와 경험적 회피가 비슷한 수준의 설명력을 갖지만($B=.35, p<.001$), 관계-관여적 양가성에서는 경험적 회피의 설명력이 유의미하지 않았다. 회귀분석 결과는 표 5와 표 6에 제시하였다.

논 의

정서표현에 대한 양가성은 억제 개념들 중에서도 정서 표현이라는 구체적인 행동을 대상으로 갈등이라는 의식 가능한 상태를 다룸으로써 자기 보고에 의한 측정이 보다 용이한 개념이다. 표현 욕구에 대한 적극적인 억제나 개인이 추구하는 목표들 간의 해결되지 않은 갈등이 신체적, 심리적 건강에 역기능적으로 작용한다는 연구들은(Pennebaker, 1985; Emmons & King, 1988), 우리 삶에서 흔하게 사용되는 억제의 다양한 측면 중에서도 정서표현에 대한 양가성에 주의할 필요를 일깨운다. 그러나 정서표현에 대한 양가성이 의미하는 바나 적응에 미치는 영향은 문화에 따른 차이가 있을 수 있으므로, 관계성을 중시하는 한국의 문화적 맥락을 고려한 연구가 필요하다. 본 연구에서는 King과 Emmons(1990)가 개발한 정서표현에 대한 양가성 척도(AEQ)를 타당화하여 이 개념의 구조와 역할을 이해하고자 하였다. 타당화 과정에서 정서표

1) Significance of the difference between two dependent correlations from the same
 sample : $t = (r_{xy} - r_{zy}) * \sqrt{[(n-3)(1+r_{xz})] / \{2(1-r_{xy}^2 - r_{xz}^2 - r_{zy}^2) + 2r_{xy} * r_{xz} * r_{zy}\}}$ [http://www2.chass.ncsu.edu/garson/PA765/correl.htm]

현에 대한 양가성이 다른 억제 개념들과 어떤 관련성을 보이는지 검토함으로써, 억제의 어떤 측면이 개인의 적응에 역기능적일 수 있는지 고찰하였다.

AEQ-K에 대한 요인분석 결과 정서표현에 대한 양가성은 2요인 구조가 개념적으로나 통계적으로 가장 적절하다고 판단되었다. 서구 연구 뿐 아니라 중국 문화맥락에서 AEQ의 구조를 밝힌 연구결과에서도(Chen et al., 2004) 정서 표현 결과에 대해 지나치게 반추하며 표현을 억제하는 문항들을 반추(Rumination)와, 부적 정서를 인지하면서 적극적으로 표현을 통제하는 문항들을 통제(Control)의 2요인이 구분되었다. 그런데 이렇듯 인지와 행동 차원에 따라 요인을 구분하였을 때, 첫 번째 요인인 ‘반추’의 문항들은 대부분 인지적, 행동적 요소를 모두 포함하고 있어, 행동적 통제를 기준으로 두 번째 요인인 ‘통제’와 명확히 구분되지 않는다는 제약이 있었다. 본 연구에서 도출된 2요인 각각에 포함되는 문항들은 선행 연구의 2요인 구조의 경우와 상당히 중첩된다. 그러나 포함된 항목들이 유사하더라도 이를 해석하는 관점에는 상당한 차이가 있다. 본 연구에서는 정서표현에 갈등하는 이유에 따라 그 억제행동의 결과가 다를 수 있다는 점에 착안하여, 동기적 관점에서 요인들의 성격을 파악하였다. 이에 요인 1은 자신의 정서를 적절히 표현할 자신이 없거나 어떻게 해야 할지 모르는 정서 표현에 대한 불능감과, 부정적 정서를 표현하여 거부되거나 상처받을지에 대한 두려움을 반영하는 문항들이 포함되었다. 이에 비해 요인 2는 주로 표현 행동을 통제함으로써 신중함을 기하려는 문항들로 구성되는데(예; ‘화를 낼까 하다가도.’ ‘때때로 기분에 따라 행동하고 싶을 때도.’) 이런 억제 노력은 주로 인상관리의 노력과 함께(‘누군가 나의 신경을 건드릴 때.. 아무렇지 않은 듯 보이려 한다’) 타인 중심으로 관계성을 고려하는(‘...나는 그들에게 걱정을 끼치지 않으려 한다’ ‘누군가에게 화를 내고 나면, 그것이 계속 마음에 걸린다’) 성격을 지녔다. 우리가 정서적 상황에서 자신의 감정이나 욕구를 표현하는데 갈등하는 상황이라면 다음의 두 경우를 떠올릴 수 있다. 하나는 자신의 정서를 표현했을 때 수용되지 않고 오해되거나 거부되거나 웃음거리가 되는 경우이다. 이런 부정적인 결과를 예상하지만 유능하게 표현할 수 있는 기술을 모른다면, 우리는 표현하기를 망설이거나 어려워 할 것이다.

이런 상태는 부정적인 결과를 예방하려는 ‘자기-방어적’인 동기가 작용하여 정서표현에 대해 양가적이게 된 경우라고 할 수 있다. 다른 하나는 자신이 표현하는 정서 상황과 상대방에게 어떤 영향을 줄지를 고려하는 경우인데, 이는 전자와 적응상의 함의가 다를 것이다. 정서를 표현함에 있어 다른 사람과의 관계성을 고려하는 것은, 과도한 정서표현으로 인한 문제(체면이나 관계의 손상)를 예방하고 관계를 보호하는 기능을 할 수 있다. 이러한 관점은 Kennedy-Moore와 Watson이(1999) 정서표현에 대한 양가성을 자기보호 목표와 친밀감 목표 간의 갈등으로 설명한 것과 맥을 같이 한다. 정서표현에 양가적이라는 것은, 돌아올 배척이나 복수에 대한 두려움에 대한 자기-방어적 측면과 상대를 배려하고 관계를 보호하려는 타인 지향적 측면을 모두 가질 수 있다.

정서표현에 대해 양가적이게 되는 동기가 다르다는 관점에서 구분한 두 요인의 성격은 타당화 과정에서 보다 명확해진다. 관련된 억제 개념들과의 상관분석 결과, ‘관계-관여적 AE’는 ‘자기-방어적 AE’보다 표현 행동의 억제(정서조절 방략으로써 반응 억제와 낮은 표현성)와 높은 상관을 보이지만 회피와는 상관이 없었다. 이는 ‘관계-관여적 AE’ 성향이 높은 사람들이 표현적이지 않고 자신의 표현 욕구를 잘 통제하지만, 이들에게는 경험자체를 부정하고 회피하려는 경향이 적다는 것을 시사한다. 반면, ‘자기-방어적 AE’의 경우 표현 행동 억제와 함께 자신의 정서경험에 대한 회피 경향이 높게 나타났다. 이러한 특성의 영향은 적응지표와의 상관분석을 통해 더욱 명확해진다. 정서표현에 대한 양가성은 우울증 등 심리적 건강과 부적인 관련성이 있다고 알려져 있다. AEQ-K의 하위차원을 나누어 적응과의 관계를 살펴본 결과, 심리증상(BSI)의 전반적 심각도 지수를 비롯한 신체화, 강박증, 대인간 민감성, 우울, 불안, 적대감, 공적 불안, 피해망상, 정신증의 심리증상들과 정서표현에 대한 양가성과 관련성은 대부분 자기-방어적 AE에 의해 설명되었다. 반면, 관계-관여적 AE는 강박증, 우울과 대인관계에민성에서 약한 정적인 관계를 보일 뿐, 다수의 심리증상과 유의미한 관련성을 보이지 않았다. 한국이라는 문화적 맥락에서 정서표현에 대해 양가적이라는 것은 관계성을 고려하여 행동을 자제하는 성격과 표현결과를 두려워하여 정서상황을 억제하고 회피하는 경향으로 나누어질 수 있

는데, 후자가 심리적 건강에 역기능적 작용을 하는데 비해, 전자의 부정적 효과는 적다는 결과이다.

이처럼 드러나는 정서표현을 억제하는 행동은, 그 기저에 갈등이 존재하는지 또는 어떤 성격의 갈등이 존재하는지에 따라 다른 결과에 이르는 것으로 보인다. 정서표현에 대한 양가성을 자기-방어적 AE와 관계-관여적 AE로 구분함으로써 우리는 두 가지 흥미로운 논점에 이르게 되었다. 첫 번째는 정서 행동의 억제 자체보다 회피적 경향이 병리적으로 작용할 수 있다는 점을 확인한 것이다. 정서표현에 대한 양가성 척도는 자신이 어떻게 느끼는지 보이고 싶은 목표와 그런 표현의 결과를 두려워하는 목표 간의 갈등, 즉 접근 목표와 회피 목표가 대립된 것을 측정하고 있는데, 본 연구에서는 갈등이 회피적인 목표를 포함함으로써 부적응적일 수 있음을 제안한다. 관계-관여적 AE는 행동반응을 선택하는 주제적인 성격을 가진 반면, 자기-방어적 AE는 행동을 시도하기도 전에 두려워하는 회피적인 성격을 보인다. 자기-방어적 AE가 관계-관여적 AE에 비해 심리적 부적응 지표들과 현저하게 강한 상관을 보이는 것은, 갈등의 성격이 보다 방어적이고 회피적이라는 점과 관련된 것으로 보인다. 동기 연구가들은 접근 목표(예; 나는 사람들과 시간을 보내려 한다)와 회피 목표(예; 나는 혼자 있지 않으려 한다)가 다른 행동 패턴과 결과에 이르게 한다고 보았다(Klinger, 1977). 회피 목표(aversive striving)를 주로 가진 사람들은 실패한 회피 시도와 관련된 기억을 더 많이 하고 그 사건의 결과에 대해 더 고통스러워했다. 그들이 원하지 않는 결과를 피했을 때조차도 접근 목표를 가진 사람들에 비해 정서적인 안녕감이 낮았다. 회피 목표를 가진 사람들은 전반적으로 더 낮은 정서적 안녕감과 불안을 비롯한 심리적 불편감을 경험하였다(Singer & Salovey, 1993; Emmons & Kaiser, 1995). 정서장애에서 회피 경향성이 주요한 병리적 요인으로 이해되는 것도(Hayes et al., 1996, 2004; Forsyth, Parker, & Finlay, 2003) 이런 결과와 맥을 같이 할 것이다. 억제가 단기적인 대처 방략으로 필요한 시점까지 만족을 지연하는 성숙된 방어기제인지(Vaillant, 1971) 만성적이고 생리적 인지적 소모를 일으키는 병리적 특질인지에 대한 엇갈린 연구결과에 대한 해석 역시, 기저 하는 동기의 성격에 따라 역세의 영향이 달라지며, 그 동기가 회피적인 성격을 가질 때 보다 병리적으로 작용할 가능

성이 크다는 점을 고려함으로써 보다 분명해질 수 있을 것이다.

두 번째 논점은, 정서표현에 대한 양가성이 전반적으로 부적응적 개인차 변인임에도 불구하고 본 연구에서 도출된 관계-관여적 AE, 즉 정서표현행동의 통제가 부적응과의 관련성이 약해지는 결과는 문화차로 볼 수 있다는 것이다. 개인주의 문화권인 미국 학생들에 비해 집합주의 문화권의 중국, 한국 학생들에게서 정서표현에 대한 양가성과 개인의 안녕감 간의 관계가 약하다는(Suh, 1994) 연구와도 일관된 결과이다. 대인관계 예민성과 행동 통제를 나타내는 문항들로 이루어진 요인 2를 ‘관계-관여적’이라 해석하였다는 점도, 연구자가 관계성을 중시하는 집합주의 문화권에 있기 때문에 가능한 해석일 수 있다. 자신의 정서를 표현하는 것이 관계에 미칠 영향을 고려하여 억제하는 성향은 우리 문화에서 적응적으로 기능할 가능성이 높다. 한국의 문화는 관계주의 문화의 성격이 강한데(최상진, 1997) 이러한 관계주의 문화에서 중요한 덕목이 타인에 대한 배려이고, 욕구의 즉각적 충족보다 절제와 인내가 가치 있게 여겨진다. 자신의 욕구를 억제하고 인고하는 것이 바람직하다는 전통적 믿음은, 우리 사회가 급속한 경제발전과 더불어 개인중심적인 가치관으로 급격한 변화를 겪는 중에도, 여전히 한국인에게 중요한 가치 체계로 존재한다(최상진, 김태연, 2001). 정서표현을 억제하려는 목표가 비록 개인의 표현 욕구와 상치하지만 문화적 가치관과 부합할 때 그 역기능적 속성이 반감될 수도 있을 것이다. 또한 자신의 표현 욕구를 억제함에 따라 사회적 보상이 주어진다면, 정서표현에 대한 양가성으로 인한 심리적 긴장이 상쇄될 수 있을 것이다. 급속한 경제사회적 변화에 따른 가치관과 정서표현규범의 혼재로 한국인들은 증가된 정서표현에 대한 양가성을 가질 수도 있고, 한편으로는 관계성을 중시하는 사회문화적 영향으로 정서표현에 대한 양가성의 부정적 영향력이 적을 수도 있다. 한국이라는 문화적 맥락에서 정서표현에 대한 양가성이 기능하는 양상을 이해하기 위해서는 서구 사회와의 비교 연구를 포함한 지속적인 관심이 필요한 바이다.

그러나 이러한 결과의 해석은 몇 가지 제한점을 갖는다. 우선 문항의 내용을 동기적 관점에서 이해한 것은 연구자의 주관이 개입된 문제이다. 따라서 이런 해석의 타당성을 확보하기 위해서는 두 차원이 서로 다른 행동을

유발하는 동기적 성격이 있는지 경험적 연구를 통한 지속적인 확인이 필요하다. 더불어 자기-방어적 AE와 관계-관여적 AE가 뚜렷이 구분되는 개념인가의 문제도 남아있다. 두 하위 요인 사이에는 높은 상관관계에 있고 전체 척도의 내적일관성도 높다. 두 하위척도의 관련성은 관계-관여적이라는 부분에도 자기방어적인 측면이 존재한다는 관점에서 이해할 수 있다. 우리가 다른 사람의 상황을 살피고 조심하는 것이 상대를 배려하기 때문이기도 하지만, 한편으로는 자신에게 돌아올 불이익을 방지하기 위한 자기-방어적 속성도 지니고 있다. 자기-관여적 AE는 비록 크기는 작지만 우울 및 강박증과 유의미한 상관을 보였는데, 이에 자신의 욕구보다 타인이나 상황을 우선적으로 고려하는 성향이 삶의 만족을 낮출 수 있다는 해석을 할 수도 있는 것이다. 이러한 문제에 대한 명확한 논의가 어려운 이유는 정서표현의 억제와 관련된 다양한 개념들의 본질이 충분히 밝혀지지 않았기 때문이다. 예를 들어, 자기-방어적 양가성 요인에는 정서표현에 대한 불능감과 두려움이 포함되어 있다. 자신의 정서를 어떻게 표현할지 모르겠다는 반응은 정서를 언어화하는 데의 장애를 나타내는 감정표현불능증(alexithymia : Sifneos, 1972)과 유사한 면이 있다. 감정표현불능증은 정서를 인식하고 상징적으로 표상하는 능력의 결함으로, 정서적 느낌과 신체감각을 변별하는데 곤란을 보이는 특질이다. 감정표현불능의 기제에 대해서는 별로 알려진 것이 없지만, 정신신체장애 외에 물질남용, 섭식장애, 외상후스트레스 장애 환자에게서 많이 나타난다. 정신분석적 관점에서는 이를 내적 갈등에 대한 방어로 간주한다. 그렇다면 정서표현과 관련된 상이한 욕구간의 갈등과 감정표현불능은 매우 밀접한 관련성을 가질 것이다. 다른 하나의 예로 관계-관여적 양가성의 해석도 다른 억제 개념과 관련성을 통해 그 성격을 밝혀나갈 필요가 있는데, 특히 자제(restraint)와 연관성이 클 것으로 보인다. Weinberger와 Schwarz(1990)는 타인을 배려하고 보다 장기적인 목적을 가지며, 즉각적이고 자기중심적인 충동을 억제하는 능력으로 자제의 개념을 제안하고 있다. 자제는 흔히 성숙한 개인에게 요구되는 덕목으로 여겨지고, 적대감을 자제할 수 있는 능력은 특히 개인의 적응에 긍정적으로 기능한다. 그러나 유방암 환자집단이 정상집단에 비해 정서표현에 대한 양가성과 함께 자제에서 높은 점수를 보인다는 결과는, 타

인을 배려하고 자신의 충동을 통제하는 경향이 반드시 긍정적으로만 작용하지 않을 수 있음을 시사한다. 이러한 측면은 관계-관여적 양가성 요인도 공유한다. 정서표현에 대한 양가성의 역기능적 효과가 상당 부분 자기-방어적 양가성에 의해 설명된다고 하더라도, 관계-관여적 양가성 역시 대인민감성 및 우울과 정적인 상관을 보이고 있다. 비록 회피적이지 않더라도 자신의 자발적인 욕구를 억제하고 차단하는 것이 가져오는 장기적인 효과와 다른 개인차변인들과의 상호작용 속에서 독특하게 나타나는 효과가 있는지 후속 연구를 통해 밝히는 노력을 계속할 것이다.

참 고 문 헌

- 고영건, Salovey, P., 김진영 (2004). 성숙한 억제로서의 한의 싹: 암 환자들의 정서적 대처를 위한 시사점. *한국심리학회지 : 건강*, 9(4), 1003-1026.
- 옥수정 (2001). 억압적 성격 성향자의 정서적 특성과 정서 조절 전략. *서울대학교 석사학위논문*.
- 이승미, 오경자 (2006). 정서인식불능, 정서표현에 대한 양가감정, 정서표현성이 중년 기혼 여성의 심리적 부적응에 미치는 영향. *한국심리학회지 : 임상*, 25(1), 113-128.
- 이주일, 황석현, 한정원, 민경환 (1997). 정서의 체험 및 표현성이 건강과 심리적 안녕에 미치는 영향. *한국심리학회지 : 사회 및 성격*, 11(1), 117-140.
- 최상진 (1997). 한국인의 심리적 특성. *현대심리학의 이해*. 학문사.
- 최상진, 김태연 (2001). 인고에 대한 한국인의 심리 : 긍정적 보상기대와 부정적 과실상계를 중심으로. *한국심리학회지 : 사회문제*, 7(2), 21-38
- 최해연 (2005). 정서표현에 대한 부정적 신념의 구조와 기능. *한국심리학회지 : 일반*, 24(1), 239-257.
- 한정원 (1997). 정서표현성이 건강 및 주관적 안녕에 미치는 영향. *서울대학교 석사학위논문*.
- Bell, P. A., & Byrne, D. (1978). Repression-sensitization. In H. London and J.E. Exner, Editors, *Dimensions of personality*, New York : Wiley, 449-485.
- Berkowitz, S., Cochran, & Embree M. (1981). *Physical*

- pain and the goal of aversively stimulated aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 687-700.
- Berry, J., Poortinga, Y., Segall, M., & Dasen, P. (1992). Cross-cultural psychology : Research and applications. *Cambridge University Press*.
- Buck, R. (1988). *Human Motivation and Emotion*(2nd ed.). New York : Wiley.
- Chen, S., Cheung, F., Bond, M., & Leung, J. (2004). Decomposing the construct of Ambivalence over Emotional Expression in a Chinese Cultural Context. *European Journal of Personality*, 19, 185-204.
- Cox, T., & McCay, C. (1982). Psychosocial factors and psychophysiological mechanisms in the aetiology and development of cancers, *Social Science and Medicine*, 16, 381-396.
- Crowne, D. P., & Marlowe, D. (1964). *The approval motive*. New York : Wiley.
- Emmons, R. A., & Colby, P. M. (1995). Emotional conflict and well-being : Relation to perceived availability, daily utilization, and observer reports of social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 947-959.
- Emmons, R. A., & Kaiser (1995). Goal orientation and Emotional well-being : Linking Goals and Affect through the self.
- Emmons, R. A., & King, L. A. (1988). Personal striving conflict : Immediate and long-term implications for psychological and physical well-being, *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1040-1048.
- Feldner, Zvolensky, Eifert, & Spira (2003). Emotional avoidance : An experimental test of individual differences and response suppression during biological challenge, *Behaviour Research and Therapy*, 41, 403-411.
- Forsyth, Parker, & Finlay (2003). Anxiety sensitivity, controllability, and experiential avoidance and their relation to drug of choice and addiction severity in a residential sample of substance abusing veterans, *Addictive Behaviors*, 28, 851-870.
- Friedman & Booth-Kewley (1987). Personality, Type A Behavior, and Coronary Heart Disease : The Role of Emotional Expression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(4), 783-792.
- Fridlund, A. J., Newman, J. B., & Gibson, E. L. (1984). Putting emotion in behavioral medicine : Discrete-emotion psychophysiology and its relevance for research and therapy. In : C. Van Dyke, L. Temoshok and L.S. Zegans, Editors, *Emotions in health and illness*, Grune & Stratton, New York, 117-134.
- Frijda, N. H. (1986). *The Emotions*. Cambridge : Cambridge University Press.
- Giese-Davis, J., & Spiegel, D. (2001). Suppression, repressive-defensiveness, restraint, and distress in metastatic breast cancer : separable or inseparable constructs?, *Journal of Personality*, 69(3), 417-449.
- Goldstein, H. S., Edelberg, R., Meier, C. F., & Davis, L. (1988). Relationship of resting blood pressure and heart rate to experienced anger and expressed anger. *Psychosom Med*, 50, 321-329.
- Greenberg, L. S., & Safran, J. D. (1989). Emotion in Psychotherapy. *American Psychologist*, 44(1), 19-29.
- Gottman, J. M. (1993). The Role of Conflict Engagement, Escalation, and Avoidance in Marital Interaction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 6-15.
- Gross, J. J., & Levenson, R. W. (1997). Hiding feelings : The acute effects of inhibiting negative and positive emotion. *Journal of Abnormal Psychology*, 106, 95-103.
- Gross, J. J. (1998a). Antecedent- and response-focused emotion regulation : Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 224-237.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation : Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39, 281-291.

- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation processes : Implications for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362.
- Hayes, Wilson, Gifford, Follette, & Strosahl (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders : A functional dimensional approach to diagnosis and treatment, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 1152-1168.
- Hayes, Strosahl, Wilson, Bissett, Pistorello, & Toarmino (2004). Measuring experiential avoidance : A preliminary test of a working model, *The Psychological Record*, 54, 553-578.
- Jensen, R. (1987). Psychobiological factors predicting the course of breast cancer, *Journal of Personality*, 55, 317-342.
- Jerome, E. L., & Liss, M. (2005). Relationships between sensory processing style, adult attachment, and coping. *Personality and Individual Differences*, 38 (6), 1341-1352.
- Josephs, S., Williams, R., Irwing, P., & Cammock, T. (1994). The preliminary development of a measure to assess attitudes towards emotional expression. *Personality and Individual Differences*, 16(6), 869-875.
- Kagan, J. (1989). The concept of behavioral inhibition to the unfamiliar. In : J. S. Reznick, Eds, Perspectives on behavioral inhibition, University of Chicago Press, Chicago, 1-23.
- Kashdan, T. T., Barrios, V., Forsyth, P., & Steger, M. F. (2005). Experiential avoidance as a generalized psychological vulnerability : Comparisons with coping and emotion regulation strategies. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 1301-1320.
- Katz, I. M., & Campbell, J. D. (1994). Ambivalence over emotional expression and well-being : Nomothetic and idiographic tests of the stress-buffering hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 513-524.
- Kennedy-Moore, E., Watson, J., & Johnson, S. (2000). Expressing Emotion : Myths, Realities, and Therapeutic strategies. The Guilford Press.
- Kiecolt-Glaser, & Greenberg, B. (1983). On the use of physiological measures in assertion research. *Journal of Behavioral Assessment*, 5, 97-109.
- King, L. A. (1993). Emotional expression, conflict over expression, and marital satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10, 601-607.
- King, L. A., & Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression : Psychological and physical correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 864-877.
- King, L. A., & Emmons, R. A. (1991). Psychological, physical, and interpersonal correlates of emotional expressiveness, conflict, and control, *European Journal of Personality*, 5, 131-150.
- King, A. M., Smith, D. A., & Neale, J. M. (1994). Individual differences in dispositional expressiveness : Development and validation of the emotional expressivity scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 934-949.
- Klinger, E. (1977). Meaning and void : Inner experience and the incentives in people's lives, University of Minnesota Press, Minneapolis.
- Krause, Mendelson, & Lynch (2003). Childhood emotional invalidation and adult psychological distress : the mediating role of emotional inhibition. *Child Abuse & Neglect*, 27, 199-213.
- Mongrain & Zuroff (1994). Ambivalence over emotional expression and negative life events : Mediators of depressive symptoms in dependent and self-critical individuals. *Personality and Individual Differences*, 16, 447-458.
- Mongraine & Vettese (2003). Conflict over emotional expression : Implications for interpersonal communication, *Personality and Social Psychology Bull*, 29, 545-555.

- Pauls, C. A., & Stemmler, G. (2003) Repressive and Defensive Coping During Fear and Anger. *Emotion*, 3(3), 284-302.
- Pennebaker, J. W. (1985). Traumatic experience and psychosomatic disease : Exploring the roles of behavioral inhibition, obsession, and confiding. *Canadian Psychology*, 26, 82-95.
- Pennebaker, J. W., Barger, S. D., & Tiebout (1989). Disclosure of trauma and health among Holocaust survivor. *Psychosomatic Medicine*, 51, 577-589.
- Rassin, E. (2005). Individual Differences and Successful Suppression : Thought Suppression, 63-80.
- Roger, D., & Najarian, B. (1989). The construction and validation of a new scale for measuring emotional control. *Personality and Individual Differences*, 10, 845-853.
- Siegmán, A. W. (1994). Cardiovascular Consequence of Expressing and Repressing Anger. In Siegmán, A. W. & Smith, T. W.(Eds.), *Anger, Hostility, and The Heart* Hillsdale, Nj. 173-197.
- Sifneos, P. E. (1972). *Short-term Psychotherapy and Emotional Crisis*. Cambridge, Mass, Harvard University Press.
- Singer, J. A., & Salovey, P. (1993), *The remembered self*. New York.
- Sloan, D. M. (2004). Emotion regulation in action : emotional reactivity in experiential avoidance. *Behaviour Research and Therapy*, 42(11), 1257-1270.
- Spigel, Bloom, Yaloml (1981). Group support for patients with metastatic cancer. *Cancer*, 43, 760-766.
- Suh, E. M. (1994). Emotion norms, salues, familiarity and subject well-being : A cross-cultural examination. Unpublished master's thesis, University of Illinois at Urbana-Champaign.
- Tavris, C. (1989). *Anger : The misunderstood emotion*. New York : Simon & Schuster.
- Temoshok, L. R. (1993). HIV/AIDS, psychoneuroimmunology and beyond : a commentary and review. *Advances in Neuroimmunology*, 3(2), 141-149.
- Vaillant, G. E. (1971). Theoretical hierarchy of adaptive ego mechanisms. *Archives of General Psychiatry*, 24, 107-118.
- Vaillant, G. E. (2000). Adaptive mental mechanism : Their role in a positive psychology, *American Psychologist*, 55(1), 89-98.
- Weinberger, D. A., & Schwartz, G. E. (1990). Distress and restraint as superordinate dimensions of adjustment : A typological perspective. *Journal of Personality*, 58, 381-417.

The Study on the Validation of Ambivalence over Emotional Expressiveness Questionnaire : Comparison of Suppression Constructs in Korean Culture

Hae-Youn Choi Kyung-Whan Min
Seoul University

Recent studies has highlighted the effect of emotional conflict and active suppression on health and personality. The present study examined the structure and validity of Ambivalence over Emotional Expressiveness Questionnaire(King & Emmons, 1990) to examine how emotional conflict and suppression work in the Korean context. Two samples of 299, 690 college students completed AEQ-K, Emotion Regulation Questionnaire(ERQ_suppression), Action and Acceptance Questionnaire(AAQ), and Brief Symptom Inventory(BSI). A two factor solution was explored. 'Self-defensive AE' factor encompass difficulties in emotional expression and fear of the rejection or inappropriateness, while 'Relation-involved AE' factor reflect behavioral control considering relationship and impression management. Correlation analysis reveals that individuals with high self-defensive AE not only regulate emotion through suppression but also avoid private events. showing high level of psychological symptoms. On the contrary, individuals with relationship-involved AE highly control their emotional expression but have little avoidance, and show low level of psychological symptoms. The roles of avoidance and cultural difference in AEQ-K were discussed.

Keywords: Ambivalence over Emotional Expression; Emotional conflict; Suppression; Avoidance; Emotional Regulation

원고접수 : 2007년 10월 12일
심사통과 : 2007년 11월 6일