

한국의 대학생과 직장인이 경험하는 긍정정서의 구조

최혜연†

한국상담대학원대학교

한국의 정서경험에서 긍정정서가 어떤 내용과 구조를 이루는지 조사하였다. 정서단어로서 원형성과 친숙성이 보고된 대표적인 긍정정서 단어 27개를 대상으로 요인분석을 실시하였다. 234명의 대학생의 긍정적인 정서경험은 사랑(반하다, 사랑하다, 설레다), 성취(뿌듯하다, 자랑스럽다, 보람차다), 평안행복(평화롭다, 평안하다, 행복하다), 재미(재미있다, 유쾌하다, 즐겁다), 열정(황홀하다, 열광하다, 감동하다), 정(반갑다, 정겹다, 그립다) 6개 차원으로 구분되었다. 이러한 6요인 구조는 직장인 집단에서 교차확인되지는 않았다. 111명의 직장인들의 긍정정서 경험은 5요인 구조를 보였는데, 평안, 사랑, 성취, 재미의 요인들은 대학생 집단과 동일하게 추출되었지만, 사랑하다나 반갑다와 같은 관계적 정서들과 황홀하다와 감탄하다와 같은 각성적 정서들은 두 집단에서 경험의 패턴이 다르게 나타났다. 대학생 집단에서 열정 요인은 사랑뿐 아니라 성취, 재미 요인들과도 높은 상관을 나타냈지만, 직장인집단의 감동공감 요인은 사랑 요인까만 상대적으로 높은 상관을 보였다. 대학생집단에서는 사랑요인이 정요인과 구분되었고 열정과 강한 상관을 나타낸 반면, 직장인의 사랑 요인은 정 요인과 구분되지 않고 평안한 행복과 높은 상관을 보였다. 연령이나 환경에 따라 경험하는 정서의 패턴이 다를 수 있음과 이러한 요인구조를 해석할 이론적 기반들에 대해 논의하였다.

주요어: 긍정정서, 개별정서, 사랑, 자부심, 행복, 흥미, 열정, 정

사람들은 슬픔, 분노, 행복 등의 정서 상태를 직관적으로 알아차리고, 슬프다, 화난다, 행복하다는 등 전체적이고 범주적으로 정서를 보고한다(Lambie, 2000). 범주적으로 경험되는 주요 정서들은 진화 과정에서 중요한 기능을 담당해 왔다. 분노는 자신을 방어하게 하고(Berkowitz, 1990), 두려움은 안전을 도모하고(Bowlby, 1973), 슬픔은 다른 사람으로부터 공감적이고 조력적인 행동을 끌어내고(Barnett, King, Howard, & Dino, 1980), 혐오는 오염을 피하여 건강을 유지하게 한다

(Rozin & Fallon, 1987). 이렇게 범주적으로 경험되는 정서들이 어떻게 구분되는지는 정서 연구자들에게 매우 중요한 연구물음이다. 이에 범주적으로 경험되는, 즉 개별정서가 어떤 종류가 있으며 어떤 체계에 의해서 일목요연하게 구분될 수 있는지 밝히려는 노력이 누적되어 왔다. 대표적인 접근은 어떤 개별정서가 가장 기본적인지에 대한 논의로, 지금까지 다양한 연구 결과들은 4-11개의 정서들이 기본적으로 구분될 수 있다고 제안하고 있다. 그런데 제안되어진 정서목록을

† 교신저자 : 최혜연, (137-865) 서울시 서초구 서초동 1437-1, 전화 : 02-584-6851,
E-mail : chychy22@empal.com

살펴보면, 분노, 슬픔, 혐오, 공포, 수치심이나 죄책감, 놀람과 같은 부정정서들은 잘 정의되고 세분화되어 있는 반면 긍정정서는 대다수의 연구들에서 즐거움이나 행복 같은 포괄적인 범주로만 제시되고 있다. 생물학적 기반과 연결하여 정서를 구분하려했던 Izard(1971)는 슬픔, 분노, 두려움, 고통, 경멸, 죄책감, 수치심, 흥미, 즐거움, 놀람으로 기본정서를 구분하는데 이 중 긍정정서에는 즐거움과 흥미가 포함된다. 얼굴표정에 초점을 두고 기본정서를 밝히려했던 Ekman 등의 연구자들(1972)은 분노, 혐오, 공포, 슬픔, 놀람, 그리고 긍정정서로는 즐거움을 구분하였다. Tomkins(1984), Gray(1982), Oatley와 Johnson-Laird(1987), Shaver와 동료들(1987)의 기본정서에 관한 연구에서 긍정정서는 즐거움(행복)만을 포함한다. 그 외 사랑(James, 1884), 흥미(Frijda, 1986; Izard, 1971; Tomkins, 1984), 기대(Plutchik, 1980), 놀람 또는 경외(Ekman et al., 1982; Frijda, 1986; Tomkins, 1984), 일부 수용(Plutchik, 1962)과 갈망(Frijda, 1986) 등이 기본정서로 제안되었다. 기본정서 중 부정정서는 상당히 일관되게 분노, 슬픔, 두려움, 혐오 등 여러 개별정서가 뚜렷하게 구분되어 보고되는 반면, 긍정정서는 1-2개로 수적으로 적은 비중을 차지한다. 이는 긍정정서가 상당히 포괄적으로 개념화되어 있음을 의미한다. 한편, 연구자들이 제안한 긍정정서의 종류가 즐거움이나 행복 외에도 기대, 흥미, 수용 등 다양하다는 것은 긍정정서가 보다 다양하게 구분될 수 있다는 가능성도 시사한다. Fredrickson(2009)과 같이 긍정성을 집중적으로 연구해온 학자는 기쁨, 감사, 평온, 흥미, 희망, 자부심, 재미, 영감, 경이, 사랑의 열 가지 형태의 긍정정서들이 사람들의 일상생활에 지배적으로 나타난다고 설명한다. 첫사랑의 손을 처음 잡는 느낌과 산사에서 조용한 아침을 맞는 것은 유쾌하다는 공통점을 갖지만 분명히 구분되는 경험이다. 지금까지 막연히 기분이 좋다 혹은 행복하다고 기술되어 온 긍정정서는 주관적 경험 측면에서 다양하게 구별되고, 그 정서경험과 관련된 인지적 평가 그리고 생리-행동적 측면에서도 고유성을 가진 개별정서들이 변별될 수 있을 것이다. 성격강점 등의 분야에서 긍정성을 중심으로 한 개별정서들에 대한 논의는 점점하고 있으나 아직까지 긍정정서의 구조나 세부적인 기능들

을 상세하게 밝힌 경험적 연구는 매우 드물다.

부정적인 경험은 긍정적인 경험보다 강하다(Baumeister, Bratslavsky, Finkenauer, & Vohs, 2001). 부정정서의 경험이 긍정정서의 경험보다 빈도나 강도가 더 낮더라도, 부정정서는 더 강하게 지각되고 오래 기억되고 더 면밀하게 분석된다. 심리학자들도 긍정정서보다 부정정서에 우선적인 관심을 가지고 보다 세심한 구분을 하였다. 또한 분노나 공포, 슬픔이나 죄책감 같은 정서들이 우리 삶에서 갖는 중요성은 기능적이든 역기능적이든 자명해 보인다. 분노나 공포와 같은 부정정서는 우리 삶에 존재하는 위험요소에 초점을 맞추도록 주의와 지각 체계를 변화시키고 신체적 반응과 동반하여 위험 상황에서 대처하도록 돕는다. 또한 분노를 통해 상대에게 교정적인 행동을 요구하고 슬픔은 도움이 필요하다는 것을 알리는 것처럼 사회적 상호작용에 있어 신호기능 역시 비교적 분명하다. 분노와 슬픔을 비롯하여 공포, 혐오, 죄책감과 같은 부정정서들이 우리의 삶에서 어떤 기능을 하는지 상대적으로 분명하게 인식될 수 있고 그 주관적 느낌이나 표정이나 생리적 상태도 구분도 용이하다. 한편, 긍정정서의 경우 그 정의와 구분이 아직 섬세하지 않다. 원하는 결과를 성취하여 기쁜 상태, 사람들과 시간을 보내며 즐거운 상태, 어떤 일에 빠져 재미를 느끼는 상태들 간에는 미묘한 차이가 있다는 것을 알지만, 대부분의 사람들은 이러한 상태들을 명확히 구분하고 각각의 속성을 비교하는데 큰 관심을 두지 않았다. 긍정적인 정서 상태들은 그 자체로 환경에 문제가 없다는 것을 의미하고 특별한 주의나 즉각적인 대응을 요구하지 않기 때문이기도 하다. 또한 긍정적인 정서 상태들이 어떤 결과를 가져오는지 즉각적으로 관찰되는 않는 경우가 많아 이들이 우리 삶에서 어떤 기능을 하는지도 구체적으로 밝혀지지 않았었다.

그러나 긍정심리학의 물결을 타고, 긍정정서가 인간의 삶의 질을 향상시키는데 핵심적인 역할을 하며, 인류가 환경에 적응하고 종을 유지하는데 기여한 진화적 가치가 있다는 논의가 여러 학자에 의해 제기되었고(Buss, 2000), Fredrickson(1998, 2000, 2001, 2009)을 비롯한 연구자들이 긍정정서에 대한 본격적인 연구를 이끌어가면서, 긍정정서의 역할에 대한 실증적 연구와

심도 있는 이론화가 이루어지고 있다. 긍정정서의 기능에 대한 인식이 확산되었고 긍정정서가 쾌락적 가치를 넘어 인간의 성장과 번영에 핵심적인 기능을 한다는 실증적인 증거들이 제시되고 있다(Fredrickson, 1998). 긍정정서는 부정정서를 느낄 때의 심혈관 활성화 확도를 기본 수준으로 빠르게 회복시키는 등 스트레스로 인한 역기능적 상태를 회복시키고(Fredrickson & Levenson, 1998; Fredrickson, Mancuso, Branigan, & Tugade, 2000) 사람들의 생각과 행동의 폭을 넓히며(Fredrickson, 2000) 개인이 탄력적으로 환경에 대처하도록 돕고 호혜적인 대인간 상호작용을 촉진한다(Waugh & Fredrickson, 2002). 이렇듯, 긍정정서가 신체적 회복을 돕고 인지체계를 유연하고 효율적이게 하는 단기적으로 효과부터 사회적 유대를 강화하고 인지정서적 자원을 축적하게 하는 장기적 효과들을 갖는다는 생각들이 공유되면서 긍정정서에 대한 연구는 더욱 활기를 띄게 되었다. 그런데 지금까지 긍정정서라도 불려온 상태는 고요한 만족부터 격앙된 기쁨까지, 매우 다양한 정서 상태를 아우르는 포괄적인 개념이다. 긍정정서의 기능이 포괄적이고 다양하게 나타나는 것은 서로 다른 기능을 하는 하위수준의 정서들을 구분하지 않았기 때문일 수 있다. 긍정정서를 다양한 범주들로 구분하여 기능을 설명하기도 했지만(Fredrickson, 2009; Lazarus, 1991) 이에 대한 실증적인 검증이 이루어졌다고 보기는 어렵다. 긍정정서를 보다 심도 있게 연구하기 위해서는 범주적으로 경험되는 하위 정서 상태들을 변별할 필요가 있다.

다양한 정서들 중에서 기본정서가 존재하는지 그리고 무엇이 기본정서인지는 계속 논의되고 있는 주제이다. 그 중에서도 기본적인 수준에서 범주적으로 구분되는 정서 상태들을 정의할 수 있다고 보는 연구자들은, 고유의 신경생리학적 기반, 특징적인 얼굴표정 또는 환경과의 상호작용에서 나타나는 인지적인 평가 핵심주제들에서 차이를 나타내는 개별 정서들을 구분하고, 구분된 정서들을 의미있게 구조화하려는 노력을 기울였다(Izard, 1997; Panksepp, 1982; Plutchik, 1962; Tomkins, 1984). 개별정서들은 각각 특정한 방식으로 지각, 사고, 행동을 조직화하기 때문에(Bower, 1981; Izard, 1991), 이러한 개별정서들에 대한 이해는 인간의

행동을 이해하고 예측하는데 중요한 기반이기 때문이다. 한편 연구자마다 주장하는 기본정서의 수가 다르고 정서마다의 고유한 생리행동패턴이 잘 검증되지 않은 점 등 개별정서이론에 대한 비판도 여전히 존재한다. 이에 대해 다양한 정서들을 보다 적은 수의 차원 상에 구분하려는 차원 모델들이 대안적으로 등장하였다. 소수의 차원으로 정서들을 구분하는 많은 시도들 중 가장 중요한 접근은 정서(valence)와 각성 차원에서의 구분이다. 정서가와 각성 두 차원은 다양한 정서들 사이의 중요한 차이를 포착한다(Barrett, 1998; Russell, 1980; Watson & Tellegen, 1985). 특히 긍정정서와 부정정서의 구분은 간명하여 직관적으로 이해되고 연구 설계도 용이하기 때문에 많은 연구자들이 이러한 구분을 따라왔다. 그렇지만 그 구분이 너무 포괄적이기 때문에 연구의 예측력이 떨어지고, 결국 보다 구체적으로 정서 범주를 구분할 필요성이 다시 제기된다. 정서가에 따른 정서의 구분은 부정정서 내에서 서로 다른 역할을 하는 정서범주들의(예, 분노 대비 슬픔)의 고유 효과를 제거한다는 문제를 가지고, 개별정서이론에 따른 정서의 구분은 범주가 너무 많아 효율적인 이해가 어려워진다는 단점을 갖는다. 결국, 연구자들은 자신의 연구목적에 맞게 일반적이거나 구체적인 분석의 수준을 선택하게 된다(Gross & John, 1998).

이러한 제한점들을 해결하는 방법으로, 동일 차원 내에서 구분되는 범주들을 정리한다면, 두 접근의 강점인 간결성과 예측력 모두를 살릴 수 있다. 이에 차원모델의 간명성을 확보하면서도 개별정서 역시 측정하는 위계적 구조를 가진 도구들이 만들어졌는데, 대표적인 것이 PANAS-X(Watson & Clark, 1991)이다. PANAS의 부정정서성(NA)과 정적정서성(PA)은 성향적이며 독립적이라고 보고되는데, 높은 NA는 주관적인 고통과 유쾌하지 않은 환경과의 상호작용을 반영하고 낮은 NA는 이런 느낌들이 없음을 의미한다. 높은 PA는 환경과의 유쾌한 상호작용을 반영한다. 열정과 기민함(alertness)은 높은 PA의 지표이고 슬픔 등은 낮은 PA의 특징이다. 이를 확장 개선한 PANAS-X는 긍정정서와 부정정서의 상위 차원 아래에 11개의 구체적인 정서들은 포함한다. 공포, 슬픔, 죄책감, 적대감, 수줍음, 피로, 놀람, 즐거움(joviality), 자기-확신

(self-assurance), 주의(attentioness), 평온함(serenity)이 하위범주를 이루며, 각 하위차원들은 3-8개의 정서들로 구성된다. 긍정정서의 경우, 즐거움(joviality)은 행복, 즐거운(joyful), 기쁜(delighted), 활기찬(cheerful), 흥분되는(excited), 열정적인(enthusiastic), 생기있는(lively), 에너지 넘치는(energetic)의 8개 정서들로 구성되고 자기확신은 자랑스러운, 강한, 확신에 찬, 대담한, 거리끼지 않는(daring), 두려움 없는(fearless) 6개 정서, 그리고 주의집중(attentioness)은 기민한(alert), 집중된(attentive), 몰두한(concentrating), 확고한(determined), 평정심(Serenity)의 정서군으로 구성된다. PANAS-X의 개발로 차원이론과 개별정서이론의 장점을 취하는 동시에 부정정서와 긍정정서의 균형 역시 어느정도 확보할 수 있다. 그러나 한국인의 정서 연구에 이러한 개념적 구조를 가진 PANAS-X를 활용하기에는 선결해야 하는 제약점들이 있다. 첫째, PANAS-X의 하위차원들에 긍정정서과 부정정서라는 명칭을 적용하는데 논쟁의 여지가 존재한다. 일부 연구자들은 정서라는 말보다는 정적 활성화(positive activation)와 부적 활성화(negative activation)라는 명칭이 더 적절하다고 논한다(Watson, Wiese, Vaidya, & Tellegen, 1999). 둘째, 강한(strong), 활발한(active), 기민한(alert), 확고한(determined)과 같은 상태들이 긍정정서로 개념화되고 있는데 이러한 특성이 정서인지에 대해 많은 연구자들이 동의하지 않는다(Shaver, Schwartz, Kirson, & O'Conner, 1987). 대상 단어가 정서인지를 선별하는 과정이 없었다는 방법론적 취약점을 가지고 있어 이를 사용한 연구결과들에도 의구심이 존재하는 실정이다(Ortony, Clore, & Collins, 1988). 특히 주의(attentioness) 차원을 정서로 볼 것인지 논쟁이 분분하다. 한국어로 번역될 때 이 문제는 더 두드러진다. 원칙도에는 정적 정서 요인에 포함되는 '기민한(alert)' 단어는 한국에서는 부정적정서 차원에 포함되는 결과가 나타났다(이현희, 김은정, 이민규, 2003). 정신이 깨어있고 주의집중된 상태가 긍정적인 상황도 있으나, 한국 문화의 맥락에서 기민한 정서상태를 경험하는 순간들, 즉 주의를 집중하는 보다 일반적인 상황은 조심스러움을 유지해야 하는 긴장된 순간임을 함의하는 결과일 수 있다. 이는 정서 경험의 구조와 맥락

에 문화차가 존재할 수 있음과 정서적 경험이 단어로 표상될 때 문화마다 고유성을 가질 수 있음을 시사한다.

문화차는 정서연구에서 주요하게 고려해야 하는 변인이다. 정서의 생물학적이고 범문화적 보편성을 지지하는 경우에도 정서의 경험과 표현에서 문화와 사회학습과정의 중요한 역할을 부정하지 않는다(Ekman, 1992). 문화가 중요시하는 가치에 따라 경험하는 정서의 종류와 빈도, 그리고 관련된 표현에서 차이가 난다(Markus & Kitayama, 1991; Mesquita & Frijda, 1992). 예를 들어 자기-확신(self-assurance) 경험은 서구와 우리문화에서 차이가 있다. 개인의 목표나 권리와 같은 내적 속성을 충족시킬 때 자랑스러움이나 우월감과 같은 분화정서(disengaging emotion)를 느끼게 되는데, 개인의 자율성과 독립성을 강조하고 이에 따라 개인의 내적 욕구 충족에 대한 요구가 강한 개인주의 문화에서는 분화정서가 권장된다. 한편 집단주의 문화에서는 관계와 연계성이 보다 중시되며, 공동체 느낌과 같이 관계 정서(engaging emotion)를 많이 경험한다. 집단주의 문화에서는 분화정서보다는 관계정서를 더 많이 경험하며(Kitayama, Markus & Kurokawa, 1999; Kitayama, Mesquita & Karawawa, 2006), 동일한 지역에서도 아시아 계열의 미국 대학생들의 경우 자긍심과 같은 긍정 정서가 걱정, 죄책감 등과 같은 부정 정서와 정적인 상관을 보였으나, 유럽계열의 미국 대학생들에게서는 이러한 상관이 나타나지 않았다(Scollon, Diener, Oishi, & Biswas-Diener, 2005). 문화가치를 수용하는 정도가 경험하거나 선호하는 감정의 종류에 영향을 미치는 것이다. 이러한 맥락에서 주의 기울일 요소가 언어이다. 문화가 세상에서 일어나는 일을 이해하고 해석하는 방식이라면, 이러한 의미의 구체적인 단위가 단어이기 때문이다. 예를 들어, 일본어에서 jodo라는 단어는 '행복한, 슬픈, 부끄러운'라는 의미가 있고 이는 '동기 유발된, 운좋은'의 상태 또한 의미한다. 이 단어를 '운좋은'이나 'lucky'로 번역할 경우 일본인이 이 단어를 사용하여 운 좋다고 의미하는 것과 한국인이나 미국인이 이해하는 바가 동일하지 않을 것이다. 한국에서 '정'이나 '한'이 affection이나 resentment로 번역될 때 동일한 느낌과 상태를 의미한다고 보기 어려운 것과 마찬가지로. 미국인도 정이나

한의 감정 상태를 경험할 수 있을 것이다. 그러나 정서의 경험이 실제하더라도 그 경험의 사회적 중요성이나 수용도가 낮다면 단어가 형성되지 않으며, 해당하는 단어가 있는 정서가 단어가 없는 정서보다 쉽게 경험하거나 표현할 것이다. 에스키모에게는 분노 단어가 잘 분화되지 않았고(Saarni, 1993) 타히티에서는 분노를 묘사하는 단어는 다양하지만 슬픔에 해당하는 단어가 존재하지 않는다(Levy, 1973). 즉, 정서의 경험과 이를 표현하는 단어에는 문화적 맥락이 작용한다.

정서를 표현하는 단어는 다양한 정서경험을 담고 있으며 그 언어를 공유하는 사람들의 경험을 표상한다. 이는 한국인의 정서 구조를 이해하기 위해서 한국인이 일상생활에서 사용하는 정서단어를 표집하고 분석하는 것이 필요하다는 점을 의미한다. 현재 국내에서 사용되는 여러 정서경험 측정치들은 외국에서 개발되었고 이를 번안하여 사용하는 실정이다. 그런데 번안과정에서 단어 고유의 미묘한 의미가 손실되기도 하고, 정확히 번역되었다 하더라도 그 단어가 가진 속성이 문화마다 차이가 있을 수 있다. 아직 외국에서 개발된 척도가 한국인의 정서 경험을 정확히 반영하는지 판단할 만한 근거는 부족하다. 이에 한국인의 정서경험과 관련된 여러 현상들을 이해하기 위해서는 한국문화 맥락에서 일상생활에서 빈번하게 사용되는 정서단어를 사용하여 연구를 실시할 필요가 있다. 또한 한국인들의 정서경험이 어떤 범주나 차원들로 이루어지는지에 대한 독자적인 국내 연구가 아직 부족함으로, 이러한 기초 연구가 다양한 방식으로 이루어져야 할 것이다. 국내에서도 이미 한국어 정서단어를 선별하고 이를 사용하여 정서경험의 구조를 밝히려는 선행연구들이 이루어졌다(박인조와 민경환, 2000; 안신호, 이승혜와 권오식, 1993; 이만영과 이흥철, 1990; 한덕웅과 강혜자, 2000). 본 연구에서는 선행연구에 기반하여 한국인들이 어떤 범주들의 긍정정서를 경험하는지 구체적으로 밝히고자 한다. 성격이나 정서 연구자들은 인간의 삶에서 나타나는 중요한 개인차는 대부분 언어 속 어휘로 반영되어 있다는 가정(Goldberg, 1990) 하에 어휘 분석을 통해 인간의 내적 경험에 접근한다. 특히 정서 경험은 행동이나 생리반응 보다는 자기보고에서 보다 분명하게 드러나며(Robinson & Clore, 2002), 자신의 정서경

험에 대해서는 가장 친숙한 지인보다도 자기보고가 실제 경험에 가장 가까운 것으로 나타났다(Watson & Clark, 1991). 이에 한국인들이 일상생활에서 빈번하게 사용하는 정서단어를 사용하여 일상생활에서 경험하는 한국인의 긍정정서를 측정하고 분석함으로써 한국 문화 맥락에서 긍정정서의 구조와 속성에 대해 구체적으로 이해하게 될 것이다. 연구결과 선별된 정서단어들은 추후 연구에서 정서경험을 측정하는 도구로 활용될 수 있을 것이다.

연구 1. 대학생의 긍정정서 경험 연구

방 법

참가자 및 절차

탐색적 요인분석을 위한 1차 표집으로 서울 소재 대학에서 심리학 과목을 수강하는 대학생 242명이 연구에 참가하였다. 5개의 강좌 대상으로 하였고 시험 등의 특정 사건이나 특정 시기의 영향을 최소화하기 위하여 1학과 2학기에 걸쳐 무작위 시점에 설문을 실시하였다. 참가자의 평균 연령은 21.4세(표준편차 2.28세)이고 남자가 55%였다. 수업시간에 연구의 목적과 연구 참가자의 권리, 설문 응답 방식에 대한 안내를 받고 연구참가동의서를 작성한 참가자들은 동의서 작성 일주일 내에 개별적으로 인터넷에 접속하여 설문에 응답하였다. 설문응답 소요시간은 20분으로 설문 참가는 수업 과제물로 인정되었다. 본 연구에서 사용한 인터넷 설문방식은 지필검사 방식과 유의한 차이가 없는 것으로 보고되었다(최해연, 민경환, 2007).

측정도구

한국어 정서단어 목록. 한국어 감정단어 목록의 제작은 안신호(1993), 이만영과 이흥철(1990), 한덕웅과 강혜자(2000) 등의 연구자들에 의해 이루어져왔다. 각 연구자들은 성격, 동기, 신체감각, 관계 등 감정단어와 유사하지만 비감정단어들을 변별하는 감정단어 판별 절차의 포함하고 일상생활에서 사용빈도의 고려하는 등

정서경험을 신뢰롭게 반영할 수 있도록 도구의 완성도를 높여왔다. 본 연구에서는 박인조와 민경환(2000)의 연구에서 선별된 감정단어를 사용하였다. 이 감정단어 목록은 단어 사용빈도를 고려한 한국어 어휘총집(연세대학교 언어정보개발연구원, 1998)을 활용하여, 실생활에서 사용빈도가 높은 어휘들이 누락되거나 사용되지 않는 어휘들이 포함되는 문제를 방지하였다. 선행연구에는 전문가 집단에 의해 판별 절차를 거쳐 감정단어로 판단된 434개의 단어목록 중 감정단어로서 원형성과 친숙성이 4점 이상 높은 단어들을 골라 유사한 의미의 단어들을 묶어서 총 87개의 범주가 구분되어 있다. 본 연구에서는 이 범주들에서 정서로서 원형성 점수가 가장 높은 대표 단어 87개를 사용하였고, 이 중 긍정적인 정서경험을 기술하는 27개 단어만을 대상으로 분석을 실시하였다. 참가자에게 '최근 본인에게 가장 의미 있었던 긍정적인 정서 경험'을 기술하게 한 후, 27개의 긍정단어에 4점 리커트 척도 상에 자신이 그 사건과 관련하여 경험한 정서의 수준을 표기하도록 하였다.

긍정성 및 부정성 측정. 긍정정서 목록의 하위요인이 긍정성을 반영하는지와 어떤 변별적 특성을 보이는지 확인하기 위하여 심리증상과 자존감을 측정하였다. 전반적인 긍정정서가 높은 개인은 긍정적으로 자신을 보는 경향이 있다(Watson & Clark, 1984). 자존감은 특히 자기 자신에 대해 어떻게 느낄지와 관련된 자부심, 우월감이나 도도함, 공손함, 부끄러움 등 특정 정서들과 보다 밀접하게 관련이 있다(Brown & Weiner, 1984; James, 1984). 성적을 잘 받은 학생은 대체로 행복할 것인데, 이 성적이 자기 관련 요인으로 인한 것일 때 자부심을 느낀다는 것이다. 본 연구에서 자존감이 긍정성을 반영한다고 보며, 자존감이 긍정정서의 다양한 하위차원과 정적 상관이 있고 특히 자부심이나 성취와 관련된 정서들과 높은 상관을 보일 것을 예상한다. 자존감은 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 .89

이었다.

상당수의 연구자들은 정서장애를 비롯한 심리증상들을 정서의 정상 기능의 관점에서 이해하려고 한다(Baron-Cohen, 1997; McGuire & Troisi, 1998). 인간의 삶에서 본연의 기능을 하던 정서 상태들이 환경과 부합되지 않거나 적절한 조절과정을 거치지 못함으로써 부적응적 역할을 하게 된다는 것이다. 심리증상은 우울, 불안, 적대감, 공포 등인데 이 모든 것이 정서의 표현이다(Greenberg & Paivio, 1997). 따라서 심리증상을 부정정서를 비롯한 부정성을 반영하는 개념으로 볼 때, 각 긍정정서차원들이 변별되는지 확인할 것이다. 심리증상은 간이증상검사(The Brief Symptom Inventory, Derogatis & Melisaratos, 1983)를 사용하여 심리적 적응 수준을 측정하였다. 이 도구는 간이정신진단검사지(Symptom Checklist 90-Revision; SCL 90-R)의 단축형으로, 9개의 증상(신체화, 강박증, 대인 예민성, 우울, 불안, 적대감, 공포, 편집증, 정신증) 및 전반적인 심리적 건강 수준(Global Severity Index : 이하 GSI)을 알 수 있다. 총 53문항으로 구성되고, 검사당일을 포함하여 지난 7일 동안 심리적 상태를 5점(1= 전혀 이렇게 느끼지 않는다, 5=자주 이렇게 느낀다) 척도 상에 응답하게 된다. 김광일, 원호택(1978) 변역본을 이동귀, 박현주(2003)가 수정한 것을 사용하였다. 본 연구에서 간이증상검사의 내적합치도는 .97이었고, 9개 세부 증상의 내적합치도는 신체화 .87, 강박증 .82, 대인관계 예민성 .77, 우울 .85, 불안 .86, 적대감 .83, 공포 .79, 편집증 .79, 정신증 .71이었다.

결 과

긍정정서의 요인구조를 살펴보기 위하여 탐색적 요인분석(Exploratory Factor Analysis)을 실시하였다. 요인구조 탐색이 목적이고 정서 범주 간 상관이 예상됨으로, 최대우도법(maximum likelihood)으로 요인을 추출하고 사각회전(Direct Oblimin)을 사용하였다. 표본 적합도를 나타내는 KMO(Kaiser-Meyer-Olkin Measure) 지수가 .872이었고, Bartlett의 구형성 검증 결과는 $p < .001$ 로 요인 분석을 하기에 적합한 자료인 것으로 나타났다. 요인수를 지정하지 않을 때 고유값이 1보다

큰 요인은 6개가 나타났다. 의미 있는 요인구조를 찾기 위하여 스크리플롯의 하락율과 요인의 해석가능성을 기준으로 2개-6개의 요인구조를 각각 면밀히 검토하였다.

스크리플롯의 하락율을 고려할 때는 ‘보람차다’ ‘뿌듯하다’ ‘만족하다’와 같은 성취 관련 정서들과 ‘반하다’ ‘사랑스럽다’ ‘반갑다’와 같은 관계정서들이 높은 요인 부하량을 가진 2요인 구조가 유력하게 나타났다. 그러나 2요인을 상정할 경우 요인부하량이 낮은 문항들 중 상당수가 성취나 관계와 관련된 정서로 설명되지 않고 두요인 모두와 교차상관을 가진 많은 수의 문항을 제거해야 하는 문제가 있었다. 또한 연구의 목적이 긍정정서 내의 다양한 차원들을 변별하는 것임으로, 논리적으로 해석가능한 차원들이 보다 자세히 구분되는 결과를 선택하였다. 이에 가장 자세하게 구분되었으면서도 요인간의 구분이 논리적으로 해석 가능한 6요인 구조를 선택하였다. 요인구조를 보다 명확히 하는 동시에 가능한 한 간결한 구조와 내용을 구성하기 위하여, 각 차원에서 요인부하량이 가장 높은 3문항들을 선택하였다. 선정된 단어들은 ‘행복하다’ 외에는 모두 요인

부하량이 .50 이상이었다. 요인 1에서는 ‘홀가분하다’, 요인 2에서는 ‘기쁘다’, 요인 3에서는 ‘좋다’ ‘만족하다’ ‘고맙다’, 요인 5에서는 ‘감탄하다’ ‘통쾌하다’ ‘상큼하다’, 요인 6에서는 ‘공감하다’의 정서가 제외되었다. 이중 만족하다, 기쁘다, 고맙다, 통쾌하다의 정서단어는 요인 간 교차부하의 문제를 나타냈다.

6요인 구조에 의해 설명되는 분산은 68.74%이었다. 요인 1은 반하다, 사랑하다, 설레다의 3문항을 포함한다. 이 문항들은 대인관계에서 나타나는 정서들로 대상에게 매력을 느끼거나 관계가 시작될 때의 정서들을 반영하는 것이다. 각 문항의 의미를 포괄하는 요인명으로 ‘사랑정서’를 선택하였다. 요인 2는 뿌듯하다, 자랑스럽다, 보람차다의 단어들로 구성되며 이는 어떤 일을 성취하는 과정이나 성취 후에 느끼는 자부심을 반영하는 문항들이다. 이에 요인 2를 성취정서로 명명하였다. 요인 3은 평화롭다, 평안하다, 행복하다의 단어들로 구성되어 ‘평안정서’로 명명하였다. 대상이 된 참가자들에게는 행복은 평안과 가장 강하게 연결되지만, 동시에 성취와도 관련됨을 알 수 있다. 행복하다의 정서단어는 다수 요인들에 부하되는 모습을 보이지만,

표 1. 대학생의 긍정정서 요인구조

	F1	F2	F3	F4	F5	F6	공통분	<i>M</i>	<i>SD</i>
반하다	.86	.09	-.06	-.04	-.10	.04	.80	2.19	1.15
사랑스럽다	.74	.02	.09	-.06	.03	.19	.76	2.59	1.18
설레다	.61	-.16	-.02	-.04	-.15	-.04	.58	2.59	1.13
뿌듯하다	.00	-.90	-.06	.01	-.01	-.06	.78	3.13	.94
자랑스럽다	.03	-.84	-.05	.02	-.03	.10	.73	2.91	1.02
보람차다	-.08	-.75	.10	-.04	-.05	-.01	.65	3.01	.97
평화롭다	.01	.01	.86	.10	-.04	.03	.72	2.77	.97
평안하다	-.07	.03	.82	-.11	-.01	.04	.71	2.88	.95
행복하다	.21	-.34	.38	-.17	-.01	-.05	.61	3.24	.85
재미있다	.08	.07	.00	-.86	-.04	-.01	.77	2.99	.93
유쾌하다	-.06	-.09	-.01	-.79	-.06	.16	.77	3.00	.85
즐겁다	.20	-.18	.15	-.61	-.03	-.14	.71	3.17	.84
황홀하다	.15	.01	.06	.04	-.84	-.07	.82	2.13	1.08
열광하다	-.06	-.06	-.05	-.15	-.77	.04	.70	2.10	1.04
감동하다	.12	-.11	.15	.08	-.52	.17	.57	2.56	1.13
반갑다	-.09	.04	.02	-.19	-.15	.75	.70	2.61	1.09
정겹다	.17	-.10	.16	-.16	.14	.60	.66	2.65	1.07
그렵다	.11	-.01	.02	.12	-.01	.53	.33	2.18	1.17
설명량	38.37%	9.87%	7.22%	6.18%	3.62%	3.48%			

표 2. 대학생의 긍정정서 요인 간 상관, 준거변인과 상관

	F1	F2	F3	F4	F5	심리증상	자존감
F1. 사랑						.03	.234**
F2. 성취	.328**					-.153*	.358**
F3. 평안	.370**	.415**				-.202**	.321**
F4. 재미	.341**	.444**	.390**			-.165*	.223**
F5. 열정	.554**	.541**	.323**	.441**		-.02	.266**
F6. 정	.478**	.09	.482**	.284**	.276**	-.12	.184**

주. ** $p < .01$, * $p < .05$

연구대상자의 변화에 따라 요인구조가 그대로 유지되는지 검증이 우선적으로 이루어져야 함으로 분석에 그대로 포함하였다. 요인 4는 재미있다, 유쾌하다, 즐겁다의 단어들로 구성된다. 이는 유쾌한 활동을 하거나 상황에 처하여 경험하는 정서를 반영하는 것으로 해석하였고 ‘재미’로 요인명을 정하였다. 요인 5는 황홀하다, 열광하다, 감동하디의 단어들로 구성되었다. 이는 신체적인 흥분 상태를 반영하는 각성된 정서들로 ‘열정’이라 명명하였다. 마지막으로 요인 6은 반갑다, 정겹다, 그립다의 단어들로 구성된다. 이는 이미 형성된 대인관계에서 나타나는 정서들로 대상과의 애착이 반영되어 ‘정’이라고 요인명을 부여하였다. 표 1에 요인별 문항들의 요인부하 값 및 설명량을 제시하였다.

하위요인들 간의 상관관계를 살펴보면 각성상태를 반영하는 열정 요인은 사랑, 성취, 재미 요인들과 상대적으로 큰 상관($r=.554, r=.541, p<.001$)을 보이는 반면, 평안이나 정 요인들과는 상대적으로 작은 상관($r=.323, r=.276, p<.001$)을 나타냈다. 평안과 정 요인은 상대적으로 높은 상관($r=.482, p<.001$)을 보였다. 대인관계 내에서 주요한 정서차원으로 판단되는 사랑과 정 요인도 상대적으로 큰 상관($r=.478, p<.001$)을 나타냈다. 성취는 열정이나 재미 요인 외에 평안 요인과의 높은 상관($r=.415, p<.001$)을 나타냈다.

긍정정서목록이 긍정적 상태를 반영하는지 살펴보기 위하여 부정성을 반영하는 심리증상지표(GSD)와 긍정성을 반영하는 자존감과의 상관관계를 살펴보았다. 긍정정서의 하위 요인들은 전반적으로 심리증상지표와는 부적 상관관계를 자존감과는 정적 상관관계를 나타냈다. 사랑, 열정, 정 요인들은 심리증상과는 상관이 유의하지 않고 성취, 평안, 재미 요인은 심리증상과 유의

한 부적 상관을 나타냈다. 긍정정서의 모든 하위차원들이 자존감과 유의한 정적상관을 나타냈으며, 특히 성취 관련 정서는 자존감과 상대적으로 높은 상관을 나타냈다($r=.358, p<.001$). 대학생의 긍정정서 요인 간 상관, 준거변인과 상관분석 결과는 표 2에 제시하였다.

요인들 간의 상관 행렬을 투입하여 고순위 요인분석(higher order factor analysis)을 실시한 결과 각 요인들은 긍정정서의 단일 차원에 포함되었다. 이어 전체 긍정정서 목록에 대한 신뢰도 및 수리적 특성을 분석하였다. 척도의 신뢰도 지수(Cronbach's α)는 .909로 내적일관성을 가지며, 사랑 요인은 .853, 성취 요인은 .874, 평안 요인은 .799, 재미요인은 .874, 열정 요인은 .84, 정 요인은 .735의 내적합치도를 나타내어 문항수가 적어짐에 따라 내적합치도가 다소 감소하지만 하위척도들이 대체로 동질적인 문항으로 구성된 것으로 나타났다. 긍정정서의 경험수준은 4점 척도에서 2.10(열광하다)에서 3.17(즐겁다)의 범위에서 보고되었고, 성취정서와 평안정서를 더 자주 느끼는 것으로 나타났다. 모든 정서의 경험 정도에서 성차는 유의하지 않았다. 각 항목의 평균과 표준편차는 표 1에 제시하였다.

연구 2. 직장인의 긍정정서 경험 연구

방법

참가자 및 절차, 측정도구

서울 및 경기도에 소재하는 2개 대기업의 종업원들을 대상으로 실시된 별도의 연구 자료에서 긍정정서 목록에 응답한 111명(243부 배부, 응답률 46%)의 자료

를 분석하였다. 각 회사의 인사부서의 협조로 자료수집이 이루어졌으며, 참가자는 연구참가동의서와 함께 인쇄된 설문지에 응답을 기입하여 동봉한 봉투에 넣어 무기명으로 제출하였고 사례는 지급하지 않았다. 인구통계학적 기록을 누락한 1명을 제외한 110명 직장인 집단은 남자 98명(89%)와 여자 12명, 결혼한 경우가 65명(59%)였다. 연령은 30대 미만 22명(20%) 30대 61명(55.5%) 40대 25명(22.7%) 50대 이상 2명(1.8%)로 구성되었다. 학력은 대졸이 가장 많으며(53%) 대학원 이상(30%)과 전문대졸(14.5%)로 분포하였다. 대부분 정규직(95.5%)이고, 사무직(44.5%)과 연구직(48.2%)에 종사하며 근로시간은 평균 51.9($SD=11.23$)시간이었다. 긍정정서목록은 연구1과 동일하게 박인조와 민경환(2000)의 연구에서 보고된 27개의 긍정정서단어를 사용하였다.

결 과

표본적합도를 나타내는 KMO(Kaiser-Meyer-Olkin Measure)지수가 .872이었고, Bartlett의 구형성 검증 결과는 $p < .001$ 로 요인 분석을 하기에 적합한 자료인 것으로 나타났다. 대학생 자료를 대상으로 실시한 탐색적 요인분석에서 도출된 6요인 구조가 적절한지 그 구

성타당도를 평가하기 위하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 탐색적 요인분석 자료와 독립적으로 표집한 111명의 자료에 대해 AMOS 16을 사용하여 긍정정서의 6요인 모델의 적합도를 구하였다. 모델적합도 지수들은 Chi-square(129, N=111)=288.190, $p < .001$, CFI=.875 TLI=.834 RMSEA=.106이었다. RMSEA값을 비롯한 적합도 지수들이 낮은 것은, 모델이 자료를 정확히 설명하지 못함을 의미하며 직장인 집단에게는 긍정정서의 6요인 모델은 적합하다 할 수 없었다.

이에 직장인 자료를 대상으로 별도의 요인분석을 실시하였다. KMO지수가 .872이었고, Bartlett의 구형성 검증 결과는 $p < .001$ 로 요인 분석에 적합한 자료였다. 최대우도법(maximum likelihood)으로 요인을 추출하고 사각회전(Direct Oblimin)을 실시하였는데, 요인수를 지정하지 않을 때 고유값이 1보다 큰 요인은 5개가 나타났다. 4요인 구조나 6요인 구조와 비교할 때 5요인이 요인들이 의미있게 해석되어 최종 5요인 구조를 선택하였다. 연구 1과 같은 기준을 적용하여, 요인별로 요인부하량이 가장 높은 3개 문항들을 포함하여 요인 분석을 재실시 하였다. 5요인 구조에 의해 설명되는 분산은 71.94%이었다. 요인 1은 반하다, 감탄하다, 감동하다, 공감하다는 정서를 포함한다. 요인명으로 ‘감

표 3. 직장인의 긍정정서 요인구조

	F1	F2	F3	F4	F5	공통분	M	SD
감탄하다	.97	-.01	-.07	-.06	.22	.98	1.48	1.08
감동하다	.61	.07	.20	.23	.04	.77	1.36	1.13
공감하다	.50	.06	.05	.12	-.12	.35	1.84	.98
평화롭다	.09	.95	-.13	-.07	.06	.88	1.63	1.11
편안하다	-.02	.85	.06	-.03	.05	.77	1.68	1.08
행복하다	-.03	.63	.13	.21	-.08	.60	2.05	.98
뿌듯하다	-.08	-.06	.94	.02	-.02	.83	2.16	.94
자랑스럽다	.08	.08	.79	.03	-.05	.70	1.98	.95
보람차다	.07	-.01	.72	-.11	.20	.65	2.05	.86
반하다	.11	-.06	.00	.90	.04	.89	1.12	1.07
자랑스럽다	.22	.17	.03	.61	-.09	.68	1.57	1.20
설레다	-.06	.11	-.05	.60	.28	.57	1.52	1.13
유쾌하다	.14	.09	.11	-.02	.75	.78	2.09	.92
재미있다	.14	.00	-.01	.21	.73	.75	2.07	.95
즐겁다	-.13	.19	.17	.06	.59	.59	2.16	.92
설명량	31.71%	18.53%	1.46%	5.53%	5.71%			

동공감'을 선택하였다. 요인 2는 평화롭다, 평안한다, 행복하다로 구성되고 연구1에서 마찬가지로 '평안'으로 명명하였다. 요인 3은 뿌듯하다, 자랑스럽다, 보람차다로 구성되어 연구 1과 일관되게 '성취'로 명명하였다. 요인 4는 반하다, 사랑스럽다, 설레다로 구성되며 연구 1과 일관되게 '사랑'으로 명명하였다. 요인 5는 유쾌하다, 재미있다, 즐겁다로 구성되고 연구 1과 일관되게 '재미'로 명명하였다. 표 3에 요인별 문항들의 요인부하 값 및 설명량을 제시하였다.

하위요인들 간의 상관관계를 살펴보면 각성상태를 반영하는 감동공감 요인은 특히 사랑 요인과 높은 상관($r = .552, p < .001$)을 나타냈다. 평안 요인은 사랑요인과 재미요인 모두와 유의하게 높은 상관($r = .540, r = .502, p < .001$)을 나타냈다.

목록의 수리적 특성 및 신뢰도를 검토하였다. 내적 합치도는 .911으로 동질적인 문항들로 구성되어 있음을 알 수 있다. 긍정정서의 경험수준은 4점 척도에서 1.12(반하다)에서 2.16(즐겁다)의 범위에서 보고되었고, 성취정서와 평안정서를 더 자주 느끼는 것으로 나타났다. 표 3에 문항들의 수리적 특성들을 제시하였다.

표 4. 직장인의 긍정정서 요인 상관

	F1	F2	F3	F4
F1. 감동공감				
F2. 평안	.349**			
F3. 성취	.212*	.373**		
F4. 사랑	.552**	.540**		
F5. 재미	.283**	.502**	.376**	.336**

주. ** $p < .01$, * $p < .05$

논 의

긍정정서의 기능에 대한 경험적 연구가 활발하게 이루어지는 현 시점에서, 지금까지 그 복잡성이 간과된 채 개념화되어온 긍정정서가 어떠한 구조와 내용으로 구성되는지 구체적이고 기초적인 이해가 필요하다. 특히, 언어로 표현되는 정서경험은 문화적 가치와 표현규범을 내포하므로, 한국인의 정서경험에 대해 한국어 정

서단어를 분석함으로써, 일상의 정서경험을 타당하게 개념화시킬 수 있을 것이다. 이에 본 연구에서는 선행 연구(박인조, 민경환, 2000)에서 정서단어로서의 적절성 및 일상생활에서 활용성 등이 검증된 정서단어들을 사용하여 긍정정서의 구조를 살펴보았다.

234명의 대학생과 111명의 직장을 대상으로, 최근 경험한 긍정적인 정서사건을 기술하고 그 사건과 관련하여 경험한 긍정정서 27개 항목들에 응답한 자료를 요인분석하였다. 그 결과 대학생집단에서는 6요인, 직장인에게서는 5요인의 긍정정서 차원들이 추출되었다. 대학생 집단에서는 사랑(반하다, 사랑하다, 설레다), 성취(뿌듯하다, 자랑스럽다, 보람차다), 평안행복(평화롭다, 평안하다, 행복하다), 재미(재미있다, 유쾌하다, 즐겁다), 열정(황홀하다, 열광하다, 감동하다), 정(반갑다, 정겹다, 그립다)의 6요인이 나타났다. 그러나 이러한 6요인 구조는 직장인 집단에서 교차확인되지 않았다. 즉, 대학생과 직장인에게서 서로 다른 요인구조가 나타났다. 평안, 사랑, 성취, 재미의 요인들은 두 집단에서 공통적으로 도출되었다. 그러나 사랑하다나 반갑다와 같은 관계의 질을 함의하는 정서들과 황홀하다와 감탄하다와 같은 각성 상태를 함의하는 정서들은 대학생과 직장인 집단에서 서로 다른 경험의 패턴을 나타냈다. 대학생집단의 경우 관계적 정서가 사랑요인과 정요인으로 구분되는 반면 직장인집단에서는 이러한 정서경험들이 사랑 요인에 모두 부하되어 서로 구분되지 않았다. 또한 대학생집단에서는 황홀하다, 열광하다, 감동하다는 항목으로 구성된 열정 요인이 추출된 반면 직장인 집단에서는 감동하다, 감탄하다, 공감하다 항목을 포함하는 감동공감 요인이 추출되었다. 두 요인 모두 감동하다, 감탄하다의 항목을 공통으로 포함하고 신체적인 각성을 반영하지만 두 요인이 동질적이라고 해석하기는 어렵다. 상관분석에서 대학생 집단의 열정 요인은 사랑을 비롯하여 성취 및 재미 요인들과 상대적으로 높은 상관을 보이는 반면, 직장인 집단의 감동공감 요인은 사랑요인과 현저히 높은 상관을 보였다. 이러한 결과에서 20대 초반의 대학생들은 30-50대 범위의 직장인들에 비해 다양한 종류의 활동에 참여하고 보다 열정적인 정서적 경험을 한다는 해석이 가능하다. 이는 대학생과 직장인 집단이 속한 환경, 경험하는 일

상의 정서들, 그리고 이러한 환경과 상호작용하는 개인의 신체적 인지적 반응이 세대나 삶의 조건에 따라 다르고, 그에 따라 경험하는 정서의 내용이나 강도도 다를 수 있음을 시사한다. 학업과 시험 등 자기개발의 요구가 집중된 대학생의 경우 성취와 관련된 사건들에 사랑 못지않은 강렬한 정서를 경험하며, 대인관계이건 즐거움을 느끼는 활동이건 직장인들에 비해 더 강한 감정적 흥분을 경험하는 것이다. 한편, 열정뿐 아니라 사랑이나 평안한 행복과 같은 요인들에서도 두 집단 간 다른 상관패턴이 나타났다. 직장인의 경우 사랑은 평안한 행복과 감동공감 요인과 모두 강한 상관을 보였다. 그렇지만 대학생집단에서 사랑 요인은 열정과 강한 상관을 갖는 한편 평안한 행복과는 상대적으로 약한 상관을 보인다.

본 연구에서는 집단 간 요인구조의 차이를 대학생과 직장인 사이에 존재하는 신체적반응성이나 환경적 요구의 차이를 반영한다는 것으로 해석되었다. 그러나 인간의 정서적 경험이 세대나 성별, 삶의 환경에 따라서도 다른 구조를 갖는지, 또는 세대나 환경적 조건을 상세할 만큼 일관적인 구조를 갖는지는 후속연구를 통하여 더욱 신중하게 결정해야 할 문제이다. 본 연구의 결과는 조건이 다른 두 집단을 대상으로 탐색적 요인분석을 실시한 것임으로, 본 연구에서 제안한 요인 구조들이 안정적인지는 확인 과정이 필요하다. 본 연구는 지금까지 긍정정서의 연구가 그 구조적 복잡성을 고려하지 않고 이루어졌다는 점에 문제의식을 가졌고, 따라서 요인을 해석하는 관점도 변별이 가능한 구체적인 수준으로 구분하는 데 있었다. 그러나 결과에서 집단 간 요인구조가 다르게 나온 이유 중의 하나는 5요인 또는 6요인 모델보다 타당한 요인구조가 존재하기 때문일 수도 있다. 사람들이 일상에서 경험하는 정서의 범주와 패턴을 정교하게 밝히기 위해서, 즉 보다 발전된 연구를 진행하기 위해서는 몇가지 요소들에 대한 이해 역시 필요하다. 그 한 가지는 기본정서와 복합정서의 구분이다. 본 연구는 일상생활에서 가장 대표적이고 친숙한 정서들이 어떻게 공변하는지를 이해하는 데에 중점을 두었다. 그러나 향후 연구에서는 이를 보다 심화시켜, 기본정서와 복합정서를 구분하거나 정서경험의 일시성과 특질성 등과 같은 측면들을 고려

한다면 정서의 구조에 대해 이해를 깊이 할 수 있을 것이다. 기본정서와 복합정서가 혼합되었을 때 요인의 구조가 어떻게 바뀌는지에 대해서 국내외에 선행연구가 보고된 바가 없으나, 향후 개별 정서 경험과 개별 요인들에 대한 연구들이 누적되고 이해의 수준이 높아지면서 보다 정교하고 정확한 구분이 가능해질 것이다. 순간적인 정서상태와 장기적인 정서경험의 경향성(특질성)의 차이가 어떠한지를 정확히 이해하는 것은 반드시 필요한 측면이다. 시간적으로 다른 수준에서 정서의 구조 역시 차이가 있을 수 있기 때문이다(Diener, Smith, & Fujita, 1995).

6요인과 5요인 구조에서 구분되는 정서군들을 파악하는데, 정서의 구조에 대해 제안되고 있는 선행연구들의 분류방식을 적용하여 해석가능성을 높일 수 있는 부분이 상당수 존재하였다. 첫째, 정서의 쾌불쾌 차원과 함께 각성차원을 구분하는 것은 상당히 수렴이 이루어진 결과이다. 영어권의 선행연구들에서 정서단어를 사용한 정서구조의 연구에서 쾌-불쾌와 함께 각성 차원이 추출된 것과 달리 한국어 감정단어들을 대상으로 한 연구에서 긍정정서와 부정정서는 구분되었으나 각성 차원은 확인되지 않았다(박인조, 민경환, 2000; 안신호, 이승혜, 권오식, 1994). 그러나 간절히 기대했던 결과를 성공적으로 얻거나 사랑에 빠지는 것과 같은 사건에 대한 반응으로 나타나는 강렬하고 유쾌한 정서 경험은 반가운 사람을 만나는 즐거움이나 평화로움과는 구별될 수 있음(Arnold & Reynold, 2003)으로 한국인이 경험하는 정서와 사용하는 단어에 각성 차원의 작동하는지 다양한 방식으로 확인이 필요할 것이다. 본 연구에서는 열정이나 감동공감과 같은 요인이 나타났다, 이러한 요인들은 신체적 각성을 핵심적으로 내포하는 단어들이다. 즉, 한국어 정서단어에서 각성적 측면이 주요하게 나타날 수 있음이 시사되는 바, 차원 이론을 더욱 다양한 방식으로 검증해 볼 필요가 있다.

둘째, 정서경험에 대한 이론을 적용하여 구분되는 하위차원들이 구분되는 의미를 보다 깊이있게 해석할 여지가 있다. 대표적으로, 사건이 이미 발생했는지 여부는 경험하는 정서의 종류에 영향을 미친다. 예를 들어 마음에 드는 상대와 만날 것을 기대할 때 느끼는 정서와 그 상대와 친한 사이가 되어 나누는 긍정정서

는 종류가 다를 수 있다. 올림픽에서 우리나라 선수가 금메달을 따기를 기대하거나, 바라는 목적을 이루려고 몰입하거나, 데이트나 휴가를 기다리는 등 보상을 기대할 때 우리는 예기적 기쁨(anticipatory enthusiasm)을 경험한다. 이런 예기적 정서상태가 이미 발생한 사건에 대한 정서경험과 구분된다는 가정은 접근체계의 활성화(Davidson, 2000)가설과 관련된다. 접근체계는 욕구적인 행동을 촉진하고 접근과 관련된 긍정정서를 유발한다. 이런 형태의 긍정정서는 보통 바라는 목표를 지향하는 상황에서 유발된다. 배외측전두피질, 내측전두피질, 안와전두피질에서 측좌핵까지의 접근체계의 활성화는 보상을 기대하고 동기유발관련 정보를 수렴하는 주요 부위이고 이 영역들의 활성화가 특정한 긍정정서 상태, 즉 목표도달 이전의, 유기체가 바라는 목표에 접근해갈 때 유발되는 긍정정서와 관련된 것으로 제안되고 있다. 목표 달성 후 만족이나 안심과 같은 정서를 느끼는 상태에서는 측좌핵 세포들의 발화율이 감소하는 것으로 나타난다(Davidson, 1994). 즉 목표도달 전의 긍정정서와 목표도달 후의 긍정정서가 다른 생리학적 기반을 가지며, 목표도달 전의 긍정정서에서 목표도달 후의 긍정정서로 전환하는 능력과 이 두 형태의 긍정정서들 간의 비율에서 개인차가 있을 가능성이 있다(Davidson, 2000). 본 연구에서는 예를 들어 대인관계 차원만 볼 때는 ‘사랑’요인은 보다 예기적 기쁨을 반영하고 ‘정’ 요인은 목표도달 후의 긍정정서를 반영할 수 있을 것이다. 한편, 자기개념이 관여되는지도 정서의 구분에 중요한 기준이다. 긍정적인 결과에 대한 공로를 인정받을 때 느끼는 자부심(Tracy & Robins, 2004)은 감사나 반가움과 같은 정서와는 구분된다. 개인의 자율성과 독립성을 강조하는 개인주의 문화에서는 분화정서를, 관계 및 다른 사람에 대한 배려와 조화를 중시하는 집단주의 문화에서는 관계정서를 많이 경험하는 것으로 알려져 있다(Kitayama, Markus, 1999). 연구결과 대학생에게서 ‘성취’ 정서는 자존감과 상대적으로 높은 상관을 나타내 이것이 분화정서로 다른 정서와 구분되는 속성을 가지고 있음을 시사했다. 성취 요인과 사랑 및 정 요인의 구분은 이러한 개인-집합 수준에서 정서적 현상들을 함의한다고 볼 수 있다. 향후 연구에서는 보다 구체화된 정서 경

험의 차원과 내용을 활용하여 문화적 맥락에 따른 차이와 기능을 보다 구체적으로 밝혀나갈 수 있을 것이다. 본 연구는 한국의 대학생과 직장인들이 경험하는 정서 패턴을 밝히는데 초점을 두고 다양한 기반 이론들을 요인구조를 해석하는데 부분적으로 적용하였다. 탐색적 시도의 결과 긍정정서의 다양한 측면들을 보다 구체화한 바, 정서경험에 내재하는 규칙성과 영향을 체계적으로 밝혀나가는 과정에 기초자료로 활용되기를 바란다.

참 고 문 헌

- 박인조, 민경환 (2005). 한국어 감정단어의 목록 작성과 차원탐색. *한국심리학회지 : 사회 및 성격*, 19(1), 109-129.
- 안신호, 이승혜, 권오식 (1993). 정서의 구조 : 한국어 정서단어 분석. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 7(1), 107-123.
- 이만영, 이홍철 (1990). 형용사 서술 의미의 구조에 관한 연구. *한국심리학회지 : 실험 및 인지*, 2, 118-138.
- 이현희, 김은정, 이민규 (2003). 한국판 정적 정서 및 부정 정서 척도의 타당화 연구. *한국심리학회지 : 임상*, 22(4), 935-946.
- 한덕웅, 강혜자 (2000). 한국어 정서 용어들의 적절성과 경험빈도. *한국심리학회지 : 일반*, 19(2), 63-99.
- Arnold, M. J., & Reynolds, K. E. (2003). Hedonic shopping motivation. *Journal of Retailing*, 79(2), 77-95.
- Barrett, L. F. (1998). Discrete emotions or dimensions? The role of valence focus and arousal focus. *Cognition and Emotion*, 12, 579-599.
- Barnett, L. F., King, L. M., Howard, J. A., & Dino, G. A.(1980). Empathy in Young Children: Relation to Parents' Empathy, Affection, and Emphasis on the Feelings of Others. *Developmental Psychology*, 16(3), 243-244.
- Baron-Cohen, S. 1997). *The maladapted mind:*

- Classic readings in evolutionary psychology.* Hove, East Sussex, England: Psychology Press.
- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Finkenauer, C., & Vohs, K. D. (2001). Bad is stronger than good. *Review of General Psychology, 5*, 323 - 370.
- Berkowitz, L. (1990). On the formation and regulation of anger and aggression: A cognitive-neoassociationistic analysis. *American Psychologist, 45*, 494-503
- Bower, G. H. (1981). Mood and memory, *American Psychologist, 36*, 129-148.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Volume 2. Separation: Anxiety and anger*, New York: Basic Books.
- Brown, J. D., & Weiner, B. (1984). Affective consequences of ability versus effort attributions: Controversies, resolutions, and quandaries. *Journal of Educational Psychology, 76*, 146-158.
- Davidson, R. J. (1993). Cerebral asymmetry and emotion: Conceptual and methodological conundrums. *Cognition and Emotion, 7*, 115-138.
- Davidson, R. J. (2000). Affective style, psychopathology, and resilience: Brain mechanisms and plasticity. *American Psychologist, 55*, 1196-1214.
- Diener, E., Smith, H., & Fujita, F. (1995). The personality structure of affect. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*, 130 - 141.
- Ekman, P. (1992). Are There Basic Emotions? *Psychological Review, 99*, 550-553.
- Ekman, P., & Friesen, W. V. (1982). Felt, false, and miserable smiles. *Journal of Nonverbal Behavior, 6*, 638-252.
- Ekman, P., Friesen, W. V., & Ellsworth, P. (1972). *Emotion in the human face: Guidelines for research and an integration of findings*. Oxford, England: Pergamon Press. pp. 191.
- Fredrickson, B. L. (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology, 2*, 300-319.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist, 56*, 218-226.
- Fredrickson, B. L. (2009). *Positive: Groundbreaking research reveals how to embrace the hidden strength of positive emotions, overcome negativity, and thrive*. New York: Crown Publishers.
- Fredrickson, B. L. & Levenson, R. W. (1998). Positive emotions speed recovery from the cardiovascular sequelae of negative emotions. *Cognition and Emotion, 12*, 191-220.
- Fredrickson, B. L., Mancuso, R. A., Branigan, C., & Tugade, M. M. (2000). The undoing effect of positive emotions. *Motivation and Emotion, 24*, 237-258.
- Frijda, N. (1986). *The Emotions. Studies in Emotion and Social Interaction*. New York:
- Goldberg, L. R. (1990). An alternative "Description of personality": The Big-Five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*, 1216-1229.
- Gray, J. A. (1982) *The Neuropsychology of Anxiety: An Enquiry into the Functions of the Septo-Hippocampal System*. Oxford Univ. Press: Oxford, U.K.
- Greenberg L. S., & Paivio, S. C. (1997). *Working with Emotions in Psychotherapy*. New York: The Guilford Press.
- Gross, J. J., & John, O. P. (1998). Mapping the domain of expressivity: Multimethod evidence for a hierarchical model. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 170-191.
- Izard, C. E. (1971). *The face of emotion*. New York: Appelon-Century-Crofts.
- Izard, C. E. (1997). *Emotions and Facial Expression: A Perspective from Differential Emotions Theory*.

- See Russel and Fernandez-Dols.(Eds.). *The Psychology of facial expression*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Izard, C. E. (1991). *The psychology of emotions*. New York: Plenum.
- James, W. (1884). *What is emotion?*, Mind, ix, 189. Cambridge University Press.
- Kahn, B. E., & Isen, A. M. (1993). The influence of positive affect on variety seeking among safe, enjoyable products. *Journal of Consumer Research*, 20, 257-270.
- Kitayama, S., & Markus, H. R. (1999). Yin and yang of the Japanese self: The cultural psychology of personality coherence. In D. Cervone & Y. Shoda(Eds.), *The coherence of personality: Social cognitive bases of personality consistency, variability, and organization*. New York: Guilford Press.
- Kitayama, S., Mesquita, B., & Karasawa, M. (2006). Cultural affordances and emotional experience: Socially engaging and disengaging emotions in Japan and the United States. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 890-903.
- Lambie, J. A. (2009). Emotion experience, rational action, and self-knowledge. *Emotion Review*, 1, 272-280.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press, USA.
- Levy, R. I. (1975). *Tahitians: Mind and Experience in the Society Islands*. University of Chicago Press.
- Markus, H. R.; Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review* 98 (2): 22A -53.
- McGuire, M. T., & Troisi, A. (1998). *Darwinian psychiatry*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Mesquita, B., & Frijda, N. H. (1992). Culture variations in emotions: A review. *Psychological Bulletin*, 112, 179-204.
- Oatley, K., & Johnson-Laird, P. N. (1987) Toward a cognitive theory of emotions. *Cognition and Emotion*, 1, 29-50.
- Ortony, A., Clore, G. L., & Collins, A. (1988). *The cognitive structure of emotions*. New York: Cambridge University Press.
- Pankespp, J. (1982). Toward a general psychobiological theory of emotions. *The Behavioral and Brain Sciences*, 5, 407- 467.
- Plutchik, R. (1962). *The emotions: Facts, theories, and a new model*. New York: Random House.
- Plutchik, R. (1980). *Emotion*. New York, NY: Harper & Row.
- Rozin, P. and Fallon, A. E. (1987) A perspective on disgust. *Psychological Review*, 94, 23 - 41.
- Russell, J. A. (1980) A circumplex model of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(6), 1161-1178.
- Saarni, C. (1993) Socialization of emotion. In M Lewis & J. M. Haviland(Eds.). *Handbook of emotion*. Newyork: The Guilford Press.
- Scollon, C. N., Diener, E., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2005). An experience sampling and cross-cultural investigation of the relation between pleasant unpleasant affect. *Cognition and Emotion*, 19(1), 27-52.
- Shaver, P., Schwartx, J., Kirson, D., & O'Conner, C. (1987). Emotion knowledge: Further exploration of a prototype approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 1061-1086.
- Tracy, J. L., & Robins, R. W. (2004). Show your pride: Evidence for a discrete emotion expression. *Psychological Science*, 15, 194-197.
- Tomkins, S. (1984). Affect theory. In K. Scherer & P. Ekman (Eds.), *Approaches to emotion* (pp. 353-400). Hillsdale, N. J.: Erlbaum.
- Waugh, C. E. & Fredrickson, B. L. (2006). Nice to know you: Positive emotions, self-other overlap,

- and complex understanding in the formation of new relationships. *Journal of Positive Psychology, 1*, 93-106.
- Watson, D., & Clark LA. (1991). The PANAS-X: Manual for the Positive and Negative Affect Schedule-Expanded Form. http://ir.uiowa.edu/psychology_pubs/11.
- Watson, D., Wiese, D., Vaidya, J, & Tellegen, A. (1999). The two general activation systems of affect: Structural findings, evolutionary considerations, and psychobiological evidence. *Journal of Personality and Social Psychology, 76*, 820-838.
- Watson, D., & Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood. *Psychological Bulletin, 98*, 219-235.

Structure of Positive Emotion of College Student and Office Worker in Korea

Hae-Youn Choi

Korea Counseling Graduate University

This study examined the structure of positive emotion in the Korean context with 27 positive emotion words of which representativeness and familiarity were reported. Two samples of 234 college students(CS) and 111 office workers(OW) completed the survey. A six factor solution was explored in CS. Love(charmed, love, excited), Achievement(proud, rewarding, sense of satisfaction), Relaxed Happiness(peaceful, peace of mind, happy), Interest(amusing, pleasant, joyful), Passion(fascinating, enthusiastic, touched), Attachment(glad, affectionate, longing for) factors were extracted. This 6 factor structure was not confirmed in OW. A five factor solution was explored in OW. 4 factors of Love, Achievement, Relaxed Happiness, Interest were extracted in both groups, but emotions that connote relationship and excitement show different pattern of experience between the two groups. Only in CS, Love and Attachment were divided. Besides, Passion correlated strongly with Achievement, Interest as well as Love in CS. One the other hand, in OW, Love and Attachment were not divided, and Love correlated strongly with Relaxed Happiness. The structures of emotional experience could be different according to ages and environments, and the theories to interpret those structures were discussed.

Keywords: Positive emotion, Discrete emotion, Love, Pride, Happiness, Interest, Passion, Attachment.

1차원고 접수일 : 2012년 09월 18일
수정원고 접수일 : 2012년 11월 06일
게재 확정일 : 2012년 11월 08일