

시기심 대처양식 척도 개발 연구: 대학생 표본을 중심으로

김 지 연

국민대학교

김 민 희[†]

한국상담대학원대학교

이 정 윤

서울대학교

본 연구의 목적은 시기심 대처양식을 측정할 수 있는 신뢰롭고 타당한 척도를 개발하는 것이다. 시기심은 상향적 사회비교의 결과로 느끼는 고통스럽고 불쾌한 감정으로 대처양식에 따라서 바람직한 결과나 바람직하지 못한 결과로 이어진다. 본 연구에서는 두 표본을 대상으로 각각 탐색적 요인분석과 확인적 요인분석을 수행하여 시기심 대처양식이 자기고양 추구, 타인에 대한 불인정 및 회피, 타인에 대한 긍정 평가 및 인정의 세 가지로 구성됨을 확인하였다. 또한 구성 타당도를 확인하기 위하여 세 가지 대처양식과 자존감 간 상관분석을 수행하고, 부적정서, 심리적 안녕감, 친구관계의 질에 대한 위계적 회귀분석을 수행하였다. 그 결과, 자존감이 높을수록 자기고양 추구 양식이나 타인에 대한 긍정 평가 및 인정 양식을 자주 사용하지만, 타인에 대한 불인정 및 회피 양식은 덜 사용하는 것으로 나타났다. 한편, 세 가지 대처양식이 기질적 시기심의 효과를 통제하고도 부적정서, 심리적 안녕감, 친구관계의 질의 변량을 각각 유의하게 추가적으로 설명하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 시기심에 대한 대처양식 척도가 신뢰롭고 타당한 도구임을 의미한다.

주요어 : 시기심, 선망, 대처양식, 부적정서, 심리적 안녕감, 친구관계의 질

* 이 논문은 2016년도 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임(과제번호: 2016S1A5B5A07920929)

† 교신저자: 김민희, 서울 서초구 서초동 한국상담대학원대학교, E-mail: pseudo@kcgu.ac.kr

시기심(envy)¹⁾은 내가 원하는 것을 다른 사람이 가지고 있다는 것을 인식할 때 느끼는 고통스럽고 불쾌한 감정이다(차운아, 2009; Cohen-Charash & Larson, 2017; Parrot, 1991; Smith & Kim, 2007; Tai, Narayanan, & Mcallister, 2012). 사람들은 자신과 타인을 비교하는 사회비교 과정을 통해 자기 자신이 누구인지를 추론한다. 이때, 흔히 자신보다 더 못하다고 생각되는 사람과 비교하는 하향 비교보다는 자신보다 더 낫다고 생각되는 사람과 비교하는 상향 비교를 더 많이 한다(Festinger, 1954). 상향 비교는 내가 원하지만 가지지 못한 것을 가진 사람들에게 주의 기울이도록 함으로써 시기심의 정서를 불러 일으킬 수 있다(Wert & Salovey, 2004). 학교와 조직과 같은 일상적인 생활 영역에서 성적, 인기, 지위, 높은 연봉 등 자신이 원하는 것을 갖고 있는 친구나 동료들 접하는 것은 자연스러운 일이므로 대부분의 사람들에게 시기심은 피할 수 없는 정서 경험이다.

시기심은 개인에게 고통과 불쾌를 가져다줄 뿐 아니라, 사회적으로는 타인을 해치는 부정적인 결과를 야기할 수 있는 정서이다. 시기심을 느끼면 상대방과 평등해지고자 하는 욕구가 발생하여 상대방을 해치거나 폄하하는 행동이 동기화된다(Smith & Kim, 2007). 선행 연구에 따르면 조직에서 시기심을 경험하는 사람은 다른 사람에게 자신이 시기하는 사람에 대한 안좋은 소문을 내거나, 그 사람에게 의도적으로 상사의 메시지를 전달하지 않는 행동을 자주 보인다(Dogan & Vecchio, 2001). 또한 시기심의 대상은 종종 따돌림의 대상이 되기도 하며(Vartia, 1996), 시기심이 강해지면 시기심의 대상의 불행에 기쁨과 고소함을 느끼는 샤펜프로이테(schadenfreude)를 경험하기도 한다(Smith, Turner, Garonzik, Leach, Urch-Druskat, & Weston, 1996; Takahashi,

Matsuura, Mobbs, Suhara, & Okubo, 2009). 이러한 행동은 시기심의 대상이 되는 개인에게 위협적이며, 집단 수준에서도 집단의 생산적인 협력을 저해할 수 있기 때문에 부정적이다(이수경, 정명호, 안지영, 이기현, 2015; Dogan & Vecchio, 2001; Smith et al., 1996; Smith & Kim, 2007).

하지만 최근 연구에 따르면 시기심이 항상 이와 같은 부정적 결과로 이어지지는 않는다. 몇몇 연구자들은 시기심이 한 가지의 정서 경험이 아니며 악의적 시기심(malicious envy)과 무해한 시기심(benign envy)의 두 가지 유형이 있다고 주장한다. 이들에 따르면 이 중 악의적 시기심은 타인을 해치려는 동기를 활성화시키지만, 무해한 시기심은 자기 자신을 향상시키려는 동기를 활성화시킨다. 한 예로 Crusius와 Lange(2014)에 따르면 악의적 시기심을 느낄 때는 상대방에 더 주의를 기울였고, 무해한 시기심을 느낄 때는 자기 향상적 기회에 더 주의를 기울였다. 또한 Ven, Zeelenberg와 Pieters(2011)의 연구 결과, 무해한 시기심을 경험하면 공부를 하고 싶은 동기가 더 강해졌다.

이처럼 시기심이 타인 폄하적 동기와 연관된 악의적 시기심과 자기 향상적 동기와 연관된 무해한 시기심의 두 가지 유형이라는 주장이 제기되고 있기는 하지만, 여전히 많은 연구자들이 시기심은 한 가지 단일한 정서라고 본다. 이러한 관점의 연구자들은 시기심은 자신이 원하는 바를 가진 타인을 볼 때 느껴지는 고통스럽고 불쾌한 감정이며, 다만 시기심에 대처하는 양식에서 개인차가 존재하기 때문에 시기심으로 인한 결과가 달라지는 것이라고 본다. 즉, 시기심을 느낄 때 개인이 어떤 대처양식을 사용하는지에 따라서 바람직하거나 바람직하지 못한 결과가 나타나는 것이다(Cohen-Charash & Larson, 2016; Cohen-Charash & Larson, 2017). 이와 관련하여 Cohen-Charash와 Larson(2017)은 사람들은 시기심을 경험할 때, 자기 자신과 시기하는 대상의 지위의 차이를 줄이고, 자신이 원하는 것을 얻고, 시기심으로 인한 고통을 줄이려는 목표가

1) envy는 선망, 부러움, 시기심, 시샘의 다양한 용어로 번역된다(강다겸, 장재홍, 2013; 이수경, 정명호, 안지영, 이기현, 2015; 차운아, 2009; 2010). 본 논문에서는 envy를 시기심으로 번역하여 사용하였다.

발생하는데, 개인마다 목표 달성을 위해 취하는 방법이 서로 다르다고 제안한다. 즉, 시기심을 느낄 때 이러한 목표를 달성하기 위하여 개인이 사용하는 인지적, 행동적 방법이 서로 다르기 때문에 똑같이 시기심을 경험하더라도 그에 따른 결과는 달라지게 되는 것이다(Cohen-Charash & Larson, 2016; Tai et al., 2012). 시기심에 대한 선행연구에 기반하여, 본 연구에서도 시기심을 불쾌한 감정 경험으로 정의하고, 시기심 대처양식이 시기심이 바람직한 결과로 이어질지 아니면 바람직하지 못한 결과로 이어질지를 결정하는 중요한 요인이라고 보았다.

Lazarus(1993)는 스트레스 혹은 스트레스 유발 상황에서 이를 해소하기 위한 인지적, 행동적 전략을 대처 양식이라고 보았다. 스트레스 사건을 경험하더라도 어떻게 대처하는지에 따라서 그 결과는 달라질 수 있다. 즉, 한 개인의 적응은 그 사람이 경험하고 있는 스트레스 사건 뿐만 아니라 그 스트레스에 대처하는 방식의 영향을 받는다. 대처양식과 관련된 선행연구들은 동일한 스트레스 사건에 직면하였더라도 사용하는 대처양식에 따라서 경험하는 정서(Falkman & Lazarus, 1988), 심리적 안녕감(김정수, 조한익, 2010; 신현숙, 2005; Folkman, 1997), 대인관계의 질이 다르다고 보고하고 있다(Bodenmann & Cina, 2006). 시기심이 고통스럽고 불쾌한 감정 경험이라는 것을 상기할 때, 시기심의 고통으로부터 벗어나고, 시기심의 대상과 자신의 지위 차이를 좁히기 위해 취하는 다양한 인지적, 행동적 방법을 시기심에 대한 대처 양식으로 볼 수 있다. 그리고 시기심이 바람직하지 못한 결과를 야기할지 혹은 바람직한 결과를 야기할지는 개인이 시기심에 대처하는 양식에 따라 달라진다고 볼 수 있다. 즉, 시기심을 경험하는 순간에 어떻게 대처하는지가 개인의 적응에 중요할 것이다. 따라서 사람들이 시기심을 경험할 때 어떤 대처양식을 사용하는지를 파악한다면 시기심과 적응의 복잡한 관계를 이해하는데 도움이 될 것이다. 더 나아가 시기심의 부정적 결과로 인해 어려움

을 겪는 사람들에게 적응적 대처양식을 사용하도록 돕는 개입전략을 수립할 수 있을 것이다. 이를 위해서는 먼저 시기심에 대처하는 방식을 효과적으로 측정할 수 있는 타당하고 신뢰로운 도구가 필요하다.

그런데 시기심 대처양식이 중요하다는 인식이 강조되어 왔던 것과 달리 실제로 시기심을 느낄 때 어떤 방법으로 대처하는지를 체계적으로 알아보고, 그 측정도구를 개발했던 연구는 많지 않다. 시기심 대처양식에 관심을 가졌던 대표적인 학자로 Salovey와 Rodin(1988)이 있다. 이들은 사람들이 시기심과 질투(jalousy)를 느낄 만한 상황에서 인내심을 가지고 지속적으로 노력하는 자기 의존(self-reliance), 자신의 장점을 되새기는 자기 고양(self-bolstering), 그리고 타인이 성취한 바가 중요한 것이 아니라고 의식적으로 생각하는 선택적 무시(selective ignoring)의 방법을 사용한다고 보고하였다.

그러나 이들이 제안한 대처양식과 그 측정도구는 다음과 같은 한계가 있다. 우선 시기심과 질투를 구분하지 않았다. 시기심과 질투는 함께 경험되는 일이 많기 때문에 일상에서 시기심과 질투는 혼용되어 사용된다. 그러나 많은 정서심리학자들은 두 정서가 서로 구분되는 정서라고 본다. 시기심은 내가 갖지 못한 것을 가진 자를 부러워할 때 느끼는 정서이고, 질투는 타인에 의해 내가 가진 것을 잃을까봐 두려워할 때 느끼는 정서이다. 구체적으로 시기심은 두 사람 사이에서 나타나며, 내가 가지기 원하지만 가지지 못한 소유물이나 성과를 상대방이 가졌다는 인식으로부터 발생하지만, 질투는 세 사람 사이에 나타나며, 양자 관계에서 제 3자가 나타나거나, 내가 친밀하게 여기는 대상을 제 3자에게 빼앗길지 모른다는 인식으로부터 발생한다. 따라서 시기심과 달리 질투는 로맨틱 관계에서 빈번하게 나타나는 감정이다(강다겸, 장재홍, 2013; Ben-Ze'ov, 1990; East & Watts, 1999; Parrott, 1991; Cohen-Charash & Larson, 2016에서 재인용). 또한 두 정서에 수반되는 감정이나 생각 역시

서로 다르다(Parrot & Smith, 1993). 따라서 두 정서에 대한 대처양식은 다를 수 있는데, Salovey와 Rodin(1988)은 두 정서를 구분하지 않고 대처양식을 조사하였다. 둘째로 타인에 대한 평가를 이용한 대처양식은 고려하지 않았다는 한계가 있다. 시기심을 경험하면 자신과 타인의 지위 차이를 줄이려는 노력을 하게 되는데(Cohen-Charash & Larson, 2016; Cohen-Charash & Larson, 2017), 자신의 가치와 장점을 되새기는 방법 뿐만 아니라 타인의 성과를 폄하하고 단점을 되새기는 방법으로도 지위 차이를 줄일 수 있다. 그러나 Salovey와 Rodin(1988)은 이 중 자신에 대한 긍정적 평가 방법만을 대처양식으로 고려하고, 타인에 대한 폄하는 고려하지 않았다는 한계가 있다. 셋째로 선택적 무시 대처양식을 측정하는 문항은 한 개 뿐이다. Salovey와 Rodin(1988)이 시기심에 대한 대처양식을 개발하는 과정에서 수행한 요인분석 결과에 따르면 선택적 무시 대처양식에는 오직 한 문항만이 포함되어서 독립적인 한 가지 대처양식으로 볼 수 없음에도 불구하고, 무리하여서 독립적인 대처양식으로 분류하였다.

따라서 본 연구에서는 Salovey와 Rodin(1988)이 개발한 척도의 이러한 한계점을 보완하여 보다 타당하고 신뢰로운 시기심 대처양식 척도를 개발하고자 하였다. 구체적으로는 시기심에 수반되는 동기와 인지적 평가에 대한 선행연구 결과를 기반으로 시기심 대처 양식을 아래와 같이 네 가지로 가정하였다. 우선 자기 자신에 대한 긍정적인 느낌과 생각을 의식적으로 불러일으키는 방법으로 시기심에 대처할 수 있다. 시기심을 느끼면 시기심의 대상과 자신의 지위 차이를 줄이려는 목표가 생긴다. 자신의 장점과 가치를 다시 한 번 생각함으로써 자신의 부족함을 직면하는 고통을 줄이고, 시기하는 대상과 자신의 지위 차이를 줄일 수 있을 것이다. 선행연구에서도 시기심에서 벗어나기 위하여 사람들이 종종 자기 자신의 긍정적 측면을 생각하는 방법을 사용한다고 보고한다(Salovey & Rodin, 1988)

다음으로 시기심의 대상에 대하여 부정적으로 생각하는 방법으로 시기심에 대처할 수 있다. 시기심의 대상에 대한 부정적 평가 역시 시기심의 대상과 자신의 지위 차이를 줄이는데 도움이 될 수 있다. 시기심 연구자들은 많은 사람들이 시기심으로 인한 고통과 자기에 대한 부정적 평가를 회복하기 위하여 시기의 대상이 되는 사람을 폄하하는 방법을 사용한다고 본다(Salovey & Rodin, 1984; Cohen-Charash & Larson, 2016). 시기하는 대상과 자신의 능력의 차이를 부정하거나 차이를 줄이기 위해 노력하는 것보다는 상대방과 거리를 두고, 상대방이 이런 성취가 도덕적으로 결함이 있다고 생각하는 편이 상대와 자신의 지위 차 인식을 줄이는데 더 손쉬울 수 있기 때문이다(Cohen-Charash & Larson, 2016).

셋째로 자신 역시 가까운 미래에 원하는 바를 성취할 수 있다고 생각하고, 지속적으로 성취를 위한 노력을 기울이는 방법으로 시기심에 대처할 수 있다. 자신이 원하는 것을 가진 타인을 볼 때, 자신 역시 곧 그것을 얻을 수 있다는 통제감을 높게 지각할수록 다른 사람을 폄하하려는 동기는 약해진다(Ven & Zeelenberg, 2012) 즉, 시기심을 경험할 때, 자신의 미래가 자신이 원하는 방향으로 흘러갈 수 있다고 긍정적으로 기대하는 것 역시 시기심의 고통을 줄이고, 시기심의 대상과 자신의 지위 차이를 줄이는데 도움이 될 수 있다. Salovey와 Rodin(1988)도 자기 자신을 믿고 지속적으로 노력하려는 생각과 행동으로 시기심에 대처하는 자기 의존 양식을 제안하였다.

마지막으로 자신이 원하는 바를 성취한 타인에 대하여 긍정적인 평가를 하고, 타인을 인정함으로써 시기심에 대처할 수 있다. van de Ven 등(2012)은 자신이 원하는 것을 가진 타인을 볼 때, 자격(deservingness)에 대한 평가 역시 다른 사람을 폄하하려는 동기와 자기 자신을 향상시키려는 동기를 가르는 기준이 된다고 보았다. 사람들은 아무런 노력없이 불공정한 방법으로 이

룬 타인의 성취에 대해서 분노하며, 그 성취에 해를 가하려는 경향이 있다. 따라서 시기심의 대상에 대하여 긍정적으로 재평가하려는 노력은 시기심에 수반되는 고통과 부정적인 감정, 타인에게 해를 입히려는 충동을 완화하는데 도움이 될 수 있다. 구체적으로 시기심을 경험할 때, 시기심의 대상이 되는 사람이 원하는 바를 성취하는 정당한 이유, 예를 들면 그 사람이 행했던 노력이나 갖춘 자격이나 자질에 대하여 적극적으로 떠올린다면 시기심으로 인한 고통을 완화하는데 도움이 될 것이다.

정리하면 본 연구에서는 시기심에 수반되는 동기와 평가에 관한 선행연구 결과를 기반으로 시기심에 대처하는 양식은 자신에 대한 긍정적 평가, 타인에 대한 부정적 평가, 자신의 성공에 대한 긍정적 기대, 타인에 대한 긍정적 평가와 인정의 네 가지 양식이 있을 것이라고 보았다. 네 가지 대처 양식의 구성 타당도를 확인하기 위해서는 시기심 대처양식과 관련된 변인과 유의한 관계가 있는지 확인할 필요가 있다. 구체적으로 본 연구에서는 시기심 대처양식과 자존감의 관계가 유의할 것이며, 대처양식이 부적정서, 심리적 안녕감, 친구관계의 질을 유의하게 예측해줄 것으로 예상하였다.

우선 시기심에 대한 네 가지 대처양식은 자존감과 유의한 관련성을 보일 것이다. 자존감 수준은 스트레스 상황에서 어떤 대처양식을 사용할지에 영향을 미친다고 보고되고 있다(Mullis & Chapman, 2000). 자존감이 높을수록 자기에 대해서 긍정적으로 생각하며, 자기 자신의 잠재력을 믿고, 자신의 미래에 대해서 낙관적인 기대를 갖는 경향이 강하다. 따라서 시기심을 경험할 때, 자존감이 높을수록 자신에 대한 긍정적 평가 양식과 자신의 성공에 대한 긍정적 기대 양식을 자주 사용할 것으로 예상된다. 한편, 시기심을 느낄 때, 자존감이 낮은 사람은 시기심의 대상에 대한 친사회적 행동을 줄이고, 시기하는 대상의 명성을 훼손하는 방식으로 열등감을 해소하는 경향이 있다(Swann, Predmore, &

Gaines, 1987; Tracy & Robbins, 2003; Tai et al., 2012에서 재인용). Tai 등(2012)의 연구자는 이러한 선행연구를 바탕으로 타인의 명성을 훼손하는 방식은 사회적으로 부적절하게 여겨지기 때문에(Smith & Kim, 2007), 자존감이 높은 사람들은 자신에 대한 긍정적인 인식을 일관적으로 유지하기 위해 이와 같이 사회적으로 인정받지 못하는 방식을 택하는 대신 타인의 성취를 인정하고, 긍정적으로 평가하는 방식으로 시기심에 대처할 가능성이 크다고 보았다. 본 연구에서도 이들의 제안대로 자존감이 높을수록 타인을 부정적으로 평가하는 대처양식은 덜 사용하고, 반대로 타인을 긍정적으로 평가하는 대처양식을 자주 사용할 것으로 예상하였다.

둘째로 시기심에 대한 네 가지 대처 양식을 사용하는 정도에 따라서 부적 정서를 느끼는 정도가 다를 것이다. 사람들은 시기심을 느낄 때, 분노, 적대감, 열등감의 부적 정서 역시 강렬하게 경험한다(차운아, 2009; Parrot, 1991; Smith & Kim, 2007). 시기심은 누구나 경험하는 정서이지만 어떤 사람은 다른 사람보다 기질적으로 시기심을 더 자주, 더 강렬하게 경험하는 경향성이 있다. 이렇게 기질적 시기심 수준이 높은 사람은 시기심을 느낄 때, 분노, 적대감, 열등감의 부적정서 역시 더 강하게 느끼는 경향이 있다. 그러나 같은 스트레스 사건에 직면해있더라도 어떤 대처양식을 사용하는지에 따라서 경험되는 정서강도가 달라진다는 것을 고려하면(Folkman & Lazarus, 1988), 시기심을 느낄 때 사용하는 대처양식에 따라서 개인이 경험하는 부적정서의 강도가 다를 것이라 예상된다. 선행 연구에 따르면 자신이 기대하는 자신의 모습과 현실의 자신의 모습에 대한 인식이 불일치할수록 부적정서를 강하게 느끼므로(Higgins, Klein, & Strauman, 1985), 시기심을 느낄 때 자신에 대한 긍정적 평가와 자신의 성공에 대한 긍정적 기대의 대처양식을 자주 사용할수록 부적정서는 약하게 느낄 것이라고 예상된다. 타인에 대한 부정적 평가 대처양식은 그 사람이 성취한 것이 불공정하다

는 생각과 밀접하게 관련되는데, 이런 생각은 불쾌한 감정으로 이어진다. 따라서 이 대처양식을 자주 사용할수록 부정정서를 강렬하게 느낄 것으로 예상된다. 반면, 타인에 대한 긍정적 평가와 인정의 양식은 그 사람이 성취한 것이 불공정하다는 생각과는 거리가 멀기 때문에 이 대처양식을 자주 사용할수록 부정정서는 약하게 느낄 것으로 예상된다.

셋째로 시기심에 대한 네 가지 대처 양식은 심리적 안녕감을 유의하게 예측할 것으로 예상된다. 기질적으로 시기심을 자주 느끼는 사람은 전반적으로 심리적 건강 상태가 좋지 않고, 심리적 안녕감이 낮은 경향이 있다(Smith et al., 1999). 하지만 시기심에 대한 대처양식을 제안한 연구자들은 사용하는 대처양식에 따라서 시기심이 바람직한 결과나 바람직하지 않은 결과로 이어질 것이라고 제안한다(Cohen-Charash & Larson, 2016; Cohen-Charash & Larson, 2017). 따라서 기질적 시기심 수준의 효과를 통제하고도 시기심에 대한 대처양식이 심리적 안녕감에 영향을 줄 것이라 예상할 수 있다. 선행연구 따르면 자신에 대한 긍정적 믿음과 타인과의 친밀한 관계는 심리적 안녕감의 핵심적 선행요건이다(Feasel, 1995; Ryff, 1989). 구체적으로 자신에 대한 긍정적 평가, 자신의 성공에 대한 긍정적 기대, 타인에 대한 긍정적 평가와 인정의 양식을 자주 사용할수록 심리적 안녕감은 좋을 것이고, 반면에 타인에 대한 부정적 평가 대처양식을 자주 사용할수록 심리적 안녕감은 낮을 것으로 예상된다.

마지막으로 시기심에 대한 네 가지 대처 양식은 친구관계의 질을 유의하게 예측할 것이다. 시기심을 느낄 때 종종 시기심의 대상이 되는 사람을 해하려는 동기가 생기므로 대인관계에 영향을 끼칠 수 있다(강다겸, 장재홍, 2013; 이수경 등, 2015; 차운아, 2009) 또한 시기심을 강하게 느끼면 시기심의 대상과 사회적인 거리감을 두려는 경향이 강해지고(차운아, 2010), 시기심의 대상에 대한 친밀감이 약해지기도 하므로(Erdil & Muceldill, 2014), 기질적으로 시기심을 자주 느

끼는 사람은 친구관계의 질이 좋지 않을 것이다. 그러나 이러한 시기심의 결과는 시기심을 느낄 때 개인이 사용하는 대처양식에 따라서 달라질 수 있다(Cohen-Charash & Larson, 2016; Cohen-Charash & Larson, 2017). 사람들은 자신을 인정해주고, 따뜻한 유대관계를 가질 수 있는 사람과 친구로 지내고 싶어 할 것이다. 따라서 타인에 대한 부정적 평가 대처양식을 덜 사용하고, 타인에 대한 긍정적 평가와 인정의 대처양식을 자주 사용할수록 친구관계의 질은 더 좋을 것으로 예상된다. 또한 자아개념이 긍정적이고, 자기 효능감이 높은 학생들이 친구관계가 더 좋다는 선행연구를 근거로 할 때(박원모, 천성문, 2008), 자기에 대한 긍정적 평가와 자신의 성공에 대한 긍정적 기대의 대처양식을 자주 사용할수록 친구관계의 질이 더 좋을 것으로 예상된다.

방 법

연구 참여자

본 연구는 200명의 대학생인 표본A와 159명의 대학생인 표본B를 대상으로 실시되었다. 표본A의 남성은 102명, 여성은 97명이고(1명은 성별을 응답하지 않음), 평균 연령(표준편차)은 22.86(2.21)세였다. 표본B의 남성은 81명, 여성은 78명이고, 평균 연령은 22.62(1.85)세이었다. 연구 참여자는 대학 학부생으로 오프라인 혹은 온라인으로 설문에 참여하였다. 오프라인 참여자는 S 대학 심리학 수업을 듣는 학생들이며, 이 중 본 연구의 목적 및 방법에 대한 설명을 듣고 연구 참여에 동의하는 학생들만 설문을 작성하였다. 온라인 참여자는 S 대학의 온라인으로 진행되는 심리학 수업을 듣는 학생들과 인터넷 설문조사 전문업체를 통해 모집된 학생들이었다. 이들 중 연구 목적 및 방법을 기술한 글을 읽고 연구 참여에 동의하는 학생들은 온라인 혹은 모바일을 통해 설문에 참여하였다. 표본A의 자료는 탐색

적 요인분석에 활용되었고, 표본B의 자료는 확인적 요인분석에 활용되었으며, 표본A와 표본B를 합친 자료는 상관분석 및 위계적 회귀분석에 활용되었다. 본 연구는 생명윤리심의 위원회의 승인을 받았다(생명윤리심의 승인번호: KMU-201705-HR-148).

측정도구

시기심 대처양식 질문지

선행연구에 근거하여 시기심을 느낄 때 사람들이 자신의 장점을 떠올리거나(자기에 대한 긍정적 평가), 시기심의 대상이 되는 사람의 단점을 떠올리거나(타인에 대한 부정적 평가), 자신 역시 성공 혹은 성취할 수 있다는 생각을 갖거나(자기의 성공에 대한 긍정적 기대), 또는 타인을 긍정적으로 인식하고 그의 성공과 성취를 정당화(타인에 대한 긍정적 평가 및 인정)하는 네 가지로 구분되는 대처양식을 사용할 것이라고 가정하였다. 선행연구를 참고하여 대처양식별로 6문항씩 총 24문항을 제작하였고, 심리학 박사 2인과 심리학 박사과정생 1인으로 구성된 전문가 회의를 통해 최종적으로 20문항을 시기심 대처양식에 적합한 문항으로 선정하였다. 본 연구에서는 참여자들로 하여금 각 문항을 읽고 자신의 생각과 얼마나 일치하는지 1점(전혀 그렇지 않다)부터 6점(매우 그렇다) 사이에서 답하도록 하였다. 점수가 높을수록 해당 대처양식을 자주 사용하는 것으로 해석할 수 있다.

심리적 안녕감

Ryff(1989)가 개발한 심리적 안녕감(psychological well-being) 척도를 김명소, 김혜원과 차경호(2001)가 타당화한 척도를 사용하였다. 본 척도는 자아 수용, 타인과의 긍정적 관계, 자율성, 환경에 대한 지배감, 인생의 목표, 개인적 성장의 6가지 차원으로 구성되어 있다. 문항의 예로 '나에게 주어진 상황은 내게 책임이 있다고 생각한다', '살아온 내 인생을 돌이켜 볼 때, 현재의 결과에

만족한다' 등이 있다. 총 18문항으로 구성되어 있으며, 각 문항에 대하여 1점(전혀 그렇지 않다)부터 5점(매우 그렇다) 사이에서 평정하도록 하였다. 점수가 높을수록 심리적 안녕감 수준이 높은 것으로 해석할 수 있다. 본 연구에서 전체 문항의 Cronbach's α 는 .81이었다.

친구관계

Armsden과 Greenberg(1987)가 제작한 부모 및 또래 애착 척도(IPPA: Inventory of Parent and Peer Attachment)를 Raja, McGee와 Stanton(1992)이 수정한 개정본 IPPA-R을 옥정(1998)이 번안한 문항을 사용하였다. 본 척도는 신뢰, 의사소통, 소외의 3가지 하위차원으로 구성된다. 총 25문항이며, 문항의 예로 '내게 걱정되는 일이 있을 때, 친구들의 의견을 받아들이고 싶다.', '친구들은 내가 어떤 일로 기분이 상했을 때 알아차린다', '친구들과 함께 내 문제에 관해 이야기할 때, 나 자신이 수치스럽고 바보같다고 생각된다' 등이 있다. 각 문항에 대하여 1점(전혀 그렇지 않다)부터 5점(매우 그렇다) 사이에서 평정하도록 하였다. 총 점수가 높을수록 친구를 신뢰하고, 친구와 의사소통이 잘되고, 소외감이 낮은 것으로 해석할 수 있다. 본 연구에서 전체 문항의 Cronbach's α 는 .90이었다.

자존감

Rosenberg(1965)가 개발한 RSES(Rosenberg Self-Esteem Scale)를 이훈진과 원호택(1995)이 번안한 문항을 사용하였다. 본 척도는 전반적인 자존감을 측정하는 단일 차원으로 구성되었으며, 문항의 예로 '나는 적어도 내가 다른 사람들만큼 가치있는 사람이라고 생각한다', '나는 내가 장점이 많다고 생각한다' 등이 있다. 총 10문항이며, 각 문항에 대하여 1점(전혀 그렇지 않다)부터 5점(매우 그렇다) 사이에서 평정하도록 하였다. 점수가 높을수록 자존감이 높은 것으로 해석할 수 있다. 본 연구에서 전체 문항의 Cronbach's α 는 .88이었다.

부적정서

시기심에 수반되는 부적정서라고 알려진 분노, 적대감, 열등감으로 부적정서 경험 강도를 측정하였다. 최근 1년 동안 시기심을 가장 강하게 느낀 사건을 떠올린 후, 그 사건을 경험할 당시에 세 정서를 각각 얼마나 강하게 느꼈는지 답하도록 하였다. 1점(매우 약하게 느꼈다)부터 5점(매우 강하게 느꼈다) 사이에서 평정하도록 하였다. 점수가 높을수록 시기심을 느낄 때 부적정서도 강하게 느꼈다고 해석할 수 있다. 본 연구에서 전체 문항의 Cronbach's α 는 .75이었다.

기질적 시기심

Smith와 동료들(1999)이 제작한 기질적 시기심 척도(DES: Dispositional Envy Scale)을 차운아(2010)가 한국어로 번안한 척도를 사용하였다. 본 척도는 열등감과 악의의 두 가지 하위차원으로 구성되며, 문항의 예로 '나는 자주 시기심을 느낀다', '아무리 노력해도 시기심을 떨쳐내기 어렵다' 등이 있다. 총 8문항이며, 각 문항에 대하여 1점(전혀 그렇지 않다)부터 5점(매우 그렇다) 사이에서 평정하도록 하였다. 점수가 높을수록 기질적으로 시기심을 강하게 느끼는 것으로 해석하도록 채점하였다. 본 연구에서 전체 문항의 Cronbach's α 는 .88이었다.

결 과

탐색적 요인분석

시기심 대처양식 척도의 요인구조를 탐색하기 위하여 20문항을 대상으로 탐색적 요인분석을 실시하였다. 주축요인분해로 요인을 추출하였고, 요인 간 상관이 가정되므로 직접 오블리민 방법으로 사각회전을 실시하였다. 본 연구에서는 자기에 대한 긍정적 평가, 타인에 대한 부정적 평가, 자기의 성공에 대한 긍정적 기대, 타인에 대한 긍정적 평가 및 인정의 4요인으로 요

인수를 가정하였지만 다른 요인수가 더 적합할 가능성도 있기 때문에 요인 수는 최종적으로 스크리 검사와 해석 가능성을 고려하여서 결정하였다. 스크리 검사는 추출하는 요인 수에 따른 고유값 하락폭을 바탕으로 요인 수가 증가해도 고유값이 더 이상 큰 폭으로 하락하지 않는 지점을 찾아서 요인수를 추정하는 방법으로 많은 연구자들이 요인 수 추정의 근거로 사용하고 있다(정송, 이순목, 이영선, 이민수, 2011). 해석 가능성을 염두에 두고 요인 수를 결정하는 것은 척도의 외관 타당도를 확보하기 위한 방법이다. 각 문항의 내용이 해당 요인의 개념을 적절하게 반영할수록 외관 타당도가 높다고 볼 수 있다(Farmer & Aman, 2009). 따라서 요인 수를 결정할 때, 한 요인에 포함되는 문항들이 일관되고 공통된 개념으로 묶이는지 요인의 해석 가능성 역시 염두에 둘 필요가 있다(이순목, 2000).

우선 20개 문항을 대상으로 탐색적 요인분석을 한 결과로 스크리 도표를 그렸다. 그 결과, 4번째 요인부터 고유값이 평준화되므로 요인수는 3개가 적합한 것으로 생각되었다. 스크리 도표는 그림 1에 제시하였다. 그 다음, 해석 가능성을 고려하기 위하여 각 요인에 .45 이상으로 부하되는 문항의 내용을 살펴보았는데, 그 결과 자기에 대한 긍정적 평가 요인과 자기의 성공에 대한 긍정적 기대 요인에 해당하는 문항들이 한 요인에 부하되고, 타인에 대한 부정적 평가 요인이 또 다른 한 요인으로 부하되고, 타인에 대한 긍정적 평가 및 인정 요인이 마지막 다른 한 요인으로 부하되었다. 자기에 대한 긍정적 평가와 자기의 성공에 대한 긍정적 기대는 모두 자기에 초점을 맞추고, 자기 자신의 현재와 미래의 긍정적 측면에 대한 감정과 생각을 불러일으키는 방법을 통해 시기심에 대처한다는 공통점을 가지고 있으므로 한 가지 요인에 속할 수 있다고 판단하였다. 즉, 스크리 검사와 해석 가능성을 모두 고려하여 최종적으로 시기심 대처양식 척도는 3요인 구조를 가지고 있다고 판단하였다.

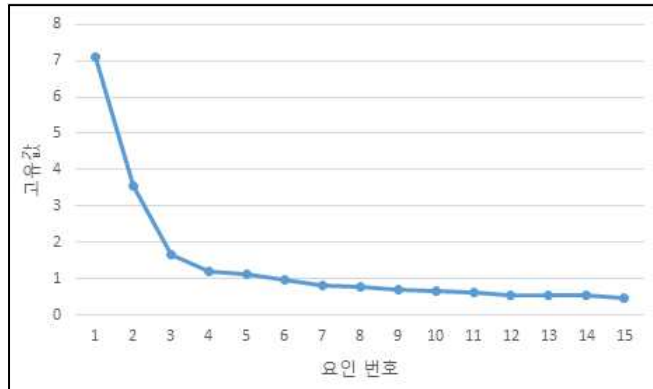


그림 1. 스크리 도표

각 요인에 속하는 문항을 선택하기 위하여 한 요인에 요인부하량이 .45 이상인 문항을 좋은 문항이라고 간주하였고, 두 요인에 대한 요인부하량의 차이가 .20 이하인 문항은 교차부하된다고 판단하고 삭제하였다. 그 결과, '다른 사람에게 시샘을 느낄 때, 나는 나에게도 언젠가 그 사람처럼 원하는 것을 얻을 기회가 찾아올 것이라고 생각한다', '시기심을 느낄 때, 나는 스스로 향상하겠다고 다짐한다', '시기심을 느낄 때, 나는 나도 노력해서 내가 시기하는 대상처럼 원하는 것을 얻겠다는 다짐을 한다', '시기심을 느낄 때, 나는 그 사람이 내가 시기하는 것을 얻기 위해 한 노력을 떠올려본다'의 네 문항이 삭제되었다. 남은 16 문항을 대상으로 다시 한 번 탐색적 요인분석을 한 결과, 모든 문항이 한 요인에만 .45 이상의 요인부하량을 가지며, 다른 요인에 교차부하되지 않는 것으로 나타났다. 탐색적 요인분석 패턴행렬 결과는 표 1에 제시하였다.

구체적으로 요인1은 7문항, 요인2는 5문항, 요인3은 4문항으로 구성되었다. 요인1은 시기심을 느끼는 상황에서 자신의 장점과 가능성에 초점을 맞추고, 의식적으로 자기 자신에 대한 긍정적인 생각과 감정을 끌어올리는 대처방법과 관련되므로 '자기고양 추구'라고 명명하였고, 요인2는 시기하는 대상의 단점을 떠올리거나 그가

이룬 성과의 가치를 낮추고, 그와 거리를 두려는 노력과 관련된 대처방법이므로 '타인에 대한 불인정 및 회피'라고 명명하였고, 마지막으로 요인3은 시기하는 대상을 인정하는 것과 관련된 대처방법이므로 '타인에 대한 긍정적 평가와 인정'이라고 명명하였다. 요인 간 상관관계수 및 요인별 기술통계치, 내적합치도는 표 2에 제시하였다.

확인적 요인분석

탐색적 요인분석의 결과로 얻은 자기고양 추구, 타인에 대한 불인정 및 회피, 타인에 대한 긍정 평가 및 인정의 3요인으로 구성된 시기심 대처양식의 구조가 타당한지 교차 타당도를 확인하기 위하여 표본B를 대상으로 확인적 요인분석을 수행하였다. 그 결과, 모형 적합도 지수가 $\chi^2(101)$ 는 166.507($p < .001$)이었고, CFI는 .915, IFI는 .917, RMSEA는 .064이었다. 모형 적합도를 평가하는 절대적인 기준이 있는 것은 아니지만 CFI, IFI가 .90 이상이고, RMSEA 값이 .08 미만이면 괜찮은 적합도라고 여겨진다(Browne & Cudeck, 1993; Little, 1997; 김주환, 김민규, 홍세희, 2009). 즉, 이러한 기준을 바탕으로 시기심 대처양식의 3요인 구조가 적합함을 다시 한번 확인할 수 있었다.

표 1. 패턴행렬

	요인부하량		
	1	2	3
요인1			
다른 사람에게 시샘을 느낄 때, 나는 내가 가지고 있는 좋은 점들을 떠올린다.	.691	-.077	.145
시기심을 느낄 때, 나는 스스로의 장점을 떠올린다	.691	-.026	-.086
시기심을 느낄 때, 나는 내가 시기하는 사람만큼 혹은 그 사람보다 더 성공할 것이라는 생각을 한다.	.677	.136	-.127
시기심을 느낄 때, 나는 시기하는 대상에게는 없는 좋은 자질이 나에게 있다고 생각한다.	.612	.070	.047
시기심을 느낄 때, 나는 내 스스로의 존재만으로도 가치 있는 사람이라는 점을 의식적으로 떠올린다.	.601	-.078	.182
시기심을 느낄 때, 나는 내가 지금까지 해온 잘한 일들을 회상한다.	.489	.13	.278
다른 사람에게 느끼는 나의 시기심은 때때로 나의 성취욕구를 자극한다.	.483	-.108	.050
요인2			
다른 사람에게 시샘을 느낄 때, 나는 때때로 내가 시기하는 대상과 말을 하고 싶지 않다.	-.239	.763	.061
다른 사람에게 시샘을 느낄 때, 나는 때때로 내가 시기하는 대상이 다른 일에서 실패하기를 바란다.	.069	.731	-.041
다른 사람에게 시샘을 느낄 때, 나는 때때로 시기하는 대상과 가깝게 지내고 싶지 않다는 생각이 든다.	-.020	.624	-.120
시기심을 느낄 때, 나는 내가 시기하는 상대가 가지거나 이룬 것이 공정하지 않다고 생각한다.	.028	.578	-.024
시기심을 느낄 때, 나는 내가 시기하는 대상의 단점을 떠올린다.	.242	.553	.136
요인3			
다른 사람에게 시샘을 느낄 때, 나는 그 사람의 성공을 인정하기 위해 노력한다.	-.039	-.191	.738
시기심을 느낄 때, 나는 내가 시기하는 사람에 대하여 나쁜 생각을 하지 않기 위해서 노력한다.	-.046	.036	.683
시기심을 느낄 때, 나는 내가 시기하는 사람의 장점을 떠올린다.	.109	-.066	.510
시기심을 느낄 때, 나는 그 사람이 내가 시기하는 것을 얻는 것이 당연한 이유를 탐색한다.	.118	.181	.475

표 2. 요인 간 상관 및 요인별 평균과 표준편차, 내적 합치도

	자기고양 추구	타인에 대한 불인정 및 회피	타인에 대한 긍정 평가 및 인정	M(SD)	Cronbach's α
자기고양 추구	1			3.82(.75)	.83
타인에 대한 불인정 및 회피	.13	1		3.32(.87)	.78
타인에 대한 긍정 평가 및 인정	.46***	-.05	1	3.78(.72)	.70

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

구성타당도 검증

구성타당도를 검증하기 위하여 세 가지 대처양식과 자존감, 부정정서, 심리적 안녕감, 친구관계의 질의 관계를 확인하였다. 구체적으로는 세 가지 대처양식이 자존감과 유의한 관련성이 있는지 확인하기 위하여 상관분석을 수행하였고, 세 대처양식이 기질적 시기심의 효과를 배제하고도 부정정서, 심리적 안녕감, 친구관계의 질을 유의하게 예측하는지 확인하기 위하여 위계적 회귀분석을 수행하였다.

우선 세 대처양식과 자존감의 상관분석 결과는 다음과 같다. 자존감 점수가 높을수록 자기고양 추구 양식이나 타인에 대한 긍정 평가 및 인정 양식을 자주 사용하였지만($r = .46, p < .001$; $r = .14, p < .01$), 타인에 대한 불인정 및 회피 양식은 드물게 사용하는 것으로 나타났다($r = -.29, p < .001$). 결과는 표 3에 제시하였다.

둘째로 기질적 시기심의 영향력을 통제하고도 시기심 대처 양식이 부정정서에 영향을 미치는지 확인하기 위하여 위계적 회귀분석을 수행하였다. 부정정서는 시기심 경험에 수반된다고

알려진 분노, 적대감, 열등감으로 구성되었다. 비록 이 세 정서는 서로 구분되는 정서이긴 하지만 본 연구에서는 시기심 대처양식이 시기심 경험에 수반되는 부정정서를 전반적으로 예측해 줄 수 있는지에 관심을 두고 있으므로 세 정서의 총점을 분석에 사용하였다. 1단계에 기질적 시기심을 투입하고, 2단계에 추가적으로 세 가지 시기심 대처양식을 투입하였다. 그 결과, 세 가지 시기심 대처양식이 부정정서를 유의하게 추가적으로 예측해주는 것으로 나타났다($\Delta R^2 = .05, p < .001$). 변인별로 보면 타인에 대한 불인정 및 회피 양식을 주로 사용할수록 부정정서를 강하게 느끼는 것으로 나타났고, 자기고양 추구 양식 사용과 타인에 대한 긍정 평가 및 인정 양식 사용은 부정정서 경험과 유의한 관련성을 보이지 않았다($\beta = .25, p < .001$; $\beta = -.01, n.s.$; $\beta = .00, n.s.$). 결과는 표 4에 제시하였다.

셋째로 기질적 시기심이 미치는 영향력을 제외하고도 시기심 대처 양식이 심리적 안녕감에 영향을 미치는지 확인하기 위하여 위계적 회귀분석을 수행하였다. 심리적 안녕감은 6가지 하위요인으로 구성되어 있다. 그러나 시기심 대처

표 3. 선망 대처양식과 자존감 간 상관계수

	자기고양 추구	타인에 대한 불인정 및 회피	타인에 대한 긍정 평가 및 인정
자존감	.46***	-.29***	.14**

주2. ** $p < .01$. *** $p < .001$

표 4. 부정정서를 종속변수로 한 위계적 회귀분석

예언변인	B	β	t	R^2	ΔR^2	F
단계 1				.32		170.68***
기질적 선망	.62	.57***	13.06			
단계 2				.37	.05***	51.59***
기질적 선망	.49	.45***	8.68			
자기고양 추구	-.01	-.01	-.18			
타인에 대한 불인정 및 회피	.26	.25***	4.85			
타인에 대한 긍정 평가 및 인정	.00	.00	-.01			

주. † <.10, * <.05, ** <.01, *** <.001

양식과 심리적 안녕감의 각 하위요인의 관계를 가정할 이론적 근거가 부족하기 때문에 본 연구에서는 개인의 전반적인 심리적 기능 수준을 반영하는 심리적 안녕감 6개 하위요인의 총점을 분석에 사용하였다. 분석 결과는 다음과 같다. 세 가지 시기심 대처양식이 심리적 안녕감의 변량을 유의하게 추가적으로 예측해주는 것으로 나타났다($\Delta R^2 = .10, p < .001$). 구체적으로 변인별로 살펴보면, 자기고양 추구 양식을 자주 사용하고, 타인에 대한 불인정 및 회피 양식을 적게 사용할수록 심리적 안녕감이 높은 것으로 나타났고, 타인에 대한 긍정 평가 및 인정 양식을 사용하는 것은 심리적 안녕감과 관련이 없었

다($\beta = .34, p < .001; \beta = -.16, p < .01; \beta = -.02, n.s.$). 결과는 표 5에 제시하였다.

마지막으로 기질적 시기심이 미치는 영향력을 제외하고도 시기심 대처 양식이 친구관계의 질에 영향을 미치는지 확인하기 위하여 위계적 회귀분석을 수행하였다. 친구관계의 질은 3가지 하위요인으로 구성되어 있다. 그러나 심리적 안녕감과 관계와 마찬가지로, 시기심 대처양식과 친구관계의 질의 각 하위요인의 관계를 가정할 이론적 근거가 부족하기 때문에 본 연구에서는 친구관계의 질 총점만을 분석에 사용하였다. 분석 결과, 세 가지 시기심 대처양식이 친구관계의 질을 유의하게 추가적으로 예측해주는 것

표 5. 심리적 안녕감을 종속변수로 한 위계적 회귀분석

예언변인	B	β	t	R^2	ΔR^2	F
단계 1				.34		183.92***
기질적 선망	-.34	-.58***	-13.56			
단계 2				.44	.10***	69.87***
기질적 선망	-.25	-.43***	-8.91			
자기고양 추구	.21	.34***	6.77			
타인에 대한 불인정 및 회피	-.09	-.16**	-3.46			
타인에 대한 긍정 평가 및 인정	-.01	-.02	-.31			

주. * <.05, ** <.01, *** <.001

표 6. 친구관계의 질을 종속변수로 한 위계적 회귀분석

예언변인	B	β	t	R^2	ΔR^2	F
단계 1				.14		58.36***
기질적 선망	-.22	-.37***	-7.64			
단계 2				.18	.04**	19.22***
기질적 선망	-.17	-.29***	-4.89			
자기고양 추구	.06	.10	1.61			
타인에 대한 불인정 및 회피	-.08	-.14*	-2.35			
타인에 대한 긍정 평가 및 인정	.07	.10 [†]	1.77			

주. [†] <.10, * <.05, ** <.01, *** <.001

으로 나타났다($\Delta R^2 = .04, p < .01$). 구체적으로 변인별로 살펴보면, 타인에 대한 불인정 및 회피 양식을 자주 사용할수록 친구관계의 질은 나빠지만, 타인에 대한 긍정 평가 및 인식 양식을 자주 사용할수록 α 값 .10 수준에서 유의하게 친구관계의 질이 좋은 것으로 나타났고, 자기고양 추구 사용은 유의한 관련성이 없었다($\beta = -.14, p < .05; \beta = .10, p < .10; \beta = .10, n.s$). 결과는 표 6에 제시하였다.

측정 변인의 기술 통계치를 살펴보면 자기고양 추구 대처양식의 평균은 3.86, 표준편차는 .76, 타인에 대한 불인정 및 회피 대처양식의 평균은 3.41, 표준편차는 .86, 타인에 대한 긍정 평

가 및 인정 대처양식의 평균은 3.82, 표준편차는 .71이었다. 또한 자존감의 평균은 3.33, 표준편차는 .69, 부정정서의 평균은 2.57, 표준편차는 .90, 심리적 안녕감의 평균은 3.34 표준편차는 .48이었고, 친구관계의 평균은 3.55, 표준편차는 .49였다. 각 변인의 전체 및 하위요인의 기술통계치는 표 7에 제시하였다.

논 의

본 연구는 시기심 대처양식을 측정할 수 있는 신뢰롭고 타당한 도구를 개발하기 위하여 수

표 7. 변수들의 평균 및 표준편차(N=359)

변수명	M	SD	변수명	M	SD
선망에 대한 대처양식			자율성	3.03	.60
자기고양 추구	3.86	.76	환경에 대한 지배감	3.40	.62
타인에 대한 불인정 및 회피	3.41	.86	인생의 목표	3.54	.79
타인에 대한 긍정 평가 및 인정	3.82	.71	개인적 성장	3.61	.72
자존감	3.33	.69	친구관계의 질 전체	3.55	.49
부적정서	2.57	.90	신뢰	3.56	.55
심리적 안녕감 전체	3.34	.48	의사소통	3.64	.58
자아 수용	3.14	.77	소외	3.44	.48
타인과의 긍정적 관계	3.31	.74			

행되었다. 표본A의 자료로 탐색적 요인분석을 수행하여서 대처양식의 하위요인을 확인하였고, 이 요인구조의 교차 타당성을 확인하기 위하여 표본B의 자료로 확인적 요인분석을 수행하였다. 또한 대처양식의 구성 타당도를 확인하기 위하여 자존감과 관계의 관계를 확인하기 위한 상관분석을 하였고, 부적정서, 심리적 안녕감, 친구관계의 질에 대해서는 위계적 회귀분석을 수행하였다.

주요 분석 결과와 그에 대한 논의는 다음과 같다. 첫째, 탐색적 요인분석과 확인적 요인분석 결과, 시기심 대처양식은 자기고양 추구, 타인에 대한 부정적 평가 및 감정, 타인에 대한 긍정적 평가 및 인식의 세 요인으로 구성되었다. 이러한 결과는 애초에 시기심 대처양식이 자기에 대한 긍정적 평가, 자기 미래에 대한 긍정적 기대, 타인에 대한 부정적 평가, 타인에 대한 긍정적 평가와 인정의 네 요인으로 구성될 것이라고 보았던 가정과는 다른 결과이다. 연구자들은 자기에 대한 긍정적 평가와 자기 미래에 대한 긍정적 기대가 서로 다른 요인일 것으로 가정하였으나, 본 연구에서는 한 가지 요인으로 묶이는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 시기심을 느낄 때, 자기 자신의 긍정적 자질을 떠올리면서 자기 가치감을 유지하려는 인지적 노력과 미래에 자신도 성공할 수 있다는 생각을 하는 인지적 노력이 개념적으로 구분될 수 없으며, 사실은 동일한 인지과정이라는 점을 의미한다. 두 가지 방법 모두 타인보다 자기 자신에 더 주의를 기울이고, 자신의 긍정적인 면에 집중하여 스스로를 고양하는 방식으로 시기심에 대처한다는 공통점을 가진다. 자신에 대한 긍정적 평가와 자신의 미래에 대한 긍정적 기대가 밀접한 관련이 있다는 것은 자기효능감이 높을수록 낙관적이라는 기존 연구결과와 일치한다(정민, 노안영, 2008).

둘째로 시기심에 대한 세 가지 대처양식은 자존감과 유의한 관계가 있었다. 자존감이 높을수록 자기고양 추구 양식이나 타인에 대한 긍정적 평가 및 인식의 대처양식을 자주 사용하였다.

시기심을 경험할 때 자존감이 높을수록 자기고양 추구 양식을 자주 사용한다는 본 연구의 결과는 자존감이 높을수록 실패 상황에서도 미래를 낙관적으로 바라본다는 기존 연구결과와 같은 맥락상에 있다(Brown & Dutton, 1995). 또한 자존감이 높을수록 긍정적인 자기상을 유지하려는 동기가 강하다. 그런데 시기심의 대상을 폄하하고, 그 대상에게 부정적인 행동을 하는 것은 사회적으로 지탄받는 행동이므로 이러한 행동을 하게 되면 긍정적인 자기상을 유지하기가 어려워진다. 이런 이유로 Tai 등(2012)은 자존감이 높을수록 타인을 폄하하고 공격하는 대신 타인의 성취를 인정하고, 긍정적으로 평가하는 방식으로 대처하려고 할 가능성이 크다고 제안하였는데, 자존감이 높을수록 타인에 대한 불인정 및 회피 양식은 덜 사용하고, 반대로 타인에 대한 긍정 평가 및 인정 양식은 자주 사용한다는 본 연구의 결과는 Tai 등(2012)의 가정을 지지하는 결과이다.

셋째로 기질적 시기심의 효과를 통제했을 때, 시기심 대처양식 중 타인에 대한 불인정 및 회피의 양식을 자주 사용할수록 부적정서를 강하게 느끼지만, 자기고양 추구 양식이나 타인에 대한 긍정 평가 및 인식 양식의 사용은 부적정서를 강하게 느끼는 것과는 유의한 관련이 없는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 두 가지 정도로 설명된다. 우선 본 연구에서는 선행연구를 근거로 시기심에 수반되는 부적정서를 분노, 적대감, 열등감으로 한정하여 측정하였다. 비록 전술한 세 정서가 시기심과 밀접한 정서라고 알려져 있지만, 이 외에도 시기심은 우울, 후회, 불안 등의 정서와도 관련된다(이수경 등, 2015; 차운아, 2009). 즉, 본 연구에서 조사한 부적정서의 수가 적기 때문에 대처양식 사용과 부적정서 경험 간의 관계가 정확하게 확인되지 않았을 가능성이 있다. 한편, 두 가지 대처양식이 시기심에 수반되는 부적정서를 완화하는 데 도움이 되지 않을 가능성도 있다. 정서 연구자들은 부적정서와 정적정서가 서로 독립적이라고 본다(Watson

& Tellegen, 1985). 이러한 주장에 근거하여 두 가지 긍정적 대처양식이 정적정서 경험에만 관여하고, 부정적정서 경험에는 영향을 끼치지 않을 가능성 역시 제기해볼 수 있다.

넷째로 기질적 시기심의 효과를 통제하고도 자기고양 추구 양식과 타인에 대한 불인정 및 회피 양식은 심리적 안녕감을 유의하게 예측하였다. 기질적으로 시기심을 자주 느끼는 사람은 심리적 안녕감이 낮은데(Smith et al., 1999), 본 연구에서는 기질적 시기심 수준을 통제하고도 자기고양 추구 양식과 타인에 대한 불인정 및 회피 양식의 대처양식이 심리적 안녕감에 영향을 주는 것으로 나타났다. 선행연구에서는 자신에 대한 긍정적 믿음과 타인과의 친밀한 관계가 심리적 안녕감에 중요하다고 보고하고 있다 (Feasel, 1995; Ryff, 1989). 본 연구의 결과는 심리적 안녕감을 위해서는 시기심을 경험할 때, 자신의 장점과 잠재력을 떠올리고 믿는 한편, 상대방을 미워하고 폄하하지 말아야 한다는 것을 보여준다.

마지막으로 기질적 시기심의 효과를 통제하고도 시기심 대처양식 중 타인에 대한 긍정적 평가와 인정 양식과 타인에 대한 부정 평가와 감정 대처 양식이 친구관계의 질을 유의하게 예측하였다. 시기심은 시기심의 대상과 거리를 두고, 친밀감을 느끼지 못하는 것과 관련된다(강다겸, 장재홍, 2013; 차운아, 2009; 차운아, 2010; Erdil & Muceldili, 2014). 기질적으로 시기심을 강하게 느끼는 사람은 친구관계가 좋지 않을 가능성이 큰데, 본 연구에서는 기질적 시기심 수준을 통제하고도 대처양식의 사용은 친구관계의 질에 영향을 줄 수 있다는 것을 보여준다. 즉, 시기심을 느낄 때 타인에 대한 불인정 및 회피의 대처 양식을 자주 사용할수록 친구관계의 질이 나쁘고, 반대로 타인에 대한 긍정적 평가와 인정의 대처 양식을 자주 사용할수록 친구관계의 질은 좋았다. 이러한 결과는 시기심을 느끼는 상황에서 타인을 나쁘게 생각하고 피하는 것보다는 타인의 성취를 인정하고, 타인의 장점을

찾으려는 인지적 노력을 기울이는 것이 신뢰로운 친구관계를 맺는데 중요함을 보여준다.

정리하면 시기심을 경험할 때 타인에 대한 불인정 및 회피의 대처양식을 취하면 부정적정서를 더 많이 경험하고, 심리적 안녕감은 감소하며, 친구관계의 질은 나빠지는 것으로 나타났다. 반면, 자기고양 추구의 대처양식을 택하면 기질적 선망과 관계없이 심리적 안녕감이 높았으며, 타인에 대한 긍정 평가 및 인정의 양식을 사용하면 친구관계의 질이 좋아지는 것을 보여준다. 즉, 본 연구의 결과는 시기심을 경험할 때 사용하는 대처양식은 자신의 심리적 상태와 대인관계에 중요한 영향을 끼친다는 것을 시사한다.

본 연구는 시기심 대처 양식을 측정할 수 있는 신뢰롭고 타당한 도구를 제시하였다는 의의가 있다. 시기심 연구자들은 시기심을 느낄 때 자주 사용하는 대처양식에 따라서 시기심의 결과가 달라진다고 제안한다. 그러나 이러한 시기심 대처 양식의 중요성에도 불구하고, 이제까지는 그것을 측정할 수 있는 도구가 부족하였다. 본 연구는 시기심 대처 양식을 측정할 수 있는 신뢰롭고 타당한 도구를 개발하여서 다양한 영역에서 활용할 수 있도록 했다는 의의를 가진다.

또한 본 연구의 결과를 학교나 직장에서 시기심을 조절하는 방법을 교육하는데 활용할 수 있다. 강한 시기심은 타인을 괴롭히거나 반생산적인 행동을 하도록 이끄므로(강다겸, 장재홍, 2013; Cohen-Charash & Larson, 2016), 사람들이 시기심을 경험할 때, 적절하게 대처할 수 있도록 도와줄 필요가 있다. 본 연구 결과는 젊은이들이 시기심을 조절하기 위해서는 자기 자신을 고양하고, 타인의 성취를 인정하는 인지적, 행동적 노력을 기울이는 방법을 사용할 수 있도록 도와주어야 함을 보여준다.

위와 같은 의의에도 불구하고 본 연구는 다음과 같은 한계가 있다. 우선 시기심에 대한 대처양식의 구성 타당도를 보기 위해 사용하였던 정서 문항 수가 부족하였다. 후속 연구에서는

시기심에 대한 대처양식 시기심 경험과 관련 있는 부정적정서와 정적정서를 모두 포괄할 수 있는 측정도구를 사용하여 다시 한 번 대처양식과 정서 경험의 관계를 확인할 필요가 있다. 둘째로 본 연구에서는 대학생을 대상으로 척도를 개발하였다는 한계가 있다. 시기심의 경험은 모든 연령대에서 나타나므로 시기심에 대한 대처 역시 모든 연령대에서 중요할 수 있다. 후속 연구에서는 본 척도를 다른 연령대의 사람들에게 적용할 수 있는지 확인할 필요가 있다. 마지막으로 본 연구는 자기보고 방식으로 수행되었기 때문에 참여자들이 솔직한 자신의 마음을 응답에 반영하지 않았을 가능성이 있다. 따라서 후속 연구에서는 실험 연구와 같은 다른 방식의 연구를 통해 본 연구에서 도출한 세 가지 대처양식이 사람들이 시기심을 느낄 때 대처하기 위해 사용하는 타당한 양식인지 다시 한 번 확인할 필요가 있다.

참고문헌

- 강다겸, 장재홍 (2013). 여중생의 시샘, 질투 및 분노가 또래관계에서의 관계적 공격성에 미치는 영향. *한국심리학회지: 학교*, 10(3), 449-470.
- 김명소, 김혜원, 차경호 (2001). 심리적 안녕감의 구성개념분석. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 15(2), 19-39.
- 김정수, 조한익 (2010). 낙관성과 심리적 안녕감의 관계에서 스트레스 대처와 이점발견의 매개역할. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(3), 797-820.
- 김주환, 김민규, 홍세희 (2009). 구조방정식모형으로 논문쓰기. *커뮤니케이션 북스*.
- 박원모, 천성문 (2008). 초등학교 6학년 학생들의 부모애착과 자아개념, 자기효능감 및 친구관계 간의 모형검증. *한국심리학회지: 학교*, 5(1), 41-59.
- 신현숙 (2005). 청소년의 낙관성 및 비관성과 심리적 적응의 관계에서 대처의 매개효과. *청소년학연구*, 12(3), 165-192.
- 원호택, 이훈진 (1997). 편집성향 집단의 자기개념과 귀인양식. *한국심리학회지: 임상*, 16(2), 173-182.
- 우정 (1998). 청소년기 애착 안정성과 우울성향의 관계: 지각된 유능감의 매개효과를 중심으로. *이화여자대학교 석사학위논문*.
- 이수경, 정명호, 안지영, 이기현 (2015). 선망(envy)의 유형별 선행요인과 차별적 효과. *한국심리학회지: 산업 및 조직*, 28(3), 507-536.
- 이순목 (1995). *요인분석*. 서울: 학지사.
- 정민, 노안영 (2008). 대학생의 지각된 진로장애와 진로결정수준간의 관계: 진로결정자기효능감과 낙관성의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 20(2), 391-405.
- 정송, 이순목, 이영선, 이민수 (2011). MMPI 단축형 우울척도 개발. *한국심리학회지: 일반*, 30(3), 811-830.
- 차운아 (2009). 부러움: 한국의 "무해한 선망". *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 23(2), 171-189.
- 차운아 (2010). 부러움: 연합과 접근의 동기를 알리는 전략적 커뮤니케이션. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 24(2), 51-72.
- Alicke, M. D., & Sedikides, C. (2009). Self-enhancement and self-protection: What they are and what they do. *European Review of Social Psychology*, 20(1), 1-48.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427-454.
- Bodenmann, G., & Cina, A. (2006). Stress and coping among stable-satisfied, stable-distressed and separated/divorced Swiss couples: a 5-year prospective longitudinal study. *Journal of Divorce & Remarriage*, 44(1-2), 71-89.

- Brown, J. D., & Dutton, K. A. (1995). The thrill of victory, the complexity of defeat: self-esteem and people's emotional reactions to success and failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 712-722.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen & J. S. Long (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 136-162). Newbury Park, CA: SAGE.
- Cohen-Charash, Y., & Larson, E. C. (2016). What is the nature of envy? In R. H. Smith, U. Merlone & M. K. Duffy (Eds.), *Envy at work and in organizations* (pp. 1-38). Oxford University Press.
- Cohen-Charash, Y., & Larson, E. C. (2017). An emotion divided: Studying envy is better than studying "benign" and "malicious" envy. *Current Directions in Psychological Science*, 26(2), 174-183.
- Crusius, J., & Lange, J. (2014). What catches the envious eye? Attentional biases within malicious and benign envy. *Journal of Experimental Social Psychology*, 55, 1-11.
- Dogan, K., & Vecchio, R. P. (2001). Managing envy and jealousy in the workplace. *Compensation & Benefits Review*, 33(2), 57-64.
- Erdil, O., & Müceldili, B. (2014). The effects of envy on job engagement and turnover intention. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 150, 447-454.
- Farmer, C. A., & Aman, M. G. (2009). Development of the children's scale of hostility and aggression: Reactive/proactive (C-SHARP). *Research in Developmental Disabilities*, 30(6), 1155-1167.f
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human relations*, 7(2), 117-140.
- Folkman, S. (1997). Positive psychological states and coping with severe stress. *Social Science & Medicine*, 45(8), 1207-1221.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 466-475.
- Higgins, E. T., Klein, R., & Strauman, T. (1985). Self-concept discrepancy theory: A psychological model for distinguishing among different aspects of depression and anxiety. *Social Cognition*, 3(1), 51-76.
- Little, T. D. (1997). Mean and covariance structures (MACS) analyses of cross-cultural data: Practical and theoretical issues. *Multivariate Behavioral Research*, 32(1), 53-76.
- Mullis, R. L., & Chapman, P. (2000). Age, gender, and self-esteem differences in adolescent coping styles. *The Journal of Social Psychology*, 140(4), 539-541.
- Parrott, W. G. (1991). The emotional experiences of envy and jealousy. In P. Salovey (Ed.), *The psychology of envy and jealousy*. New York: Guilford.
- Parrott, W. G., & Smith, R. H. (1993). Distinguishing the experiences of envy and jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(6), 906-920.
- Raja, S. N., McGee, R., & Stanton, W. R. (1992). Perceived attachments to parents and peers and psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 21(4), 471-485.
- Rosenberg, M. (1965). The measurement of self-esteem. *Society and the Adolescent Self Image*, 297-307.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Salovey, P., & Rodin, J. (1984). Some antecedents and consequences of social-comparison jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(4),

- 780-792.
- Salovey, P., & Rodin, J. (1988). Coping with envy and jealousy. *Journal of Social and Clinical Psychology, 7*(1), 15-33.
- Smith, R. H. (2004). Envy and its transmutations. In L. Z. Tiedens & C. W. Leach (Eds.), *The social life of emotions*, Cambridge University Press.
- Smith, R. H., & Kim, S. H. (2007). Comprehending envy. *Psychological Bulletin, 133*(1), 46-64
- Smith, R. H., Parrott, W. G., Diener, E. F., Hoyle, R. H., & Kim, S. H. (1999). Dispositional envy. *Personality and Social Psychology Bulletin, 25*(8), 1007-1020.
- Smith, R. H., Turner, T. J., Garonzik, R., Leach, C. W., Urch-Druskat, V., & Weston, C. M. (1996). Envy and schadenfreude. *Personality and Social Psychology Bulletin, 22*(2), 158-168.
- Tai, K., Narayanan, J., & McAllister, D. J. (2012). Envy as pain: Rethinking the nature of envy and its implications for employees and organizations. *Academy of Management Review, 37*(1), 107-129.
- Takahashi, H., Kato, M., Matsuura, M., Mobbs, D., Suhara, T., & Okubo, Y. (2009). When your gain is my pain and your pain is my gain: Neural correlates of envy and schadenfreude. *Science, 323*(5916), 937-939.
- Thompson, G., Glasø, L., & Martinsen, Ø. (2016). Antecedents and consequences of envy. *The Journal of Social Psychology, 156*(2), 139-153.
- Van de Ven, N., Zeelenberg, M., & Pieters, R. (2011). Why envy outperforms admiration. *Personality and Social Psychology Bulletin, 37*(6), 784-795.
- Vartia, M. (1996). The sources of bullying-psychological work environment and organizational climate. *European Journal of Work and Organizational Psychology, 5*(2), 203-214.
- Watson, D., & Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood. *Psychological Bulletin, 98*(2), 219-235.
- Wert, S. R., & Salovey, P. (2004). A social comparison account of gossip. Review of *General Psychology, 8*(2), 122-137.

1 차원고접수 : 2018. 04. 16.

수정원고접수 : 2018. 07. 10.

최종게재결정 : 2018. 08. 18.

Development and Validation of a Coping Styles with Envy Scale

Ji-Yeon Kim¹⁾

Min-Hee Kim²⁾

Jung Yun Lee³⁾

¹⁾Kookmin University

²⁾Korea Counseling Graduate University

³⁾Seoul National University

This research reported the development and psychometric properties of the coping styles with envy scale. Envy is a painful and unpleasant emotion that results from an upward social comparison, leading to either a undesirable or desirable outcome depending on the coping styles. Exploratory and confirmatory factor analyses were conducted using two samples. Analyses identified three coping styles with envy: self-enhancement styles, negative evaluation about the other person, and positive evaluation about the other person. Internal consistency for three coping styles with envy scale were good. Furthermore, the association between coping styles with envy scale and the related constructs was analyzed to test construct validity. The results showed that the coping styles with envy scale was significantly related with self-esteem and the scale significantly affected negative emotions, psychological well being, and friendship, controlling for dispositional envy. Overall, the findings suggested that coping styles with envy scale was a reliable and valid scale that measure the coping styles with envy experience.

Key words : *envy, coping styles, negative emotions, psychological well-being, friendship*