

Trait Meta-Mood Scale의 타당화에 관한 연구: 정서지능의 하위 요인에 대한 탐색

이수정 · 이훈구

연세대학교 심리학과

현 연구에서는 정서적 지능의 하위 요인들을 측정하도록 고안된 Trait Meta-Mood Scale(Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, & Palfai, 1995) 점수에서의 신뢰도 및 타당도에 관련된 증거들을 제시하여 보려고 했다. 이를 위하여 우선 TMMS의 요인 구조가 산출되었는데, 그 결과 정서에 대한 명확한 인식, 정서에 대한 주의, 정서 개선의 세 가지 차원이 매우 유의미한 하위 요인들인 것으로 확인되었으며, 이들 각 요인들을 토대로 계산된 신뢰도 지수 역시 비교적 만족할만한 수준이었다. 증거 관련 타당도 증거를 살펴보기 위하여 TMMS와 동일한 하위 개념들을 측정하는 기존의 척도들, MAS (Swinkles & Guiliano, 1995), NMR(Catanzaro & Mearns, 1990)과의 상관 자료, 그리고 정서의 표현성을 측정하는 EES (Kring, Smith, & Neale, 1994), AEQ(King & Emmons, 1990)와의 상관 또한 산출되었는데, 그 결과 역시 예상대로의 수렴 및 변별 타당도 증거들을 보여 주었다. 마지막으로 정서지능의 준거행동으로 가장 자주 언급되었던 감정부전과 이들 하위 요인들 간의 관계를 살펴보았다. TMMS의 정서에 대한 인식, 그리고 그와 동일한 개념을 측정하는 MAS의 정서에 대한 인식 차원, 그리고 TMMS의 정서에 주의를 기울이는 정도, 그리고 역시 같은 개념을 측정하는 MAS의 정서에 모니터링하는 정도가 개인의 감정부전 정도를 가장 많이 예측하여 주었으며, 이와 함께 TMMS에는 포함되지 않았던 정서 표현 과정에서 경험하는 갈등 차원이 비교적 유용한 예측치가 될 수 있다는 증거가 나타났다. 이들 결과들을 요약하여 보자면, TMMS의 하위 척도들은 비교적 우수한 심리 측정적 특성들을 지니며 Salovey 등(1995)이 주장했던 대로 정서지능의 주요한 하위 요인들을 측정하고 있는 것으로 나타났다.

지난 11월 예일 대학교의 피터 셀로비 교수가 방한한 이후 사회 각계에서 정서적 지능에 대한 관심이 절정을 이루게 되었다. 이와 함께 심리학회 그리고 교육학회에서는 정서적 지능을 측정해보려는 움직임이 최근 강하게 일고 있는데, 현 연구에서는 이러한 시류에 발맞추어 정서적 지능의 하위요인들을 측정하도록 고안된 Salovey, Mayer, Goldman, Turvey와 Palfai (1995)의 Trait Meta-Mood Scale(TMMS)을 소개하고 그에 대한 신뢰도 및 타당도에 관련된 다양한 증거를

제시해보려고 한다.

정서지능의 기본개념과 그에 따른 TMMS 개발

Salovey와 Mayer(1990)에 따르면 정서지능이란 사회적 지능의 한 유형으로 자신과 타인의 감정을 잘 모니터링하고, 여러 종류의 감정들을 잘 변별하며, 그를 토대로 자신의 사고와 행동을 방향지을 근거를 도출해내는 능력이라고 하였다. 이들은 정서적 유능감(emotional competence)이라는 용어 대신에 굳이 정서

적 지능(emotional intelligence)이라는 용어를 사용하였는데 이는 Thorndike(1921), Sternberg와 Wagner(1982), Gardner(1987)로 이어지는 학업적성외의 다양한 지능에의 존재가능성을 찾아보려는 연구의 맥락에 따른 것이다. Mayer와 Salovey(1993)는 그들의 정서적 지능이라는 개념이 Gardner(1983)의 개인간 지능(interpersonal intelligence) 및 개인내간 지능(intrapersonal intelligence)을 포괄하는 개념이라고 말한다. Gardner(1983)는 대인관계 상의 기술이 주류를 이루는 개인간 지능에 비해 개인내간 지능은 자신의 감정을 잘 느끼며 그때마다 그러한 감정들을 변별하고 상징체계로 명명화함으로써 자신의 정서를 좀더 잘 이해하여 환경에 대처해나가는 능력이라고 했다. Salovey와 Mayer(1990)는 그의 개념을 좀더 정리, 발전시켜 정서적 지능의 하위개념이 그림 1과 같이 도식화될 수 있다고 설명하고 있다.

이들의 정의에 따르면 정서적 지능은 자신과 타인의 감정 및 정서를 모니터링하고 그것들을 잘 파악하며 이러한 정서 관련 정보를 자신의 후속적인 사고 및 행동을 결정하는 데에 적절하게 사용하는 능력이다. 그들의 개념적 모형은 정서 과정 뿐 아니라 개인의 인지적인 특징, 즉 내적으로 느끼는 정서 상태를 어떻게 바꿀 것인가, 상황을 어떻게 재구성하여 인식

할 것인가, 또한 내적으로 유발된 정서를 조절하는 전략과 후속적인 행위에 대한 동기 수준까지를 망라하고 있다.

우선 정서처리 과정 상 첫 단계에 속하는 정서에 대한 인식과정에서의 개인차는 Swinkels와 Giuliano(1995)에 의해서도 조사된 적이 있는데 그들은 기본을 의식하는 과정이 자기 자신의 기본 상태에 스스로 주의를 기울이는 과정일 것이라고 정의하면서 이러한 기분 및 정서 인식 과정은 크게 자신의 기분에 대해 모니터링하는 과정과, 기분을 명명하는 두 가지 과정으로 나눌 수 있다고 보았다. 이 중 전자는 자신의 기분을 늘 조사하고 그에 주의를 집중하는 과정이라 할 수 있으며 후자는 자신이 경험하는 감정을 명확하게 범주화하고 명명할 수 있는 능력이라 하겠다. 기분에 대한 모니터링 과정은 주로 부정적인 정서와 깊은 관련이 있는데 이러한 경향이 심한 경우 불안이 증가하고 지나간 일을 반추해 보는 경향이 있으며 심하면 우울증으로 발전될 수도 있다고 한다. 반면 기분 명명화 과정은 외향성, 높은 자존심과 관련되며 이 특성을 많이 지닌 개인들의 경우 자신의 부정적인 정서에 대해 좀 더 적응적인 조절 양식을 택하는 경향이 있다고 한다.

어떠한 양식이 좀 더 적응적인가가 비교적 명확한

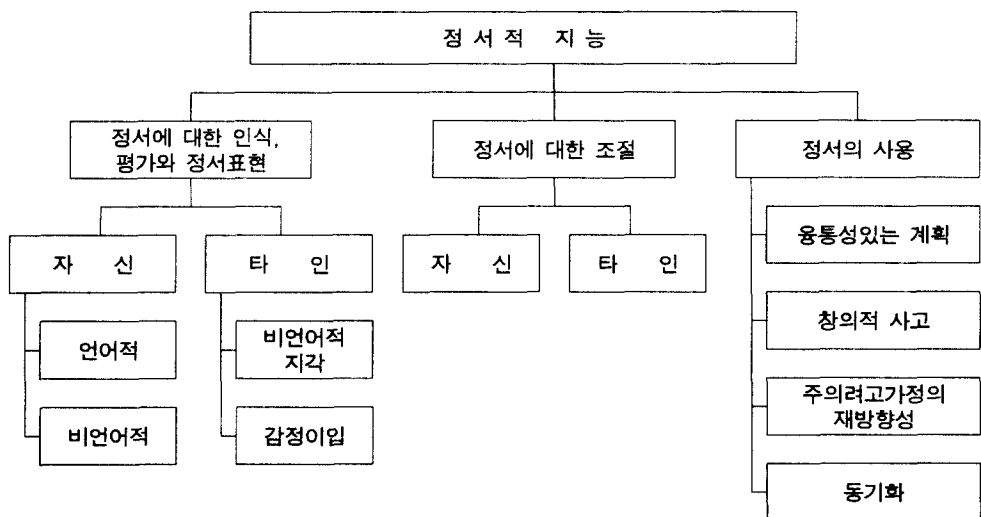


그림 1. 정서적 지능의 하위영역(Salovey & Mayor, 1990)

정서 인식, 평가 과정에 비해, 정서를 표현하는 영역에 있어서의 적응적인 양식에 대해서는 비교적 결론짓기가 쉽지 않다. Kring, Smith와 Neale(1994)은 각 개인이 정서를 표현하는 정도에 있어서 일관성이 있음을 보고하고 있다. 그러나 여러 연구자들(King & Emmons, 1990; Pennebaker, 1985)은 정서를 얼마나 표현하는가 만으로 개인의 적응적인 정도를 판단하기란 쉬운 일이 아니라는 점을 지적한 바 있다. Pennebaker (1985)는 정서 표현이 적다는 사실 자체가 병리적인 현상이 아니라 정서를 표현하고 싶어하는 욕구는 많지만 밖으로 나타내지 못하는 경우 심각한 문제가 발생한다고 보고하고 있다. 이러한 정서 표현 정도에 있어서의 양립적인 감정이 정신적인 건강 상태에 대한 효율적인 예언 인자가 될 것이다(King & Emmons, 1990).

이렇게 한 개인이 특정 정서의 유발을 인식하고 표현하기까지를 가장 역동적으로 중재하는 과정이 바로 정서에 대한 관리 및 조절의 과정이다. Fox(1994)의 정의에 따르면 정서 조절이란 개인이 정서적으로 반응하고 정서에 대한 경험과 표현을 상황적 요구에 맞추어 잘 조율해 나가는 능력으로 단순히 슬픔이나 고통을 멈추게 하는 것 이상을 의미한다고 한다. 이러한 조절 과정은 환경에 대응하여 내적인 정서 상태를 적절하게 바꾸고 유동적으로 재배열하는 과정을 포함한다. 이러한 과정의 중요성은 각 개인이 정서를 경험하는 데에 있어서 순수한 정서들 외에 가장 자주 언급되는 요인이 바로 스스로의 감정을 어떻게 조절하는가에 관한 표현들이었다(Mayer, Salovey, Gombert-Kaufman, & Baimey, 1991)는 사실을 보더라도 간접적으로 증명된다고 할 수 있다. 또한 상식적으로도 사람들이 어떠한 사건을 얼마나 경험하고 그에 부속되는 감정을 얼마나 경험하느냐보다 같은 종류의 정서 유발 상황에서도 각 개인이 어떻게 서로 다르게 자신의 정서에 대응해 가느냐가 오히려 더 정신 건강에 결정적인 영향을 미치리라는 사실을 쉽게 짐작해 볼 수 있다. Catanzaro와 Mearns(1990)는 개인의 정서 조절의 정도를 측정하려 하였는데 특히 개인이 부정적인 정서를 느낄 때 그에 어떻게 대처하는가를 보려

고 하였다. 그들은 부정적인 정서를 잘 조절할 수 있다고 믿는 사람들이 나중에 우울증 증세를 덜 보임을 발견하였다.

마지막으로 Salovey와 Mayer(1990)는 현재의 정서 상태를 잘 파악하며 다가올 과제 상황에 이를 적절하게 사용할 수 있는 능력을 정서 지능의 주요 하위 요인으로 포함시켰다. 이러한 능력은 특정한 기분 상태가 특정 과제를 해결하는데 더 도움이 된다는 사실(Isen & Daubman, 1984)을 깨달을 수 있는 능력이나, 똑같은 좌절 상황이라도 더 건설적인 방향으로 상황을 재조직하는 능력(Katz & Epstein, 1991) 등으로 대변될 것이다. 즉 상황에 따라 자신의 정서 상태를 적절히 바꾸어 나가는 능력으로 요약된다.

그러나 정서와 지능을 연결지우려는 Salovey 등(1990, 1993, 1995)의 시도에 대한 비판적인 견해도 최근 강하게 대두되고 있는데 그러한 비판적 흐름은 크게 다음과 같은 두 가지 질문으로 요약될 수 있다. 첫째, 기존의 지능 개념에 비해 정서지능은 어떠한 독특성을 지니는가? 둘째, 어떠한 정서적 특질이 지능의 하위개념으로서 포함되어야 하는가? 즉, Wegner(1990)의 지적대로 감정이입이나 은화함까지도 정서 지능의 하위 요인으로 포함시켜야 하는가? 정서지능에 대한 이러한 근본적인 의문점에 대해 Mayer와 Salovey(1993)는 다음과 같이 대답하고 있다.

그들은 우선 첫 번째 질문에 대한 대답으로 지능의 하위요인들 중 정서지능이 가장 변별타당도가 높을 수 있음을 지적한다. Thorndike(1920)이후 수십 년의 연구 전통을 지니온 사회적 지능이라는 개념이 좁게는 대인관계의 기술(Thorndike, 1921)로부터 도덕적 사고까지로 너무나 광범위한데 비해(Wechsler, 1958) 정서적 지능이라는 개념은 상대적으로 더 동질적인 능력들로 구성될 수 있다는 것이다. Mayer와 Salovey(1993)는 정서지능이 기본적으로 개인의 정서성, 그리고 정서관련 정보의 처리과정 상의 가속화나 제지 정도로 정의될 수 있다고 보았다. 그들은 정서 역시도 개인에 대한 정보의 원천으로 작용할 수 있다는 Schwarz(1990)의 입장을 받아들여 정서를 정보로 처리하는 과정상에서도 어떤 사람들은 다른 사람들에게

비해 더 기술적일 수 있다고 생각했다. 이러한 사람들은 자신의 감정에 더 민감하며 정서와 관련된 언어적 처리가 빨라서 자신의 정서를 더 잘 변별하고 그에 대해 더 잘 대처해 나갈 수 있다고 한다. 이런 사람들의 특징은 기분의 변화가 있더라도 그로 인해 다가올 미래를 금방 예견하며 더 발전적인 대안 즉 생산적이지 못한 기분을 스스로 더 능률적으로 바꾸어 나갈 수 있다고 한다. 따라서 정서적으로 똑똑한 사람들은 자신의 감정에 충분한 주의를 기울이며, 경험되는 정서들을 잘 변별하고, 기분을 조절할 수 있다고 믿는다고 한다(Mayer & Gaschke, 1988).

Salovey, Mayer, Goldman, Turvey와 Palfai(1995)는 이러한 개념적인 맥락에 따라 각 개인이 자신의 느낌에 주의를 기울이는 정도, 그런 느낌을 명확하게 경험하는 정도, 그리고 부정적인 정서상태를 종결시키고 긍정적 정서상태는 지속시킬 수 있다고 믿는 정도 등을 정서지능의 가장 특징적인 요소라 규정하고 이들 각 차원 상에서의 개인차를 반영해 주도록 고안된 Trait Meta-Mood Scale(TMMS)을 개발하였다(Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, & Palfai, 1995). 그들은 Mayer, Marnberg와 Volanth(1988)에 의해 우선적으로 작성된 48개의 문항들을 자신들의 이론적인 틀에 맞추어 확인적 요인분석을 실시하였다. 그 결과 Salovey 등(1995)의 예상대로 3요인 모형이 가장 적합한 것으로 나타났다. 3요인 모형의 적합도 수치(GFI)는 .94로 이론적인 모형과 경험적인 모형이 상당히 잘 들어맞았다. 각 하위 차원들에 대해 .4이상의 요인부하량을 보인 문항들을 정리한 결과 정서에 대한 주의 13문항, 정서경험의 명확성 11문항, 정서개선 6문항으로 묶인 바 이들 각각에 대한 신뢰도 계수는 .86, .88, .82 였다. 따라서 Salovey 등(1995)은 TMMS의 short form으로 30문항을 추천하는 바, 이들 문항의 내용은 부록 1에 제시되어 있다.

TMMS의 준거 관련 타당도

TMMS의 하위차원들의 수렴 및 변별 타당도를 확인해 보기 위해서 Salovey 등(1995)은 각 단계의 정서 과정을 측정하도록 고안된 몇 가지 척도들과의 상관

관계를 살펴보았다. 그 결과 예상했던 대로 각 개인이 정서에 주의를 기울이는 정도는 Self-Consciousness Scale(SCS; Fenigstein, Scheier, & Buss, 1975)에 의해 측정된 사적인 자아의식, 공적인 자아의식 점수와 긍정적인 상관관이 있었다. 그리고 정서에 대한 명확한 경험에의 차원은 Ambivalence Over Emotional Expressiveness Questionnaire(AEQ; King & Emmons, 1990, 1991)상의 점수, 그리고 우울증 점수와 부정적인 상관관이 있었다. 이 역시 예상대로 정서를 명확하게 경험하지 못하는 사람일수록 표현 상에서도 단호하지 못하다는 것이다. 마지막으로 자신의 부적 정서를 개선할 수 있다고 믿는 정도는 Negative Mood Regulation(NMR; Catanzaro & Mearns, 1990) 점수 그리고 미래 사건에 대한 낙관적인 기대(Scheier & Carver, 1985)와 정적 상관관을 보이는 것으로 나타났다.

그들은 후속적인 연구들을 통해 정서 자극을 처리하는 데에 있어서 이러한 세 가지 차원이 유용한 예측치가 될 수 있음을 보여주었다. 즉 정서 지능의 세 가지 하위 요인은 각 개인이 일상생활에서 스트레스를 경험할 때에 잘 적응해 나갈 수 있도록 해 주는 기본적인 능력이 될 수 있음을 확인했다. Goldman, Kraemer와 Salovey(1996)는 78명의 학생들에게 실험에 임하기 전에 일단 자신들의 기분을 보고하게 하고 그후 음주 운전으로 인한 교통사고 장면을 보여주었다. 자극 필름이 제시된 직후 그들의 기분을 기록하게 하고, 이와 함께 자신들의 사고의 흐름을 쓰게 한 후 실험이 끝나기 직전에 다시 기분을 평정하게 하였다. 이때 자신의 기분에 대해 비교적 명확하게 경험한다고 대답한 사람들이 세 번의 기분 변화 상에서 가장 긍정적인 방향으로의 회복이 빠름을 발견하였다. 또한 피험자들이 보고하였던 사고의 흐름에 대한 내용분석을 토대로 자신은 비교적 명확하게 감정들을 경험한다고 한 사람들이 지난 사건을 반추하는 정도가 가장 낮음을 발견했다. 우울증과 깊은 관련이 있는(Nolen-Hoeksema, Parker, & Larson, 1994) 반추 경향의 정도가 정서를 명확하게 경험하는 사람들 사이에서 가장 낮았다는 사실은 정서 경험에의 명확성 차원이 개인의 정서적 적응에 매우 중요한 역할을 하며

이와 동시에 이 차원이 비교적 우수한 예언 타당도를 지님을 보여준다.

부정적인 정서를 바꿀 수 있다는 믿음을 측정하는 정서 개선 차원의 예언 타당도에 관련된 증거는 역시 Goldman 등(1996)에 의해 이 척도 상의 점수와 실제 병원을 찾은 횟수 사이의 상관 정도를 봄으로써 수집되었다. 134명의 지원자들을 대상으로 TMMS 그리고 스트레스 경험 정도 신체적 증상 그리고 병원을 찾은 횟수 등에 대한 자료를 수집하였다. 이때 부적 정서에 대한 개선 기술이 높은 사람들일수록 병원을 방문하는 횟수가 적은 것으로 나타났으며 이러한 관계는 그들이 경험하는 스트레스의 정도가 높을수록 더 극적으로 나타남을 보여주었다. 이러한 결과 역시 정서 지능의 하위 요인으로써 정서 개선 차원이 매우 유용함을 시사한다.

스트레스에 대한 심리적, 신체적 적응 정도 외에 '감정부전'이라는 심리적 특성은 '정서지능'이라는 개념을 제안했던 Goleman(1995)이나, Salovey와 Mayer(1990) 등에 의해 '정서 지능'의 준거 행동(criterion behavior)으로서 중요한 지표가 될 수 있다고 지적된 바 있다. 이 '감정 부전'이라는 증세는 최근 여러 임상 심리학자들이나 관련 연구자들에 의해 집중적으로 연구가 되고 있는데(Bagby, Taylor, & Parker, 1988), Sifneos(1972)에 의해 최초로 명명된 '감정부전'(Alexithymia)이라는 증세는 감정(thymos)을 말(lexis)로 표현할 수 없는(a) 특성을 지닌 사람들이 경험하는 인지적-정서적 장애의 일종이다. 특히 이들이 경험하는 4가지 중요한 인지적-정서적 장애들은 (1) 감정을 깨닫고 묘사하는데 있어서 겪게 되는 어려움, (2) 감정과 신체 감각을 구별하는데 있어서의 어려움, (3) 너무 구체적이고 현실 중심적인 인지 양식(소위 "la pansee operateire"라 불리는), (4) 상상력의 현저한 결핍 등이 있다고 한다(Taylor, Ryan, & Bagby 1985). '감정부전'의 정도를 측정하기 위해 가장 일반적으로 쓰이는 척도는 Taylor, Ryan와 Bagby(1985)에 의해 개발된 Toronto Alexithymia Scale(TAS)이 있다. TAS는 이미 여러 번의 타당화 절차를 거쳐 비교적 신뢰롭게 개인의 감정부전에의 정도를 측정해 낼 수

있는 것으로 보고된 바 있다(Bagby, Taylor, & Ryan, 1986; Bagby, Taylor, & Parker, 1988; Talyor et al, 1985).

이러한 감정부전의 예측치가 정서지능이 될 것이라는 잠재적인 가능성은 이미 Goleman(1995) 이나 Salovey와 Mayer(1990, 1993) 등에 의해 지적된 바 있으나 실제로 그 관계성은 아직까지 밝혀진 바가 없다. 특히 정서지능의 비교적 안정적인 하위요인을 측정하도록 고안된 TMMS(Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, & Palfai, 1995)와 감정부전과의 관계는 아직까지 보고되어진 적이 없으므로 현 연구에서는 이러한 관계를 밝히고 또한 한국 표본을 토대로 TMMS의 타당성 증거를 수집하려고 한다.

만일 '정서지능'의 존재 가능성을 반증해 주는 대표적인 준거 행동이라고 지적되었던 '감정부전'이라는 특성과 정서지능의 각 하위 요인이 Salovey와 Mayer(1990)에 의해 예측되었던 관계성을 그대로 지닌다면 감정부전으로 고통받는 사람들은 이미 임상 연구들에서 지적되었던 것처럼 정서를 깨닫고 인식하는데 있어서 정상인들보다 더 곤란을 느껴야 할 것이며, 또한 표현함에 있어서도 많은 제약을 경험해야 할 것이다. 그러나 꼭 이렇게 '정서지능'의 준거관련 타당도를 밝혀 보려는 시도로서가 아니라도 '감정부전'을 경험하는 사람들의 정서처리 양식상의 반응 특성을 밝혀 본다는 의미에서 본 연구는 나름대로의 의의를 지닌다고 할 수 있다.

정서를 표현하기 보다는 가능한 억제하기를 강요받는 우리 나라의 문화 내에서 각 개인들이 과연 서구 사회의 구성원들처럼 정서를 경험하는지에 대한 비교 문화적인 차원들에도 논의의 초점을 맞추어 보려고 한다. 물론 감정부전이 전적으로 생리적 근거로 인해 발병되는 것이라면 아마도 비교 문화적인 연구들이 이러한 증세의 병인을 밝히는데 별로 도움이 되지 않겠으나, 아직까지 감정부전이 좌반구 국부화(left cerebral laterlization)에서의 문제로 인한 것이 아니냐(Flannery & Taylor, 1981)는 추측만이 있을 뿐 감정부전의 신경생리학적 근원에 대해서는 별로 밝혀진 바가 없다. 이에 비해 정서 경험의 분화 과정에 있어

서 사회 문화적 요인들의 중요성에 대해서는 몇몇 연구들에서 이미 지적된 바가 있다. Leff(1973)는 선진국 사람들이 개발 도상국 사람들보다 더 세분화된 정서 상태를 경험하며, 정서의 표현에서도 언어적 제약을 덜 받는다고 밝히고 있다. 또한 사회 경제적 지위나 정서 표현, 그리고 상상력의 표현 등과의 관련성을 연구한 Borens, Gross-Schultze와 Jaensch(1977)도 사회 경제적 지위가 낮을수록 이러한 특성들에서 더 불리한 위치를 차지하게 된다고 보고하고 있다. 이러한 연구의 결과들은 정서를 경험하고 표현하는 것이 사회 문화적인 환경에 의해 영향을 받을 수 있으며 이러한 기제가 감정부전이라는 병리적 현상의 근원이 될 수 있음을 강력하게 시사하고 있다. 이러한 발견들은 또 하나의 추론을 가능하게 하는 바, 만일 정서를 경험하고 표현하는데 있어서 사회 문화적 영향이 크다면 절제의 미덕을 강조하는 우리 나라의 상황에서 감정부전이라는 증세를 과연 서구 사회에서 단정 하듯이 병리적인 현상으로 취급해야 할 것인가 하는 점이다. 그러나 이를 해결하기 위해서는 어디까지를 정신 병리로 볼 것인가 하는 아주 복잡한 정의의 문제 까지도 개입되므로 단지 본 연구에서는 우리의 상황에서, 서구 사회에서라면 감정부전이라는 범주에 속하게 될 인구가 실제로 어느 정도나 되며 그들의 정서 처리 과정상에서의 특징들은 어떠한지를 살펴보고자 한다.

정서지능에 대한 논의에 있어서도 이러한 비교는 나름대로의 의의가 있는데 이는 정서에 대한 적절한 조절을 강조하는 Salovey, Hsee와 Mayer(1993)의 정서 지능에 대한 개념화가 정서를 경험하고 표현하는데 훨씬 억압적인 우리 나라 사람들의 감정체계에 그대로 들어맞을 것인가 하는 것이다. 이러한 점에 대해서는 논의 부분에서 좀더 상세히 다루도록 하겠다.

연구 목적 및 가설

현 연구의 가장 기본적인 목적은 Salovey 등(1995)에 의해 개발된 정서 지능의 하위 요인들을 측정하는 TMMS에 대한 타당화 작업을 수행하려는 것이다. 이러한 시도의 일환으로 우선 TMMS의 요인구조를 탐색하고 1990년 Salovey와 Mayer가 제시했던 정서 지

능의 하위 요인들을 각기 따로이 측정하는 다른 척도들과의 관계성을 살펴보고자 한다. TMMS와 다른 척도들 간의 관계는 TMMS 점수의 수렴 및 변별타당도의 근거를 제시해 줄 것이다. 그리고 마지막으로 Goleman(1995)이나 Salovey와 Mayer(1990)에 의해 정서 지능의 가장 명확한 준거 행동으로 지적된 감정부전과 TMMS 점수와의 관계 정도를 살펴볼 것이다. TMMS의 준거 관련 타당도를 알아보기 위해 포함된 측정도구는 우선 Swinkles와 Guiliano(1995)의 Mood Awareness Scale(MAS)이었다. Swinkles와 Guiliano(1995)에 따르면 MAS는 기분을 의식하는 과정을 측정하는데 이 과정은 크게 두 부분으로 나뉜다고 한다. 이들은 크게 자신의 기분에 늘 주의를 기울이는 과정과 경험되는 기분을 명명하는 과정으로 구분될 수 있는데 이때 전자의 경향이 너무 지나치면 우울증으로 발전될 가능성이 있다고 한다. 그러나 기분을 더 명확하게 명명할 수 있는 사람들은 훨씬 적응적인 정서 조절 양식을 지니게 된다고 한다. 따라서 정서 명명화 차원은 정서에 대한 주의(attention) 차원과 긍정적인 상관을 보일 것이다. 그 다음으로 TMMS의 정서 개선(repair) 차원의 수렴 타당도를 알아보기 위해서 Catanzaro와 Mearns(1990)의 Negative Mood Regulation Scale(NMR)이 포함되었다. 만일 정서개선(repair)차원이 각 개인이 부정적인 정서를 바꿀 수 있다고 믿는 정도를 제대로 측정한다면 NMR의 정서 조절에 대한 신념 및 행동 전략 차원과 긍정적인 상관을 보여야 할 것이다.

Salovey와 Mayer의 1990년 모델 중에서 TMMS에 포함되지 않았던 개념 중 가장 눈에 띄는 부분은 바로 정서에의 표현 정도이다. 과연 그들이 정의한 정서적으로 똑똑한 사람들은 어떠한 정서 표현 양식을 지니는가? 이를 알아보기 위해 Kring, Smith와 Neale(1994)의 Emotional Expressivity Scale(EES)와 King과 Emmons(1990)의 Ambivalence over Emotional Expressiveness Scale(AEQ)를 포함시켰다. 정신적인 불건강의 주요 지표가 무감정('flat affect')으로 대표되는 것을 보더라도 정서적으로 건강한 사람이라면 적절한 수준의 정서 표현은 필수적이라 할 것이다. 이들은

또한 자신의 정서를 표현하는 데에 심각한 어려움을 보이지 말아야 할 것이다. TMMS의 준거 관련 타당도를 보여 줄 마지막 준거치로는 감정 부전 정도를 측정하는 Toronto Alexithymia Scale(Bagby, Taylor, & Ryan, 1986)이 포함되었다. TMMS의 각 하위 차원들은 개인의 감정부전 정도와 부적인 상관을 보여야 할 것이다. 또한 감정부전이 Salovey와 Mayer(1990, 1993) 그리고 Goleman(1995)의 예상대로 정서지능의 가장 대표적인 준거행동이라면 어떠한 다른 척도들보다 TMMS가 개인의 감정부전 정도를 가장 잘 예측할 수 있어야 할 것이다. 현 연구에서는 이러한 관계들을 심층적으로 살펴볼 것이다.

연구 방법

조사대상자

현 연구의 자료는 심리학 과목을 수강하는 517명의 연세대학교 재학생들로부터 얻어졌다. 이 중 남학생은 342명이었고 여학생은 175명으로 각기 표본의 66.2%, 33.8%를 차지하였다. 그들의 평균 연령은 21.3세였다. 이들로부터 얻어진 전체 526개의 자료중 무응답 항목의 수가 3분의 1을 넘었던 9부를 제외한 나머지 517부의 자료가 분석에 포함되었다.

측정도구 및 절차

궁극적으로 TMMS의 다양한 타당도 자료를 수집하는 것이 현 연구의 주요 관심사였으므로 각 하위 척도 즉 정서에 대한 주의, 정확한 인식, 그리고 정서 개선에의 믿음 등을 측정하도록 고안된 기존의 측정 도구들에 대한 자료도 함께 모았다. 따라서 이를 위해서 TMMS개정판의 30문항과 함께 MAS(Swinkles

& Guiliano, 1995)의 10문항, 그리고 NMR(Catanzaro & Meams, 1990)의 30문항을 포함시켰다. 이와 동시에 TMMS의 세 가지 하위 척도와 정서에 대한 표현성 정도와의 관계를 알아보기 위해 Kring 등(1994)의 EES척도의 17문항도 포함시켰다. 만일 TMMS가 정서적 건강의 근간이 되는 정서지능을 측정한다면 정서적인 문제, 특히 표현 상의 갈등을 측정하는 AEQ(King & Emmons, 1990)와는 부적 상관을 보여야 할 것이므로 AEQ의 28문항도 검사지에 포함시켰다. 그리고 마지막으로 여러 번 정서지능의 준거 행동으로 지적된 바 있는 감정부전도의 정도를 측정하기 위해 TAS(Bagby, Taylor, & Ryan, 1986)의 26문항도 포함시켰다. 따라서 총 설문지의 문항은 111개였다. 검사지에 포함되었던 모든 척도들은 아직까지 번역된 적이 없었기 때문에 두 명의 이중 언어 구사자와 본 연구자가 함께 한국어로 번역하였다. 번역된 문항들의 내용에 대해 두 이중 언어 평가자간에 이견이 없는 경우 최종본 검사지에 해당 문항들을 포함시켰다.

피조사자들에게는 우선 현 연구의 목적이 개인의 정서성에 관한 연구를 하기 위한 것이라고 간략하게 설명하고 각각의 문항에 신중하게 대답하도록 지시하였다. 가능한 사회적 바람직성을 줄이기 위해서 익명으로 대답하게 하되 연령과 성별만을 기입하게 하였다. 문항들에 대한 반응은 일관적으로 5점 Likert척도를 사용하여 기입하도록 하였다. 응답자들은 각 문항에 대해 “매우 동의한다.” 5점부터 “매우 동의하지 않는다.” 1점 중의 하나의 점수를 선택하면 되었다. 설문에 포함되었던 각 척도의 다양한 신뢰도 지수는 표 1에 제시되어 있다.

표 1에서는 현 연구에 포함되었던 척도들의 수리적인 특징들이 제시되어 있다. 첫 번째 열에는 요인

표 1. 현 연구에 포함되었던 6개 척도들의 신뢰도 계수

	TMMS	MAS	EES	AEQ	NMR	TAS
요인구조	주의, 명확성, 정서개선	모니터링, 명명화		정적 정서 조절 곤란 부적 정서 조절 곤란		감정확인, 상상력, 사고집착, 감정전달
내적 합치도	.86 .88 .82	.88 .77	.90	.89(총점)	.74(남 총점)	.76(여 총점)
재검사 신뢰도	.94(4주)	.76(4주)		.78(6주)	.74-.76 .82(1주)	.75(5주)

분석의 결과 산출된 요인들의 명칭이 제시되어 있다. AEQ와 NMR의 경우에는 아직 요인 구조에 대한 증거를 찾을 수 없었다. 신뢰도로는 문항들의 내적합치도, 그리고 재검사 신뢰도가 각기 보고되었는데 TMMS와 MAS, EES, 그리고 AEQ는 비교적 훌륭한 내적합치도를 지니는 것으로 나타났다. 그러나 TAS의 총점상의 내적합치도는 이들에 비해 상대적으로 높지 않았다. 이는 TAS가 서로 이질적인 하위 요인들을 측정하기 때문인 듯하다. 물론 하위 요인들을 근거로 다시 내적 합치도를 산출한다면 좀더 나은 신뢰도 증거를 입수하겠으나, TAS는 주로 총점을 그 준거로 감정부전의 정도를 구분하므로 총점에 대한 신뢰도 계수만을 제시하였다. TAS의 가능한 점수의 범위는 26점부터 130점까지였는데 Taylor 등(1988)은 74점을 기준으로 감정부전 집단과 정상집단을 구분하는 것이 좋다고 권고하였다. MAS, AEQ와 NMR 그리고 TAS 점수들은 비교적 만족할 만한 점수에의 안정성 즉 재검사 신뢰도를 지니는 것으로 나타났다.

결 과

현 연구의 목적은 TMMS의 타당도 자료를 모으는 것이었다. 따라서 TMMS의 하위 요인들과 관련 척도들 간의 수렴 및 변별 타당도를 알아보고 TMMS를 포함한 개인의 정서적인 특징이 감정부전의 정도를 얼마나 예측해 주는지를 보여주기 위하여 일련의 통계분석을 실시하였다.

TMMS의 신뢰도 및 요인구조

Salovey, Mayer, Goldman, Turvey와 Palfai(1995)가 개발했던 TMMS의 신뢰도 및 타당도 자료를 얻기 위하여 내적합치도와 요인구조를 산출하였다. 우선 직각회전인 베리맥스 방식으로 주축 요인분석을 실시하였다. 그 결과 8개의 요인들이 산출되었는데 이 중 4개 요인의 고유치가 1을 넘었다. 이 4개의 요인은 총 변량 중 35.3%의 변산을 설명하는 것으로 나타났으며 이들 하위요인은 각기 15.9%, 8.9%, 5.6%, 5.1%의 변산을 설명해주는 것으로 나타났다. 각 요인에

비교적 많은 요인 부하량을 지니는 문항들을 살펴보면, 우선 첫 번째 요인에는 '나는 대체로 나의 느낌을 안다.' '나는 내가 어떻게 느끼는지에 대해 혼란스러울 때가 별로 없다.' '나는 거의 늘 내가 어떻게 느끼고 있는지를 정확히 안다.' 등의 문항들이 .35이상의 높은 요인부하량을 지녔다. 따라서 이 첫 번째 요인은 Salovey 등(1995)의 연구 결과에서 확인된 바와 같이 자신의 정서에 대한 정확한 인식에의 정도를 측정하는 문항들인 듯 하였다. 두 번째 요인에 높은 부하량을 지니는 것으로 나타난 문항들은 정서에 대해 얼마나 주의를 기울이는지의 정도를 측정하고 있는 것들이었다. '나는 자주 나의 느낌에 대해 생각한다.' '나는 내가 어떻게 느끼는지에 대해 많은 주의를 기울인다.' 등의 문항이 높은 상관을 보였다. 세 번째 요인에는 '화가 날 때면 내 인생에 있어서 모든 즐거웠던 일들을 떠올린다.' 등의, 부정적인 정서를 적극적으로 바꾸어보려는 노력을 하는지를 묻는 문항들이 높은 부하치를 지니는 것으로 나타났다. 따라서 이 역시 Salovey 등(1995)의 정서개선에 대한 요인을 측정하고 있는 것으로 해석되었다. 네 번째 요인에는 '사람들이 느끼는 대신 생각을 더 한다면 모든 것이 더 나아질 것이다(R)', '나는 감정이나 기분에 주의를 기울일 가치가 있다고는 생각지 않는다(R)', '느낌들은 삶의 방향을 제시하여 준다.', 그리고 '사람들은 결코 감정에 좌우되어서는 안된다.' 등의 문항이 묶였는데 이 문항들은 정서에 대한 주의(attention)에 포함되었던 문항들이었다. 그 문항 내용의 공통점은 사람들이 정서에 주의를 기울이는 것이 얼마나 가치로운지에 대한 개인적인 신념으로 특징지을 수 있었다. 따라서 이 요인은 사실 각 개인이 정서에 얼마나 주의를 기울이느냐 보다는 개인의 주관적인 신념을 묻는 내용들이었다. Salovey 등(1995)의 정서지능에 대한 개념적인 모형에 근거하더라도 각 개인이 자신이나 타인의 정서에 얼마나 주의를 기울이느냐 하는 것이 정서지능의 주요한 하위요인인 것이지 정서 주의에 대한 개인적인 신념이 정서지능, 즉 정서처리 능력의 하위요인이라고는 보기 힘들었으므로 부가적인 분석에서는 이들 문항들은 배제하기로 하였다. 최종

적인 분석을 위해서는 이론적으로 가장 적절하고도 설명 가능했던 세 개의 요인에 높은 부하량을 보이는 문항들만으로, 요인의 수를 세 개로 지정하여, 주성분 분석을 실시하였다. 표 2는 최종적인 주성분 분석(배리맥스 회전) 결과 각 요인에 대한 요인 부하량이 .35를 넘는 문항들만을 선택하여 문항 내용과 요인 부하량을 제시하고 있다. 일차적으로 선정된 21개의 문항들을 대상으로 요인의 수를 세개로 지정한 후 주성분 분석을 한 결과, 첫 번째 정서에 대한 명확한 인식의 차원은 전체 변량의 23.9%를, 정서에 대한 주의 차원은 총 변량의 13.1%, 그리고 정서 개선 차원은 변량의 9.7%를 부가적으로 더 설명하는 것으로 나타났다. 따라서 이 세가지 요인들은 일차적으로 선정되었던 문항들의 약 46.7%의 변산을 설명해 주었다. 각 하위 척도간 상관계수는 부록 2에 제시되어 있다.

일단 각 문항들이 어떠한 하위 요인에 속하는지를 확인한 후 문항과 척도간의 상관 및 각 척도의 신뢰도 지수가 산출되었다. 표 3에는 요인분석 결과 선정된 3개 요인에 해당되는 문항들의 수리적 특성들이 요약되어 있다. 각 척도들의 내적합치도는 각기 정서에 대한 인식차원 .842, 정서에 대한 주의 .737, 정서 개선 .721이었다. 각각의 문항 변별도는 .283부터 .661이었다. 대부분의 문항과 하위 척도간의 상관이 .30을 넘기 때문에 비교적 우수한 문항 변별력을 지니는 것으로 나타났다. 각 척도의 평균 문항 변별도는 각기 .496, .501, .515였다.

척도간의 상관분석

TMMS의 수렴 및 변별타당도를 알아보기 위하여 척도간 상관계수를 산출하였다. 각 척도의 하위 문항들은 배리맥스 회전방식으로 각기 주축요인분석하여

표 2. Trait Meta-Mood Scale의 요인구조

	정서에 대한 명확한 인식	정서에 대한 주의	정서 개선	Communality
나는 늘 내가 어떻게 느끼는지에 대해 혼란스럽다.(R)	.76726	-.00092	.13109	.60587
나는 내 느낌을 이해할 수가 없다.(R)	.76028	.16166	.08968	.61220
나는 내가 어떤 느낌을 느끼는지에 대해 혼란스러울 때가 없다.	.68046	-.12104	.02027	.44199
때때로 나는 나의 느낌이 무엇인지를 구별할 수 없다.(R)	.66159	-.06483	.00884	.47808
나는 쉽게 감정을 느낀다.	.65862	-.19389	.21090	.51585
나는 대부분 내가 어떻게 느끼는지를 안다.	.61347	-.10865	.20326	.44417
나는 결코 내가 어떻게 느끼고 있는지를 알 수 없다.(R)	.60786	.30771	.10489	.47518
나는 거의 늘 내가 어떻게 느끼고 있는지를 정확히 안다.	.60094	.27786	.07646	.42947
나는 보통 내 느낌들에 대해 매우 명확하다.	.50935	.37702	.01556	.19815
나는 대체로 나의 느낌을 안다.	.45265	.02783	.20347	.40183
나의 신념과 의견들은 어떻게 느끼느냐에 따라 늘 변한다.(R)	.43255	-.10007	.03222	.62644
나는 자주 나의 느낌에 대해 생각한다.	-.17531	.77134	-.02717	.57577
나는 별로 내 느낌에 주의를 기울이지 않는다.(R)	.04470	.75614	.01773	.57406
나는 내가 어떻게 느끼는지에 대해 많은 주의를 기울인다.	-.07771	.75474	.01015	.47195
나는 보통 내가 무엇을 느끼는지에 대해 주의하지 않는다.(R)	.11049	.67772	.02071	.52222
감정에 대해 생각하는 일은 보통 시간 낭비이다.(R)	.01436	.42132	.13061	.57829
아무리 기분이 나쁘진 즐거운 일을 생각하려고 노력한다.	.08809	.02527	.75491	.56889
기분이 나쁠 때에도 좋은 생각을 떠올리려고 노력한다.	.10631	.03990	.74565	.24706
때때로 슬플 때도 있지만 나는 대부분 낙관적이다.	.19405	.05802	.69368	.40268
화가 날때면 내 인생의 즐거웠던 일들을 떠올린다.	-.01506	.03561	.63339	.19478
나는 때때로 행복하더라도 주로 비관적이다.(R)	.27102	.05772	.60014	.43696
고 유 치	5.014	2.761	2.027	
설 명 량	23.9%	13.1%	9.7%	

표 3. TMMS 문항들의 문항변별도

	문항척도간 상관	평 균	표준편차
나는 늘 내가 어떻게 느끼는지에 대해 혼란스럽다.(R)	.661	3.282	1.014
나는 내 느낌을 이해할 수가 없다.(R)	.550	2.913	.963
나는 내가 어떤 느낌을 느끼는지에 대해 혼란스러울 때가 없다.	.543	2.427	.996
때때로 나는 나의 느낌이 무엇인지를 구별할 수 없다.(R)	.535	2.552	1.017
나는 쉽게 감정을 느낀다.	.649	3.400	.942
나는 대부분 내가 어떻게 느끼는지를 안다.	.406	2.610	.965
나는 결코 내가 어떻게 느끼고 있는지를 알 수 없다.(R)	.518	3.891	.858
나는 거의 늘 내가 어떻게 느끼고 있는지를 정확히 안다.	.519	2.715	.888
나는 보통 내 느낌들에 대해 매우 명확하다.	.444	2.915	.830
나는 대체로 나의 느낌을 안다.	.492	3.006	1.011
나의 신념과 의견들은 어떻게 느끼느냐에 따라 늘 변한다.(R)	.293	3.734	1.044
나는 자주 나의 느낌에 대해 생각한다.	.502	3.932	.857
나는 별로 내 느낌에 주의를 기울이지 않는다.(R)	.555	3.459	.857
나는 내가 어떻게 느끼는지에 대해 많은 주의를 기울인다.	.603	3.752	.832
나는 보통 내가 무엇을 느끼는지에 대해 주의하지 않는다.(R)	.564	3.459	.820
감정에 대해 생각하는 일은 보통 시간 낭비이다.(R)	.283	4.114	.803
아무리 기분이 나쁘건 즐거운 일을 생각하려고 노력한다.	.600	3.089	.980
기분이 나쁠 때에도 좋은 생각을 떠올리려고 노력한다.	.617	2.903	.877
때때로 슬플 때도 있지만 나는 대부분 낙관적이다.	.387	3.633	.976
화가 날때면 내 인생의 즐거웠던 일들을 떠올린다.	.454	2.693	.859
나는 때때로 행복하더라도 주로 비관적이다.(R)	.346	3.249	1.035

선별되었다. 현 연구의 목적은 TMMS가 개인의 감정적인 문제를 예측하는 데 있어서 다른 관련 척도들보다 상대적으로 얼마나 더 효율적인가를 보기 위한 것이었기 때문에 비교적 변별력이 높은 문항들을 선별하기 위해서, 문항들의 가능한 간단한 하위구조를 산출해주는 주축요인 분석을 실시하였다. 이 방법의 가장 큰 단점은 다른 요인분석방법들, 또는 주성분 분석보다 요인들이 최종적으로 전체 변산을 설명하는 비율이 비교적 적을 수 있다는 점이다. 각 척도에 있어서 요인 부하량이 .35이상 되는 문항들이 부록 3부터 부록 6까지에 요약되어 있다. 우선 MAS의 경우 Swinkles와 Guiliano(1995)가 예상했던 대로 전체 문항들이 2개의 하위 요인들을 지니는 것으로 나타났다. 그 중 첫 번째 요인은 자신의 기분에 평상시에도 얼마나 모니터링하는 지를 측정하는 문항들이 묶였다. 이에 비해 MAS의 두 번째 요인은 경험되고 있는 정서를 얼마나 정확히 변별하고 명명할 수 있는 지를 묻는 문항들이 높은 부하량을 보였다. 각각의

고유치는 2.38, 2.00이었으며 거의 44%의 변량을 이 두 요인이 설명해 주는 것으로 나타났다.

부록 4에는 EES에 대한 주축요인분석 결과가 제시되어 있다. 고유치 1을 넘는 요인이 2개 산출되었으나 두 문항의 요인 부하량이 .35를 넘었던 두 번째 요인은 비교적 해석이 불분명하였기에 총 변산의 많은 부분인 40.3%를 설명하는 첫 번째 요인만을 선택하기로 하였다. 이 요인에 대하여 부하량이 .35를 넘는 문항들을 선별하였더니 전체 17문항 중 13문항이 포함되었다. 이들의 총점을 정서에 대한 표현 정도 점수로 사용하였다.

AEQ에 대한 요인분석 결과는 King과 Emmons(1990)에 의해 이미 보고된 적이 있다. 그때 역시 고유치가 1을 넘는 요인이 두 개 잡혔다. 문항의 내용들을 살펴본 결과 적절한 명칭을 붙이기 힘들어서 King과 Emmons(1990)는 첫 번째 요인을 긍정적 감정을 표현하는데 있어서의 어려움, 그리고 두 번째 요인을 부정적 감정을 경험하는 데 있어서의 어려움

이라고 명명하였다. 현재의 주축요인분석 결과는 이 보다는 훨씬 해석이 용이한데 첫 번째 요인에 높은 부하량을 보인 문항들은 대부분 정서를 언어적으로 표현하는데 있어서 경험하는 어려움을 공통적으로 측정하고 있었고 두 번째 요인은 감정을 표현하고 싶은 욕구를 스스로 억제하려는데서 겪게 되는 갈등을 표시하고 있었다. 각각의 요인들은 총 변산의 26.7% 그리고 4.1%의 변량을 설명해 주었다.

Catanzaro와 Mearns(1990)는 자신들이 개발했던 NMR의 요인구조에 대해 보고를 하지 않았기에 현재 하위 요인들을 찾기 위해 위와 동일한 방식으로 주축 요인분석을 실시하였다. 그 결과 3개의 요인이 고유치 1을 넘어 총 변산의 28.8%를 설명해 주는 것으로 나타났다. 요인부하량 .35 이상되는 문항들을 살펴본

결과 첫 번째 요인은 정서조절에의 신념, 두 번째 요인은 부정적 정서에 대한 무력감, 그리고 세 번째 요인은 구체적인 정서조절 전략에의 선택 정도를 측정하는 것으로 나타났다.

요인분석 결과 산출된 하위 요인들과 TMMS의 세 가지 척도가 어떠한 관계를 지니는 지를 알아보기 위해 각 척도의 하위 요인들에 해당되는 문항들은 모두 합산되어 각 하위 차원의 점수로 사용되었다. 이때 각 하위 척도들의 신뢰도 계수는 표 4에 제시되어 있으며, 이들 척도상의 점수들과 TMMS의 세 하위 요인간의 상관계수는 표 5에 제시되어 있다.

만일 우리의 가설이 맞다면 TMMS의 정서에 대한 명확성 차원은 MAS의 정서인식 차원과는 높은 상관을 보여야 할 것이다. 또한 TMMS의 정서에 대한 주

표 4. 각 척도의 하위 요인들의 신뢰도 계수

	MAS		EES		AEQ		NMR	
하위 척도	모니터링	정서명명화	정서표현성	표현력부족	표현억제	정서조절	조절불능	전략선택
내적 합치도	.803	.762	.883	.813	.774	.826	.662	.679

표 5. 각 하위 차원간의 상관

	TMMS1	TMMS2	TMMS3	MAS1	MAS2	EES	AEQ1	AEQ2	NMR1	NMR2	NMR3
정서에의 명확성 (TMMS1)	1.000										
정서에의 주의 (TMMS2)	.059	1.000									
정서 개선 (TMMS3)	.341***	.018	1.000								
정서 모니터링 (MAS1)	-.157***	.627***	-.044	1.000							
정서 명명화 (MAS2)	.713***	.174***	.183***	.022	1.000						
정서에 대한 표현 (EES)	.109*	.215***	.048	.145	.203***	1.000					
표현력 부족 (AEQ1)	-.540***	-.041	-.140***	.106***	-.512***	-.332***	1.000				
정서표현 억제 (AEQ2)	-.428***	.075	-.042	.225***	-.347***	-.242***	.621***	1.000			
정서조절에의 신념 (NMR1)	.334***	.115*	.376***	.044	.314***	.014	-.293***	-.181***	1.000		
정서조절 불능(R) (NMR2)	.414***	-.015	.329***	-.271***	.274***	-.017	-.374***	-.326***	.430***	1.000	
조절전략 선택 (NMR3)	.276***	.177***	.526***	.071	.229***	.020	-.110*	.013	.510***	.355***	1.000

*** $p < .001$

* $p < .05$

의 차원도 MAS의 모니터링 차원과 높은 상관관을 보여야 할 것이다. 그리고 TMMS의 정서개선 차원은 NMR의 첫 번째 그리고 세 번째 차원과 상당히 높은 상관관을 보여야 할 것이다.

각 하위 척도간 상관계수는 우리가 예상했던대로의 결과를 보여주고 있다. TMMS의 각 하위 척도와 동일한 구인을 측정하는 척도, 즉 TMMS의 두 번째 차원, 정서에 대한 주의와 MAS의 정서 모니터링의 정도는 상관 행렬의 동일한 행과 동일한 열에 나타난 어떠한 계수보다도 더 높은 상관관을 보였다. 이는 다속성 다차원 분석(Multitrait Multimethod Analysis)의 원칙에 적합한 결과로 TMMS의 주의 차원이 좋은 수렴타당도를 지니고 있다는 것을 보여주는 증거이다. 또한 TMMS의 정서에 대한 명확한 인식 차원은 동일한 속성을 측정하는 MAS의 정서 명명화 점수와 가장 높은 상관관을 보여 주었다. TMMS의 정서 개선 점수는 부적 정서에 대한 조절 정도를 측정하는 NMR의 하위 척도들과 높은 상관관을 보여 상당히 우수한 수렴타당도를 보이는 것으로 나타났다. 이에 비해 TMMS의 정서에 대한 명확한 인식 차원은 AEQ의 두 차원 즉 정서에 대한 갈등 정도와 높은 부적 상관관을 보여 기대한대로의 변별타당도 증거를 보이는 것으로 나타났다.

감정부전(TAS) 점수에 대한 회귀분석 및 그에 의한 판별분석

Salovey와 Mayer(1990), 그리고 Goleman(1995)은

정서지능이 감정부전예의 정도를 예측할 수 있으리라 지적한 바 있다. 따라서 TMMS의 예언타당도, 즉 감정부전을 예측하는데 있어서의 유용성을 확인하기 위해 현 연구에서는 Toronto Alexithymia Scale(TAS)이 포함되었다. 이는 동시에 TMMS의 TAS에 대한 동시타당도에 대한 자료도 제시하여 줄 것이다. 이를 위하여 stepwise 방식으로 회귀분석이 실시되었다. 이 결과는 표 6에 제시되어 있다.

TMMS의 첫 번째 두 번째 차원이 감정부전의 정도를 예측하는 데에 매우 유용한 것으로 나타났다. 총 변산의 약 38%를 이 두 변인이 설명해 주었다. 이 회귀모델의 $F_{2,505}$ 값은 151.706으로 매우 유의미한 설명력을 지니는 것으로 나타났다. 이중 정서에 대한 정확한 인식 점수는 총 변산의 29%($F_{1,506}=211.624, p < .001$)를 예측하여 주고 추가적으로 정서에 대한 주의 점수가 약 8%($F_{1,505}=65.021, p < .001$) 정도를 더 설명하여 주는 것으로 나타났다. 그러나 변수들을 모델에 포함시키기 위한 p 값을 .05 그리고 제외시키기 위한 준거를 .10으로 정했을 때 정서 개선 차원은 감정부전의 유의한 변산을 예측해 주지는 못하는 것으로 나타났다. 그러므로 현 표본에 있어서, 각 개인의 감정부전 정도는 정서에 대한 정확한 인식, 그리고 정서에 대한 주의 상의 점수가 낮을수록 더 정도가 심해지는 것으로 보인다. 다음의 산술식으로 개인의 감정부전 정도가 예측될 것인 바, 감정부전=110.849 - .649(정서인식) - .838(정서에의 주의)이다. 이때 각 하위 점수들의 분산을 표준화한 베타계수를 보면 정

표 6. 감정부전에 대한 TMMS의 회귀분석 결과

변 수	B	B의 표준오차	Beta	t	p
정서에 대한 인식	-.649	.043	-.527	-14.946	.001
정서에 대한 주의	-.838	.104	-.284	-8.063	.001
절 편	110.849	2.479		44.712	.001

표 7. 감정부전과 TMMS의 하위 척도들 간의 상관계수

	감정부전	정서에 대한 정확한 인식	정서에 대한 주의	정서 개선
감정부전	1.000			
정서에의 명확성	-.544***	1.000		
정서에 주의	-.316***	.059	1.000	
정서 개선	-.191***	.341***	.068	1.000

서에 대한 주의(-.284)보다 정서에 대한 정확한 인식 (-.527) 정도가 감정부전을 예측하는 데에 매우 유용한 것으로 나타났다. 감정부전과 TMMS의 각 하위 차원 점수들 간의 상관은 표 7에 제시되어 있다. 이 결과는 정서에 대한 인식 차원이나 주의 차원들과 정서 개선 차원이 비교적 독립적임을 보여 주고 있다. 이러한 회귀분석의 결과는 감정부전 정도를 예측하는 데에 TMMS가 유용한 지표가 될 수 있음을 보여준다. 즉 이러한 자료는 TMMS의 예언타당도가 비교적 우수함을 반영한다.

마지막으로 현 연구에 유일한 준거행동으로 포함되었던 감정부전예의 정도를 예측하는 데에 있어서 과연 TMMS가 다른 척도에 비해 상대적으로 더 효율적인지를 확인해 보기 위해 판별분석이 실시되었다. 이때 준거집단이 되었던 감정부전의 점수는 74점을 기준으로 그 이상과 그 미만, 즉 감정부전 집단과 정상 집단으로 나뉘었다. 전체 학생들의 약 34%가 74점 이상의 감정부전 증세를 지니는 것으로 나타났다. 이러한 비율은 미국에서 정상 대학생들 중 17%의 학생들이 감정부전 증세를 보인다는 최근 보고(Loisells & Dawson, 1988)에 비해 거의 두배 정도 많은 우리나라 대학생들이 감정부전을 실제로 경험한다는 사실을 시사해 준다. 표 8에는 각 차원에서의 감정부전 집단과 정상집단의 평균 점수 그리고 그들 간의 일원변량분석이 제시되어 있다. 모든 척도의 하위 차원에

서 두 집단은 유의미한 차이를 보이는 것으로 나타났다(표 8).

감정부전 유무를 잘 판별하기 위한 하위 요인들의 선형조합을 찾아내기 위해 판별분석을 실시하였다. 그 결과 한 개의 판별함수가 두 집단의 차이를 가장 잘 변별해 주는 것으로 나타났다. stepwise방식에 따라 판별분석을 실시한 결과 한 개의 정준 판별함수가 산출되었으며 이에 5개의 변수가 유용한 것으로 포함되었다($\chi^2_s=163.729, p \leq .000$). 이들 5개 요인은 자기 TMMS의 정서에 대한 명확한 인식, 정서에 주의 기울이는 정도, 그리고 MAS의 모니터링, 정서 명명화 점수, 그리고 정서에 대한 표현력 부족 요인들이었다. 이들 각각의 Wilks' Lamda는 .803, .763, .737, .727, 그리고 -.721로 모두 .001 수준에서 통계적으로 유의미하였다. 따라서 각 개체에 대한 판별 점수들은 판별점수 = .803(TMMS1) + .763(TMMS2) + .737(MAS1) + .727(MAS2) - .721(AEQ1)가 될 것이다. 이들 각 하위 요인의 표준 정준계수는 .353, .223, .243, .357, -.455였다. 이 표준 정준계수는 판별 변수들의 상대적 공헌도를 측정하게 되는데 이 결과에 따르면 감정부전 집단과 정상집단을 구별하는데에 TMMS의 첫 번째 요인인 정서에 대한 명확한 인식 정도, MAS의 두 번째 요인인 정서에 대한 명명화 과정, 그리고 AEQ의 첫 번째 요인인 정서 표현력의 부족 등이 가장 효과적인 것으로 나타났다. 이러한 결과도 감정부

표 8. 각 차원 상에서의 감정 부전자와 정상인간의 일원변량분석

척도	정상인 평균	감정부전자 평균	F	p
정서에의 명확성(TMMS1)	39.610	33.624	102.215	.001
정서에 주의(TMMS2)	19.223	17.866	26.955	.001
정서 개선(TMMS3)	12.720	11.661	18.227	.004
모니터링(MAS1)	17.233	16.323	8.452	.001
정서 명명화(MAS2)	16.563	13.473	122.892	.001
정서 표현성(EES)	31.208	27.774	27.669	.001
표현력 부족(AEQ1)	21.318	25.473	100.554	.001
표현 억제(AEQ2)	26.745	29.059	29.096	.001
정서조절 신념(NMR1)	6.528	5.780	23.843	.001
조절 불능(NMR2)	9.733	8.683	23.870	.001
조절 책략(NMR3)	23.695	22.118	22.262	.001

표 9. 판별함수와 각 하위 차원간의 구조 행렬

하 위 요 인	판별함수와의 상관
정서에 대한 명명화(MAS2)	.794
정서 인식에의 명확성(TMMS1)	.725
정서 표현력 부족(AEQ1)	-.719
정서 표현 억제(AEQ2)	-.404
정서에 대한 주의(TMMS2)	.372
정서조절에의 신념(NMR1)	.324
정서조절 불능(R)(NMR2)	.271
정서 표현성(EES)	.237
정서 모니터링(MAS1)	.208
정서조절 전략 선택(NMR3)	.192
정서 개선(TMMS3)	.175

전 증세에 대한 최초의 정의(Sifneos, 1972)와도 일치하는 증거이다. 표 9에는 각각의 구조행렬이 제시되어 있다.

판별분석 결과 산출된 판별함수 차원 상에서의 감정부전 집단과 정상집단의 좌표는 각기 -.813 그리고 .475로 이 함수 상에서 음의 좌표를 지닐수록 감정부전 집단에 속할 가능성이 많다고 해석될 수 있을 것이다. 감정부전에서의 실제 멤버쉽과 판별함수에 따라 재분류된 멤버쉽 간을 비교해 본 이 판별함수는 피조사자의 감정부전 증세의 유무를 70.84% 정확하게 분류하는 것으로 나타났다. 따라서 현재 도출된 판별함수는 개인의 감정부전 정도를 예측하는데에 매우 유용한 것으로 해석된다.

결론적으로 판별분석 결과 역시 TMMS의 첫 번째, 두 번째 차원 즉 정서에 대한 정확한 인식, 그리고 정서에 대한 주의 정도 그리고 이들 하위 요인과 동일한 개념을 측정하는 MAS의 정서 명명화, 그리고 모니터링 차원이 감정부전을 비교적 잘 예측해 준다는 사실을 시사해준다.

논 의

정서적 지능의 하위 요인들을 측정하도록 고안된 Trait Meta-Mood Scale(Salovey et al, 1995)의 하위 척도들과 그와 관련된 기존의 척도들 간의 준거 관련 타당도의 증거들은 TMMS의 하위 척도들이 비교적

우수한 심리측정적 특성들을 지님을 보여준다. 특히 정서에 대한 정확한 인식, 그리고 정서에 주의를 기울이는 정도 등은 매우 유의미하게 감정부전 정도를 예측해 줄 수 있는 것으로 나타났다. 동시에 TMMS의 두 가지 하위 요인들은 Mood Awareness Scale의 하위 척도들과도 예상대로의 수렴타당도를 보였는바, 이러한 결과는 아마도 정서에 대한 정확한 인식, 그리고 자신의 정서를 모니터링하는 정도가 비교적 유용한 정서지능에의 하위 요인이 될 수 있다는 가능성을 보여준다고 해석될 것이다. 이와 동시에 자신의 느낌을 표현하는 데에 있어서 어려움을 겪는 정도 역시 감정부전을 예측하는데에 상당히 유용한 근거를 제시하는 것으로 나타났다. 이는 TMMS에는 현재 포함되어 있지 않은 정서표현의 차원이 아마도 정서지능의 유용한 하위 요인이 될 수 있음을 시사한다. 이때 유의해야 할 점이 바로 각 개인이 정서를 어느 정도 드러내는가(EES)의 정도보다는 정서를 표현하고 싶지만 그렇게 하지 못하는(Ambivalence over Emotional Expression) 정도가 개인의 정서적 건강을 예측하는데에 매우 유용한 지표가 될 수 있다는 것이다. 이러한 사실은 이미 King과 Emmons(1990)에 의해 간파되었었다. Pennebaker(1985) 역시 정서 표현이 적다는 사실 자체가 병리적이기 보다는 감정을 표현하고 싶지만 그것을 밖으로 드러내지 못하는 경우 심각한 문제가 발생한다고 지적했다. 이러한 지적들을 고려해 볼 때 정서지능이 개인의 정서적, 감정적 적응 정도를 측정하는 지표라면 개인의 감정표현 상의 갈등 차원도 부가적인 하위 요인으로 포함시키는 것이 바람직하리라 추측해 볼 수 있다.

감정부전을 예측하는데에 있어서 TMMS의 정서 개선 차원이 별로 의미있는 이바지를 하지 못했다는 점은 여러 가지로 해석해 볼 수 있을 것이다. 우선 TMMS의 정서 개선 차원이 과연 신뢰롭게 그리고 타당하게 개인의 정서조절 정도를 측정하는가 하는 점이다. 그러나 .70 이상의 상당히 높은 내적 합치도 증거와 NMR 척도와의 높은 상관 정도는 이러한 가능성을 배제하게 하여 준다. 두 번째의 가능성은 감정부전이라는 증세가 TMMS가 측정하고 있는 정서

지능에의 타당한 준거행동인가 하는 점이다. 이러한 기본적인 질의는 정서지능이라는 구인 자체에 대한 의문점이기도 하다. 애초에 정서적인 지능은 개인의 사회적인 성공 여부가 단지 학업 적성에 의해서만 예언되지 않는다는 점에 착안하여 제시되었던 사회적 지능(Sternberg & Wagner, 1982)의 한 하위 요인으로 제시되었다. 따라서 흔히 정서지능은 개인의 사회적 성공을 예측해 주는 지표가 되리라 이해되고 있다 (Goleman, 1995). Goleman(1995)과 Salovey와 Mayer (1990)는 감정부전이 정서적 지능의 준거행동이 될 수 있으리라 지적했으나 여러 가지 사회적인 적응의 예측인자로서 정서적 지능의 가능성을 고려하여 본다면 감정부전이라는 단순히 하나의 준거행동보다 좀더 다방면의 준거치들 즉 우울증이나 직장에서의 인간관계 등이 TMMS의 준거행동으로 대치될 수도 있을 것이다. 이러한 준거행동을 예측하는 데에는 아마도 TMMS의 정서 개선 차원이 정서 인식이나 정서에 대한 주의 차원 보다 더 유용할 수도 있을 것이다. 감정부전을 예측함에 있어서 정서 개선 차원의 영향력이 그리 크지 못했던 또다른 이유는 아마도 우리나라 사람들의 여러 정서 특성들이 미국인들의 그것과는 매우 다를 수 있다는 가능성을 시사해 준다. 감정부전을 경험하는 대학생의 비율이 우리나라 경우 거의 34%로 미국의 두 배를 웃도는 정도란 사실이 이러한 가능성을 뒷받침해 준다. 감정을 표현하기보다는 억제하기를 우선 강요받는 우리나라 문화의 경우 많은 사람들이 자신들은 늘 스스로의 감정을 억제하고 조절하고 있다고 믿고 있을 수도 있다. 따라서 이러한 믿음은 정서 조절 차원 상의 개인차를 줄여서 준거행동을 예측하는데에 다른 정서 차원보다 상대적으로 덜 이바지를 하게 할 수도 있다.

이같은 모든 논의점을 요약하자면, 현 연구는 정서적 지능의 하위 요인들을 측정하도록 고안된 TMMS가 비교적 우수한 신뢰도 및 타당도 증거를 지님을 보여준다. 물론 TMMS가 측정하고 있는 세 개의 하위 차원이 정서지능의 충분한 하위 요인이라고 보기는 힘들다. 그러나 최소한 감정부전이라는 정서적인 부적응 증세를 예측하는 데에 정서에 대한 인식이나

정서를 모니터링하는 정도가 매우 훌륭한 지표가 되며 따라서 이 두 가지의 차원은 정서지능의 주요 하위 개념이 된다고 결론지을 수 있다. 부가적으로 정서표현상 겪게 되는 갈등에의 정도도 개인의 정서적인 적응 정도를 결정하는데 중요한 역할을 할 수 있다는 가능성을 보여준다. 그러나 현 연구의 가장 큰 문제점은 문항 선정이 모두 요인분석을 토대로 이루어졌다는 점이다. 요인분석은 일반적으로 요인의 구조가 표본 특정적(sample dependent)인 특성을 지니게 되므로 원 저자들이 이론주도적으로 제작했던 원래의 척도가 표본의 특성 때문에 변형되었을 가능성을 배제할 수 없다. 따라서 후속적인 분석에 포함되었던 원TMMS short form의 30문항 중 21개의 문항들이 다른 특성을 지닌 표본들에 적용될 경우에는 또다른 문항들의 조합으로 대치될 수도 있다. 그러나 앞에서도 언급하였다시피 정서에 대한 주의 차원이 실상 동질적이지 않을 수도 있는 가능성도 존재하는 바, 이를 확인하여 보기 위해서는 다양한 후속적인 연구가 필요하다 할 것이다.

참고 문헌

- Bagby, R. M., Taylor, G. J., & Ryan, D.(1986). Toronto Alexithymia Scale: Relationship with personality and psychopathology measures. *Psychotherapy and Psychomatics*, 45, 207-215.
- Bagby, R. M., Taylor, G. T., & Parker, J. D. A.(1988). Construct validity of the Toronto Alexithymia Scale. *Psychotherapy and Psychomatics*, 50, 29-34.
- Borens, R., Grosse-Schultze E., Jaensch, W.(1977). Is "alexithymia" but a social phenomenon? *Psychother Psychosom*, 28, 193-198.
- Catanzaro, S. J., & Mearns, J.(1990). Measuring generalized expectancies for negative mood regulation: Initial scale development and implications. *Journal of Personality Assessment*, 54, 546-563.
- Fenigstein, A., Scheier, M. E., & Buss, A. H.(1975).

- Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 522-527.
- Flannery, J., Taylor, G.(1981). Toward integrating psyche and soma: psychoanalysis and neurobiology. *Canadian Journal of Psychiatry*, 26, 15-23.
- Fox, N. A.(1994). The development of emotion regulation: biological and behavioral considerations. *Monographs of the society for Research in Child Development*, 59, 2-3.
- Gardner, H.(1983). *Frames of mind*. New York: Basic Books.
- Gardner, H.(1987). Developing the spectrum of human intelligence. *Harvard Education Review*, 57, 187-193.
- Goldman, S. L., Kraemer, D. T., & Salovey, P.(1996). Beliefs about mood moderate the relationship of stress to illness and symptom reporting. *Journal of Psychomatic Research*, 41, 115-128.
- Goleman, D.(1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantam Books.
- Katz, C., & Epstein, S.(1991). Constructive thinking and coping with laboratory-induced stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 789-800.
- Isen, A. M., & Daubman, K. A.(1984). The influence of affect on categorization. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 1206-1217.
- King, L. A., & Emmons, R. A.(1990). Conflict over emotional expression: Psychological and Physical correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 864-877.
- Kring, 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.
- Leff, J. P.(1973). Culture and the differentiation of emotional states. *British Journal of Psychiatry*, 123, 299-306.
- Loiselle, C. G., & Dawson, C.(1988). Toronto Alexithymia Scale: Relationships with measures of patient self-disclosure and private self-consciousness. *Psychotherapy and Psychomatics*, 50, 109-116.
- Mayer, J. D., & Gaschke, Y. N.(1988). The experience and meta-experience of mood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 102-111.
- Mayer, J. D., Mamborg, M., & Volanth, A. J.(1988). Cognitive domains of the mood system. *Journal of Personality*, 56, 453-486.
- Mayer, J. D., & Salovey, P.(1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 17, 433-442.
- Mayer, J. D., Salovey, P., Gomberg-Kaufman, S., & Bainey, K.(1991). A broader conception of mood experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 106-111.
- Nolen-Hoeksema, S., Parker, L. E., & Larson, J.(1994). Ruminative coping with depressed mood following loss. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 92-104.
- Pennebaker, J. W.(1985). Traumatic experience and psychosomatic disease: Exploring the roles of behavioral inhibition, obsession, and confiding. *Canadian Psychology*, 26, 82-95.
- Salovey, P., Hsee, C. K., & Mayer, J. D.(1993). Emotional Intelligence and the Self-Regulation of Affect. In D. M. Wegner & J. W. Pennebaker(Eds.), *Handbooks of mental control*(pp. 258-277). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Salovey, P., & Mayer, J. D.(1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S., Turvey, C., & Palfai, T.(1995). Emotional attention, clarity

- and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. In J. Pennebaker(Ed.), *Emotion, disclosure, and health*(pp. 125-154). Washington, DC: American Psychological Association.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S.(1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology, 4*, 219-247.
- Schwartz, N.(1990). Feelings as information and motivational functions of affective states. In E. T. Higgins & R. M. Sorrentino(Eds.), *Handbook of motivation and cognition: Foundations of social behavior*(Vol. 2, pp.527-561). New York: Guilford Press.
- Sifneos, P. E.(1972). *Short-term psychotherapy and emotional crisis*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Stenberg, R. J., & Wagner, R. K.(1982). The nature and measurement of practical intelligence. Unpublished Manuscript. Yale University.
- Swinkels, A., & Guilliano, T. A.(1995). The measurement and conceptualization of mood awareness: Attention directed toward one's mood states. *Personality and Social Psychology Bulletin, 21*, 934-949.
- Taylor, G. J., Ryan, D., & Bagby, R. M.(1985). Toward the development of a new self-report alexithymia scale. *Psychotherapy and Psychosomatics, 44*, 191-199.
- Thorndike, E. L.(1920). Intelligence and its uses. *Harper's Magazine, 140*, 227-235.
- Thorndike, E. L.(1921). Intelligence and its measurement, Part I. *Journal of Educational Psychology, 12*, 124-127.
- Wechsler, D.(1958). *The measurement and appraisal of adult intelligence*. Baltimore, MD: Williams & Wilkins.
- Wegner, D.(1990, August). [Discussant]. In R. Erber (Chair), The self-regulation of mood and emotion. Symposium conducted at the 98th annual meeting of the American Psychological Association, Boston.

부록 1. TRAIT META-MOOD SCALE

Please read each statement and decide whether or not you agree with it.

Place a number in the blank line next to each statement using the following scale:

- 5 = strongly agree
- 4 = somewhat agree
- 3 = neither agree nor disagree
- 2 = somewhat disagree
- 1 = strongly disagree

- | | |
|---|---|
| <p>_____ 1. The variety of human feeling makes life more interesting.</p> <p>_____ 2. I try to think good thoughts no matter how badly I feel. [Repair]</p> <p>_____ 3. I don't have much energy when I am happy.</p> <p>_____ 4. People would be better off if they felt less and thought more. [Attention(R)]</p> <p>_____ 5. I usually don't have much energy when I'm sad.</p> <p>_____ 6. When I'm angry. I usually let myself feel that way.</p> <p>_____ 7. I don't think it's worth paying attention to your emotions or moods. [Attention (R)]</p> <p>_____ 8. I don't usually care much about what I'm feeling. [Attention(R)]</p> <p>_____ 9. Sometimes I can't tell what my feeling are. [Clarity]</p> <p>_____ 10. If I find myself getting mad, I try to calm myself down.</p> <p>_____ 11. I have lots of energy when I feel sad.</p> <p>_____ 12. I am rarely confused about how I feel. [Clarity]</p> <p>_____ 13. I think about my mood constantly.</p> | <p>_____ 14. I don't let my feeling interfere with what I am thinking.</p> <p>_____ 15. Feeling give direction to life. [Attention]</p> <p>_____ 16. Although I am sometimes sad, I have a mostly optimistic outlook. [Repair]</p> <p>_____ 17. When I am upset I realize that the "good things in life" are illusions. [Re- pair(R)]</p> <p>_____ 18. I believe in acting from the heart. [Attention]</p> <p>_____ 19. I can never tell how I feel. [Clarity(R)]</p> <p>_____ 20. When I am happy I realize how foolish most of my worries are.</p> <p>_____ 21. I believe it's healthy to feel whatever emotion you feel.</p> <p>_____ 22. The best way for me to handle my feeling is to experience them to the fullest. [Attention]</p> <p>_____ 23. When I become upset I remind myself of all the pleasures in life. [Repair]</p> <p>_____ 24. My belief and options always seem to change depending on how I feel. [Clarity(R)]</p> <p>_____ 25. I usually have lots of energy when I'm happy.</p> <p>_____ 26. I am often aware of my feelings on a matter. [Clarity]</p> <p>_____ 27. When I'm depressed, I can't help but think of bad thoughts.</p> <p>_____ 28. I am usually confused about how I feel. [Clarity(R)]</p> <p>_____ 29. One should never be guided by emotions. [Attention(R)]</p> <p>_____ 30. If I'm in too good a mood, I remind myself of reality to bring myself down.</p> <p>_____ 31. I never give into my emotions. [Attention(R)]</p> <p>_____ 32. Although I am sometimes happy, I have a mostly pessimistic outlook. [Repair(R)]</p> |
|---|---|

- _____ 33. I feel at ease about my emotions. [Clarity]
- _____ 34. It's important to block out some feelings in order to preserve your sanity.
- _____ 35. I pay a lot of attention to how I feel. [Attention]
- _____ 36. When I'm in a good mood, I'm optimistic about the future.
- _____ 37. I can't make sense out of my feelings. [Clarity(R)]
- _____ 38. I don't pay much attention to my feelings. [Attention(R)]
- _____ 39. Whenever I'm in a bad mood, I'm pessimistic about the future.
- _____ 40. I never worry about being in too good a mood.
- _____ 41. I often think about my feelings. [Attention]
- _____ 42. I usually very clear about my feelings [Clarity]
- _____ 43. No matter how badly how I feel, I try to think about pleasant things [Repair]
- _____ 44. Feelings are a weakness humans have. [Attention(R)]
- _____ 45. I usually know my feelings about a matter. [Clarity]
- _____ 46. It is usually a waste of time to think about your emotions. [Attention(R)]
- _____ 47. When I am happy I sometimes remind myself of everything that could go wrong.
- _____ 48. I almost always know exactly how I am feeling. [Clarity]

부록 2. TMMS의 하위요인간 상관계수

	정서에 대한 인식	정서에 대한 주의	정서 개선
정서에 대한 인식	.894	.153	.421
정서에 대한 주의	-.190	.981	.047
정서 개선	-.406	-.121	.956

부록 3. Mood Awareness Scale에 대한 요인 구조 (Swinkle & Guiliano, 1995)

	정서에 대한 모니터링	정서 명명화
일터나 학교에서 귀가할 때 나도 모르게 내 기분을 평가하곤 한다.	.755	
나는 하루 중 어느 때인가 내 기분에 대해 문득 생각하곤 한다.	.724	
나는 자주 내 기분을 평가한다.	.720	
나는 내 기분상의 변화에 민감하다.	.593	
나는 내 기분에 많은 주위를 기울이지 않는다.(R)	.576	
나는 내 느낌을 설명하는 데는 곤란을 느끼곤 한다.(R)		.712
나는 보통 내 감정들에 대해 정확하게 느낀다.		.654
나는 내 느낌을 규정짓기가 때로는 힘들다.(R)		.604
나는 결코 내가 무엇을 느끼고 있는지에 대해 확실한 적이 없다.(R)		.603
바로 지금, 나는 내가 어떤 기분을 느끼고 있는지를 안다.		.562
고 유 치	2.38	2.00
설 명 량	23.8%	20.0%

부록 4. Emotional Expressivity Scale에 대한 요인 구조(Kring, Smith & Neale, 1994)

	정서적 표현성
사람들은 내 감정을 잘 읽을 수 있다.	.706
나는 내 감정을 타인들에게 보여준다.	.699
나는 감정적으로 그리 표현적이지 못하다.(R)	.629
다른 사람들은 내가 매우 감정적이라고 느낀다.	.617
다른 사람들은 내가 무엇을 느끼는지 쉽게 관찰할 수 없다.(R)	.612
나는 내가 어떻게 느끼고 있는 지를 숨길 수 없다.	.611
나는 감정표현을 하지 않는 편이다.(R)	.599
나는 나 자신이 감정적으로 표현적이라고 생각한다.	.588
나는 심지어 매우 강한 감정을 느낄 때도 그것을 밖으로 표현하지 않는다.(R)	.500
나는 내 감정들을 타인들에게 표현하지 않는다.(R)	.496
나는 비록 매우 감정적으로 느끼더라도 다른 사람들이 나의 느낌을 알아채도록 하지 않는다.(R)	.490
나는 내 느낌을 표현하지 않는다.(R)	.469
나는 타인 앞에서 울 수 있다.	.395
고 유 치	6.85
설 명 량	40.3%

부록 5. Ambivalence over Emotional Expressiveness Scale(King & Emmons, 1990)

	언어적 표현 능력 부족	표현에의 억제
난 어떤 사람을 사랑할 때 그 사람에게 얘기하기를 원하지만, 무슨 말을 해야 할 지 찾기가 힘들다.	.663	
내가 현재 느끼고 있는 것을 타인들에게 보여 주기 위한 적절한 말을 찾아내기가 힘들다.	.631	
나는 자주 내가 느끼고 있는 것을 표현할 수 없다.	.608	
나는 다른 사람들이 나에게 얼마나 큰 의미가 있는지에 대해 자주 얘기할 수가 없음을 발견한다.	.591	
나는 내 감정적 반응에 있어서 더 자발적이기를 원하지만 그렇게 할 수가 없는 것으로 보인다.	.537	
나는 내가 어떤 사람에게 그들을 얼마나 사랑하고 있는지 얘기할 것을 그랬다고 생각한 적이 있음을 기억한다.	.432	
어떤 사람이 나를 괴롭혀, 무슨 말인가 해주고 싶을 때에도 애써 무관심해 보이려고 한다.	.396	
나는 자주 타인들에게 내가 어떻게 느끼는 지를 알려주고 싶지만 뭔가가 나를 그렇게 하지 못하도록 저지시킨다.	.495	
누군가에게 얘기하기를 원하기도 하지만, 한편으로 자만한다는 인상을 줄까봐 조심스럽기도 하다.	.483	
나는 내 남자 친구/여자 친구들이 내가 상처받고 있음을 알기를 원함에도 불구하고 나의 질투심을 통제하려고 노력한다.	.479	
나는 때때로 나의 느낌에 따라 행동하기를 원하지만 늘 내 성미를 통제하려고 노력한다.	.537	
나는 내가 무엇인가 달성한 것에 대해 진짜 자랑스럽게 느껴 꼭 나는 내 애정을 좀더 신체적으로 표현하기를 원하지만, 한편으로 다른 사람들이 나에게 대한 잘못된 인상을 지니게 될까봐 걱정스럽다.	.378	
나는 남들과 내 문제에 대해 얘기하고 싶지만 이따금 그럴 수가 없다.	.377	
나는 내 감정을 정직하게 표시하기를 원하지만 그것이 나를 당황하게 하거나 상처를 줄까봐 두렵다.	.357	
고 유 치	7.48	1.15
설 명 량	26.7%	4.1%

부록 6. Negative Mood Regulation Scale의 요인구조(Catanzaro & Mearns, 1990)

	정서 조절 에의 신념	정서 조절 불가능	정서 조절 책략
기분이 나쁠 때 나는 보통 내 자신을 복돋울 방법을 알 수 있다.	.859		
기분 나쁠 때 나는 기분을 좋게 하기 위해서 뭔가를 할 수 있다.	.651		
나는 기분이 나쁘면 진짜로 내 자신에게 낙담하기 시작한다.		.669	
기분 나쁠 때 나는 결국 진짜 우울해지고 만다.		.441	
기분이 나쁠 때 나는 내 기분에 폭 빠져 있을 수 밖에 없다.		.354	
결국에는 모든 일이 다 잘 될 것이라고 생각하는 것이 내 기분을 나아지게 하지는 못한다.(R)			.477
기분이 나쁠 때 나는 내 자신이 내가 좋아하는 그 무엇이라고 여기는 것에 의해 기분이 좀 나아질 수 있다.			.441
내 자신에게 기분나쁜 시간은 지나가 버릴 것이라고 얘기하는 것이 나를 안정시키는 데에 도움이 된다.			.432
기분이 나빠도 주변에서 즐거운 일을 찾을 수 있고 그래서 기분 좋아질 수 있다.			.427
기분이 나쁠 때 나는 즐거운 시간들을 생각하면 기분이 괜찮아진다.			.400
기분이 나쁠 때 다른 사람을 위해 좋은 일을 하는 것이 나를 기분 좋게 한다.			.360
기분이 나쁠 때 나는 일을 어떻게 처리해야지 하고 계획을 세우는 것이 도움이 될 수도 있다.			.360
고 유 치	5.93	1.64	1.10
실 명 량	19.8%	5.5%	3.6%

The Research on the Validation of the Trait Meta-Mood Scale: The Domain Exploration of the Emotional Intelligence

Soo-Jung Lee and Hoon-Koo Lee

Department of Psychology, Yonsei University

This Research has been performed to gather the reliability and validity related evidences of the Trait Meta-Mood Scale(Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, & Palfai, 1995) developed to assess an individual's emotional intelligence. At first, the factor structure of the TMMS showed there were statistically significant three factors as Salovey et al(1995) reported based on a university sample in the U.S.; clarity of the awareness of one's mood, attention to one's mood, and mood repair. The reliability indices based on these three dimensions were fairly good as those of psychological attitude measures. In order to investigate the criterion-related validity indices, the scores from the subscales of the TMMS were correlated with those of measures assessing associated constructs; MAS(Swinkles & Guiliano, 1995), NMR(Catanzaro & Mearns, 1990), EES (Kring, Smith, & Neale, 1994), AEQ(King & Emmons, 1990). These results indicated good convergent as well as discriminant validity evidences. All the scores from subscales of these measures were correlated to the alexithymia score to examine the predictive validity of the TMMS subscales. The regression analysis and the discriminant analysis presented the clarity dimension of the TMMS and mood awareness scale of the MAS, measuring same construct, and the attention scale of the TMMS and the mood monitoring score from the MAS, also assessing same concept, were the most effective predicting the amount of an individual's alexithymic symptoms. Additionally, the first factor of the ambivalence over emotional expressiveness scale was also shown to be useful to discriminate alexithymics among responders. All these results imply the subscales of the TMMS measuring emotional intelligence have good psychometric properties.