

인지 및 정서적 공감과 연인의 관계만족도*

전 희 정

양 재 원†

가톨릭대학교 심리학과

본 연구에서는 연인 간 대화상황에서 객관적으로 측정된 인지적 공감, 정서적 공감과 관계만족도의 관련성을 알아보고자 하였다. 이를 위해 1개월 이상 연애를 지속한 커플 50쌍(총 100명)을 대상으로 연구를 실시하였다. 먼저 인구통계학적 정보와 관계만족도를 자기보고식으로 측정된 후 독립된 공간에서 연인과 좋았던 순간과 좋지 않았던 순간에 대해 3분씩 총 6분 동안 대화를 나누게 하고 이를 촬영하였다. 대화 후 참가자는 자신의 영상을 보며 대화 중 경험한 긍정/부정정서를 기록하였고, 상대방의 영상을 보고 상대방이 대화 중 경험하였을 것으로 추측되는 긍정/부정정서를 동일한 방식으로 기록하였다. 상대방의 긍정/부정정서를 얼마나 정확하게 추론하였는지를 계산하여 정서인식정확도라 명명하고 이를 인지적 공감이라 조작적으로 정의하였다. 실험 종료 후 제3의 평정자 2인이 영상을 보고, 영상 속 사람이 대화 중 표현하는 긍정/부정정서를 기록하였다. 이후 연인간의 정서 표현이 얼마나 일치하였는지를 계산하여 정서표현일치도라 명명하고 이를 정서적 공감이라 조작적 정의하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 긍정적 대화 중 정서인식정확도와 정서표현일치도는 관계만족도와 정적 상관이 있었다. 둘째, 긍정적 대화 중 여성의 정서인식정확도는 여성의 관계만족도를 예측하였고, 긍정적 대화 중 연인의 정서표현일치도는 남성의 관계만족도를 예측하였다. 마지막으로 본 연구가 가지는 의의와 한계점에 대해 논의하였다.

주요어 : 연인관계, 인지적 공감, 정서적 공감, 관계만족, 성차

* 본 논문은 제 1저자의 석사학위 논문을 수정 및 보완한 것임.

연구의 일부 내용은 2018년 한국임상심리학회 가을학술대회에서 포스터 발표되었음.

† 교신저자: 양재원, 가톨릭대학교 심리학과 부교수, 경기도 부천시 원미구 지봉로 43.

Tel: 02-2164-5528 / E-mail: jwyang@catholic.ac.kr

성인 초기에 맺는 관계 중 연인관계는 개인의 안녕감에 강력한 영향을 준다(Blieszner & Adams, 1992; Dush & Amato, 2005). 연인관계에서의 만족감은 개인의 행복으로 이어지며(Gottman & Krokoff, 1989), 반면 관계에서의 부적응 문제는 개인의 안녕감을 저해한다(Desutner & Thelen, 1991). 연인관계에서의 갈등은 때로 테이트 폭력과 같은 심각한 문제로 이어질 수 있으며, 이는 한 개인의 정신건강에 악영향을 초래하게 된다(Horwitz, Santiago, Pearson & LaRussa-Trott, 2012). 따라서 연인관계에 영향을 주는 요인에 대한 연구는 성인 초기 적응과 정신건강에 매우 중요하다.

많은 연구자들은 연인 간 관계만족도를 설명하는 변인으로 공감에 대해 관심을 갖고 이에 대해 연구해 왔다. 공감이란 다른 사람의 내적 경험을 이해하고 이를 바탕으로 의사소통하는 것이다(Rogers, 1975). 다른 사람의 감정을 이해하고 이를 상대와 공유할 수 있는 능력은 원만한 대인관계의 가장 중요한 요인이며, 두 사람의 정서가 필연적으로 상호작용하게 되는 연인관계에서 공감의 역할은 특히 더 중요하다(Salovey, Brackett, & Mayer, 2004).

실제 연인관계에서 공감의 역할에 주목한 기존 연구들에 따르면, 연인관계에서 상대방의 정서에 공감을 잘 할수록(Cramer & Jowett, 2010; Davis & Oathour, 1987), 그리고 상대방이 자신의 정서에 공감을 잘 해줄수록(Papp & Witt, 2010) 관계 만족감이 높고 그 관계가 오래 지속되는 것으로 보고되고 있다. 하지만 지금까지 연인 간 관계 만족과 관련한 많은 연구는 자기보고식 척도를 바탕으로 공감과 의사소통에 대해 측정해왔다는 점에서 제한점이 있다. 자기보고식 질문지를 통해 평가한 의사소통양상이 실제 연인 간 의사소통과는

차이를 보이며(Davis, 1983), 자기보고식 설문지를 통해 측정한 공감능력이 실제 개인의 공감 능력과 관련이 적다고 보고되고 있기 때문이다(Ickes, 2009).

연구자들은 공감 자기보고식 설문지의 대안으로 얼굴표정 자극에 대한 정서 인식 정확성을 바탕으로 공감 능력을 측정하고자 시도해 왔다(Yoo & Noyes, 2016). 이런 시도는 공감을 연구 참여자 자신의 주관적 보고에 근거하기 보다는 객관적으로 측정했다는 점에서는 진일보한 것이기는 하다. 그러나 Finkenauer와 Righetti(2011)는 관계를 맺고 있는 연인들이 서로 영향을 주고받고 있기 때문에 관계 내의 한 당사자만을 택하거나 그 개인이 가진 특성을 변인으로 관계만족을 설명하는 것에는 한계가 있다고 하였다. 즉 공감을 얼굴 표정 자극에 대한 인식 정확성으로 측정하는 방법은 ‘연인’이라는 관계적 맥락이 부재하다는 점에서 제한점이 있다. 따라서 연인의 실제 대화 상황에서 공감능력을 객관적으로 측정하여 만족도와와의 관계를 확인하는 연구가 필요하다.

공감에는 정서를 정확히 인식하는 능력인 인지적 공감과 정서를 표현하며 의사소통하는 능력인 정서적 공감이라는 두 차원이 있다(Hoffman, 2000). 인지적 공감이란 타인의 생각과 감정을 아는 능력이다(Ickes, 1993). 상대방에게 공감하기 위해서는 먼저 상대가 느끼는 기분을 정확히 인식해야 하므로(Marshall, Hudson, Jones, & Fernandes, 1995), 인지적 공감은 공감의 기본 요소이자 이후 있을 정서 처리 과정에 가장 중요하다(Mayer & Stevens, 1994). 인지적 공감은 성공적인 대인관계를 예측하며 이는 심리사회적 건강과도 밀접한 관련이 있다(Izard, Fine, Schultz, & Mostow, 2001).

공감의 인지적 요소는 타인의 마음상태를

이는 행위인 반면, 공감의 정서적 요소는 실제로 그 감정에 대해 반응하는 것이다(Spinella, 2005). 즉 정서적 공감은 상대방의 표현을 따라하면서 상대방의 감정과 유사한 감정 상태를 경험하는 것을 의미하며(Eisenberg & Fabes, 1990), 인지적 공감과 함께 공감의 핵심 요소이다(Reniers, Corcoran, Drake, Shryane, & Völlm, 2011). Hartfield, Cacioppo와 Rapson(1994)는 제시된 얼굴 자극의 표정, 음성, 자세, 움직임을 자동적으로 모방하여 유사한 정서를 경험하게 되는 과정을 정서적 공감이라 하였으며, 실제로 공감 능력이 높을수록 상대방의 표정을 볼 때 안면 모방 정도가 증가하였다(Dimberg, Andréasson & Thunberg, 2011). 공감에 대한 연구에는 단순히 인지적 행위만이 아니라 표현적 행위 또한 포함해야 한다. 특히 연인관계는 두 사람이 지속적으로 상호작용하는 관계이므로, 한 개인의 정서 인식 능력만을 측정하기보다는 두 사람의 상호작용에서 나타나는 정서 표현 양상을 살펴야 한다(Bradbury & Karney, 2004). 그러나 정서적 공감을 자기보고식 설문지가 아닌 실제 연인관계의 대화 상황에서 객관적으로 측정하여 그 영향력을 살핀 연구는 아직까지 미비하다. 선행연구를 연인관계에 접목해보면, 상대방에게 정서를 표현할 때 상대방에게서 동일한 정서 표현이 나타나지 않는 연인의 경우 이들의 정서표현양상은 불일치할 것이며 이는 공감의 실패를 의미할 것이다. 반면 두 사람이 정서를 표현하는 양상이 유사할 경우 서로가 서로에게 공감하고 있다는 뜻이 된다.

연인관계에서 인지적 공감과 정서적 공감을 잘 할수록 관계만족도가 높을 것으로 예상해 볼 수 있다. 특히 연인관계에서의 긍정적인 감정 표현은 현재 관계에 문제가 없고 지금

의 행동과 결정을 유지하고 강화해도 된다는 확신을 주는 신호로 작용하므로(Fredrickson, 2002), 긍정적 정서에 대한 공감은 관계 만족도와 정적 상관성이 나타나고 있다. 그러나 선행연구를 살펴보면 관계에서 상대방의 정서를 정확히 인식하고 상대방과 동일한 정서를 나누는 것이 관계만족과 항상 정적 상관을 보이는 것은 아니었다. Simpson과 Ickes(1995)는 커플에게 같은 방에 앉아있는 매력적인 이성에게 느껴지는 호감도를 평가하도록 한 뒤 실험실에서 연인과 대화를 하게 하였는데, 관계만족이 유지된 커플의 경우, 연인이 매력적인 이성을 보았을 때 느낀 감정에 대한 인식을 덜 정확히 하려고 하여 관계에 잠재적으로 위협이 될 수 있는 정보로부터 자신과 관계를 지키려 하였다. 긍정적 대화와 달리, 부정적 대화 중 상대방의 정서를 인식하는 것은 현재 관계에서 어떤 문제가 발생했음을 알려주었던 것이다. 구체적으로 부정적 대화 중의 공감을 연구한 선행연구들의 결과를 살펴보면 Overall, Fletcher, Simpson, Fillo(2015)는 연인관계에서 갈등이 오래, 자주 지속 될수록 상대방의 부정 정서를 더 민감하게 지각하게 됨을 확인하였고, Shorey, Brasfield, Febres, Stuart(2011)는 연인관계에서 서운함, 질투, 분노 등의 부정정서를 두 사람 모두 과하게 표현하는 경우 부정정서의 표현이 신체적 폭력으로 이어지게 될 수 있다고 하였다. 즉, 연인관계에서 부정적 주제로 대화를 나눌 때 상대방의 부정정서를 정확히 인식하고 상대방과 동일한 부정정서를 표현하는 것은 관계만족에 부적인 상관이 있었다. 연인관계에서 긍정적 대화 중 공감과 부정적 대화 중 공감이 관계만족도에 미치는 영향이 서로 다르다는 선행연구는, 연인관계에서 공감과 관계만족도와 관련성을 연구할

때 긍정적 상황에서의 공감과 부정적 상황에서의 공감을 구분하여 연구할 필요성을 제기한다.

연인관계란 몹시 그리며 사랑하는 두 사람간의 관계를 의미한다(국립국어원, 2019). 현대사회에서 연인의 정의는 다양하며 주관적일 수 있으나(Diamond, 2003), 본 연구에서는 연인 관계를 '데이트를 통해 물리적 근접성을 유지하고 상호 개방으로 심리적 근접성을 유지하는 이성 관계'(홍대식, 1998)로 한정하였다. 이성관계에서의 인지적 공감, 정서적 공감과 만족도간의 관련성을 연구하기 위해서는 남성과 여성의 차이를 고려하지 않을 수 없다. Klein과 Hodges(2001)에 따르면, 남성과 여성의 공감능력 자체에는 차이가 없으나, 공감의 동기에는 남녀 차이가 존재한다. 즉, 남성과 여성이 동일한 공감을 사용하더라도, 그 과정에서 얻고자 하는 목적은 다르다. 여성은 관계 지향적 욕구(communal need)가 높아 상호의존적으로 자라나며, 남성은 주체적 욕구(agentive need)가 높아 독립적으로 사회화된다(Prager & Buhrmester, 1988). 공감능력과 관련된 특성에 나타나는 성차에 대한 연구(김용희, 2007)에 따르면, 여성의 경우 이타주의가, 남성의 경우 위협회피가 공감능력과 유의한 상관을 나타냈다. 즉 사회화 과정에서 받는 기대와 행하는 역할은 성별에 따라 다르며, 성격 특성과 공감간의 관련성도 성별에 따라 다르다. Bloch와 Haase(2014)이 부부를 대상으로 정서조절 능력과 만족도간의 관계를 연구한 결과, 아내와 남편의 정서 조절 능력에는 차이가 없었으나, 아내의 정서 조절 능력만이 두 사람의 만족도와 관련이 있었다. 선행연구는 본 연구의 연인관계에서 두 사람이 동일한 공감능력을 가지고 있더라도 두 사람 중 한사람의 능력만이

만족도와 관련이 나타날 가능성을 보여준다. Håkansson와 Eisenberg와 Fabes(1990)은 친사회적 관계에서의 공감에 대한 연구 논의에서, 공감을 인지적 요인과 정서적 요인으로 구분한다면 두 변인과 관련된 관계 양상이 다르게 나타날 가능성을 제안하였다. Montgomery(2003)는 동일한 행위의 공감일지라도 맥락에 따라 그 의미와 해석이 달라진다고 하였다. 욕구, 역할, 공감의 목적에 성별에 따른 차이가 있다는 선행연구들을 종합해 고려해보았을 때, 본 연구의 인지적 공감, 정서적 공감과 만족도와의 관계에서 남성과 여성에 따라 관계 양상이 달리 나타날 가능성이 있다. 즉 여성의 만족과 남성의 만족은 서로 다른 공감 요인과 관련이 있을 수 있어, 이 둘을 분리하여 인지적 공감과 정서적 공감과의 관련성이 어떻게 나타나는지를 탐색적으로 살펴 볼 필요가 있다.

본 연구에서는 연인에게 긍정적 주제의 대화상황과 부정적 주제의 대화상황을 주고 정서인식정확도와 정서표현일치도를 측정하여 남성의 관계만족도, 여성의 관계만족도와의 관련성을 확인하고자 하였다. 이에 두 사람이 긍정적, 부정적인 주제로 대화하는 장면을 녹화하고, 두 사람에게 CARMA¹⁾ 프로그램(software for continuous affect rating and media annotation; Girard, 2014)을 사용하여 대화 중 자신이 경험한 긍정정서, 부정정서와 상대방의 긍정정서, 부정정서를 기록하게 하였다. CARMA 프로그램은 사용자가 영상을 보며 영상 속 대상의 정서를 연속적으로 평정하면 그

1) 영상을 보며 연속적으로 평정한 자료를 수집하는 프로그램이다. 주관적 경험과 관찰된 행동들 매 순간 기록할 수 있다. 통계 분석 소프트웨어를 제공한다.

값을 1초 단위로 추적 기록해주는 장점을 가진 프로그램으로, 대화 상황에서 인지적 공감을 측정하는데 효과적인 방법으로 사용된 바 있다(남혜림, 김서희, 주은영, 양재원, 2017). 본 연구에서는 상대방의 정서경험, 그 중에서도 긍정정서와 부정정서의 강도와 시점을 정확히 인식하는 능력을 정서인식정확도라 명명하고 인지적 공감으로 조작적 정의하였다. 또한 상대방의 얼굴 표정을 모방하는 안면모방 반응으로 정서적 공감을 측정한 선행연구(Hartfield, Cacioppo & Rapson, 1994; 김혜리 등, 2012)를 바탕으로, 본 연구에서는 제 3의 평정자가 CARMA 프로그램을 사용해 연인의 대화 영상을 보며 영상 속 참가자가 표현하고 있는 긍정정서와 부정정서를 1초 단위로 평정한 기록의 평균을 낸 후, 연인의 정서 표현 기록 간 일치도를 계산하여 정서표현일치도라 명명하였고, 이를 정서적 공감으로 조작적 정의하였다. 본 연구를 통해 커플 치료 장면에서 관계의 어려움을 호소하는 내담자에게 보다 구체적인 개입을 제공할 수 있을 것으로 기대하였다.

본 연구의 가설은 다음과 같다. 첫째, 긍정적 대화 중 정서인식정확도, 정서표현일치도와 관계만족도는 정적 상관이 유의할 것이다. 둘째, 부정적 대화 중 정서인식정확도, 정서표현일치도와 관계만족도는 부적 상관이 유의할 것이다. 아울러 연구문제로 남녀 성별에 따라 그 관계들 간에 차이가 있는지를 탐색적으로 확인해 보고자 한다.

방 법

연구대상

서울·수도권에 거주 중인 만 18세 이상 성인이며 1개월 이상 교제중인 연인을 모집하였다. 이는 한 달 이상의 만남을 지속한 경우에 관계 특성이 안정적으로 유지된다는 선행연구를 근거로 하였다(이지연, 정태연, 2007).

연구 참여자 모집을 위해 연인관계에서의 의사소통이 관계만족도에 미치는 영향에 대한 연구라고 홍보하는 모집문건을 제작하여 IRB 승인을 받은 뒤 대학 내 게시판에 붙여 참가자를 모집하였다. 또한 심리학 수업을 수강하는 대학생 중 참여 의사가 있는 커플을 모집하였다. 마지막으로 눈덩이 표집을 통해 커플인 사람에게 실험 설명문을 보내 참여의사를 밝힌 커플을 모집하였다. 실험 참여에 대한 보상으로 한 사람 당 5,000원의 문화상품권을 제공하였다.

본 연구의 참가자는 남성 50명, 여성 50명으로 총 100명이었다. 평균 연령은 22.97세($SD = 2.51$)였다. 교제 기간의 평균은 18.35개월($SD = 16.54$), 범위는 1.66~87.16개월 이었다. 이들의 데이트 횟수는 일주일에 평균 4.01회($SD = 1.78$)였고, 범위는 0.33~7.00회였다²⁾. 이는 앞서 인용한 홍대식(1999)의 연인관계 정의 중 ‘데이트를 통해 근접성을 유지하는 이성 관계’에 해당된다고 할 수 있겠다.

2) 커플 중 한 쌍은 데이트 횟수가 주당 0.33회(3주에 1회)로, 남성이 현재 군 복무 중이었다. 홍대식(1999)이 언급한 ‘데이트를 통해 물리적 근접성을 유지한다’는 차원에서 보면 이 커플은 연인이라 하기 어려울 수도 있겠다. 하지만 이 커플을 제외한 49쌍의 자료로 분석하여도 본 연구 결과에 제시한 결과와 동일한 결과를 보여, 총 50쌍 자료의 결과를 제시하였다.

절차

본 절차는 연구자 소속기관의 생명윤리심의 위원회(Institutional Review Board)의 승인을 얻은 후 실행되었다. 먼저, 자기보고식 설문을 통해 참가자의 인구통계학적 정보를 파악하고, 관계만족도를 측정하였다. 설문의 마지막 장에 사건공유지를 사용하여, 연인에 대해 긍정적인 감정을 경험했던 사건과 부정적인 감정을 경험했던 사건을 적게 하였다. 이후 긍정적인 사건과 부정적인 사건에 대해 연인과 대화를 나누게 하였다. 대화 종료 후 촬영된 영상을 보며 CARMA(Girard, 2014) 프로그램을 통해 대화 중 자신이 경험한 긍정/부정정서와 상대방이 대화 중 경험했을 긍정/부정정서를 기록하게끔 하였다. 두 번의 기록이 끝나면 실험을 종료하고 참가자에게 사후설명(debriefing)과 함께 연구 참여에 대한 보상을 제공하였다. 연구 참여에 소요되는 시간은 총 40분이었다.

자기보고식 설문

연인관계만족도 척도. 이경성과 한덕웅(2003)이 결혼한 부부를 대상으로 관계 만족도를 측정하기 위해 개발한 척도를 같은 저자들(이경성, 한덕웅, 2005)이 결혼 전 관계에 적합하도록 수정한 문항을 사용하였다. 이 척도는 관계만족을 측정하는 9문항으로 구성되어있으며, 7점 Likert 척도(1점~7점)로 응답토록 되어 있다. 이경성과 한덕웅(2005)의 연구에서 내적일치도(Cronbach's α)는 .89였으며 본 연구에서의 내적일치도는 .90이었다.

사건공유지. 설문의 마지막에 사건 공유지(윤미혜, 신희천, 2009)를 통해 파트너와 관련

된 긍정적인 감정(행복, 기쁨, 즐거움)을 경험했던 사건과 부정적인 감정(실망, 슬픔, 분노 등)을 경험했던 사건을 적게 하였다.

6분 대화

자기보고 설문지 작성을 완료한 뒤, 마주앉게 하여 사건공유지에 기록한 내용을 바탕으로 대화를 나누게 하였다. 따라서 참가자들은 연인과 관련된 긍정적인 사건에 대해 3분, 부정적인 사건에 대해 3분으로 연인과 총 6분 동안 대화를 나누었다. 대화는 연구자가 없는 공간에서 진행하였고, 연구자가 실험실 문을 나감과 동시에 리모콘으로 녹화를 시작하였다. 이때 두 대의 캠코더로 두 사람의 얼굴이 각각 촬영되도록 하였다. 3분 후 연구자가 문 밖에서 문을 두드리면 그때부터는 부정적인 사건에 대해 이야기하도록 지시하였으며, 참가자들간 긍정적 대화와 부정적 대화의 이야기 순서는 역균형화하였다.

정서 평정

CARMA 프로그램을 통해 대화 중 자신이 경험한 긍정/부정정서와 상대방이 대화 중 경험했을 긍정/부정정서를 기록하게끔 하였다. 먼저 6분 대화가 종료되면 연구자가 실험실로 돌아와 촬영된 영상을 노트북으로 옮겼다. 그리고 '화면에 대화를 나누는 내 모습이 나올 겁니다. 영상을 보면서 이 대화 중 좋고 즐거웠던 순간에는 옆의 이 바(bar)를 그만큼 위로, 화가 나고 안 좋았던 순간에는 그만큼 바를 아래로 내려주세요.'라고 지시하였다. 이에 따라 참가자는 자신의 대화 영상을 보며 대화 중 경험한 긍정정서/부정정서를 마우스를 사용하여 -100점~100점으로 평정하였고, CARMA가 이 값을 1초단위로 추적 기록하

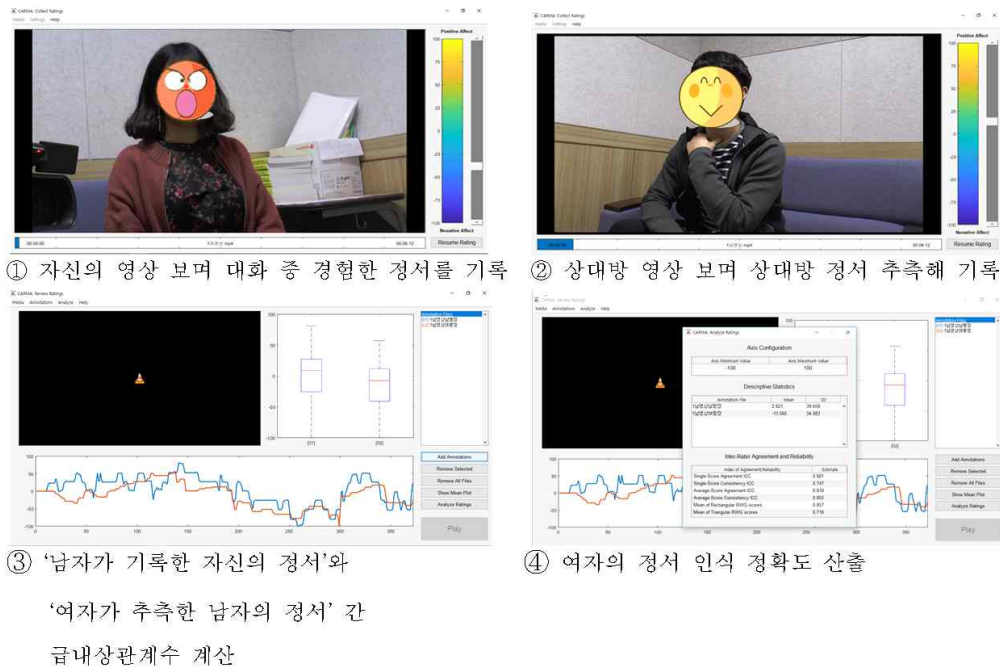


그림 1. CARMA 프로그램 사용 예시

였다.

그 다음 자리를 바꿔서 상대방의 영상을 보도록 하였다. 이때 '이제부터 상대방의 영상을 보게 될 건데, 상대방이 대화 중 경험했을 정서를 추측해서 방금과 동일한 방식으로 기록해주세요.'라고 지시하였다. 이에 따라 참가자는 상대방의 영상을 보며 상대방이 대화 중 경험하였을 긍정정서/부정정서를 추측하여 -100점~100점으로 마우스를 사용해 평정하였고, CARMA가 이 값을 1초단위로 추적 기록하였다. CARMA 프로그램 사용 예시는 그림 1에 제시하였다.

측정 변인

정서인식정확도

대화 중 상대방이 경험하였을 것으로 추측

하여 기록한 값과 실제 상대방이 경험했다고 보고한 정서 기록 간의 급내상관계수(intraclass correlation coefficient: ICC)를 계산하여 이를 정서 인식 정확도 변인으로 사용하였다. 정서인식정확도의 값이 클수록 대화 중 상대방이 대화 중 경험한 정서의 정서가(valence), 시점, 강도를 정확히 인식함을 의미한다. 예를 들어 긍정적 대화 중 남자의 정서인식정확도가 높을수록, 여자가 긍정적 대화 중 경험한 정서에 대해 남자가 그 시점과 강도를 정확히 추측했음을 의미한다.

정서표현일치도

CARMA를 사용하여 심리학 전공 대학원생 2인(남자 평정자 1인과 여자 평정자 1인)이 영상을 보고 참가자가 대화 중 표현하고 있는 정서를 -100점~100점으로 기록하였다. 공감을

실험적으로 연구한 Ickes(2003)의 연구에서는 평정자간 일치도가 .72였고, 본 연구와 동일한 프로그램을 사용한 Dworkin(2015)의 연구에서는 평정자간 일치도가 .49였다. 본 연구에서의 평정자간 일치도는 .67이었다. 이에 두 평정자의 평정 기록 간 평균을 계산하여 참가자의 정서 표현 기록으로 사용하였다.

이후 연인관계에 있는 여성의 정서 표현 기록과 남성의 정서 표현 기록간의 급내상관계수를 정서 표현 일치도로 사용하였다. 급내상관계수는 상관계수와 다르게 자료의 분포가 정확히 일치해야 한다(Koo & Li, 2016). 따라서 연인의 정서표현 일치도가 1에 가깝기 위해서는 남성과 여성의 대화 중 표현한 정서의 정서가, 표현 한 시점, 표현의 강도가 모두 동일해야 한다. 예를 들어 부정적 대화 중 연인의 정서표현일치도가 낮은 경우는, 부정적인 대화를 나눌 때 두 사람이 동일한 시점에 동일한 강도와 동일한 정서의 정서를 표현하지 않았음을 의미한다. 두 사람의 정서표현기록 간 급내상관계수이기 때문에, 한 커플의 정서 표현 일치도 값은 동일하였다.

자료 분석

CARMA 프로그램, IBM SPSS를 사용하여 다음의 분석을 진행하였다. 먼저 CARMA 프로그램의 review rating을 사용하여 상대방의 정서를 추론한 기록과 상대방의 실제 정서 경험 기록간의 급내상관계수를 계산하여 정서인식 정확도를 구하였다. 이후 제 3자가 평정한 두 사람의 정서 표현 기록간의 급내상관계수를 계산하여 정서표현일치도를 구하였다. 다음으로 IBM SPSS를 사용하여 연구대상자의 인구통계학적 특성을 알아보기 위한 기술통계분석을

시행하였다. 측정변인들의 관계를 알아보기에 앞서, 측정변인들의 성차를 확인하고자 성별에 대한 t 검정을 시행하였다. 상관분석은 다음의 순서로 진행하였다. 먼저 교제기간, 정서인식정확도, 정서표현일치도와 관계만족도의 상관분석을 실시하였다. 다음으로 남/녀의 정서인식정확도, 정서표현일치도와 남/녀의 관계만족도 간의 관계를 확인하고자 성별을 분리하여 상관분석을 시행하였다. 마지막으로 남/녀의 정서인식정확도, 정서표현일치도와 남/녀의 관계만족도와의 관계에서 교제 기간이 미치는 영향을 통제하는 위계적 다중회귀분석을 시행하였다.

결 과

먼저 정서인식정확도와 관계만족도에 대한 t 검정을 실시하였다. 그 결과 유의한 남녀 차이가 나타나지 않았다(긍정적 대화 중 정서인식정확도 $t(98) = .30$, 부정적 대화 중 정서인식정확도 $t(98) = .19$, 관계만족도 $t(98) = -1.37$, 모두 $p > .05$).

측정변인들의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 시행하였다. 전체 자료의 기술통계 및 상관분석 결과를 표 1에 제시하였다. 먼저 교제기간과 긍정적 대화 중 정서인식정확도와 정적 상관이 유의하였다($r = .25, p < .05$). 본 연구에서 관심을 가진 관계만족도와 상관이 있는 변인을 살펴보면, 긍정적 대화 중 정서인식정확도와 관계만족도간의 정적 상관이 유의하였다($r = .20, p < .05$). 또한 긍정적 대화 중 정서표현일치도와 관계만족도간의 정적 상관이 $p = .10$ 의 유의수준에서 유의하였다($r = .17, p < .10$). 부정적 대화 중 정서인식정확도

표 1. 전체 자료의 기술통계 및 상관분석

	1	2	3	4	5	6
1. 교제 기간	-					
2. 긍정적 대화 중 정서인식정확도	.25*	-				
3. 부정적 대화 중 정서인식정확도	-.04	.21*	-			
4. 긍정적 대화 중 정서표현일치도	.16	.23*	.09	-		
5. 부정적 대화 중 정서표현일치도	.09	.13	.06	.34**	-	
6. 관계만족도	-.00	.20*	-.11	.17 ⁺	.08	-
M	18.35	.24	.20	.41	.41	6.14
(SD)	(16.54)	(.21)	(.26)	(.20)	(.18)	(.73)

⁺ $p < .10$. * $p < .05$. ** $p < .01$.

주. 교제 기간의 단위는 개월.

와 정서표현일치도는 관계만족도와 상관이 유의하지 않았다(각각 $r = -.11$, $r = .08$, 모두 $p > .10$).

남성과 여성을 분리한 기술통계 및 상관분

석 결과는 표 2에 제시하였다. 본 연구에서 관심을 가진 여자의 관계만족도와 남자의 관계만족도를 각각 살펴보면, 여자의 관계만족도는 긍정적 대화 중 여자의 정서인식정확도

표 2. 성별을 분리한 자료의 기술통계 및 상관분석

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. 교제 기간	-								
2. 긍정적 대화 중 여자의 정서인식정확도	.28*	-							
3. 긍정적 대화 중 남자의 정서인식정확도	.21	.20	-						
4. 부정적 대화 중 여자의 정서인식정확도	.05	.13	.31*	-					
5. 부정적 대화 중 남자의 정서인식정확도	-.13	.08	.27 ⁺	.36**	-				
6. 긍정적 대화 중 연인의 정서표현일치도	.16	.16	.30*	.04	.14	-			
7. 부정적 대화 중 연인의 정서표현일치도	.09	.23 ⁺	.03	.17	-.03	.34*	-		
8. 여자의 관계만족도	-.04	.31*	.05	-.18	.05	-.04	.07	-	
9. 남자의 관계만족도	.03	.17	.10	-.20	-.04	.33*	.10	.46**	-
M	18.35	.24	.24	.20	.19	.41	.41	6.04	6.24
(SD)	(16.54)	(.22)	(.21)	(.23)	(.28)	(.20)	(.18)	(.75)	(.70)

⁺ $p < .10$. * $p < .05$. ** $p < .01$.

주. 교제 기간의 단위는 개월.

표 3. 교제 기간을 통제한 여성과 남성의 관계만족도 회귀분석

종속변인	예언변인	SE	β	t	R^2	F
여자의 관계만족도	긍정적 대화 중 여자의 정서인식정확도	.45	.31	2.32*	.10	5.38*
	긍정적 대화 중 여자의 정서인식정확도	.47	.36	2.52*	.12	3.24*
	교제 기간	.00	-.14	-1.04		
남자의 관계만족도	긍정적 대화 중 연인의 정서표현일치도	.46	.38	2.82**	.14	8.14**
	긍정적 대화 중 연인의 정서표현일치도	.47	.38	2.82**	.14	4.01*
	교제 기간	.00	-.03	-.22		

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

와 정적 상관을 보였다($r = .31, p < .05$). 남자의 관계만족도는 긍정적 대화 중 연인의 정서표현일치도와 정적 상관을 보였다($r = .33, p < .05$).

마지막으로 교제 기간이 긍정적 대화 중 정서인식정확도와 관련성이 유의하였던 상관분석 결과를 고려하여, 교제 기간이 미치는 영향을 통제하기 위한 위계적 회귀분석을 시행하였다. 결과는 표 3에 제시하였다. 먼저 여자의 관계만족도를 종속변인으로, 긍정적 대화 중 여자의 정서인식정확도를 예언변인으로 하는 회귀분석을 시행한 결과, 긍정적 대화 중 여자의 정서인식정확도가 여자의 관계만족도를 유의하게 설명하였다($\beta = .31, p < .05$). 교제기간이 미치는 영향을 통제하더라도 설명력은 유의하였다($\beta = .36, p < .05$). 남자의 관계만족도를 종속변인으로, 긍정적 대화 중 정서표현일치도를 예언변인으로 하여 회귀분석을 시행한 결과, 긍정적 대화 중 연인의 정서표현일치도가 남자의 관계만족도를 유의하게 설명하였다($\beta = .38, p < .01$). 교제기간이 미치는 영향을 통제하더라도 설명력은 유의하였다($\beta = .38, p < .01$).

논 의

본 연구는 자기보고한 공감능력이 실제 공감정확도와 관련이 없다는 선행연구를 바탕으로, 실제 연인 간 대화상황에서 정서인식정확도와 정서표현일치도를 측정하여 변인들과 관계만족도의 관련성을 확인한 연구이다.

연구 결과, 긍정적 대화 중 정서인식정확도와 정서표현일치도는 관계만족도와 정적 상관이 유의하여, 본 연구의 첫 번째 가설은 검증되었다. 긍정적 대화 중 정서인식정확도와 정서표현일치도가 관계만족과 유의한 관계가 나타난 이유에 대한 설명은 다음과 같다. 기쁨과 같은 긍정정서표정은 정적 강화물로 작용하여 특정 행동의 빈도를 증가시키는 것으로 알려져 있다(Tucker, 2007). 특히 관계에서 상대방의 긍정적인 정서를 정확히 인식하면, 긍정정서 인식 경험이 강화되어 관계에서 상대방의 긍정정서를 유발하는 행동을 하게 되고, 결과적으로 관계가 안정적으로 유지된다(Caughlin & Huston, 2002). 또한 연인관계에서 상대방과 함께 긍정정서를 표현하는 경험은 정서적 지지를 제공할 가능성을 높여, 결과적으로 관계만족도에 강력한 영향을 미친다

(Fekete, Stephens, Mickelson, & Druley, 2007). Cohn과 Fredrickson(2009)는 긍정정서의 경험이 인지적 확장과 심리적 자원을 축적하게 하여 안녕감을 강화시키고, 이후 다시 긍정정서를 재경험할 가능성을 증가시킨다고 하였다. 따라서 본 연구에서 연인이 긍정적 주제로 대화를 나눌 때 상대방의 정서를 정확히 인식하고 상대방과 동일한 긍정정서를 나누는 경험이 관계만족과 의미 있는 관련성이 나타났을 것이다.

본 연구의 두 번째 가설에서는 부정적 대화 중 정서인식정확도와 정서표현일치도가 관계만족과 부적 상관이 나타날 것이라 가정하였으나, 부정적 대화 중 정서인식정확도와 정서표현일치도는 관계만족도와 유의한 상관이 나타나지 않았다. 가설이 검증되지 않은 이유에 대한 가능성 있는 해석은 다음과 같다. 본 연구의 실험 상황에서 인위적으로 긍정적 주제의 대화 상황과 부정적 주제의 대화 상황을 조작하였으나, 상대적으로 유발하기 쉬운 긍정정서와는 달리, 부정 정서는 유발되기 어려웠을 가능성(Safer, Levine & Drapalski, 2002)이 있다. 또한 본 연구에 참여한 커플들의 관계만족도 평균 점수는 7점 만점에 6.14점으로, 실험 당시 관계에서 심각한 갈등을 지속하고 있지 않은 커플들이 모집되었을 가능성이 있다. 따라서 추후 연구에서는 관계에서 어려움을 겪고 있는 커플을 모집하여 부정적 대화 상황에서의 정서인식정확도와 정서표현일치도를 측정하고 이와 관계만족간 관련성을 확인할 것을 제안하는 바이다.

본 연구에서는 정서인식정확도, 정서표현일치도와 관계만족 간 상관에서 성별에 따른 차이가 나타날 것이라고 가정된 뒤 양상 차이에 대해 탐색적으로 접근하였다. 구체적인 결과

는 다음과 같다. 여성의 경우, 긍정대화 중 여자의 정서인식정확도가 여자의 관계만족을 가장 잘 설명하였다. 즉 여성은 긍정적인 대화 중 남자친구의 정서를 정확히 인식할수록 관계에서 더 만족하였다. 남성의 경우, 두 사람의 긍정적 대화 중 영상을 제 3자가 보고 평정한 연인의 정서 표현의 일치가 남성의 관계만족을 가장 잘 설명하였다. 즉 남성의 경우 긍정적인 대화를 나눌 때 여자친구와 정서를 동일하게 표현할수록 관계에서 만족하였다.

왜 여자는 남자의 긍정정서를 정확히 인식할 때 관계에 만족했을까? 여성은 관계 유지를 중시하고 타인의 감정에 주목하는 경향이 있다(Lennon & Eisenberg, 1987). 또한 관계에서 여성은 남성과 달리 관계 지향적 욕구를 충족시켰을 때 안녕감을 경험한다(Prager & Buhrmester, 1988). 본 연구에서의 여성 또한 상대방이 표현하는 긍정정서를 정확히 인식하는 것이 관계가 잘 유지되고 있다는 신호(Fredrickson, 2000)가 되어 여성의 관계 지향적 욕구를 충족시켰을 것이고, 따라서 상대방의 긍정정서를 정확히 인식하는 여성이 관계에 만족했을 것이다.

남성의 경우 여성의 긍정정서를 인식하는 것이 자신의 관계만족에 영향을 미치지 않았다. 정서 인식과 만족도간의 관련성이 여성에서만 유의했던 본 결과는 정서인식의 정확성과 심리사회적 적응 간의 유의한 관계가 오직 여자에서만 나타난 선행연구 결과와 일관된다(Lancelot & Nowicki, 1997). Frazier와 Esterly(1990)는 남성은 연인관계를 볼 때 여성보다 더 독자적인 경향이 있다고 하였다. Hook, Gerstein, Detterich & Gridley(2003)는 남성들이 관계 안에서 상대방보다는 자신에게 더 많은 관심을 기울인다고 하였다. 이에 상대방

의 긍정정서를 인식하는 것이 자신의 만족과 관계가 있었던 여성과 다른 결과가 나타났을 가능성이 있다.

여성의 정서 인식이 중요하다는 결과와 논의는 관계에서 여성의 중요성만을 강조할 수 있다. 그러나 남성 또한 관계에서 정서를 적극적으로 공유할 필요가 있다. 본 연구 결과, 남성의 경우 연인과 긍정적인 대화를 나눌 때 상대와 동일한 표현할수록 관계만족도가 높았다. 그렇다면 왜 남자는 연인관계에서 상대방과 정서 표현이 동일할 때 만족할까? 남아의 발달과정을 살펴보면, 남아는 지나친 흥분을 방지하기 위해 감정 표현의 폭이 제한된다(Trotter, 1983). 그러나, 대인관계에서 정서를 표현하지 않으면 상대방과 관계적 정보를 공유하지 못하고 관계 형성과 유지에 실패하게 된다(Butler, Eglloff, Wilhelm, Smith, & Erickson, 2003). 즉 남성은 관계에서 정서를 표현하기 보다는 정서를 통제하는 경향이 있다(Verhofstadt, Buysse, Ickes, Davis, & Devoldre, 2008). 또한 남성의 경우 관계에서 주체적 욕구와 유능감을 중요시한다(Prager & Buhrmester, 1988). 따라서 남성에게 상대방의 기분 단서와 일치하는 정서를 표현하는 독특한 경험은 결핍된 관계성의 욕구와 함께 유능감을 충족시켰을 것이고 결과적으로 관계에 만족할 가능성을 높였을 것이다.

여자의 경우 상대방과 동일한 정서를 표현하는 것이 자신의 관계만족과 관련이 없었다. 여성은 자라면서부터 타인의 감정에 주목하고 자신의 감정도 표현하도록 조장되며(Eisenberg, 1989), 성별에 따른 사회화의 차이로 남성보다 대인관계 내의 정서표현이 더 뚜렷하고 빈번하다(Helgeson, 1994; Kashima, Yamaguchi, Choi, Gelfand, & Yuki, 1995). 여성의 정서 사용 양상

으로 인해, 여성이 사회적인 상황에서 남성보다 상대방의 정서를 잘 유발한다는 연구결과도 있다(Collignon, Girard, Gosselin, Saint-Amour, Lepore, & Lassonde, 2010). 즉 여성의 경우 상대방과 같은 정서를 표현하고 상대방과 동일한 정서 표현을 공유하는 경험이 일상적인 경험이므로, 자신의 관계만족과 특별한 관련성을 나타내지 않았을 가능성이 있다.

공감은 능력이며, 능력은 자기보고 설문지로는 온전히 측정될 수 없다(Ickes, 2009). 본 연구는 낯선 타인의 얼굴표정 자극을 이용하는 대신 연인관계라는 맥락을 고려해 연인의 실제 대화 장면을 촬영한 후 CARMA 프로그램을 사용해 객관적으로 측정한 공감과 관계만족간의 관련성을 확인한 연구이다. 특히 대인관계에서 공감은 정서 지각과 정서 표현의 조합이다(Snodgrass, Hecht, & Ploutz-Snyder, 1998). 정서표현일치도를 객관적으로 측정하여 정서적 공감으로 조작적 정의한 본 연구는 정서적 공감을 자기보고식 설문지로 측정했던 기존의 연구들에서 진일보한 것이라 할 수 있다. 후속 연구에서는 본 연구의 정서적 공감 측정 방법을 부모-자녀 관계, 치료자-내담자 관계 등으로 확대 적용하여 객관적으로 측정된 정서적 공감이 실제 두 사람간의 관계 특성과 어떤 관련성이 나타나는지를 연구한다면 의미 있는 연구 결과를 도출할 수 있을 것이라 생각한다.

본 연구 결과는 커플의 심리치료적 개입에 시사하는 바가 있다. 본 연구에서 긍정적 대화 중 정서인식정확도와 정서표현일치도가 관계만족과 정적 상관관계가 유의하였던 결과를 고려했을 때, 연인 간 긍정적 대화의 중요성을 강조할 필요가 있다. 서로에게 감사를 표현하고 긍정정서를 공유하는 경험은 성인애착과

같이 관계만족에 부정적 영향을 미치는 요인의 영향을 상쇄시켜준다(Davila, Wodarczyk & Bhatia, 2017). 관계에서 갈등이 지속되고 있는 연인이 치료 장면에서 찾아올 경우, 매일 자기 전 서로에게 고마웠던 점을 일기로 기록하는 과제를 주고, 회기 중 서로의 글을 상대방에게 이야기하며 긍정적 감정을 표현하고 인식하도록 하는 치료적 접근(Park, Impett, MacDonald & Lemay, 2019)이 갈등의 부정적 영향을 상쇄시켜줄 수 있을 것이다. 본 연구에서 긍정적 대화 중 남성의 정서표현일치도가, 그리고 여성의 정서인식정확도가 각각 관계에서 자신의 만족도로 이어진 결과를 토대로, 커플이 함께 치료 장면을 찾아왔을 때 적용할 수 있는 구체적인 개입방법은 다음과 같다. 먼저, 남성에게 상대방의 행동과 표정을 잘 관찰하고 따라하도록 하는 모방훈련을 통해 긍정적 정서를 표현하도록 도울 필요가 있다. 김혜리 등(2012)의 연구에서는 안면모방의 과정이 상대방과 동일한 정서를 경험하도록 하는 기제라고 하였다. 즉, 상대방의 행동이나 표정을 따라하면 상대방의 정서를 경험 할 수 있다. 긍정적 대화 중 여성의 정서 인식 능력이 관계만족에 영향을 미친 것을 고려할 때, 상대방의 긍정정서를 정확히 인식하는데 어려움이 있는 여성에게는 정서 인식 및 표현능력 프로그램(최은실, 방희정, 2013)을 통해 상대방의 긍정적 정서에 대해 충분한 정보처리를 할 수 있도록 개입해 남성이 표현하는 긍정적 정서를 정확히 인식하게 도와야 한다. 상대방의 긍정적 정서를 인식한 여성은 관계에서 만족하여 다시 긍정정서를 표현할 것이다. 이때 여성의 긍정정서 표현을 남성이 모방할 때 두 사람의 정서표현일치로 이어지게 된다. 즉 남성의 긍정정서 표현이 여성의 긍정정서 인식

으로 이어지고, 여성의 관계만족으로 이어져 다시금 두 사람의 긍정정서표현이 일치하게 되면, 결국 남성의 관계만족으로 이어지게 된다. 선순환이 일어나는 것이다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다. 첫째, 연구 참여자의 속성에 따른 연구 결과의 일반화 문제이다. 연구에 참여한 모든 커플은 이성애자였으나, 연인관계를 이성관계로 정의하는 것은 좁은 정의이며(Diamond, 2003), 현재 다양한 연인관계를 대상으로 한 연구가 진행되고 있다(Meyer, 2003). 또한 본 연구 참여자 커플 50쌍 중 5쌍은 눈덩이표집(Snowballing)으로 모집한 커플로, 이들 간의 유사성이 표본에 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 마지막으로 본 연구의 표본은 커플 50쌍으로, 분석을 위해서는 이보다 더 충분한 표본이 필요할 수 있다. 따라서 추후 연구에서는 연구 결과의 일반화를 위해 다양한 집단을 대상으로 한 더 많은 표집이 필요하겠다.

둘째, 정서인식정확도와 정서표현일치도를 인지적 공감과 정서적 공감으로 조작적 정의한 점에 대한 문제이다. 본 연구에서는 상대방의 정서를 정확히 인식하는 정도인 정서인식정확도를 인지적 공감으로 조작적 정의하였다. 그러나 인지적 공감이 상대의 생각과 감정을 아는 것(Ickes, 2009)임을 고려했을 때, 본 연구의 정서인식정확도는 좁은 개념이라 할 수 있다. 또한 본 연구에서는 긍정정서와 부정정서의 두 차원에서 정서인식정확도와 정서표현일치도를 측정하고 이를 인지적 공감과 정서적 공감으로 조작적 정의하였으나, 이들 두 차원의 정서에 속하는 많은 정서들은 각각 다른 의미를 가지며, 각 정서가 관계에 미치는 기능과 영향은 다를 가능성이 있다(Keltner & Kring, 1998). 따라서 추후 연구에서는 우울,

불안, 분노 등 좀 더 다양한 정서에 대한 공감을 측정하고, 정서 뿐 아니라 상대방의 생각 또한 추측하게 하여, 이것이 연인 관계 만족도와 어떤 관계가 나타나는지 확인할 필요가 있다.

셋째, 인과관계 추론에 대한 문제이다. 대인 관계에서 공감이 잘 이루어지기 위해서는 공감 대상자 또한 자신의 생각과 감정을 상대방에게 노출해야 한다(Zaki, Bolger & Ochsner, 2008). 즉, 본 연구에서 상대방이 정서를 정확히 표현해냈기 때문에 상대방의 정서를 인식했을 가능성이 있다. 추후 연구에서는 정서 인식에서 상대방의 정서 표현의 효과를 분리하여 연구하는 것이 필요하다. 또한 본 연구는 공감과 관계만족 간의 관련성을 횡단적으로 확인한 연구로, 인과관계 추론에는 주의해야 한다. 추후에는 시간적 선후관계를 구체적으로 설정한 실험연구를 통해 인지적 공감과 정서적 공감의 변화가 만족도의 변화로 이어지는지를 확인할 필요가 있다.

위와 같은 제한점에도 불구하고, 본 연구는 공감의 인지적 요소와 정서적 요소를 객관적인 방식으로 측정하여 연인의 관계 만족도와 관련성을 확인하였다는 점에서 의의가 있다. Gove, Style과 Hughes(1990)의 연구에 따르면, 행복하지 않은 연애를 하고 있는 사람은 연애를 하고 있지 않은 사람보다 우울을 더 보고했다고 하였다. 이는 연인의 유무가 개인의 안녕감에 영향을 주기보다는, 그 연인과 어떤 관계를 어떻게 맺고 있는가가 개인의 행복과 직결됨을 뜻한다. 연인관계에서 상대방이 경험하는 감정을 알아주고 동일한 감정을 나눠주는 순간들이 모여 만족과 행복으로 이어지리라 믿는다.

참고문헌

- 국립국어원 (2019). 표준국어대사전. 2019. 10. 14. <https://stdict.korean.go.kr/search/searchView.do>에서 출력.
- 김용희 (2007). 공감능력과 관련된 성격특성 및 성차. 한국심리학회지: 건강, 12(3), 573-585
- 김혜리, 손정우, 엄진섭, 정명숙, 박민, 박영옥, 천영운, 문은옥 (2012). 얼굴표정 자극에 대한 아동의 안면모방과 정서공감간의 관계. 한국심리학회지: 인지 및 생물, 24(4), 433-452.
- 남혜림, 김서희, 주은영, 양재원 (2017). 공감정확도 및 정서표현 능력이 호감도에 미치는 영향. 인지행동치료, 17(1), 1-19.
- 윤미혜, 신희천 (2009). 일상사건의 공유를 통한 부부의 친밀감 발달과정. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 23(1), 17-32.
- 이경성, 한덕웅 (2003). 결혼적응점사의 개발. 한국심리학회지: 건강, 8(3), 679-705.
- 이경성, 한덕웅 (2005). 친밀한 이성관계에서 이상과 현재의 차이가 관계만족에 미치는 영향. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 19(1), 163-184.
- 이지연, 정태연 (2007). 대학생 데이트 커플의 애정표현행동. 한국심리학회지: 여성, 12(3), 315-330.
- 최은실, 방희정 (2013). 정서인식 및 표현 능력 향상 프로그램의 효과 연구. 한국심리학회지: 발달, 26(1), 17-39.
- 한소영, 신희천 (2006). 커플 기본 심리적 욕구 중요성 척도의 개발. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 18(4), 817-836.
- 홍대식 (1998). 데이트 관계의 형성과 발전에

- 관련된 변인들. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 12(2), 199-226.
- Blanke, E. S., Rauers, A., & Riediger, M. (2016). Does being empathic pay off? Associations between performance-based measures of empathy and social adjustment in younger and older women. *Emotion*, 16(5), 671-683.
- Blieszner, R., & Adams, R. G. (1992). *Adult friendship*. Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Bloch, L., Haase, C. M., & Levenson, R. W. (2014). Emotion regulation predicts marital satisfaction: More than a wives' tale. *Emotion*, 14(1), 130-144.
- Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (2004). Understanding and altering the longitudinal course of marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66(4), 862-879.
- Butler, E. A., Egloff, B., Wilhelm, F. H., Smith, N. C., Erickson, E. A., & Gross, J. J. (2003). The social consequences of expressive suppression. *Emotion*, 3(1), 48-67.
- Caughlin, J. P., & Huston, T. L. (2002). A contextual analysis of the association between demand/withdraw and marital satisfaction. *Personal Relationships*, 9(1), 95-119.
- Cohn, M. A., Fredrickson, B. L., Brown, S. L., Mikels, J. A., & Conway, A. M. (2009). Happiness unpacked: Positive emotions increase life satisfaction by building resilience. *Emotion*, 9(3), 361-368.
- Collignon, O., Girard, S., Gosselin, F., Saint-Amour, D., Lepore, F., & Lassonde, M. (2010). Women process multisensory emotion expressions more efficiently than men. *Neuropsychologia*, 48(1), 220-225.
- Cramer, D., & Jowett, S. (2010). Perceived empathy, accurate empathy and relationship satisfaction in heterosexual couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(3), 327-349.
- Davila, J., Wodarczyk, H., & Bhatia, V. (2017). Positive emotional expression among couples: The role of romantic competence. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 6(2), 94.
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 113-126.
- Davis, M. H., & Oathout, H. A. (1987). Maintenance of satisfaction in romantic relationships: Empathy and relational competence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(2), 397-410.
- Desutner, C. J., & Thelen, M. H. (1991). Development and validation of a fear of intimacy scale. *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 3(2), 218-225.
- Diamond, L. M. (2003). New paradigms for research on heterosexual and sexual-minority development. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 32(4), 490-498.
- Dimberg, U., Andréasson, P., & Thunberg, M. (2011). Emotional empathy and facial reactions to facial expressions. *Journal of Psychophysiology*, 25(1), 26-31.
- Dush, C. M. K., & Amato, P. R. (2005). Consequences of relationship status and quality

- for subjective well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(5), 607-627.
- Dworkin, J. (2015). *Capturing emotional suppression as it naturally unfolds in couple interactions*. Haverford College.
- Eisenberg, N., & Fabes, R. A. (1990). Empathy: Conceptualization, measurement, and relation to prosocial behavior. *Motivation and Emotion*, 14(2), 131-149.
- Fekete, E. M., Stephens, M. A. P., Mickelson, K. D., & Druley, J. A. (2007). Couples' support provision during illness: The role of perceived emotional responsiveness. *Families, Systems & Health*, 25(2), 204-217.
- Feshbach, N. D., & Feshbach, S. (1982). Empathy training and the regulation of aggression: Potentialities and limitations. *Academic Psychology Bulletin*, 4(3), 399-413.
- Finkenauer, C., & Righetti, F. (2011). Understanding in close relationships: An interpersonal approach. *European Review of Social Psychology*, 22(1), 316-363.
- Frazier, P. A., & Esterly, E. (1990). Correlates of relationship beliefs: Gender, relationship experience and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7(3), 331-352.
- Fredrickson, B. L. (2002). Positive emotions. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 120-134). New York, NY: Oxford University Press.
- Fredrickson, B. L., & Joiner, T. (2002). Positive emotions trigger upward spirals toward emotional well-being. *Psychological Science*, 13(2), 172-175.
- Girard, J. M. (2014). CARMA: Software for continuous affect rating and media annotation. *Journal of Open Research Software*, 2(1), e5.
- Gottman, J. M., & Krokoff, L. J. (1989). Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(1), 47-52.
- Gove, W. R., Style, C. B., & Hughes, M. (1990). The effect of marriage on the well-being of adults: A theoretical analysis. *Journal of Family Issues*, 11(1), 4-35.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and wellbeing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362.
- Håkansson, J., & Montgomery, H. (2003). Empathy as an interpersonal phenomenon. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(3), 267-284.
- Hartfield, E., Cacioppo, J. T., & Rapson, R. L. (1994). *Emotional contagion*. London, England: Cambridge University Press.
- Hoffman, M. L. (2000). *Empathy and moral development: Implications for caring and justice*. New York: Cambridge University Press.
- Hook, M. K., Gerstein, L. H., Detterich, L., & Gridley, B. (2003). How close are we? Measuring intimacy and examining gender differences. *Journal of Counseling & Development*, 81(4), 462-472.
- Horwitz, S. H., Santiago, L., Pearson, J., & LaRussa-Trott, M. (2009). Relational tools for working with mild-to-moderate couple violence: Patterns of unresolved conflict and

- pathways to resolution. *Professional Psychology: Research and Practice*, 40(3), 249-256.
- Ickes, W. (1993). Empathic accuracy. *Journal of Personality*, 61(4), 587-610.
- Ickes, W. (2009). Empathic accuracy: Its links to clinical, cognitive, developmental, social, and physiological psychology. In J. Decety & W. Ickes (Eds.), *The social neuroscience of empathy* (pp. 57-70). Cambridge, MA: The MIT Press.
- Impett, E. A., & Peplau, L. A. (2003). Sexual compliance: Gender, motivational, and relationship perspectives. *Journal of Sex Research*, 40(1), 87-100.
- Izard, C., Fine, S., Schultz, D., Mostow, A., Ackerman, B., & Youngstrom, E. (2001). Emotion knowledge as a predictor of social behavior and academic competence in children at risk. *Psychological Science*, 12(1), 18-23.
- Keltner, D., & Kring, A. M. (1998). Emotion, social function, and psychopathology. *Review of General Psychology*, 2(3), 320-342.
- Klein, K. J. K., & Hodges, S. D. (2001). Gender differences, motivation, and empathic accuracy: When it pays to understand. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(6), 720-730.
- Lancelot, C., & Nowicki, S., Jr. (1997). The association between receptive nonverbal processing abilities and internalizing/externalizing problems in girls and boys. *Journal of Genetic Psychology*, 158(3), 297-302.
- Lennon, R., & Eisenberg, N. (1987). Emotional displays associated with preschoolers' prosocial behavior. *Child Development*, 23(5), 992-1000.
- Marshall, W. L., Hudson, S. M., Jones, R., & Fernandez, Y. M. (1995). Empathy in sex offenders. *Clinical Psychology Review*, 15(2), 99-113.
- Mayer, J. D., & Stevens, A. A. (1994). An emerging understanding of the reflective (meta-) experience of mood. *Journal of Research in Personality*, 28(3), 351-373.
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence. *Psychological bulletin*, 129(5), 674-697.
- Overall, N. C., Fletcher, G. J., Simpson, J. A., & Fillo, J. (2015). Attachment insecurity, biased perceptions of romantic partners' negative emotions, and hostile relationship behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 108(5), 730-749.
- Koo, T. K., & Li, M. Y. (2016). A guideline of selecting and reporting intraclass correlation coefficients for reliability research. *Journal of Chiropractic Medicine*, 15(2), 155-163.
- Papp, L. M., & Witt, N. L. (2010). Romantic partners' individual coping strategies and dyadic coping: Implications for relationship functioning. *Journal of Family Psychology*, 24(5), 551-559.
- Park, Y., Impett, E. A., MacDonald, G., & Lemay, E. P., Jr. (2019). Saying "thank you": Partners' expressions of gratitude protect relationship satisfaction and commitment from the harmful effects of attachment insecurity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 117(4), 773-806.
- Prager, K. J., & Buhrmester, D. (1998). Intimacy and need fulfillment in couple relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*,

- 154), 435-469.
- Reniers, R. L., Corcoran, R., Drake, R., Shryane, N. M., & Völlm, B. A. (2011). The QCAE: A questionnaire of cognitive and affective empathy. *Journal of Personality Assessment, 93*(1), 84-95.
- Rogers, C. R. (1975). Empathic: An unappreciated way of being. *The Counseling Psychologist, 5*(2), 2-10.
- Salovey, P., Brackett, M. A., & Mayer, J. D. (2004). *Emotional intelligence: Key readings on the Mayer and Salovey Model*. New York, NY: NPR Inc.
- Safer, M. A., & Keuler, D. J. (2002). Individual differences in misremembering pre-psychotherapy distress: Personality and memory distortion. *Emotion, 2*(2), 162-178.
- Shorey, R. C., Brasfield, H., Febres, J., & Stuart, G. L. (2011). An examination of the association between difficulties with emotion regulation and dating violence perpetration. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 20*(8), 870-885.
- Simpson, J. A., Ickes, W., & Blackstone, T. (1995). When the head protects the heart: Empathic accuracy in dating relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*(1), 629-641.
- Snodgrass, S. E., Hecht, M. A., & Ploutz-Snyder, R. (1998). Interpersonal sensitivity: Expressivity or perceptivity? *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(1), 238-249.
- Spinella, M. (2005). Prefrontal substrates of empathy: Psychometric evidence in a community sample. *Biological Psychology, 70*(1), 175-181.
- Thomson, R. A., Overall, N. C., Cameron, L. D., & Low, R. S. T. (2018). Perceived regard, expressive suppression during conflict, and conflict resolution. *Journal of Family Psychology, 32*(6), 722-732.
- Tucker, K. L. (2007). Getting the most out of life: An examination of appreciation, targets of appreciation, and sensitivity to reward in happier and less happy individuals. *Journal of Social and Clinical Psychology, 26*(7), 791-825.
- Verhofstadt, L. L., Buysse, A., Ickes, W., Davis, M., & Devoldre, I. (2008). Support provision in marriage: The role of emotional similarity and empathic accuracy. *Emotion, 8*(6), 792-802.
- Yoo, S. H., & Noyes, S. E. (2016). Recognition of facial expressions of negative emotions in romantic relationships. *Journal of Nonverbal Behavior, 40*(1), 1-12.
- Zaki, J., Bolger, N., & Ochsner, K. (2008). It takes two: The interpersonal nature of empathic accuracy. *Psychological Science, 19*(4), 399-404.
- 1차원고접수 : 2019. 07. 19.
심사통과접수 : 2019. 12. 19.
최종원고접수 : 2019. 12. 29.

Cognitive and Affective Empathy and Romantic Relationship Satisfaction

Hee-Jung Jeon

Jae-Won Yang

Department of Psychology, The Catholic University of Korea

This study examined whether objectively measured cognitive empathy and affective empathy are associated with romantic relationship. The experiment involved 50 couple who had been dating for more than a month. They completed self-report measures of relationship period and satisfaction, then talked for six minutes about good and bad moments and memories with their partner. They were recorded in a room without the researcher. After the conversation, the participants recorded their positive/negative emotion every second during conversation and the positive/negative emotion that their partner may have experienced during the conversation in the same way. We calculated how accurately the partner's positive/negative emotion were inferred—emotion recognition accuracy—and operationally defined it as cognitive empathy. After the experiment, objective raters watched the video and recorded the positive/negative emotions expressed by each participant in the conversation. We calculated the match in emotional expressions of the romantic relation—emotional expression uniformity—and operationally defined it as affective empathy. The results of this study are: First, cognitive and affective empathy in positive conversation is positively correlated with relationship satisfaction. Second, women's cognitive empathy in positive conversation predicts women's relationship satisfaction, and a couple's affective empathy in positive conversation predicts men's relationship satisfaction. Finally, the implications and limitations of this study are discussed.

Key words : romantic relationships, cognitive empathy, affective empathy, relationship satisfaction, gender differences