



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

2021년 2월
석사학위논문

대학생의 공감과 사회적 관심과의 관계에서 상위기분의 매개효과

조선대학교 대학원

미술심리치료학과

장 보 라

대학생의 공감과 사회적 관심과의 관계에서 상위기분의 매개효과

The Mediation Effect of Meta-Mood between Empathy and
Social Interest to University Students

2021년 2월 25일

조선대학교 대학원

미술심리치료학과

장 보 라

대학생의 공감과 사회적 관심과의 관계에서 상위기분의 매개효과

지도교수 김택호

이 논문을 이학 석사학위 신청 논문으로 제출함

2020년 10월

조선대학교 대학원

미술심리치료학과

장보라

장보라의 석사학위논문을 인준함

위원장 조선대학교 교수 김 승 환 (인)

위 원 조선대학교 교수 김 택 호 (인)

위 원 조선대학교 교수 오 지 현 (인)

2020년 11월

조선대학교 대학원

목 차

ABSTRACT	vii
I. 서론	1
A. 연구의 필요성 및 목적	1
B. 연구문제 및 가설	6
C. 용어 정의	7
1. 공감	7
2. 사회적 관심	7
3. 상위기분	8
II. 이론적 배경	9
A. 공감	9
1. 공감의 개념 및 특징	9
2. 공감에 영향을 미치는 요인	11
B. 사회적 관심	15
1. 사회적 관심의 개념	15
2. 사회적 관심의 특징	17
3. 사회적 관심에 영향을 미치는 요인	19
4. 공감과 사회적 관심과의 관계	21
C. 상위기분	22
1. 상위기분의 개념 및 특징	22

2. 상위기분에 영향을 미치는 요인	24
3. 공감과 상위기분과의 관계	27
4. 상위기분과 사회적 관심과의 관계	31
D. 공감, 상위기분 및 사회적 관심과의 관계	33
Ⅲ. 연구방법	34
A. 연구모형	34
B. 연구대상	34
C. 측정도구	36
1. 공감 척도	36
2. 사회적 관심 척도	36
3. 상위기분 척도	36
D. 자료수집 및 분석	37
1. 자료의 수집	37
2. 분석방법	37
Ⅳ. 연구결과	38
A. 연구변인의 기술통계 분석결과	38
B. 공감, 사회적 관심, 상위기분의 상관분석 결과 ...	39
C. 매개효과 검증	40
Ⅴ. 논의 및 제언	44
A. 연구결과 요약	44

B. 연구의의 및 제언	47
참고문헌	50
국문초록	64
부록	67

표 목 차

<표 1> 인구 통계학적 특성	36
<표 2> 연구변인의 기술통계 분석 결과	40
<표 3> 공감, 사회적관심, 상위기분의 상관관계 분석 결과	41
<표 4> 경로별 경로계수 통계적 유의성 검정결과	42
<표 5> 경로모델의 부합도 지수	42
<표 6> 변수 간 효과 분해표	43
<표 7> 변수 간 간접효과 유의성 검정	43

그림 목차

<그림 1> 연구모형	35
<그림 2> 매개효과 검증	40

부록목차

<부록 1> 일반 사항 설문지	59
<부록 2> 공감 척도	60
<부록 3> 사회적 관심 척도	65
<부록 4> 상위기분 척도	68

The Mediation Effects of Meta-Mood between Empathy and Social Interest to University Students

Jang Bo Ra

Department of Art Psychotherapy, Graduate School, Chosun University

Advisor Prof. Kim, Tack Ho Ph. D.

The purpose of this study is to verify how the empathy of college students affects social interests and to verify the mediating effect of higher moods in the process.

For the study, the following hypothesis was established.

The research subject was conducted through online questionnaire survey methods for college students living in Korea. The survey period was from April 6, 2020 to April 30, 2020, and a total of 320 copies were collected of which 299 copies were used for analysis excluding 21 unfaithful responses. The social interest scale, the empathy scale, and the upper mood scale were used to verify the mediating effect of the study.

The collected data was analyzed using SPSS Statistic 18.0 (spss 18.0) and AMOS 23.0 program. Frequency analysis was conducted to determine the distribution of the respondents according to demographic characteristics, and descriptive statistics analysis was conducted to review the level and normality of the research variables. In addition, correlation analysis was performed through SPSS to reveal the correlation between variables, and path analysis was performed using the AMOS program for empirical analysis of the hypothesis established in this study. Finally, bias correction bootstrap was applied to verify the significance of the mediating effect of meta mood in the influence of empathy on

social interest.

The summary of the results of this study is as follows.

First, as a result of examining the relationship between college students' empathy, social interest, and meta mood, it can be seen that there is a positive correlation between each factor. Through the correlation analysis between variables, the positive correlation between empathy and meta mood, positive correlation between empathy and social interest, and positive correlation between meta mood and social interest were proved. Through this, it can be seen that the meta mood and social interest appear higher in the students who empathize well. Second, as a result of conducting a path analysis to find out whether there is a mediating effect of meta mood in the relationship between empathy and social interest, it was found that meta mood has a mediating effect. The direct and indirect effects on the path between each variable were checked, and as a result of using the bootstrapping method to confirm the significance of the indirect effect, statistically significant results were found between empathy and social interest through meta mood. In other words, the higher the level of empathy, the higher the level of meta mood, which means that empathy may directly affect social interest, but indirectly through meta mood.

These findings revealed that meta mood and empathy are important psychological mechanisms for social interest. Therefore, it can be seen that the empathy ability of college students has a positive effect on the promotion of social interest, and social interest increases if one pays attention to others after clarifying their emotions through meta mood when empathizing with others. In addition, it is meaningful that the research results can be applied in actual field or counseling, and can be used to develop programs to promote social interest, including understanding and caring for others, and improving interpersonal relationships.

Key terms : College student, Empathy, Social interest, Meta-mood, Mediation effect

I. 서론

A. 연구의 필요성 및 목적

통계청(2018)의 인구총조사2018에 따르면 광주광역시의 1인가구 비중이 2015년 29.1%에서 2018년 31.3%까지 증가였다. 자세히 살펴보면 1인가구의 연령구성은 20대 미만이 2015년 2,109명에서 2018년 2,178명으로 증가하였고, 20~24세는 2015년 14,244명에서 2018년 15,472명으로 지속적으로 증가하고 있다. 이런 상황을 분석해보면 학업과 취업의 이유로 전체 20대의 1인가구 비중이 늘어가는 것처럼 여길 수도 있겠다. 하지만 통계청의 2015년과 2018년 20대 인구수를 비교해보면 취업과 학업만이 1인가구 증가의 이유가 아닌 것을 알 수 있다.

1인가구 증가로 인해 ‘혼라이프’, ‘나홀로족’ 이라는 신조어가 생겨났다. 이 신조어가 생겨난 원인으로는 1인가구 증가와 더불어 ‘관태기’ 라는 단어에 초점을 맞출 수 있다. 얼루어 코리아(뷰티 라이프 스타일 잡지, 2017년 10월 23일)를 보면, 관태기란 관계와 권태기가 합쳐 만들어진 신조어로서 극심한 경쟁과 취업난, 생활고 등으로 스트레스가 가중되어 인간관계를 포기하는 청년들이 늘어나며 생긴 단어이다. 관태기를 느낀 사람들은 스트레스를 받으면서 인간관계를 유지할 필요가 없다고 생각하며(김수진, 2017; 이테일리, 2017), 인간관계를 유지하기 위한 노력을 포기하고, 새로운 관계 형성의 필요성을 느끼지 못하는 것을 알 수 있다.

또 다른 신문기사(연합뉴스, 2019. 11. 04)에서는 일가족 4명이 숨진지 한달이 지나서 발견되었다는 기사를 보도하였다. 리모델링 업자가 냄새 때문에 신고를 했을 정도로 냄새가 심각했던 것으로 보아 이웃들도 이상 징후를 감지했을 것임에도 불구하고 신고가 없었을 만큼 이웃 간의 교류가 없는 모습을 볼 수 있다. 이러한 모습은 또 다른 사건인 2014년 송파 세 모녀 사건을 통해서도 볼 수 있다. 이와 같은 일련의 사건들은 우리 사회가 정서적 빈곤과 사회적 무관심이 높아져 있음을 증명한다고 추정할 수 있다. 이러한 문제들을 해결하기 위하여 공동체적 소속감과 타인에 대한 관심을 증진함으로써 높아져 있는 정서적 빈곤과 사회적 무관심을 낮추도록 해야 할 것이다.

공동체적 소속감과 타인에 대한 관심의 대표적인 개념을 사회적 관심이라고 하는데, 이는 자신이 속한 공동체에서 소속감을 가지고, 타인에게 관심을 기울이며, 공동체에 기여하고 공헌하는 능력을 말한다(정민, 2013). 사회적 무관심으로 인해 발생한 여러 사

회문제를 통해 사회적 관심의 중요성은 상담분야에서 뿐만 아니라 사회적인 학습에서도 그 필요성을 다루고 있다. 2017년 OECD와 UNESCO에서는 미래사회에 필요한 역량에 대해 발표하였다. OECD는 미래핵심역량으로 ①도구를 서로 사용하기, ②이질적인 집단과 상호작용하기, ③자율적으로 행동하기를 설정하였다. UNESCO는 미래대비 교육으로 ①알기를 위한 교육, ②실천을 위한 교육, ③함께 살아가기를 위한 교육, ④존재를 위한 교육을 강조하였다. 또한, 교육부(2015)에서는 학교 교육과정에서 추구하는 6가지 핵심역량으로 자기관리 역량, 지식정보 처리 역량, 창의적 사고 역량, 심미적 감성 역량, 의사소통 역량, 공동체 역량에 대해 언급하였다. 위의 역량들을 살펴보면 사회적 관심에서 주요요소로 작용하는 공감, 소통, 협동에 대한 부분을 포함하고 있음을 알 수 있다.

이러한 사회적 관심은 청소년기보다 정서적으로 더 성숙한 대학생 시기에 사회적으로 유용한 인간으로 성장하기 위하여 실질적으로 요구된다. 대학생 시기는 가정에서 벗어나 성인사회로 접어들며 자율성과 책임감을 가지는 중요한 시기이다(강경호, 2012). 대부분의 대학생들은 청소년 시기에 입시위주의 경쟁적인 교육을 경험함으로써 기대와 평가의 환경에서 자라왔다. 이로 인해 대학생이 되어서도 학업이나 대인관계에서 사회불안을 경험할 가능성이 높으며(김민선, 서영석, 2010), 낮은 자존감을 습득하게 되고(Clyde M. Narramore, 1979), 대인관계에서도 경쟁심이나 열등감을 가지고 있을 가능성이 높다.

이러한 문제를 해결하기 위해 대학생들의 사회적 관심 증진의 중요성과 필요성이 언급되고는 있지만, 실질적인 프로그램이나 교육 방침은 초·중·고등학생에게 집중되어 있는 실정이다. 김정선과 김한나(2016)는 대학 교육이 배려, 정직, 공정, 책임, 자기와 타인의 존중 등의 보편적인 가치 뿐만 아니라 사회적 관계 맺음, 공동체 의식과 가치의 실천을 포함해야 한다고 하였다.

사회적 관심의 개념은 개인심리학의 창시자인 Adler에 의해 최초로 제시되었다. Ludin(1989)에 의하면 Adler는 사회적 관심이 부족하면 인생의 세 가지 과제에 있어 문제가 발생한다고 하였다. 첫째, 다른 사람들과의 관계를 맺고, 상호작용 하는 것에 어려움을 느끼며 자신만을 위해 살아가게 된다고 하였다. 둘째, 직업을 다른 사람들을 피하는 수단으로 사용하거나, 직업을 통해 금전적 부를 갖게 되는 것을 성공한 것으로 생각한다고 하였다. 셋째, 사회적 관심이 부족한 사람과 결혼을 하면 그 결과는 파탄적인 결혼생활이 될 수 있다고 하였다. Ludin(1989)의 언급에 의한 Adler의 사회적 관심 부족현상을 통해 대학생들을 대상으로 한 사회적 관심 증진의 교육과 프로그램의 필요성에 대해 알 수 있다.

사회적 관심의 선행연구를 살펴보면, Sulliman의 사회적 관심 척도를 타당화한 연구

에서는 공감, 대인관계, 행복과 정적인 상관성이 있으며 자기애(narcissism)와는 부적 상관성이 있었다(Watkins, St John, 1994). Bass 외 3명(2002)의 해외 다섯 가지 사회적 관심 측정도구(SII, SIS, SSSI, LSPISII, BSI, BASIS-A:Adult Form)에 기반한 연구들을 메타분석 한 결과, 사회적 관심은 자아존중감, 문화적응, 종교적 믿음, 자아효능감, 심리적 안녕감과 삶의 만족, 행복과 유머감, 사회적 관여, 자원봉사, 소속감과 정적으로 관련되어 있었고, 절망감, 우울, 자기애, 외적 통제소재, 불안, 물질남용, 비하, 지배와는 부적 관련성이 있었다. 또한 이 변인들과 다섯 가지 척도와의 관련성을 측정한 결과 공감, 협력, 사회적지지, 통제소재, 영성, 종교적 성숙과 미성숙, 자기애, 우울, 사회적 바람직성, 불안, 경쟁과 높은 관련성을 보인다고 하였다(Bass et al., 2002).

위 연구들을 종합하여 살펴보면, 사회적 관심은 자원봉사, 소속감, 사회적 관여, 공감적 이해 등으로 대표되는 협동적 요소와 자아존중감, 심리적 안녕감, 인류복지에 대한 공헌, 타인의 복지에 대한 관심 등으로 요약되는 기여의 요소를 가지고 있다고 할 수 있겠다. 특히 사회적 관심을 증진시키는데 영향을 미치는 요인들 중 공감은 다양한 선행연구결과에서도 알 수 있듯이 사회적 관심에 정적상관을 증명하고 있고, 사회적 관심 증진에 공감이 필요조건이라는 것을 알 수 있다.

2014년 12월 5일 ‘땅콩 회항’ 사건으로 ‘갑질’의 문제가 논란이 되었고 이러한 이유 미국 UC 버클리대 Dacher Keltner 교수(2003)의 연구에 의해 알 수 있다. 일명 ‘악질 보스’가 많은 이유를 밝혀내기 위해 ‘쿠키 몬스터 Cookie Monster’ 실험을 진행하였는데, 그 결과 권력을 잡은 사람일수록 안와전두엽이 손상된 환자처럼 사용 행동(utilization behavior)장애나, 사회 기준과 규범이 무너지는 무책임한 행동을 보이거나 타인의 감정에 공감하는 능력을 상실하게 된다고 하였다.

비슷한 실험으로써 캐나다 윌프리드리어 대학 Hogeveen J 교수팀이 심리실험과 자기공명단층촬영(MRI)을 통해 뇌 활동을 측정한 결과, 권력을 가졌던 기억을 떠올린 사람은 그렇지 않은 이와 비교했을 때 ‘거울 뉴런(mirror neuron)’이 거의 작동하지 않았다. 이는 강압적인 상사가 부하 직원이 느끼는 고통을 거의 공감하지 못하는 것과 일치했다(J Exp Psychol Gen, 2014).

Lipps(1926)는 인간이 공감을 하기 위해서는 상대방의 자세나 제스처 또는 표정 등을 의식적, 무의식적으로 모방하게 되는 과정을 통해 상대방과 같은 정서 상태에 이르게 되어 그 대상을 잘 이해할 수 있게 된다고 하였다. 또한 Feshbach(1982)는 공감을 3요소 모형으로 제시하며, 세 가지 요소 중 두 가지는 인지적 요소로 타인의 정서 상태를 분별하는 능력과 타인의 관점과 역할을 취하는 능력이며, 나머지 하나의 요소는

정서적 요소로 정서적 감응성으로 구분하였다(신지혜, 2019).

앞선 선행연구를 통해 공감과 사회적 관심과의 관계를 살펴보면, 공감이 대표적인 사회적 감정이며(김영아, 2018), 사회적 관심의 기초로써 다른 사람과의 협동을 통해 실행된다는 것을 알 수 있다(Adler, 1928; Sweeney, 1998). 박재석(2008)의 연구에서는 공감을 사회적 관심의 주요한 구성개념으로 보면서, 공감은 타인의 감정과 심리상태, 혹은 경험을 마치 나의 것으로 느끼는 정신내적 현상으로, 이는 원만한 인간관계의 기본이 되며, 이타적 행동과 상관관계가 있다고 하였다(Batson, Ahmand, Lishner, & Tsang, 2002; Greenson, 1960; Kohut, 1959 참조. 이희경, 2007에서 재인용).

사회적 관심과 공감은 비슷한 개념을 가지고 있는 것처럼 여겨지지만 다른 개념들, 혹은 학자마다 새로운 요소를 포함하기도 하고 상하관계가 이루어지기도 하는 것을 알 수 있다. 즉, 사회적 관심은 공감과 정서적 부분에서는 같은 개념을 가지고 있기도 하지만 협동과 기여로 대표되는 행위와 정서적인 부분을 포괄하고 있다면, 공감은 정서로 대표되는 감정적인 부분과, 관점과 역할이라는 인지적인 부분을 포함하고 있는 개념이라는 것이다.

특히나 공감은 타인의 존재를 전제로 하는 특질이므로 학습으로 익히는 것보다 다양한 체험을 통해 익히는 것이 효과적이며(박성희, 2004), 사회적 관심 또한 타인에 대한 관심이므로 다양한 경험과 매체를 활용하여 증진시키는 것이 효과적이다. 공감은 언어적 상호작용 뿐만 아니라 비언어적 상호작용을 통해서도 이루어지기 때문에, 미술치료 등 비언어적 소통이 이루어지는 치료방법을 통한 접근이 효과적이라는 것이 연구를 통해 입증된 바 있다(조고은, 2017). 또한 사회적 관심에 대해 최초로 언급한 Adler의 개인심리학 집단미술치료가 소속감과 사회적 관심을 발달시키는 것을 목표로(Dreikurs, 1976) 과정과 결과물에 비판과 평가가 없으며, 사회적 공격성을 낮추고 사회적 관심을 향상시킨다고 하였다(Froeschle & Riney, 2008).

이를 통해 알 수 있는 것은 사회적 관심과 공감이 미술치료라는 미술 매체 활용에서 긍정적인 효과를 보였다는 사실과 함께 정서적인 부분에서 공통된 개념을 가지고 있다는 것이다. 특히 자신이 느끼는 정서를 인지적인 사고과정을 통해 되돌아보고 점검하며 조정하는 능력을 상위기분이라고 한다. 상위기분과 사회적 관심에 관련한 선행연구는 부족하지만 사회적 관심은 공동체 관심(community interest)라고도 번역되었다. 특히 Adler(1964)는 대인관계의 기초는 인간의 공동체적 관심(community interest)이라고 하였다.

이러한 맥락에서 상위기분과 대인관계의 선행연구를 살펴보면, 대인관계는 개인과 타인의 상호작용에 의한 것이므로 자신과 타인의 정서에 대한 수용이 함께 필요하다고

하였다(권보정, 2018). 또한 상위기분의 하위요인인 정서인식명확성은 자신 및 타인의 정서를 모니터하고, 정서들 간 차이를 구별하여 자신의 사고 및 행동을 이끌어내는 능력(Salovey & Mayer, 1990; 윤상미, 2015)이다. 이는 심리적 성장에 긍정적 영향을 미쳐 대인관계에 도움이 될 수 있다고 하였다. 신희정(2013)은 상위기분이 높은 경우 부정 정서를 적게 경험하여 대인관계 문제를 줄여주며, 상위기분은 그 자체로 적응적인 대인관계 형성에 유용한 기술이라고 하였다.

공감과 사회적 관심은 미술치료적 접근에서 공통적으로 긍정적인 영향을 보였으며, 개념부분에서 비슷한 요소도 있고 다른 요소들을 포함하고 있다. 그리고 각각의 선행 연구를 살펴보면 각 분야에서 각각의 요소를 담은 많은 결과들이 있다. 하지만 서로의 관계를 연구하거나 각각의 개념을 확장된 범위로 다루는 선행연구는 거의 없었다. 또한 본 연구에서 다루고자 하는 요소인 상위기분과의 관계에서도 선행연구는 거의 없다고 할 수 있다. 하지만 앞서 선행연구와 개념을 살펴보지 않아도 많은 사회사건들에서 공감과 사회적 관심, 메타인지 개념을 포함한 상위기분이 상관관계가 있을 것이라는 추측은 가능할 것이다. 그래서 본 연구는 아직 다루어지지 않은 분야인 공감이 사회적 관심에 영향을 미치고 매개변인으로서 메타인지를 포함한 상위기분이 그 매개가 될 것이라는 점을 다루게 될 것이다.

B. 연구문제 및 가설

본 연구는 공감과 사회적 관심과의 관계에서 상위기분의 매개효과를 검증하는데 있다. 따라서 다음과 같은 연구문제와 연구가설을 설정한다.

연구문제 1. 공감과 상위기분, 사회적 관심과의 관계는 어떠한가?

연구가설 1-1. 공감과 사회적 관심과는 정적상관일 것이다.

연구가설 1-2. 공감과 상위기분과는 정적상관일 것이다.

연구가설 1-3. 상위기분과 사회적 관심과는 정적상관일 것이다.

연구문제 2. 공감과 사회적 관심과의 관계에서 상위기분은 어떤 역할을 할 것인가?

연구가설 2-1. 공감과 사회적 관심과의 관계에서 상위기분의 매개효과가 나타날 것이다.

C. 용어의 정의

1. 공감

공감은 타인의 감정이나 심리상태, 내적인 경험 등을 마치 나의 감정처럼 느끼고 이해하고 타인과 의사소통 하는 과정을 포함하는 복합적인 행동이라고 정의된다(Rogers, 1975). 공감에는 타인의 사고 및 감정을 파악할 수 있는 능력인 인지적 요소와, 그에 적절하게 반응할 수 있는 정서적 요소(한유정, 김순혜, 2015) 그리고 타인의 감정과 경험을 이해한 후 언어적 비언어적으로 정확하게 전달하는 표현적 측면이 있다(홍예영, 김유숙, 2015). 이러한 공감에 대한 능력은 타인에 대해 이해하고 도움 주고자 하는 인지, 정서, 행동적인 요소로서 타인뿐만 아니라 자기 자신의 여러 심리적 기능에도 중요한 역할을 한다(이미화, 2010)고 정의된다.

본 연구에서는 공감을 타인의 관점을 수용하고 이것을 바탕으로 정서적인 공명을 이루며 공감대를 바탕으로 공감적 관심을 공유하는 것으로 정의한다.

2. 사회적 관심

사회적 관심은 자신이 속한 공동체에서 소속감과 타인에 대한 관심, 그리고 공동체에 기여하고 공헌하는 능력이라고 정의되며(정민, 2013), 공감, 타인과의 동일시, 타인지향을 의미하며 타인의 눈으로 보고, 타인의 귀로 들으며, 타인의 마음으로 느끼는 태도로서 사회적 삶을 사는데 절대적으로 필요한 것(김춘경 외, 2013)이라고 정의한다. 또한 사회적 관심이 있는 사람은 이상적인 사회를 위한 공헌으로써(김춘경, 2006) 개인은 자신이 속한 조직과 사회의 발전을 위해 노력하며 타인에 대한 관심과 배려를 가지고, 협력하며 공헌하는 사람으로 성장한다고 하였다(Ansbacher, 1992 & Lundin, 1989).

본 연구에서 사회적 관심은 자신이 속한 사회와 공동체 안에서 타인에 대한 관심을 통해 서로의 존재를 존중받음으로써 협동과 기여를 생산해 내는 것으로 정의한다.

3. 상위기분

상위기분이란 자신의 정서를 인식하고 효과적으로 관리할 수 있는 능력으로써 자신의 정서뿐만 아니라 다른 사람의 감정 또한 정확하게 이해하는 능력이라고 정의 할 수 있다(Salovey & Mayer, 1990). 상위기분은 정서적 상태에 주의를 기울이는 정서에 대한 주의, 정서적 질의 차이에 대해 이해하고 구별할 수 있는 지각된 능력인 정서인식의 명확성, 긍정적 기분을 유지하고 부정적 정서를 조절하는 정서 개선의 세 가지 요인으로 구성된다(Salovey et al., 1995).

본 연구에서 상위기분은 자신이 느끼는 정서가 어떠한지 주의를 기울여 인지하고 인지된 정서를 명확히 구분하여, 긍정정서는 유지하고 부정정서는 개선함으로써 자신 및 타인을 향한 사고와 행동을 조절하는 능력으로 정의한다.

II. 이론적 배경

A. 공감

1. 공감의 개념 및 특징

공감의 어원은 Vischer(1987)가 Einfühlen라는 용어를 처음으로 사용하였는데, ‘Einfühlen’은 ‘안에’라는 의미의 ‘ein’와 ‘느낀다’라는 의미의 ‘fühlen’이 결합된 단어로서, ‘들어 가서 느낀다’는 뜻을 가지고 있다.

Rogers(1975)는 공감을 상태(state)가 아닌 일련의 과정(process)으로 다음과 같이 정의하였다. 첫째, 공감은 타인의 사적인 지각 세계로 들어가 그 안에서 철저히 머무는 것을 의미한다. 둘째, 공감은 타인이 무엇을 경험하든 시시각각 변화하는 감지된 의미(felt meaning)들에 대해 매 순간 민감해지는 것을 포함한다. 셋째, 공감은 어떠한 판단 없이 타인의 삶을 일시적으로 사는 것을 의미한다. 넷째, 공감은 타인의 세계에 대해 느끼는 것을 새로운 눈으로 바라볼 때 느껴지는 것을 전달하는 것까지 포함 한다고 하였다(김영란, 2004).

Duan & Hill(1996)은 공감을 상대방의 입장에서 바깥세계를 바라보는 과정과 두 사람이 같이 느끼고 함께 의사소통하는 과정이 있는 복합적인 행동이라고 정의하였다. 초기 발달심리학과 사회심리학에서 연구되었던 공감은 Piaget(1932)나 Mead(1934)와 같은 인지론자들의 영향을 받아 공감의 의미를 타인의 역할을 받아들이는 능력을 의미하는 역할 수용(role-taking)이라는 개념과 타인의 관점을 수용할 수 있는 능력을 의미하는 관점 수용(perspective-taking)이라는 개념으로 정의하는 인지적 관점이 지배적이었다. 그 후 공감의 정서적인 관점에 주의를 기울이려는 경향이 생기면서(Eisenberg & Strayer, 1987; Hoffman, 1982) 공감에는 인지적 요소와 정서적 요소가 둘 중 한 영역에만 국한된 것이 아니라 상호 관련된 것이므로, 어느 한 면에만 연구하여서는 공감을 충분히 이해하기 어렵다고 하였다(Davis, 1980, 1983; Deutsch & Madle, 1975; Hoffman, 1977). 최근에는 공감을 인지적, 정서적, 표현적 요소를 모두 포함하는 복합적 개념으로 정의하면서 Davis(1980)는 공감을 인지적, 정서적, 표현적 요소가 전부 포함되어 있기 때문에 단일 개념으로 이해하기에는 어려움이 있다고 하였다.

앞선 학자들의 공감에 대한 정의를 살펴보면, 공감에 대해 프로이트(S. Freud)는 자

아가 낫선 타인의 내면을 이해하고 타인의 정서적 삶에서 자신이 영향을 받을 수 있는 것에 가장 중요한 역할을 하는 것이라고 하였다(문경미, 2015). Hoffman(1984)는 자신이 처한 상황보다 타인의 상황에 맞는 정서적 반응이라고 정의하였으며(박선하, 2014, 재인용), Easser(1974)는 다른 사람의 정서를 표집하고, 이를 통해 다른 사람을 지각하고 사람들에게 반응할 수 있도록 하는 능력이라고 정의하였다. 또한 Kohut(1959)은 공감이란 자신을 상대방의 입장에 두고 생각하게 하는 과정으로 마치 자신의 경험인 것처럼 상상하도록 하는 양식이라고 정의하였다.

지금까지 학자들의 정의를 종합해보면 공감이란 ‘들어가서 느낀다’ 라는 의미로서 어떠한 상태가 아닌 과정으로 아무런 판단 없이 상대방을 이해하고 상대방의 입장에서 생각하는 과정이라고 할 수 있겠다. 또한 공감은 인지, 정서, 표현적 요소 중 한 부분에 국한되지 않고 모두 포함하는 개념으로서 타인에 대한 역할과 관점을 수용하고, 타인의 정서를 표집하여 언어적, 비언어적으로 표현될 때 더욱 공감이 잘 이루어진다고 할 수 있겠다. 즉, 인지, 정서, 표현적 요소를 통해 타인을 지각하고 반응할 수 있도록 하는 능력이 공감임을 알 수 있다.

선행 연구에 따르면 높은 공감능력은 타인을 통해 감정을 교류함으로써 관계 개선 및 인성발달에 도움을 주며 긍정적인 사회적 행동으로 발전한다고 하였다(김경선, 2018). 이는 자신과 타인의 정서조절에도 도움이 됨을 알 수 있으며, Remond(1989)는 공감이 대인관계를 형성하는 기본바탕이라고 하며 다른 사람에 대한 이해력과 예측력을 향상시키고, 모종의 관계를 형성하고 구축함으로써 대인관계에 중요한 영향을 미친다고 하였다(박성희, 1994). 즉, 공감이 정확하게 일어나면 상대방에 대한 지각이 정밀해지고, 긍정적인 관계를 형성할 수 있기에 대인관계를 형성하는 기본이자 의사소통능력의 중요한 핵심 중 하나라고 할 수 있다(김미라, 2009).

또 다른 선행연구에서는 공감이 없다면 타인의 생각과 행동을 이해하기 어렵고 자신의 마음을 타인에게 전하는 것이 불가능하기 때문에 대인관계 유능성에서 필수적이고 핵심적인 요소라고 하였다(강준, 2013). 또한 공감은 대인관계 속에서 갈등 상황에 처했을 때 자기중심적 사고에서 벗어나 상대방의 생각이나 느낌을 이해하고 수용하여 갈등 상황을 해결하며 원만한 대인관계를 유지하는데 중요한 변인이라고 밝힌바 있다(한유정, 김순혜, 2015).

반면, 공감능력이 부족한 사람은 상대방의 감정이나 입장을 이해하고 수용하기 보다는 자신의 필요를 충족하기 위해서 행동하며, 때로는 자신의 이익을 위해서 타인에게 공격적인 행동을 보이기도 한다(Clark, 1980). 공감능력이 부족한 예로는 반사회적인

행동을 하는 범죄자들이나 비행청소년들에게서 볼 수 있다. 그들은 자신들의 행동으로 인해 고통받는 피해자의 입장을 이해하기보다는 오히려 피해자의 고통을 즐기는 특징을 가지고 있으며 상대방이 피해를 받더라도 자신의 욕구만을 충족하려는 행동을 보인다(Miller & Eisenberg, 1988).

지금까지의 선행연구를 종합하면 공감은 타인과 감정을 교류함으로써 긍정적인 대인 관계를 형성하는데 바탕이 되며, 인성발달뿐만 아니라 자신과 타인의 정서조절에 도움을 주어 긍정적인 사회적 행동으로 발전할 수 있다. 하지만 이러한 공감이 부족할 때는 타인의 입장을 이해하고 수용하거나 자신의 마음을 타인에게 전달하는 것이 불가능하기 때문에 서로의 감정을 공유하기가 어려울뿐더러 그로 인해 대인 관계를 형성하는데 어려움을 느낀다고 하였다. 이는 서론에서 언급한 쿠키 몬스터 실험과, 거울 뉴런(mirror neuron)이 거의 작동하지 않았던 연구와 일맥상통하다고 할 수 있다. 즉 공감이란 타인의 관점을 수용하고 이를 바탕으로 정서적인 공명을 이루며 공감대를 바탕으로 공감적 관심을 공유하는 능력이라고 할 수 있다.

2. 공감에 영향을 미치는 요인

a. 인지적 요소

공감의 인지적 요소란 공감적 정서나 행동을 이끌어내는 지적인 기제나 작용을 의미한다(박성희, 1994). 인지적 요소의 핵심 개념으로는 역할수용이나 관점수용 능력이 있는데 이는 공감의 요소 중 가장 명백하게 확인된 부분이기도 하다(Rogers, 1975; Feshbach, 1982; Davis, 1980; Hoffman, 1982). 공감의 인지적 관점을 강조한 학자들에는 Piaget(1932), Mead(1934) 외에도 Hollin(1994), Hogan(1969) 등이 있는데, 그중 인지 주도적인 개념으로 공감을 언급한 학자 Mead(1934)는 공감을 타인의 역할을 취하여 수용하고 대안적 관점을 채택할 수 있는 능력으로 정의하며, 사회적 상호작용을 촉진 시켜주는 중요한 요소라고 하였다. 인지적 요소에 해당하는 역할수행(role-taking)은 공감을 획득하고 타인의 행위를 예측하게 해주어 적절한 반응을 할 수 있게 하여 상호작용을 촉진 시켜주는 중요한 요소임을 알 수 있다(신경일, 1994).

Piaget는 공감을 ‘관점 취하기’로 정의하며 탈중심적인 사고가 가능한 7세 이후부터 자기중심적 사고에서 벗어나 상대방의 심리적 상태나 주변 상황 등으로 초점의 대상을 다양화시키는 탈중심적인 사고로의 전환을 통해 공감 능력이 발달한다고 하였다(박성

회, 2004). 그는 공감 부족을 아동이 탈중심화의 전 단계인 자아중심성(egocentrism) 단계에 있을 때 보이는 사회적 상호작용의 결핍과 타인에 대한 이해나 관점수용(perspective-taking)능력의 결핍이라고 하였다.

Selman(1980)은 관점수용은 다른 사람의 입장을 취하여 그의 관점에서 사건이나 사물을 보고 이해하는 능력으로 다르게는 자기 자신과 다른 사람의 관점과의 관계의 본질을 이해하는 것이라고 하였다. 김은임(2016)은 관점수용을 타인의 심리적 관점이나 태도를 스스로 느끼고 인지적 역할 취하기나 정서적 역할 취하기를 포함하는 개념으로 다른 사람의 관점을 이해하려는 경향성이라고 하였다. 또한 관점수용의 부족은 인지적으로 미성숙함을 의미하며, 역할수용이 관점수용을 가능하게 하는 것이라고 하였다(Piaget & Inhelder, 1969).

즉, 공감의 인지적 요소에는 관점취하기, 상상하기, 감정의 재인 그리고 타인의 관점이나 역할을 수용하고 이해하는 관점수용 또는 역할수용이다. 공감능력을 증진하기 위해서는 자아중심성의 극복과 자타분화가 필요하며, 이것이 원활히 작동할 때 공감이 가능하다고 할 수 있겠다.

b. 정서적 요소

타인의 감정을 함께 나누는 공감에 의한 정서반응을 공감의 정서적 요소라 한다(한종순, 2005). 공감의 정서적 반응은 정서의 공유, 정서적 공명, 정서적 감염, 개인적 고통, 공감적 관심 등이 있다. 그러나 공감에 대한 정서반응은 대체로 두 가지 정서로 구분이 되는데, 첫째는 정서적 공명으로서 공감에 의해 관찰자와 대상이 같은 감정을 경험하게 되는 경우이다. Sullivan(1953)은 정서적 감염, 정서의 공유, 정서적 공명 등이 대상과 관찰자가 동일한 감정을 경험한다는 의미로서 사용하였다. Freud(1953), Sullivan(1962), Winnicott(1965)는 공감의 모방적 특성이 모친과 신생아 간의 특수한 정서적 유대관계에서부터 비롯된다고 보았으며, ‘정서감염’이라는 용어로 설명하였다. 모-자는 심리적인 탯줄을 통하여 어머니의 심리상태가 유아에게도 전달되어 유아의 심리적 상태가 어머니의 심리상태와 일치하는 공감 현상을 의미한다.

둘째는 대상과 반드시 일치하지 않는 정서를 경험하게 되는 경우이다. Davis(1980, 1983)의 공감적 관심, Hoffman(1983)의 동정적 고통 등이 여기에 해당한다. 공감을 정서적 현상으로 파악한 학자는 Lipps(1907)이다. Lipps(1907)는 공감 대상자와 공감자간의 정서적 메시지 전달 과정에 주목했으며, 공감의 최종산물을 공유된 느낌(shared fee

ling)이라 제시하였다.

위의 내용을 정리하면, 공감에 대한 정서반응에는 대상과 동일한 정서를 경험하는 정서 반응이 있고 이에는 정서적 공명, 정서의 공유, 정서적 감염이 있으며, 대상과 반드시 일치하지는 않지만 부정적 경험을 하고 있는 대상에 대한 동정, 관심, 연민의 정서를 경험하는 동정, 공감적 관심, 동정적 고통으로 표현되는 정서반응이 있음을 알 수 있다.

C. 표현적 요소

타인의 내적 경험을 공감적으로 이해한 후 정확하고 민감하게 언어적, 비언어적으로 표현하고 전달하는 것을 공감의 표현적 요소라 한다(강경아, 2004; 권정안, 2001; Carkhuff & Truax, 1967). 내적으로 정서적 공명, 공감적 관심 등이 일어났을 때 외적인 행동으로 나타내는 것을 말한다(신경일, 1994).

공감의 정의에 의사소통요소를 포함시킨 최초의 학자는 Rogers(1975)이다. Rogers(1975)는 공감에서 전달의 의미를 강조하며, 내담자의 내면세계를 상담자의 것으로 경험하고 이를 전달하려는 시도라고 하였다. 표현적 요소를 중시하는 입장은 공감하는 행위가 타인의 내면세계를 이해할 뿐 아니라 이해한 것을 정확하고 민감하게 전달할 때 완성된다고 본다. 즉, 감식한 바를 의사소통 하는 것(Rogers, 1975), 탐색하고 기술하는 것(Danish & Kagan, 1971), 상대방에 대해 이해한 바를 의사소통하는 능력(Truax & Carkhuff, 1967) 이라고 보는 입장이다(박성희, 2004).

공감은 조력행동이나 이타행동 또는 친사회행동과 관련성이 높고 공격성을 억제하는 효과를 가진다는 연구가 많이 수행되었다. 공감에 의한 조력행동에는 자신의 고통을 감소시키기 위한 이기적 동기에 의한 조력과 타인의 복지에 대한 관심과 배려에서 나온 이타적 동기에 의한 조력으로 구분 되어질 수 있다. 상담과 심리치료 분야에서 볼 때 공감에 의한 조력 행동이란 공감적 언어표현이다. 공감적 언어표현을 통해 내담자의 치료적 변화를 돕는 것이다. 공감의 내적 과정을 거친 결과로서 공감이 표현되는 것은 공감적 언어표현이나 조력행동으로 나타날 것으로 기대할 수 있을 것이다(신경일, 1994).

d. 복합적 요소

많은 학자들은 공감을 인지적, 정의적, 표현적 요소로소만 정의하는 단일 차원의 개념이 아닌 복합적인 차원의 개념이라는 것에 동의하였다. 공감의 복합적 요소에 대해

언급한 학자 Feshbach(1982)는 공감은 인지적 요소와 비인지적 요소를 모두 포함하고 있다고 주장하였고, 인지적 요소와 정의적 요소를 모두 고려한 공감의 3요소 모형을 제시하였다. 세 가지 요소 중 두 가지는 인지적 요소로 타인의 정서 상태를 분별하는 능력과 타인의 관점과 역할을 취하는 능력이며, 나머지 하나의 요소는 정서적 요소로 정서적 감응성을 뜻한다(신지혜, 2019). 즉, 공감적 반응은 위 세 가지 요소가 모두 갖춰졌을 때 발생하며, 공감은 어느 한 요소에 치우치지 않는 복합적인 개념인 것이다(신지혜, 2019).

Davis(1980)는 공감을 다차원적인 것으로 파악하는 것이 타당하다고 주장하며 공감의 하위 구성요소들을 변별할 수 있는 특성으로 정의하였다. 첫째, 다른 사람의 심리적 관점이나 태도를 자발적으로 취해보는 경향인 '관점 취하기(perspective-taking)'이다. 둘째, '상상하기(fantasy)'는 자신을 책, 희극, 연극 등의 허구적인 인물의 느낌이나 행동을 상상하여 보는 것이다. 셋째, '공감적 관심(emotional concern)'은 불행한 다른 사람에게 관심을 가지거나, 동정을 느끼는 경향을 말한다. 넷째, '개인적 고통(personal distress)'으로 다른 사람의 고통이나 불행을 보면 마음이 불편해지거나 고통스러워 지는 것을 말한다. Davis가 공감의 요소들을 구체적으로 제시한 것은 그 의미로 보아 각 요소의 발현 방식과 개별적인 접근, 종합적인 공감에 대한 이해가 모두 공감이라는 총체적인 관점으로 정의할 수 있다는 관점을 제시한 것으로 이해할 수 있겠다.

공감의 정의에서 복합적 요소인 부분을 고려하면, 인지적 요소의 역할수용과 관점수용, 정서적 요소의 정서적 공명, 공감적 관심, 정서적 감염 등, 그리고 내적 과정을 거친 결과로서 나타나는 공감의 표현적 요소가 공감의 총합이라 할 수 있겠다. 이처럼 공감은 인지적, 정서적, 표현적 요소의 복합체이기 때문에 각 요소가 서로 상호작용 할 때 높은 공감 능력을 보인다고 할 수 있겠다.

B. 사회적 관심

1. 사회적 관심의 개념

사회적 관심에 대한 개념은 Adler에 의해 처음으로 제시되었는데, 이 개념은 인간이 ‘사회적 존재’ 라는 신념으로부터 파생되었다(김미례, 노안영, 오명자, 2007). 사회적 관심의 어원은 독일어인 ‘Gemeinschaftsgefühl’ 로써, ‘동기를 부여하는’ 혹은 ‘활성화시키는’ 의 뜻을 내포하고 있는 단어로 영어로 번역하면 공동체적 느낌, 협력, 공동체적 관심, 사회적 관심 등으로 번역되고 있으며, 일반적으로 번역되고 있는 것은 사회적 관심이다(Ansbacher, 1992).

Adler(1959)는 사회적 관심을 타인의 눈으로 보고, 타인의 귀로 듣고, 타인의 마음으로 느끼는 방법을 배우는 것이며, 공동체 안에서 자신에게 주어진 자리를 채우고, 사회적 삶을 긍정적으로 받아들여 타인에게 의미 있는 존재가 되어 인류의 존속을 가능하게 하는 것이라고 정의하였다(Adler, 1959). 그는 사회적 관심을 자신이 속한 공동체에서 타인에 대한 관심과 소속감을 느끼고, 공동체에 기여하고 공헌하는 능력으로 정의하였고(정민, 2013), 또한 사회적 관심은 공동체의 일원이라는 생각과 감정 그리고 그에 따른 행동 경향성 이라고 하였다(김천수, 2017).

Adler(1978)는 사회적 관심에 대해서 첫째, 사회적 관심은 선천적으로 가지고 태어나는 인간의 본성이지만 불변성을 지닌 개념은 아니기에 훈련을 통해 배우고 발달시켜 사용해야 하는 특성이라고 하였다(Corey, 1986; 김충기, 박현옥 공역, 1991; Adler, 1926; 라영균 역, 2009). 사회적 관심은 선천적으로 우리에게 내재 된 것으로, 자기 몰두와 반대되는 개념으로써 주고 받을 수 있는 개인의 능력이다(강명희, 2017). 둘째, 사회적 관심은 이상적인 사회를 위한 공헌으로 개인의 이익추구를 넘어서 타인의 복지를 추구하는 것까지 해당된다(김춘경, 2006). 이를 통해 개인은 자신이 속한 조직과 사회의 안녕과 발전을 위해 노력하며, 타인에 대한 관심과 배려를 통해 서로 협력하며 조직과 사회에 공헌하는 사람으로 성장한다(Ansbacher, 1992; Lundin, 1989).

Hjelle & Ziegler(1981/2006)는 사회적 관심을 정신건강의 핵심 구성요소로 보았으며, Adler(1927)는 개인이 현실에 필요한 사회적 감각을 개발하고, 사회와 조화를 이루어 사회 전체로 공감과 공동체감이 퍼져나갈 수 있도록 하면 그 자체로서 높은 수준의 정신건강과 관련된다고 보았다. 높은 사회적 관심을 가진 사람은 자신이나 타인의 삶도

중요하게 생각하며, 이타적인 태도로 살아가는 사람은 그렇지 않은 사람에 비해 더 나은 정신건강을 경험한다고 보고되고 있다(Sperry, 2011). 즉, 사회적 관심은 인류 전체의 복지 향상에 기여하는 삶의 목표를 통해 삶을 희망적인 태도로 살아가게 하는 것이다(김영아, 2017).

선행연구를 통해 사회적 관심이 높은 사람과 낮은 사람의 특징을 살펴보면, Adler는 사회적 관심이 높은 사람은 열등감과 소외감이 낮고, 문제에 적극적으로 대처하기 위해 노력한다고 하였다. 반면 사회적 관심이 낮은 사람은 공동체 안에서 소속감이 충족되지 못하기 때문에 불안, 우울, 대인관계 문제 등의 부적응을 경험하게 된다고 하였다(Crandall, 1975). Rarshide & Kern(1991)은 사회적 관심이 높은 사람은 자존감과 자기확신을 높게 가지는 경향이 있다고 하였다.

국내의 연구를 살펴보면, 사회적 관심이 높은 사람은 대인관계와 친목활동 등 사회에 적응을 잘하는 것으로 나타났으며(이정은, 2015), 스트레스 대처방식에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다(서영란, 2010). 사회적 관심과 적응에 관련된 연구들도 진행이 되었는데 인간관계에서 발생하는 불필요한 문제들을 개선하거나 제거하는데 사회적 관심이 기여한다고 하였다(Crandall, 1984). 또한 잘 적응하는 사람은 상식과 사회적 관심을 반영하는 사적 논리를 가지고 있으며 자신이 공동체에 소속되어 있음을 느끼고 개인차를 존중한다. 그러나 부적응적인 사람은 자기 자신의 필요에만 관심을 쏟고 자신이 속한 사회의 상황이나 타인의 욕구 중요성을 무시한다고 하였다(Seligman et al., 2014).

사회적 관심은 대개 삶에 대한 만족감, 안녕감 등의 긍정적인 요인들과 정적상관을 가지고 있다. 사회적 관심에 높은 점수는 평등, 평화, 가족이나 사랑하는 사람들을 돌보는 것에 더 큰 가치를 두는 것과 관련되어 있었고, 낮은 점수는 상대적으로 자기중심적인 성향을 보이는 것들과 관련되어 있었다(Crandall, 1975). 타인에 대한 이타주의와 신뢰성, 삶의 목적과 정적인 상관을 보였는데 이는 사회적 관심을 육성하거나 삶에 대한 긍정적인 태도로 확장될 수 있다는 Adler의 견해를 뒷받침하였다(Crandall, 1975).

지금까지 언급한 사회적 관심의 개념에 대해 정리하면, 사회적 관심은 자신이 속한 공동체 안에서 타인에 대한 관심을 통해 서로의 존재를 존중받음으로써 협동과 기여를 생산해 내는 것이라 할 수 있겠다. 또한 서로 협동하는 행동을 통해 작게는 자신이 속한 공동체에, 크게는 공동체를 넘어서 사회에까지 기여하는 것이라 할 수 있겠다. 그리고 정신건강의 핵심 구성요소으로써, 사회적 관심이 높은 사람이 가지는 긍정적인 에너지가 사회적 관심이 낮은 사람들에게 긍정적 영향을 미칠 것이다.

2. 사회적 관심의 특성

사람은 사회라는 공동체 안에서 끊임없이 관계를 맺으며 타인과 협동하는 사회적 관심을 발달시키게 된다(Adler, 1926; 라영균 역, 2009). Adler는 사회적 관심이 선천적으로는 타고 나지만 의식적으로 개발할 필요가 있으며 최초에는 어머니, 다음에는 다른 가족구성원, 그리고 마지막으로 사회에서 만나는 사람들과 관계를 맺으며 타인과 협동하며 사회적 관심을 발달시킨다고 주장하였다(김영희 외, 2013). 하창순 외(2004)는 사회에 잘 적응하지 못하는 사람들은 보통 자신에게 몰입되어 있기 때문에 다른 사람을 돕는 일에 함께함으로써 사회적 관심을 증진 시킬 수 있다고 하였다.

사회적 관심에 대해 심리학자들이 내린 정의를 살펴보면, Griffith & Powers(1984)는 사회적 관심을 사회 공동체에서 개인이 가진 소속감과 동료애를 뜻한다고 하였고, Sweeney(1998)는 인간이 사회의 일부분이 되고자 하는 경향성으로 소속감 추구, 인류의 개선을 위해 더 큰 이익을 기여할 의지를 사회적 관심이라고 하였다. 또한, 사회적 관심을 타고난 능력이 아닌 개발해야 할 선천적인 잠재력으로 협력과 사회적 삶을 위한 적성, 타인을 이해하고 공감하는 능력, 협력하고 공헌하는 능력으로 보기도 하였다(Yang, Milliren & Blagen, 2010).

김필진(2005)은 대인관계에서의 동일시 감정과 공감, 이타적인 사랑으로 표현되는 것이라고 하였고, Kaplan(1978)은 행동, 감정, 인식과 관련하여 상대방을 도와주고 격려하고 협력하며 살아가는 행동이라고 하였다. 정민, 이미라, 노안영(2006)은 사회적 관심을 개인의 독특한 성격적 특성으로서 사회적 상황에 반응하려는 성향이며, 공동체에 대한 자기의 확정이고 타인에 대한 관심과 배려를 의미한다고 하였다. 앞선 학자들의 사회적 관심의 의미를 정리하면, 사회적 관심이란 사회에 유용한 사람이 되고자 스스로 동기를 가지고 타인에게 진정한 관심을 가지며 공동체적 활동을 지향하여 인류 전체의 복지를 실현하려는 삶의 태도라고 할 수 있다(김영아, 2018).

사회적 관심과 심리적 변인과의 관련성에 대한 연구를 통해서 삶의 만족, 정신건강, 공감, 심리적 안녕감, 영성, 자기초월, 공동체 의식 등과 긍정적 관련이 있고, 스트레스, 우울, 열등감, 정신질환 등과는 부정적 관련이 있다고 밝혀졌다(김미례, 노안영, 오명자, 2007; 김순례, 2013; 김연지, 2013; 박혜정, 2014; 신지희, 2012; 윤경화, 2007; 정미숙, 2010; Katherine, 2006; Sperry, 2011; Schwartz, Meisenhelder, Ma & Reed, 2003). 또한 각 발달단계에 맞는 사회적 관심 향상 프로그램 연구도 이루어지고 있으며(고미애, 200

3; 박경호, 2016; 신지희, 2012; 이정애, 2016; 정민, 2012; 최광순, 2003; Clark, 1995; Milliren & Barrett-Kruse, 2002; Nicholl, 1996; Joanna, 2008), 최근에는 사회적 관심에 대한 주관적 경험의 의미를 탐색하는 질적 연구도 등장하고 있는 추세이다(West, 2016).

사회적 관심에 대한 선행연구를 살펴보면, Kaufman은 사회적 관심의 발달은 심리적 안녕감을 높인다고 하였고(Kaufman, 2007), 스트레스 대처 능력과 바람직한 목표 달성, 행복, 공감적 관심과 삶에 대한 만족 등과 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다(Kern, Gfroerer, Curelette, & Matheny, 1996, Gilman, 2001).

국내 사회적 관심에 대한 연구를 살펴보면, 정민(2012)의 연구에서는 사회적 관심의 증진이 인터넷 중독과 사이버 비행을 감소시키는데 효과가 있었으며, 사회성 증진과 적응력을 향상시키는데 효과가 있다고 하였다. 곽현경(2017)은 집단상담에 체험중심의 협동을 추가하여 진행함으로써 사회적 관심의 향상에 효과적임을 알아냈으며, 초등학교의 사회적 관심 증진 프로그램이 학교 생활적응에 긍정적인 영향을 미쳤다는 연구가 있다(오익수, 2004; 오익수, 2006). 박정순과 김춘경(2002), 정현정과 김희규(2009)는 공격성향을 가진 초등학생들을 대상으로 놀이를 통해 사회적 관심 증진 프로그램을 진행한 결과 공격적인 행동이 감소하고 대인관계 문제해결력의 긍정적인 변화가 있음을 확인한 바 있다.

또한 Ansbacher(1992)는 사회적 관심을 세 가지 차원의 발달단계로 언급하였다. 첫째, 사회적 관심은 협동과 사회적 삶에 대한 경향성으로서 훈련을 통해 발달 될 수 있다. 둘째, 이러한 경향성은 타인을 이해하고 공감할 뿐만 아니라 협동하고 공헌하는 객관적인 능력으로 발달된다. 셋째, 주관적인 평가 태도로써 선택하고 그래서 개인의 역동성에 영향을 준다고 하였다(박재석, 2008). Dinkmeyer & Sperry(2000)는 사회적 관심은 타인과 협동하고 삶을 나누는데 참여하려는 의지로서 타인을 돕는데 참여하고 도움으로서 사회적 관심을 증진시킬 수 있다고 하였다(하창순, 최희철, 강석영, 김병석, 2004).

사회적 관심은 어렸을 때 모(母)와의 관계에서 중요한 영향을 받지만, 개인이 개발하고 증진시킬 수 있는 요인이며, 이러한 이유로 학자들이 사회적 관심의 개발 및 증진의 필요성에 대해 주장하였다. 증진된 사회적 관심은 개인의 고유한 능력과 주관적인 평가 태도이기 때문에 개인적으로는 개인의 역동성과 심리적 안녕감, 자아존중감, 내적 통제 등에 긍정적 영향을 미치며, 타인과의 관계에서는 대인관계 문제해결력, 공감적 관심, 협력과 공헌에 긍정적 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

3. 사회적 관심에 영향을 미치는 요인

개인심리학에서는 인간을 사회적인 존재로 보며 타인과 협력할 줄 알고 보다 나은 사회를 위해 공헌할 줄 아는 존재로 규정하였다(이효선, Garz, 2006). Adler는 인간이 살아가면서 일, 사회, 사랑이라는 세 가지 주요한 인생과제에 직면하게 된다고 하였고, 그 인생과제를 성공적으로 해결하기 위해서는 사회적 관심이 필수적이라고 하였다(Adler, 1927).

첫째, 환경과의 관계는 일 또는 직업이라는 인생과제이다. 사람은 일의 분담을 통해 공동체에 기여하고 협동함으로써 소속감을 형성하는데, Adler는 직장에서의 적응은 사회적 적응에 의해 좌우된다고 보았고(Adler, 1937), 일을 하는데 있어서 동료와의 인간 관계가 중요하다는 의미라고 할 수 있다. 일과제를 성공적으로 해결하기 위해서는 사회적 관심이 필수적이라고 하였다(김중임, 2016)

둘째, 사람과의 관계는 사회라는 인생과제이다. 이는 개인 또는 자신이 속한 관계 안에서 다른 사람들과 관계를 연결하려는 것이다. 사회적 관심의 높고 낮음은 사회적 적응과 성공의 지표로서, 사회적 관심의 낮음은 사회적 부적응이라는 결과로 나타난다. 반면 높은 사회적 관심은 개인의 행복과 더 나아가 인류의 행복, 그리고 사회적 관계를 (김중임, 2016).

셋째, 사랑과제는 이성과의 관계에서 제외되는 부분이다. 사랑은 자신과 상대방에 대한 용기와 신념을 요구하며 관계를 유지하기 위해서는 상대방에 대한 존중, 인정, 배려가 있어야 한다(김중임, 2016). Dreikurs(1989)는 “다른 삶의 복지에 기여하는 것은 일을 의미하고, 동료들이나 친척과의 사회적 관계를 형성하는 것은 우정이며, 두 사람 사이에 존재하는 친밀한 감정 관계이자 친숙한 결합의 사랑이다.” 라고 인생과제를 설명하였다(Yang, 2010; 김중임, 2016).

Adler를 비롯한 개인심리학의 주요 이론가들이 사회적 관심이 협동과 기여로 표현된다는 데 대부분 동의하고 있다(김천수, 2017). Adler는 공동체에서 분업으로 나타나는 협동은 인간생존에 꼭 필요한 것이며, 기여와 관련하여 그는 인간의 삶은 과거 조상들의 기여와 타인의 노력에 의지하고 있다고 하였다(Adler, 1927/2009).

이와 관련하여 Dreikurs(1989)도 협동에 대한 준비도와, 보상을 바라지 않고 기여하려는 마음이 사회적 관심의 협동과 기여의 행동으로 표현된다고 하였다. 또한, Ansbacher(1992)는 사회적 관심을 사회와 관심이라는 요소로 구분하면서 사회는 대상이며, 관심은 과

정으로서의 태도라고 하며, 과정 차원에서 사회적 관심의 발전 단계를 개발되어야 할 타고난 적성, 협동하고 기여하는 능력, 평가적 태도라는 3단계로 구분하였다(김천수, 2017).

김천수(2017)의 연구에서 사회적 관심을 협동과 기여로 구인하고자 하는 이유는 첫째, 사회적 관심은 행동으로 표현될 때 의미가 있으며, 둘째, 개인심리학 이론 및 진화심리학 관점에서 협동과 기여의 행동이 중요하며 셋째, 사회적 관심을 협동과 기여로 구인하는 것은 교육 및 상담 장면에서 사회적 관심을 함양하는 데 효율적이기 때문이라고 하였다. 즉, 사회적 관심은 사회 속에서 협동하고 기여하는 구체적인 행동을 경험하고 훈련함으로써 개발 될 수 있는 것이다(Yang et al., 2010).

협동이란 타인과의 동일시를 바탕으로 대상과 함께 주고받는 것으로서 긍정적 협동, 무관심, 부정적 협동으로 구분된다. 긍정적 협동은 다른 사람과 함께 작업하며 상승 작용을 만들어 내며, 무관심은 상황을 당연한 것으로 받아들이거나 타인과 함께하기와 반대하기 사이에서 흔들리는 경우이다. 부정적 협동은 상승 작용에 반대하거나 적대적이고 싸우는 관계에서 함께하는 것이다(김천수, 2017).

기여란 타인의 복지에 대한 관심을 바탕으로 개인적으로 극복하고 완전을 추구하는 것으로서 건설적 기여, 무관심, 파괴적 기여로 구분된다. 건설적 기여는 행위의 결과가 유용한 것이고, 무관심은 심리적 무활동으로 결과가 없거나 부족한 것이다. 파괴적 기여는 행위의 결과가 해가 되는 것이다. 협동의 바탕에는 타인에 대한 동일시가 내재되어 있으며, 기여의 바탕에는 타인에 대한 관심이 내재되어 있다는 것이 중요하다고 하였다(김천수, 2017). 협동과 기여는 “다른 사람을 돕는다”는 측면에서 동일한 의미를 가지고 있지만, 협동은 타인과의 관계에서 함께 하는 것으로 상호작용이 두드러지며, 기여는 개인적으로 노력하는 것으로 상호작용이 거의 나타나지 않을 수도 있다는 차이점이 있다(김천수, 2017).

Adler는 인생과제를 성공적으로 해결하기 위해 사회적 관심이 필수라고 하였다. 인간을 사회적 존재이자 타인과 협력할 줄 알고 보다 나은 사회를 위해 공헌할 줄 아는 존재로 보는 개인심리학의 인간관과 지금까지 정리한 협동과 기여의 의미를 살펴봤을 때 사회적 관심을 협동과 기여로 표현하는 것이 무방하다고 할 수 있다. 또한 사회적 관심은 사회 또는 공동체 안에서 타인과 협동하고, 사회에 기여하는 구체적인 행동을 통해 개발될 수 있다. 즉, 타인에 대한 동일시가 바탕이 되는 협동과 타인에 대한 관심이 바탕이 되는 기여가 사회적 관심 증진에 필수조건이라고 할 수 있겠다.

4. 공감과 사회적 관심과의 관계

김영아(2018)는 공감이 대표적인 사회적 감정으로, 개인심리학에서의 공감은 사회적 관심의 기초이며, 다른 사람과의 협동을 통해서만 실행될 수 있는 것이라고 하였다(Adler, 1928; Sweeney, 1998). 공감과 사회적 관심과의 관계를 살펴보면 공감의 하위요인인 인지적 공감, 정서적 공감, 표현적 공감 능력과 사회적 관심은 모두 정적 상관이 높은 것으로 나타났다(정민, 2013).

사회적 관심의 하위요인과 공감과의 선행연구를 살펴보면, 사회적 자기 관심 하위요인과 관련하여, 공감 능력이 높으면 자아정체감, 자아존중감, 자기조절능력이 높은 것으로 나타났다(김은숙, 2011; 이지민, 2012; 허홍열, 2013). 타인 관심과 관련하여 공감 능력이 높을수록 대인관계 만족이 높고, 또래를 보호하는 친사회적 행동을 유발하며, 대인관계 유능성도 높아지는 것으로 나타났다(박재석, 2008; 양경선, 2013; 장지민, 2015; 허홍열, 2013). 공동체 관심과 관련해서는 공감수준이 높을수록 더 높은 이타적 성향을 보이고, 친사회적 동기가 높아지는 것으로 나타났다(김은숙, 2011; 조효진, 2006).

공감이 친밀한 대인관계를 유지하는데 촉진작용을 하는 것으로 나타난 연구들(Clark, 1985; Eisenberg & Strayer, 1987; Redmond, 1989; 정보아, 2001)이 있으며, 또 다른 선행연구들(김양자, 2011; 김연지, 2013; 이주연, 2016; 장혜민, 2014; 조환익, 이미화, 2010; 최완호, 2013)에서 부모의 공감을 많이 받는다고 지각하는 청소년일수록 자신의 마음을 이해하고, 타인에게 공감하며, 자신이 속한 공동체와 사회에 기여하려는 이타적인 태도가 높게 나타났다. 또한 높은 공감능력은 또래를 보호하려는 친사회적인 행동을 유발하며 대인관계에 대한 유능성도 높아지는 것으로 나타난 연구결과들이 있다(양경선, 2013; 장지민, 2015; 허홍열, 2013).

Ansbacher(1991)는 사회적 관심에 대한 심리적 작용요소로 공감, 동일시, 협력, 미래 지향, 독립성 등이라고 하였고, Crandall(1976)과 Harris(1991)의 연구에 의하여 Adler(1959)의 사회적 관심은 협동과 이타주의, 그리고 공감과 상관관계가 있다는 것을 알 수 있다. 선행연구들에서 밝혀진 공감과 사회적 관심은 서로 밀접한 관계를 보이며 사회적 관심과 공감과의 관계가 필요충분조건을 만족한다고 추정해 볼 수 있겠다. 즉, 공감과 사회적 관심은 상대방을 이해하고, 수용하고 더 나아가 자신이 속한 공동체와 사회에 도움이 될 수 있는 중요한 요인이라고 할 수 있겠다.

C. 상위기분

1. 상위기분의 개념 및 특징

인간은 살아가면서 다양한 정서를 경험하며 저마다 다른 반응으로 나타난다. 기분은 정서보다 넓은 개념으로 흔히 기분(mood), 정서(emotion), 정동(affect), 감정(feeling) 등으로 혼용하여 사용되어왔다(박운주, 2013). 연구자들은 정서를 대상과 상황을 지각하며 생리적 변화를 수반하는 복합적 상태의 여러 감정을 포함한 상위개념으로 정의하였다(김경희, 1995).

특히 정서와 기분은 매우 같은 의미의 단어처럼 보이는데 이 두 단어의 차이를 살펴 보려면 Ekman & Davidson(1994)의 정의를 살펴보면 명확하다. Ekman & Davidson(1994)에 의하면 정서는 인간의 감정에 초점이 맞춰져 있으며 지각되는 어떤 사건들에 대한 반응이고, 기분은 대상이나 의도성(intentionality)이 결여되어 있는 반응이라고 하였다. 또한 Fogas(1995)는 의도성, 지속되는 감정적 상태 및 인지적 내용을 통해 기분과 정서의 차이에 대해 언급하였으며, 정서는 보다 강하고 단기적이며 명백한 이유와 인지적 내용을 포함하는데, 기분은 어떤 상태에 대한 전반적인 평가를 포함한다고 하였다(김경희, 2004; 박운주, 2013).

Frijda(1993)에 의하면 기분은 성향, 태도, 인지, 정서를 포괄하는 넓은 개념으로 대상이 없고, 강도는 약하지만 변화에 저항하며 비교적 오래 지속된다 하였고, 정서는 구체적 대상이 있고 상태를 변화시키며 짧은 사건들로 인해 발생하고 행동 지향적이라고 하였다. 기분은 정서와는 다르게 분명한 원인이 없고, 명백한 인과관계가 없기 때문에 심리적 통찰과 자기이해에 있어 자신의 기분을 잘 감지할 수 있는 능력이 매우 중요하다고 하였다(김미경, 1998).

기분에 관한 학자들의 정의는 특별히 정해져 있지 않지만, 인지와 행동 모두에 영향을 미칠 수 있는 정서 상태로 정의한다(Frijda, 1986; Isen, 1984; Morris, 1989; Nowlis, 1965; Ruckmick, 1936). Thayer(1989)에 의하면 기분은 다차원적이고 잠정적 성향과 태도로 구성되며 인지를 포함하는 개념이라고 하였고, Russell(1978)은 기분을 긍정적인-지친, 부정적인-누그러진 차원으로 설명하였고, Zevon & Tellegen(1982)은 기분 변화의 연구에서 기분을 유쾌한-불쾌한, 각성된-차분한 차원으로 구분하였다.

심리학자들은(Mayer, Mamberg & Volanth, 1998, Mayer & Salovey, 1990, 1993; M

ayer & Stevens, 1994) 사람의 정서를 두 가지의 차원으로 나뉜다고 하였다. 한 가지는 정서를 직접적으로 느끼는 것이라고 하였는데, 직접적인 수준에서 느끼는 것은 쾌-불쾌의 차원, 각성-침착의 차원에서 느끼는 행복, 화, 좌절, 슬픔, 만족 등과 같은 것이라 하였다(Russell, 1978; Russell & Bullock, 1986; Wundt, 1897). 두 번째는 정서를 반성적으로 느끼는 것으로, 자신의 기분에 대한 정서를 인지적인 처리과정을 이용하여 반성적으로 정서에 대해 모니터하고 조정하는 것이라 하였다(Mayer & Gaschke, 1988). 즉, 상위기분은 자신이 느끼는 정서를 인지적인 사고를 통해서 반성적 수준에서 점검하고 조정하는 능력으로서, 인지적, 정서적인 측면을 모두 포함하고 있으며 정서에 대해 반성적 수준에서 알아보려는 경향을 말한다(김언주, 조한익, 1998).

오숙영(1997)은 정서지능의 개념에 대하여 자신의 정서특성을 상위기분 상태로 유지시키면서 자신과 타인의 정서를 잘 파악하고 긍정적으로 동기화시켜 삶의 목표를 성취하게 하는 조절과 통제 능력, 타인을 배려하고 관계를 원만하게 조정하는 능력이라고 정의하였다. Salovey & Mayer(1990)는 정서지능에 대해 ‘자신과 타인의 정서를 파악하고 표현하는 능력, 자신의 삶을 계획하고 실현하기 위해 정서를 이용하는 능력’이라고 정의하면서 합목적적으로 생각하고 행동하여 자신이 처한 환경에 대처할 수 있게 하는 개인적인 능력이라고 하였다. 즉, 자신의 정서를 현실에서 적응적으로 활용할 수 있는 능력이라고 하였다(Mayer & Salovey, 1997).

상위기분(meta mood)은 자신의 정서를 인식하고 관리할 수 있는 능력으로서(Mayer & Salovey, 1990), 자신의 기분이나 정서에 관한 사고와 감정을 의미하며 스트레스 상황에 적응하는데 중요한 역할을 한다(Salovey, 1996). Mayer & Salovey(1990)는 상위기분이란, 사람이 다른 사람의 감정을 정확하게 이해하기 위해 먼저 자신의 기분을 이해하고 관리하는 능력이라고 하였다. 최초의 상위기분 척도는 Mayer & Gaschke(1988)에 의해 개발되었는데, 이 척도는 일반적 정서에 대한 안정된 태도와 개인의 정서경험을 다루기 위한 영속적인 전략들을 측정한다(Salovey, Mayer, Goldman, Turvey & Palfai, 1995). 또한 일반적으로 사람들은 자신의 기분을 반성적으로 생각해 보고, 점검하고, 조정, 평가하는 일련의 과정을 가지는데, 이러한 과정을 상위기분 이라고 하였다(Mayer & Gaschke, 1988).

상위기분의 경험은 학습될 수 있는 인지적 과정이기 때문에 개인차가 있으며, 자신의 정서에 대해 잘 아는 사람이 상위기분 경험을 발달시킬 수 있다. Aristoteles(1936)는 인지적 평가가 정서에 영향을 미칠 뿐 아니라 정서상태나 이후의 인지와 판단에 영향을 미칠 것이라 주장했으며, Emmons(1992)는 긍정적 정서와 부정적 정서는 정서에

대한 주의, 정서인식의 명확성, 정서개선과 관련이 있다고 하였다.

선행연구를 통해 상위기분에 대해 살펴보면, 상위기분이란 자신의 정서를 점검 및 조절하는 인지적 사고과정으로 자신의 감정을 되돌아보기 위해 관찰 및 평가, 조절하는 과정이라고 하였다(김유진, 2011; 이수정, 이훈구, 1997). Salovey & Mayer(1990)은 자신과 타인의 정서를 점검하고 정서 간의 차이를 구별하여 자신의 사고와 행동을 이끌어내는 능력이라고 정의하였으며, 권보정(2018)은 정서에 대한 인지 및 정서의 메타경험으로 자신의 정서를 알아차리고 조정하는 능력이라고 정의하였다.

김현주(2005)는 자신의 정서에 대해 잘 인지하는 사람이 상위기분경험을 높이 발달시킬 수 있다고 하였으며, 상위기분이 높은 사람은 긍정적인 정서와 삶에 대한 만족, 심리적 안녕감과 같은 적응적인 심리지표와 관련이 있는 것으로 나타났다. 또한, 한(恨)에 대한 국내 연구에서는 상위기분의 수준에 따라 주관적인 행복감과 우울감이 달라질 수 있다는 결과를 알 수 있었다(Goldman, Kraemer, & Salovey, 1996; Shulman & Hemenover, 2006; 김진영, 고영진, 2007; 김동희, 2019, 재인용).

지금까지 살펴본 상위기분은 자기이해에 있어 자신의 기분을 잘 인지하고 감지할 수 있는 능력이 중요하며, 자기이해가 원활히 진행되는 사람이 타인 정서를 잘 이해할 수 있다고 하였다. 이러한 개인의 고유한 능력을 상위기분이라 한다. 즉, 상위기분이란 자신의 정서에 주의를 기울여 인지하고 인지된 정서를 명확히 구분하여 반성적 수준에서 개선함으로써 자신과 타인을 향한 사고와 행동을 조절하는 능력을 상위기분이라 할 수 있겠다.

2. 상위기분에 영향을 미치는 요인

Salovey, Mayer, Goldman, Tuvey & Palfai(1995)는 정서지능의 하위요인을 측정하기 위하여 Trait Meta-Mood Scale(TMMS)을 개발하였다. 이 척도에서는 상위기분의 요인을 정서에 대한 주의, 정서인식의 명확성, 정서개선으로 나누었다.

a. 정서에 대한 주의

정서에 대한 주의(Attention to feeling)는 기분을 반성적으로 점검할 수 있는 출발점이 될 수 있다. 이것은 자신이 느끼는 정서적 상태에 주의를 기울이는 능력으로, 자신의 현재 느끼는 기분이 무엇인지 주의하는 과정이며 주로 부정적 정서와 관련되어 있

다(Swinkels & Giuliano, 1995). 자신이 정서가 어떤 상태인지 알기 위해서는 자기-초점화 주의(self-focused attention)와 외부 초점 주의(external-focused attention)가 필요하다.

자기 초점화 주의란, 자기 참조적 정보 또는 내면에서 비롯된 정보에 대한 인식이나 각성을 말하고, 외부 초점화 주의란, 외부 참조적 정보 또는 외부에서 비롯된 정보에 대한 인식이나 각성을 의미한다(Ingram, 1990). 자기 초점화 주의는 자기 평가에 영향을 미치고 자신에 대한 비판을 덜 하게 하여 균형 있는 자기 묘사를 할 수 있고(Hofmann & Heinrichs, 2002), 더 많은 자기자각(self-aware)을 가져오기 때문에 현실 지각의 정확성을 높여줄 것이라고 하였다(Gibbons, 1983).

하지만 자기 초점화 주의가 부정적 정서 유발에 잠재적 취약성을 가지고 있다고 하면서(Ingram, 1990), 정서에 대한 주의 과정이 정서인식 명확성을 동반하지 않을 때 취약조건으로 작용한다고 하였다(최요원, 2004). 정서인식의 명확성이 낮은 사람들은 자신이 경험하는 정서를 이해하기 위해 초점화된 주의를 기울이지만 결과적으로 자신의 정서를 매우 복잡하게 지각함으로써 오히려 정서에 압도당하게 된다는 것이다. 즉, 명확한 인식 없이 정서 상태에 대해 무분별한 주의가 기울여지면 부적응적 반응으로 이어지게 되지만, 정서에 대한 주의를 기울일 때 정서 인식의 명확성의 과정이 동반되면 적응적인 상태로 이어지게 된다는 것이다(김유진, 2011).

정서주의 과정은 자신의 기분을 늘 조사하고 집중하는 과정으로, 주로 부정적인 정서와 관련이 있어 정서에 주의를 기울이는 정도가 높아지면 불안이 증가하고, 지난 일에 대해 반추를 하게 됨으로써 심할 경우 우울증으로 발전하기도 한다(Swinkels Giuliano, 1995; 김현주, 2005).

그러나 적응적인 관점에서 정서주의는 개인이 가지는 예민성을 의미하고, 이는 타인의 감정을 알아차리는 공감능력으로 활용되어 대인관계에 유익을 줄 수 있다(김현주, 2005; 김미경, 1998).

b. 정서인식의 명확성

정서인식의 명확성(Clarity of feeling)은 자신이 주의를 기울인 정서를 명확하게 인식하는 정도를 말한다. 또한, 정서적 질의 차이에 대해 이해하고 구별하는 지각된 능력으로, 정서 인식(emotion awareness)이란 자신의 정서를 스스로 알고 인식하는 것으로 정보처리 과정의 기초가 된다(Salovey & Mayer, 1995). 정서를 인식한다는 것은 정서

유발의 원인이 되는 내적 변화와 외부 사건 등의 요인이 신체에 미치는 영향과, 어떤 동기에서 정서가 유발되는지, 그리고 정서유발의 결과로 나타나는 행동이나 표현에는 무엇이 있는지 아는 것을 의미한다(Schwartz & Trabasso, 1984). 개인이 자신의 정서를 명확하게 인식할 때, 자신의 정서에 적절하게 반응할 수 있으며 다른 사람들에게도 자신의 정서를 잘 표현할 수 있게 된다(이은순, 1998).

Swinkles & Giuliano(1995)는 정서인식의 명확성을 자신의 정서 상태에 대해 스스로 이해하고 정리하는 능력이라고 하였다. 이는 기분이 좋고 나쁨을 아는 것과는 다른 능력으로 정서 이해에 대한 정도를 의미한다. 자신의 정서에 대해 명확하게 인식하는 사람은 자율적이고 좋은 자아경계를 가지고 있으며, 심리적으로 안정되고 긍정적인 사고를 한다고 하였다(Stevens & Mayer, 1994). 또한 자신의 정서를 명확하게 인식하는 사람들은 그렇지 않은 사람보다 더 적응적이며 신체적, 심리적 안녕감이 높고(최요원, 이수정, 2004; Kring, Smith & Neale, 1994; Mayer & Stevens, 1994), 보다 긍정적인 인지판단을 하게 된다고 하였다(Mayer, et al., 1992). 그 이유는 정서를 명확하게 인식하게 되면 자신의 정서가 무엇인지에 대한 갈등이 적어지고 문제가 되는 정서에 대해 어떻게 반응해야 할지를 알 수 있기 때문이다(박운주, 2013).

또한 정서인식 명확성은 자신과 타인의 정서를 명확히 지각하고 구분하는 능력으로(김수안, 2005; Gohm, 1999), Rogers(1975)는 자신의 정서를 정확하게 이해할 수 있어야 타인의 정서에 대해서도 정확히 이해하고 공감할 수 있음을 지적하였고, 이는 자신의 정서를 이해하고 관리하는 것이 타인의 정서를 추론하기 위한 필요조건이라는 이주일, 민경환(2002)의 견해와도 일맥상통하다.

정서인식의 명확성에 대한 선행연구를 살펴보면, 정서인식 명확성이 높은 사람은 자존감이 높고 신경증이 덜하며 삶의 만족도에 대해 표현을 잘하는 반면 정서인식 명확성이 낮은 사람은 부정적인 정서를 크게 느끼고, 자존감이 낮으며 신경증을 보고하는 경향이 있다고 하였다(Swinkels & Guiliano, 1995). 또한 정서인식 명확성이 높으면 부정적 정서에서 긍정적 정서 상태로의 회복을 잘하며 덜 우울한 반면 정서인식 명확성이 낮은 사람일수록 신경증, 스트레스 취약성, 정서표현 갈등과 관련이 있었다(Salovey et al., 1995).

Mayer & Salovey(1990)는 자신의 정서를 이해하고 다루는데 능숙한 사람이 그렇지 않은 사람에 비해 더 건강하다고 하였다. 건강한 성격의 소유자들은 함께 일하고, 자유롭게 의사소통 하며, 결과를 산출하기 위해 타인과 협력하는 특성을 갖는다(Maslow, 1968). 또한 자신의 정서를 명확히 인식하는 사람일수록 부정적 정서를 종결시키고 긍

정적인 정서 상태는 지속시킬 수 있다고 믿는 정도가 크다고 보고하였다(Catanzato & Mearns, 1990).

정서에 대해 명확히 인식하는 사람은 자율적이고, 좋은 자아경계를 가지며, 심리적으로 건강하고 긍정적인 관점을 지닌 사람들이라고 하였다(Mayer & Stevens, 1994). 또한 높은 정서인식명확성은 부정적인 뒤에 따르는 반추 행동을 감소시키며 긍정적-인지적 판단과 적응적인 조절양식과도 관련이 있다(Salovey & Mayer, 1990; 김유진, 2011).

c. 정서의 개선

정서 개선(Mood repair)은 긍정적인 기분을 유지하고 부정적인 기분을 조절하는 것(Salovey et al., 1995)으로 기분과 정서에 대한 회복력을 의미한다. 김현주(2005)의 연구에 따르면, 좋은 기분에 대한 원인을 찾고 그 기분을 유지하거나 나쁜 기분을 조절할 수 있다고 생각하는 것은 기분이 직접적으로 변화되지 않더라도 긍정적인 경험을 유도하며 나쁜 기분에 유연하게 대처할 수 있도록 한다고 하였다. Doerfler & Richards(1981)는 우울 일화를 가졌던 여성들에게 우울에 대처하려는 자발적인 시도에 대해 연구하였는데, 성공적으로 우울에 대처한 사람은 이사 등의 방법으로 주변 환경을 바꾸는 노력과 더불어 우울한 정서 상태에 성공적으로 대처할 수 있는 신념이 있었다고 하였다. 이러한 연구 결과를 통해서 인지적 요인이 정서의 자가 조절에 중요한 부분임을 시사한다(김미경, 1998). 또한

최근 연구에 의하면 외상 후 스트레스 장애(Post-Traumatic Stress Disorders:PTSD) 환자와 일반인들을 비교했을 때, 외상 후 스트레스 장애 환자들이 일반인들보다 상위기분의 세 하위요인 정서에 대한 주의, 정서인식의 명확성, 정서개선 모두에서 유의한 차이를 보였다고 하였다(Frewen, Dozois, Neufeld, & Lanius, 2012).

3. 공감과 상위기분과의 관계

상위기분이란 자신의 정서를 인식하고 효과적으로 관리 할 수 있는 능력으로써 자신의 정서뿐만 아니라 다른 사람의 감정 또한 정확하게 이해하며(Salovey & Mayer, 1990), 상대방의 감정에 공감하기 위해서는 반드시 상대방의 정서를 알아차리는 과정이 필요하다(Olderbak & Wilhelm, 2017). 선행연구자들의 연구를 통하여 정서에 대한 지각 수준이 공감 능력과 관련이 있다는 것은 이미 검증된 바 있다. 하지만 공감이 상위

기분의 선행요인이라는 점에 대해서는 이론적 근거와 연구가 부족하며, 공감의 상위기분의 원인이 된다는 언급보다는 상위기분으로 촉발된 정서에 대한 주의, 정서 인식의 명확성, 정서개선이 공감 수준을 조절할 수 있다는 것이 논리적으로 더 타당해 보인다.

상위기분에 대해 살펴보면, 기분에 관한 학자들의 정의는 특별히 정해져 있지 않으며, 인지와 행동 모두에 영향을 미칠 수 있는 정서 상태로 정의하고 있다(Frijda, 1986; Isen, 1984; Morris, 1989; Nowlis, 1965; Ruckmick, 1936). Thayer(1989)에 의하면 기분은 다차원적이고 감정적 성향과 태도로 구성되며 인지를 포함하는 개념이라고 하였고, Russell(1979)은 기분을 긍정적인-지친, 부정적인-누그러진 차원으로 설명하였고, Zevon & Tellegen(1982)은 기분 변화의 연구에서 기분을 유쾌한-불쾌한, 각성된-차분한 차원으로 구분했다(조한익, 2005).

또한 김연주와 조한익(1998)은 상위기분을 자신이 느끼는 정서를 인지적인 사고를 통해서 반성적 수준에서 점검하고 조정하는 능력으로서, 인지적, 정서적인 측면을 모두 포함하고 있으며 정서에 대해 반성적 수준에서 알아보려는 경향이라고 정의하였다.

공감과 상위기분과의 관계 연구는 부족하지만, 상위기분이 인지와 행동에 영향을 미치는 정서 상태라는 정의를 바탕으로 공감과 정서와의 관계를 연구한 선행연구를 통해 공감이 상위기분에 영향을 미칠 가능성이 있음을 추론해 볼 수 있다.

공감과 정서와 관련된 선행연구 중, 김해연(2009)의 연구를 통해 공감이 정서에 미치는 영향에 대해 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 공감은 정서 인식 및 표현 능력과 관련이 있으며 정서에 긍정적인 영향을 미친다. 양근원(2004)은 상대방이 처한 상황과 입장을 알고 역할을 수용하는 인지적 능력을 인지적 복잡성이라 하고, 그 정서를 민감하게 파악하는 또 다른 인지적 능력을 정서적 복잡성이라고 정의하였다. 그는 이 두가지 요소가 공감 능력 향상에 주요한 요소임을 밝히며 상대방의 입장과 그 감정을 파악하는 공감 능력 향상에 긍정적 효과를 나타낸다고 하였다. 즉, 공감의 과정에서 타인의 상황과 감정을 정확히 파악하고자 하는 인지적 노력에 의해 정서에 대한 인식 능력이 향상될 것이라고 주장하였다.

또한 공감은 인지적, 정서적 과정을 거쳐 언어와 행동의 형태로 표현된다. 김해연(2009)은 공감을 언어적으로 표현하게 되면 정서를 정확하게 표현할 수 있을 뿐 아니라, 그 정서와 관련된 자신과 상대방의 욕구를 표현하는 정서 표현 능력을 향상시킬 수 있다고 하였다. 정수경(2000)의 연구에 의하면 언어적 표현으로서의 공감 전달은 정서표현에서의 갈등을 감소시켜주며 공감이 정서표현능력향상에 긍정적인 영향을 줄 수 있다고 하였다. 또 다른 연구인 김정남(2005)의 연구에서는 공감이 분노 수준을 낮춰주

며 분노표현을 비폭력적인 형태로 바꾸어준다고 하였다. 이로 인해 공감은 정서표현의 한 형태인 분노표현에도 긍정적인 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 이러한 선행 연구들을 통해 공감능력이 향상되면 정서 표현 향상에 긍정적인 영향을 미칠 것을 예상해 볼 수 있다(김해연, 2009).

둘째, 공감은 감정이입과도 관련이 있다. 공감이 인지적, 정서적, 의사소통적 요소를 갖춘 통합적인 차원의 넓은 개념이라면, 감정이입은 정서적인 측면을 강조하는 개념으로써 이 두 개념은 서로 직접적인 관련이 있으며 상호간의 영향을 주고 받는다. 이것은 공감 과정에서 정서적 공유가 더 깊이 발생한 것이라 할 수 있다(김해연, 2009).

셋째, 공감은 정서적 사고촉진 능력과 밀접한 관련이 있고 긍정적인 영향을 미친다. 이와 관련하여 서민경(2006)은 초등학교 4학년을 대상으로 공감 및 자기표출 훈련 프로그램을 실시하였는데, 그 결과 정서지능 중 감정이입과 정서활용, 정서조절 능력이 유의미하게 향상되었다고 보고하였다. 이는 공감교육이 정서지능 중 정서활용, 즉 정서의 사고촉진 능력 향상에 긍정적 영향을 미친다는 것을 의미한다. 이 선행연구를 바탕으로 공감교육을 통해 타인에 대한 공감을 경험하면서 정서의 사고 촉진 능력도 같이 향상될 것으로 예상해 볼 수 있다.

넷째, 인간은 대인관계 속에서 정서를 관리하고 조절하는 법을 배우게 되는데, 이때 자신의 감정을 있는 그대로 인정받은 사람이 그렇지 않은 사람보다 훨씬 자유롭게 감정을 표현하고 조절할 수 있다. 문승미(2006)의 연구에서는 어머니의 정서적 공감과 유아의 정서조절과의 관계에서 모가 자녀의 정서를 공유하고 대리적인 정서 반응을 할수록 유아의 정서조절이 잘 이뤄진다고 보고하였다. 즉 공감이 정서 조절 능력을 향상시키는데 긍정적 영향을 미친다는 의미이다.

또한 Katz&Gattman(1994)도 자신과 타인의 감정을 이해하고 배려할 줄 아는 부모에게 양육 받은 아동이 감정을 잘 관리한다고 하였고, 반대로, Eisenberg & Fabes(1994)는 유아의 정서 중 특히 분노나 슬픔, 불안과 같은 부정적 정서에 대해 부모가 지지해주지 않으면 유아의 안정감이 감소하고 그 결과 정서조절에 어려움을 겪는다고 하였다(문승미, 2006 재인용). 이러한 선행연구를 바탕으로 정서적 지지와 공감에 의해 정서조절 능력이 향상될 수 있음을 알 수 있었으며, 따라서 공감적 지지와 반응을 주고 받는 경험을 통해서 정서조절 능력을 향상시킬 수 있음을 알 수 있다.

김현주(2005)는 공감적인 집단원일수록 자신의 정서에 대해 주의를 기울여 그 정서가 무엇인지 명확히 알고, 부정적인 기분을 개선하여 긍정적인 정서를 유지할 수 있다고 보고 하였다. 또한 타인과의 상호작용에서 공감능력이 높을수록 자신의 감정을 한

발 떨어져 바라보고 대처하는 능력이 높으며 타인에 대해서도 그의 정서와 입장을 이해하고 수용할 수 있다는 것을 알 수 있다(김현주, 2005).

지금까지 살펴본 공감과 정서와 관련된 선행연구를 통해, 공감은 정서와 밀접한 관련을 맺으며 긍정적인 영향을 주고 있음을 알 수 있다. 인지, 정서, 의사소통적 공감의 요소들이 정서와 높은 상관을 나타내고, 공감능력의 발달이 정서의 인식 및 표현 또는 정서조절의 향상을 촉진하기 때문이다. 이를 바탕으로 공감 상위기분의 하위요소인 정서주의, 정서 인식의 명확성, 정서 개선에 긍정적인 영향을 미칠 것으로 추론해 볼 수 있다.

4. 상위기분과 사회적 관심과의 관계

상위기분과 사회적 관심에 관련한 선행연구는 부족하지만, 사회적 관심은 공동체 관심(community interest)라고도 번역되며, Adler(1964)가 이야기한 공동체적 관심(Community interest)과도 같은 맥락에서 이해할 수 있다. 공동체적 관심은 대인관계의 기초가 된다고 그는 주장하였다. 그래서 상위기분과 사회적 관심의 연구를 살펴보기 위해 상위기분-공동체적 관심, 상위기분-대인관계의 연구결과를 살펴볼 필요가 있다. 상위기분과 대인관계의 선행연구를 살펴보면, 대인관계는 개인과 타인의 상호작용에 의한 것이므로 자신과 타인의 정서에 대한 수용이 함께 필요하다고 하였다(권보정, 2018).

또한 상위기분의 요인인 정서인식 명확성은 자신 및 타인의 정서를 모니터하고, 정서들 간 차이를 구별하여 자신의 사고 및 행동을 이끌어내는 능력(Salovey & Mayer, 1990; 윤상미, 2015)이므로 심리적 성장에 긍정적 영향을 미쳐 대인관계에 도움이 될 수 있다고 하였다. 김종만(1999)은 자신과 타인의 감정을 이해하고 잘 다룰 수 있을 때, 다른 사람과 부드럽게 상호관계를 맺을 수 있음을 의미한다고 하였다. 김경희와 황혜정(2000), 그리고 Salovey & Mayer(1990)의 연구에서 정서지능이 높은 사람이 사회성이나 대인관계 기술이 원만하며 사회에 잘 적응하는 능력이 높게 나타난 바 있다.

이와 같이 자신의 정서를 명확하게 인식하는 사람이 그렇지 않은 사람보다 더 적응적이며, 신체적·심리적 안녕감이 더 높으며(Goldman, Kraemer & Salovey, 1996; King & Emmons, 1990; Kring, Smith, & Neale, 1994; Nolen-Hoeksema, Paker, & Larson, 1994), 이에 대한 이유는 정서를 명확히 인식하는 사람은 자신의 정서가 무엇인지에 대해서 갈등이 적고, 문제를 유발하는 정서에 대해서는 어떻게 반응해야 할지를 보다 분명하게 알기 때문이라고 하였다(Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, & Palfai, 1995).

신희정(2013)은 상위기분이 높은 경우 부적 정서를 적게 경험하여 대인관계 문제를 긍정적으로 형성 할 수 있게 해주며, 상위기분은 그 자체로 긍정적 대인관계 형성에 유용한 기술이라고 하였다. 자신의 정서를 명확히 인식하고, 스스로 자신의 정서 상태를 조절할 수 있다고 믿는 능력은 불안을 낮춰주고, 자기효능감에 긍정적 영향을 미쳐 심리적으로 중요한 변인으로 작용하는 것이 확인되었다(Alcaide, Extremera, & Pizarro, Fernandez-Berrocal, 2005). 또한 정서인식 명확성과 정서개선이 높은 사람이 부적 정서가 낮으며 대인관계 문제를 더 적게 보고하는 것으로 김유진(2011)의 연구에서 나타났다.

또한 Salovey et al.(1995)은 자신의 정서를 명확하게 인식하는 사람은 부정적인 정서에 노출되었을 때 정서를 명확하게 인식하지 못하는 사람보다 회복이 잘 되었다고 하였다(김영혜, 2007). 이한우, 염동문, 이미희(2014)는 정서인식 명확성의 하위영역 모두가 대인관계에 직접적인 영향을 준다는 것을 밝히면서, 자신의 정서를 정확히 이해하고 적절히 표현하는 것이 대인관계에 도움이 된다고 하였다. Mayer & Gaschke(1988)은 상위기분 경험이 타인과의 관계에서 매우 중요하며, 대인관계에서 타인이 자신의 기분과 상위기분을 경험하고 이해한다고 느낄 때 타인과 새롭고 중요한 성격 부분들을 공유하고 싶어진다고 언급하였다. 이를 통해 개인이 자신의 기분과 상위기분을 경험하고 이를 타인과 성격 부분들에 대해 공유함으로써 공동체 안에서 소속감을 형성하며 사회적 관심을 증진 시킬 수 있다는 것을 알 수 있다.

D. 공감, 상위기분, 사회적 관심과의 관계

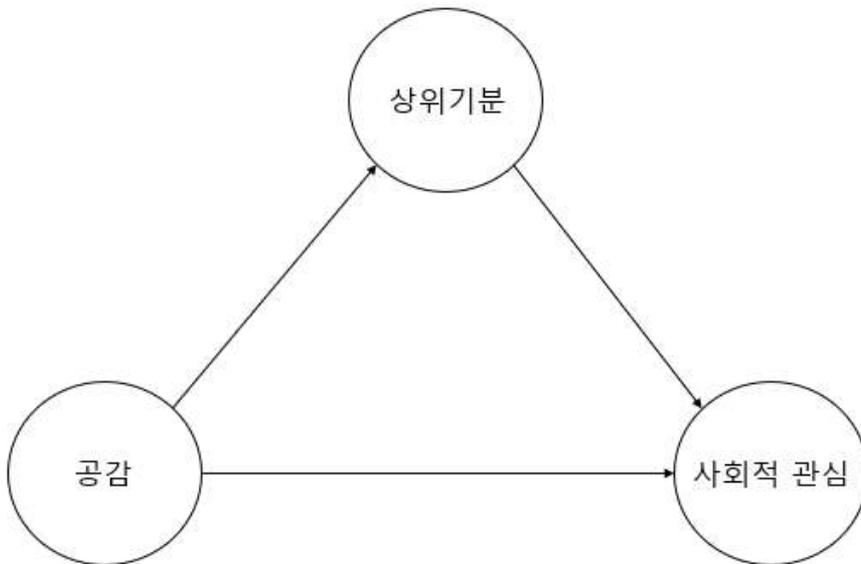
자신의 감정 상태를 인식할 뿐만 아니라 이를 조절 할 줄 알고 상대방의 사고, 감정, 의도 등을 이해하고 공감하여 적절하게 대처할 수 있는 것은 바람직한 인간관계 형성에 필수적이다(Honing & Wittemer, 1994; Patterson, Kupersmidt & Griesler, 1990). 공감을 위해서는 반드시 타인의 정서를 지각하는 과정이 선행되어야 한다(Olderbak & Wilhelm, 2017). 하지만 타인의 정서를 지각하여도 자신의 정서에 대해 제대로 인식하지 못하거나, 부정적이라면 바람직한 인간관계를 형성하기가 어려울 것이다.

지금까지의 선행연구들을 바탕으로 공감과 상위기분, 사회적 관심과의 관계를 살펴보면 자기 격려를 잘하는 사람이 사회적 관심이 높아지는 것과 같은 관계성으로 상위기분은 바람직한 인간관계와 정적인 상관성이 있음을 유추할 수 있을 것이다. 즉, 인간관계를 형성할 때 공감의 과정에서 먼저 자기의 정서에 주의를 기울이고, 정서를 명확히 한 후, 그 정서가 부정적인 것이라면 긍정적으로 개선하는 과정이 동반된다면 바람직한 인간관계를 형성할 수 있을 것이다. 상위기분 경험이 타인과의 관계에서 중요한 역할을 하며, 타인이 자신의 상위기분 경험을 이해한다고 느낄 때 중요한 성격부분을 공유하고 싶어진다는 Mayer & Gaschke(1988)의 주장과 앞선 선행연구들을 기반으로 한 바람직한 인간관계는 공동체의 기반을 형성하게 될 것이고, 그 안에서 개인들이 소속감을 느끼도록 하며 나아가 사회의 발전을 위해 공헌하는 것과 같은 넓은 의미의 공감인 사회적 관심을 형성하게 될 것이 추론해 볼 수 있다.

Ⅲ. 연구방법

A. 연구모형

본 연구에서는 대학생의 공감과 사회적 관심 간의 관계에서 상위기분의 매개효과를 확인하는 데 있다. 이를 위해 독립변인으로 ‘공감’, 종속변인으로 ‘사회적 관심’, 매개변인으로 ‘상위기분’으로 설정하였다. 이를 바탕으로 설계한 연구모형은 다음과 같다.



<그림 1> 연구모형

B. 연구대상

본 연구에서는 대학생의 공감과 사회적 관심 간의 관계에서 상위기분의 매개효과를 알아보기 위하여 국내에 거주하는 대학생을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 국내에 거주하는 대학생에게 온라인으로 설문지를 배부하고 그 중 응답이 불성실한 설문지 20부를 제외한 299부를 최종분석 자료로 사용하였다. 본 연구대상의 인구통계학적 특성

은 <표 1>과 같다. 먼저 성별에 따른 분포를 살펴본 결과 229명 중 남성 124명(41.5%), 여성 175명(58.5)으로 여성이 남성보다 더 많았다. 연령별 분포에서는 19세~21세는 78명(26.1%), 22세~24세는 90명(30.1%), 25세~27세는 82명(27.4%), 28세~30세는 49명(16.4%)으로 나타났다. 학력별 분포의 경우 전문대생 90명(30.1%), 전문대 졸업생은 54명(18.1%), 휴학을 포함한 대학교 재학중인 111명(37.1%), 대학교 졸업생 44명(18.1%)으로 나타났다.

<표 1> 인구통계학적 특성(N = 299)

인구통계학적 변인		빈도	백분율(%)
변인명	변인값		
성별	남	124	41.5
	여	175	58.5
	합계	299	100.0
나이	19 - 21	78	26.1
	22 - 24	90	30.1
	25 - 27	82	27.4
	28 - 30	49	16.4
	합계	299	100.0
학력	전문대생	90	30.1
	전문대 졸업생	54	18.1
	대학생 재학중 (휴학포함)	111	37.1
	대학교 졸업생	44	14.7
	합계	299	100.0

C. 측정도구

1. 공감 척도

본 연구에서는 공감능력을 측정하기 위해 Davis(1980)의 대인간 반응성 지수 (Interpersonal Reactivity Index: IRI)척도와 Mehrabian & Epstein(1972)의 정서적 공감 척도(Emotional Empathy Scale)를 신경일(1994)이 수정 및 번안한 척도를 사용하였다. 이 척도는 3가지 하위요인인 인지적 공감의 범주에 속하는 관점수용 6문항(1~6)과 정서적 공감의 범주에 속하는 정서적 공명 8문항(7~14), 그리고 공감적 관심 19문항(15~33) 총 33문항으로 구성되어 있다. 응답방식은 ‘전혀 아니다’ 1점에서 ‘항상 그랬다’ 5점으로 Likert 5점 척도로 이루어져 있다. 점수가 높을수록 공감능력이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서는 신뢰도 .727로 측정되어 연구의 안정성이 확보되었다.

2. 사회적 관심 척도

본 연구에서는 사회적 관심을 측정하기 위해 김천수(2019)가 성인을 대상으로 개발하고 타당화한 척도를 사용하였다. 본 척도의 문항들은 일, 사회, 사랑이라는 인생과제의 세 영역에서 협동과 기여라는 사회적 관심 행동에 관한 자기보고 형식의 문항으로 구성되어 있다. Likert 6점 척도로 사회적 협동 5문항, 사랑관계 협동 5문항, 사회적 기여 5문항, 사랑관계 기여 3문항의 총 18문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서의 내적합치도 계수(Cronbach's α)는 .85로 나타났다.

3. 상위기분 척도

본 연구에서는 상위기분을 측정하기 위해 Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, & Palfai(1995)의 Trait Meta-Mood Scale(TMMS)을 이수정과 이훈구(1997)가 번안하여 타당화한 것을 사용하였다. 이 척도는 3가지 하위요인인 정서인식 명확성 11문항(1~11), 정서에 대한 주의 5문항(12~16), 그리고 정서개선 5문항(17~21) 총 21문항으로 이루어져 있다. 응답방식은 ‘전혀 아니다’ 1점에서 ‘항상 그랬다’ 5점으로 Likert 5점 척도로 이루어져 있다. 이수정과 이훈구(1997)의 연구에서의 신뢰도 값은 .72 ~ .84였다.

본 연구에서는 신뢰도 .625로 측정되어 연구의 안정성이 확보되었다.

D. 자료수집 및 분석

1. 자료의 수집

본 연구의 대상은 대학생으로 공감과 사회적 관심과의 관계에서 상위기분이 미치는 영향을 알아보고자 하였다. 자료 수집방법으로는 2020년 4월 1일부터 4월 29일까지 국내에 거주하고 있는 대학생들에게 온라인을 통한 설문지 조사법으로 실시하였다. 자료는 설문에 대한 설명을 충분히 작성하여 알린 후, 설문지 실시에 동의한 대학생에 한하여 조사되었다. 설문지는 사회적 관심 척도, 공감 척도, 상위기분 척도로 구성되어 있으며, 설문 작성에 소요된 시간은 평균 20분 내외로 진행되었다. 총 320부가 회수되었으며, 이 중 불성실하게 응답한 경우를 제외한 299부가 분석에 사용되었다.

2. 분석방법

본 연구에서는 연구모형을 실증하기 위하여 수집된 자료를 토대로 PASW Statistic 18.0(spss 18.0) 프로그램과 AMOS 23.0을 활용하여 연구목적에 맞게 통계 처리하였으며, 연구문제에 따른 보다 구체적인 자료분석 방법은 아래와 같다.

첫째, 설문에 응답한 사람의 인구통계학적 특성에 따른 분포파악을 위해 빈도분석을 실시하였다.

둘째, 연구변인의 수준과 정규성을 검토하기 위해 기술통계 분석을 실시하였다.

셋째, 변인들 간의 상관관계를 밝히기 위하여 SPSS를 통한 상관분석을 실시하였다.

넷째, 본 연구에서 설정한 가설의 실증적 분석은 AMOS를 사용하여 모형의 경로분석을 통해 변수간의 가설을 검증하였다.

다섯째, 대학생의 공감과 사회적 관심과의 관계에서 상위기분의 매개효과가 통계적으로 유의한지 확인하기 위하여 편향 수정 부트스트랩(Biased-Corrected Bootstrap) 방법을 적용하였다.

IV. 연구결과

A. 연구변인의 기술통계 분석결과

이 연구에서 선정한 연구변인인 공감, 사회적 관심, 상위기분의 기술통계분석을 실시하여 각 변인의 평균과 표준편차를 분석하였다. 그 결과는 다음 <표 2>와 같다. 공감의 하위척도를 살펴보면 공감적 관심 3.859, 관점수용 3.750, 정서적 공명 3.219 순으로 나타났다. 상위기분의 하위척도는 정서주의 3.551, 정서인식 명확성 3.508, 정서개선 3.286의 순으로 나타났다. 사회적 관심의 하위척도는 사랑협동 4.997, 사랑기여 4.742, 사회적 협동 4.583, 사회적 기여 4.060의 순으로 나타났다.

다음으로 각 변인의 정규성을 확인하기 위해 왜도와 첨도의 절대값을 도출하였다. 왜도와 첨도의 비정규성을 구분하는 명확한 기준은 없지만, 관습적 경험규칙(conservative rule of thumb) 상 왜도의 경우 8.0 ~ 20.0사이, 첨도의 경우 10.0 이상의 경우 비정규성에 의한 문제가 발생할 수 있다(Kline, 2010). 본 연구에서는 <표 2>에 제시된 바와 같이 모든 변수에 있어 왜도는 사용의도 -.694 ~ -.189(구성 특성)사이 분포하여 왜도 3.0 이하로 나타났고, 첨도는 구성 특성 -.367 ~ 2.503(사용의도)사이 분포하고 있어 첨도 8.0 이하의 기준에 포함되기에 다변량 정규분포의 조건을 충족하였다(문수백, 2009).

<표 2>공감, 사회적관심, 상위기분 기술통계 분석 결과

	측정변인	평균	표준편차	왜도	첨도
	관점수용	3.750	0.531	-.170	.143
공감	정서적공명	3.219	0.634	-.279	.187
	공감적관심	3.859	0.421	-.203	-.012
	정서인식 명확성	3.508	0.521	.189	-.137
상위기분	정서주의	3.551	0.703	-.182	-.076
	정서개선	3.286	0.732	-.387	.142
	사회적협동	4.583	0.696	-.481	.041
사회적 관심	사회적기여	4.060	0.794	.178	-.367
	사랑기여	4.742	0.761	-.538	.331
	사랑협동	4.997	0.572	-.694	2.503

B. 공감, 사회적 관심, 상위기분의 상관분석 결과

본 연구의 변인 간 관계파악을 위해 Pearson 상관관계 분석을 통해 상관분석을 실시하였다. <표 3>는 독립변수인 공감과 매개변수인 상위기분, 종속변수인 사회적 관심의 변수에 대한 상관분석 결과이다.

독립변수인 공감은 매개변수인 상위기분과 유의수준 1%에서 .221의 양(+)의 상관관계를 보이고 있다, 독립변수인 공감과 종속변수인 사회적 관심과의 관계에서도 유의수준 1%에서 .287의 양(+)의 유의미한 영향을 주고 있음을 확인하였으며, 매개변수인 상위기분도 종속변수인 사회적 관심과 .369의 양(+)의 상관관계를 보이고 있다.

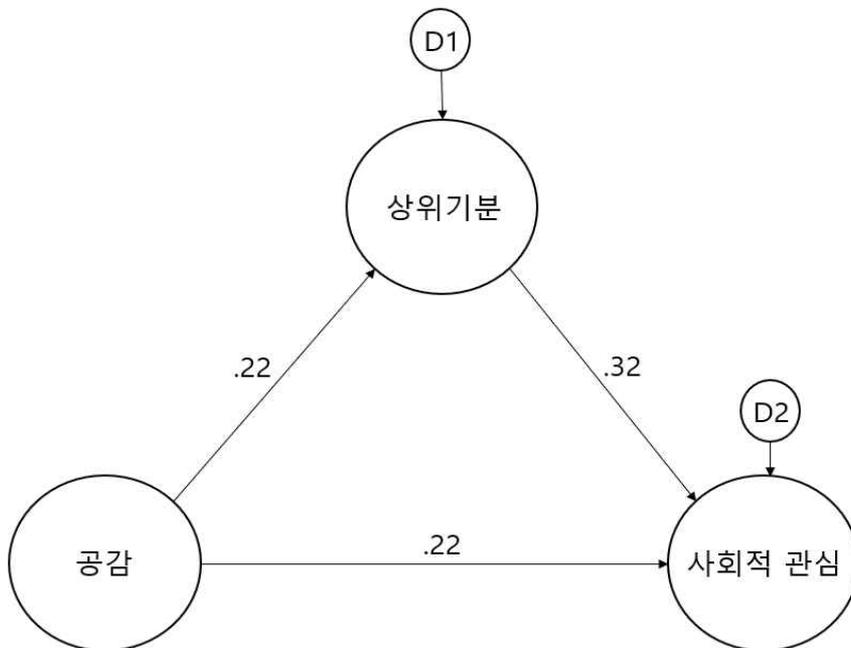
<표 3> 공감, 사회적 관심, 상위기분과의 상관관계 분석 결과 (N=299)

	공감	상위기분	사회적 관심
공감	1		
상위기분	.221**	1	
사회적 관심	.287**	.369**	1

** $p < .01$

C. 매개효과 검증

본 연구에서는 대학생의 사회적 관심을 규명하기 위하여 공감을 독립변수로, 상위기분을 매개변수로, 사회적 관심을 종속변수로 설정하였다. 가설 검증을 위하여 각 변수 간 직접 및 간접효과에 대한 경로계수의 통계적 유의성 검정을 통해 유의수준 .05에서 경로분석을 실시하여 그 결과는 [그림 2]에 제시하였다.



[그림 2] 매개효과 검증

<표 4> 경로별 경로계수 통계적 유의성 검정결과

변수 간 경로	비표준화계수 경로계수	S.E.	C.R.	표준화계수 경로계수	<i>p</i>
공감 → 상위기분	.332	.085	3.914	.221	***
공감 → 사회적 관심	.347	.086	4.013	.216	***
상위기분 → 사회적 관심	.343	.058	5.966	.321	***

****p*<.001

위 <표 4> 경로별 경로계수 통계적 유의성 검정 결과를 살펴보면 첫째, 공감이 사회적 관심에 미치는 직접 효과(경로계수= .347)는 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 즉 가설 1.은 영가설이 기각되고 대립가설이 채택되었다. 둘째, 공감이 상위기분에 미치는 직접 효과(경로계수= .332)는 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 즉 가설 2.은 영가설이 기각되고 대립가설이 채택되었다. 셋째, 상위기분이 사회적 관심에 미치는 직접 효과(경로계수= .343)는 통계적으로 유의한 것으로 나타났다.

<표 5> 경로모델의 부합도 지수

	NPAR	DF	χ^2	SRMR	GFI	CFI	TLI	RMSEA (.000)
부합도 지수	6	0	.000	.000	1.000	1.000	1.000	LO: .000 HI: .045
부합 기준				<1.000	>.900	>.900	>.900	LO: .000 HI: ≤1.00

경로모델은 포화모델로서 RMSEA는 모형이 자료를 설명하지 못한 부분, 즉 잔차와 관련된 지수로 RMSEA≥1.0이면 부합도를 수용할 수 있는 정도로 평가(문수백, 2009)하는 바, LO=.000, HI=.045 신뢰구간에 RMSEA=.00으로 RMSEA≤.05보다 작음으로서 모형과 자료의 부합하면서도 간명한 모형으로 평가되었다. 상대(증분)부합도 지수로 CFI, TLI 값은 >.90이상 되어야 좋은 모형으로 평가 받을 수 있는데 수정된 경로모델의 CFI 및 TLI 값이 1.00로 그 값이 기준보다 상회하고 있기에 경로모형의 절대적

부합도와 상대적 부합도 지수 모두가 기준값을 통과하였으므로 본 연구의 수정 경로모형은 최종 경로모형으로 평가 채택되었다. 따라서 경로모델의 부합도가 양호한 것으로 평가됨에 따라 최종경로모델로 선정하였다.

각 변수 간 경로에 대한 직접효과와 간접효과를 확인한 결과는 <표 6>에 제시하였다. 즉 공감은 상위기분에 미치는 영향은 총 효과 .332, 직접 효과 .332로 나타났고, 공감이 사회적 관심에 미치는 영향은 총 효과 .460, 직접 효과 .347, 간접 효과 .113으로 나타났다. 그리고 상위기분이 사회적 관심에 미치는 영향은 직접 효과 .343, 간접 효과 .343으로 확인되어 이를 아래 <표 6>에 제시하였다.

<표 6> 변수 간 효과 분해표

변수 간 경로	비표준화계수			표준화계수		
	전체 효과	직접 효과	간접 효과	전체 효과	직접 효과	간접 효과
공감 → 상위기분	.332	.332	-	.221	.221	-
공감 → 사회적 관심	.460	.347	.113	.287	.216	.071
상위기분 → 사회적 관심	.343	.343	-	.321	.321	-

따라서 간접 효과에 대한 통계적 유의성을 확인할 필요가 있어 부트스트래핑 방법(Bootstrapping)을 사용하였다(우종필, 2015). 즉 가설 4. 상위기분을 매개로 공감과 사회적 관심 변수 간 매개효과 여부에 대한 통계적 검정이 필요하다.

이에 본 연구에서는 간접효과 여부를 통계적으로 검정하기 하기 위하여 통계적 유의성을 .05 유의수준에서 분석하고 그 결과를 <표 7>에 변수 간 간접효과 유의성 검정을 제시하였다.

<표 7> 변수 간 간접효과 유의성 검정

변수간 경로	공감	상위기분
상위기분	-	-
사회적 관심	.001	-

*** $p < .001$

위 <표 7>에 변수 간 간접효과에 대한 통계적 유의성 검정 결과 상위기분을 매개로 공감과 사회적 관심 간에는 $p=.001$ 로 .05 유의수준에서 통계적으로 유의한 결과가 나타났다. 즉 공감은 사회적 관심에 직접 효과 뿐만 아니라 상위기분을 매개로 매개효과가 통계적으로 확인되었기에 부분 매개효과가 있다고 볼 수 있어 가설 4는 채택되었다.

V. 논의 및 제언

A. 연구결과 요약

본 연구는 대학생의 공감과 사회적 관심 간의 관계에서 상위기분 매개효과를 검증하는 데 목적을 두었다. 이를 위해 대학생의 공감, 사회적 관심, 상위기분에 대한 선행연구들을 살펴보았으며, 국내에 거주하는 대학생을 대상으로 온라인을 통한 설문지 조사 방법으로 진행하였다. 수집된 자료는 총 320부로, 그 중 불성실하게 응답한 21부를 제외하고 299부의 자료를 최종 분석 자료로 사용하였다. 수집된 자료는 PASW Statistic 18.0(spss 18.0)과 AMOS 23.0을 활용하여 경로분석을 실시하였다.

본 연구는 선행연구를 통해 사회적 관심에 영향을 주는 요인을 선정한 후 각 요인의 영향 관계를 살펴보았다.

첫째, 각 변인 간 관계과약을 위해 상관분석 한 결과, 공감과 상위기분 모두 사회적 관심에 정(+)적 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 즉, 대학생의 공감이 증진되고 상위기분이 높아질수록 사회적 관심 수준이 증진 될 것으로 예측할 수 있다. 이는 대학생들이 공감과 상위기분을 제대로 발휘하면 자기 중심에서 타인에게 관심을 기울이는 모습으로 나타날 것이다. 더 나아가 이러한 시도가 반복되었을 때 타인의 수준을 넘어 자신이 속한 공동체와 사회에까지 협동과 기여의 모습인 사회적 관심으로 나타날 것이다.

둘째, 각 변수 간 경로별 통계적 유의성 검정을 위하여 경로분석을 실시한 결과, 먼저 대학생의 공감이 상위기분에 직접효과를 미쳤다. 이러한 결과는 공감적인 집단원일수록 자신의 정서에 대해 주의를 기울여 그 정서가 무엇인지 명확히 알고, 부정적인 기분을 개선하여 긍정적인 기분을 유지할 수 있다는 연구와 일치한다(김현주,2005). 또한 타인과의 상호작용에서 공감능력이 높을수록 자신의 감정을 한 발 떨어져 바라보고 대처하는 능력이 높으며 타인에 대해서도 그의 정서와 입장을 이해하고 수용할 수 있다는 김현주(2005)의 연구와 일치함을 확인하였다. Rogers(1975)가 주장한 이론인 자신의 정서를 정확하게 이해할 수 있어야 타인의 정서에 대해서도 정확히 이해하고 공감할 수 있다는 언급과 본 연구의 결과가 일치함을 확인하였고, 공감과 상위기분과의 관계에서 자신의 정서를 이해하고 관리하는 것이 타인의 정서를 추론하기 위해 필요조건이라는 이주일, 민경환(1996)의 견해와도 일치함을 확인하였다.

다음으로 대학생의 공감의 사회적 관심에 직접효과를 미쳤다. 이러한 결과는 공감이 사회적 관심의 기초이며 다른 사람과의 협동을 통해서 실행될 수 있는 것이라는 Adler (1928)와 Sweeney(1998) 이론을 다시 한번 입증한 결과이다. 또한 공감을 사회적 관심의 주요한 구성개념이자 타인의 감정과 심리상태, 혹은 경험을 마치 나의 것으로 느끼는 정신내적 현상으로 보며, 이것이 원만한 인간관계의 기본이 되고 이타적 행동과 상관관계가 있다고 언급한 박재석(2008)의 연구 결과와 일치하였다. 공감이 없다면 타인의 생각과 행동을 이해하는데 어려움이 따르고, 자신의 마음을 타인에게 전하는 것이 불가능하기 때문에 대인관계를 유지하는데 필수적이고 핵심적인 요소라고 주장한 강준(2013)의 연구와도 일맥상통하다 할 수 있다.

다음으로 대학생의 상위기분은 사회적 관심에 직접효과를 미쳤다. 즉, 자신의 정서에 주의를 기울이고 명확히하여 개선하는 사람일수록 타인에 대한 관심 수준이 높은 것으로 나타났다. 이런 연구결과는 기존의 대학생들을 대상으로 상위기분과 사회적 관심이 연구되어 온 사례가 거의 없지만 정서빈곤과 사회적 무관심이 증가하고 있는 사회상황에서 사회적 관심을 증가시킬 수 있는 새로운 관점에서 결과를 도출한 것으로 볼 수 있다. 사회적 관심은 공동체 관심(Community interest)로 번역되어있는 연구가 많으므로, 공동체적 관심과 상위기분과의 상관관계에 대해 살펴보면, 상위기분이 높은 경우 부적 정서를 적게 경험하여 대인관계문제를 긍정적으로 형성 할 수 있게 해주며, 상위기분은 그 자체로 긍정적 대인관계 형성에 유용한 기술이라고 언급한 신희정(2013)의 연구와 일치한다.

셋째, 공감이 사회적 관심에 영향을 미치는 데 있어 상위기분의 매개효과가 유의한지 살펴보기 위해 부트스트랩(bootstrap)을 실시한 결과, 공감과 사회적 관심의 관계에서 상위기분의 매개효과가 유의하게 나타났다. 이는 공감은 사회적 관심에 유의한 영향을 미치지만, 상위기분을 통해 사회적 관심에 간접적으로도 영향을 미치는 것을 나타낸다. 공감이 타인에 대한 관심인 사회적 관심에 영향을 미칠 때 상위기분이라는 요인을 통해 협동과 기여의 모습인 사회적 관심의 형태로 나타날 수 있는 것으로, 공감이 바로 사회적 관심으로 이어지기도 하지만, 상위기분의 수준에 따라 사회적 관심이 달라지는 것을 시사하는 것이다. 공감은 상대방에 대한 인지·정서적인 이해 뿐만 아니라, 자신의 정서를 반성적 수준에서 인식하고 조절하는 능력을 습득하도록 함으로써 개인 내적 기능을 활용하며, 이는 협동과 기여의 모습으로 자신이 속한 공동체와 더 나아가 사회에 까지 확장시켜 적용할 수 있게 하여 사회적 관심을 증진시키고 유지하는데 긍정적 역할을 할 것으로 보인다.

이번 연구를 통해 대학생의 사회적 관심 증진을 돕기 위한 방안으로 공감과 상위기분의 중요성을 인식하고 학생들로 하여금 자신의 정서를 명확히 인식하고, 개선하여 타인에 대한 공감으로 공동체에 기여하고, 협동적일 수 있는 프로그램을 연구하고 개발한다면 사회적 관심 증진에 도움을 줄 수 있을 것이다.

프로그램 연구와 개발에 있어 앞서 서론의 연구 필요성과 목적에서의 언급을 통해 공감과 사회적 관심은 타인의 존재를 전제로 하는 특질이므로 다양한 체험과 여러 매체를 활용하여 증진시키는 것이 효과적인 것을 알 수 있었다. 특히, 공감과 사회적 관심은 미술치료라는 미술 매체 활용에서 긍정적인 효과를 보였는데, 옥금자(2015)는 미술치료 참여자들이 미술을 통해 자기표현과 경청 등 긍정적 의사소통의 요소들을 경험할 수 있다고 하였다. 언어로 표현하는 것에 어려움을 느끼는 참여자들에게 좋은 자기표현의 수단이 될 수 있으며, 참여자들이 모두 동시에 작업 가능하므로 소극적인 참여자들에게도 효과적인 접근 방법이 도리 수 있다(Liebmann, 2013). 또한 집단미술치료에서는 표현된 작품이 시각적으로 서로에 대한 이해도를 높여 집단원들이 서로 공감할 수 있도록 도우며, 상대방의 작품을 통해 느낀 감정을 비언어적으로 표현할 수 있는데 이를 통한 동질감의 경험과 표현은 집단 응집력의 바탕이 된다(Yalom, Leszcz, 2008). 집단 미술치료는 참여자들에게 하나의 공동 목표를 가지고 함께 작업을 하는 기회를 제공하며, 이 과정에서의 상호작용은 집단원 서로에게 지지적이고 공감적인 의사소통의 경험과 습득의 기회가 될 수 있다(전순영, 2011; Liebmann, 2013).

또한 아동들이 신뢰관계를 형성할 수 있는 능력(Sutherland, 2016)과 집단원들의 책임 공유 및 문제 해결 능력을 키우며(Dreikurs, 1976), 저항의 최소화와 긍정적 자아존중감을 형성하고 사회적 지각 및 태도에 맞서 삶의 변화를 이끌어 내 사회적 관심을 장려한다(Sutherland, 2016). Adler 개인심리학 집단미술치료 선행연구를 살펴보면, 청소년을 대상으로 한 연구에서 청소년의 열등감 감소, 자아존중감 및 자기효능감 향상, 사회적 관심 증가에 긍정적 영향을 미친 것으로 나타났다(이성성, 2016; 김인숙, 2017; 이한나, 2015; 임영선, 2016; 주현주, 2018).

위와 같은 선행연구와 본 연구 결과를 토대로 상위기분의 요인이 포함된 미술치료 프로그램을 연구하고 개발한다면, 타인에 대해 더 깊이 있는 이해와 인지·정서적인 통찰이 가능할 것이며, 기여와 협동의 모습으로 사회적 관심이 증진 될 것이다.

B. 연구의 의 및 제언

공감은 사회적 적응과 관련된 중요한 변인으로 일상적인 적응 뿐 아니라 심리치료와 관련된 변인으로써 다양한 연구가 이루어져 왔다. 공감과 더불어 사회적 관심 또한 타인에 대한 관심으로써 사회적 적응의 중요한 변인임이 언급되었고, 다양한 사회적 이슈를 통해 사회적 관심을 증진의 필요성이 대두되며 최근 들어 다양한 연구가 진행되고 있다. 그 중 사회적 관심을 증진시키는데 자기격려가 긍정적 영향을 미치는 것을 밝힌 연구에 영향을 받아 본 연구에서는 타인에 관심을 가지기 이전에 자신의 정서를 인지하고 개선하는 것이 사회적 관심에 어떠한 영향을 미치는지 파악하고자 하였다.

본 연구에서는 공감과 사회적 관심과의 관계에서 상위기분이 매개역할을 한다는 결과를 통해 타인과 관계를 형성할 때 공감의 과정에서 자신의 정서를 명확히 인식한 후, 그 정서가 부정적인 것이라면 긍정적으로 개선한다면 바람직한 인간관계를 형성할 수 있으며, 그로 인해 공동체가 형성되고 그 안에서 사회적 관심이 증진될 수 있다는 것을 알 수 있다. 또한 대학생의 공감이 사회적 관심에 미치는 영향에 있어 상위기분의 매개하는지를 확인해 보고, 이를 통해 상위기분이 사회적 관심 증진에 중요한 심리적 기제임을 밝혔다는 데 의의가 있다.

또한 공감, 사회적 관심, 상위기분의 관계에 대한 연구는 부족하지만 선행연구를 통해 각 요인들 간의 관계성을 파악하였다. 강명희(2017)의 연구에서 자기격려를 실천하는 학생이 그렇지 않은 학생에 타인에 대한 관심과 배려를 보이고 공동체에 협동하고 기여함으로써 사회적 관심을 증진시킨다는 연구와 같은 맥락으로, 본 연구에서는 자신의 정서를 잘 파악하고 개선하는 사람이 사회적 관심의 주요한 요인인 협동과 기여라는 모습으로 공동체 안에서 타인에 대한 관심과 배려를 통해 사회적 관심을 증진시킬 수 있을 것이라는 가설을 검증한 데 의의가 있다.

본 연구결과를 토대로 연구의 제한점과 추후 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 각 변인들을 측정하는데 자기보고식 설문지를 활용하였다. 따라서 응답자가 바람직한 가치를 지향하려는 경향이 개입 될 수 있고, 표면화된 특성만을 파악할 수 있었다. 따라서 후속 연구에서는 심층적인 내용을 파악할 수 있는 실험 연구 방법을 통해 실증적으로 공감과 사회적 관심과의 관계에서 상위기분이 매개효과를

나타내는지를 살펴볼 수 있는 프로그램을 적용해 볼 필요가 있다.

둘째, 본 연구는 국내에 거주하고 있는 대학생을 대상 299명만으로 한정되었기에 그 결과를 보편적이고 객관화된 것으로 일반화하기에 제한점이 있다. 따라서 후속 연구에서는 더 많은 인원 및 다양한 연령대, 성별에서 대상을 표집 할 필요가 있다. 또한 이 연구는 횡단적 연구로써 변인들 간의 인과관계를 명확히 증명하기가 어렵다. 각 변인들 간의 관계를 동시에 측정하였기 때문에 이 연구에서 나타난 관계를 잠정적으로 보는 것이 바람직할 것이다. 이에 추후 연구에서는 종단적 연구를 통해 장기간에 걸쳐 공감과 사회적 관심, 상위기분의 매개효과를 명확하게 검증할 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서는 대학생의 공감과 사회적 관심에 미치는 영향을 상위기분의 매개효과로 보았다. 그러나 현대 대학생의 시기는 후기 청소년기라고 할 수 있으며, 성인기로 이행하는 과도기의 시기로 다양한 변인에 의해 영향을 받을 수 있기 때문에 사회가 부여하는 역할 압박, 진로 및 취업 걱정 등의 적응적 욕구의 여러 가지 변인들을 같이 고려해 볼 필요가 있다. 또한 미술치료와 각 변인들과의 관계를 통해 각 변인들에 관련된 프로그램이 대학생보다는, 아동과 청소년에 집중되어 있는 것을 알 수 있으며, 사회적 관심과 상위기분을 적용한 미술치료 프로그램에 관한 연구가 부족하다는 것을 알 수 있다. 이에 후속 연구에서는 실증적인 방안으로 대학생을 대상으로 상위기분요소로 한 사회적 관심 증진 개입 프로그램을 개발 할 필요가 있으며, 앞서 언급한 각 요인에 대한 미술치료의 효과적인 부분을 참고하여 집단미술치료 프로그램이 개발되어 적용될 필요가 있다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구의 결과는 다음과 같은 시사점을 갖는다.

첫째, 대학생을 대상으로 공감과 사회적 관심과의 관계에서 상위기분의 매개효과를 검증하였다는 것이다. 또한 사회적 관심에 공감과 상위기분이 정적상관이 있음을 밝힌 데 시사점이 있다.

둘째, 대인관계에서 타인의 시선에 어려움을 겪는 대상에게 자신의 정서를 명확히 인식하고, 정서를 개선하는 방향으로 상담개입에 비중을 두는 것이 도움이 될 수 있으며, 소통에 어려움을 겪는 대상에게는 공감과 더불어 상위기분 증진에 비중을 두는 것이 도움이 될 수 있을 것이다. 이에 사회적 관심을 증진시킬 수 있는 효과적인 요인으로 상위기분 요인이 필요함을 시사한다.

셋째, 본 연구에서는 대학생의 사회적 관심을 증진하는데 상위기분이라는 정서적 요

소를 고려함으로써 자신의 정서를 명확히 인식하고 개선하는 것이 집단 안에서의 소속감과, 타인을 향한 관심에 미치는 영향력을 확인해 볼 수 있었다.

사회적 관심이 선천적으로 가지고 태어나는 인간의 본성이지만 불변성을 지닌 개념이 아닌 훈련을 통해 배우고 발달시킬 수 있는 요인이기에(Adler, 1978) 지금까지 언급한 본 연구의 한계점과 그에 따른 제언을 바탕으로 후속 연구에서는 본 연구를 토대로 대학생을 대상으로 한 효과적인 사회적 관심 증진 프로그램 개발의 기초 자료가 될 수 있기를 바란다.

참고 문헌

- 강경아 (2004). **공감훈련 프로그램이 초등학교 아동의 또래 간 갈등해결전략에 미치는 효과**. 서울교육대학교 석사학위 청구논문.
- 강경호 (2012). **부모애착과 불안의 관계에서 자기격려의 매개효과**. 명지대학교 사회교육대학원. 석사학위논문.
- 강명희 (2018). **초등학생의 자기격려와 사회적 관심 증진을 위한 프로그램 개발 및 효과 검증**. 경기대학교 박사학위논문.
- 강준 (2013). **정서 점화 효과에 기반한 공감의 개인차 연구**. 고려대학교 대학원 석사학위논문
- 고미애 (2003). **Adlerian 집단상담 프로그램이 여중생의 열등감 극복과 사회적 관심 증대에 미치는 효과**. 여수대학교 석사학위논문.
- 교육부 (2015). 초·중등학교 교육과정총론
- 고정훈 (2019). 디지털투데이. 직장 갑질 막겠다더니...100일 넘은 ‘괴롭힘 금지법’, 실효성 의문 여전. 2019년 11월 13일에서 확인함.
- 곽현경 (2017). **공동체 의식 프로그램이 초등학생의 소속감과 학급 응집력에 미치는 효과**. 광주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 권보정 (2018). **대학생의 대인관계유능성과 대인관계문제의 관계에서 정서인식명확성의 조절효과**, 아주대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 권석만 (2012). 현대 심리치료와 상담 이론. 서울: 학지사.
- 권신영 (2016). 대학생의 내면화된 수치심이 분노표출에 미치는 영향: 사회적 관심의 매개효과. **복지상담교육연구**, 5(1), 225-244.
- 권정안 (2001). **중학생을 대상으로 한 공감훈련 프로그램의 개발**, 계명대학교 석사학위 청구논문.
- 김경선 (2018). **청소년이 지각한 부모 공감이 청소년의 사회적 관심에 미치는 영향 : 정서지능 매개효과**, 호남신학대학교 기독교상담대학원 석사학위논문.
- 김경희 (1995). 정서란 무엇인가? 민음사.
- 김경희 (1998). **교사용 유아 정서지능 평정척도 개발에 관한 연구**. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 김경희 (2004). 아동의 기질과 부정적 정서 및 정서조절전략과의 관계. **아동학회지**, 25

- (6), 355-370.
- 김동희 (2013). 일반 청소년의 스트레스 인지 관련 보호요인 분석. *스트레스 연구*, 21(1), 23-30.
- 김미경 (1998). 정서주의력, 정서인식의 명확성, 부정적 기분조절 기대치가 도움추구 행동에 미치는 영향. 연세대학교 석사학위논문.
- 김미라 (2009). 중학생의 학업성취압력 지각과 공감능력이 심리적 안녕감과 친사회적 행동에 미치는 영향. 한양대학교 석사학위 청구논문.
- 김미란 (2006). Adler의 개인심리학에 근거한 격려집단상담 프로그램 개발 및 효과 분석. 목포대학교 대학원 박사학위논문.
- 김미례 (2009). 초기 기억에 나타난 생활양식과 시간구조화의 관계. *상담학연구*, 10(3), 1453-1470.
- 김미례, 노안영, 오명자 (2007). Adler의 생활양식이론의 관점에서 본 중년기 여성의 사회적 관심정도 및 활동수준과 주부생활스트레스의 관계. *상담학연구*, 8(3), 935-950.
- 김민선, 서영석 (2010). 대학생의 부적응적 완벽주의와 성인애착에 따른 집단 분류와 심리적특성에 대한 집단 간 차이. *한국심리학회지: 상담 및 상담치료*. 22(2), 413-434.
- 김소영 (2016). 초등학생의 사회적 관심 향상을 위한 뇌교육 기반 실천중심 인성교육 프로그램 효과 연구. 국제뇌교육종합대학교 대학원 박사학위논문.
- 김수진 (2017). “‘사람이 귀찮고 혼자이고 싶다’...’관태기’ 앓는 20대”. 이데일리,(2017년 4월 20일)에서 확인함.
- 김순례 (2013). 중학생의 자기격려가 사회적 관심 및 대인관계에 미치는 영향. 단국대학교 석사학위논문.
- 김언주, 조한익(1998). 메타기분(meta-mood)의 측정 및 발달에 관한 연구. *교육 발전 논총*, 19, 121-134.
- 김여흠, 이윤주(2013). 대학생의 행복감에 영향을 미치는 사회불안, 공감, 사회적 기술, 분노표현양식, 대인관계만족에 대한 구조 방정식 모델 검증. *상담학연구*, 14(3), 1587-1604.
- 김연지 (2013). 개인심리학에 근거한 대인관계증진 집단상담이 수치심 감소와 사회적 관심 및 자기격려의 증가에 미치는 효과. 전남대학교 석사학위논문.
- 김영아 (2018). 청소년용 사회적 관심 척도 개발 및 타당화. 충북대학교 박사학위 논문.

- 김영혜 (2008). 가톨릭대학교 2007학년도 신입생 실태조사. 가톨릭대학교 학생생활상담소: **학생생활상담**, 26, 117-168.
- 김유진 (2011). **상위-기분이 대인관계문제에 미치는 영향: 정서의 매개효과를 중심으로**. 아주대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 김은숙 (2011). **아동의 공감능력 및 자아존중감과 친사회적 동기의 관계**. 계명대학교 대학원 석사학위논문.
- 김은임 (2016). **대학생의 정서인식 명확성과 공감능력 및 심리적 안녕감의 관계**. 아주대학교 석사학위논문.
- 김정남 (2005). 자기 및 타인 표상, 공감이 분노수준과 분노표현 양식에 미치는 영향. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 김정선, 김한나(2016). 대학생 대상 인성교육 프로그램 관련 국내 연구논문의 통합적 고찰. **한국산학기술학회논문지: 일반**, 17(4), 547-555
- 김진영, 고영건(2007). 한(恨)과 주관적 정서 간 관계에서의 특성메타-기분의 중재 효과. **한국심리학회지:일반**, 26(2), 245-259.
- 김천수 (2017). **개인심리학 이론에 근거한 사회적 관심 척도 개발 및 타당화**. 전남대학교 박사학위논문.
- 김춘경 (2006). Adler 초등학생상담 이론과 실제, 서울: 학지사.
- 김춘경 외 17인(2013). **상담이론과 실제**. 서울: 학지사.
- 김필진 (2005). 사회적 관심과 정신건강. **한국기독교상담학회지**, 9, 145-176.
- 김현주 (2005). **상위기분과 공감의 관계**. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김해연 (2009). 공감교육 프로그램이 초등학생의 공감능력과 정서지능에 미치는 영향. 서울교육대학교 교육대학원. 석사학위논문.
- 노안영 (2006). **상담심리학의 이론과 실제**. 서울: 학지사
- 문경미 (2015). **고등학생의 자기성찰, 자기통제력, 공감능력이 정서조절능력에 미치는 영향**, 동아대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 문수백 (2009), 구조방정식모델링의 애환 실제. 서울 : 학지사
- 문승미 (2006). 어머니의 정서적 공감과 유아의 문제행동 및 정서조절과의 관계. 경희대학교 석사학위논문.
- 민경환 (2002). **성격심리학**. 법문사.
- 박경호 (2016). **격려집단상담 프로그램이 중학생의 사회적 관심과 또래관계에 미치는 영향**. 원광대학교 석사학위논문.

- 박운주 (2013). **부부의 상위기분과 정서표현이 결혼만족에 미치는 자기효과와 배우자효과**. 단국대학교 대학원 박사학위논문.
- 박선하, 김지현, 김정민 (2014). 부모의 양육태도가 청소년의 공감능력에 미치는 영향. **청소년학연구**, 12(4), 225-237.
- 박성희 (1994). **공감의 특성과 이타행동**. 서울대학교 박사학위 청구논문.
- 박성희 (2004). **공감학 어제와 오늘**. 서울: 학지사.
- 박정순, 김춘경 (2002). 사회적 관심 증진 프로그램이 초등학생의 공격성 감소에 미치는 효과 검증. **한독교육학회**, 7(2), 33-57.
- 박재석 (2008). **대학생의 사회적 관심과 대인관계 성향간의 관계에서 심리적 안녕감의 매개 효과**. 석사학위논문, 단국대학교.
- 박혜정 (2014). **은퇴 남성의 사회적 관심과 활동수준이 우울에 미치는 영향 : 삶의 의미의 매개효과와 조절효과**. 진주교육대학교 석사학위논문.
- 배미정, 조한익(2014). 내현적 자기에 성향, 자존감, 인지적 및 정서적 공감 그리고 대인관계 유능성 간의 관련성 연구. **한국상담학회**. 15(6), 2417-2435.
- 서민경 (2006). **공감 및 자기표출훈련 집단상담이 초등학생의 정서지능과 친사회적 행동에 미치는 효과**. 전주교육대학교 석사학위논문.
- 서영란, 홍혜영(2010). 사회적 관심의 정도와 활동수준에 따른 중학생의 생활양식과 스트레스 대처방식, 생활만족도의 관계 연구. **청소년상담연구**, 18(2), 85-100.
- 신경일 (1994). **공감의 인지적, 정서적 요소 및 표현적 요소간의 관계**. **부산대학교 학생생활연구소**, 29(1), 1-37.
- 신지희 (2012). **격려집단상담 프로그램이 장애아 어머니의 양육 스트레스 및 자기존중감, 통제소재, 사회적 관심에 미치는 효과**. 광주교육대학교 석사학위논문.
- 신지혜 (2019). **스토리텔링을 활용한 미술 감상수업이 중학교 1학년의 공감능력에 미치는 영향**. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 신희정 (2013). **아동이 지각한 부모공감과 학교적응의 관계에서 정서조절능력의 매개 효과**. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 안영민, 김원중 (2018). 아들러(Adler) 개인심리학에 근거한 자기격려 셀프카운슬링 프로그램이 청소년의 자아탄력성, 대인관계, 사회적 관심에 미치는 효과. **복지상담교육연구**, 7(1): 279-304.
- 양경선 (2013). **부모의 공감과 청소년의 공감이 청소년의 또래괴롭힘피해자**

- 방어 행동에 미치는 영향.** 서울대 대학원 석사학위논문.
- 얼루어 코리아(Allure Korea) 뷰티 라이프 스타일 잡지. “나도 관태기일까?”. 2017년 10월 23일에서 확인함.
- 연합뉴스 (2019). [사건큐브] 일가족 4명 한달만에 숨진채 발견,.. 이유는? <https://www.yonhapnewstv.co.kr/news/MYH20191104010800038?srt=l&d=Y> 에서 2019년 11월 04일 자료 얻음.
- 오숙영(1997). 인지지능과 감성지능의 교육적 효과 분석. 고려대학교 석사학위논문.
- 오익수 (2006). 초등학생의 초기기억에 나타난 생활양식과 학교적응과의 관계. **상담학연구**, 7(2), 633-645
- 윤경화 (2007). **대안초등학교 학부모와 사회적 관심, 공동체의식 및 심리적 안녕감 간의 관계.** 서울불교대학원 석사학위논문.
- 윤상미 (2015). **정서인식명확성과 심리적 안녕감의 관계에서 주도적 대처의 매개효과 : 초기성인기와 중년기 집단을 중심으로.** 이화여자대학교 교육대학원 석사논문.
- 윤희미 (2016). **청소년 정서조절능력 향상을 위한 자기이해 연극놀이 프로그램의 적용.** 단국대학교 대학원 석사학위논문
- 이미화 (2010). 공감능력과 심리적 안녕감의 관계에서 친사회적 행동의 매개효과. **청소년학연구**, 17(11). 139-158.
- 이성숙 (2016). **아들러 개인심리학 집단미술치료가 청소년의 열등감, 자기효능감, 사회적 관심에 미치는 효과.** 석사학위논문, 조선대학교.
- 이수정, 이훈구 (1997). Trait Meta-Mood Scale의 타당화에 관한 연구: 정서지능의 하위 요인에 대한 탐색. **한국심리학회지 : 사회 및 성격**, 11(1), 95-116.
- 이은순 공저 (1998). **청년기와 정서**, 현대청년심리학. 학문사.
- 이정은 (2015). **중학생의 자기격려와 학교생활적응의 관계 : 사회적관심의 매개효과.** 한양대학교 석사학위논문.
- 이정애 (2016). **격려집단상담 프로그램이 고등학생의 자기낙담과 사회적 관심에 미치는 영향.** 계명대학교 석사학위논문.
- 이주일, 민경환 (1996). 정서지능: 개념의 소개 및 연구전망. **심리과학**, 5(1), 67-84
- 이효선, Garz D. (2006). 사회복지실천을 위한 인간행동과 사회환경의 이해. 일산: 공동체
- 이희경 (2007). **중학생의 희망과 공감 하위집단에 따른 심리적 안녕감의 차이.**

- 상담심리치료, 19(3), 751-766.
- 장지민 (2015). **대학생의 정서인식 명확성, 자아존중감, 공감이 대인관계 유능성에 미치는 영향**. 동국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 장현갑 (1996). 인간이해의 새로운 관점으로서의 정서지능론. **영남대학교 학생연구소** 27(1), 1-35.
- 전현주 (2006). **중학생의 생활양식 유형과 대인관계 성향 및 학교생활적응과의 관계 연구**. 건국대학교 석사학위논문.
- 정미숙 (2010) **장애아동 어머니의 감사성향 및 사회적 관심과 심리적 안녕감의 관계**. 단국대학교 석사학위논문.
- 정민 (2001). **생활양식과 대학생 생활 적응과의 관계**. 전남대학교 석사학위논문.
- 정민 (2013). 사회적 관심 척도의 개발 및 타당화. **상담학연구**, 14(4), 2071-2583
- 정민, 이미라, 노안영(2006). 애착과 심리적 안녕감 관계에 대한 사회적 관심의 매개 효과. **한국상담학회: 상담학연구**, 7(4), 1023-1038.
- 정보아 (2001). **대학생의 자기애적 성격과 대인관계 성향에 관한 연구**. 석사학위 논문, 숙명여자대학교 대학원.
- 정수경 (2000). **공감전달이 정서표현 갈등에 미치는 영향**. 경북대학교 석사학위논문.
- 정현정, 김희규 (2009). 사회적 관심증진 짝놀이 프로그램이 초등학교 아동의 공격성 및 대인관계 문제해결에 미치는 효과. **특수아동교육연구**, 11(1).
- 조고은 (2017). **집단예술치료가 초등학교 저학년 학생의 공감 능력 향상에 미치는 영향**. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 조소현 (2005). **정서 강도와 정서 인식의 명확성이 자기 파괴적 충동 행동에 미치는 영향**. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 조효진 (2006). **공감능력과 이타성향간의 관련성 연구**. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 최광순 (2003). **개인심리학적 집단상담이 열등감, 자기존중감 및 사회적 관심에 미치는 효과 : 실업계 고등학생을 중심으로**. 전남대학교 석사학위논문.
- 최요원, 이수정 (2004). “대학생의 정서인식의 개인차가 정신건강에 미치는 영향.” **한국심리학회지: 건강**, 9(4), 887-901.
- 통계청 (2015~2018). **인구총조사**. 시도별 1인가구. 통계청
- 하창순, 최희철, 강석영, 김병석(2004). 한국판 사회적 관심척도의 신뢰도와 타당도. **상담학연구**, 5(2), 295-305.

- 한종순 (2005). **초등학생의 공감능력과 정서지능과의 관계**. 충북대학교 석사학위 청구 논문.
- 한유정, 김순혜(2015). **초기 청소년의 공감과 친구관계에서 갈등해결전략의 매개효과**. **한국청소년학회**, 청소년학연구, 22(12), 471-491.
- 허홍열 (2013). **청소년의 자아정체감과 사회적 공감지수와의 관계**. 한서대학교 대학원 석사학위논문.
- 홍미란 (2010). **부모또래애착과 자아탄력성이 청소년문제행동에 미치는 영향**. 성균관대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 홍예영, 김유숙(2015). **청소년 공감 척도 개발과 타당화 연구**. 서울여자대학교 교유심리학과. 청소년학연구, 22(8), 159-183.
- 황석현, 민경환 (2000). The Conceptualization and Validation of Emotional Complexity. **한국심리학회지 : 사회 및 성격**, 14(1), 263-284
- 황혜정 (1999). 아동의 정서지능 발달과 정서, 행동문제와의 관계에 대한연구. **초등교육연구**, 13(1), 67-84

- Adler, A.(1924). *The practice and theory of individual psychology*. Abingdon, Oxon: Routledge, Trench, Trubner.
- Adler, A. (1927). *Understanding human nature*. Grenwich, CT: Foweett.
- Adler, A. (1959). *Understanding human nature*. N. Y: Premier Books.
- Adler, A. (1964). *Social interest: A challenge to mankind* (Vol. 108). New York: Capricorn books.
- Adler, A.(1978). *Cooperation between the sexes: writings on women and men, love and marriage and sexuality*. Ansbacher, H. L. & Ansbacher, R. R.(Ed. and T rans.). Garden City, NY: Anchor Books. Ansbacher, H. L. (1991). The concep t of social interest. *Individual Psychology*, 47(1), 28-46.
- Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. Holt, Reinhart & Winston.
- Ansbacher, H. L.(1992). Alfred Adler's concepts of community feeling and of soci al interest and the relevance of community feeling for old age. *Individual Ps ychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*, 48(4), 402-412.
- Bass, M. L., Curlette, W. L., Kern, R. M. & McWilliams, A. E. (2002). Social intere st: a meta-analysis of a multidimensional construct. *Journal of Individual Ps*

- ychology*, 58(1), 4-34.
- Batson, C. D., Ahmad, N., Lishner, D. A., & Tsang, J.-A. (2002). Empathy and altruism. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (p. 485 - 498). Oxford University Press.
- Bahlmann, R., & Dinter, L. D. (2001). Encouraging Self-Encouragement: An Effect Study of the Encouraging-Training Schoenaker-Concept®. *Journal of Individual Psychology*, 57(3), 237-288.
- Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349-361.
- brunch (2016). “1인 가구 증가는 왜 일어나는가?”. (2016년 9월 9일) 에서 확인함.
- Caprara, G. V., Alessandri, G., Eisenberg, N., Kupfer, A., Steca, P., Caprara, M. G., Yamaguchi, S., Fukuzawa, A., & Abela, J. (2012). *The Positivity Scale. Psychological Assessment*, 24(3), 701 - 712.
- Carkhuff, R. R., & Truax, C. B. (1967). *Toward effective counseling and psychotherapy*. Chicago: Aldine.
- Catanzaro, S. J., & Mearns, J. (1990). Measuring generalized expectancies for negative mood regulation: Initial scale development and implications. *Journal of Personality Assessments*, 54(3-4), 546-563.
- Chow, Ruhl, & Buhrmester. (2013). The mediating role of interpersonal competence between adolescents' empathy and friendship quality: A dyadic approach. *Journal of adolescence*, 36(1), 191-200.
- Clark, K. B. (1980). Empathy: A neglected topic in psychological research. *American Psychologist*, 35(2), 187-190.
- Clark, M. S. (1985). Implications of relationship type for understanding comparability. In W. Ickes (Ed.), *Compatible and incompatible relationships*. New York: Basic Books.
- Crandall, J. E.(1975). A scale for social interest. *The Journal of Individual Psychology*, 31(2), 187-195.
- Crandall, J. E. (1984). Social interest and a moderator of life stress. *Journal of personality and social psychology*, 47(1), 83-91.

- Dacher Keltner, Deborah H. Gruenfeld, Cameron Anderson(2003), Power, approach, and inhibition, *Psychological Review*, Vol. 110(2), 265-284
- Danish, S. J. & Kagan, N. (1971). Measurement of affective sensitivity: Toward a valid measure of interpersonal perception. *Journal of Counseling Psychology*, 18(1), 51-54.
- Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10(85), 1-19.
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy; Evidence for multidimensional approach, *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 113-126.
- Deutsch F, & Madle RA. (1975). Empathy; historic and current conceptualizations, measurement, and a cognitive theoretical perspective. *Human Development*, 18(4), 267-287
- Dinkmeyer, Jr. D. & Sperry, L.(2000). *Counseling and psychotherapy: An integrated, individual psychology approach*. New Jersey: Prentice-hall.
- Doerfler, L. A., & Richards, C. S. (1981). Self-initiated attempts to cope with depression. *Cognitive Therapy and Research*, 5(4), 367-371.
- Dreikurs, R. (1989). *Fundamentals of Adlerian psychology*. Chicago, IL: Adelr School of Professional Psychology.
- Duan, C., & Hill, C. (1996). The current state of empathy research. *Journal of Counseling Psychology*, 43(3), 261-274.
- Eisenberg, N., & Strayer, J. (1987). Critical issues in the study of empathy. In N. Eisenberg, & J. Strayer (Eds.), *Empathy: A developmental perspective*. New York: Cambridge University Press.
- Eisenberg, N., & Fabes, R. A. (1994). Mothers' Reactions to Children's negative Emotions : Relations to Children's Temperament and Anger Behavior. *Merill-Palmer Quarterly*. 40(1), 138-156.
- Emmons, R. A. (1992). *Styles of emotion regulation and the experience of mood*. Paper presented at the Tenth Nags Head Conference on Affect and Cognition, Highland Beach, FL,.
- Fernandez-Berrocal, Ruiz (2008). Emotional Intelligence in Education. *Electronic Jou*

- Journal of Research in Educational Psychology*. 15(6), 421-436.
- Feshbach, N. D. (1975). Empathy in children: Some theoretical and empirical considerations. *Counseling Psychologist*, 5(2), 25-30.
- Feshbach, N. D. (1982). Sex differences in empathy and social behavior in children. In N. Eisenberg (Ed.), *The development of prosocial behavior* (pp. 315-338). New York: Academic Press.
- Frijda, N. H. (1986). *The emotions*. New York; Cambridge University Press, Grewal, D. D., & Salovey, P. (2005). Feeling smart The science of emotional intelligence. *American Scientist*, 93(1), 330-339.
- Frijda, N. H. (1994). Emotions are functional, most of the time. In P. Ekman & R. J. Davidson (Eds.), *The nature of emotion: Fundamental questions*, 112-122. New York: Oxford University Press.
- Gilman, R. (2001). The relationship between life satisfaction, social interest, and frequency of extracurricular activities among adolescent students. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(6), 749-767.
- Goldman, S. L., Kraemer, D. T., & Salovey, P. (1996). "Beliefs about mood moderate the relationship of stress to illness and symptom reporting." *Journal of Psychosomatic Research*, 41(2), 115-128.
- Gohm, C. L., & Clore, G. L. (2000). Four latent traits of emotional experience and their involvement in well-being, coping, and attributional style. *Cognition and Emotion*, 16(4), 495-518.
- Greenson, R. R. (1960). Empathy and its vicissitudes. *The International Journal of Psychoanalysis*, 41(1), 418 - 424.
- Guzick, D. T., Dorman, W. J., Groff, T. S., Altermatt, E. R., & Forsyth, G. A. (2004). Fostering social interest in schools for long-term and short-term outcomes. *Journal of Individual Psychology*, 60(4), 361-378.
- Hjelle, L. A., & Ziegler, D. J. (1981). *Personality Theories: Basic Assumptions, Research and Application*. McGraw-Hill Inc.
- Hoffman, M. L. (1977). Empathy, its development and prosocial implication, In H. E. Howe, Jr. & C. B. Keasey(Eds.), *Nebraska Symposium on Motivation* (Vol. 25), Lincoln: Univ. of Nebraska Press.

- Hoffman, M. L. (1982). Development of prosocial motivation: Empathy and guilt. In N. Eisenberg (Ed.), *The development of prosocial behavior* (pp. 218-313). New York: Academic Press.
- Hoffman, M. L. (1984a). The contribution of empathy to justice and moral judgment. In N. Eisenberg & J. Strayer (Eds.), *Empathy and its development* (pp. 47-80). New York: Cambridge University Press.
- Ingram, R. E. (1990). Self-focused attention in clinical disorders: Review and a conceptual model. *Psychological Bulletin*, *107*(2), 156-176.
- Isen A. M. (1984). Toward understanding the role of affect in cognition, In R. Wyer & T. Srull (Eds.), *Handbook of social cognition* (pp.179-236). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- J. Hogeveen, M. Inzlicht, and S. S. Obhi. (2014). Power Changes How the Brain Responds to Others, *Journal of Experimental Psychology: General* *143*(2), 755-62.
- Kaplan, H. B. (1991). Sex differences in social interest. *Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research, & Practice*, *47*(1), 120-123.
- Kaufman, J. A. (2007), An Adlerian Perspective on Guided Visual Imagery for Stress and Coping. *The journal of Individual Psychology*, *63*(2), 1-5.
- Kern, M. R., Gfroerer, K., Curlette, W., & Matheny, K. (1996). Life-style, personality and stress coping. *The Journal of Individual Psychology*, *52*(1), 42-53.
- Kohut, H. (1959). Introspection, empathy, and psychoanalysis. *Journal of the American Psychoanalysis Association*, *7*(3), 459-483.
- 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*(5), 934-949.
- Lipps, T. (1907). Das Wissen von Fremden Ichen. *Psychologischen Untersuchungen*, *1*(4), 694-722.
- Lopes, P. N., Salovey, P., & Straus, R. (2002). Emotional intelligence, personality, and the perceived quality of social relationships. *Personality and Individual Differences*, *35*(3), 641-658.
- Lundin Robert W. (1989). Alfred Adler's Basic Concepts and Implications. Accelerated Development Inc.

- Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being*. New York: Van Nostrand Reinhold Co.
- Mayer, J. D., & Gaschke, Y. N. (1988). The experience and meta-experience of mood. *Journal of Personality and Social Psychology, 55*(1), 102-111.
- Mayer, J. D., Mamborg, M., & Volanah, A. J. (1988). Cognitive domains of the mood system. *Journal of personality, 56*(3), 453-486.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality, 9*(3), 185-211.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). *The intelligence of emotional intelligence. Intelligence, 17*(4), 433-442.
- 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.
- Mead, G. H. (1934). *Mind, self and society*. Chicago: University of Chicago Press.
- Miller, P. A., & Eisenberg, N. (1988). The relation of empathy to aggressive and externalizing antisocial behavior. *Psychological Bulletin, 103*(3), 324 - 344.
- Patterson, C. J., Kupersmidt, J. B., & Griesler, P. C. (1990). Children's perceptions of self and of relationships with others as a function of sociometric status. *Child Development, 61*(5), 1335-1349
- Piaget, J., & Inhelder, B. (1969). *The psychology of the child*. New York: Basic Books. (original work published 1966)
- Rarshide, M., & Kern, R.(1991). Social interest: the haves and the have not's. *The Journal of Individual Psychology, 47*(4). 464-476.
- Redmond, M. V. (1989). The function of empathy in human relations. *Human Relations, 42*(7), 593-605.
- Rogers, C. R. (1975). Empathic: An unappreciated way of being. *The Counseling Psychologist, 5*(2), 2-10.
- Russell, J, A, (1978). Evidence of convergent validity on the dimensions of effect. *Journal of Personality and Social Psychology, 36*(10), 1154-1168.
- Rusell, J. A., & Bullock, M. (1986). Fuzzy concepts and the perception of emotion in facial expressions. *Social Cognition, 4*(3), 309-341.

- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality, 9(3)*, 185-211.
- Salovey, P., Mayer, J.D., Goleman, S. L., Turney, C., & Palfai, P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: exploring emotional intelligence using the trait meta-mood scale. *Emotion, Disclosure, and Health. Washington, DC.: APA.* 125-154.
- Salovey, P., Mayer, J. D. (1996). What is emotional intelligence? In Salovey, P. & Sluyter, D. J. (Eds.), (1997). *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications. New York: Basic Books.*
- Schwartz, J. P., & Waldo, M. (2003). Interpersonal manifestations of lifestyle: vicarious psychology integrated with interpersonal theory. *Journal of Mental Health Counselling, 25(2)*, 101-111.
- Shulman, T., & Hemenover, S. (2006). Is dispositional emotional intelligence synonymous with personality? *Self and Identity, 5(2)*, 147-71.
- Sperry, J. J. (2011). *The relationship of self transcendence, social interest, and spirituality to well-being in HIV/AIDS adults.* Doctoral dissertation, Florida Atlantic University Boca Raton, Florida.
- Sullivan, H. S. *The interpersonal theory of psychiatry* (New York: Norton, 1953), 11.
- Sweeney, T. J (1998). *Adlerian counseling: A practitioner's approach*(4th ed). Muncie, IN:Accelerated Development.
- Sweeney, T. J. (2005). *Adlerian counseling: A practitioner's approach*(4th ed). 아들러 상담이론과 실제(노안영, 강만철, 오익수. 김광운, 송현중, 강영신, 오명자 공역), 서울: 학지사(1998 원저 발간).
- Swinkels, A., & Giuliano, T. A. (1995). The measurement and conceptualization of mood awareness: Attention directed toward one's mood states. *Personality and Social Psychology Bulletin, 21(9)*, 934-949.
- Truax, C. B. & Carkhuff, R. R. (1965) Client and therapist transparency in the psychotherapeutic encounter. *Journal of Counseling Psychology, 12(1)*, 3-9.
- Truax, C. B. & Carkhuff, R. R. (1967). *Toward effective counseling and psychotherapy.* Chicago: Aldine.
- Vischer(1987), 678; Novier(1996), 147; B Dutoit, *Commentaire de la loi federale du*

18 decembre 1987(Basel: Helbing & Lichtenhahn, 1997) 292.

Winnicott, D.W. (1965). The Maturation Processes and the Facilitating Environment. *Int. Psycho-Anal. Lib.*, 64:1-276. *London: The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.*

Yang, J., Milliren, A., & Blagen, M. (2010). *The psychology of courage: An Adlerian handbook for healthy social living.* Routledge/Taylor & Francis Group.

Zhou, Q., Valiente, C., & Eisenberg, N. (2003). Empathy and its measurement. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (p. 269 - 284).

국문초록

대학생의 공감과 사회적 관심과의 관계에서 상위기분의 매개효과

장보라

지도교수 김택호

조선대학교 일반대학원

미술심리치료학과

본 연구의 목적은 대학생의 공감, 사회적 관심, 상위기분의 관계를 밝히고, 사회적 관심에 대한 공감의 영향에 있어 상위기분의 매개효과를 검증하는데 있다. 이를 위해 국내에 거주하는 대학생을 대상으로 온라인을 통한 설문지 조사법으로 진행되었다. 조사 기간은 2020년 4월 6일부터 2020년 4월 30일까지로 총 320부가 회수되었으며, 그 중 불성실한 응답지 21부를 제외하고 총 299부가 분석에 사용되었다.

연구의 매개효과 검증을 위해 사회적 관심척도, 공감 척도, 상위기분 척도를 사용하였다. 수집된 자료는 SPSS Statistic 18.0(spss 18.0)와 AMOS 23.0을 이용하여 데이터를 분석하였다. 설문에 응답한 사람의 인구통계학적 특성에 따른 분포과약을 위해 빈도 분석을 실시하였으며, 연구 변인의 수준과 정규성을 검토하기 위해 기술통계 분석을 실시하였다. 또한 변인들 간의 상관관계를 밝히기 위하여 SPSS를 통해 상관분석을 실시하였으며, 본 연구에서 설정한 가설의 실증적 분석을 위해 AMOS 프로그램을 사용하여 경로분석을 실시하였다. 마지막으로 편향 수정 부트스트랩을 적용하여 공감이 사회적 관심에 미치는 영향에서 상위기분의 매개효과 유의성을 검증하였다.

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 대학생의 공감과 사회적 관심, 상위기분과의 관계가 어떠한지를 살펴본 결과, 각 요인들 간의 정적상관이 있는 것을 알 수 있다. 변인 간의 상관분석을 통해 공감과 상위기분의 정적상관, 공감과 사회적 관심과의 정적상관, 상위기분과 사회적 관심과의 정적상관이 증명되었다. 이를 통해 공감을 잘하는 학생일수록 상위기분과 사회

적 관심이 높게 나타나는 것을 알 수 있다.

둘째, 공감과 사회적 관심과의 관계에서 상위기분의 매개효과가 있는지 알기위해 경로분석을 실시한 결과 상위기분이 매개효과가 있는 것으로 나타났다. 각 변수 간 경로에 대한 직·간접 효과를 확인하였으며, 간접 효과에 대한 유의성을 확인하기 위하여 부트스트래핑 방법을 사용한 결과 상위기분을 매개로 공감과 사회적 관심간에 통계적으로 유의한 결과가 나타났다. 즉, 공감 수준이 높을수록 상위기분 수준이 높아질 수 있으며, 이는 공감이 사회적 관심에 직접적으로 영향을 미치기도 하지만 상위기분을 통해서 간접적으로 영향을 미칠 수 있다는 것이다.

이러한 연구결과는 상위기분과 공감이 사회적 관심에 있어 중요한 심리적 기제임을 밝혔다. 따라서 대학생의 공감능력이 사회적 관심 증진에 긍정적 영향을 미치며, 타인에 대해 공감을 할 때 상위기분을 통하여 자신의 정서를 명확히 한 후 타인에게 관심을 기울이면 사회적 관심이 증진한다는 것을 알 수 있다. 또한 연구결과는 실제 현장이나 상담에서 적용될 수 있으며, 대학생의 타인에 대한 이해와 배려, 대인관계 개선 등을 포함한 사회적 관심 증진 프로그램 개발에 활용할 수 있다는데 의의가 있다.

주요 용어 : 대학생, 공감, 사회적 관심, 상위기분, 매개효과

감사의 글

코로나로 인해 모두가 힘든 상황에, 논문을 마무리 할 수 있게 격려와 도움을 주신 모든 분들께 감사의 글을 올립니다. 논문을 작성하는 모든 시간동안 배움의 자세를 잃지 않도록 중심을 잡아주신 하나님 아버지의 은혜에 감사드립니다. 논문을 쓰면서 저를 위해주시는 분들의 관심과 사랑을 느낄 수 있었고, 상담과 미술치료 분야에 있어 더 많은 공부와 배움을 통해 성장할 수 있는 시간이 되었습니다.

아직 학문적으로 부족한 저를 이끌어주시고 논문의 방향성을 잡을 수 있도록 지도해주시고 조언 해주신 존경하는 김택호 지도교수님, 따뜻한 격려와 문장 하나하나 수정할 부분을 섬세하게 살펴봐 주신 김승환 교수님, 바쁘신 와중에 상담에 대한 영역을 넓혀주고, 올바른 방향으로 연구할 수 있도록 도움을 주신 오지현 교수님 감사드립니다.

또한 대학원 생활동안 의지하고 도움을 청할 때마다 흔쾌히 도움을 주신 석·박사 선생님들, 어려운 시기가 올 때마다 위로해주고 응원을 아끼지 않은 지인분들, 논문 작성을 위해 많은 시간과 일을 배려해주신 센터장님과 센터 선생님들, 아직 부족한 누나를 언제나 지지하고 위해준 제 동생, 딸이 하는 무엇이든 지지해주시고, 자랑스러워하며 늘 기도를 아끼지 않으신 부모님께 감사드립니다.

이 모든 분들께 받은 사랑과 도움 잊지 않고, 이를 원동력 삼아 늘 공부하고 성장하여 세상에 도움이 되는 미술치료사가 되겠습니다. 감사합니다.

2021년 2월

장 보 라

부록목차

<부록 1> 일반 사항 설문지	67
<부록 2> 공감 척도	68
<부록 3> 사회적 관심 척도	71
<부록 4> 상위기분 척도	73

【부록 1】

설 문 지

안녕하세요?

조선대학교 미술심리치료학과 석사과정에 재학 중인 장보라라고 합니다.

본 설문지는 “대학생의 공감과 사회적 관심간의 관계에서 상위기분의 매개효과” 연구를 위한 것입니다. 본 설문에 옳고, 그런 정답은 없으며 여러분이 평소에 생각하고 느끼는 대로 솔직하게 응답해 주시면 됩니다.

답변이 빠진 설문지는 사용할 수 없으므로, 한 문항도 빠짐없이 솔직하고 성의 있게 답변해 주시면 본 연구에 큰 도움이 되고, 동시에 귀한 자료가 될 것입니다.

본 설문의 내용은 연구 이외의 다른 목적으로 사용되지 않을 것을 약속드립니다.

설문지에 응답하는 시간은 15분정도 소요될 예정입니다.

귀한 시간 내어 연구에 참여해 주셔서 진심으로 감사드립니다.

감사의 마음을 담아 연구종료 후 성실히 응답해주신 분들 중 추첨을 통해 스타벅스 기프티콘이 제공될 예정입니다.

조선대학교 대학원

연구자 : 장보라

※ 다음은 여러분의 기본적인 사항에 관한 것입니다. 해당사항에 ‘√’ 표시하여 주십시오. 핸드폰번호는 스타벅스 기프티콘 발송을 위한 것이며, 연구종료 후 폐기처리 됨을 약속드립니다.

1. 성 별 : ①남() ②여()

2. 나 이 : ①19 ~ 21 ②22 ~ 24 ③25 ~ 27 ④28 ~ 30

3. 학 력 : ①전문대생 ②전문대 졸업 ③대학생 재학 ④대학교 졸업

핸드폰번호 :

개인정보 수집 및 활용에 대한 동의

【부록 2】

※ 공감능력 척도

각 문항을 잘 읽고 이런 상황에 자신이 어떻게 반응하는지 생각되는 번호에 V표 해 주십시오.

문 항	전혀 아니 다	거의 아니 다	보통 이다	조금 그랬 다	항상 그랬 다
1. 나는 가끔 다른 사람의 관점에서 사물을 보는 것이 어렵다고 느낀다.	1	2	3	4	5
2. 나는 결정하기 전에 다른 사람들의 다양한 의견들을 알고 노력한다.	1	2	3	4	5
3. 나는 나의 친구를 더 잘 이해하기 위해 그의 입장에서 보면 어떻게 보일까 생각해 보려고 노력한다.	1	2	3	4	5
4. 나는 모든 질문에는 두 가지 측면이 있다고 믿고 그 두 가지 측면을 모두 보려고 노력한다.	1	2	3	4	5
5. 나는 어떤 사람에 대해 화가 났을 때 잠시 동안이라도 그의 입장에서 서보려고 노력한다.	1	2	3	4	5
6. 나는 어떤 사람을 비난하기 전에 만약 내가 그의 입장 이라면 어떻게 하는 생각을 해보려고 노력한다.	1	2	3	4	5
7. 나는 비상시에 통제력을 상실하는 경향이 있다.	1	2	3	4	5
8. 나는 매우 정서적인 부담이 큰 상황에 처하면 무력감에 빠지곤 한다.	1	2	3	4	5
9. 나는 긴급상황에 처하면 걱정되고 불안하다.	1	2	3	4	5
10. 긴장된 감정적 상황 속에 있는 것은 나를 두렵게 한다.	1	2	3	4	5
11. 나는 긴급하게 도움이 절실히 필요한 사람을 보게 되면 통제력을 상실한다.	1	2	3	4	5
12. 나는 자기 스스로를 불쌍하게 여기는 사람을 보면 괴롭다.	1	2	3	4	5

13.	나는 사람들에게 나쁜 소식을 전해야할 때 어떻게 해야 할지를 모르겠다.	1	2	3	4	5
14.	나는 주변에 있는 사람들이 우울해하고 있으면 좋은 기분을 계속 유지할 수가 없다.	1	2	3	4	5
15.	나는 책이나 영화에 빠지는 것은 다소 우스꽝스럽게 느껴진다.	1	2	3	4	5
16.	나는 고통스러워하는 동물을 보면 매우 마음이 아프다.	1	2	3	4	5
17.	나는 누군가 부상당하는 것을 볼 때 차분하게 있을 수 있다.	1	2	3	4	5
18.	나는 누가 우는 것을 보면 동정심보다 짜증이 난다.	1	2	3	4	5
19.	외로운 사람들은 아마 다정하지 못한 사람들일 것이다.	1	2	3	4	5
20.	다른 사람들의 불행이 나를 크게 혼란에 빠뜨리는 적은 별로 없다.	1	2	3	4	5
21.	내가 만난 대부분의 외국인들은 냉정하고 감정이 없는 사람처럼 보인다.	1	2	3	4	5
22.	나는 다른 사람이 부당하게 대우받는 것을 보면 정말 화가난다.	1	2	3	4	5
23.	나는 사람들이 무엇 때문에 그렇게 화를 내는지 이해할 수가 없다.	1	2	3	4	5
24.	나는 나보다 불행한 사람을 보면 연민의 정과 함께 걱정하는 마음이 생긴다.	1	2	3	4	5
25.	나는 어떤 사람이 부당하게 대우받는 것을 보아도 그 사람이 불쌍하게 느껴지지 않을 때가 더러 있다.	1	2	3	4	5
26.	나는 어떤 사람이 이용당하는 것을 보면 그를 보호하고 싶다는 마음이든다.	1	2	3	4	5
27.	힘없는 노인을 보면 내 마음이 아프다.	1	2	3	4	5
28.	나는 다른 사람이 웃는다고 따라 웃지 않는다.	1	2	3	4	5

29.	나는 가끔씩 영화관에서 내 주위 사람들이 웃고 울고하는 것을 보면서 놀라곤 한다.	1	2	3	4	5
30.	나는 영화를 볼 때 그 영화에 깊이 빠져드는 경향이 있다.	1	2	3	4	5
31.	나는 행복하다고 우는 사람을 보면 어리석어 보인다.	1	2	3	4	5
32.	나는 사람들이 선물을 열어보는 것을 지켜보면 기분이 좋다.	1	2	3	4	5
33.	나는 소설 속 주인공이 느끼는 감정에 깊이 몰입하곤 한다.	1	2	3	4	5

【부록 3】

※ 사회적 관심 척도

다음 질문지는 살면서 누구나 달성해야 할 과제인 일(직업, 진로, 학업 등), 사회관계(친구, 동료, 이웃 등), 사랑(이성친구, 연인, 부부)과 관련된 문항입니다. 각 문항들을 잘 읽고, 평소 여러분의 행동과 가장 가까운 항목에 V 표시를 해주세요.

*현재 미혼이거나 이성교제를 하고 있지 않은 경우는 이성친구/ 연인/ 부부관계를 가정하여 답해주시기 바랍니다.

문 항	전 혀 아 니 다	조 금 아 니 다	조 금 그 렇 다	매 우 그 렇 다
1. 나는 나와 삶의 방식이 다른 친구/동료들과도 기꺼이 함께 하는 것을 즐긴다.	1	2	3	4 5 6
2. 나는 힘들 일이 생기면 다른 사람들(친구/동료/이웃)과 상의하여 해결하는 편이다.	1	2	3	4 5 6
3. 나는 일/학업에서 동료의 불만이나 요구에 대해 상대방과 협의하여 해결책을 찾는다.	1	2	3	4 5 6
4. 나는 다른 사람들과 함께 일/공부하는 것을 좋아한다.	1	2	3	4 5 6
5. 나는 친구/동료 간에 갈등이나 의견 충돌이 있을 때 중재하는 역할을 한다.	1	2	3	4 5 6
6. 나는 일/학업을 열심히 함으로써 사회에 이바지하려고 한다.	1	2	3	4 5 6
7. 나는 직업/전공을 선택할 때 돈을 벌기 위한 목적보다는 사회에대한 공헌도를 염두해두고 선택한다.	1	2	3	4 5 6
8. 나는 다른 사람들을 위해 자원봉사를 한다.	1	2	3	4 5 6
9. 나는 사회의 발전을 위해 일/학업에서 꾸준히 연구하고 노력한다.	1	2	3	4 5 6
10. 나는 모임이나 집단을 위해 어떤 역할/직책을 맡아 봉사하는 것을 좋아한다.	1	2	3	4 5 6

11	나는 각종 행사가 있을 때, 이를 이성(연인/부부) 관계 파트너와 같이 의논하여 대처한다.	1	2	3	4	5	6
12	나는 이성(연인/부부) 관계에서 상대가 원하는 것을 할 수 있도록 돕는다.	1	2	3	4	5	6
13	나는 자녀에 관한 사항은 배우자와 의논하여 결정한다.	1	2	3	4	5	6
14	나는 이성(연인/부부) 관계에서 문제가 발생하면 시간이 걸리더라도 상대방과 대화를 통해 해결하려고 노력한다.	1	2	3	4	5	6
15	나는 이성(연인/부부) 관계에서 취미나 운동 등을 함께 하는 것을 좋아한다.	1	2	3	4	5	6
16	나는 이성(연인/부부) 관계를 개선하기 위해 독서, 교육, 상담 등에 참여한다.	1	2	3	4	5	6
17	나는 이성(연인/부부) 관계에서 상대를 즐겁게 해줄 수 있는 이벤트나 선물을 준비한다.	1	2	3	4	5	6
18	나는 이성(연인/부부) 관계를 좋게 유지하기 위해 신체(외모/체력)를 가꾸는 데 힘쓴다.	1	2	3	4	5	6

【부록 4】

※ 상 위 기 분 척 도

다음 질문지는 **평소에 기분과 감정에 대해 어떻게 느끼고 있는지를 알아보고자 하는 질문들**입니다. 문항을 주의 깊게 읽고, 자신의 모습이라고 생각되는 번호를 선택해주시기 바랍니다.

문 항	전혀 아니 다	거의 아니 다	보통 이다	조금 그랬 다	항상 그랬 다
1. 나는 늘 내가 어떻게 느끼는지에 대해 혼란스럽다.	1	2	3	4	5
2. 나는 내 느낌을 이해할 수가 없다.	1	2	3	4	5
3. 나는 내가 어떤 느낌을 느끼는지에 대해 혼란스러울 때가 없다.	1	2	3	4	5
4. 때때로 나는 나의 느낌이 무엇인지를 구분 할 수 없다.	1	2	3	4	5
5. 나는 쉽게 감정을 느낀다.	1	2	3	4	5
6. 나는 대부분 내가 어떻게 느끼는지를 안다.	1	2	3	4	5
7. 나는 거의 늘 내가 어떻게 느끼고 있는지를 알 수 없다.	1	2	3	4	5
8. 나는 거의 늘 내가 어떻게 느끼고 있는지를 정확히 안다.	1	2	3	4	5
9. 나는 보통 내 느낌들에 대해 매우 명확하다.	1	2	3	4	5
10. 나는 대체로 나의 느낌을 안다.	1	2	3	4	5
11. 나의 신념과 의견들은 내가 어떻게 느끼느냐에 따라 늘 변한다.	1	2	3	4	5

12. 나는 자주 나의 느낌에 대해 생각한다.	1	2	3	4	5
13. 나는 별로 내 느낌에 주의를 기울이지 않는다.	1	2	3	4	5
14. 나는 내가 어떻게 느끼는지에 대해 많은 주의를 기울인다.	1	2	3	4	5
15. 나는 보통 내가 무엇을 느끼는지에 대해 주의하지 않는다.	1	2	3	4	5
16. 감정에 대해 생각하는 일은 보통 시간 낭비이다.	1	2	3	4	5
17. 얼마나 기분이 나쁜건 간에 즐거운 일을 생각하려고 노력한다.	1	2	3	4	5
18. 기분이 나쁠 때에도 좋은 생각을 떠올리려고 노력한다.	1	2	3	4	5
19. 때때로 슬플 때도 있지만 나는 대부분 낙관적이다.	1	2	3	4	5
20. 화가 날 때면 내 인생의 즐거웠던 일들을 떠올린다.	1	2	3	4	5
21. 나는 때때로 행복하더라도 주로 비관적이다.	1	2	3	4	5