韓國心理學會誌 : 社會 및 性格
Korean Journal of Social and Personality Psychology
2016, Vol. 30, No. 2, 89-114

한국인의 정서 구조와 측정

최 해 연 / 최 종 안†
한국상담대학원대학교 / 서울대학교 행복연구센터

정서 연구와 실용적 개입을 위해서는 다양한 정서들 간의 구분과 그 특성에 대한 체계적인 이해가 필요하다. 본 연구에서는 한국 문화맥락에서 정서단어를 분석하여 한국인의 정서경험 구조를 이해하고 이를 측정할 자기보고 측정도구를 제안하였다. 정서 단어로써 원형성과 친숙성이 보고된 부정정서단어 32개와 긍정정서단어 20개를 선별하여 분석하였다. 대학생과 직장인 250명이(직장인 65.2%, 남자 45.6%) 정서경험 보고 자료를 요인분석한 결과, 긍정정서는 '애정' '성취' '재미' '평안' '감동감사'의 5개 요인, 부정정서는 '슬픔우울' '분노혐오' '불안걱정' '선망질투' '수치죄책' '권태싫증' '미분화 괴로움'의 7개의 요인구조가 추출되었다. 대학생과 직장인 360명(직장인 66.7%, 남자 46.9%)의 자료에 대해 확인적 요인분석 결과 좋은 모델적합도를 나타내었다. 각 정서범주들 사이의 상관, 각 정서범주의 경험 빈도, 연령 및 성별에 따른 정서범주 값 추이를 분석하여 한국인의 정서경험의 특성을 살펴보았다. 정서경험의 측정에 있어 자기보고 방식의 장단점과 함께, 일상생활에서 친숙하고 빈번히 사용되는 정서 경험은 보편적인 기본정서뿐 아니라 파생정서와 이차정서 등 다양한 수준의 정서들을 포함함을 논의하였다.

주요어 : 정서, 정서 측정, 긍정정서, 부정정서, 개별정서, 기본정서, 파생정서, 정서경험 일람표

† 교신저자: 최종안, 서울대학교 행복연구센터, (08826) 서울시 관악구 관악로 1
Tel: 02-2038-0132, E-mail: choi.jongan@gmail.com

90년대부터 활기를 띈 정서의 역할과 영향에 대한 관심은 심리학뿐 아니라 전 학문분야에 빠르게 확산되었다. 기본적인 정서 현상에 대한 이해를 기반으로 정서조절과 정서장애, 치료적 개입, 그리고 보다 근본적으로 인간본성에 관한 진일보한 발견이 가능할 것이라는 기대(Plutchik, 2000)는 점차 현실이 되어가고 있다. 정서는 인지처리와 수행에 핵심적 변인으로 이해되어 정서지능과 같은 개념은 교육과 조직 현장에서 핵심적인 교육 주제가 되었으며, 심리치료에서도 정서의 중심성이 인식되어 정서과정에 개입하는 다양한 치료이론이 제안되었고(Fosha, 2000; Greenberg & Paivio, 1997; Linehan, 1993), 감성공학은 새로운 부가가치를 창출하는 영역이 되었다. 정서의 응용 영역이 확대되고 관련 실증적 연구가 다양해져감에 따라, 이를 뒷받침할 기초적인 측정도구 역시 다양하게 확보될 필요가 있다. 그러나 가장 기초적인 물음인 정서가 무엇이며 어떻게 측정할 것인가에 대해서는, 정서 연구 초기의 정의와 측정도구들(Kellerman & Plutchik, 1968; Zuckerman & Lubin, 1967)을 그대로 사용하거나 이전 연구결과(Watson & Tellegen, 1985)를 충분한 논의를 거치지 않은 채 관습적으로 사용하고 있는 면이 많다. 가장 많이 사용되고 있는 정서측정치인 PANAS(Positive and Negative Affect Schedule: Watson, Clark, & Tellegen, 1988)의 경우도 번안과 타당화 작업을 적합하게 거쳤음에도 몇가지 문제를 보유한다. PANAS가 정서경험을 순수하게 측정하고 있는가에 대한 상당한 이견과 함께(Ortony, Clore, & Collins, 1988), PANAS에 포함된 정서들이 타문화 특히 동양문화에서도 정서 경험을 대표할 수 있는지에 대한 논의와 검증이 충분하지 않다. 문화에서 중시하는 가치에 따라 개인들이 경험하는 정서의 종류와 빈도에 차이가 있다(Markus & Kitayyama, 1991; Mesquita & Frijda, 1992). 개인주의 문화에서는 개인의 자율성과 독립성에 기반하는 분화정서들이 많이 경험되는데 반해, 집합주의 문화에서는 관계와 연계성이 중시하여 관계 정서를 많이 경험한다(Kitayama, Markus & Kurokawa, 2000; Kitayama, Mesquita & Karawawa, 2006). 따라서 각 문화의 정서적 측면의 고유성을 신뢰롭게 측정할 수 있는 정서 측정도구가 요구된다. 또한, 정서단어의 의미가 문화에 따라 상이할 수 있고, 유사한 의미라도 뉘앙스에 따라 해석과 적용에 큰 차이가 있을 수 있다. 예를 들어, PANAS 원척도의 'Alert'은 긍정정서인데 이를 번역한 '기민한'은 부정정서 차원에 포함되는 결과가 나타나기도 했다(이현희, 김은정, 이민규, 2003). 이런 이유에서 타언어로 개발된 정서 측정도구를 번안하여 이용하기 보다는 모국어에 기반하여 척도를 개발하여 이용하기를 권장한다(Watson, Clark, & Tellegen, 1984). 본 연구는 최근 30여년에 걸쳐 정서에 관해 이뤄진 연구들에 기초하여 정서를 어떻게 구분하고 측정할 것이지 관해 논의하고 이에 바탕하여 한국인의 정서 측정에 적합한 새로운 정서 측정도구를 제안하고자 한다.

정서를 어떻게 정의하고 측정할 것인가는 물음은 기본정서에 대한 논의로 연결된다. 우리는 기쁘다, 화가난다, 슬프다 등 범주적인 방식으로 정서를 표현한다(Lambie, 2000). 이렇게 범주적으로 경험되고 표현되는 정서들이 서로 어떻게 구분되고 그 중 무엇이 가장 기본적인가는 질문은, 정서 연구 초기부터 현재까지 지속되고 있는 중요한 연구 주제이다. 기본정서를 밝히려는 이유는 이러한 정서들이 생존에 필요한 인간의 행동을 이해하고 예측하는데 중요한 역할을 하기 때문이다. 정서(emotion)는 라틴어 emovere(움직이게 하다)에서 유래되었다. 두려울 때 도망가려 하고 화가 나면 공격하려 하는 등 각각의 정서는 특정한 방식으로 우리를 행동하게 한다. 또한 화가 나거나 두려울 때는 환경에 존재하는 위험을 중심으로 주의와 사고 범위가 좁아지는 것처럼 정서는 인지과정 역시 움직이게 한다. 이러한 정서의 기능성에 대한 인식은 진화론적 관점에서 출발한다. Darwin은 영장류를 중심으로 동물, 인간의 유아, 그리고 다양한 문화 비교 연

구를 기초로 정서의 표현행동이 인간과 동물에서 연속성을 가지며 적응적인 기능을 한다는 결론을 내렸다(Darwin, 1872/1965). 정서의 표현 행동은 앞으로 일어날 행동에 대한 신호기능을 하며 신체적 반응을 생성하여 상황에 필요한 대처를 하도록 돕는다. 예를 들어, 화가 나면 사람이나 동물 모두 위협하는 표정을 지으며, 신체는 자신도 모르게 에너지를 동원하여 공격을 준비한다. 이런 즉각적인 반응은 생사를 가를 수도 있다. 특정 정서에 수반하는 행동경향성은 때로는 의식적인 판단이 이루어지기도 전에 유기체가 안전과 생존에 가장 필요한 행동을 취하도록 한다. 이를 위해 주요한 기본정서들의 경우, 정서가 처리되는 피질 하 영역의 뇌활동과 신체반응이 인지적 중재없이 극히 빠르게 일어나며, 또한 학습과 무관하게 타고나는 범문화적 것으로 가정된다(Ekman 2003; LeDoux, 1996). 종합해보면 기본 정서들은 특정한 방식으로 행동과 인지를 조직화하기 때문에(Bower, 1981; Izard, 1991), 기본 정서들을 구분하고 그 특성을 이해하는 것은 인간의 주요 행동의 기제를 이해하는데 매우 중요하다.

가장 보편적이고 원형적인 정서경험을 구분하는 문제는 정서를 유발하는 핵심적인 요소들이 무엇인지에 대한 논의와 함께 하였다. 정서이론들은 진화론적, 신경생리학적 관점과 인지적, 사회문화적 관점을 취하며 정서의 유발 원인을 달리 설명하고 결과적으로 무엇이 기본정서인가에 대한 주장에서도 차이를 나타낸다. 표정 연구에 기반을 둔 정서이론(Ekman, 1969; Izard, 1977)은 사람들이 자신의 느끼는 감정에 따라 표정을 짓는데, 학습이 없이도 표정을 통해 그 표정에 해당하는 내적 상태를 식별할 수 있다는 사실을 증명하였다. 그 과정에서 분노, 혐오, 공포, 슬픔, 놀람, 그리고 즐거움을 기본정서로 제안되었다(Ekman, 1969, 1999, 2003). 유사하게 기본 부정정서로는 분노, 두려움, 수치, 혐오, 고뇌 그리고 기본 긍정정서로는 흥미, 놀라움, 기쁨을 구분되기도 하였다(Tomkins, 1984). 신경생리학적 연구들에 기반을 둔 정서이론들(Izard, 1997; Panksepp, 1982; Tomkins, 1984)은 각 기본 정서가 특유의 얼굴표정 뿐 아니라 특유의 신경생리적 과정을 보유함을 강조한다. 이러한 주장의 전제는 인간이 정서를 경험하고 표현하는데 필요한 신경생리적 체계를 가지고 태어난다는 것이다. 그리고 정서상태에 따른 차별적인 생리적 변화를 구분하여, 접근과 회피(Gray, 1982) 슬픔, 분노, 두려움, 고통, 경멸, 죄책감, 수치심, 흥미, 즐거움, 놀람(Izard, 1971) 등의 기본정서 체계를 제안하였다. 초기 연구들은 복잡한 신경생리학적 반응들을 정교하게 구분할 방법론의 제약을 겪었으나, 최근 뇌영상(fMRI: functional magnetic resonance imaging), 뇌파 측정(EEG: Electroencephalogram) 등 기술의 발달은 인간의 정서과정과 관련된 뇌회로들을 직접적으로 연구할 수 있는 길을 열었다. 누적된 연구결과를 통해 Panksepp(1998)는 기본 정서 체계는 동기부여 과정에 관여하는 추구(seeking), 공포, 분노, 욕정(lust), 돌봄(care), 공황(분리불안), 놀이와 같은 정서체계로 구분될 수 있고, 각각의 체계는 뇌의 활성 영역과 신경내분비패턴에 차이를 갖는다고 보았다. 이러한 체계는 불안, 분노, 슬픔, 욕망, 기쁨, 배려와 같은 일차과정적 정서상태(primary-process affective states)를 만들어내고 이는 우리 경험과 적응에 근본이 되는 성분들이라고 주장하였다.

얼굴표정이나 신경생리적 반응을 통해 기본정서를 구분하는 것은 조작되지 않은 개인의 내적 상태를 반영한다는 장점을 갖지만, 이러한 접근에는 한계 역시 존재한다. 표정 및 신경생리적 반응이 정서와 강하게 연결돼 있더라도, 이를 개인이 실제 느끼는 주관적 경험과 등가로 간주할 수는 없다. 표정이 실제 정서경험을 드러내는 경우도 있지만, 우리는 사회화 과정에서 자신의 생각과 느낌을 검열하며 특히 외적으로 드러나는 표현과 행동을 조절하고 억제하는 것을 배운다. 손님을 대할 때 내 기분과 상관없이 미소 짓거나, 화가 나도 내색하지 않거나, 두려

움을 숨기도록 배운다. 또한, 경험과 학습의 결과로 정서의 경험과 표현이 다양하게 분화해 가는데, 사회화 과정에서 분화된 정서들 중 질투심이나 자부심 같은 정서들은 특징적인 얼굴표정이나 행동경향성이 없는 경우가 많으며 (Greenberg & Korman, 1993), 사회문화적 영향 또는 표현규칙, 개인 고유의 경험들로 인하여 표현 행동 역시 사람마다 다를 수 있다. 생리적 반응성도 표정과 마찬가지로 측정치로서 한계를 갖는다. 정서가 뇌 활동에서 비롯된다 하더라도, 주관적 정서 경험은 뇌활동이나 신경전달물질의 흐름으로만 파악할 수 없는 심리현상이다. 더구나 복잡하게 상호작용하는 신경생리 체계에서 어떻게 서로 다른 정서가 생성되고 조절되는지에 대한 우리의 지식이 아직은 매우 제한적이다. 뇌활동이나 생리적 반응으로 정서를 측정하는 실험도구의 가용성이 낮다는 점 역시 현재로서는 제약으로 작용한다.

이러한 이유로 정서의 구분과 측정을 위해 대다수의 정서연구들이 자기보고 측정도구에 의존한다. 정서는 주관적으로 경험하거나 또는 최소한 자신의 행동을 통해 추론하는 자기참조적 심리적 경험이다. 이에 정서 경험은 다른 측정 방식보다 자기보고에서 보다 분명하고 실제적으로 측정할 수 있다고 제안된다(Robinson & Clore, 2002; Watson & Clark, 1994). 자기보고 이상으로 느낌의 상태 또는 과정에 접근할 과학적 또는 특별한 방법을 가지고 있지 않다면(Van Maanen & Kunda, 1989), 자기보고 측정도구의 타당성을 높이고, 측정되는 정서의 특성에 대한 이해를 명확히 하는 작업을 꾸준히 해나갈 필요가 있다. 본 연구에서는 정서 자기보고 측정도구에서 일상생활에서 보편적이고 빈번하게 사용되는 일상 정서단어 활용의 중요성을 강조하고자 한다. 더불어 정서 측정치에 포함되는 일상적인 정서단어들은 기본 정서 외에 복합적인 정서 경험을 반영할 수 있어야 한다는 점, 긍정정서와 부정정서 경험을 균형적으로 반영할 수 있어야 한다는 점 그리고 정서 경험은 각각의 문화 맥락에 따라 표현의 다양성이 결정된다는 점을 강조하고자 한다.

첫째, 각 정서단어가 내포하고 있는 정서적 경험의 특성에 대해 보다 민감하고 개방적인 이해가 필요하다. 기본정서이론의 중요한 전제는 가장 보편적이고 기초적인 정서들의 조합으로 나머지 다양한 정서 현상들을 설명할 수 있다는 것이다. 그런데 기본정서에 초점을 둔 측정도구들은 대부분 정서들 간의 조합을 별도로 보고하지 않고 있다. 또한 비록 일상생활에서 매우 빈번하게 사용되거나 중요한 기능을 하는 정서 현상이더라도 그것이 복합적이거나 파생적인 성격을 갖는다면 기본정서의 목록에 포함되지 않는다는 것이다. 즉, 우리의 정서적 경험의 주요한 부분이 측정치와 연구에서 누락될 수 있다는 것이다. 그 대표적인 경우가 파생정서나 혼합정서 (Plutchik, 1980)이다. 예를 들어, 자랑스럽다는 자기에 대한 인식이 생기기 전에는 경험되지 않는 정서로, 즐거움이나 기쁨의 파생정서로 이해된다. 자부심이나 성취감은 성인의 삶에서 매우 중요한 정서 현상이지만, 이러한 파생정서는 기본정서 목록에는 포함되지 않는다.

마찬가지로, 기본정서들의 조합으로 다양한 정서경험들을 설명할 수 있다는 것이 기본정서 이론의 가정이나, 많은 측정치에서는 조합된 정서현상인 혼합정서 역시 세심하게 다루어지고 있지 않다. 슬픔과 혐오의 결합은 후회를, 혐오와 분노의 결합은 적대감으로 나타난다. 이러한 정서는 흔히 혼합정서라 불리고 연구자들에 따라 주요 2가 정서(primary dyads) 등으로 불려왔다(Plutchik, 2000). 우리는 일상생활에서 상당한 수준의 혼합정서 경험을 한다. 직면하는 사건이 다의적이어서 혼합된 정서적 경험을 유발할 수 있고, 이러한 경험이 충분히 빈번하다면 혼합정서는 고유한 정서경험으로 지각되고 이는 독립된 언어를 통해 표현될 것이다. 개인이 부딪히는 사회적 상황들은 다양한 목적을 내포하기 때문에 각각의 목표의 조합 및 상충에 따른 혼합정서의 경험이 빈번할 가능성이 있다.

일차적인 기본정서와 경험이나 표현의 특성은 유사하나, 그 유발원인이나 기능이 상이한 정서경험의 유형이 이차정서이다. 사람들은 당면한 상황과의 상호작용에서 발생하는 직접적인 정서 경험뿐 아니라, 자신의 독특한 경험과 의미부여 과정에 의해 상황과 직접적인 관련성이 떨어지는 또 다른 정서경험을 하기도 한다. Greenberg 등의 임상가들은 적응적 가치가 분명한 기본정서 상태를 일차정서로 칭하며, 자신의 정서적 또는 인지적 과정에 대한 반응으로 나타나는 이차적정서나 목표를 달성하기 위해 의도적으로 이용하는 도구적 정서와 구분한다. 예를 들어 자기표현이 매우 어려운 사람은, 친밀감을 느낄 수 없을 때 격노한 반응을 보이는 동시에 수치심과 우울 등을 느낄 수 있다. 이는 애착욕구가 활성화된 환경과 상호작용의 결과이기보다, 자신의 외로움의 경험 또는 화를 낸 반응에 대한 반응이다. 즉, 정서 또는 정서반응에 대한 반응으로 이차정서의 성격을 갖는다(Greenberg & Paivio, 1997). 이런 경우 감정은 자신에게 일어나는 환경적 욕구에 대응하기 위한 적응적인 기능보다는, 기저의 갈등이나 고통을 피하는 방어적 기능을 하게 된다. 이렇듯 정서적 경험은 파생, 혼합, 변형으로 인한 다양한 형태와 기능을 갖는다. 정서측정도구는 이를 포괄하면서도 세심한 구분이 가능하도록, 특정 유형의 정서만이 아닌 일상성을 대표하는 정서들로 이루어져야 할 것이다.

둘째, 정서측정도구가 일상생활에 경험하는 정서들의 적절하게 반영하는가는 문제에서, 다시 짚어볼 측면은 긍정정서 경험과 관련된다. 일상생활에서는 부정정서에 비해 긍정정서의 경험비율이 높은 것으로 알려져 있다(Carstensen, Pasupathi, Mayr, & Nesselroade, 2000; Zelinski & Larsen, 2000). 그러나 다수의 정서이론과 그 측정도구에서는 부정정서가 다양한 하위범주들에 보유한 것에 비해 긍정정서는 체계적으로 하위범주가 구분되고 있지 않다. 그러나 최근 긍정정서의 기능에 대한 인식이 확장됨에 따라 긍정정서 차원 내에 상이한 정서들을 구분할 필요성이 제기되었고(Fredrickson, 2009) 국내에서도 그 하위범주들이 보고된 바 있다(최해연, 2012). 그런데 연구결과 평안, 사랑, 성취, 재미의 요인들은 두 집단에서 공통적으로 나타났으나, 대학생과 직장인에게서 관계정서와 각성정서를 다른 패턴을 나타냈다. 대학생집단의 경우 관계적 정서가 사랑요인과 정(情)요인으로 구분되는 반면 직장인집단에서는 구분되지 않았고, 대학생집단에서는 황홀하다, 열광하다, 감동하다는 항목으로 구성된 열정 요인이 추출된 반면 직장인 집단에서는 이보다는 낮은 각성을 함의하는 감동공감 요인이 추출되었다. 이에 대해 연구자는 대학생과 직장인이 환경적 요구나 발달적 반응성에 차이가 있을 수 있다고 논의하였다. 그러나 이는 탐색적으로 제안된 결과이며 연구참여자의 수가 적어 결과이 일반화가 어렵다. 정서경험이 인구통계학적 특성에 따라 다른지, 또는 이러한 차이를 상쇄할 만큼 일관적인 구조를 갖는지는 이해하기 위해서는 재검증이 필요할 것이다.

마지막으로 정서를 이해하고 측정하는데 있어 해당 문화의 독특한 특성을 고려해야 할 필요가 있다. 정서는 각 환경과의 상호작용에서 개인이 부여하는 의미, 즉 평가가 핵심적으로 작용한다(Lazarus, 1991). 당면한 사건의 중요성이나 의미의 평가에는 문화적 맥락이 중요하게 작동한다. 기본 정서 자체는 범문화적이라 하더라도, 그 유발원인이나 표현방식은 문화와 상황에 따라 다른 상태로 나타날 수 있다(Oatley & Johnson, 1987). 문화가 중요시하는 가치에 따라 정서를 경험하는 방식이나 종류 그리고 관련된 표현 행동에서 차이가 난다(Markus & Kitayyama, 1991; Mesquita & Frijda, 1992). 특정 사회의 문화적 맥락에서 조성된 판단과 열망, 신념과 같은 태도, 도덕적 가치와 같은 가치의 체계는 감정에 주요한 영향을 미친다(Armon-Jones, 1986). 이에 경험하는 정서의 종류나 언어 표현의 방식은 문화 맥락에서 이해될 수 있으며, 또한 그 측정

을 위해서도 해당 문화의 실생활에서 빈번하게 사용하는 정서단어를 사용할 필요가 있다.

본 연구에서는 한국인의 일상 정서단어를 활용하여 한국인의 정서경험의 구조를 파악하고 이를 측정할 수 있는 자기보고 측정도구를 제안하고자 한다. 본 연구에서는 일상생활에서 친숙하고 빈번히 사용되는 정서 경험은 보편적인 기본정서뿐 아니라 파생정서와 혼합정서 등 다양한 정서적 현상을 포함할 것으로 가정한다. 또한 긍정정서와 부정정서를 균형있게 포함하며, 긍정정서와 부정정서의 차원을 구분하되 차원 내에서 범주 수준에서도 분석할 수 있도록(Gross & John, 1998) 구성하고자 한다. 정서의 구조를 이해하려는 이유는, 일상생활에서 수없이 다양한 형태로 경험되고 표현되는 정서들 간의 구분과 연결성을 체계적으로 이해하고자 하는 욕구와 필요 때문이다. 이런 체계적 이해를 통해 난해해 보이는 정서 현상에 법칙성을 찾고, 이를 바탕으로 구체적인 연구와 실용적 개입이 가능해지기 때문이다.

연구 1. 긍정 및 부정정서 경험의 탐색적 요인 분석

방 법

참가자 및 절차

성인 250명이 긍정 및 부정정서 경험의 탐색적 요인 분석을 위한 연구에 참여하였다. 최해연(2012) 연구에 따르면 대학생들과 성인 직장인들이 경험하는 정서 구조 간에 차이가 존재할 수 있기 때문에, 본 연구에서는 대학생과 직장인 모두를 참가자로 모집하였다. 참가자들 중 163명(65.2%)이 직장인들이었고 87명은 대학생들이었다. 남성 참가자와 여성 참가자의 수는 각각 114명(45.6%)과 115명이였고 21명(8.4%)의 참가자가 성별을 보고하지 않았다. 참가자들의 연령은 20대가 157명(62.8%), 30대가 61명(24.4%), 40대가 20명(8%) 그리고 50대 이상이 4명(1.6%)이었다. 8명의 참가자들은 연령대를 보고하지 않았다. 대학생 참가자들은 수업 시간에, 성인 직장인 피험자들은 직장에서 연구의 목적과 연구 참가자의 권리에 대한 안내를 받고 연구참가 동의서를 작성한 후 설문에 응답하였다.

측정도구

한국어 긍정 및 부정정서단어 목록

박인조와 민경환(2000)의 감정 단어 목록을 바탕으로 정서단어목록을 구성하였다. 박인조와 민경환(2002)은 한국어 어휘총집(연세대학교 언어 정보 개발 연구원, 1998)에 바탕으로 실생활에서 사용되는 정서 단어 434개의 단어 목록을 구성하고 그 중 원형성과 친숙성이 높은 단어들을 묶어 87개의 원형적인 정서 단어로 구분하였다. 본 연구에서는 부정정서 단어 51개 중 의미가 중첩되는 단어들을 제거한 후, 총 32개의 부정 단어들로 부정정서 단어 목록을 구성하였다. 긍정정서단어 목록은 박인조와 민경환(2002)의 연구결과를 기반으로 최해연(2012)이 직장인 및 대학생을 대상으로 분석한 20개의 긍정단어들을 사용하였다. 참가자에게 최근 본인에게 가장 의미 있었던 긍정적 정서경험과 부정적 정서경험을 각각 기술하게 한 후 긍정적 정서경험 기술 후에는 긍정정서 단어들에 대하여, 부정적 정서경험 기술 후에는 부정정서 단어들에 대하여 4점 척도에 맞춰 해당 사건에서 경험한 정서 수준을 응답하도록 하였다.

결 과

긍정 및 부정정서의 탐색적 요인분석

부정정서의 요인구조를 확인하기 위해 탐색적 요인분석(Exploratory Factor Analysis)을 실시하였다. 정서 범주 간 상관이 예상됨으로, 최대우

도법(maximum likelihood)으로 요인을 추출하고 사각회전(Direct Oblimin)을 사용하였다. 표본적합도를 나타내는 KMO(Kaise-Meyer-Olkin Measure)지수가 .91이었고, Bartlett의 구형성 검증 결과는 p < .001로 요인 분석을 하기에 적합한 자료인 것으로 나타났다. 요인수를 지정하지 않을 때 고유값이 1보다 큰 요인은 7개가 나타났다. 스크릿플롯의 하락율과 각 요인의 해석 가능성을 고려하여 적절한 요인 구조를 탐색하였다.

스크릿플롯의 하락율만을 고려해 봤을 때는 3개의 요인구조가 유력하게 나타났다. '심란하다', '답답하다', '속상하다', '근심걱정', '우울하다', '슬프다', '속타다', '상실감', '괴롭다', '서럽다', '불안하다', '초조하다', '외롭다'가 하나의 요인으로, '괘씸하다', '증오', '약오르다', '역겹다', '싫증나다', '지겹다', '화나다', '서먹하다', '귀찮다', '놀라다', '샘내다', '무섭다'가 또 다른 요임으로, '부끄럽다', '창피하다', '죄책감', '후회하다'. '미안하다', '부럽다', '아쉽다'가 마지막 요인으로 구분되었다. 하지만 3요인을 상정할 경우 기존 연구들에서 일관적으로 구분해왔던 우울과 불안 관련 단어들이 하나의 요인으로, 그리고 분노, 시샘, 싫증 단어들이 또 다른 하나의 요인으로 구분되는 문제가 있었다. 이는 기본적인 개별정서 범주들을 탐색하려는 본 연구의 목적과 배치되는 것이었다. 따라서 단순히 스크릿플롯 하락율에 따른 기술적 기준에 맞춰 요인 구조를 결정하기보다, 선행연구에서 제안되었던 기본정서 이론들을 기반하여 논리적으로 해석이 가능한 요인구조를 찾고자 5-7개 요인구조모형들을 면밀히 비교 검토하였다. 그 결과 7요인 구조가 가장 적합한 것으로 연구자 간 합의가 이뤄졌다. 7요인 구조는 3요인구조에 비해 부정정서를 보다 세밀히 구분할 수 있는 다양한 차원들을 제공할 뿐 아니라, 기존 이론에서 제시한 부정정서의 기본 차원에 기초하여 각 요인들이 해석 가능한 장점을 가지고 있다. 또한 기술적 측면에서도 요인 고유값이 1보다 큰 요인들을 모두 포함시킨다는 점에서 Kaiser(1960)가 제안한 요인 수 결정 기준에 부합했다. 추가적으로 3요인, 4요인, 5요인, 6요인, 그리고 7요인 모형에 대하여 CEFA(Comprehensive Exploratory Factor Analysis)를 사용하여 사각회전을 통한 최종해를 구하였다. 사각회전 결과 3요인에서 7요인으로 증가할수록 χ^2값이 유의하게 감소하였다. 있다. 개략화 오차평균(RMSEA) 값을 비교한 결과 3요인 모형 .123, 4요인 모형 .110, 5요인 모형 .092, 6요인 모형 .074, 7요인 모형 .053으로 7요인 모형이 가장 좋은 합치도를 보였다. 교차타당도지수(Expected Cross-Validation Index: ECVI)값 역시 7요인 모형이 2.81로 가장 낮은 것으로 확인되었다. 이들 결과들을 를 종합해봤을 때, 7요인 구조가 부정정서에 가장 적합하다고 판단되었다.

표 1. 부정정서 모형별 사각회전 결과(CEFA)

요인수	χ^2	RMSEA	ECVI
3	1305.41	.123	6.09
4	998.66	.110	5.05
5	699.67	.092	4.03
6	483.39	.074	3.34
7	310.80	.053	2.81

요인구조를 보다 명확히 구성하고자 요인부하량이 .4 이하이거나 요인 간 교차부하되는 항목들을 제외 시켰다. 그 결과, 요인 1에서는 "무섭다", "괴롭다", 요인 2에서는 "놀라다", 요인 4에서는 "서먹하다", 요인 5에서는 "미안하다" 정서단어들이 제외되었다 이 중 "무섭다"의 정서단어는 요인 간 교차부하의 문제를 나타냈다. 요인 1은 '우울하다, 상실감, 서럽다, 슬프다, 외롭다'의 5항목을 포함하고 있다. 요인 1은 '슬프다'를 중심으로 슬픔을 야기한 사건의 차이를 반영하는 정서 단어들과 슬픔으로부터 파생되는 정서상태인 우울 관련 정서 단어들로 구성되어 있다. 이에 핵심정서인 슬픔과 슬픔에서 파생된 정서인 우울을 한 범주로 정의하여 '슬픔우울' 정서군으로 명명하였다. 요인 2는 '증오, 괘씸하

표 2. 부정정서의 요인구조

	F1 슬픔 우울	F2 분노 혐오	F3 불안 걱정	F4 선망 질투	F5 수치 죄책	F6 권태 싫증	F7 미분화 괴로움	공통분	M	SD
우울하다	.73	-.09	.08	.11	-.12	-.16	.04	.72	2.36	1.04
상실감	.70	.12	.05	-.08	-.02	.02	.08	.72	2.02	1.06
서럽다	.68	.12	-.01	-.13	.02	-.01	.10	.69	2.00	1.04
슬프다	.61	.00	.04	-.10	-.13	.12	.15	.63	2.19	1.03
외롭다	.50	-.02	.02	-.14	.02	-.26	-.01	.49	2.01	1.06
증오	.11	.80	.04	-.01	.01	.00	-.03	.71	1.65	.94
괘씸하다	-.06	.74	-.02	-.09	.07	-.16	.11	.69	1.86	1.03
역겹다	.09	.73	.02	.09	-.18	-.03	-.12	.60	1.60	.92
약오르다	-.03	.68	.03	-.12	-.04	-.04	.04	.57	1.84	1.00
화나다	-.01	.52	-.03	.03	-.05	.00	.40	.55	2.44	1.06
불안하다	.01	.00	.97	.00	.00	.02	-.08	.89	2.62	.90
초조하다	.00	.08	.86	-.06	.00	.04	-.05	.75	2.42	.97
근심걱정	-.02	-.13	.63	.05	-.06	-.11	.25	.60	2.89	.85
샘내다	.06	.07	.03	-.87	.03	.05	-.05	.79	1.64	.93
부럽다	.12	-.05	.03	-.80	-.05	-.05	-.08	.76	1.87	1.03
아쉽다	-.07	-.01	.02	-.41	-.18	-.14	.13	.34	2.05	1.06
부끄럽다	-.02	.04	.01	-.06	-.92	-.01	-.02	.88	2.15	1.04
창피하다	.06	.00	-.01	.04	-.91	-.07	-.03	.85	2.10	1.03
죄책감	.10	.11	.13	-.03	-.45	.13	.04	.39	1.98	1.01
후회하다	.01	-.02	.08	-.16	-.42	.01	.19	.42	2.35	1.06
귀찮다	.02	.01	-.03	-.11	-.04	-.75	.02	.66	2.20	1.05
지겹다	.15	.15	.07	.04	-.01	-.72	-.04	.72	2.18	1.07
싫증나다	.06	.40	.06	-.07	.09	-.47	.06	.61	2.01	1.02
답답하다	.14	-.01	.01	.08	-.10	-.14	.73	.76	2.76	1.02
속상하다	.11	.08	.03	-.04	-.10	.11	.70	.71	2.68	1.03
심란하다	.15	-.09	.11	-.03	-.05	-.05	.62	.60	2.54	1.09
속타다	.13	.23	.16	-.04	.11	.04	.52	.55	2.28	1.05
고유량	9.99	2.88	1.94	1.61	1.34	1.12	1.02			
설명량	37.00%	10.66%	7.17%	5.95%	4.95%	4.16%	3.77%			

다, 역겹다, 약오르다, 화나다'의 5항목을 포함하였다. 분노를 중심으로 스펙트럼을 이루며 분노의 다양한 형태와 강도를 나타내는 정서 단어들이 포함되었다. 이에 핵심정서 분노를 중심으로 '역겹다'를 파생정서로 보고 요인 2를 '분노혐오' 정서군으로 명명하였다. 요인 3은 '불안하다, 초조하다, 근심걱정하다' 3항목으로 구성되었다. 불안을 중심으로 불안의 행동적 측면을 보여주는 정서 단어들이 요인 3에 포함되었다. 이를 반영하여, 요인 3은 '불안걱정' 정서군으로 명명하였다. 요인 4는 '샘내다, 부럽다, 아쉽다' 3항목으로 구성되며 선망 또는 동경, 질투, 미련 등의 내용이 포함되었다. 이에 '선망질투' 정서군이라 요인명을 정하였다. 요인 5는 '부끄럽다, 창피하다, 죄책감, 후회하다'의 4항목으로 구성되며 수치심 및 죄책감의 스펙트럼을 반영하였다. 이에 '수치죄책' 정서군이라 요인명을 정하였다. 요인 6에는 '귀찮다, 지겹다, 싫증나다'의 3항목이 포함되어 있다. 각 정서단어들 사이의 공통의미를 반영하여 '권태싫증' 정서군으로 요인을 명명하였다. 마지막으로 요인 7은 '답답하다, 속상하다, 심란하다, 속타다' 4항목으로 구성되었다. 각 정서는 내적고통에 초점을 두며 그 해결책 등이 분명하지 않은 상황을 지칭하는 동시에 내적고통의 성격이 분명하게 표현되지 않는 미분화된 상황을 특성을 갖는다. 이에 요인 7을 '미분화 괴로움' 정서군으로 명명하였다. 선정된 단어들은 모두 요인부하값이 .40 이상이며, 7요인 구조에 의해 설명되는 총분산은 76.66%이었다. 표 2에 요인별 문항들의 요인부하값, 고유량, 설명량, 그리고 각 문항별 평균과 표준편차를 제시하였다.

긍정정서의 경우, 최해연(2012)이 대학생과 직장인을 대상으로 각각 탐색적 요인분석한 결과에 기초하여, 대학생과 직장인 대상의 분석 결과에서 보고된 긍정정서 단어들을 사용하여 탐색적 요인분석을 재실시 하였다. 예비분석 결과, '행복하다'가 선행연구에서는 '평안' 차원에 속하였지만, 본 연구에서 '사랑' 차원과 '평안' 차원에 교차부하되었다. 사람들이 편안한 상태를 행복하다고 보고할 수도 있고 사랑스럽고 정겨운 상태를 행복하다고 보고할 수도 있는 것이다. 따라서 "행복하다"는 개별적인 긍정정서의 범주 또는 차원을 반영하는 단어라기보다 전반적인 긍정 상태를 보여주는 단어로 해석된다. 이는 긍정정서의 요인들을 구분하려는 본 연구 목적과는 일치하지 않는다고 판단하여 "행복하다"를 제외시키고, 대신 3개 이상의 문항수를 유지하고자 '평안' 차원에 부하되었던 '홀가분하다'를 대체하여 포함하였다. 또한 최근 '감사'에 대한 연구들(김경미, 김정희, 2011; 김경미, 조진형, 김동원, 김정희, 2009; 노지혜, 이민규, 2012; Emmons & McCullough, 2003; McCullough, Tsang, & Emmons, 2004)을 통해 그 영향이 인식되면서 감사가 대표적인 긍정적인 정서상태로 부각되는 바, 선행연구에서 최종 분석에 포함되지 않았던 '고맙다'를 다시 투입하여 분석하였다.

부정정서 분석 때와 마찬가지로 최대우도법(maximum likelihood)으로 요인을 추출하고 사각회전(Direct Oblimin)을 사용하여 요인분석을 실시하였다. 부정정서의 탐색적 요인 분석과 달리 긍정정서 분석의 경우 참조할 수 있는 선행연구(최해연, 2012)가 있었기 때문에, 기술적 기준(예를 들어, 스크릿플롯 하락율)보다는 기존 선행연구 결과에 기반하여 요인수를 5개와 6개로 지정하여 결과를 면밀히 비교하여 검토하였다. 그 결과 5요인 구조가 보다 의미있게 해석되었고 가장 적합한 모형인 것으로 연구자간에 합의하였다.

요인 1에서는 '사랑스럽다, 반하다, 설레다, 정겹다'가 포함되었다. 선행연구(최해연, 2012)에서는 직장인의 경우 '사랑스럽다, 반하다, 설레다'의 사랑 차원만 도출되는 반면, 대학생 집단에서는 '사랑스럽다, 반하다, 설레다'의 사랑 차원과 '반갑다, 정겹다, 그립다'의 정 차원이 구분되었다. 대학생과 직장인을 합친 본연구의 성인집단에서는 사랑과 정 차원이 하나의 요인으로 합쳐졌다. 사랑과 정차원을 동시에 포괄할 수 있

표 3. 긍정정서의 요인 구조

	F1 애정	F2 성취	F3 재미	F4 평안	F5 감동감사	공통분	M	SD
사랑스럽다	.86	.00	-.07	-.02	-.03	.79	2.36	1.09
반하다	.72	-.01	.02	-.01	.17	.66	2.06	1.02
설레다	.54	.20	-.11	-.05	-.09	.43	2.77	.96
정겹다	.51	-.13	-.01	-.06	.28	.60	2.22	1.02
뿌듯하다	-.01	.90	.03	.06	-.01	.74	3.02	.90
자랑스럽다	.10	.78	.00	-.02	.05	.71	2.81	.93
보람차다	-.04	.69	-.08	-.11	.05	.62	2.91	.94
재미있다	.02	-.07	-.91	.06	.04	.79	2.96	.90
유쾌하다	-.03	.00	-.84	-.02	.00	.70	2.91	.83
즐겁다	.06	.09	-.70	-.09	-.01	.67	3.06	.85
평화롭다	.11	-.03	.04	-.93	-.07	.81	2.49	.98
편안하다	.00	-.06	-.08	-.81	.05	.74	2.60	.97
홀가분하다	-.10	.13	-.03	-.44	.10	.29	2.41	1.02
공감하다	-.02	.02	-.11	.02	.79	.69	2.57	1.02
고맙다	.02	.00	.02	-.07	.73	.59	2.74	1.00
감탄하다	.11	.12	-.04	-.06	.59	.59	2.08	.99
감동하다	.29	.11	-.07	-.06	.41	.55	2.31	1.05
고유량	7.16	1.87	1.29	1.27	0.95			
설명량	42.14%	10.97%	7.60%	7.44%	5.60%			

도록 요인 1을 '애정' 정서군으로 수정 명명하였다. '그립다, 반갑다'는 요인 1에 같이 묶였으나 간결한 척도를 구성하기 위하여 요인부하값이 낮은 이 두 항목을 제외시켰다. 요인 2는 '뿌듯하다, 자랑스럽다, 보람차다'의 3항목으로 구성되는 이는 선행연구에서도 일관되게 확인된 요인이었다. 따라서 선행연구와 동일하게 '성취' 정서군으로 요인 2를 명명하였다. 요인 3은 '재미있다, 유쾌하다, 즐겁다'의 3항목으로 구성되며 '재미' 정서군으로 명명하였다. 요인 4는 '평화롭다, 편안하다, 홀가분하다'의 3항목으로 '평안' 정서군으로 명명되었다. 마지막으로 요인 5는 '공감하다, 고맙다, 감탄하다, 감동하다'의 4개 항목이 포함되었다. 선행연구의 '감동공감' 차원에 '감사하다'가 부가된 것이다. 이에 요인 5의 명칭을 '감동감사'로 수정하였다. 5요인에 의해 설명되는 분산은 전체의 73.75%이었다. 표 3에 요인별 문항들의 요인부하값, 고유량, 설명량, 그리고 각 문항별 평균과 표준편차를 제시하였다.

부정, 긍정정서 목록에 대한 신뢰도 및 수리적 특성을 분석하였다. 긍정정서와 부정정서 요인들의 신뢰도 지수(Cronbach's α)는 다음과 같았다. 부정정서 전체는 .93의 내적 일관성을 가지

며, '슬픔우울' 정서군은 .88, '분노혐오' 정서군은 .87, '불안걱정' 정서군은 .87, '선망질투' 정서군은 .78, '수치죄책' 정서군은 .85, '권태싫증' 정서군은 .82, '미분화괴로움' 정서군 .84으로 높은 수준의 내적합치도를 보였다. 긍정정서 역시 높은 내적합치도를 나타냈는데 긍정정서 전체는 .91의 내적 일관성을 가지며, '애정' 정서군은 .83, '성취' 정서군은 .86, '재미' 정서군은 .88, '평안' 정서군은 .78, '감동감사' 정서군은 .85의 내적합치도를 보였다. 종합해보면 각 정서 요인들의 내적합치도의 범위는 .78에서 .88인 것으로 보고되었다. 비록 '선망질투' 정서 요인과 '평안' 정서 요인에서 내적합치도가 .80에 못 미쳤지만, 두 요인 모두 권장 수준인 .70(Guilford, 1956; Nunnally, 1978)보다 높은 값을 보인 점을 감안했을 때 각 정서 요인들이 대체적으로 동질적인 문항으로 구성되었다고 판단할 수 있다.

전반적인 부정정서의 경험수준은 4점 척도에서 평균값이 2.07점이었고 '선망질투'가 1.85점으로 가장 낮게, '불안걱정'이 2.65으로 가장 높게 보고되었다. 전반적인 긍정정서의 평균 경험 수준은 2.62점으로 전반적인 부정정서 보다 유의미하게 높은 것으로 확인되었다. $t(249) = 11.39$, $p < .001$. 긍정정서의 하위 척도들의 점수 범위는 '애정'이 2.40점으로 가장 낮게 보고되었고, '재미'가 2.97점으로 가장 높게 보고되었다. 성차에 따른 정서 요인 간 차이를 비교해 본 결과 총 12개의 정서 하위 요인 중에 유일하게 '재미'에서 성별 간 유의미한 차이가 있었다. 남성($M = 2.85$)에 비해 여성($M = 3.09$)이 '재미' 정서들을 더 많이 경험하는 것으로 보고되었다. $F(1, 227) = 5.24$, $p = .023$. 부정, 긍정정서 평균값에서는 성별 간 유의미한 차이가 발견되지 않았다. 다음으로 연령대에 부정, 긍정정서 경험의 차이를 살펴보았다.[1] 부정정서와 긍정정서의 평균값에서는 연령대에 따른 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 각 개별 정서 요인들 간의 차이를 살펴보면, 부정정서에서는 '분노혐오' 정서군에서 연령대에 따른 유의미한 차이가 보고되었다. $F(2, 239) = 3.71$ $p = .026$. 30대($M = 2.10$)가 20대($M = 1.78$)에 유의미하게 '분노혐오' 정서를 더 많이 경험하는 것으로 나타났다. 40대 이상($M = 1.88$)과 20대, 그리고 40대 이상과 30대 사이에는 유의미한 차이가 없었다. 긍정정서의 하위 요인들 중에서는 '재미'와 '감동감사' 정서군에서 연령에 따른 유의미한 차이가 보고되었다. $Fs > 3.10$, $ps < .05$. '재미' 정서의 경우, 20대($M = 3.06$)가 40대 이상($M = 2.67$)에 비해 유의미하게 더 많이 경험하는 것으로 확인되었다. 30대($M = 2.89$)와 20대, 그리고 30대와 40대 이상 사이에서는 유의미한 차이가 보고되지 않았다. '감동감사' 정서의 경우에는 20대($M = 2.58$)가 30대($M = 2.13$)과 40대 이상($M = 2.11$)에 비해서 유의미하게 더 많이 경하는 것으로 보고되었다. 30대와 40대 이상 간에는 유의미한 차이가 없었다.

연구 2. 긍정 및 부정정서 경험의 확인적 요인 분석

방 법

참가자, 측정도구 및 절차

연구 1을 통해 도출된 긍정 및 부정정서 구조의 확인적 요인 분석을 위하여 성인 남녀 360명에게 자료를 수집하였다. 연구 1과 마찬가지로 대학생과 직장인이 연구에 참여하였다. 참가자들 중 240명(66.7%)이 직장인들이었고, 120명(33.3%)이 대학생들이었다. 연구 참가자들 중 남자는 169명(46.9%), 여자는 159명(44.2%)이었다.

1) 50대 이상의 참여자가 4명에 불과하여 40대 참가자와 통합하여 분석을 진행하였다. 따라서 20대(N=157), 30대(N=61), 40대 이상(N=24)의 세 연령대 집단으로 분석을 실시하였다. 연구 2에서도 같은 이유로 50대 이상 참가자와 40 참가자를 통합하여 연령 간 차이를 분석하였다.

32명(8.9%)의 참가자는 본인의 성별을 명시하지 않았다. 연구 참여자들의 연령대는 20대가 221명(61.4%)으로 가장 많았고, 다음으로 30대가 96명(26.7%), 40대가 24명(6.7%), 그리고 50세 이상이 3명(0.8%)이었다. 16명(4.4%)의 연구 참여자들은 연령대를 보고하지 않았다. 연구절차와 측정도구는 연구 1과 모두 동일하다.

결 과

연구 1에서 탐색적 요인분석을 통해 도출된 긍정, 부정정서 구조가 적절한지 구성타당도를 평가하기 위하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 이때 각 문항의 오차항 간의 공분산을 가정하지 않았다. 먼저, 부정정서를 대상으로 7요인 모델의 적합도 지표들을 검토한 결과, $\chi^2(303)$= 801.66, TLI = .900, CFI = .914, RMSEA=.068로 만족할 수준의 적합도 지수를 나타냈다(Browne & Cudeck, 1992; Hair, Anderson, Tatham, & Black, 1998; McDonald & Ho, 2002). 그에 반해, 하위 정서 차원을 가정하지 않고 부정정서를 하나의 단일요인으로 보는 1요인 모델과 연구 1에서 기술적 기준(스크릿플롯의 하락율)으로 유력하게 보였던 3요인 모델은 적합도가 좋지 않은 것으로 확인되었다. 카이자승 차이 검증을 통해서도 1요인 모델, 3요인과 비교했을 때, 7요인 모델이 보다 적합한 것으로 밝혀졌다. $\Delta\chi^2(21, N=360) = 2055.97$, $p < .001$; $\Delta\chi^2(19, N=360) = 1070.92$, $p < .001$.

긍정정서 경우에도 연구 1에서 도출한 5요인 모델의 적합도 지표가 만족할 수준으로 나타났다. $\chi^2(303)$ = 336.32, TLI = .923, CFI = .939, RMSEA = .076. 긍정정서를 하나의 단일 차원으로 가정하는 1요인 모델의 경우 적합도 지표들이 모두 부적합한 수준으로 보고되었다. 카이자승 차이 검증을 통해 1요인 모델과 5요인 모델을 비교해본 결과 5요인 모델이 보다 적합한 것으로 확인되었다. $\Delta\chi^2(10, N=360) = 1166.71$, $p < .001$. 연구 1에서 고려했던 6요인 모델의 적합도 지표도 계산하였는데 5요인보다 나은 지표를 보였다. 하지만 5요인의 적합도와 비교하여 큰 적합도 개선이 이뤄지지 않았을 뿐 아니라, 요인의 해석과 간명성의 원리 고려해 볼 때 5요인 모델이 보다 적합하다고 판단되었다. 표 4에 긍정정서와 부정정서의 경쟁 모형들의 적합도가 제시하였다.

다음으로, 긍정정서 5요인과 부정정서 7요인에 대한 수렴타당도와 변별타당도를 검증하였다. 각 요인 문항들의 표준화된 요인부하량과 개념신뢰도(construct validity)및 평균분산추출지수(average variance extracted) 값으로 수렴타당도를 검토하였다. 표준화된 요인부하량이 충분히 클 때, 그리고 개념신뢰도와 평균분산추출지수가 각각 .7, .5 이상인 경우에 해당 모델이 적합한 수렴타당도를 지니는 것으로 간주할 수 있다(Fornel & Larcker, 1981; Nunnally & Bernsterin, 1994). 분석 결과, 긍정정서의 평균 표준화된 요

표 4. 한국인 성인이 경험하는 정서 구조에 대한 확인적 요인분석 모델 적합도 지표

		χ^2	SRMR	TLI	CFI	RMSEA	(90% CI)
부정정서	7요인 모델	801.66	.068	.900	.914	.068	.062-.073
	3요인 모델	1872.58	.098	.706	.732	.116	.111-.121
	1요인 모델	2857.63	.111	.525	.562	.148	.143-.153
긍정정서	5요인 모델	336.32	.058	.923	.939	.076	.067-.086
	6요인 모델	282.90	.055	.937	.952	.069	.060-.079
	1요인 모델	1503.03	.109	.628	.626	.180	.172-.188

표 5. 긍정정서와 부정정서의 표준화 요인부하량, 개념신뢰도, 그리고 평균분산추출지수

		경로		B	SE	C.R.	개념신뢰도	평균분산 추출지수
부정정서	슬픔 우울	→	우울하다	.81			.83	.56
		→	슬프다	.80	.06	16.70		
		→	서럽다	.78	.06	16.17		
		→	상실감	.75	.06	15.36		
		→	외롭다	.56	.07	10.75		
	분노 혐오	→	괘씸하다	.82			.83	.61
		→	화나다	.76	.06	15.90		
		→	증오	.85	.05	18.39		
		→	약오르다	.74	.05	15.36		
		→	역겹다	.73	.05	15.17		
	불안 걱정	→	초조하다	.91			.75	.71
		→	불안하다	.91	.04	22.81		
		→	근심걱정	.69	05	15.20		
	선망 질투	→	부럽다	.83			.73	.53
		→	샘내다	.85	.06	13.81		
		→	아쉽다	.43	.07	7.73		
	수치 죄책	→	부끄럽다	.91			.79	.58
		→	창피하다	.89	.05	21.91		
		→	죄책감	.62	.05	13.16		
		→	후회하다	.56	.06	11.55		
	권태 싫증	→	지겹다	.88			.75	.68
		→	싫증나다	.82	.05	17.84		
		→	귀찮다	.76	.05	16.34		
	미분화 괴로움	→	심란하다	.82			.80	.61
		→	속상하다	.79	.06	16.43		
		→	답답하다	.81	.06	16.83		
		→	속타다	.70	.06	13.99		
긍정정서	애정	→	사랑스럽다	.88			.80	.61
		→	반하다	.84	.05	19.77		
		→	정겹다	.76	.05	17.12		
		→	설레다	.61	.05	12.65		
	성취	→	뿌듯하다	.89			.75	.70
		→	자랑스럽다	.83	.05	18.96		
		→	보람차다	.80	.05	17.75		
	재미	→	재미있다	.85			.75	.72
		→	유쾌하다	.85	.05	19.00		
		→	즐겁다	.85	.05	19.18		
	평안	→	편안하다	.91			.74	.64
		→	평화롭다	.88	.05	19.58		
		→	홀가분하다	.54	.05	10.89		
	감동 감사	→	감동하다	.80			.80	.55
		→	감탄하다	.80	.06	15.38		
		→	공감하다	.73	.07	13.99		
		→	고맙다	.65	.07	12.31		

인부하량은 .77, 부정정서의 평균 표준화된 요인 부하량은 .79로 만족스러운 수준으로 확인되었다. 또한, 긍정정서와 부정정서의 개념신뢰도와 평균분산추출지수 모두 기준치보다 높았다. 따라서 부정정서 7요인 모델과 긍정정서 5요인 모델이 적합한 수렴타당도를 갖는다고 판단하였다. 구체적인 수치는 표 5에 제시하였다. 마지막으로 변별타당도의 경우 각 잠재변인의 평균분산추출지수가 각 잠재변인 간 상관 계수 제곱보다 크게 나타날 경우 지지될 수 있다(Fornel & Larcker, 1981). 분석 결과, 긍정정서와 부정정서 모두에서 완벽하지는 않지만 양호한 수준의 변별타당도를 지니고 있음이 확인되었다. 부정정서의 경우, 21개의 요인 간 제곱값 중에 오직 '슬픔우울' 요인과 '미분화괴로움' 요인 간의 상관 계수 제곱값(.61)이 일부 요인의 평균분산추출지수 값보다 큰 것으로 나타났다. 긍정정서의 경우에도 10개의 요인 간 제곱값 중, '애정' 요인과 '감동감사 요인 간의 상관 계수 제곱값(.63)이 유일하게 일부 요인의 평균분산추출지수 값보다 컸다.

다음으로 부정정서와 긍정정서 전체, 그리고 각 하위요인들 각각에 대한 신뢰도 분석을 실시하였다. 부정 서 전체의 신뢰도 지수값은 .93이었으며, '슬픔우울' 정서군 .86, '분노혐오' 정서군 .88, '불안걱정' 정서군 .87, '선망질투' 정서군 .71, '수치죄책' 정서군 .83, '권태싫증' 정서군 .86, '미분화괴로움' 정서군은 .86의 내적합치도를 나타냈다. 전체 긍정정서는 .92의 내적합치도를 보였고, '애정' 정서군 .85, '성취' 정서군 .88, '재미' 정서군 .89, '평안' 정서군 .81, '감동감사'정서군은 .83의 내적합치도를 나타냈다. 정서 요인들 모두 높은 신뢰도 값을 나타냈기 때문에, 각 개별 정서 요인들이 동질적인 문항들로 구성되었다고 판단되었다.

긍정정서와 부정정서의 요인들 간 상관 및 수리적 특성

정서요인들 간의 상관관계 분석한 결과, 긍정정서와 부정정서를 구성하는 개별 요인들 간에 모두 유의미한 상관관계가 있음을 확인할 수 있었다. 각 정서 요인 간의 상관계수 값은 표 6과 7에 보고되어 있다. 먼저 부정정서 요인들 간의 상관을 살펴보면 '슬픔우울'과 '미분화괴로움' 요인간의 상관(r = .76)이 특히 다른 요인들 간의 상관에 비해 높은 상관 값을 보였다. '미분화괴로움'은 이외에도 '분노혐오', '불안근심', '수치죄책', '권태싫증' 정서군과 높은 상관을 보였다(r = .55, r = .55, r = .47 r = .40). '슬픔우울' 정

표 6. 부정정서 하위 요인 간 상관계수와 평균(M) 및 표준편차(SD)

	슬픔우울	분노혐오	불안걱정	선망질투	수치죄책	권태싫증	M	SD
슬픔우울							2.08	.81
분노혐오	.58***						1.93	.83
불안걱정	.55***	.29***					2.63	.86
선망질투	.50***	.40***	.32***				1.82	.75
수치죄책	.53***	.33***	.47***	.45***			2.05	.81
권태싫증	.52***	.63***	.29***	.50***	.29***		2.20	.95
미분화 괴로움	.76***	.55***	.55***	.31***	.47***	.40***	2.56	.91

주. *p<.05. **p<.01. ***p<.001.

표 7. 긍정정서 하위 요인 간 상관계수와 평균(M) 및 표준표차(SD)

	애정	성취	재미	평안	M	SD
애정					2.27	.84
성취	$.38^{***}$				2.82	.80
재미	$.57^{***}$	$.56^{***}$			2.82	.78
평안	$.52^{***}$	$.46^{***}$	$.54^{***}$		2.40	.84
감동감사	$.77^{***}$	$.48^{***}$	$.59^{***}$	$.61^{***}$	2.23	.78

주. $^{*}p<.05$. $^{**}p<.01$. $^{***}p<.001$.

서군 역시 다른 부정정서 요인들과 .50 이상의 유의하게 높은 상관관계를 보였다. '분노혐오' 정서군은 '슬픔우울', '권태싫증', '미분화괴로움'과 같은 정서군과는 높은 상관(r = .58, r = .63, r = .55)을 나타내는 반면, '불안걱정'과 '수치죄책'과는 상대적으로 작은 상관관계(r = .29, r = .33)를 나타내었다. '불안걱정' 정서군은 '선망질투'와 '권태싫증'과는 비교적 낮은 상관(r = .32, r = .29)을 보였다. '선망질투' 정서군 다른 부정정서군과 비교하여 '미분화괴로움'과 비교적 낮은 상관(r = .31)을 나타내는 특징을 보였다. '수치죄책'과 '권태싫증' 정서군은 전반적으로 여타 부정정서 요인과는 높은 상관을 보였지만 서로 간에는 상대적으로 낮은 상관(r = .29)을 보였다. 다음으로 긍정정서 요인들 간의 상관을 보면, '애정'과 '감동감사' 정서군 간에 높은 상관(r = .77)을 나타내는 반면, '애정'과 '성취' 정서군 간에는 상대적으로 작은 상관관계(r = .38)를 나타내었다. 여타 긍정정서군들 간에는 중간 크기(.46 - .61)의 정적 상관이 확인되었다.

성별에 따라 긍정정서와 부정정서의 평균값과 각 하위 요인들의 평균값에서 차이가 있는지 분석하였다. 먼저 긍정정서의 평균값에서 남녀 간 차이가 발견되었다. 남성(M = 2.56)이 여성(M = 3.09)에 비해 전반적으로 긍정정서를 더 많이 경험하는 것으로 나타났다. F(1, 326) = 6.79, p = .010. 부정정서의 평균값에서는 유의미한 성차 효과가 발견되지 않았다. 개별 정서 요인들 간의 성차를 확인해본 결과, 긍정정서에서는 '애정' 정서군과 '평안' 정서군에서 부정정서에서는 '분노혐오' 정서군에서 유의미한 성차가 보고되었다. '애정' 정서군(M = 2.39 vs. 2.08, p = .001), '평안' 정서군(M = 2.46 vs. 2.27, p = .049), '분노혐오' 정서군 (M = 2.06 vs. 1.87, p = .038)에서 남성이 여성보다 더 많이 경험하는 것으로 나타났다. 여타 정서군에는 남녀가 유의미한 차이를 나타내지 않았다. 다음으로 연령대에 따른 차이를 분석하였다. 긍정, 부정정서의 평균값에서는 연령대간 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 긍정 및 부정정서의 하위 요인들 중에서 '불안걱정', '선망질투', '감동감사'에서만 연령대에 따른 유의미한 차이가 확인되었다, Fs > 3.10, ps < .05. 30대(M = 2.10)와 40대 이상(M = 2.14)에 비해 20대(M = 1.83)가 유의하게 작은 수준의 '불안걱정'을 경험하는 것으로 확인되었다. 30대와 40대 이상 간에는 유의미한 차이가 없었다. '선망질투' 정서 경험의 경우 30대(M = 1.97)가 20대(M = 1.75)에 비해 유의미하게 더 많이 경험하는 것으로 나타났다. 40대 이상(M = 1.90)와 20대, 그리고 40대 이상과 30대 사이에는 유의미한 차이가 없었다. 긍정정서인 '감동감사'의 경우에는 20대(M = 2.31)가 30대(M = 2.07)에 비해 더 많이 경험하는 것으로 확인되었다. 40대 이상(M = 2.10)과 20대, 그리고 40대 이상과 30대 사이에는 '감동' 정서군 경험에 유의미한 차이가 없었다.

논 의

한국인의 일상생활에서 경험되고 표현되는 정서들이 서로 어떻게 구분되고 연결되는지 이해하고 이를 정서연구에 활용할 수 있도록 자기보고 정서 측정도구를 개발하고자 하였다. 정서단어로써 원형성과 친숙성이 보고된 부정정서단어 32개와 긍정정서단어 20개를 선별하여 분석하였다. 탐색적 요인분석 결과, 부정정서는 '슬픔우울' '분노혐오' '불안걱정' '선망질투' '수치죄책' '권태싫증' '미분화 괴로움'의 7개의 요인 구조가 추출되었고 확인적 요인분석 결과 좋은 모델적합도를 나타내었다. 긍정정서는 선행연구 결과에 기반하여 확인적 요인분석 결과 '애정' '성취' '재미' '평안' '감동감사'의 5개 요인이 확인되었다.

부정정서에서 첫 번째 요인은 '슬픔우울' 정서들로 우울하다, 상실감, 서럽다, 슬프다, 외롭다의 항목들로 구성되었다. 슬픔은 상실에 대한 정서적 반응(Lazarus, 1991)이다. 상실 자체를 표현하는 '상실감', 상실로 인한 결과를 나타낸 '외롭다', 그리고 비탄을 내포하며 높은 강도의 슬픔을 나타내는 '서럽다'의 슬픔의 다양한 경험 측면을 대표한다고 볼 수 있다. 분석결과에서 주목할 점은 연구참가자들에게는 슬픔과 우울이 뚜렷하게 구별되지 않고 같은 범주로 묶인다는 점이다. 슬픔과 우울은 비활동성과 같은 많은 공통 특성들을 공유하지만 구분되는 개념이기도 하다. 슬픔은 정상적인 정서로 이해되는 반면, 우울은 병리적 정서로 평가되며(Michelle, Shiota, James, & Kalat, 2015) 우울은 슬픔뿐 아니라 분노, 불안, 죄책감 등이 복합된 정서 상태라거나(Lazarus, 1994), 우울의 주된 증상은 슬픔보다는 즐거움의 결핍이라고 제안되기도 한다(Davidson, Pizzagalli, Nitschke, Putnam, 2002). 회복 불가능한 상실은 슬프게 느껴지는데, 이를 절망적이라고 느낀다면 우울하게 된다(Lazarus, 1991). 우울(depression)은 장기간에 걸쳐 지속되는 불행한 기분이다. 그러나 한국의 일반 성인들은 일상적으로 우울하다라는 표현을 슬프다는 표현과 유사하게 사용하는 것으로 볼 수 있는 결과이다. 우울하다는 표현이 임상적 정의와는 다르게 일상어로 사용되는 것인지, 절망적이고 지속적인 슬픔의 감정을 표현하기 위하여 사용되는 것인지는 추후 보다 심화된 연구가 필요할 것이다.

부정서의 두 번째 요인인 '분노혐오' 정서군은 증오, 괘씸하다, 역겹다, 약오르다, 화나다의 단어가 포함된다. 이 중 괘씸하다, 약오르다, 화나다, 증오는 분노의 강도를 표현하는 것과 동시에, 유발사건이나 표현방식과 관련된 분노의 다양한 측면을 반영하고 있다. 이는 분노가 가벼운 성가심이나 짜증으로부터 격노나 격분, 강한 흥분 상태에 이르는 다양한 감정들로 구성된 정서 상태라는 점을 반영하고 있다고 할 수 있다(Spielberger, Jacobs, Russell, & Crane, 1983). 분노는 공격이나 방어를 위해서 생리적으로 각성되고 준비된 상태이다(Buss & Perry, 1992). 그런데 분석결과에서는 분노를 중심으로 '역겹다'는 혐오 정서가 파생되어 한 요인을 이루고 있다. 이는 여러 선행 연구자들은 혐오를 분노와 구분하여 기본정서로 제안한 것과 다른 결과이다. 혐오는 전형적인 얼굴표정을 가지며(Ekman et al., 1987; Izard, 1971) 평가내용에서도 다른 정서들과 구분되고(Lazarus, 1991; Oatley & Johnson-Laird, 1987) 메스꺼움과 같은 신경생리적 반응도 고유하여(Plutchik, 1980) 기본정서로써 제안되었다. 그러나 정서이론 중에는 혐오가 독립적으로 구분되어 있지 않는 경우도 많다. 비교적 정서과정을 세밀하게 구분한 Panksepp(1982)도 혐오를 별도의 기본정서로 가정하지 않고 있다. 비록 표정, 기능, 신체반응 측면에서 고유함을 가졌지만 혐오는 분노와 중첩된 부분 역시 상당히 크다. 누군가 우리나 타인의 권리를 침해할 때 화가 나는데, 동시에 그러한 침해가 부도덕하다고 판단될 때 혐오 역시 경험한다. 분노는 본능적인 욕구, 자존감, 가치나 신념이 침해될 때 경험된다. 한편 혐오나 경멸은 청결함이나 신성함, 공동체의 기준이 침해된 것에 대한 반응이다(Rozin, Lowery, Imada & Haidt, 1999, p. 168). 이러한 관점에서 우리에게 소중한 것이 침해될 때 유발되는 분노 반응 중에서, 그 침해가 청결함이나 도덕성과 관련된 성격을 갖는다면 혐오를 경험한다면, 혐오는 분노의 한 유형이라고 볼 수도 있을 것이다. 또는 분노를 경험하며 유발사건에 대한 도덕적 평가가 이루어진다면 분노와 혐오를 함께 경험할 수 있고, 이때는 분노와 혐오가 빈번하게 동시에 경험되는 혼합정서라고 볼 수도 있다. 분노와 혐오가 서로 다른 기본정서이지만 빈번히 동시에 경험되는지, 혐오가 분노로부터 파생된 기본적으로는 동일한 범주의 감정 상태인지는 추후 연구를 통해 확인이 필요한 부분이다. 그러나 최소한 한국의 문화맥락에서 혐오는 분노의 성질을 띠며 분노와 유사하게 경험되는 정서 현상이다.

'불안걱정' 범주는 '불안하다, 초조하다, 근심걱정하다' 3개의 정서단어로 구성되었다. 부정정서 중에는 가장 빈번하게 경험하는 정서군이다. 불안은 공포와 함께 각 정서상태가 어떻게 유사하고 어떻게 다른지 비교되며 이해되어 왔다. 불안과 공포는 개인적 안전, 개인으로서의 정체성, 삶과 죽음의 문제와 관련되며 인간이 살아가면서 피할 수 없는 실존적 감정이다. 분석 결과 특이한 점은, 불안은 구분되는 범주로 나타났으나, 공포는 독립적 범주를 형성하지 못했다는 점이다. 본 연구의 결과에서 공포를 나타내는 정서단어들은 일상적으로 빈번하게 사용되지 않으며, 전형적인 단어인 '무섭다'는 불안걱정보다는 슬픔우울과 상대적으로 강한 상관관계가 있고, 다른 요인들과도 교차부하량을 나타내어 요인분석 과정에서 제외되었다. 이는 현재 한국사회에서 공포나 불안을 상황들을 고려해본다면 해석 가능한 결과이다. 공포는 현재의 위험에 대한 반응이며, 불안은 예상되거나 상상되어진 위험에 대한 반응이다(Reber, 1985). 현대 사회에서 우리는 물리적으로나 신체적으로 즉각적인 공포를 느끼는 일들을 드물게 경험한다. 일반적인 성인의 경우 대부분 공포를 느끼는 특정한 사물이나 사건을 예방하고 효과적으로 회피하려 노력하며, 그 결과 신체적 공격, 재난, 사고, 범죄와 같이 즉각적으로 공포를 일으키는 사건은 경험 빈도가 높지 않다. 즉 연구참가자 대다수가 즉각적인 위험을 경험하고 있지 않았기 때문에 무섭다와 같은 단어에 대한 반응 수준이 낮았을 가능성이 있다. 오히려 우리 사회의 성인이 두려워하는 것은 경제적 문제, 성취의 실패, 인간관계, 건강, 실수, 자존감이나 자율성의 손상 등 보다 불확실한 위협들이다.

불안은 무엇인가 나쁜 일이 벌어질 것 같은 보다 일반화된 기대이며(Lazarus, 1991) 불안은 공포와 관련된 행동이 봉쇄 될 때 일어난다(Epstein, 1972). 즉, 현대 한국사회의 사람들이 주로 경험하는 두려움은 불확실성 속에서 부정적 예상이나 자신이 효과적인 대처를 할 수 없을 것 같다는 기대와 관련될 가능성이 있다. 추가적으로 '무섭다'는 불안근심보다는 슬픔우울 차원에 부하되었다. 일반적으로 불쾌하고, 외적 귀인되며, 통제가능성이 낮고 불확실한 상황에서 사람들은 공포를 느낀다(Scherer, 1997). 그런데 슬픔우울에도 유사한 평가차원이 작동한다(Mauro, Sato, & Tucker, 1992). 우울은 미래에 대한 무망감이라는 불확실성을 포함함으로 '무섭다' 정서가 슬픔우울 차원에 부하되었던 것으로 추측할 수 있다. 또한 불쾌라는 부정정서의 공통성뿐 아니라 낮은 통제감이나 외적귀인 등이 평가적 요소의 공통점으로 부정정서의 다른 요인들과도 상관을 보인 이유로 해석해 볼 수도 있다. 그러나 '무섭다'는 공포를 나타내는 정서 상태가 한국사회에서 어떻게 경험되는지, 다른 정서군과는 어떤 관계를 나타내는지는 실증적 연구를 통해 확인해야 할 부분이다.

연구 결과 중 주목할 점 중 하나는 자의식 정서가 주요하게 두 개의 범주로 도출된 부분이다. '샘내다, 부럽다, 아쉽다' 3항목이 선망질투 요인으로 도출되고, '부끄럽다, 창피하다, 죄책감, 후회하다'의 4항목이 수치죄책 요인으로 도출되었다. 선망이나 질투, 수치심이나 죄책감은

자기에 대한 평가가 중심이 되는 자의식적 정서들이다. 만 2세가 지나면 자기에 대한 인식이 생기고 유아는 실패에 대해 수치심이나 죄책감으로 반응하기 시작한다. 우리는 우리의 행동이나 능력이 자신이나 타인의 기대에 미치지 못할 때 수치심을 느끼고, 어떤 영역에서 다른 사람들보다 자신이 못했다고 생각될 때 선망이나 질투를 느낀다(Bers & Rodin, 1984). 자의식은 자기와 타인과의 관계에서 나타나며 문화적 가치를 반영한다. 이러한 자의식적 정서가 비교적 주요하게 경험되며 고유의 범주로 나타나는 것은 성인의 정서경험의 특성 또는 집합주의 사회의 영향의 관점에서 논의해볼 수 있다.

본 연구에서는 부끄럽거나 창피하다는 수치심을 표현하는 단어와 죄책감이나 후회의 죄책감 단어가 같은 요인으로 묶인다. 죄책감이나 수치심은 실패나 도덕적 잘못에 대해 이를 바로잡고 반복하지 않게 하는 기능을 하는데, 이러한 수치심과 죄책감이 서로 구분되는 정서인지 여부는 논란이 많은 주제이다. 일부 연구자들은 죄책감과 수치심을 구분하며, 연구자에 따라 죄책감과 후회도 구분한다(Zeelenberg & Breugelmans, 2008). 수치심과 죄책감은 주로 도덕적 기준을 위반하였거나 자기 또는 주위 사람들의 기대를 충족하지 못할 때 경험한다. 죄책감은 자기 일부, 즉 특정 행동이 잘못됐다고 문제시하는 경험인 한편, 수치심은 전체 자기(entire self)가 문제시되는 경험으로 두 정서를 구분하였다(Lewis, 1971; Tangney, Hill-Barlow, Marschall, & Gramzow, 1996). 수치심은 자신의 존재가 평가절하 되는 것에 의해서 발생하며, 자존감의 상실을 동반한다고 설명되었다(Jacoby, 1991). 그러나 두 정서가 구분되기 어렵다는 증거 역시 상당히 존재한다. 수치심을 유발하는 자극과 죄책감을 유발하는 자극에 반응하는 뇌의 활성화 영역이 비슷하다는 결과(Takahashi, Yahata, Koeda, Matsuda, Asai, & Okubo., 2004)나 죄책감과 수치심의 얼굴표정은 구분하기가 힘들다는 점(Keltner & Buswell, 1996), 두 사건을 일으키는 선행사건과 주관적 경험이 유사하다는 점들은 죄책감과 수치심이 동일한 원천에서 파생된다는 해석을 지지하며 본 연구에서 두 정서는 동일 범주로 도출된 점도 이러한 주장을 지지하는 결과로 볼 수 있다.

부정정서의 다른 두 요인은 기존 정서이론에서는 뚜렷이 조명되지 않았던 정서상태들이다. '귀찮다, 지겹다, 싫증나다'의 권태싫증 정서범주와 '답답하다, 속상하다, 심란하다, 속타다'의 미분화 괴로움을 나타내는 요인이 구분되어 나타났다. 두 정서군 모두 복합적인 정서 상태이다. 정서 상태로서 권태싫증은 연구자들의 관심을 받지 못하고 심리학에서는 아직 심도 있게 연구되지 않은 주제이지만, 경험적으로 이는 우리 삶에서 빈번하며, 행동을 동기화하는 주요한 정서적 상태이다. 권태는 매우 불쾌하고 스트레스를 받는 상태로, 무기력과 함께 안절부절하지 못하는 것을 특징으로 하는(Martin, Sadlo, & Stew, 2006) 복합적인 현상이다(Caldwell, Darling, Payne, & Dowdy, 1999). 우리 삶에 활력을 주는 적절한 외적 자극이 부족할 상태로 무엇인가를 반복하거나, 흥미나 의욕, 몰입과 같은 내적 상태가 부족할 때 우리는 지겨워하고 귀찮아한다. 외적자극의 결핍이나 흥미와 즐거움을 유지하기 어려운 경향을 나타내는 권태성향(Boredom proneness)은 심리적부적응, 중독 행동, 섭식장애, 분노행동의 방식 등의 원인이 되고 있는 것으로 보고되고 있다(Sommers, & Vodanovich, 2000). 현대 한국의 성인에게는 이러한 권태싫증의 정서 상태가 독립된 요인으로 도출되는 바, 이러한 현상이 어떠한 역할을 하고 어떠한 결과를 가져오는지 세밀한 관심이 필요할 것이다.

부정정서의 마지막 요인으로 '미분화괴로움'은 슬픔우울, 분노혐오, 불안근심, 수치죄책, 권태싫증의 정서군과 모두 높은 상관을 나타낸다. 이는 답답하거나 심란한 상태가 다양한 부정정서들이 혼합된 상태임을 의미한다. 기본정서이론들은 대개 원형적인 정서들에 초점을 두기 때문에 대부분 미분화정서는 부각되지 않았으나,

그럼에도 Izard(1971)와 Tomkins(1984)은 괴로움(distress)을 기본정서들 중 하나로 포함하였다. 미분화된 정서상태를 다른 정서들과 독립적으로 개념화하거나 측정한 경우는 흔치 않다. 그러나 본 연구에서는 미분화괴로움을 정서경험의 주요 범주로 포함하였다. 기본적으로 이러한 상태가 실제로 빈번하게 경험되고 있으며 참가자들의 인식에서 다른 정서상태들과 구분되기 때문이다. 다른 이유는 미분화된 정서상태의 의미와 역할을 밝히는 것이 두 가지 측면에서 학문적으로 의의가 있을 것으로 판단하기 때문이다. 첫째 이는 다른 정서적 경험에 비해 스트레스에 대한 반응양상을 뚜렷하게 내포한다. 연구자들은 심리적 괴로움을 우울증이나 외상후스트레스와 같은 정신병리의 진단 기준이나 사회적개인적 기능을 손상시키는 정서적 문제(Watson, 2009; Wheaton 2007)로 보기도 하고, 스트레스원에 대한 정상적인 정서 반응으로 일시적인 현상이라 보기도 한다(Horwitz, 2007). 답답하다, 속상하다와 같은 단어들이 심리적 고통을 내포하고 있기 때문에 이에 대한 정확한 이해가 필요하다. 미분화된 정서가 어떠한 상태를 지칭하는지 다른 개별 정서적 상태와 어떤 관련성을 갖는지는 더 깊은 이해가 필요하다. 이러한 심리적 상태가 미분화된 방식으로 표현되는 것에 주의를 기울여야 하는 또 다른 이유는 이러한 표현이 개인의 정서적 역량을 나타낼 가능성이 있기 때문이다. 미분화정서는 자신의 복합적인 정서 상태를 명료하게 구분하지 못한 상태를 의미할 수 있다. 자신의 정서 상태를 명료하게 구분할 수 있는 높은 정서인식력은 정신건강을 예언하고 정서지능과 같은 정서적 능력을 구성한다고도 알려져 있다(Mayer & Salovey, 1995). 따라서 미분화괴로움이라는 정서범주가 나타나는 것이 정서적 능력의 개인차에 따른 것이라면 정서인식을 비롯한 정서연구에서 활용될 가치가 높을 것이다.

긍정정서의 기능에 대한 인식이 확산됨에 따라 이를 보다 심도 있게 연구하기 위해서는 미분화된 채 사용되고 있는 긍정정서의 하위범주를 확인하고 이를 구분할 필요가 있었다. 이에 한국어 긍정정서 단어들을 요인분석 한 결과, 최종적으로 '사랑스럽다, 반하다, 설레다, 정겹다' 항목은 애정 정서군, '뿌듯하다, 자랑스럽다, 보람차다'는 성취 정서군, '재미있다, 유쾌하다, 즐겁다'는 재미 정서군, '평화롭다, 편안하다, 홀가분하다'는 평안 정서군, '공감하다, 고맙다, 감탄하다, 감동하다' 는 감동감사 정서군의 5개 요인구조가 확인되었다. 최해연(2012)에서는 대학생과 직장인에서 긍정정서의 요인구조가 다르게 나타났다. 이는 대학생과 직장인의 삶의 경험이 다르고 이에 따라 정서 경험을 하는 방식이 다름을 반영할 수 있으나, 다른 표본을 통한 재확인이 필요한 결과이다. 본 연구에서는 대학생과 직장인을 합쳐서 분석하였을 때, 성인집단에서는 사랑과 정 차원이 하나의 요인으로 합쳐져 '애정'이라는 요인명이 부여되었고, 전체 5요인의 모델적합도는 양호하였다. 이로써 긍정정서의 하위범주 구분의 신뢰도와 타당도를 확보할 수 있으며 간편성이 높아져 연령에 상관없이 단일한 척도를 사용할 수 있게 되었다.

긍정정서가 한 가지만 제안된 선행연구에서는 다수에서 행복(Frijda, 1986; Oatley & Johnson-Laird, 1987)으로 이를 표현하였다. 그러나 본 연구에서는 '행복하다'는 단어는 여러 긍정정서 요인과 교차부하의 문제를 가져 제외되었다. 사람들이 편안한 상태를 행복하다고 보고할 수도 있고 사랑스럽고 정겨운 상태를 행복하다고 보고할 수도 있는 것이다. 따라서 '행복하다'는 개별적인 긍정정서의 범주를 반영하는 단어라기보다 전반적인 긍정정서 상태를 보여주는 단어로 해석된다. 이를 보다 세분화할 때 '애정' '성취' '재미' '평안' '감동감사'의 5개 범주를 구분할 수 있는 것이다. 이중 애정, 감동감사는 대인관계에서 핵심적인 정서로 볼 수 있으며, 재미, 성취, 평안의 정서범주들은 일의 성취의 단계와 변화 과정에서 경험할 수 있는 정서 현상들이다. Panksepp(1998)은 특정한 신경내분비패턴 및 뇌

영역의 활성화를 토대로 동기부여 과정에 관여하는 추구(seeking), 욕정(lust), 돌봄(care), 공포, 분노, 공황(분리불안), 놀이와 같은 감정체계로 구분될 수 있으며 이러한 체계가 불안, 분노, 슬픔, 욕망, 기쁨, 배려와 같은 일차과정적 정서상태(primary-process affective states)를 만들어낸다고 제안하였다. 욕정과 돌봄의 체계는 애정 및 감동감사의 정서 현상을, 추구와 놀이의 감정체계는 성취, 재미, 평안과 같은 감정현상의 기초로 해석될 수도 있다. 선행 기본정서 이론들에서도 긍정정서 중에서도 사랑(Arnold, 1960; James, 1884), 즐거움(Ekman, Friesen, & Ellsworth, 1982; Tomkins, 1984; Izard, 1971; Gray, 1982; Plutchik, 1980), 흥미(Frijda, 1986; Izard, 1971; Tomkins, 1984), 기대(Plutchik, 1980)는 부각된 현상이었다. 이러한 점에서 5개의 요인이 긍정정서의 다양한 측면을 포괄적이면서도 구체적으로 반영하고 있다고 볼 수 있다. 긍정정서를 구분한 시도는 아직 많이 이루어지지 않았음으로 본 결과는 앞으로 다양한 논의를 거쳐야 할 것이다.

얼굴표정이나 생리적반응성을 중심으로 정서를 정의하고 측정하는 접근과 마찬가지로 자기보고 측정치 역시 유용성과 제약점을 갖는다. 내적 경험을 재구성하기 위하여 사용되는 언어가 항상 제대로 표현되는 것도 아니다. 자기보고는 일차적으로 자신의 정서에 대한 인식 능력이 정상적 발달 수준을 갖춘 사람에게 적당할 것이다. 어떤 개념을 올바로 정의하기 위한 방법은 여러 가지 측면에서 측정하는 것이며 이는 정서에도 해당된다(Webb, Campbell, Schwartz, & Sechrest, 1966). 정서연구가 축적됨에 따라 자기보고, 생리적 반응, 행동 측정치들의 결과 수렴되는 지점이 보다 명확해질 것이고 이들이 같은 결론에 이른다면 척도의 신뢰도는 높아질 것이다.

본 연구는 한국인이 사용하는 정서단어를 한국의 문화의 맥락에서 분석하며, 성격이나 비정서적 동기요소를 최대한 배제하며 정서 고유의 속성을 반영하려 하였다. 또한 일상생활에서 친숙하고 빈번히 사용되는 정서 경험은 보편적이고 강력한 기본정서뿐 아니라 파생정서와 복합정서 등 다양한 정서적 현상을 포함한다는 것을 확인하고 이를 대표하는 정서단어를 포함하였다. 또한 현재까지 밝혀진 정서이론을 활용하여 각 범주의 특성을 논의하였다. 긍정정서와 부정정서의 내에서 각각 5개 요인과 7개 요인의 정서범주를 구분함으로써, 긍정 또는 부정의 차원 수준에서나 보다 세분화된 범주 수준에서도 분석할 수 있게 하였다. 정서를 주요 변인으로 포함한 연구들이 활발해지고 있는 상황에, 이론적 기반을 가진 타당화된 척도를 제안함으로써 향후 다양한 정서 연구에 신뢰도를 더하며 정서적 현상을 보다 세심하게 해석하는데 유용하게 사용될 것으로 기대한다.

참고문헌

김경미, 김정희 (2011). 감사 경험에 관한 질적 연구-근거이론을 적용하여. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 23(3), 739-759.

김경미, 조진형, 김동원, 김정희 (2009). 성인 여성의 감사 대상, 이유 및 효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 21(1), 191-208.

노지혜, 이민규 (2012). 한국판 감사 척도의 타당화. 한국심리학회지: 임상, 31(1), 329-354.

박인조, 민경환 (2005). 한국어 감정단어의 목록 작성과 차원 탐색. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 19(1), 109-129.

이현희, 김은정, 이민규 (2003). 한국판 정적 정서 빛 부적 정서 척도의 타당화 연구. 한국심리학회지: 임상, 22(4), 935-946.

최해연 (2012). 한국의 대학생과 직장인이 경험하는 긍정정서의 구조. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 26(4), 73-88.

Armon-Jones, C. (1986). The social functions of emotion. In R. Harré (Ed.), *The social construction of emotions* (pp. 57-82). Oxford, UK: Basil

Blackwell.

Arnold, M. B. (1960). *Emotion and personality* (Vols. 1-2). New York, NY: Columbia University Press.

Bers, S. A., & Rodin, J. (1984). Social-comparison jealousy: A developmental and motivational study. *Journal of Personality and Social Psychology, 47*, 766-779.

Bower, G. H. (1981). Mood and memory, *American Psychologist, 36*, 129-148.

Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen & J. S. Long (Eds.), *Testing Structural Equation Models* (pp. 136–162). Newbury Park, CA: Sage.

Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of personality and social psychology*, *63*, 452.

Caldwell, L. L., Darling, N., Payne, L. L., & Dowdy, B. (1999). “Why are you bored?”: An examination of psychological and social control causes of boredom among adolescents. *Journal of Leisure Research*, *31*, 103-121.

Carstensen, L.L., Pasupathi, M., Mayr, U. & Nesselroade, J. (2000). Emotional experience in everyday life across the adult life span. *Journal of Personality and Social Psychology*. 79, 644-655.

Darwin, C. (1965). *The expression of the emotions in man and animals*. Chicago, IL: University of Chicago Press. (Original work published 1872)

Davidson, R. J., Pizzagalli, D., Nitschke, J. B., & Putnam, K. (2002). Depression: perspectives from affective neuroscience. *Annual review of psychology, 53*, 545-574.

Ekman, P. (1969). *Ekman-Hager facial action exemplars*. San Francisco, CA: Human Interaction Laboratory, University of California.

Ekman, P. (1999). Basic emotions. *Handbook of cognition and emotion*, *98*, 45-60.

Ekman, P. (2003). *Emotions revealed*. New York. NY: Times Books.

Ekman, P., Friesen, W. V., & Ellsworth, P. C. (1982). *Emotion in the human face*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.

Ekman, P., Friesen, W.V., O'Sullivan, M., Chan, A., Diacoyanni-Tarlatzis, I., Heider, K., Krause, R., LeCompte, W.A., Pitcairn, T., Ricci-Bitti, P.E., Scherer, K., Tomita, M., & Tzavaras, A. (1987). Universals and cultural differences in the judgments of facial expressions of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, *53*, 712-717.

Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: Experimental studies of gratitude and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*, 377-389.

Epstein, S. (1972). The nature of anxiety with emphasis upon its relationship to expectancy. *Anxiety: Current trends in theory and research*, *2*, 291-337.

Fornel, C., & Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural evaluations model with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research, 18*, 39-59.

Fosha, D. (2000). *The transforming power of affect: A model for accelerated change*. New York, NY: Basic Books.

Fredrickson, B. L. (2009). *Positive: Groundbreaking research reveals how to embrace the hidden strength of positive emotions, overcome negativity, and thrive*. New York, NY: Crown Publishers.

Frijda, N. H. (1986). *The emotions*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.

Gray, J. A. (1982). *The neuropsychology of anxiety*. Oxford, UK: Oxford University Press.

Greenberg, L. S., & Korman, L. (1993). Assimilating emotion into psychotherapy integration. *Journal* *of Psychotherapy Integration*, *3*, 249.

Greenberg, L. S., & Paivio, S. C. (2008). 심리치료에서 정서를 어떻게 다룰 것인가 [*Working with emotions in psychotherapy*]. (이홍표 역). 서울: 학지사. (원전은 1997년에 출판).

Gross, J. J., & John, O. P. (1998). Mappingthe the domain of expressivity: Multimethod evidence for a hierarchical model. *Journal of Personality and Social Psychology*, *74*, 170-191.

Guilford, J. P. (1956). The structure of intellect. *Psychological Bulletin, 53*, 267-293.

Hair, J. F., Anderson, R. E., Tatham, R. L., & Black, W. C. (1998). *Multivariate Data Analysis* (5th ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Horwitz, A. V. (2007). Distinguishing distress from disorder as psychological outcomes of stressful social arrangements. *Health*, *11*, 273-289.

Izard, C. E. (1971). *The face of emotion* (Vol. 23). New York, NY: Appleton-Century-Crofts.

Izard, C. E. (1977). Anger, disgust, and contempt and their relationship to hostility and aggression. In C. E. Izard (Ed.). *Human emotions* (pp. 329-354). New York, NY: Plenum Press.

Izard, C. E. (1991). *The psychology of emotions*. New York, NY: Plenum.

Izard, C. E. (1997). Emotions and Facial Expression: A Perspective from Differential Emotions Theory. In J. A. Russel & J. M. Fernandez-Dols. (Eds.). *The Psychology of facial expression.* Cambridge, UK: Cambridge University Press.

Jacoby, M. (1991). *Shame and the origins of self-esteem*. London, UK: Routledge.

James, W. (1884). What is an emotion? *Mind*, *9*, 188-205.

Kaiser, H. F. (1960). The application of electronic computers to factor analysis. *Educational and Psychological Measurement, 20*, 141-151.

Kellerman, H., & Plutchik, R. (1968). Emotion-trait interrelations and the measurement of personality. *Psychological Reports, 23*, 1107-1114.

Keltner, D., & Buswell B. N. (1996). Evidence for the distinctness of embarrassment, shame, and guilt: A study of recalled antecedents and facial expressions of emotion. *Cognition and Emotion*, *10*, 155-171.

Kitayama, S., Markus, H. R., & Kurokawa, M. (2000). Culture, emotion, and well-being: Good feelings in Japan and the United States. *Cognition and emotion, 14*, 93-124.

Kitayama, S., Mesquita, B., & Karasawa, M. (2006). Cultural affordances and emotional experience: Socially engaging and disengaging emotions in Japan and the United States. *Journal of Personality and Social Psychology, 91,* 890-903.

Lambie, J. A. (2000). *The world and the self in emotion experience: An emotion diary investigation*. Manuscript submitted for publication.

Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford, UK: Oxford University Press.

Lazarus, R. S. (1994). Psychological stress in the workplace. In R. Crandall & P. L. Perrewe (Eds.), *The nature of emotion* (pp. 79-85). Oxford, UK: Oxford University Press.

LeDoux, J. (1996). *The emotional brain.* New York, NY: Simon & Schuster.

Lewis, H. B. (1971). *Guilt and shame in neurosis*. New York, NY: International.

Linehan, M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. New York, NY: Guilford.

Markus, H. R.; Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review, 98*, 224-53.

Martin, M., Sadlo, G., & Stew, G. (2006). The phenomenon of boredom. *Qualitative Research in Psychology*, *3*, 193-211.

Mauro, R., Sato, K., & Tucker, J. (1992). The role of appraisal in human emotions: A cross-cultural study. *Journal of Personality and Social Psychology*, *62*, 301-317.

Mayer, J. D., & Salovey, P. (1995). Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings. *Applied and preventive psychology*, *4*, 197-208.

McCullough, M. E., Tsang, J., & Emmons, R. A. (2004). Gratitude in "intermediate affective terrain": Grateful moods and their links to personality and daily life events. *Journal of Personality and Social Psychology, 86*, 295-309.

McDonald, R. P., & Ho, M. H. R. (2002). Principles and practice in reporting structural equation analyses. *Psychological methods, 7*, 64-82.

Mesquita, B., & Frijda, N. H. (1992). Culture variations in emotions: A review. *Psychological Bulletin, 112*, 179-204.

Michelle N. Shiota, James W. Kalat (2015). 정서심리학 2판 [*Emotion (2th)*]. (민경환, 이옥경, 이주일, 김민희, 장승민, 김명철 역). 서울: Cengage Learning.

Nunnally, J. (1978). *Psychometric methods*. New York, NY: McGraw.

Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). New York: McGraw-Hill.

Oatley, K., & Johnson-Laird, P. N. (1987) Toward a cognitive theory of emotions. *Cognition and Emotion*, *1*, 29-50.

Ortony, A., Clore, G. L., & Collins, A. (1988). *The cognitive structure of emotions*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.

Pankespp, J. (1982). Toward a general psychobioligical theory of emotions. *The Behavioral and Brain Sciences, 5*, 407-467.

Panksepp, J. (1998). *Affective neuroscience: The foundations of human and animal emotions*. Oxford, UK: Oxford university press.

Plutchik, R. (1980). *Emotion: A psychoevolutionary synthesis*. New York, NY: Harper & Row.

Plutchik, R. (2000). A psychoevolutionary theory of emotion. In R. Plutchik (Ed.), *Emotions in the practice of psychotherapy: Clinical implications of affect theories* (pp. 59-79). Washington, DC: American Psychological Association

Reber, A. S. (1985). *The penguin dictionary of psychology* (2nd ed.). London, UK: Penguin Books.

Robinson, M. D., & Clore, G. L. (2002). Belief and feeling: evidence for an accessibility model of emotional self-report. *Psychological bulletin*, *128*, 934.

Rozin, P., Lowery, L., Imada, S., & Haidt, J. (1999). The CAD triad hypothesis: A mapping between three moral emotions (contempt, anger, disgust) and three moral codes (community, autonomy, divinity). *Journal of Personality and Social Psychology*, *76*, 574-586.

Scherer, K. R. (1997). The role of culture in emotion- antecedent appraisal. *Journal of Personality and Social Psychology*, *73*, 902-922.

Sommers, J., & Vodanovich, S. J. (2000). Boredom proneness: Its relationship to psychological and physical health symptoms. *Journal of Clinical Psychology*, *56*, 149-155.

Spielberger, C. D., Jacobs, G., Russell, S., & Crane, R. S. (1983). Assessment of anger: The state-trait scale. *Advances in Personality Assessment*, *2*, 161-189.

Takahashi, H., Yahata, N., Koeda, M., Matsuda, T., Asai, K., & Okubo, Y. (2004). Brain activation associated with evaluative processes of guilt and embarrassment: an fMRI study. *Neuroimage*, *23*, 967-974.

Tangney, J. P., Wagner, P. E., Hill-Barlow, D., Marschall, D. E., & Gramzow, R. (1996). Relation of shame and guilt to constructive versus destructive responses to anger across the lifespan. *Journal of personality and social psychology*, *70*, 797-809.

Tomkins, S. (1984). Affect theory. In K. Scherer & P. Ekman (Eds.), *Approaches to emotion* (pp. 353-400). Hillsdale, NJ.: Erlbaum.

Van Maanen, J., & Kunda, G. (1989). Real feelings-emotional expression and organizational culture. *Research in Organizational Behavior*, *11*, 43-103.

Watson, D. (2009). Differentiating the mood and anxiety disorders: A quadripartite model. *Annual Review of Clinical Psychology*, *5*, 221-247.

Watson, D., & Clark LA. (1994). *The PANAS-X: Manual for the Positive and Negative Affect Schedule-Expanded Form*. Unpublished manuscript. University of Iowa, Iowa City.

Watson, D., & Tellegen, A. (1985). Toward the structure of affect. *Psychological Bulletin, 98*, 219-235

Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1984). Cross-cultural convergence in the structure of mood: A Japanese replication and a comparison with U. S. findings. *Journal of Personality and Social Psychology, 47*, 127-144.

Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of Positive and Negative Affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology, 54,* 1063-1070.

Webb, E., Campbell, D. T., Schwartz, R. D., & Sechrest, L. (1966). *Unobtrusive Measures: Non-Reactive Research in the Socia*l. Sciences, Chicago, IL: Rand-McNally.

Wheaton, B. (2007). The twain meet: distress, disorder and the continuing conundrum of categories (comment on Horwitz). *Health*, *11*, 303-319

Zeelenberg, M., Nelissen, R. M., Breugelmans, S. M., & Pieters, R. (2008). On emotion specificity in decision making: Why feeling is for doing. *Judgment and Decision making*, *3*, 18-27.

Zelenski, J. M., & Larsen, R. J. (2000). The distribution of emotions in everyday life: A state and trait perspective from experience sampling data. *Journal of Research in Personality, 34*, 178－197.

Zuckerman, M., & Lubin, B. (1965). *The Multiple Affect Adjective Check List.* San Diego, CA: Eudcational and Industrial Testing Service.

1 차원고접수 : 2016. 04. 28.
최종게재결정 : 2016. 05. 23.

韓國心理學會誌： 社會 및 性格
Korean Journal of Social and Personality Psychology
2016, Vol. 30, No. 2, 89-114

The structure and measurement of Koreans' emotion

Hae-Youn Choi
Korea Counseling Graudate University

Jong An Choi
Seoul National University
Center for Happiness Center

It is important to examine how a variety of emotion is connected and distinguished each other for academic and practical purposes, such as developing emotion-intervention programs. In the present study, 32 negative and 20 positive words, which Koreans were familiar with and frequently used in their daily life, were used to find the structure of Koreans' emotion and to develop a new self-reported measurement of emotional experiences. In Study 1, 250 Korean college students and office workers (65.2% office workers; 45.6% male) reported their daily experiences of emotion by completing a emotion-word list. An exploratory factor analysis revealed that positive emotion consisted of five factors, such as "affection", "achievement", "amusement", "relaxedness", and "gratitude", whereas negative emotion consisted of seven factors, such as "sadness", "anger", "anxiety", "jealousy", "guilty", "boredom", and "unclassified distress." In Study 2, we carried out a confirmatory analysis with data obtained from 360 college students and office workers (66.7% office workers; 46.9% male). The results indicated that the 5-factor model for positive emotion and the 7-factor model for negative emotion fitted the data well. Furthermore, we examined the correlations between groups of positive and negative emotion, the frequencies of the experiences of the emotion groups, and age-and gender differences in the emotion groups. Finally, the implication for the usefulness of self-reported measurements in emotion research and the importances of secondary and derivative emotion in daily experiences of emotion are discussed.

Keywords : emotion, emotion measurement, positive emotion, negative emotion, discrete emotion, basic emotion, emotion index

부 록

정서 경험 일람표

오늘을 포함하여 최근 2주 내경험한 **긍정적인/부정적인** 경험에 대해 간략히 기술하여 주십시오[2].

아래 질문들은 사람들이 경험하는 다양한 감정이나 기분을 표현하는 단어들로 구성되어 있습니다. 위 경험과 관련하여 각 감정을 어느 정도로 경험하였는지 일치하는 번호에 표기하여 주십시오.

(0점: 전혀 느끼지 않았다/ 1점: 약간 느꼈다/ 2점: 상당히 느꼈다/ 3점: 강하게 느꼈다).

긍정 경험 내용	경험 정도			
사랑스럽다	0	1	2	3
반하다	0	1	2	3
설레다	0	1	2	3
정겹다	0	1	2	3
뿌듯하다	0	1	2	3
자랑스럽다	0	1	2	3
보람차다	0	1	2	3
재미있다	0	1	2	3
유쾌하다	0	1	2	3
즐겁다	0	1	2	3
평화롭다	0	1	2	3
편안하다	0	1	2	3
홀가분하다	0	1	2	3
공감하다	0	1	2	3
고맙다	0	1	2	3
감탄하다	0	1	2	3
감동하다	0	1	2	3

부정 경험 내용	경험 정도			
우울하다	0	1	2	3
상실감	0	1	2	3
서럽다	0	1	2	3
슬프다	0	1	2	3
외롭다	0	1	2	3
증오	0	1	2	3
괘씸하다	0	1	2	3
역겹다	0	1	2	3
약오르다	0	1	2	3
화나다	0	1	2	3
불안하다	0	1	2	3
초조하다	0	1	2	3
근심걱정	0	1	2	3
샘내다	0	1	2	3
부럽다	0	1	2	3
아쉽다	0	1	2	3
부끄럽다	0	1	2	3
창피하다	0	1	2	3
죄책감	0	1	2	3
후회하다	0	1	2	3
귀찮다	0	1	2	3
지겹다	0	1	2	3
싫증나다	0	1	2	3
답답하다	0	1	2	3
속상하다	0	1	2	3
속타다	0	1	2	3
심란하다	0	1	2	3

2) 사용 목적에 따라 정서 경험기간을 최근 2주가 아닌 '평상시'나 '지난 하루' 등으로 변경가능하며, 정서 경험의 구체적인 장소(예, 학교, 직장 등)를 지시문에 추가할 수 있습니다.