

불확실성에 대한 감내력 부족이 자서전적 기억 요소를 매개하여 불안에 미치는 영향: 주체성, 관계성, 의미부여를 중심으로

양재원¹, 장경원², 한주연², 김근영^{2*}
¹가톨릭대학교 심리학과, ²서강대학교 심리학과

Mediational Effects among Intolerance of Uncertainty, Variables from Autobiography, and Anxiety: Focusing on Agency, Communion, and Meaning Making

Jae-won Yang¹, Gyeongwon Jang², Joo Yeon Han², Geunyoung Kim^{2*}

¹Department of Psychology, The Catholic University of Korea

²Department of Psychology, Sogang University

요약 본 연구는 성격의 위계이론에 근거하여, 불안을 예측하는 강력한 인지적 특질변인인 불확실성에 대한 감내력 부족(IU)이 개인의 주관적인 삶에 대한 해석을 매개하여 불안을 예측하는 지를 알아보고자 설계되었다. 개인의 주관적인 해석을 측정하기 위해 자서전 자료를 이용하여 주체성, 관계성, 그리고 의미부여의 세 가지 변인을 코딩하였다. 1,627명의 20대에서 60대의 한국인을 대상으로 조사 결과, IU는 주체성과 의미부여를 순차적으로 매개하여 불안을 예측하는 것으로 드러났다. 반면 관계성은 의미부여와 큰 관련이 없었으며, 독립적으로 IU와 불안을 매개하였다. 본 연구의 결과는 IU와 불안간을 매개하는 개인의 주관적 해석에 대한 경험적 증거를 제공하고 있다. 또한 주체성과 관계성이 적응에 미치는 경로는 상이할 수 있다는 가능성을 시사하였다.

Abstract Based on the hierarchical theory of personality, the present study was designed to examine possible mediating relationships between intolerance of uncertainty (IU), variables from autobiography, and anxiety. Participants were asked to report autobiographical memories about the lowest point in their lives, and three variables, agency, communion, and meaning-making, were coded. Autobiographical data were collected from 1,627 Korean adults in their third and seventh decades. Results showed that the serial mediation model appropriately predicted anxiety from IU, agency, and meaning-making. On the other hand, communion independently mediated the relationship between IU and anxiety. The present study demonstrates that autobiographical variables can be used to predict psychological adjustment and suggests that relationships between adjustment and agency differ from those between adjustment and communion.

Keywords : Intolerance of Uncertainty, Autobiographical Memory, Anxiety, Agency, Communion, Meaning Making

이 논문은 2022년도 정부(교육과학기술부)의 재원으로 한국연구재단의 지원을 받아 연구되었음 (NRF-2022S1A5A2A01045861).

*Corresponding Author : Geunyoung Kim(Sogang Univ.)

email: kimg@sogang.ac.kr

Received October 10, 2023

Accepted November 3, 2023

Revised November 2, 2023

Published November 30, 2023

1. 서론

개인의 자서전에는 화자(話者)가 생각하는 세상에 대한 관점, 그의 성격, 정체성 등이 포함되어 있다. 따라서 심리학자들은 자서전을 연구하는 것을 통해 개인에 대해 더 많은 것을 알 수 있다고 보았으며, 글로 이루어진 자서전으로부터 어떤 식으로 경험적 연구의 주제가 될 수 있는 수량화된 변수들을 도출할 수 있는지에 대해 많은 논의를 하였다.

자서전에 대한 관심은 특히 최근 두드러지고 있는데, 이러한 경향은 McAdams[1]에 의해 제안된 성격의 3수준 이론으로부터 본격적으로 촉발되었다. 그의 주장에 따르면, 성격은 세 가지 위계로 이해될 수 있다. 첫 번째는 흔히 Big Five 연구 등에서 다루는 일반적인 특질 차원이다. 두 번째는 특징적 적응(characteristic adaptation)이라 명명되는데, 개인의 인지적 믿음이나 욕구 등을 반영하는 보다 개인화된 수준을 말한다. 그리고 세 번째이자 가장 주관적인 수준이 바로 자서전으로 대표되는 각 개인의 삶의 해석, 즉, 서술정체성(narrative identity)이다. 이러한 맥락으로 보자면, 자서전이란 개인의 성격 및 특징을 반영하는 하나의 구성요소라 할 수 있다.

자서전에서 드러나는 정보가 개인의 성격을 반영하는 세 번째 수준의 개인차 개념이라면, 이 특징들은 위계상 보다 상위의 특질인 개인의 인지적 믿음에 의해 영향을 받을 것이다. 다만 이에 대해서는 경험적 연구가 충분하지 못하며, 일부 상관연구를 제외하면 성격이론을 토대로 분석한 연구는 극소수에 불과하다.

본 연구는 이러한 연구의 부재 및 필요성에 입각하여, 정신건강과 깊은 관련이 있는 대표적인 인지적 특질변인인 '불확실성에 대한 감내력 부족(intolerance of uncertainty: IU)'을 중심으로 이 변인이 자서전의 기술 특징을 유도하는 상위 특질변인으로 기능하는지, 그리고 이를 통해 개인의 불안 수준을 예측할 수 있는지를 검증해 보고자 하였다. 본 연구는 구체적으로 두 가지 목표가 있다. 첫째, 인지적 특질변인이라고 알려진 IU와 자서전 기술의 특징, 그리고 준거변인으로써 불안 수준이 매개관계로 이해될 수 있는지를 탐구하고자 하였다. 둘째, 자서전에서 도출될 수 있는 다양한 양적 변인들간의 상호 관련성을 고찰하고, 이를 통해 인지적 특질변인과 적응 변인을 매개하는 자서전 변인들의 효과를 체계적으로 검증해 보고자 하였다.

2. 이론적 배경

2.1 불확실성에 대한 감내력 부족(IU)

불확실성에 대한 감내력 부족(intolerance of uncertainty: IU)이란 불확실한 상황에 대한 부정적인 믿음으로부터 야기되는 부적응적 인지, 정서, 행동적 특질이라고 정의된다[2]. 이 개념은 특히 범불안장애를 설명하는 인지적 모델의 주요 요소로 주목받았으며[2], 최근에는 불안뿐만 아닌 우울이나 섭식장애를 포함한 전반적인 정신건강과도 관련을 가진 변인으로 연구가 확장되고 있다[3].

본 연구에서 IU에 주목하는 데에는 몇 가지 이유가 있다. 첫째, 최근 10여년간 개인의 정신건강에 영향을 미치는 인지적 특질변인인 소위 인지적 초진단적 구성개념(cognitive transdiagnostic constructs)은 정신건강 종사자들의 많은 관심을 받아왔다. IU는 이중에서도 특히 각광받는 개념으로, 경험적 연구도 상당히 축적되어 있다. 현재 APA의 PsychNET로 IU개념을 검색하면 750개가 넘는 논문이 검색될 만큼 임상심리학계 내에서는 상당한 연구가 축적된 개념이다. 이에 본 연구에서도 이 변인의 효과에 주목하고자 하였다.

둘째, 본 연구에서는 개인에게 부정적인 경험으로 인식되는 사건에 대한 자서전적 기억을 수집하였다. 개인에게 부정적인 기억이란 부정적인 감정, 예를 들어 걱정이나 분노, 우울 등이 충만한 사건을 말한다. IU는 특히 걱정과 같은 부정적인 감정과 관련된 개념으로 많은 연구가 되었기 때문에[4], 본 연구의 주제와 가장 적절하게 연결된다고 판단하였다.

셋째, 본 연구에서는 개인의 정신건강 수준을 보여주는 기준변인으로 '불안'을 선정하였다. 불안장애는 알코올과 니코틴 사용 장애를 제외하고 가장 흔한 정신장애이며, IU는 그 시작점부터 이런 불안에 대한 인지적 모델의 구성요소로 제안된 개념이다[5]. 따라서 불안을 설명하는데 있어서는 다른 인지 변인과 비교하였을 때 가장 유용한 설명의 틀을 제공하고 있다고 판단하였다.

IU가 불안을 예측하는 강력한 인지적 변인으로 밝혀지면서, IU가 어떠한 과정을 통해 불안으로 이어지는지에 대해서도 많은 관심을 받고 있다. 본 연구는 성격이론의 주장을 토대로, IU라는 인지적 경향성이 세상에 대한 주관적 해석을 부정적으로 바꿈으로 인해 불안을 예측한다고 보고 이를 검증해 보고자 하였다. 그리고 개인의 세상에 대한 주관적 해석을 개인의 자서전을 분석함으로써 측정하고자 하였다.

2.2 자서전에서 드러나는 화자의 해석

자서전 연구자들은 자서전의 내용을 다양한 방식으로 분석하여 양적연구의 변수로 만들어 왔다. 이중 본 연구에서 주목하는 자서전 변인은 크게 세 가지로, 1) 보통 '주체성'이라고 번역되는 'agency'라는 변인, 2) 보통 '관계성'이라고 번역되는 'communion', 그리고 3) 마지막으로 '의미부여(meaning making)'의 과정이다.

먼저 주체성과 관계성은 Bakan[6]의 고전적 성격이론에서 성격의 기본차원으로 제안된 개념이다. 자서전에서 주체성이란 자신의 능력, 세상에 대한 통제 및 독립과 성취를 얼마나 표현했느냐로 정의된다. 반면 관계성이란 자서전에서 타인과의 관계, 예를 들어 사랑, 우정, 동지애 등을 얼마만큼 표현하느냐 여부로 정의된다[1]. 예를 들어 높은 수준의 개인적 성취를 통해 유명한 상을 수상한 이야기의 경우 주체성이 코딩된다. 연인과의 깊은 사랑의 경험을 자서전에 기술할 경우 관계성이 코딩될 수 있다.

주체성의 경우 세상에 대한 자신의 통제력 및 유능감과 관련이 깊은 개념이다. 따라서 흔히 남성성(masculinity), 공정 지향성(justice orientation), 자기 효능감(self efficacy) 등의 변인과 높은 상관관계를 보인다. 관계성은 세상과 자신간의 연결에 중점을 둔 개념이다. 따라서 흔히 여성성(femininity), 배려 지향성(care orientation), 애착(attachment), 그리고 사회적 지지(social support) 등의 개념과 관련된다. 기존의 많은 경험적 연구들은 위의 변인들과 다양한 적응 지표간 유의미한 상관관계를 보고한 바 있으며[7], 따라서 주체성과 관계성이 적응과 관련이 될 것이라는 가능성에는 큰 의심의 여지가 없다. 본 연구의 예측변인인 IU와 주체성 및 관계성간의 상관관계를 직접 탐구한 연구는 아직 없으나, 위에서 언급한 주체성 및 관계성의 관련 변인과 IU간의 상관관계에 대해서는 역시 많은 연구가 수행된 바 있다[8].

둘째, 자서전에서 코딩 가능한 두 번째 변인은 의미부여(meaning making)라고 한다. 자서전 연구에 있어서 의미부여는 보통 화자가 자신의 인생사에 얼마만큼의 개인적 중요성을 부여하고 이를 미래의 행동지침으로 삼고 있는지 정도로 정의되며, 교훈(lesson)과 통찰(insight)의 두 가지 요소를 고려하여 코딩된다[9].

의미부여가 정신건강에 미치는 효과 역시 자서전 연구뿐 아니라 다양한 맥락, 특히 긍정심리학 연구 분야에서 많이 알려져 있다. 경험적 연구에 따르면 너무 높은 수준의 IU는 개인으로 하여금 의미 추구가 아닌 경험 자체를 거부하게 만들거나, 혹은 단지 자신의 두려움을 감소시

키고자 피상적이거나 회피적인 방식으로 의미를 찾는 방식을 취하도록 유도한다. 이러한 이유에서, 실제로 IU와 인생의 의미찾기 간에는 부적인 상관관계가 발견되고 있다[10].

종합적으로, 자서전에서 코딩되는 주체성, 관계성, 그리고 의미부여의 정도는 모두 IU, 그리고 정신건강과도 관련이 깊다. 이에 본 연구에서는 이 세 가지 변인을 IU와 불안을 매개하는 자서전 요소로 가정하고 이들의 매개관계를 회귀분석을 통하여 검증해 보고자 하였다.

2.3 연구모델과 가설

복수의 매개변인을 포함한 회귀모형을 검증하기 위한 두 번째 절차로, 매개변수간의 관계에 대해 고찰하였다.

일단 다중 매개 모형 중 가장 단순한 형태는 주체성, 관계성, 의미부여를 각각 독립된 매개변수로 삼아 한번에 분석을 취하는 병렬적 매개모형이 될 것이다. 그것이 아니라면 매개변수 간에도 원인-결과적인 관계가 있다는 가정하에 순차매개모형도 가능할 것이다. 기존의 경험적 연구에서 위의 세 가지 자서전 변인을 모두 고려한 연구는 존재하지 않기 때문에, 변인간의 관계에 대한 직접적 정보는 많지 않다, 따라서 본 연구에서는 통계적, 그리고 이론적 논리에 따라 매개 변인간의 관련성을 탐색해 보았다.

첫째, 먼저 통계적으로, 순차적 매개모형과 병렬적 매개모형을 결정하는 하나의 기준은 복수의 매개변인간 상관관계가 서로 얼마나 유사한지 여부를 통해 알아볼 수 있다. 병렬적 매개모형의 기본 가정은 복수의 매개변인들이 예측변인과 기준변인간의 관계를 같은 방식으로 매개한다는 것이다. 따라서 이상적으로는 예측변인의 효과를 통제 후 매개변인간 상관관계가 유의미하지 않던가, 최소한 서로간의 상관관계가 낮은 수준에서 유사할 필요가 있다.

기존 연구 및 본 연구의 자료를 종합하였을 때, 이 가정은 위배될 가능성이 높다. 왜냐하면 대체로 주체성은 의미부여와는 높은 상관관계를 보이지만, 관계성은 의미부여와 낮은 상관 값을 보이기 때문이다[11]. 즉, 통계적으로 접근하였을 때, 본 연구에서 설정한 세 가지 매개변인들은 병렬적으로 배치하는 것 보다는 순차적으로 배치함이 더 적절하였다.

둘째, 이론적으로 보았을 때, 자서전의 발달심리학 연구에 따르면 주체성과 관계성은 어린 연령, 예를 들어 초등학교의 자서전에서도 등장할 정도로 개인의 자서전에서 특징적으로 드러나는 대표적인 개념이다[12]. 그에 반해

의미부여는 초등학생의 자서전에서는 거의 발견되지 않으며, 청소년기 후반부에 이르러서야 본격적으로 등장하는 것으로 알려지고 있다[13]. 청소년기 정체성 발달 연구자들에 따르면, 의미부여는 인생을 살면서 얻게 되는 다양한 경험, 특히 부정적 경험이 축적될 필요가 있다고 본다.

이러한 주장들을 종합하였을 때, 본 연구의 가설검증을 위해서는 하나의 병렬적 매개모형이 아닌 두 가지 순차적 매개모형이 더 적절한 것으로 판단되었다. 첫 번째 가설검증 모형은 IU → 주체성 → 의미부여 → 불안으로 이어지는 2중 순차모형이 되며(Fig. 1), 두 번째 모형은 주체성을 관계성으로 대체하여 IU → 관계성 → 의미부여 → 불안으로 이어지는 2중 순차모형이 그것이다(Fig. 2). 따라서 본 연구는 위의 두 가지 모형을 검증하는 것을 분석의 목표로 삼았으며, 이를 위하여 회귀분석을 통한 매개모형의 간접효과를 구하고자 하였다. 본 연구의 연구모형의 개념도는 Fig. 1과 Fig. 2에 제시되어 있다.

3. 방법

3.1 연구대상자

전국 단위의 20대에서 60대 이상의 대한민국 국민 총 1,627명의 자료를 이용하였다. 연구 참여자는 한국인의 자서전 연구를 위한 온라인 서베이를 통해 2022년 하반기에 자서전을 작성하였으며, 자서전과 함께 다양한 심리적 특징을 측정하는 척도에 응답하였다. 전체 응답자 중 남성은 785명으로 48.3%에 해당하였으며, 연령대는 가급적 20대, 30대, 40대, 50대, 그리고 60대가 균등하게 20%씩 응답하도록 자료를 수집하였다. 대상자는 대한민국의 일반적 지표에 맞도록 모집함을 원칙으로 하여 모든 시도에서 모집되었으며, 지역 및 생활수준을 확인해본 결과 한국의 전체 통계수치와 큰 차이가 없었다. 그 결과 서울 및 경기도 거주자가 전체 참여자의 약 50%에 해당되었다. 연구참여자들은 자신의 생활수준을 묻는 질문에 대답하였으며, 응답자의 43.6%가 대한민국의 같은 나이대의 사람들과 비슷한 수준이라고 응답하였다.

3.2 측정도구

3.2.1 불확실성에 대한 감내력 부족 (IU)

예측변인인 IU를 측정하기 위해 14문항의 한국판 불확실성에 대한 인내력 부족 척도(K-IUS-14)[14]를 이용하였다. 이 척도는 불확실한 상황에 대한 인지, 정서, 행

동적 반응을 1점에서 5점의 리커트상 평정하는 방식으로 이루어져 있다. 점수가 높을수록 IU가 높은 것으로 해석할 수 있으며, 전체 척도의 Cronbach's alpha는 .93이었다.

3.2.2 불안

기준변인인 불안수준은 우울-불안-스트레스 척도(DASS-21)[15]의 불안 요인 문항을 통해 측정하였다. 이 척도는 우울, 불안, 스트레스를 0에서 3점의 4점 리커트 방식으로 평정하는 방식을 취한다. 불안점수의 임상 기준점은 합산 값 8점이며, 15점 이상이면 높은 수준의 불안으로 판정한다. 불안 요인 7개 하위 문항간 Cronbach's alpha는 .91이었다.

3.2.3 자서전 코딩

본 연구의 자서전 자료 수집을 위해 '내 인생에 있어 가장 최악의 날'이 언제였는지 회고하여 그에 대해 구체적으로 기술하고, 그날 무엇을 생각했고 느꼈는지를 자세히 작성하도록 요청하였다. 작성은 가급적 A4 반페이지 이상을 권장하였으며, 너무 짧은 답변은 입력이 되지 않도록 조치하였다. 이 자료에서 주체성, 관계성, 그리고 의미부여를 코딩하였다.

먼저 주체성은 인생 최악의 경험을 기술하면서 자신의 능력, 역량, 세상에 대한 통제 등을 시사하는 언급이 있을 때 코딩되었다. 코딩은 기존 연구의 제안과 코딩 매뉴얼에 근거하여 이루어졌다[16]. 주체성의 경우 1) 자기수용, 2) 지위와 승리, 3) 성취, 그리고 4) 역량향상의 4가지 하위 영역에서 해당 영역의 주제가 언급되었는지 여부로 코딩된다. 각 주제가 언급되면 1점, 언급되지 않으면 0점이 부여된다. 따라서 점수 값은 최저 0점에서 최고 4점까지 가능하나, 대체로 0점 아니면 1점의 두 가지 중 하나에 해당되는 경우가 대부분이다[16]. 본 연구에 있어서도 역시 0점이 86.4%로 대부분을 차지했으며, 1점이 13%, 그리고 2점 이상은 1%에 불과하였다. (코딩절차의 자세한 설명은 인용 연구[16] 참조)

관계성은 최악의 날에 대한 에피소드를 기술하면서, 그 날 경험했던 타인과의 관계, 위안, 사랑 등을 언급하면 코딩된다. 코딩 방식은 역시 기존의 코딩 매뉴얼에 근거하여 코딩되었으며, 주체성과 마찬가지로 총 4가지 하위 테마의 유무에 따라 코딩된다(각 하위 테마는 각각 1) 사랑과 우정, 2) 대화, 3) 돌봄과 지원, 그리고 4) 통합 및 일체감으로 명명된다[14]. 관계성 역시 최고점은 4점까지 가능하나, 대부분의 경우 0점이나 1점으로 코딩되는 것이

일반적이다. 본 연구에서는 74.6%의 응답이 0점으로, 그리고 23%가 1점, 2.5%가 2점 이상으로 코딩되었다.

마지막으로 의미부여란 경험을 통해 얻어진 교훈(lesson)과 통찰(insight)이라 정의된다[9]. 교훈이란 '특정 경험을 통해 그와 유사한 다른 사건에 적용되는 행동적 지침을 얻은 경우'를 말하며, 통찰이란 '특정 경험을 통해 그것과 유사하지 않은 더 큰 맥락에도 적용될 수 있는 전반적 행동 지침을 얻은 경우'를 말한다. 이 기준에 따라, 각 자서전은 0에서 3점까지의 4점 만점으로 코딩되는데, 각각 의미부여 없음(0), 교훈만 있음(1), 교훈과 함께 불완전한 통찰이 제시(2), 그리고 교훈과 통찰이 있음(3)으로 평정된다[6]. 본 연구의 의미부여 점수의 분포는 0점이 64.4%, 1점이 24.8%, 2점이 8.7%, 그리고 3점이 2.2%였다.

코딩은 가설 및 연구대상자의 정보를 모르는 2명의 연구보조자가 독립적으로 코딩하였다. 코딩 전 연구보조자들은 코딩 방식에 대한 트레이닝을 약 1개월간 수행하였으며, 각각 50%의 자료를 독립적으로 코딩하였다. 200개의 자료는 신뢰도 산출을 위해 중복 코딩을 하였다. 평정자간 신뢰도 카파계수는 주제성 $k=.75$, 관계성 $k=.69$, 의미부여 $k=.66$ 이었다.

3.3 절차 및 분석

모든 연구절차는 연구 이전 IRB승인을 받았으며 (SGUIRB-A-2210-52), 전문적인 설문조사업체의 패널 집단을 활용하여 자료 수집을 하였다. 가설검증을 위해서 상관분석 및 회귀분석을 실시하였으며, 2중 순차매개 모형의 직접효과 및 간접효과 검증을 위해 SPSS Macro 프로그램을 이용하였다.

4. 결과

4.1 기술통계

본 연구에서 사용된 변인들의 평균 값은 IU가 2.83, 주제성 .15, 관계성 .28, 의미부여 .49, 그리고 불안은 7.7로 나타났다. 이 수치는 임상집단은 아니지만 정신건강에 주의를 기울일 필요가 있는 수준이라고 볼 수 있다. 참고로, DASS-21 불안척도의 중증 임상수치 기준값은 15점이며, 경증 기준치는 8점이다. 한국인의 평균 수치는 코로나 이후 많이 높아져서 약 10점 정도로 나타나고 있다[17]. 본 연구 역시 코로나 사태 이후 수집된 자료이기

때문에 코로나 블루현상의 영향을 받았다고 판단된다.

변인간의 상관관계는 Table 1에 제시되어 있다. 상관분석에 따르면, 불확실성에 대한 감내력 부족은 불안과 높은 상관관계를 보여주고 있다($r=.58, p<.001$). 매개변인들 역시 불안과 예측된 방향으로 유의미한 상관관계를 보였다.

Table 1. Correlations among Observed Variables

	1	2.	3	4	5
1. IU	--				
2. Age	-.09**	--			
3. Com	-.07**	-.03	--		
4. MM	-.06*	.18**	.01	--	
5. Anx	.58**	-.10**	-.08**	-.09**	--

IU: Intolerance of Uncertainty, Age: Agency, Com: Communion, MM: Meaning Making, Anx: Anxiety * $p<.05$, ** $p<.01$

수집된 어떤 변인에서도 연령 및 거주지역에 따른 차이는 발견되지 않았다. 성차는 관계성에서만 드러났는데, 남성($M=.25$)에 비해 여성($M=.31$)의 관계성 점수가 더 높은 편이었다($t(1625)=2.57, p<.01$). 이는 기존 연구에서도 지속적으로 드러나는 일반적인 현상이다[18]. 다만 성의 효과를 통제한 후에도 분석의 결과에서는 차이가 발견되지 않았기 때문에, 본 연구는 모든 변인을 통합하여 보고하기로 하였다.

4.2 매개모형 검증

가설검증을 위해 두 개의 순차적 매개모형을 설정하고 회귀분석을 실시하였다. 먼저 IU → 주제성 → 의미부여 → 불안의 순차매개모형에 대한 회귀분석을 실시하였다 (Table 2). 회귀모형의 Durbin-Watson값은 1.28이었으며, VIF는 1, 공차한계치는 .97로, 자기상관과 다중공선성의 문제는 보이지 않았다.

IU와 주제성은 $r=-.09$ 로 유의미한 상관관계를 보였다. 다음으로, 의미부여를 준거변인으로, IU와 주제성을 예측변인으로 삼아 회귀분석을 실시하였다. 이 모형의 변량설명도는 3.2%였으며, IU는 의미부여를 예측함에 있어 유의미한 영향력을 보여주지 못한 반면($\beta=-.04, N.S.$), 주제성의 효과는 유의미하였다($\beta=.17, p<.001$). 마지막으로 불안을 준거변인으로 하여 회귀분석을 실시한 결과, 설명량은 34%였으며 IU($\beta=.57, p<.001$)와 의미부여($\beta=-.06, p<.01$)의 효과가 유의미하였다. 주제성의 효과는 유의미하지 않았다($\beta=-.03, N.S.$).

Table 2. Regression Analysis Predicting Anxiety from IU, Agency, and Meaning Making

		B	SE	R ²	F
Step 1					
IU	→ Age	-.05***	.01	.01	12.57***
Step 2					
IU	→ MM	-.04	.02	.03	27.37***
Age	→ MM	.33***	.05		
Step 3					
IU	→ Anx	.75***	.03		
Age	→ Anx	-.09	.05	.34	279.40***
MM	→ Anx	-.08**	.03		

IU: Intolerance of Uncertainty, Age: Agency, MM: Meaning Making, Anx: Anxiety
 ** $p < .01$, *** $p < .001$

이러한 회귀분석 결과를 토대로, Bootstrapping 방식을 통해 모형의 간접효과를 확인하였다. 총 효과와 총 직접 효과, 총 간접 효과는 모두 유의미하였다. 개별 간접효과 중, 모든 매개변인들을 경유하는 경로인 IU가 주체성과 의미부여를 순차적으로 거쳐 불안을 예측하는 경로만이 유의미하였다(beta=.001, CI [.001~.002]). 요약하자면, 본 연구의 예측과 일맥상통하게, IU는 자서전 요소인 주체성과 의미부여를 순차적으로 매개하여 불안을 설명하였다. 또한 IU가 직접 불안을 예측하는 직접효과 역시 두드러졌다. 이는 인지적 특질변인과 자서전 기술변인이 적응에 미치는 영향력을 매개관계로 이해할 수 있다는 점을 시사하며, 동시에 자서전의 주체성과 의미부여의 역할도 순열적 관계로 이해할 수 있다는 가능성을 확인한 것이다.

유사한 방식으로, 주체성을 관계성으로 대체하였을 때의 순차매개모형에 대한 회귀분석을 실시하였다(Table 3). 회귀모형의 Durbin-Watson 값은 1.29이었으며, VIF는 1, 공차한계치는 .99로, 자기상관과 다중공선성의 문제는 보이지 않았다.

IU는 첫 번째 매개변인인 관계성과 유의미한 상관관계를 보였다($r = -.074$, $p < .01$). 의미부여를 준거변인으로 삼은 회귀분석 결과, IU는 의미부여를 예측함에 있어 유의미한 영향력을 보여주었다(beta=-.05, $p < .05$). 그러나 관계성이 의미부여를 설명하는 경로는 유의미하지 못하였다(beta=-.04, *N.S.*). 최종적으로, 불안을 준거변인으로 하여 모든 변인을 투입한 회귀분석 결과, IU(beta=.57, $p < .001$)와 의미부여(beta=-.06, $p < .01$)의 효과가 유의미하였으며, 관계성의 설명력은 통계적 유의성에 근접하였다(beta=-.04, $p = .052$).

Table 3. Regression Analysis Predicting Anxiety from IU, Communion, and Meaning Making

		B	SE	R ²	F
Step 1					
IU	→ Com	-.05**	.02	.01	9.04**
Step 2					
IU	→ MM	-.06*	.02	.01	2.52+
Com	→ MM	.01	.04		
Step 3					
IU	→ Anx	.75***	.03		
Com	→ Anx	-.07+	.04	.34	279.90***
MM	→ Anx	-.08**	.03		

IU: Intolerance of Uncertainty, Com: Communion, MM: Meaning Making, Anx: Anxiety
 + $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

회귀분석 결과를 토대로 간접효과와 설명력을 확인하였다. 주체성의 결과와 마찬가지로, 관계성을 포함한 매개모형 역시 총 효과와 총 직접효과, 총 간접효과는 모두 유의미하였다. 다만 개별 간접효과 중 유의미한 결과를 보여준 모형 경로는 주체성과는 차이가 있었는데, 관계성 모형의 경우 IU가 의미부여를 매개하여 불안을 예측하는 간접효과(beta=.004, CI [.0004~.0078])와 IU가 관계성을 매개하여 불안으로 이르는 간접효과(beta=.003, CI [.0001~.0070])가 유의미하였다. 반면 관계성과 의미부여를 순차적으로 매개하는 이중매개모형의 간접효과는 유의미하지 않았다(beta=.0001, CI [-.0003~.0002]).

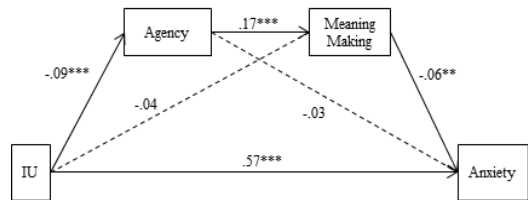


Fig. 1. Mediation Model Predicting Anxiety from IU, Agency, and Meaning Making
 Note: Standardized coefficients. ** $p < .01$, *** $p < .001$

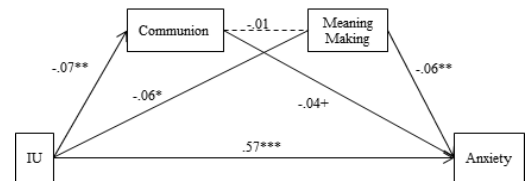


Fig. 2. Mediation Model Predicting Anxiety from IU, Communion, and Meaning Making
 Note: Standardized coefficients. ** $p < .01$, *** $p < .001$

분석 결과를 최종적으로 요약하자면, 주체성, 관계성, 그리고 의미부여는 자서전의 기술 특징으로, 모두 IU가 불안을 예측하는 데에 있어 매개변인으로 기능하였다. 다만 주체성과 관계성은 매개변인으로서의 역할이 상이하다고 할 수 있는데, 주체성의 경우 IU와 의미부여를 매개하는 변인으로 기능하여 궁극적으로 불안을 설명하는 데 기여하며, 반면 IU와 불안 사이를 예측하는 매개변인으로는 큰 역할을 하지 못하였다. 관계성의 경우는 반대로 IU와 의미부여를 매개하지는 않으며, IU와 불안 사이를 매개하는 변인으로서의 역할은 상대적으로 더 높은 편이었다. 본 연구의 결과는 Fig. 1과 2에 요약되어 있다.

5. 결론 및 논의

5.1 연구의 요약 및 함의

본 연구는 McAdams의 성격의 3수준 이론[1]에 착안하여, 성격을 형성하는 개인의 대표적인 인지적 특질인 불확실성에 대한 감내력 부족(IU)이 적응을 예측함에 있어 개인의 주관적 정체성을 반영하는 자서전의 요소들이 어떠한 방식으로 매개하는지를 알아보았다. 본 연구의 결과, 자서전 요소의 핵심 변인인 주체성은 IU와 의미부여 사이를 매개하여 불안에 영향을 미치는 요인으로 밝혀졌다. 반면 주체성과 같은 이론적 뿌리에서 출발한 관계성의 경우, 의미부여를 거치지 않고 직접 IU와 불안을 매개하는 변인인 것으로 드러났다.

본 연구의 이러한 시도는 성격심리학 이론에서 언급되고 있는 성격의 위계에 따른 효과를 경험적으로 보여주었다는 점과 더불어, 다양한 심리학 이론 및 임상적 적용에 있어서도 많은 시사점을 줄 것으로 기대된다.

먼저 이론적으로, 지금까지 많은 연구자들이 자서전으로부터 코딩 가능한 다양한 변인들을 제안한 바 있으며 그중 주체성, 관계성, 의미부여는 가장 주목받고 있는 변인들 중 하나이다. 그러나 이러한 변인들이 모두 고르게 연구되고 있는 것은 아니다. 사실 주체성, 관계성, 그리고 의미부여를 모두 포괄하고 이들 간의 상호관련성을 탐구한 연구는 찾아볼 수가 없다. 본 연구의 결과는 그동안 이론적인 측면에서만 시사되었던 주체성 및 관계성과 의미부여간의 매개 관계, 그리고 이들이 적응을 예측하는데 서로 어떤 식으로 관련이 되는지에 대한 경험적 자료를 제공하고 있다. 본 연구는 성격심리학의 대표적 이론으로부터 축적된 정보들을 통합하여 제시하였다는 점에서 이론적 의의를 찾을 수 있을 것이다.

그와 동시에, 본 연구는 불확실성에 대한 두려움과 불안을 예측변인과 준거변인으로 연구하였다는 점에서 정신건강에 대한 임상적 함의 역시 클 것으로 기대된다. 주체성과 관계성은 모두 같은 성격이론에서 제안된 개념이며[7], 인간의 성격 기술에 있어 가장 대표적인 두 요소라고 알려지고 있다. 그렇지만, 본 연구의 결과 주체성과 적응간의 관계와 관계성과 적응간의 관계는 그 경로가 다를 수 있다는 가능성을 시사하였다. 이는 인지 치료 등의 개입에 있어서도 많은 시사점을 줄 것으로 기대된다.

본 연구 결과, 주체성의 경우 IU가 주체성과 의미부여를 순차적으로 매개하여 불안에 영향을 미치는 간접효과만이 유의미한 것으로 드러났다. 즉, 불확실성에 대한 두려움이 높은 개인일수록 자신의 역량과 능력에 대해 낮은 믿음을 가지게 되고, 그러다 보니 이들은 경험으로부터 새로운 행동지침을 건설적으로 수용하지 못하던가 회피하면서 정신건강에 악영향을 받게 된다는 것이다. 또 이를 개입적 측면으로 적용하자면, 개인의 능력에 대한 믿음의 저하와 그로 인해 야기되는 비효율적인 경험에 대한 해석이야말로 IU와 불안간의 관계를 단절시키는 개입의 핵심 지점이 될 수 있다는 시사점을 준다. 실제로, IU에 개입하는 대표적인 근거중심 인지행동치료들은 바로 이 부분에 주목하고 있다[19].

반면 관계성의 효과에 있어서는 주체성과는 다소 다른 양상을 보였다. 본 연구의 결과를 해석하자면 불확실성에 대한 두려움이 큰 개인일수록 타인과의 관계에 대해 부정적인 믿음을 가지게 되며, 이는 정신건강 문제로 이어질 수 있다. 다만, 타인과의 관계에 대해 부정적인 믿음을 가진다는 것 자체가 경험으로부터 의미를 찾는 노력이나 능력을 방해하지는 않았다. 이러한 결과는 관계성이 적응에 미치는 효과와 주체성의 효과를 다른 기제를 통해 이해할 필요가 있다는 시사점을 준다.

하나의 가설로, 관계성이 적응에 미치는 효과는 의미부여가 아닌 다른 인지적 과정, 예를 들어 왜곡된 인지(distorted cognition) 과정을 매개하는 것이 아닌지 의심해 볼 수 있다. 이 가능성은 ‘지각된 사회적 지지(perceived social support)’에 대한 고전적 연구[16]에서 제안되었으며, 사회불안과 같은 정신건강문제에서 자주 언급되고 있는 가능성이이다[20]. 이에 대해서는 조금 더 많은 경험적 증거가 필요하지만, 현재까지의 연구결과 및 본 연구의 결과는 이 가능성을 통해 해석하는 것이 적절해 보인다.

5.2 연구의 한계 및 제언

이러한 본 연구의 시사점에도 불구하고, 본 연구는 다양한 한계점을 가지고 있으며 따라서 연구의 해석에 있어서도 다음의 사항들을 특히 고려할 필요가 있다. 첫째, 본 연구에서 설정한 회귀모형은 성격이론과 경험적 연구들을 토대로 설정된 것으로, 엄격한 원인-결과 관계를 보여주는 것은 아니라는 점이다. 원칙적으로 원인-결과를 상관관계를 통해서 알 수 있는 방법은 없으나, 본 연구의 매개모형의 논리를 보다 더 설득력있게 보여주기 위해서는 중단설계가 필요하다. 특히 자서전 요소들의 발달은 시간을 두고 서서히 이루어지기 때문에, 궁극적으로는 장기종단연구의 결과물들이 축적될 필요가 있다.

둘째, 본 연구의 결과는 IU와 불안이라는 두 가지 주제에 대해 적용되는 것이 원칙이다. 비록 IU는 불안 뿐만 아니라 다양한 정신건강 문제와 관련이 있다고 알려져 있으나, 본 연구의 결과를 불안이 아닌 다른 정신적 문제에 적용할 경우에는 조심스럽게 접근할 필요가 있을 것이다.

셋째, 본 연구는 많은 수의 대상자를 확보하였으며 전국 단위의 자료를 수집하였다는 점에서 일반화 가능성은 상당히 높다고 판단된다. 그러나 자서전 연구의 경우 연구대상자가 많은 시간을 들여야 하는 자료수집방식을 취하기 때문에, 본 연구의 조사를 완수한 참여자와 그렇지 못한 참여자간의 차이가 있을 수 있다는 가능성은 염두를 둘 필요가 있다.

또한 대체로 기존의 자서전 연구의 경우 인터뷰 방식을 취했는데 반해 본 연구는 온라인 서베이 방식을 취했다는 점에서, 기존 연구들과 방법론적인 측면에서 차이점이 있다는 점 역시 인지할 필요가 있다. 인터뷰 방식은 온라인 서베이에 비해 훨씬 풍부한 자료를 모집할 수 있다는 장점이 있지만, 시간과 비용이 많이 소요된다는 명백한 단점도 존재한다. 또한 인터뷰 방식과 온라인 방식이 단지 비용적인 측면 이외에 내용적으로 다른 종류의 정보가 수집되는가에 대해서는 명백히 알려져 있지 않다. 확실한 것은 현재 점점 더 많은 연구들이 온라인 방식을 사용하는 추세이며, 따라서 언젠가는 온라인 방식의 자료수집과 고전적인 인터뷰 방식의 자료수집간의 내용적 차이에 대해서도 보다 많은 정보가 알려질 것이다. 그 시점까지는 온라인 방식으로 수집된 자료의 결과와 인터뷰 방식으로 수집된 자료의 결과가 다를 수도 있다는 가능성은 열어둔 채 연구의 해석을 하는 것이 바람직하다고 판단된다.

References

- [1] D. P. McAdams, "What Do We Know When We Know a Person?", *J. Personality*, 63, pp.365-396, 1995. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1995.tb00500.x>
- [2] K. Buhr, M. Dugas, "The Intolerance of Uncertainty Scale: Psychometric Properties of the English Version", *Behaviour Research & Therapy*, 40, pp.931-946, 2002. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(01\)00092-4](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(01)00092-4)
- [3] A. Konstantellou, M. Reynolds, "Intolerance of Uncertainty and Metacognitions in a Non-Clinical Sample with Problematic and Normal Eating Attitudes", *Eating Behaviors*, 11, pp.193-196, 2010. DOI: <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2010.01.003>
- [4] E. Hebert, M. Dugas, "Behavioral Experiments for Intolerance of Uncertainty: Challenging the Unknown in the Treatment of Generalized Anxiety", *Cognitive & Behavioral Practice*, 26, pp.421-436, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2018.07.007>
- [5] M. Dugas, F. Gagnon, R. Ladoucur, M. Freeston, "Generalized Anxiety Disorder: A Preliminary Test of a Conceptual Model", *Behaviour Research & Therapy*, 36, pp.215-226, 1998. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(97\)00070-3](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(97)00070-3)
- [6] D. Bakan, D. "The Duality of Human Existence: An Essay on Psychology and Religion", Oxford, UK: Rand McNally, 1966.
- [7] M. Grossbaum, G. Bates, "Correlates of Psychological Well-being at Midlife: The Role of Generativity, Agency and Communion, and Narrative Themes", *International J. Behavioral Development*, 26, pp.120-127, 2002. DOI: <https://doi.org/10.1080/01650250042000654>
- [8] M. Kestler-Peleg, M. Mahat-Shamir, S. Pitcho-Prelorentzos, & M. Kagan, "Intolerance to Uncertainty and Self-Efficacy as Mediators Between Personality Traits and Adjustment Disorder in the Face of the COVID-19 Pandemic". *Current Psychology: A J. for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 42, pp. 8504-8514, 2023. DOI: <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04465-9>
- [9] K. C. McLean, M. Pratt, "Life's Little (and Big) Lessons: Identity Statuses and Meaning-Making in the Turning Point Narratives of Emerging Adults", *Dev. Psychology*, 42, pp.714-722, 2006. DOI: <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.4.714>
- [10] H. Korkmaz, B. Güloğlu, "The Role of Uncertainty Tolerance and Meaning in Life on Depression and Anxiety throughout Covid-19 Pandemic", *Personality & Individual Differences*, 172, pp.110952, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110952>
- [11] T. Schnell, "Individual Differences in Meaning-Making: Considering the Variety of Sources of Meaning, Their Density and Diversity", *Personality & Individual Differences*, 51, pp.667-673, 2011. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.06.006>

- [12] R. Ely, G. Melzi, L. Hadge, A. McCabe, "Being Brave, Being Nice: Themes of Agency and Communion in Children's Narratives", *J. Personality*, 66, pp.257-284. 1998.
DOI: <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00012>
- [13] Y. Chen, H. McAnally, Q. Wang, E. Reese, "The Coherence of Critical Event Narratives and Adolescents' Psychological Functioning", *Memory*, 20, pp.667-681. 2012.
DOI: <https://doi.org/10.1080/09658211.2012.693934>
- [14] S. Lee, "Validation Study of the Korean Version of the Intolerance of Uncertainty Scale", Master's Thesis, Catholic University of Korea, 2016.
- [15] J. Henry, J. Crawford, "The Short-Form Version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21): Construct Validity and Normative Data in a Large Non-Clinical Sample", *British J. Clinical Psychology*, 44, pp.227-239. 2005.
DOI: <https://doi.org/10.1348/014466505X29657>
- [16] S. Jeon, G. Jang, G. Kim, "Autobiographical Narratives of South Korean Adults from 20s to 50s: Gender and Age Effect in the Relationships among Agency, Communion, and Adjustment", *Korean J. Human Development*, 30, pp.103-119. 2023.
DOI: <https://doi.org/10.15284/kihd.2023.30.1.103>
- [17] M. S. Yoo, "COVID-19 and Social Health" Technical Report. SNU COVID-19 Research Group. 2020.
- [18] V. Helgeson, "Relation of Agency and Communion to Well-being: Evidence and Potential Explanation", *Psychological Bulletin*, 116, pp.412-428. 1994.
DOI: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.116.3.412>
- [19] B. Lakey, P. Cassady, "Cognitive Processes in Perceived Social Support", *J. Personality & Social Psychology*, 59, pp.337-343. 1990.
DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.2.337>
- [20] L. Stopa, D. Clark, "Cognitive Processes in Social Phobia", *Behaviour Research & Therapy*, 31, pp.255-267. 1993.
DOI: [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(93\)90024-O](https://doi.org/10.1016/0005-7967(93)90024-O)

양 재 원(Jae-Won Yang)

[정회원]



- 2010년 2월 : 연세대학교 심리학과 철학박사
- 2003년 3월 ~ 2006년 2월 : 성균관대의대 삼성서울병원 임상심리레지던트
- 2015년 3월 ~ 현재 : 가톨릭대학교 심리학과 조교수, 부교수

<관심분야>

임상심리학, 정서장애, 인지편향

장 경 원(Gyeongwon Jang)

[정회원]



- 2022년 2월 : 서강대학교 심리학과 (문학석사)
- 2022년 3월 ~ 현재 : 서강대학교 심리학과 박사과정 재학

<관심분야>

발달심리학

한 주 연(Joo Yeon Han)

[준회원]



- 2021년 12월 : University of Texas at Austin, Psychology B.A 학사
- 2022년 8월 ~ 현재 : 서강대학교 심리학과 석사과정 재학

<관심분야>

발달심리학

김 근 영(Geunyoung Kim)

[정회원]



- 1996년 2월 : 연세대학교 심리학과 (문학석사)
- 2006년 5월 : Vanderbilt University, Psychology and Human Development (Ph.D.)
- 2007년 3월 ~ 2011년 8월 : 한림대학교 심리학과 조교수, 부교수
- 2011년 9월 ~ 현재 : 서강대학교 심리학과 교수

<관심분야>

발달심리학, 사회인지 발달, 아동심리학