

## 생시에 경험하는 불안 및 스트레스와 꿈 내용<sup>\*</sup>

이영호<sup>†</sup>

가톨릭대학교 심리학과

생시에 경험하는 특성불안과 스트레스가 꿈 내용에 어떻게 반영되는지를 Hall/Van de Castle 꿈 내용분석체계를 통해 살펴보았다. 이를 위해 233명의 남녀 대학생들에게 최근꿈 기록지에 최근에 꾼 꿈 내용을 기록하게 하고, 상태·특성 불안척도·특성과 생활사건질문지에 답하게 하였다. 그 결과, 특성불안이 높은 집단은 꿈 내용에서 신체적 불행 비율, 불행의 수, 상해 및 질병의 수, 분노의 수 등이 높게 나타났으며, 친숙도 비율, 표현적 의사소통 활동의 수, 슬픔의 수, 의사소통 매체의 수가 낮게 나타났다. 스트레스 수준이 높은 집단은 인지적 활동의 수, 슬픔의 수, 여자의 경우 남자/여자 비율 등이 높게 나타났으며, 동물 비율, 공격/우호 비율, 몸통/해부 비율 등이 낮게 나타났다. 이러한 결과들은 꿈의 연속성 가설을 부분적으로 지지하는 것으로 논의되었다.

주요어 : 꿈 내용, 특성불안, 스트레스

\* 이 논문은 2002년 가톨릭대학교 교비연구비의 지원으로 이루어졌다.

† 교신저자(Corresponding Author) : 이영호 / 가톨릭대학교 심리학과 / 경기도 부천시 원미구 역곡동 산3-1  
FAX : 032-345-5189 / E-mail : yhlee@catholic.ac.kr

Freud가 꿈을 통해 개인의 무의식을 이해할 수 있다는 점을 강조한 아래로, 많은 심리학자들은 꿈에 대해 관심을 가지게 되었다. Freud(1900)는 꿈이 유아기의 성적 욕구를 꿈 작업(dream work)을 통해 위장된 형태로 충족하는 것이라고 보았다. 그는 사람들이 기억하는 꿈 내용, 즉 현재몽(manifest dream)은 꿈의 잠재적 내용, 즉 잠재몽(latent dream)이 받아들이기 어려운 무의식적인 내용이기 때문에 여러 가지 방법을 통해 위장된 것이라고 간주했다. 따라서 Freud는 현재몽 보다는 잠재몽을 이해하는데 많은 관심을 기울였다.

이에 비해, Jung(1974)은 꿈을 무의식적인 자기 표현의 자연스러운 수단으로 보았으며, 꿈이 보다 직접적이고 정직하게 표현된다고 보았다. 즉 그는 꿈에 나타난 현재적인 내용에 관심을 집중하였다. 한편 Adler(1956)는 꿈이 생시의 생활(waking life)로부터 유래된다고 생각하였으며, 꿈의 기능이 그 날의 생활에서 마무리하지 못한 문제를 해결하는 것이라 하였다. 그 후 자아심리학과 자기심리학에서는 자아의 적응적이고 적극적인 조직화 기능을 강조하면서 보다 적응적인 꿈의 기능에 관심을 두게 되었다. 자아심리학 이후에는 잠재몽에 비해 현재몽의 내용 자체에 의미를 두어야 한다는 주장이 전개되었다.

현대에 들어, Hall과 Nordby(1972)는 사람들의 꿈과 그들의 현실 생활에서의 행동, 사고 및 신념들이 일치된다는 이론바, 꿈의 '연속성 이론'(continuity theory)을 주장하였다. 즉 사람들은 일반적으로 그들이 생시에서 상호작용하는 사람들에 대해 꿈을 꾸며, 동일한 장소, 동일한 물체, 동일한 활동들에 대해 꿈을 꾼다고 하였다. 물론 어떤 꿈들은 생시의 생활 경험으로부터 분명하게 벗어나기도 하지만, 사람들의 꿈은 대체로 그들의 현실 생활과 연결된다는 것이 밝혀져 왔다 (Bulkeley, 1997).

이와 같이 꿈과 생시가 연결된다는 가정 하에, 꿈 내용을 보다 객관적이고 신뢰롭게 분석하는 체계가 고안되었다. Hall/Van de Castle 체계(Hall & Van de Castle, 1966)라고 불리는 이 체계는 처음에는 꿈 내용을 임의적인 다양한 범주로 분류하는 것으로 시작되어, 점차 많은 꿈 내용 자료들에 적용하면서 신뢰도, 타당도 및 유용성의 측면에서 발전되어 왔다. 최근에 이 분석 체계를 보다 구체화시킨 사람이 Domhoff(1996)이다.

Domhoff(1996)는 꿈의 내용을 등장인물(character), 사회적 상호작용(social interaction: 공격적 상호작용, 호의적 상호작용, 성적 상호작용), 활동(activities), 추구(striving: 성공, 실패), 불행 및 행운(misfortunes and good fortunes), 정서(emotions), 물리적 환경(physical surroundings: 장면, 대상), 묘사적 요소(descriptive elements: 수식어, 시간적 묘사, 부정적 묘사), 음식(food), 과거의 요소(elements from the past) 등 일반적인 10가지의 범주로 나누었다.

Domhoff(1996)는 Hall/Van de Castle 체계에서 다음과 같은 11개의 지표들이 정신병리와 관련된다고 주장하였다. 그가 주장한 정신병리 지표에는 낮은 친구 비율, 낮은 F/C(우호적 상호작용/등장인물) 지표, 높은 공격/우호 비율, 높은 A/C(공격적 상호작용/등장인물) 지표, 특이한 공격 우호 패턴, 높은 희생자 비율 등 사회적 상호작용과 관련된 지표들과, 낮은 성공 비율, 높은 불행 비율, 높은 부정적 정서 비율, 높은 몸통/해부 비율, 높은 신체적 불행 비율 등 자아감과 관련된 지표들이 있다.

본 연구에서는 사람들이 생시에 경험하는 불안과 스트레스가 꿈 내용에 어떻게 반영되어 나타나는지를 Hall/Van de Castle 체계를 통해 알아보자 한다. 특성적으로 불안을 느끼는 사람들은 꿈에 어떤 내용들이 특징적으로 나타날까? 최근 연구(최용석, 이영호, 2001)에서 한가지 주제

를 반복적으로 꿈꾸는 사람들이 그렇지 않은 사람들에 비해 특성불안의 수준이 높다는 것이 밝혀졌다. 또한 이 연구에서 나타난 대부분의 반복 꿈 내용은 도망하거나 쫓기는 내용, 떨어지는 내용, 공격당하거나 싸우는 내용, 이성 친구와 갈등하거나 다투는 내용, 시험에서 실패하는 내용, 뭔가를 들킬까봐 염려하거나 들기는 내용, 경찰서나 구치소에 끌려가는 내용 등과 같은 이른바 불안을 주제로 하는 꿈들이었다. Zadra와 Donderi의 연구(2000)에서도 악몽의 빈도와 특성불안이 유의미한 상관을 보인다는 결과를 보고하였다. 한편 어떤 연구에서는 꿈에서 희생자 역할을 하는 것과 신체 일부 기관이 나타나는 것이 특성불안과 관련된다는 결과를 보고하고 있다 (Gentil & Lader, 1978).

이러한 연구 결과들은 사람들이 생시에 경험하는 불안이 꿈에도 불안과 관련된 내용이 나타나는 것으로 반영될 가능성을 시사해준다. 본 연구에서는 이와 같이 꿈의 연속성 가설이 특성불안에 적용될 수 있는지를 검토하고자 한다. 한편, Domhoff(1996)가 제시한 정신병리 지표가 특성불안이 높은 사람들에게서 어떤 양상으로 나타나는지를 알아보고자 한다. 특성 불안은 광범위한 자극상황을 위험한 것이나 위협적인 것으로 지각하는 성향을 말한다(Spielberger, 1972). 내적 자극이나 외적 자극을 위협적인 것으로 지각하는 성향인 특성 불안이 높은 사람들은 꿈에서도 이러한 특성이 반영되어 위험이나 위협과 관련된 내용의 꿈들이 나타날 것이다. 또한 특성 불안이 높은 사람들은 이들이 염려하고 걱정하는 내용인 성취에서의 실패나 대인관계에서의 갈등과 관련된 내용들이 꿈에서 주로 나타날 것이다.

사람들이 일상생활에서 경험하는 스트레스는 꿈에 어떻게 반영될까? 이미 Freud(1900)는 꿈 내용을 형성하는데 바로 전에 경험했던 일들의 잔

재(day residue)가 영향을 미친다는 것을 주장했다. 이 주장을 뒷받침하는 연구들이 이루어져왔다. Hartmann(1968)은 자신의 꿈 800개를 분석하여 94% 정도의 생시의 일이 자신의 꿈에 함입되어 나타난다는 것을 밝혔다. 일기 형식의 꿈 보고를 사용한 여러 연구에서 그 전날의 일들이 상당부분(64%-70%) 꿈에 함입되어 나타난다는 것이 보고되었다(Epstein, 1985; Verdone, 1965). 한편 실험 실 상황에서, 잠들기 전에 실험적으로 유도된 생각들이 REM 수면 중의 꿈 내용에 반영되는가를 확인하는 연구들도 있었다. Rados와 Cartwright의 연구(1982)에서는 실험적으로 유도된 생각들이 꿈 내용에 어느 정도 반영된다는 것을 밝혔다. 생시의 스트레스가 꿈에 반영되는 방식에 대해서는 두 가지의 가설이 주장되고 있다(Stewart & Koulack, 1993). 첫째, '숙달(mastery) 가설'에서는 생시의 스트레스가 꿈에서 그대로 또는 변형된 방식으로 드러나고 꿈이 문제해결하는 기능을 한다고 설명하고 있다. 둘째, '회피(avoidance) 가설 또는 보상(compensation) 가설'에서는 꿈 내용이 생시의 스트레스를 회피하고 보상하는 방향으로 생시와 반대되는 내용을 반영한다고 설명하고 있다.

이와 같은 연구 결과들을 토대로, 본 연구에서는 생시에 경험하는 스트레스가 꿈 내용에 어떻게 반영되는지를 살펴보고자 한다. 이를 위해 대학생들이 최근에 꾸은 꿈 내용을 Hall/Van de Castle 체계로 분석하여 생시의 스트레스와 꿈 내용의 관계를 알아보았다.

## 방법

### 연구대상

본 연구의 참여자는 수도권에 소재하는 대학

교의 대학생 233명(남자 103명, 여자 130명)이었으며, 이중 꿈기록이 20단어 미만인 19명의 자료를 제외하였다. 최종적으로 자료분석에 포함된 피험자는 214명(남자 94명, 여자 120명)이었다. 이들의 연령 평균은 22.53세(표준편차 3.11)이었다.

## 도 구

본 연구에서는 최근꿈 기록지, 상태 특성 불안 척도-특성, 생활사건질문지를 사용하였다.

### 최근꿈 기록지

최근꿈 기록지는 본 연구자가 직접 제작한 것 (이영호, 2000)으로, 수면패턴에 대한 4개의 문항 (수면의 규칙성 여부, 수면시간, 잠드는 시간, 일어나는 시간)과 꿈의 빈도(얼마나 자주 꿈을 꾸는지?)에 대한 1개의 문항이 포함되어 있다. 그리고 최근꿈의 내용을 기록하도록 하였다. 이 때 다음과 같은 지시문이 제시되었다. “당신이 꾼 꿈 중에 기억나는 가장 최근의 꿈을 적어주시기 바랍니다. 그것이 어제 밤 꿈이든 지난 주 꿈이든 혹은 지난달의 꿈이든 관계없습니다. 하지만 우선 그 꿈을 꾼 날짜를 말해주시기 바랍니다. 그리고, 당신이 꿈을 꾼 날짜와 시간을 알려주십시오(꿈꾸 날짜와 시간을 적는 난을 줌). 당신이 꾼 꿈을 기억나는데 까지 가능한 한 정확하고 완전하게 기술해 주시기 바랍니다. 꿈의 보고는 다음과 같은 사항들을 포함하고 있어야 합니다. 그 꿈의 장면에 대한 기술, 그 꿈의 장면이 당신에게 친숙한 것이었는지 아닌지에 대해, 그리고 사람들에 대한 기술과 그들의 성, 연령, 그리고 당신과의 관계, 또한 그 꿈에 나타난 동물들에 대한 기술 등. 아울러, 그 꿈 동안의 당신의 느낌을 그것이 유쾌한 것이었든 불쾌한 것이었든

관계없이 기술하여 주시기 바랍니다. 그 꿈 동안 당신에게 일어났던 일들과 다른 등장인물들에 대해 정확하게 이야기하여 주십시오. 그리고 보고를 계속하는데 공간이 더 필요하다면 뒷면을 사용해 주시기 바랍니다.”

최근꿈 기록지에 기록된 꿈 내용의 평정은 Hall/Van de Castle의 ‘꿈내용분석체계’를 따랐다. ‘꿈내용분석체계’에 의한 평정을 위해 ‘채점원칙 (coding rules)’을 우리말로 번안하였다. 이를 위해 영어학 전공자 및 국어학 전공자들의 조언을 얻어 채점원칙의 초고를 완성한 다음, 심리학 전공 대학원생들이 이 초고를 가지고 꿈 내용을 채점할 수 있는지를 검토하여 문제가 있는 부분들을 수정하여 최종적인 채점원칙을 확정하였다. ‘꿈 내용분석체계’에 의한 평정을 위해 ‘채점원칙’을 우리말로 번안하였다. 이를 위해 영어학 전공자 및 국어학 전공자들의 조언을 얻어 채점원칙의 초고를 완성한 다음, 심리학 전공 대학원생들이 이 초고를 가지고 꿈 내용을 채점할 수 있는지를 검토하여 문제가 있는 부분들을 수정하여 최종적인 채점원칙을 확정하였다. 꿈내용분석체계는 등장인물, 사회적 상호작용(공격적 상호작용, 호의적 상호작용, 성적 상호작용), 활동, 추구(성공, 실패), 불행 및 행운, 정서, 물리적 환경 장면 대상), 묘사적 요소(수식어, 시간적 묘사, 부정적 묘사), 음식, 과거의 요소 등 일반적인 10가지의 범주를 구체적인 지표들을 정의하여 채점하고 분석하도록 만들어졌다.

채점자간에 꿈 내용 채점이 일치하는 정도를 알아보기 위해 같은 꿈 내용 52개를 두 사람의 채점자가 각각 채점하였다. 두 채점자가 채점한 결과를 단일 채점 요소로 나누어 그 일치도를 계산한 결과 전반적으로 일치도는 적절하였다. 두 채점자간의 일치도를 각 범주별로 살펴보면 다음과 같다. 등장인물 범주의 일치도 평균은

95.2%(범위: 76.9% - 100%), 공격적 상호작용 범주의 일치도 평균은 95.3%(범위: 86.5% - 100%), 호의적 상호작용 범주의 일치도 평균은 95.2%(범위: 88.5% - 100%), 성적 상호작용 범주의 일치도 평균은 100%, 활동 범주의 일치도 평균은 61.0%(범위: 9.6% - 96.2%), 추구 범주의 일치도 평균은 93.3%(범위: 80.8% - 100%), 불행 및 행운 범주의 일치도 평균은 92.7%(범위: 75.0% - 100%), 정서 범주의 일치도 평균은 80.5%(범위: 51.9% - 100%), 장면 범주의 일치도 평균은 83.1%(범위: 67.3% - 96.2%), 대상 범주의 일치도 평균은 91.7%(범위: 67.3% - 100%), 수식어 범주의 일치도 평균은 92.2%(범위: 88.5% - 100%), 시간적 묘사 범주의 일치도 평균은 100%, 부정적 묘사 범주의 일치도 평균은 51.9%(범위: 51.9% - 51.9%), 음식 범주의 일치도 평균은 98.1%(범위: 94.2% - 100%), 과거의 요소 범주의 일치도 평균은 99.5%(범위: 98.1% - 100%)였다.

#### 상태-특성 불안척도(State-Trait Anxiety Inventory: STAI)

상태-특성 불안척도는 Spielberger, Gorsuch 및 Lushene(1970)가 정신장애가 없는 정상 성인의 불안상태를 측정하는 도구로 제작하였다. 상태-특성 불안척도는 총 40문항으로 상태불안을 측정하는 20문항과 특성불안을 측정하는 20문항으로 구성되었다. 본 연구에서는 특성불안척도 20문항만을 사용하였다. 각 문항은 4단계로 된 Likert식 척도이다. 각 문항마다 ‘전혀 그렇지 않다’는 1점, ‘조금 그렇다’는 2점, ‘보통 그렇다’는 3점, ‘대단히 그렇다’는 4점으로 채점하며 최저 20점, 최고 80점이고 점수가 높을수록 불안이 높다는 것을 의미한다. 우리 나라에서 김정택(1978)이 표준화 연구를 하였는데, 특성불안 척도의 검사-재검사 신뢰도는  $r=.86$ , 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )

는 .87로 나타났다. 본 연구에서의 내적 합치도는 .86이었다.

#### 생활사건 질문지

이전에 사용되어왔던 여러 가지 스트레스 척도들(송혜수, 1994; 이영자, 1996; 이영호, 1993; 전겸구, 김교현, 1991)의 문항들 중에서 본 연구와 관련하여 대학생의 생활사건질문지로 타당하게 여겨지는 40개의 문항으로 추려 구성하였다. 각 문항은 생활사건에 대한 간단한 기술에 대해 경험 여부를 답하고, 그 사건의 영향 정도를 3점 척도(‘0’: 영향 없음, ‘1’: 심함, ‘2’: 아주 심함)로 답하게 되어 있다. 생활사건 질문지의 점수는 경험한 사건의 영향 정도를 합산하여 산출하였다. 본 연구에서 생활사건 질문지의 내적 합치도는 .80이다.

#### 절차

피험자들에게 꿈 내용 기록에 대한 설명을 한 다음 최근 꿈 기록지, 특성불안 척도 및 생활사건 질문지가 뮤여 있는 소책자를 주고 며칠 후에 기록하여 가져오도록 하였다.

#### 자료분석

특성불안과 스트레스 정도에 따라 꿈 내용의 차이를 알아보기 위해 특성불안 총점과 생활사건질문지 총점에 따라 각각 세 집단(고, 중, 저)으로 구분하여 집단간 평균 차이를  $F$ 검증하였다. 특성불안과 스트레스에 따라 선형적으로 변화하지 않는 꿈내용 지표들이 있기 때문에, 세 집단으로 구분하여 분석하였다.

## 결 과

본 연구에서는 특성불안과 스트레스의 수준에 따라 최근 꿈의 내용이 어떻게 달라지는지 알아보기 위하여, 특성불안 총점 및 생활사건질문지 총점 분포를 기준으로 상위 30%, 중간 40%, 하위 30%에 해당되는 피험자를 각각 세 집단씩 나누었다. 즉 특성불안 총점이 41점 이하인 66명을 특성불안-저 집단으로, 특성불안 총점이 42점에서 50점 사이인 85명을 특성불안-중 집단으로, 특성불안 총점이 51점 이상인 63명을 특성불안-고 집단으로 하였으며, 생활사건질문지 총점이 4 점 이하인 69명을 스트레스-저 집단으로, 생활사건질문지 총점이 5점에서 10점 사이인 82명을 스트레스-중 집단으로, 생활사건질문지 총점이 11점 이상인 63명을 스트레스-고 집단으로 하였다.

우선 최근 꿈 기록지의 수면과 꿈에 관한 문항에 나타난 결과를 보면, 취침시간의 규칙성에서는 규칙적이라고 대답한 피험자가 108명(50.5%), 불규칙적이라고 대답한 피험자는 106명(55.9%)이었으며, 특성불안 집단과,  $\chi^2(2, N=214)=1.54$ , ns, 스트레스 집단에 따라 빈도 분포의 차이가 유의미하지 않았다,  $\chi^2(2, N=214)=0.06$ , ns. 하루 평균 잠자는 시간은 6.90 시간(표준편차 = 1.16)이었으며, 특성불안 집단과,  $F(2, 211)=1.99$ , ns, 스트레스 집단에 따라 유의미한 차이가 없었다,  $F(2, 211)=0.38$ , ns. 잠드는 시간을 보면 9시 이전에 잠드는 사람이 1명(0.5%), 9시에서 11시 이전에 잠드는 사람이 5명(2.3%), 11시에서 12시 이전에 잠드는 사람이 34명(15.9%), 12시에서 1시 이전에 잠드는 사람이 81명(37.9%), 1시 이후에 잠드는 사람이 93명(43.5%)으로 12시 이후에 잠드는 경우가 대부분이었다. 잠드는 시간의 빈도

분포가 특성불안 집단과,  $\chi^2(8, N=214)=7.87$ , ns, 스트레스 집단에 따라 유의미한 차이가 없었다,  $\chi^2(8, N=214)=5.86$ , ns. 기상 시간을 보면 6시 이전에 일어나는 사람이 14명(6.5%), 6시에서 8시 이전에 일어나는 사람이 122명(57%), 8시에서 9시 이전에 일어나는 사람이 43명(20.1%), 9시 이후에 일어나는 사람이 35명(16.4%)이었다. 기상 시간의 빈도 분포가 특성불안 집단과,  $\chi^2(6, N=214)=2.42$ , ns, 스트레스 집단에 따라 유의미한 차이가 없었다,  $\chi^2(6, N=214)=5.62$ , ns. 꿈을 얼마나 자주 꾸는가 하는 질문에 대해서는 거의 매일 꿈을 꾸다고 답한 사람이 67명(31.3%), 일주일에 두세번 꿈을 꾸다고 답한 사람이 88명(41.1%), 한달에 한두번 꿈을 꾸다고 답한 사람이 40명(18.7%), 거의 꿈을 꾸지 않는다고 답한 사람이 19명(8.9%)였다. 꿈꾸는 빈도의 분포가 특성불안 집단과,  $\chi^2(6, N=214)=4.73$ , ns, 스트레스 집단에 따라 유의미한 차이가 없었다,  $\chi^2(6, N=214)=8.87$ , ns.

Hall/Van de Castle의 '꿈내용분석체계'에 따른 꿈 내용 분석의 주요 지표중 등장인물과 관련된 지표들의 특성불안 수준 및 스트레스 수준별 평균과 표준편차가 표 1에 제시되어 있다. 꿈에 등장하는 등장인물 중 동물이 차지하는 비율인 동물 비율(Animal Percent)은 피험자의 불안 수준에 따라 유의미한 차이가 없었으나,  $F(2, 205)=1.04$ , ns, 피험자의 스트레스 수준에 따라서는 유의미한 차이를 보였다,  $F(2, 205)=5.55$ ,  $p<.01$ . 표 1에 나타나 있는 바와 같이 스트레스 수준이 낮은 집단이 9.18%로 스트레스 중간 집단의 0%나 스트레스가 높은 집단의 3.44%보다 동물 비율이 높았다. 불안 수준과 스트레스 수준의 상호작용 효과는 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=0.58$ , ns.

꿈에 등장하는 인물의 몇 %가 남성인지를 나

타내는 남성/여성 비율(Male/Female Percent)은 남자 피험자의 자료와 여자 피험자의 자료를 따로 분석하였다. 남자 피험자의 경우에는 불안 수준과,  $F(2, 45)=0.40$ , ns, 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 45)=2.29$ , ns,

두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 45)=1.01$ , ns. 여자 피험자의 경우에는 불안 수준에 따라서는 유의미한 차이가 없었으나,  $F(2, 75)=0.02$ , ns, 스트레스 수준에 따라서는 유의미한 차이를 보였다,  $F(2, 75)=3.75$ ,  $p<.05$ . 표

표 3. 등장인물과 관련된 지표들의 특성불안 수준 및 스트레스 수준별 평균 ( ) 표준편차

| 지 표                  | 스트레스 | 특 성 불 안       |              |              | () 표준편차      |
|----------------------|------|---------------|--------------|--------------|--------------|
|                      |      | 저             | 중            | 고            |              |
| 동물 비율                | 저    | 5.26(19.42)   | 15.15(34.08) | 11.11(33.33) | 9.18(26.74)  |
|                      | 중    | 0.00( 0.00)   | 0.00( 0.00)  | 0.00( 0.00)  | 0.00( 0.00)  |
|                      | 고    | 0.00( 0.00)   | 3.45(13.64)  | 4.86(20.55)  | 3.44(15.60)  |
|                      | 계    | 3.03(14.88)   | 5.10(19.76)  | 3.44(17.75)  | 3.97(17.72)  |
| 남성/여성 비율<br>(남자 피험자) | 저    | 53.85(47.70)  | 50.00(47.14) | 0.00( 0.00)  | 50.00(46.63) |
|                      | 중    | 6.67(14.91)   | 27.08(29.46) | 40.00(54.77) | 25.00(35.81) |
|                      | 고    | 100.00(00.00) | 47.62(50.40) | 56.25(42.70) | 54.86(45.84) |
|                      | 계    | 43.86(46.88)  | 42.00(42.80) | 42.50(47.21) | 42.75(44.22) |
| 남성/여성 비율<br>(여자 피험자) | 저    | 51.11(50.18)  | 63.33(41.50) | 37.50(47.87) | 51.39(46.86) |
|                      | 중    | 25.00(29.34)  | 57.74(43.91) | 48.48(47.26) | 48.12(43.29) |
|                      | 고    | 90.00(22.36)  | 50.99(38.14) | 80.83(23.92) | 70.07(33.83) |
|                      | 계    | 52.56(46.11)  | 56.03(40.24) | 61.23(41.21) | 56.63(42.07) |
| 친숙도 비율               | 저    | 59.87(42.18)  | 66.29(38.36) | 38.89(48.59) | 59.18(42.08) |
|                      | 중    | 58.86(38.15)  | 54.10(43.60) | 50.14(45.18) | 53.69(42.68) |
|                      | 고    | 81.67(33.75)  | 61.29(42.67) | 47.82(42.30) | 59.39(42.25) |
|                      | 계    | 62.90(40.19)  | 59.70(41.79) | 47.65(44.01) | 57.14(42.25) |
| 친구 비율                | 저    | 38.38(41.22)  | 50.00(42.72) | 24.07(38.29) | 40.22(41.57) |
|                      | 중    | 36.64(36.74)  | 33.51(40.47) | 32.50(41.31) | 33.83(39.55) |
|                      | 고    | 55.00(49.72)  | 48.10(44.55) | 42.68(45.26) | 47.13(45.09) |
|                      | 계    | 40.42(41.25)  | 42.75(42.66) | 35.18(42.31) | 39.80(42.05) |
| 집단 비율                | 저    | 21.38(29.85)  | 34.09(48.92) | 3.70(11.11)  | 23.13(36.46) |
|                      | 중    | 36.83(43.19)  | 37.50(37.11) | 35.94(50.30) | 36.78(43.12) |
|                      | 고    | 26.00(36.27)  | 26.31(31.04) | 24.88(28.54) | 25.72(30.47) |
|                      | 계    | 26.30(34.96)  | 32.80(38.53) | 27.12(40.26) | 29.12(37.94) |

1에 나타나 있는 바와 같이 스트레스가 높은 집단의 평균이 70.07%로 스트레스가 낮은 집단의 51.39%와 스트레스 중간 집단의 48.12%에 비해 남성/여성 비율이 높았다. 또한 두 변인간의 상호작용 효과는 유의미한 경향성을 보였다,  $F(4, 75)=2.01, p=.10$ . 상호작용 효과의 경향성을 구체적으로 살펴보면, 스트레스-고 집단이 나머지 두 집단에 비해 남성/여성 비율이 불안 수준이 높은 집단과 불안 수준이 낮은 집단에서만 더 높았으며, 불안 수준이 중간인 집단에서는 그 차이가 없었다.

꿈에 등장하는 인물들이 얼마나 친숙한 인물인가를 나타내는 친숙도 비율(Familiarity Percent)은 불안 수준에 따라 유의미한 차이를 보였다,  $F(2, 205)=3.31, p<.05$ . 표 1에 나타나 있는 바와 같이 불안 수준이 낮은 집단이 62.90%, 중간 집단이 59.70%, 높은 집단이 47.65%로 불안 수준이 높을수록 친숙도 비율이 낮아졌다. 스트레스 수준과,  $F(2, 205)=0.83, ns$ , 불안-스트레스 상호작용 효과는 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=0.81, ns$ .

꿈에 등장하는 인물들 중 몇 %가 가족이나 친척을 제외한 친숙한 인물인가를 나타내는 친구 비율(Friends Percent)은 불안 수준과,  $F(2, 205)=1.12, ns$ , 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=1.84, ns$ , 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=0.53, ns$ .

꿈에 등장하는 인물들 중 개인이 아닌 집단이 얼마나 되는가를 나타내는 집단 비율(Group Percent)은 불안 수준에 따라서는 유의미한 차이가 없었으나,  $F(2, 205)=1.33, ns$ , 스트레스 수준에 따라서는 유의미한 차이를 보였다,  $F(2, 205)=3.28, p<.05$ . 표 1에 나타나 있는 바와 같이 스트레스가 중간인 집단의 평균이 36.78%로 스트레스가 낮은 집단의 23.13%와 스트레스가 높은 집

단의 25.72%에 비해 집단 비율이 높았다. 또한 두 변인간의 상호작용 효과는 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=0.78, ns$ .

다음 표 2에는 꿈 내용 분석의 주요 지표 중 사회적 상호작용과 관련된 지표들의 특성불안 수준 및 스트레스 수준별 평균과 표준편차가 제시되어 있다. 꿈에서 나타나는 사회적 상호작용 중 모든 등장인물의 수에 대한 공격적 상호작용의 수의 비율을 나타내는 A/C 지표(A/C Index: Aggression/Character Index)는 불안 수준과,  $F(2, 205)=0.78, ns$ , 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=1.03, ns$ , 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=0.68, ns$ .

모든 등장인물의 수에 대한 우호적 상호작용의 수의 비율을 나타내는 F/C 지표(F/C Index: Friendliness/Character Index)는 불안 수준과,  $F(2, 205)=1.25, ns$ , 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=0.65, ns$ , 두 변인간의 상호작용 효과는 유의미한 경향성을 보였다,  $F(4, 205)=1.95, p=.10$ . 표 2에 나타나 있는 바와 같이 불안 수준이 낮고 스트레스가 중간인 집단의 F/C 지표가 .49로 다른 집단에 비해 거의 두배 이상으로 높았다.

모든 등장인물의 수에 대한 성적 상호작용의 수의 비율을 나타내는 S/C 지표(S/C Index: Sexual/Character Index)는 불안 수준과,  $F(2, 205)=0.73, ns$ , 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=0.92, ns$ , 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=1.24, ns$ .

꿈꾸는 사람이 관여된 우호적 상호작용과 공격적 상호작용의 수를 합한 것에 대한 공격적 상호작용의 수의 비율을 나타내는 공격/우호 비율(Aggression/Friendliness Percent)은 불안 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2,$

205)=1.62,  $ns$ , 스트레스 수준에 따라서는 유의미  $p=.10$ . 표 2에 나타나 있는 바와 같이, 스트레스 한 차이의 경향성을 보였다,  $F(2, 205)=2.27$ , 가 낮은 집단의 공격/우호 비율의 평균이 31.40%

표 2. 사회적 상호작용과 관련된 지표들의 특성불안 수준 및 스트레스 수준별 평균 ( ) 표준편차

| 지<br>표     | 스트레스 | 특성 불안        |              |              |              |
|------------|------|--------------|--------------|--------------|--------------|
|            |      | 저            | 중            | 고            | 계            |
| A/C 지표     | 저    | .31(.51)     | .23(.45)     | .32(.43)     | .29(.48)     |
|            | 중    | .06(.15)     | .26(.42)     | .27(.63)     | .22(.48)     |
|            | 고    | .10(.32)     | .21(.38)     | .19(.30)     | .18(.34)     |
|            | 계    | .21(.43)     | .24(.41)     | .25(.49)     | .23(.44)     |
| F/C 지표     | 저    | .15(.30)     | .19(.37)     | .20(.35)     | .17(.33)     |
|            | 중    | .49(.80)     | .15(.34)     | .15(.31)     | .22(.49)     |
|            | 고    | .27(.37)     | .23(.38)     | .27(.35)     | .25(.36)     |
|            | 계    | .26(.51)     | .19(.36)     | .20(.33)     | .21(.40)     |
| S/C 지표     | 저    | .00(.00)     | .00(.00)     | .00(.00)     | .00(.00)     |
|            | 중    | .00(.00)     | .00(.00)     | .10(.40)     | .04(.25)     |
|            | 고    | .00(.00)     | .01(.06)     | .00(.00)     | .01(.04)     |
|            | 계    | .00(.00)     | .004(.04)    | .05(.28)     | .02(.15)     |
| 공격/우호 비율   | 저    | 29.82(43.52) | 31.06(44.93) | 38.89(48.59) | 31.40(44.05) |
|            | 중    | 7.41(21.56)  | 32.06(44.09) | 20.00(40.68) | 22.24(39.67) |
|            | 고    | 10.00(31.62) | 21.78(35.56) | 21.53(39.46) | 19.81(36.23) |
|            | 계    | 20.71(38.12) | 28.29(41.38) | 23.28(41.21) | 24.48(40.30) |
| 적극적 우호성 비율 | 저    | 7.89(27.33)  | 13.64(35.13) | 11.11(33.33) | 10.14(30.41) |
|            | 중    | 33.33(45.37) | 18.63(38.66) | 7.50(25.55)  | 17.78(36.99) |
|            | 고    | 20.00(42.16) | 15.52(35.62) | 10.42(29.41) | 14.29(34.11) |
|            | 계    | 16.67(36.51) | 16.27(36.37) | 9.13(27.79)  | 14.29(34.12) |
| 적극적 공격성 비율 | 저    | 6.58(23.74)  | 6.82(23.38)  | 18.52(37.68) | 8.21(25.66)  |
|            | 중    | 2.78(11.79)  | 16.18(36.35) | 6.67(25.37)  | 9.76(28.80)  |
|            | 고    | 0.00( 0.00)  | 12.07(31.78) | 6.25(22.42)  | 7.94(25.73)  |
|            | 계    | 4.55(19.07)  | 12.35(31.72) | 8.20(26.25)  | 8.72(26.82)  |
| 희생자 비율     | 저    | 25.00(43.11) | 25.00(42.96) | 25.93(43.39) | 25.12(42.46) |
|            | 중    | 8.33(25.72)  | 19.12(38.95) | 13.33(34.57) | 14.63(34.68) |
|            | 고    | 10.00(31.62) | 22.41(41.37) | 18.75(38.48) | 19.05(38.55) |
|            | 계    | 18.18(37.86) | 21.76(40.42) | 17.20(37.02) | 19.31(38.53) |
| 물리적 공격 비율  | 저    | 15.13(33.66) | 22.73(40.02) | 19.44(39.09) | 18.12(36.10) |
|            | 중    | 8.33(25.72)  | 16.67(36.93) | 14.44(34.67) | 14.02(33.69) |
|            | 고    | 0.00( 0.00)  | 23.85(41.65) | 13.19(31.46) | 16.01(34.98) |
|            | 계    | 10.98(29.13) | 20.69(39.06) | 14.68(33.62) | 15.93(34.74) |

로 스트레스 중간 집단의 22.24%와 스트레스가 높은 집단의 19.81%에 비해 높은 편이었다. 두 변인간의 상호작용 효과는 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=0.64, ns$ .

꿈의 우호적 상호작용에서 자신이 주도적인 역할을 하는 경우의 비율인 적극적 우호성 비율(Befriender Percent)은 불안 수준과,  $F(2, 205)=1.23, ns$ , 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=1.05, ns$ , 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=1.02, ns$ .

꿈의 공격적 상호작용에서 자신이 공격자 역할을 하는 경우의 비율인 적극적 공격성 비율(Aggressor Percent)은 불안 수준과,  $F(2, 205)=1.67, ns$ , 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=0.36, ns$ , 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=0.86, ns$ . 한편 꿈의 공격적 상호작용에서 자신이 희생자 역할을 하는 경우의 비율인 희생자 비율(Victimization Percent)도 불안 수준과,  $F(2, 205)=0.61, ns$ , 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=1.37, ns$ , 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=0.18, ns$ . 꿈의 공격적 상호작용의 수에 대한 물리적 공격의 수의 비율인 물리적 공격 비율(Physical Aggression Percent) 역시 불안 수준과,  $F(2, 205)=2.23, ns$ , 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=0.58, ns$ , 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=0.33, ns$ .

표 3에는 꿈 장면 및 기타 범주에 해당되는 지표들의 특성불안 수준 및 스트레스 수준별 평균과 표준편차가 제시되어 있다. 꿈의 배경이 실내장면인 경우의 비율인 실내장면 비율(Indoor Setting Percent)은 불안 수준과  $F(2, 205)=0.36, ns$ ,

스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=1.21, ns$ , 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=1.48, ns$ .

꿈의 배경이 친숙한 장면인 경우의 비율인 친숙한 장면 비율(Familiar Setting Percent)은 불안 수준과,  $F(2, 205)=0.24, ns$ , 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으나,  $F(2, 205)=1.16, ns$ , 두 변인간의 상호작용 효과는 유의미하였다,  $F(4, 205)=2.68, p<.05$ . 표 3에 나타나 있는 바와 같이, 불안 수준과 스트레스 수준이 모두 높은 집단의 친숙한 장면 비율이 43.06%로 다른 집단보다 두배 이상 높았다.

꿈꾸는 사람이 관여된 성공 및 실패의 수에 대한 성공의 수의 비율인 꿈꾸는 사람이 관여된 성공 비율(Dreamer-Involved Success Percent)은 불안 수준과,  $F(2, 205)=0.26, ns$ , 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=0.64, ns$ , 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=0.48, ns$ .

꿈에 나타난 모든 불행의 수에 대한 신체적 불행의 수의 비율인 신체적 불행 비율(Bodily Misfortunes Percent)은 불안 수준에 따라 유의미한 차이의 경향성을 보였다,  $F(2, 205)=2.50, p<.10$ . 표 3에 나타나 있는 바와 같이, 불안 수준이 높은 집단이 신체적 불행 비율의 평균이 7.14%로 불안 수준이 낮은 집단의 4.55%와 불안 수준이 중간인 집단의 2.35%보다 높은 편이었다. 스트레스 수준에 따라서는 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=1.12, ns$ , 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=1.65, ns$ .

꿈에서 사람의 신체가 나타날 때 몸통만 나타나거나 해부된 모습 또는 성기 등이 나타나는 비율인 몸통/해부 비율(Torso/Anatomy Percent)은 불안 수준에 따라 유의미한 차이가 없었으나,  $F(2, 205)=0.33, ns$ , 스트레스 수준에 따라서는 유

표 3. 꿈 장면 및 기타 범주에 해당되는 지표들의 특성불안 수준 및 스트레스 수준별 평균 ( ) 표준편차

| 지<br>표            | 스트레스 | 특성 불안        |              |              |              |
|-------------------|------|--------------|--------------|--------------|--------------|
|                   |      | 저            | 중            | 고            | 계            |
| 실내장면 비율           | 저    | 35.96(45.93) | 28.79(42.47) | 22.22(44.10) | 31.88(44.26) |
|                   | 중    | 48.15(50.13) | 42.16(47.89) | 27.22(43.44) | 38.01(47.01) |
|                   | 고    | 25.00(42.49) | 19.54(31.83) | 40.97(46.10) | 28.57(40.10) |
|                   | 계    | 37.63(46.53) | 30.98(42.27) | 31.75(44.47) | 33.26(44.15) |
| 친숙한 장면 비율         | 저    | 19.30(48.79) | 20.45(39.82) | 0.00( 0.00)  | 17.15(42.78) |
|                   | 중    | 22.22(54.83) | 22.06(41.18) | 6.67(25.37)  | 16.46(40.10) |
|                   | 고    | 25.00(42.49) | 10.34(24.57) | 43.06(71.21) | 25.13(51.40) |
|                   | 계    | 20.96(48.95) | 17.65(35.94) | 19.58(50.32) | 19.24(44.49) |
| 꿈꾸는 사람이 관여된 성공 비율 | 저    | 2.63(16.22)  | 0.00( 0.00)  | 0.00( 0.00)  | 1.45(12.04)  |
|                   | 중    | 2.78(11.79)  | 5.88(23.88)  | 3.33(18.26)  | 4.27(19.57)  |
|                   | 고    | 0.00( 0.00)  | 6.90(28.23)  | 8.33(28.23)  | 6.35(24.58)  |
|                   | 계    | 2.27(13.68)  | 4.71(21.47)  | 4.76(21.47)  | 3.97(19.27)  |
| 신체적 불행 비율         | 저    | 3.95(17.94)  | 4.55(21.32)  | 22.22(44.10) | 6.52(24.12)  |
|                   | 중    | 8.33(25.72)  | 0.00( 0.00)  | 5.00(20.13)  | 3.66(17.18)  |
|                   | 고    | 0.00( 0.00)  | 3.45(18.57)  | 4.17(20.41)  | 3.18(17.67)  |
|                   | 계    | 4.55(19.07)  | 2.35(15.25)  | 7.14(25.17)  | 4.44(19.77)  |
| 몸통/해부 비율          | 저    | 16.45(36.89) | 15.91(35.81) | 5.56(16.67)  | 14.86(34.39) |
|                   | 중    | 1.39( 5.89)  | 0.00( 0.00)  | 3.33(18.26)  | 1.52(11.35)  |
|                   | 고    | 0.00( 0.00)  | 10.11(27.87) | 7.64(23.04)  | 7.57(23.66)  |
|                   | 계    | 9.85(29.05)  | 7.57(24.96)  | 5.29(19.82)  | 7.60(24.91)  |
| 부적 정서 비율          | 저    | 54.39(49.88) | 40.91(50.32) | 72.22(44.10) | 52.42(49.61) |
|                   | 중    | 54.63(47.07) | 54.41(46.84) | 52.50(47.70) | 53.76(46.63) |
|                   | 고    | 35.00(47.43) | 48.22(46.75) | 44.10(47.81) | 44.55(46.72) |
|                   | 계    | 51.52(48.55) | 48.81(47.46) | 52.12(47.40) | 50.62(47.58) |

의미한 차이를 보였다,  $F(2, 205)=3.03, p<.05$ . 표 3에 나타나 있는 바와 같이, 스트레스 수준이 낮은 집단이 몸통/해부 비율의 평균이 14.86%로 스트레스 중간인 집단의 1.52%와 스트레스가 높은

집단의 7.57%보다 높았다. 두 변인간의 상호작용 효과는 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=0.74, ns$ . 꿈에 나타난 정서 중에 부정적인 정서의 비율인 부정적 정서 비율(Negative Emotions Percent)은

불안 수준과,  $F(2, 205)=0.54$ , ns, 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=1.20$ , ns, 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=0.82$ , ns.

다음에는 각 범주별로 구체적인 지표들에 대해

살펴보겠다. 표 4에는 꿈에 나타난 각 활동의 특성불안 수준 및 스트레스 수준별 평균과 표준편차가 제시되어 있다. 꿈꾸는 사람이 관여된 모든 활동의 수는 불안 수준과,  $F(2, 205)=0.17$ , ns, 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않

표 4. 꿈에 나타난 각 활동의 특성불안 수준 및 스트레스 수준별 평균

( ) 표준편차

| 지<br>표            | 스트레스 | 특성 불안      |            |            |            |
|-------------------|------|------------|------------|------------|------------|
|                   |      | 저          | 중          | 고          | 계          |
| 자신이 관여된<br>활동의 수  | 저    | 3.29(3.15) | 2.50(2.04) | 2.89(3.22) | 2.99(2.84) |
|                   | 중    | 4.56(3.42) | 3.24(2.78) | 2.03(2.27) | 3.09(2.89) |
|                   | 고    | 1.90(1.29) | 3.83(3.72) | 3.88(3.01) | 3.54(3.22) |
|                   | 계    | 3.42(3.11) | 3.24(2.99) | 2.86(2.80) | 3.19(2.97) |
| 물리적 활동의 수         | 저    | 3.05(2.70) | 2.72(2.66) | 2.33(3.00) | 2.86(2.70) |
|                   | 중    | 3.44(2.97) | 2.17(1.87) | 1.57(1.85) | 2.23(2.24) |
|                   | 고    | 1.90(1.66) | 2.89(3.18) | 3.25(2.63) | 2.87(2.78) |
|                   | 계    | 2.98(2.66) | 2.56(2.57) | 2.32(2.44) | 2.62(2.56) |
| 시각적 활동의 수         | 저    | 0.63(0.75) | 0.55(0.67) | 0.89(1.36) | 0.64(0.82) |
|                   | 중    | 0.44(0.78) | 0.85(1.44) | 0.40(0.72) | 0.60(1.10) |
|                   | 고    | 0.80(0.79) | 0.93(1.19) | 0.63(0.82) | 0.79(1.00) |
|                   | 계    | 0.61(0.76) | 0.80(1.19) | 0.56(0.88) | 0.67(0.99) |
| 청각적 활동의 수         | 저    | 0.16(0.44) | 0.09(0.29) | 0.00(0.00) | 0.12(0.37) |
|                   | 중    | 0.11(0.32) | 0.15(0.44) | 0.07(0.25) | 0.11(0.35) |
|                   | 고    | 0.00(0.00) | 0.10(0.41) | 0.04(0.20) | 0.06(0.30) |
|                   | 계    | 0.12(0.37) | 0.12(0.39) | 0.05(0.21) | 0.10(0.34) |
| 언어적 활동의 수         | 저    | 0.89(1.11) | 0.77(1.02) | 0.78(0.97) | 0.84(1.05) |
|                   | 중    | 1.28(1.36) | 1.15(1.65) | 0.63(1.03) | 0.99(1.40) |
|                   | 고    | 0.40(0.70) | 1.24(2.15) | 1.33(1.69) | 1.14(1.82) |
|                   | 계    | 0.92(1.15) | 1.08(1.71) | 0.92(1.34) | 0.99(1.44) |
| 표현적 의사소통<br>활동의 수 | 저    | 0.11(0.31) | 0.09(0.29) | 0.00(0.00) | 0.09(0.28) |
|                   | 중    | 0.22(0.55) | 0.06(0.24) | 0.00(0.00) | 0.07(0.31) |
|                   | 고    | 0.20(0.42) | 0.14(0.44) | 0.04(0.20) | 0.11(0.36) |
|                   | 계    | 0.15(0.40) | 0.09(0.33) | 0.02(0.13) | 0.09(0.32) |
| 인지적 활동의 수         | 저    | 0.05(0.23) | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.03(0.17) |
|                   | 중    | 0.28(0.57) | 0.21(0.59) | 0.13(0.35) | 0.20(0.51) |
|                   | 고    | 0.00(0.00) | 0.17(0.47) | 0.13(0.34) | 0.13(0.38) |
|                   | 계    | 0.11(0.36) | 0.14(0.47) | 0.11(0.32) | 0.12(0.39) |

았으며,  $F(2, 205)=0.27$ , ns, 두 변인간의 상호작용 효과는 유의미하였다,  $F(4, 205)=2.77$ ,  $p<.05$ . 표 4에 나타나 있는 바와 같이 불안 수준이 낮은 집단에서는 스트레스가 높은 경우에 활동의 수가 더 적은 반면, 불안 수준이 중간이거나 높은 집단에서는 스트레스가 높은 경우에 활동의 수가 더 많았다.

각 활동별로 살펴보면, 표현적 의사소통 활동의 수는 불안 수준에 따라 유의미한 차이를 보였다,  $F(2, 205)=3.22$ ,  $p<.05$ . 표 4에 나타나 있는 바와 같이 불안 수준이 높을수록 표현적 활동의 수가 적었다. 표현적 활동의 수는 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=0.47$ , ns, 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=0.39$ , ns.

인지적 활동의 수는 불안 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으나,  $F(2, 205)=0.16$ , ns, 스트레스 수준에 따라서는 유의미한 차이를 보였다,  $F(2, 205)=3.59$ ,  $p<.05$ . 표 4에 나타나 있는 바와 같이 스트레스 수준이 낮은 집단에 비해 스트레스가 중간이거나 높은 집단이 인지적 활동의 수가 많았다. 인지적 활동의 수는 두 변인간의 상호작용 효과가 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=0.65$ , ns.

표현적 의사소통 활동과 인지적 활동을 제외한 다른 활동들(물리적 활동, 시각적 활동, 청각적 활동, 언어적 활동)은 불안 수준과 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며, 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다.

표 5에는 꿈에 나타난 행운과 불행에 대한 자료가 불안 수준 및 스트레스 수준별로 제시되어 있다. 꿈에 나타난 모든 행운의 수는 불안 수준과,  $F(2, 205)=1.69$ , ns, 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=0.60$ ,

ns, 두 변인간의 상호작용 효과는 유의미하였다,  $F(4, 205)=3.19$ ,  $p<.05$ . 표 5에 나타나 있는 바와 같이 불안 수준이 낮은 집단에서는 스트레스가 높은 경우에 행운의 수가 더 적은 반면, 불안 수준이 중간인 집단에서는 스트레스가 높은 경우에 행운의 수가 더 많았으며, 불안 수준이 높은 집단에서는 스트레스가 중간 정도인 경우에 행운의 수가 많았다.

꿈에 나타난 모든 불행의 수는 불안 수준에 따라 유의미한 차이의 경향성을 보였다,  $F(2, 205)=2.50$ ,  $p<.10$ . 표 5에 나타나 있는 바와 같이 불안 수준이 높은 집단의 평균이 0.60으로 불안 수준이 낮은 집단의 0.41이나 중간 집단의 0.40보다 더 많은 불행의 수를 보였다. 모든 불행의 수는 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=1.06$ , ns, 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=1.08$ , ns.

불행의 종류별로 살펴보면, 상해 및 질병의 수는 불안 수준에 따라 유의미한 차이를 보였다,  $F(2, 205)=4.24$ ,  $p<.05$ . 표 5에 나타나 있는 바와 같이 불안 수준이 높은 집단의 평균이 0.14로 불안 수준이 낮은 집단의 0.05나 중간 집단의 0.06보다 더 많은 상해 및 질병의 수를 보였다. 상해 및 질병의 수는 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=0.67$ , ns, 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=1.60$ , ns. 추락의 수는 불안 수준에 따라서는 유의미한 차이를 보이지 않았으나,  $F(2, 205)=1.66$ , ns, 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이의 경향성이 있었다,  $F(2, 205)=2.70$ ,  $p<.10$ . 표 5에 나타나 있는 바와 같이 스트레스 수준이 낮은 집단의 평균이 0.10으로 스트레스 수준이 중간인 집단의 0.05나 높은 집단의 0.03보다 더 많은 추락의 수를 보였다. 불안 수준과 스트레스

표 5. 꿈에 나타난 행운 및 불운의 수의 특성불안 수준 및 스트레스 수준별 평균 ( ) 표준편차

| 지<br>점      | 스트레스 | 특성 불안      |            |            |            |
|-------------|------|------------|------------|------------|------------|
|             |      | 저          | 중          | 고          | 계          |
| 모든 행운의 수    | 저    | 0.08(0.27) | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.04(0.21) |
|             | 중    | 0.06(0.24) | 0.06(0.24) | 0.07(0.25) | 0.06(0.24) |
|             | 고    | 0.00(0.00) | 0.24(0.44) | 0.00(0.00) | 0.11(0.32) |
|             | 계    | 0.06(0.24) | 0.11(0.31) | 0.03(0.18) | 0.07(0.26) |
| 모든 불행의 수    | 저    | 0.42(0.72) | 0.41(0.59) | 0.89(0.78) | 0.48(0.70) |
|             | 중    | 0.56(0.92) | 0.32(0.47) | 0.60(0.77) | 0.48(0.71) |
|             | 고    | 0.10(0.32) | 0.48(0.87) | 0.50(0.93) | 0.43(0.84) |
|             | 계    | 0.41(0.74) | 0.40(0.66) | 0.60(0.83) | 0.46(0.74) |
| 죽음          | 저    | 0.05(0.23) | 0.19(0.39) | 0.11(0.33) | 0.10(0.30) |
|             | 중    | 0.33(0.77) | 0.12(0.33) | 0.27(0.64) | 0.22(0.57) |
|             | 고    | 0.10(0.32) | 0.17(0.47) | 0.29(0.69) | 0.21(0.54) |
|             | 계    | 0.14(0.46) | 0.15(0.62) | 0.25(0.62) | 0.18(0.49) |
| 상해 및 질병     | 저    | 0.05(0.23) | 0.00(0.00) | 0.33(0.50) | 0.07(0.26) |
|             | 중    | 0.06(0.24) | 0.06(0.24) | 0.10(0.31) | 0.07(0.26) |
|             | 고    | 0.00(0.00) | 0.10(0.31) | 0.13(0.45) | 0.10(0.35) |
|             | 계    | 0.05(0.21) | 0.06(0.24) | 0.14(0.40) | 0.08(0.29) |
| 사고, 파괴 및 손실 | 저    | 0.18(0.46) | 0.05(0.21) | 0.11(0.33) | 0.13(0.38) |
|             | 중    | 0.00(0.00) | 0.12(0.33) | 0.10(0.31) | 0.09(0.28) |
|             | 고    | 0.00(0.00) | 0.10(0.41) | 0.04(0.20) | 0.06(0.30) |
|             | 계    | 0.11(0.36) | 0.09(0.33) | 0.08(0.27) | 0.09(0.32) |
| 환경으로부터의 위협  | 저    | 0.03(0.16) | 0.14(0.35) | 0.00(0.00) | 0.06(0.24) |
|             | 중    | 0.00(0.00) | 0.03(0.17) | 0.07(0.25) | 0.04(0.19) |
|             | 고    | 0.00(0.00) | 0.03(0.19) | 0.00(0.00) | 0.02(0.13) |
|             | 계    | 0.02(0.12) | 0.06(0.24) | 0.03(0.18) | 0.04(0.19) |
| 추락          | 저    | 0.08(0.36) | 0.05(0.21) | 0.33(0.71) | 0.10(0.39) |
|             | 중    | 0.11(0.47) | 0.00(0.00) | 0.07(0.25) | 0.05(0.27) |
|             | 고    | 0.00(0.00) | 0.07(0.26) | 0.00(0.00) | 0.03(0.18) |
|             | 계    | 0.08(0.36) | 0.04(0.19) | 0.08(0.33) | 0.06(0.29) |
| 장애물         | 저    | 0.03(0.16) | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.01(0.12) |
|             | 중    | 0.06(0.24) | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.01(0.11) |
|             | 고    | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.04(0.20) | 0.02(0.13) |
|             | 계    | 0.03(0.17) | 0.00(0.00) | 0.02(0.13) | 0.01(0.12) |

수준간의 상호작용 효과도 유의미한 경향성이 있었다,  $F(4, 205)=2.12, p<.10$ . 표 5에 나타나 있는 바와 같이 불안 수준이 낮은 집단과 높은 집단에서는 스트레스 수준이 낮거나 중간인 경우에 추락의 수가 많았으나, 불안 수준이 중간인 집단에서는 스트레스가 낮거나 높은 경우가 중간인 경우보다 추락의 수가 많았다.

상해 및 질병과 추락을 제외한 다른 불행들(죽음, 사고, 파괴 및 손실 환경으로부터의 위협 장애물)은 불안 수준과 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며, 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다.

표 6에는 꿈에 나타난 정서에 대한 자료가 불안 수준 및 스트레스 수준별로 제시되어 있다. 꿈에 나타난 모든 정서의 수는 불안 수준과,  $F(2, 205)=0.26, ns$ , 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=0.45, ns$ , 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=1.39, ns$ .

정서의 종류별로 살펴보면, 분노의 수는 불안 수준에 따라 유의미한 차이의 경향성을 보였다,  $F(2, 205)=2.79, p<.10$ . 표 6에 나타나 있는 바와 같이 불안 수준이 낮은 집단의 평균 0.00에 비해 불안 수준이 중간인 집단의 0.07이나 높은 집단이 0.10으로 더 많은 분노의 수를 보였다. 분노의 수는 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=0.81, ns$ , 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=1.23, ns$ . 행복의 수는 불안 수준에 따라서는 유의미한 차이를 보이지 않았으나,  $F(2, 205)=0.59, ns$ , 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이의 경향성이 있었다,  $F(2, 205)=2.97, p<.10$ . 표 6에 나타나 있는 바와 같이 스트레스 수준이 낮은 집단의 평균이 0.19에 비해 스트레스 수준이 중간인 집단과 높은 집단이 0.39와 0.33으로 더 많은 행복

의 수를 보였다. 불안 수준과 스트레스 수준간의 상호작용 효과는 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=0.32, ns$ . 슬픔의 수는 불안 수준에 따라 유의미한 차이를 보였다,  $F(2, 205)=3.94, p<.05$ . 표 6에 나타나 있는 바와 같이 불안 수준이 낮은 집단의 평균이 0.08로 불안 수준이 중간인 집단의 0.04나 높은 집단의 0.03보다 더 많은 슬픔의 수를 보였다. 또한 슬픔의 수는 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이가 있었다,  $F(2, 205)=5.92, p<.01$ . 표 6에 나타나 있는 바와 같이 스트레스 수준이 낮은 집단의 평균이 0.00이고 스트레스 수준이 중간인 집단의 평균이 0.04인데 비해 스트레스가 높은 집단이 0.11로 더 많은 슬픔의 수를 보였다. 불안 수준과 스트레스 수준간의 상호작용 효과는 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=1.45, ns$ .

분노, 행복 및 슬픔을 제외한 다른 정서들(염려, 혼란)은 불안 수준과 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며, 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다.

표 7에는 꿈에 나타난 대상 중 특성불안 수준 및 스트레스 수준에 따라 차이를 보이는 대상의 평균과 표준편차가 제시되어 있다. 꿈에 나타난 모든 대상의 수는 불안 수준과,  $F(2, 205)=0.26, ns$ , 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았다,  $F(2, 205)=0.36, ns$ . 불안 수준과 스트레스 수준간의 상호작용 효과는 유의미하였다,  $F(4, 205)=3.56, p<.01$ . 표 7에 나타나 있는 바와 같이, 불안 수준이 낮은 집단에서는 스트레스가 중간 정도인 경우가 스트레스가 낮거나 높은 경우보다 모든 대상의 수가 많았으나, 불안 수준이 높은 집단에서는 스트레스가 중간 정도인 경우가 스트레스가 낮거나 높은 경우보다 모든 대상의 수가 적었으며, 불안 수준이 중간인 집단에서는 스트레스 수준에 따라 별 차이를 보이지 않았다.

표 6. 꿈에 나타난 각 정서의 수의 특성불안 수준 및 스트레스 수준별 평균 ( ) 표준편차

| 지<br>표   | 스트레스 | 특성 불안      |            |            |            |
|----------|------|------------|------------|------------|------------|
|          |      | 저          | 중          | 고          | 계          |
| 모든 정서의 수 | 저    | 1.03(0.82) | 0.59(0.59) | 1.33(1.00) | 0.93(0.81) |
|          | 중    | 1.28(0.89) | 1.06(0.85) | 1.17(1.09) | 1.15(0.94) |
|          | 고    | 1.00(1.05) | 1.45(2.08) | 1.04(1.04) | 1.22(1.60) |
|          | 계    | 1.09(0.87) | 1.07(1.39) | 1.14(1.05) | 1.10(1.14) |
| 분노       | 저    | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.22(0.67) | 0.03(0.24) |
|          | 중    | 0.00(0.00) | 0.06(0.24) | 0.03(0.18) | 0.04(0.19) |
|          | 고    | 0.00(0.00) | 0.14(0.44) | 0.13(0.34) | 0.11(0.36) |
|          | 계    | 0.00(0.00) | 0.07(0.30) | 0.10(0.35) | 0.06(0.27) |
| 염려       | 저    | 0.45(0.72) | 0.27(0.55) | 0.56(0.88) | 0.10(0.30) |
|          | 중    | 0.44(0.62) | 0.32(0.53) | 0.53(0.73) | 0.22(0.57) |
|          | 고    | 0.00(0.00) | 0.52(1.09) | 0.38(0.65) | 0.21(0.54) |
|          | 계    | 0.38(0.65) | 0.38(0.77) | 0.48(0.72) | 0.18(0.49) |
| 행복       | 저    | 0.26(0.45) | 0.09(0.29) | 0.11(0.33) | 0.19(0.40) |
|          | 중    | 0.50(0.71) | 0.29(0.52) | 0.43(0.86) | 0.39(0.70) |
|          | 고    | 0.30(0.48) | 0.34(0.55) | 0.33(0.56) | 0.33(0.54) |
|          | 계    | 0.33(0.54) | 0.26(0.49) | 0.35(0.70) | 0.31(0.57) |
| 슬픔       | 저    | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) |
|          | 중    | 0.11(0.32) | 0.03(0.17) | 0.00(0.00) | 0.04(0.19) |
|          | 고    | 0.30(0.67) | 0.07(0.26) | 0.08(0.28) | 0.11(0.36) |
|          | 계    | 0.08(0.32) | 0.04(0.19) | 0.03(0.18) | 0.05(0.23) |
| 혼란       | 저    | 0.32(0.47) | 0.18(0.39) | 0.44(0.53) | 0.29(0.46) |
|          | 중    | 0.28(0.57) | 0.35(0.49) | 0.17(0.38) | 0.27(0.47) |
|          | 고    | 0.40(0.52) | 0.38(0.68) | 0.13(0.34) | 0.29(0.55) |
|          | 계    | 0.32(0.50) | 0.32(0.54) | 0.19(0.40) | 0.28(0.49) |

꿈에 나타난 대상 중 특성불안 수준 및 스트레스 수준에 따라 차이를 보이는 대상들에 대해 살펴보기로 하자. 꿈에 나타난 무기의 수는 불안 수준과,  $F(2, 205)=2.03$ ,  $ns$ , 스트레스 수준에 따라

유의미한 차이를 보이지 않았으나,  $F(2, 205)=1.63$ ,  $ns$ , 불안 수준과 스트레스 수준간의 상호작용 효과는 유의미한 경향성을 보였다,  $F(4, 205)=2.29$ ,  $p<.10$ . 표 7에 나타나 있는 바와 같이, 불안

표 7. 꿈에 나타난 대상 중 특성불안 수준 및 스트레스 수준에 따라 차이를 보이는 대상의 평균 ( ) 표준편차

| 지<br>표   | 스트레스 | 특성 불안      |            |            |            |
|----------|------|------------|------------|------------|------------|
|          |      | 저          | 중          | 고          |            |
| 모든 대상의 수 | 저    | 4.05(4.39) | 3.91(4.29) | 5.33(5.94) | 4.17(4.53) |
|          | 중    | 7.00(4.92) | 3.53(3.58) | 2.43(2.98) | 3.89(4.06) |
|          | 고    | 2.50(1.58) | 4.76(5.33) | 4.08(3.78) | 4.14(4.37) |
|          | 계    | 4.62(4.48) | 4.05(4.40) | 3.48(3.89) | 4.06(4.29) |
| 무기       | 저    | 0.03(0.16) | 0.05(0.21) | 0.67(2.00) | 0.12(0.74) |
|          | 중    | 0.00(0.00) | 0.15(0.50) | 0.07(0.25) | 0.09(0.36) |
|          | 고    | 0.00(0.00) | 0.21(0.94) | 0.00(0.00) | 0.10(0.64) |
|          | 계    | 0.02(0.12) | 0.14(0.64) | 0.13(0.77) | 0.10(0.59) |
| 여행       | 저    | 0.37(0.94) | 0.18(0.39) | 0.67(2.00) | 0.35(1.01) |
|          | 중    | 0.67(1.19) | 0.12(0.48) | 0.07(0.25) | 0.22(0.69) |
|          | 고    | 0.10(0.32) | 0.28(0.65) | 0.38(0.88) | 0.29(0.71) |
|          | 계    | 0.41(0.96) | 0.19(0.52) | 0.27(0.94) | 0.28(0.81) |
| 지역       | 저    | 0.03(0.16) | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.01(0.12) |
|          | 중    | 0.22(0.55) | 0.06(0.34) | 0.00(0.00) | 0.07(0.34) |
|          | 고    | 0.00(0.00) | 0.03(0.19) | 0.00(0.00) | 0.02(0.13) |
|          | 계    | 0.08(0.32) | 0.04(0.24) | 0.00(0.00) | 0.04(0.23) |
| 팔다리      | 저    | 0.03(0.16) | 0.00(0.00) | 0.11(0.33) | 0.03(0.17) |
|          | 중    | 0.39(0.85) | 0.03(0.17) | 0.07(0.25) | 0.12(0.46) |
|          | 고    | 0.00(0.00) | 0.10(0.41) | 0.25(0.74) | 0.14(0.53) |
|          | 계    | 0.12(0.48) | 0.05(0.26) | 0.14(0.50) | 0.10(0.42) |
| 의사소통 매체  | 저    | 0.34(0.67) | 0.14(0.35) | 0.00(0.00) | 0.23(0.55) |
|          | 중    | 0.56(1.46) | 0.32(0.94) | 0.03(0.18) | 0.27(0.93) |
|          | 고    | 0.30(0.48) | 0.31(0.71) | 0.21(0.59) | 0.27(0.63) |
|          | 계    | 0.39(0.93) | 0.27(0.75) | 0.10(0.39) | 0.26(0.73) |
| 자연       | 저    | 0.24(0.54) | 0.64(1.40) | 1.00(2.65) | 0.46(1.29) |
|          | 중    | 0.11(0.32) | 0.09(0.29) | 0.17(0.65) | 0.12(0.46) |
|          | 고    | 0.10(0.32) | 0.55(1.12) | 0.25(0.74) | 0.37(0.90) |
|          | 계    | 0.18(0.46) | 0.39(1.00) | 0.32(1.18) | 0.30(0.93) |

수준이 낮은 집단에서는 스트레스에 관계없이 무기가 거의 나타나지 않았으나, 불안 수준이 중간인 집단에서는 스트레스 수준이 높아질수록 무기의 수가 증가하는 경향을 보였으며, 불안 수준이 높은 집단에서는 스트레스가 낮은 경우에

서 0.67개로 무기의 수가 가장 많고 스트레스 수준이 증가할수록 적어졌다. 꿈에 나타난 여행의 수는 불안 수준과,  $F(2, 205)=1.16$ ,  $ns$ , 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으나,  $F(2, 205)=0.53$ ,  $ns$ , 불안 수준과 스트레스 수준간

의 상호작용 효과는 유의미한 경향성을 보였다,  $F(4, 205)=2.03, p<.10$ . 표 7에 나타나 있는 바와 같이, 불안 수준이 낮은 집단에서는 스트레스가 중간 정도인 경우가 스트레스가 낮거나 높은 경우보다 여행의 수가 많았으나, 불안 수준이 높은 집단에서는 스트레스가 중간 정도인 경우가 스트레스가 낮거나 높은 경우보다 여행의 수가 적었으며, 불안 수준이 중간인 집단에서는 스트레스 수준에 따라 별 차이를 보이지 않았다. 꿈에 나타난 지역의 수는 불안 수준에 따라 차이를 보이지 않았으나,  $F(2, 205)=1.62, ns$ , 스트레스 수준에 따라서는 유의미한 차이의 경향성을 보였다,  $F(2, 205)=2.83, p<.10$ . 표 7에 나타나 있는 바와 같이, 스트레스 수준이 중간인 집단이 스트레스 수준이 낮은 집단이나 높은 집단에 비해 더 많은 지역의 수를 보였다. 불안 수준과 스트레스 수준간의 상호작용 효과는 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=1.44, ns$ . 꿈에 나타난 신체 부분 중 팔다리의 수는 불안 수준과,  $F(2, 205)=1.24, ns$ , 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으나,  $F(2, 205)=1.20, ns$ , 불안 수준과 스트레스 수준간의 상호작용 효과는 유의미하였다,  $F(4, 205)=2.64, p<.05$ . 표 7에 나타나 있는 바와 같이, 불안 수준이 낮은 집단에서는 스트레스가 중간 정도인 경우가 스트레스가 낮거나 높은 경우보다 꿈에 나타난 팔다리의 수가 많았으나, 불안 수준이 중간인 집단과 높은 집단에서는 스트레스가 높은 경우가 스트레스가 낮거나 중간인 경우보다 팔다리의 수가 많았다. 꿈에 나타난 의사소통 매체의 수는 불안 수준에 따라 유의미한 차이의 경향성을 보였다,  $F(2, 205)=2.32, p<.10$ . 표 7에 나타나 있는 바와 같이, 불안 수준이 낮은 집단의 의사소통 매체의 수 평균이 0.39로 불안 수준이 중간인 집단의 0.27과 불안 수준이 높은 집단의 0.10에 비해 높았다. 의사소통 매체의

수는 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=0.60, ns$ , 불안 수준과 스트레스 수준간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=0.40, ns$ . 꿈에 나타난 자연의 수는 불안 수준에 따라 차이를 보이지 않았으나,  $F(2, 205)=1.87, ns$ , 스트레스 수준에 따라서는 유의미한 차이를 보였다,  $F(2, 205)=4.47, p<.05$ . 표 7에 나타나 있는 바와 같이, 스트레스 수준이 중간인 집단이 스트레스 수준이 낮은 집단이나 높은 집단에 비해 더 적은 자연의 수를 보였다. 불안 수준과 스트레스 수준간의 상호작용 효과는 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=1.18, ns$ .

무기, 여행, 지역, 팔다리, 의사소통 매체, 자연을 제외한 다른 대상들(건축물, 가구, 음료, 도구, 거리, 머리, 몸통, 의복, 돈 등)은 불안 수준과 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며, 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다.

표 8에는 꿈에 나타난 수식어 중 특성불안 수준 및 스트레스 수준에 따라 차이를 보이는 수식어의 평균과 표준편차가 제시되어 있다. 꿈에 나타난 모든 수식어의 수는 불안 수준과,  $F(2, 205)=0.63, ns$ , 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았다,  $F(2, 205)=0.33, ns$ . 불안 수준과 스트레스 수준간의 상호작용 효과는 유의미하였다,  $F(4, 205)=4.55, p<.01$ . 표 8에 나타나 있는 바와 같이, 불안 수준이 낮은 집단에서는 스트레스가 중간 정도인 경우가 스트레스가 낮거나 높은 경우보다 모든 수식어의 수가 많았으나, 불안 수준이 중간인 집단과 높은 집단에서는 스트레스가 중간 정도인 경우가 스트레스가 낮거나 높은 경우보다 모든 수식어의 수가 적었다.

꿈에 나타난 수식어 중 특성불안 수준 및 스트레스 수준에 따라 차이를 보이는 수식어들에

표 8. 특성불안 수준 및 스트레스 수준에 따라 차이가 나는 수식어의 평균 ( ) 표준편차

| 지 표       | 스트레스 | 특성불안       |            |            |            |
|-----------|------|------------|------------|------------|------------|
|           |      | 저          | 중          | 고          | 계          |
| 모든 수식어의 수 | 저    | 1.47(1.57) | 1.95(2.54) | 2.22(2.17) | 1.72(1.99) |
|           | 중    | 3.11(2.22) | 1.41(1.37) | 1.03(1.43) | 1.65(1.78) |
|           | 고    | 0.70(1.06) | 2.31(3.17) | 2.33(2.30) | 2.06(2.65) |
|           | 계    | 1.80(1.89) | 1.86(2.42) | 1.70(1.98) | 1.79(2.13) |
| 유채색       | 저    | 0.05(0.23) | 0.18(0.66) | 0.33(0.71) | 0.13(0.48) |
|           | 중    | 0.11(0.32) | 0.03(0.17) | 0.00(0.00) | 0.04(0.19) |
|           | 고    | 0.00(0.00) | 0.10(0.31) | 0.17(0.48) | 0.11(0.36) |
|           | 계    | 0.06(0.24) | 0.09(0.40) | 0.11(0.41) | 0.09(0.36) |
| 크다        | 저    | 0.13(0.34) | 0.27(0.55) | 0.11(0.33) | 0.17(0.42) |
|           | 중    | 0.28(0.67) | 0.12(0.33) | 0.00(0.00) | 0.11(0.39) |
|           | 고    | 0.00(0.00) | 0.14(0.35) | 0.00(0.00) | 0.06(0.25) |
|           | 계    | 0.15(0.44) | 0.16(0.40) | 0.02(0.13) | 0.12(0.36) |
| 차갑다       | 저    | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.22(0.67) | 0.03(0.24) |
|           | 중    | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) |
|           | 고    | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) |
|           | 계    | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.03(0.25) | 0.01(0.14) |
| 느리다       | 저    | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.11(0.33) | 0.01(0.12) |
|           | 중    | 0.00(0.00) | 0.03(0.17) | 0.00(0.00) | 0.01(0.11) |
|           | 고    | 0.00(0.00) | 0.03(0.19) | 0.08(0.28) | 0.05(0.21) |
|           | 계    | 0.00(0.00) | 0.02(0.15) | 0.05(0.21) | 0.02(0.15) |
| 늙다        | 저    | 0.45(0.89) | 0.41(0.73) | 0.89(0.93) | 0.49(0.85) |
|           | 중    | 1.06(0.87) | 0.32(0.53) | 0.56(0.82) | 0.56(0.82) |
|           | 고    | 0.10(0.32) | 0.93(1.46) | 0.83(1.29) | 0.83(1.29) |
|           | 계    | 0.56(0.88) | 0.76(1.07) | 0.76(1.07) | 0.62(0.99) |
| 젊다        | 저    | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) |
|           | 중    | 0.06(0.24) | 0.00(0.00) | 0.03(0.18) | 0.02(0.16) |
|           | 고    | 0.40(0.97) | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.06(0.40) |
|           | 계    | 0.08(0.40) | 0.00(0.00) | 0.02(0.13) | 0.03(0.24) |
| 추하다(나쁘다)  | 저    | 0.11(0.39) | 0.41(0.59) | 0.11(0.33) | 0.21(0.47) |
|           | 중    | 0.83(1.38) | 0.29(0.52) | 0.10(0.31) | 0.34(0.79) |
|           | 고    | 0.20(0.42) | 0.24(0.69) | 0.38(0.92) | 0.29(0.75) |
|           | 계    | 0.32(0.84) | 0.31(0.60) | 0.21(0.63) | 0.28(0.69) |

대해 살펴보기로 하자. 꿈에 나타난 유채색 수식어의 수는 불안 수준에 따라 차이를 보이지 않았으나,  $F(2, 205)=1.22, \text{ ns}$ , 스트레스 수준에 따라서는 유의미한 차이의 경향성을 보였다,  $F(2, 205)=2.42, p<.10$ . 표 8에 나타나 있는 바와 같이, 스트레스 수준이 중간인 집단이 스트레스 수준이 낮은 집단이나 높은 집단에 비해 더 적은 유채색 수식어의 수를 보였다. 불안 수준과 스트레스 수준간의 상호작용 효과는 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=1.55, \text{ ns}$ . 꿈에 나타난 ‘크다’는 수식어의 수는 불안 수준에 따라 유의미한 차이의 경향성을 보였다,  $F(2, 205)=2.33, p<.10$ . 표 8에 나타나 있는 바와 같이, 불안 수준이 낮은 집단과 중간인 집단이 불안 수준이 높은 집단에 비해 ‘크다’는 수식어를 더 많이 보였다. ‘크다’는 수식어는 스트레스 수준에 따라서는 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=1.65, \text{ ns}$ , 불안 수준과 스트레스 수준간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=1.47, \text{ ns}$ . 꿈에 나타난 ‘차갑다’는 수식어의 수는 불안 수준에 따라 유의미한 차이를 보였으며,  $F(2, 205)=5.60, p<.01$ . 스트레스 수준에 따라서도 유의미한 차이를 보였으며,  $F(2, 205)=5.61, p<.01$ , 불안 수준과 스트레스 수준간의 상호작용 효과도 유의미하였다,  $F(4, 205)=4.44, p<.01$ . 표 8에 나타나 있는 바와 같이, 불안 수준이 높고 스트레스는 낮은 집단에서만 ‘차갑다’는 수식어를 보였으며, 다른 집단에서는 ‘차갑다’는 수식어를 보이지 않았다. 꿈에 나타난 ‘느리다’는 수식어의 수는 불안 수준에 따라 유의미한 차이의 경향성을 보였다,  $F(2, 205)=2.37, p<.10$ . 표 8에 나타나 있는 바와 같이, 불안 수준이 높아질수록 ‘느리다’는 수식어가 더 많이 나타나는 경향을 보였다. ‘느리다’는 수식어는 스트레스 수준에 따라서는 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=0.77, \text{ ns}$ , 불안

수준과 스트레스 수준간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=1.23, \text{ ns}$ . 꿈에 나타난 ‘늙다’는 수식어의 수는 불안 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=1.29, \text{ ns}$ , 스트레스 수준에 따라서도 유의미한 차이를 보이지 않았다,  $F(2, 205)=0.12, \text{ ns}$ . 불안 수준과 스트레스 수준간의 상호작용 효과는 유의미하였다,  $F(4, 205)=3.46, p<.01$ . 표 8에 나타나 있는 바와 같이, 불안 수준이 낮은 집단에서는 스트레스가 높은 경우에 ‘늙다’는 수식어가 더 적은 한편, 불안 수준이 중간인 집단과 높은 집단에서는 스트레스가 높은 경우에 ‘늙다’는 수식어를 더 많이 보였다. 꿈에 나타난 ‘젊다’는 수식어의 수는 불안 수준에 따라 유의미한 차이를 보였으며,  $F(2, 205)=7.83, p<.01$ , 스트레스 수준에 따라서도 유의미한 차이를 보였으며,  $F(2, 205)=5.06, p<.01$ , 불안 수준과 스트레스 수준간의 상호작용 효과도 유의미하였다,  $F(4, 205)=4.94, p<.01$ . 표 8에 나타나 있는 바와 같이, 불안 수준이 낮은 집단에서 ‘젊다’는 수식어를 많이 보였으며, 스트레스가 낮은 집단에서 ‘젊다’는 수식어를 많이 보였다. 불안이 낮고 스트레스가 높은 집단이 다른 집단들에 비해 ‘젊다’는 수식어를 더 많이 보였다. 꿈에 나타난 ‘추하다(나쁘다)’는 수식어의 수는 불안 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며,  $F(2, 205)=0.95, \text{ ns}$ , 스트레스 수준에 따라서도 유의미한 차이를 보이지 않았다,  $F(2, 205)=1.47, \text{ ns}$ . 불안 수준과 스트레스 수준간의 상호작용 효과는 유의미하였다,  $F(4, 205)=3.82, p<.01$ . 표 8에 나타나 있는 바와 같이, 불안 수준이 낮은 집단과 중간인 집단에서는 스트레스가 높은 경우에 ‘추하다’는 수식어가 더 적은 한편, 불안 수준이 높은 집단에서는 스트레스가 높은 경우에 ‘추하다’는 수식어를 더 많이 보였다.

유채색, 크다, 차갑다, 느리다, 늙다, 젊다, 추

표 9. 기타 범주의 특성불안 수준 및 스트레스 수준별 평균

( ) 표준편차

| 지 표       | 스트레스 | 특성 불안      |            |            |            |
|-----------|------|------------|------------|------------|------------|
|           |      | 저          | 중          | 고          | 계          |
| 모든 성공의 수  | 저    | 0.03(0.16) | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.01(0.12) |
|           | 중    | 0.06(0.24) | 0.06(0.24) | 0.03(0.18) | 0.05(0.22) |
|           | 고    | 0.00(0.00) | 0.07(0.26) | 0.08(0.28) | 0.06(0.25) |
|           | 계    | 0.03(0.17) | 0.05(0.21) | 0.05(0.21) | 0.04(0.20) |
| 모든 실패의 수  | 저    | 0.05(0.23) | 0.00(0.00) | 0.11(0.33) | 0.04(0.21) |
|           | 중    | 0.11(0.32) | 0.06(0.24) | 0.10(0.31) | 0.09(0.28) |
|           | 고    | 0.10(0.32) | 0.10(0.31) | 0.04(0.20) | 0.08(0.27) |
|           | 계    | 0.08(0.27) | 0.06(0.24) | 0.08(0.27) | 0.07(0.26) |
| 모든 음식의 수  | 저    | 0.05(0.23) | 0.09(0.29) | 0.00(0.00) | 0.06(0.24) |
|           | 중    | 0.00(0.00) | 0.06(0.24) | 0.07(0.25) | 0.05(0.22) |
|           | 고    | 0.00(0.00) | 0.07(0.37) | 0.17(0.38) | 0.10(0.35) |
|           | 계    | 0.03(0.17) | 0.07(0.30) | 0.10(0.30) | 0.07(0.27) |
| 모든 부정적 묘사 | 저    | 0.58(1.13) | 1.14(1.58) | 0.89(1.05) | 0.80(1.29) |
|           | 중    | 1.28(1.64) | 1.03(1.82) | 1.10(1.49) | 1.11(1.65) |
|           | 고    | 0.40(0.70) | 0.79(1.05) | 0.46(0.83) | 0.60(0.93) |
|           | 계    | 0.74(1.27) | 0.98(1.52) | 0.83(1.24) | 0.86(1.36) |
| 모든 과거 요소  | 저    | 0.03(0.16) | 0.05(0.21) | 0.00(0.00) | 0.03(0.17) |
|           | 중    | 0.00(0.00) | 0.03(0.17) | 0.03(0.18) | 0.02(0.16) |
|           | 고    | 0.10(0.32) | 0.00(0.00) | 0.00(0.00) | 0.02(0.13) |
|           | 계    | 0.03(0.17) | 0.02(0.15) | 0.02(0.13) | 0.02(0.15) |

하다(나쁘다)를 제외한 다른 수식어들(무채색, 작다, 강하다, 약하다, 쳤다, 비었다, 똑바르다, 굽었다, 뜨겁다, 빠르다, 아름답다 또는 좋다 등)은 불안 수준과 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며, 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다.

꿈에 나타난 성공의 수, 실패의 수, 모든 음식의 수, 부정적 묘사의 회수, 과거 요소의 수 등과 같은 기타 범주에 대한 불안 수준과 스트레스 수준별 평균과 표준편차가 표 9에 제시되어 있다. 이중 부정적 묘사의 회수는 불안 수준에 따라 차이를 보이지 않았으나,  $F(2, 205)=0.52$ , ns,

스트레스 수준에 따라서는 유의미한 차이의 경향성을 보였다,  $F(2, 205)=2.84$ ,  $p<.10$ . 표 9에 나타나 있는 바와 같이, 스트레스 수준이 중간인 집단이 스트레스 수준이 낮은 집단이나 높은 집단에 비해 더 많은 부정적 묘사의 수를 보였다. 불안 수준과 스트레스 수준간의 상호작용 효과는 유의미하지 않았다,  $F(4, 205)=0.65$ , ns. 꿈에 나타난 성공의 수, 실패의 수, 모든 음식의 수, 그리고 과거 요소의 수는 불안 수준과 스트레스 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았으며, 두 변인간의 상호작용 효과도 유의미하지 않았다.

스트레스를 대인관계 스트레스, 개인적 스트레스, 학업 및 성취 스트레스, 그리고 가정적 스트레스 등 네가지 영역으로 나누어서, 스트레스의 각 영역 점수와 꿈의 여러 가지 지표들과의 상관을 알아보았다. 그 결과, 대인관계 스트레스는 불행 중에서 죽음의 수와,  $r(214)=.14$ ,  $p<.05$ , '강하다'는 수식어의 수와 유의미한 정적 상관을 보였다,  $r(214)=.15$ ,  $p<.05$ .

개인적 스트레스는 대상 중 머리의 수와,  $r(214)=.17$ ,  $p<.05$ , 그리고 '굽었다'는 수식어의 수와 유의미한 정적 상관을 보였으며,  $r(214)=.17$ ,  $p<.05$ , 정서 중 혼란의 수와는 유의미한 부적 상관을 보였다,  $r(214)=-.20$ ,  $p<.01$ .

학업 및 성취 스트레스는 인지적 활동의 수,  $r(214)=.14$ ,  $p<.05$ , 그리고 정서 중 슬픔의 수와는 유의미한 정적인 상관을 보였다,  $r(214)=.17$ ,  $p<.05$ .

가정적 스트레스는 물리적 공격비율,  $r(214)=.14$ ,  $p<.05$ , 불행 중 사고, 파괴 및 상실의 수,  $r(214)=.14$ ,  $p<.05$ , 정서 중 슬픔의 수,  $r(214)=.14$ ,  $p<.05$ , 대상 중 자연의 수와,  $r(214)=.14$ ,  $p<.05$ , 대상 중 의사소통 매체의 수,  $r(214)=.14$ ,  $p<.05$ , 그리고 '차갑다'는 수식어의 수와 유의미한 정적 상관을 보였으며,  $r(214)=.21$ ,  $p<.01$ , 실내장면 비율과는 유의미한 부적 상관을 보였다,  $r(214)=-.16$ ,  $p<.05$ .

## 논 의

본 연구에서는 특성불안 수준과 스트레스 수준에 따라 꿈의 내용이 어떻게 달라지는지 알아보기 하였다. 우선 특성불안 수준에 따른 꿈 내용 지표들의 차이를 살펴보기로 하자. 특성불안 수준이 높을 때 더 높게 나타나는 꿈 내용

지표로는 신체적 불행 비율, 모든 불행의 수, 상해 및 질병의 수, 정서 중 분노의 수, '차갑다'는 수식어의 수, 그리고 '느리다'는 수식어의 수이다.

모든 불행의 수와 신체적 불행 비율은 Domhoff (1996)가 열거한 11가지 정신병리 지표에 포함되는 것들이다. 특성불안 수준이 높을수록 꿈에서 죽음이나 상해 또는 질병에 대한 내용이 더 많이 나타나는 것은 특성불안이 높은 사람들이 생활에 이에 대한 불안이나 염려가 많다는 것을 반영하는 것일 수 있다.

꿈에 나타난 정서 중에서 분노는 비교적 드물게 나타나는 정서인데, 본 연구에서 특성불안이 높은 집단에서는 10명중 한 명 꼴로 분노 정서가 나타난 것으로 드러났다. 꿈에 나타난 수식어 중 '차갑다'와 '느리다'는 온도와 속도에서 부정적인 의미를 가진 수식어들을 말하며 일반적으로 꿈을 묘사할 때 별로 나타나지 않는 수식어들인데, 본 연구에서 특성불안이 높은 집단에서는 어느 정도 나타났다.

특성불안이 높을 때 더 낮게 나타나는 꿈 내용 지표로는 친숙도 비율, 표현적 의사소통 활동의 수, 정서 중 슬픔의 수, 대상 중 의사소통 매체의 수, '크다'는 수식어의 수, 그리고 '엷다'는 수식어의 수이다. 친숙도 비율은 가족이나 친구들과 같이 생활에 알고있는 사람들이 꿈에 등장하는 비율을 뜻한다. 본 연구에서 특성불안이 높은 집단이 친숙도 비율이 낮은데, 이는 특성불안이 낮은 집단에 비해 특성불안이 높은 집단이 꿈에 낯선 사람들이 더 많이 나타난다는 의미이다. 꿈에 낯선 사람이 나타나는 것은 자신의 소외된 부분이나 자신이 알고 있는 사람의 잘 인식되지 않은 부분을 의미하며, 꿈에 낯선 사람이 많이 나타나는 것은 소외되어 있다는 것을 의미할 수 있다(Hall, 1966).

꿈에 나타난 표현적 의사소통이란 웃는 것, 우는 것과 같은 정서와 관련된 비언어적 활동을 의미한다. 이와 같은 표현적 의사소통의 수가 적다는 것은 정서 중 슬픔의 수가 적은 것과 일관성 있는 결과이며, 특성불안이 높은 사람들의 꿈에서 웃거나 우는 것과 같은 정서표현이 잘 나타나지 않는 것을 의미한다. 이것은 특성불안이 높은 사람들의 꿈에서 신체적 불행, 상해 및 질병 등과 같은 불행이 더 많이 나타나는 것과는 대조적인 결과이다. 즉 특성 불안이 높은 사람들은 꿈에서 불행 경험을 더 많이 하지만, 이에 대한 정서 표현은 잘 하지 못한다고 볼 수 있다.

대상 중 의사소통 매체의 수는 한 사람의 꿈에서 평균적으로 네 번에 한번 정도 나타나는 지표인데, 특성불안이 높은 사람들의 꿈에서는 열 번에 한번 정도로 아주 드물게 나타나고 있다. 이는 특성불안이 높은 사람들의 꿈에 TV, 영화, 사진, 그림, 전화, 라디오, 녹음기, 전축, 책, 잡지, 신문, 전보, 엽서, 광고, 지도 등과 같은 의사소통 매체가 적게 나타난다는 것은 사회적 교류나 관심이 제한되어 있는 것을 의미한다고 할 수 있으며, 이는 특성불안이 높은 사람들이 생시에도 불안으로 인해 사회적 교류나 관심이 부족한 것과 일치하는 것 같다.

꿈에 나타난 '크다'는 수식어와 '짧다'는 수식어는 크기와 연령에서 비교적 긍정적인 의미를 가진 수식어들인데, 특성불안이 높은 사람들에게서 이러한 수식어들이 적게 나타나는 것은 '차갑다' '느리다'는 수식어가 더 많은 것과 함께 특성불안이 높은 사람들이 꿈을 묘사할 때 부정적인 묘사를 하는 경향이 있다고 할 수 있다.

특성 불안이 높은 사람들이 보이는 꿈 내용은 모든 지표에서 나타나는 것은 아니지만, 일반적으로 불행, 상해, 질병, 분노, 낯선 사람, 정서표현이나 의사소통의 부족 등과 같은 주제들이 많

이 나타나고 있다. 이는 특정 불안이 높은 사람들이 자극을 위협하거나 위협적으로 지각하는 성향이 있다는 점을 잘 반영하고 있는 결과라고 할 수 있다. 따라서 특정 불안이 꿈 내용에서 반영된다는 연속성 가설을 어느 정도 지지하고 있음을 것이라 할 수 있다.

스트레스 수준에 따른 꿈 내용 지표들의 차이를 살펴보기로 하자. 스트레스 수준이 높을 때 더 높게 나타나는 꿈 내용 지표로는 인지적 활동의 수, 정서 중 슬픔의 수, '짧다'는 수식어의 수, 그리고 여자 피험자 집단에서의 남자/여자 비율이다.

꿈에 나타난 인지적 활동에는 이해하고, 파악하고, 결정하고, 계획하고, 공부하는 것과 같은 활동들이 포함된다. 스트레스 특히 학업 및 성취 스트레스가 많은 사람들의 꿈에서 이같은 인지적 활동이 많이 나타나는 것은 생시의 걱정거리나 관심사가 꿈에서도 그대로 반영된 것으로 볼 수 있다. 즉 꿈의 연속성 이론에 부합되는 결과라 할 수 있다.

스트레스가 많은 사람들의 꿈에서 정서 중 슬픔이 많이 나타났는데, 구체적인 스트레스별로 살펴보면 슬픔 정서가 많이 나타난 사람들은 학업 및 성취 스트레스가 많은 사람들과 가정적 스트레스가 많은 사람들이었다. 아울러 학업 및 성취 스트레스가 많은 사람들은 다른 모든 정서의 수도 높게 나타났다. 학업 및 성취 스트레스가 많은 사람들에게서 긍정적이든 부정적이든 꿈에 정서적 색채가 많이 나타난 것은 본 연구의 피험자들이 대학생 집단이기 때문일 수 있다. 본 연구의 피험자들은 학업 및 성취 스트레스를 다른 스트레스 영역에 비해 가장 많이 경험하고 있는 것으로 보고하고 있다. 이러한 결과는 추후 일반 성인 집단의 연구를 통해 확인될 필요가 있겠다. 한편 가정적 스트레스에 해당되는 내용

들은 가족의 죽음, 질병, 상해, 이별 등이다. 따라서 이같은 가정적 스트레스가 높은 사람들이 꿈에 슬픔 정서를 많이 보이는 것은 생시의 경험과 일치하는 결과라고 할 수 있다. 이 역시 꿈의 연속성 이론과 부합하는 결과라 할 수 있다.

스트레스, 특히 대인관계 스트레스가 많은 사람들이 꿈에 '젊다'는 수식어가 많이 나타나는 것은 본 연구의 피험자들이 스트레스를 경험하는 대인관계의 주된 대상이 젊은 사람들이기 때문일 가능성이 있다. 스트레스가 높은 여자 피험자들의 꿈에 여자에 비해 남자 등장인물이 더 많이 나타났다. 이는 일반적으로 남자의 꿈에는 남자와 여자가 2:1 비율로, 여자의 꿈에는 남자와 여자가 1:1 비율로 나타나는 것을 고려한다면 (Vedfelt, 1999), 정상으로부터 이탈된 반응이다. 이 결과는 스트레스 수준이 높은 여자 피험자들이 주로 남자와 관련된 스트레스를 경험하고 있기 때문일 수도 있으며, 한편으로 자신의 여성성이나 성역할과 관련된 스트레스를 경험하는 것과 관련될 수도 있다. 이 문제는 추후 연구에서 보다 구체적으로 검토될 필요가 있겠다.

스트레스 수준이 높을 때 더 낮게 나타나는 꿈 내용 지표로는 동물 비율, 공격/우호 비율, 몸통/해부 비율, 불행 중에서 추락의 수, 그리고 '차갑다'는 수식어의 수이다. 꿈에 나타난 동물 비율은 아동에게서 높고 성인이 되면서 점차 감소하는 경향이 있으며, 동물 비율이 높은 것은 본능적 충동, 자발성, 불안정한 자아, 사회적 경험의 부족, 그리고 충동 조절의 어려움 등으로 해석될 수 있다(Vedfelt, 1999). 이러한 관점에서 본다면 스트레스가 높은 집단에 비해 스트레스가 낮은 집단이 오히려 이와 같은 문제들이 있다고 할 수 있다. 이와 유사한 결과가 공격/우호 비율이다. 꿈에 나타난 공격/우호 비율은 꿈에 우호적 상호작용에 비해 공격적 상호작용이 어

느 정도나 더 많은지를 나타내는 지표이며, 이 지표가 높을수록 꿈에 공격적 상호작용이 많이 나타나는 것이다. 또한 이 지표는 Domhoff(1996)가 열거했던 11가지 정신병리 지표 중의 하나인데, 스트레스가 낮은 사람들이 오히려 공격적 상호작용을 많이 보인다는 것은 스트레스 빈도가 높을수록 꿈에 공격성을 많이 보인다는 Kafowitz (1985)의 연구 결과와 상반되는 결과이다.

꿈에 나타난 대상의 신체 부분 중에서 몸통, 해부 및 성기의 비율을 나타내는 몸통/해부 비율이 스트레스 수준이 높은 사람들에게서 낮게 나타나는 것은 스트레스가 많은 사람들이 꿈에서 신체 부분 중 머리가 많이 나타나는 것에 기인 한다. 스트레스 중 특히 개인적 스트레스 점수가 꿈에 나타난 머리의 수와 유의미한 정적 상관을 보이고 있으며,  $r(214)=.17$ ,  $p<.05$ , 몸통이나, 해부, 또는 성기의 수는 스트레스 점수와 유의미한 상관을 보이지 않았다. 따라서 이 결과는 개인적 스트레스가 많은 사람들의 꿈에 사람의 머리가 많이 나타난다는 것으로 설명할 수 있다. 꿈에 나타난 사람의 머리가 외모에 대한 관심과 관련된다고 가정하면, 개인적 스트레스가 많은 사람들이 신체의 다른 부위보다 남들에게 주목을 받는 머리나 얼굴에 많은 관심을 보인다고 할 수 있다.

스트레스의 구체적인 영역별로 살펴보면, 대인관계 스트레스가 높은 사람들은 죽음에 관한 내용과 '강하다'는 수식어가 많이 나타났다. 개인적 스트레스가 높은 사람들은 머리와 '굽었다'는 수식어가 많이 나타나고, 혼란 정서가 적게 나타났다. 학업 및 성취 스트레스가 높은 사람들은 인지적 활동과 슬픔 정서가 많이 나타났다. 가정적 스트레스가 높은 사람들은 물리적 공격, 사고파괴, 상실, 슬픔 정서, 자연, 의사소통 매체, 그리고 '차갑다'는 수식어가 많이 나타났으며, 실내

장면의 비율이 낮았다. 이러한 결과는 각 영역의 스트레스와 꿈 내용 지표가 관련되는 부분도 있지만, 일부는 관련성이 없거나 반대되는 경우도 있는 것 같다. 구체적으로 대인관계 스트레스와 죽음, 개인적 스트레스와 머리, 성취 및 학업 스트레스와 인지적 활동, 가정적 스트레스와 사고, 파괴 및 상실, 그리고 차가움 등은 생시의 스트레스가 꿈에 그대로 반영된다는 속달 가설을 어느 정도 지지하는 결과라 할 수 있겠다. 그러나 개인적 스트레스와 혼란된 정서의 부족, 그리고 가정적 스트레스와 실내장면의 낮은 비율이 관련되는 것은 생시의 경험과 상반되는 결과라고 할 수 있겠다.

이와 같이 생시의 스트레스가 꿈에 어떻게 반영되는가 하는 문제는 확실한 결론을 내리기 어려운 것 같다. 일반적으로 속달 가설을 지지하는 결과들이 많이 나타나고 있지만, 회피 가설을 지지하는 결과들도 일부 나타나고 있는 것 같다. 이는 앞으로 꿈에 나타난 내용들에 대해 사례별로 개인적인 분석을 통해 그 의미를 확인함으로써 보다 명확해 질 수 있을 것 같다.

특성 불안과 스트레스가 상호작용하는 꿈 내용 지표들은 남성/여성 비율(여자 피험자의 경우), F/C 지표, 친숙한 장면 비율, 자신이 관여된 활동의 수, 모든 행운의 수, 추락, 모든 대상의 수, 무기, 여행, 팔다리, 모든 수식어의 수, 수식어 중 '차갑다', '늙다', '젊다', '추하다' 등이었다. 이 지표들 중에 특성 불안이 높고 스트레스 수준도 높을수록 많아지는 경향을 보이는 지표들은 친숙한 장면 비율, 자신이 관여된 활동의 수, '추하다(나쁘다)'는 수식어 등이다. 이러한 결과는 특성 불안 수준이 높은 사람들이 스트레스를 경험하게 되면 보다 현실적인 장면에서 여러 가지 활동들을 하는 것을 꿈꾸게 되며 꿈에 대해 주로 부정적인 묘사가 함께 나타난다는 것을

의미한다. 또한 특성 불안이 낮은 집단에서 스트레스가 중간 정도인 사람들에게서 많이 나타나는 꿈 내용 지표는 F/C 지표, 모든 대상의 수, 모든 수식어의 수, '젊다'라는 수식어 등이다. 이 결과는 특성 불안 수준이 낮은 사람들이 보통 정도의 스트레스 자극에 노출되어 생활하는 사람들이 꿈에 우호적인 사회적 상호작용이 나타나고, 풍부한 대상들이 꿈에 나타나며, 꿈을 보고할 때에도 다양한 수식어들이 사용된다는 것을 뜻한다. 이러한 결과는 일반적으로 특성 불안과 스트레스가 상호작용하여 여러 가지 부정적인 정서나 정신병리를 야기한다는 연구 결과들과 일치되는 결과로 볼 수 있다.

본 연구에서 나타난 결과는 생시의 특성불안이나 스트레스가 꿈 내용에 그대로 반영된다는 연속성 가설과 속달 가설을 부분적으로 지지하는 것이다. 이러한 결과는 꿈이 생시의 어려움이나 문제를 해결하는 방향으로 기능한다는 것을 시사하며, 꿈이 치료적으로 활용될 수 있는 방향을 제시하는 것이라 할 수 있다. 또한 꿈 내용을 통해 생시에 경험하는 정신병리를 평가할 수 있는 가능성도 시사되고 있다. 물론 이를 위해서는 보다 다양한 정신병리와 꿈 내용의 관계에 대한 연구들이 이루어져야 할 것이다.

본 연구는 특성 불안과 스트레스가 꿈에 어떻게 반영되는지를 알아보기자 하는 탐색적인 연구이다. 앞으로 불안이나 스트레스의 내용을 보다 정교화하여 꿈 내용과의 관련성을 검증하는 연구들이 필요하리라 본다. 아울러 꿈 내용이 극히 사적인 자료라는 점을 감안하여 심층적인 사례 연구를 통해 본 연구의 결과들이 재확인될 필요가 있겠다. 본 연구는 피험자가 정상 대학생이라는 점에서도 결과의 일반화에 많은 제약을 갖는다. 여러 연령대의 피험자를 대상으로 한 연구에서 이러한 결과들이 반복 검증될 필요가 있

겠다. 또한 임상 장면에서 불안장애 집단을 대상으로 한 연구들이 필요하다. 한편 본 연구에서 나타난 꿈 내용의 결과가 불안에 특정적인가 아니면 우울과 같은 다른 정신병리에서도 유사하게 나타나는지를 결론지을 수 없다. 이는 다른 정신병리와 꿈 내용의 관계를 알아보는 연구들을 통해 확인할 필요가 있겠다.

### 참고문헌

- 김정택 (1978). 특성불안과 사회성과의 관계. 미발표 고려대학교 석사학위 논문.
- 송혜수 (1994). 불안성격에 따른 각성의 변화: 각성 감소계통의 기능을 중심으로. 미발표 중앙대학교 박사학위 논문.
- 이영자 (1996). 스트레스, 사회적지지, 자아존중감과 우울 및 불안과의 관계. 미발표 서울여자대학교 박사학위 논문.
- 이영호 (1993). 귀인양식, 생활사건, 사건귀인 및 무망감과 우울의 관계: 공변량 구조모형을 통한 분석. 미발표 서울대학교 박사학위 논문.
- 이영호 (2000). Hall/Van de Castle 체계에 의한 한국 대학생의 꿈 내용 분석. 사회과학연구, 제 16집, 1-27.
- 전겸구, 김교현 (1991). 대학생용 생활스트레스 척도의 개발: 제어 이론적 접근. 한국심리학회지: 임상, 10(1), 137-158.
- 최용석, 이영호 (2001). 반복꿈을 보이는 사람들의 불안 수준, 스트레스 수준 및 심리적 특성. 사회과학연구, 제 17집, 49-65.
- Adler, A. (1956). *The individual psychology of Alfred Adler*. New York: Harper Torchbooks.
- Bulkeley, K. (1997). *An introduction to the psychology of dreaming*. Westport: Praeger.
- Domhoff, G. W. (1996). *Finding meaning in dreams*. New York: Plenum Press.
- Epstein, A. W. (1985). The waking event-dream interval. *American Journal of Psychiatry*, 142, 123-124.
- Freud, S. (1900). *The interpretation of dreams*. The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud(Vols. IV and V). London: Hogarth Press.
- Gentil, M., & Lader, M. (1978). Dream content and daytime attitudes in anxious and calm women. *Psychological Medicine*, 8, 297-304.
- Hall, C. S. (1966). *The meaning of dreams. Revised ed.* New York: McGraw-Hill.
- Hall, C. S., & Nordby, V. (1972). *The individual and his dreams*. New York: New American Library.
- Hall, C. S., & Van de Castle, R. L. (1966). *The content analysis of dreams*. New York: Appleton Century Crofts.
- Hartmann, E. (1968). The day residue: Time distribution of waking events. *Psychophysiology*, 5, 222.
- Jung, C. G. (1974). *Dreams*. Princeton: Princeton university Press.
- Kafowitz, A. D. (1985). *Cross-cultural differences in dream content as related to locus of control, stress, and death anxiety*. Doctoral Dissertation in California School of Professional Psychology.
- Rados, R., & Cartwright, R. D. (1982). Where do dreams come from? A comparison of presleep and REM sleep thematic content. *Journal of Abnormal Psychology*, 91, 433-436.
- Spielberger, C. D. (1972). Anxiety as an emotional state. In C. D. Spielberger(Ed.), *Anxiety: Current*

- trends in theory and research. (pp. 23-49).* New York: Academic Press.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E.(1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory.* Pal. Alto, CA: Consulting Psychologist Press.
- Stewart, D. W., & Koulack, D. (1993). The function of dreams in adaptation to stress over time. *Dreaming, 3*, 259-268.
- Vedfelt, O. (1999). *The dimensions of dreams.* New York: Fromm International. (Tindall, K.: Trans.)
- Verdone, P. (1965). Temporal reference of manifest dream content. *Perceptual and Motor Skills, 20*, 1253-1268.
- Zadra, A., & Donderi, D. C. (2000). Nightmares and bad dreams: Their prevalence and relationship to well-being. *Journal of Abnormal Psychology, 109*, 273-281.

원고접수일 : 2003. 9. 17

게재결정일 : 2003. 12. 1

## Anxiety and Stress in Waking Life and Dream Content

Young-Ho Lee

Department of Psychology, The Catholic University of Korea

It was investigated how trait-anxiety and stress in waking life are reflected in dream content. It was recorded current dream and administered STAI-T and Life Event Questionnaire for two hundreds and thirty-three college students. Current dream contents were analysed by Hall/Van de Castle System. Dream contents of high anxiety group were more frequent in Bodily Misfortunes Percent, Misfortunes, Injured or Ill, and Anger, and less in Familiarity Percent, Expressive Communicative Activities, Sadness and Communication Media than those of low anxiety group. Dream contents of high stress group were more frequent in Cognitive Activities, Sadness and Male/Female Percent, and less in Animal Percent, Aggression/Friendliness Percent and Torso/Anatomy percent than those of low stress group. These results were partially supported by continuity hypothesis of dreaming.

*Keywords : dream content, trait anxiety, stress*