

〈표 3〉 대인 감정, 사고내용, 행동경향성의 관계

감정	패-불패	사고내용	행동경향성
장보	수패	목표성취	홍분
환희	강한 유패	목표의 급격한 성취	강한 홍분
애정	유패	상대의 긍정적 평가	집근
안도감	약한 유패	위험의 해소	휴식
분노	불패	좌절과 비난	공격
불안	불패	불확실한 위험과 위협	회피
공포	강한 불패	임박한 위험	회피
죄책감	불패	도덕적 기준의 위배	속죄
수치감	불패	자기이상의 위배	도피
슬픔	불패	상실과 실패	무행동, 자기침잠
질투	불패	제3자에 의한 애정위협	제3자 공격
시기	불패	상대적 결핍과 패배	은밀한 상대훼손
혐오감	불패	상해적 대상	회피, 배척
고독	불패	고립과 소외	자기침잠

참고: Brenner(1974)

감정에는 생리적 반응이 수반된다. 특히 자율신경계의 흥분반응이 수반된다. 이러한 신체생리적 반응은 감정의 유형에 따라 독특하게 나타난다. Ekman 등(1983)은 신체반응에 대한 정교한 측정방법을 사용하여 상이한 감정에 독특한 자율신경적 패턴이 있다는 것을 보고하였다. 심장박동은 행복, 놀람, 혐오보다 분노, 공포, 슬픔 등에서 더욱 빨랐다. 피부온도는 공포나 슬픔의 경우보다 분노의 경우에 더 높았다. 그러나 신체생리적 반응과 감정상태의 관계는 매우 미묘하여 아직 밝혀지지 않은 부분이 많다.

또한 감정은 행동을 촉진한다. Plutchik에 따르면, 감정은 진화론적인 관점에서 적응적 가치를 지니는 것이다. 감정은 종들이 생존하고 번식하는데 필요한 적응반응을 돕는 것으로서 특정한 행동적 반응을 유발하는

경향성을 지닌다. 예를 들어, 불안과 공포는 위협으로부터 도피하는 행동을 유발하고 분노와 혐오는 공격자에 대응하여 물리치는 공격적 행동을 유발하며 사랑과 수용의 감정은 배우자나 동료에 대한 애착과 보호행동을 촉진한다.

감정은 신체생리적 반응과 행동적 반응으로 표출되지만, 감정이 가장 즉각적으로 표현되는 것은 얼굴표정이다. 우리는 주로 얼굴표정을 통해 감정을 표현하고 상대방의 감정상태를 읽는다. 특정한 감정상태와 얼굴표정 간에는 밀접한 관계가 있다. 그러나 어떤 감정은 문화의 차이에 상관없이 보편적인 얼굴표정으로 표현되는 반면, 어떤 감정은 문화마다 차이를 보인다. Ekman(1984)에 따르면, 공포, 놀람, 분노, 혐오, 슬픔, 기쁨 등의 정서는 여러 문화권에 걸쳐 얼굴표정이 매우 유사한 보편성을 나타낸다고 한다. 그러나 수치, 관심, 경멸 등의 감정은 그러한 보편성이 현저하게 떨어진다. Ekman은 감정과 얼굴근육 간에는 신경회로에 의한 연결이 존재하여 어떤 감정을 느끼면 자동적으로 그에 상응하는 얼굴근육이 움직여 특정한 얼굴표정을 만들어 낸다고 주장한다.

감정표현은 문화에 따라 달라질 수 있으며 개인에 따라 차이가 있다. 사람들은 감정표현의 정도에 따라 실제 감정보다 과장해서 표현하는 외현형(externalizer)과 반대로 축소해서 표현하는 내면형(internalizer)으로 구분할 수 있다(민경환, 1995). 여자는 대체로 외현형에 속하고 남자는 내면형에 속하는 경향을 보인다고 한다. 동양문화권의 사람들은 감정표현을 억제하는 내면형이 많은 반면, 서구문화권에는 감정을 잘 드러내는 외현형의 사람이 많다. 특히 한국사회는 유교문화권으로서 감정표현을 억제하는 경향이 있으나 현대에 접어들면서 세대간의 차이를 나타내고 있는 듯하다. 젊은 세대는 기성세대에 비해 좀더 적극적인 감정표현을 하는 경향이 있다.