

마음-신체의 이원론:
건강을 위한 행동, 채식의 선택 및 사회적 가치지향과의 관계
Mind-Body Dualism:
Health Behaviors, Plant-Based Food Choices, and Social Value Orientation

신홍임[†]
Hong-Im Shin[†]

Abstract

Many people are interested in vegetarianism for health and animal welfare reasons, but putting it into practice is difficult. This study aims to examine how an individual's thoughts on the mind-body connection influence their choice of vegetarian products. In Study 1, the impact of two types of thoughts on health behaviors and the selection of vegetarian products was compared: dualism and physicalism. The mind and body are separated in dualism, whereas the mind and body are connected in physicalism. Study 2 tested whether thoughts about the mind-body connection activate the social values that an individual aspires. Study 3 used priming with healthy and unhealthy food images to examine whether the mind-body dualism connection was bidirectional. Study 1 shows a lower intention for health-related behaviors under dualism conditions, compared to physicalism conditions, where the mind and body are connected. In Study 2, the intention to engage in health-related behaviors and the preference for self-transcendence values were lower than in the physicalism condition. Study 3 shows that participants primed with unhealthy images had higher dualistic scores than those primed with healthy plant-based images. These results suggest that an individual's thoughts about the mind-body connection may affect health behaviors and social value activation differently.

Key words: Health Behaviors, Mind-Body Dualism, Plant-Based, Social Value Orientation

요약

많은 사람들이 건강과 동물보호를 위한 채식에 관심이 있지만, 채식을 실천하는 것은 쉽지 않다. 본 연구에서는 한 개인의 마음-신체의 관계에 대한 생각이 건강을 위한 행동과 채식제품의 선택에 끼치는 영향을 살펴보려 한다. 연구 1에서는 마음-신체의 관계에 대한 생각을 마음-신체가 분리되는 이원론과 마음-신체가 연결되는 물리주의로 구분하여, 이 두 가지 유형의 생각이 건강을 위한 행동과 채식제품의 선택에 끼치는 영향을 비교하였다. 연구 2에서는 마음-신체에 대한 생각이 한 개인이 지향하는 사회적 가치에 영향을 끼치는지를 검증하였다. 연구 3에서는 건강한 채식과 이원론의 관계가 양방향으로도 가능한지를 건강한 음식사진과 건강하지 않은 음식사진을 접화하여 검증하였다. 그 결과 연구 1에서는 마음-신체의 이원론조건에서 마음-신체가 연결되는 물리주의 조건보다 건강을 위한 행동의향이 더 낮게 나타났다. 연구 2에서는 이원론조건에서 채식제품의 선택의향과 배려의 가치선호도가 더 낮게 나타났다. 연구 3에서는 건강하지 않은 음식조건에서 건강한 음식조건보다 이원론의 점수가 더 높게 나타났다. 이

* 이 논문은 2023년도 국립순천대학교의 재원으로 지원을 받아 수행된 연구임(과제번호: 2023 0280).

[†] 신홍임: 국립순천대학교 자유전공학부 부교수 / E-mail: shin7038@scnu.ac.kr / TEL: 061-750-3809

결과는 마음-신체의 관계에 대한 개인의 생각이 건강을 위한 행동과 사회적 가치의 활성화에 차별화된 영향을 끼칠 가능성을 보여준다.

주제어: 건강을 위한 행동, 마음-신체의 이원론, 채식, 사회적 가치

1. 서론

1.1. 연구의 필요성 및 목적

인간은 무엇을 먹어야 하는가? 무엇을 먹을 것인지에 대한 결정은 이제 윤리적 가치의 문제가 되었다(Campbell-Arvai et al., 2014). 현재 한국 사회에는 건강과 동물보호에 대한 관심이 급증하고 있으며, 채식의 이득과 비건식품에 대한 수요가 늘고 있다(Kim et al., 2022). 이것은 늘어나는 육류소비가 동물의 공장축산 방식을 불가피하게 만들었으며, 공장축산이 가축전염병으로 인한 살처분의 동물복지 문제 및 인간의 건강에도 직접적으로 부정적 영향을 끼치는 것에 대한 소비자의 인식을 보여준다.

한국채식연합에 따르면, 2022년 국내의 채식주의자는 총 인구의 2-3% 수준인 약 200만명으로 추산된다(Shin et al., 2023). 이것은 8년 전인 2014년의 15만명보다 12배 이상 늘어난 규모다. 이에 따라 채식 시장의 급성장이 진행되고 있다. 이것은 건강한 섭식 및 환경을 생각하는 소비자가 증가함을 보여준다.

그렇다면 건강, 환경과 동물보호를 지향하고, 채식을 실천하는 행동은 한 개인의 마음-신체의 관계에 대한 인식과 어떻게 연관될까? 마음과 신체를 분리하여 정신을 신체보다 더 중요하게 생각한다면, 마음과 신체가 하나로서 서로 연결되어 있다고 생각하는 입장보다 신체의 건강유지를 위한 행동을 더 적게 할까? 본 연구에서는 마음과 신체의 관계에 대한 생각이 한 개인의 건강을 추구하는 행동 및 사회적 가치의 지향과 관계가 있는지를 검증하려 한다.

그렇다면 건강, 환경과 동물보호를 지향하고, 채식을 실천하는 행동은 한 개인의 마음-신체의 관계에 대한 인식과 어떻게 연관될까? 마음과 신체를 분리하여 정신을 신체보다 더 중요하게 생각한다면, 마음과 신체

가 하나로서 서로 연결되어 있다고 생각하는 입장보다 신체의 건강유지를 위한 행동을 더 적게 할까? 본 연구에서는 마음과 신체의 관계에 대한 생각이 한 개인의 건강을 추구하는 행동 및 사회적 가치의 지향과 관계가 있는지를 검증하려 한다.

1.2. 이론적 배경

수세기동안 마음-신체의 관계에 대한 철학적 논쟁이 있어왔지만, 본격적으로는 16세기 데카르트의 이원론(dualism)을 통해 마음과 신체는 서로 다른 것으로 간주되었다. 마음과 신체가 질적으로 다르다는 주장에 반대되는 입장도 있지만, 대체로 다양한 종교와 문화권의 사람들이 죽음이후의 사후세계, 영혼, 불멸 등의 마음과 신체의 이원론을 믿고 있다(Bloom, 2004; 1) Bloom, 2007). Bloom(2004)은 현대의 과학자들이 모든 것은 물질적인 것에서 시작된다는 일원론(monism)의 입장(예: 물리주의)을 지지하지만, 이원론에서 주장하는 것처럼 마음은 비물질이기 때문에 신체와는 질적으로 구분됨을 믿고 있다는 증거들이 어린아이들에게도 발견되어 인간은 선천적으로 타고난 이원론자(natural-born dualists)라고 언급하였다. 마음-신체의 이원론이 이렇게 일반적인 신념으로 자리잡고 있음에도, 마음-신체의 이원론에 대한 믿음이 한 개인의 의사결정과정이거나 실제 행동에 어떤 영향을 끼치는지에 대해 분석한 심

1) Bloom(2004)은 어린아이들에게도 마음과 신체를 구분하는 이원론, 영혼이나 신과 같은 초자연적인 존재를 믿는 경향, 타인의 감정과 고통을 이해하는 도덕성, 상상력을 기반으로 예술적 활동을 즐기는 것이 발견되기 때문에 이원론, 신앙, 도덕성과 감정이나 예술성을 인간이 태어날 때부터 갖고 있는 본능적인 심리로 설명한다. 그러나 Bloom(2004)의 견해에 대해 경험적 데이터의 부족, 선천적이라기보다 사회/문화의 영향의 가능성, 과도한 일반화의 가능성을 지적하는 비판적 입장도 있다.

리학의 연구는 지금까지 거의 수행되지 않고 있다 (Forstmann et al., 2012). 또한 한 개인의 신념은 자신의 행동을 동기화하는 사회적 가치의 지향(Schwartz, 1992; 2012)과 연관될 가능성이 있다. 그러나 개인의 철학적 신념은 지금까지 몇몇 연구에서 개인의 성격과의 관계에서 검증되었고(Yaden & Anderson, 2021), 가치의 지향과의 연관성을 분석한 연구는 거의 수행되지 않았다(Karl & Fischer, 2022). 이에 따라 본 연구에서는 마음과 신체의 관계에 대한 생각이 한 개인이 건강을 추구하고, 채식을 선택하는 행동 및 사회적 가치의 지향과 관계가 있는지를 검증하려 한다.

1.2.1. 마음-신체의 이원론과 건강추구행동

마음과 신체를 별개의 것으로 보는 이원론과 건강추구행동은 어떤 관계일까? Mehta(2011)는 마음-신체의 분리에 대한 생각은 질병의 원인을 신체적, 정신적 및 사회적 맥락에서 통합적으로 분석하지 않고, 신체에서만 원인을 찾기 때문에 건강을 위한 해결방안을 도출하기 어렵다고 하였다. 이원론이 등장하기 전까지는, 정신-신체 관계에 대한 기존의 정통 기독교 관점이 의학 과학의 발전을 크게 방해했다. 기독교적 관점에서 인간은 영적인 존재이며 신체와 영혼은 하나였다. 질병은 개인적/집단적 잘못과 같은 비물질적 힘에 기인한다고 여겨졌다. 또한 영혼이 천국에 올라가려면 인간의 신체가 온전하게 보존되어야 한다고 믿었다(Walker, 1955). 그 결과, 종교적으로 인간 해부학을 연구하기 위한 해부에 대한 금지가 있었다. 데카르트는 마음-신체 이원론을 통해 신체를 신화에서 벗어나게 하고 그 연구를 의학에 넘겼다. 따라서 생리학과 해부학의 연구를 통해 의학 과학의 발전이 이루어졌다. 동시에, 마음을 고립시킴으로써 마음과 신체 이원론은 개인의 건강 경험에서 마음의 중요성을 부정했다. 신체에 초점을 맞추는 의학 분야는 질병에 대한 개인적, 대인관계적, 문화적 반응을 완전히 무시한 채 질병을 다루었다. 그러나 우리의 신체가 기계처럼 수동적인 신체가 아니라 ‘살아있는 신체’처럼 작동하려면, 생명 시스템은 마음과 신체가 하나의 단위로서 환경과 영구적으로 상호

작용하기 때문에 건강과 웰빙을 위해 건강과 질병에 대한 통합적 시각은 매우 중요하다. 마음-신체의 이원론의 한계를 반영하여 여러 비이원론적 철학적 틀들이 제안되었지만, 의료 분야뿐만 일상의 삶에서도 여전히 이원론이 지속되고 있다. 그 이유는 지난 300년간의 축적된 의학 지식을 통해 거둔 엄청난 성과가 마음-신체를 분리시키는 생의학 모델에 기반하고 있고, 일상에서도 건강 문제에 대해 마음의 중요성보다는 약물을 우선 복용하는 것이 규범이 되었으며, 신속한 치료를 기대하는 문화적 경향이 있기 때문에 건강을 장기적 관점에서 통합적 시각으로 보는 것이 부족하다(Mehta, 2011).

만일 한 개인이 마음-신체의 이원론에 대한 믿음이 강하다면, 건강을 위한 행동을 선택하는데 어떤 영향을 끼칠 것인가? 데카르트의 이원론에서 전제된 것과 같이 신체가 마음과는 분리된 수동적 기계로서 외부세계와 상호작용하는 도구로서만 인식된다면, 신체는 마음만큼 중요하게 생각되지 않을 것이다. 따라서 한 개인이 마음-신체의 이원론을 믿는 경향이 강할수록 건강에 대한 생각은 건강한 신체를 위한 실제 행동과는 차이가 많이 날 것이다(예: 건강이 중요하다는 생각을 갖고 있지만, 실제 행동에서는 건강한 메뉴보다는 고지방 메뉴를 선택함). 반면 한 개인이 신체와 마음이 연결된다는 생각을 선호한다면, 건강에 대한 태도가 건강을 실천하는 행동과 더 연관될 가능성이 있다.

Forstmann et al.(2012)은 연구참가자에게 마음은 비물질적인 것이기 때문에 마음과 신체는 서로 질적으로 구분됨을 주장하는 이원론 또는 모든 존재와 현상이 물질적인 것에 의해 설명되기 때문에 마음-신체가 서로 연결된다는 물리주의²⁾에 대한 글을 읽게 한 후, 건강추

2) 물리주의(physicalism)는 모든 존재와 현상이 물질적인 것에 의해 설명될 수 있다는 철학적 입장이다. 이는 정신적인 것, 의식, 경험 등의 비물질적인 것들도 궁극적으로는 물질적 상태나 과정으로 환원될 수 있다는 관점을 포함합니다. 물리주의는 기초 물리주의와 비기초 물리주의 두 가지 주요 형태로 나눌 수 있다. 첫째, 기초 물리주의(형이상학적 물리주의)에서는 모든 현상은 근본적으로 물질적 실체나 법칙에 의해 설명될 수 있다는 입장이다. 즉, 물리적 법칙이 모든 다른 법칙이나 현상을 지배하고 결정한다는 것이다. 둘째, 비기초 물리주의(방법론적 물리주의)에 의하면 과학적 방법

구행동과의 관계를 분석하였다. 그 결과 연구참가자가 마음-신체가 분리되어 있다고 생각하는 이원론(dualism)에 대한 믿음이 강할수록 건강을 추구하는 행동(예: 규칙적 운동, 정기적 신체검진, 지방을 적게 섭취함)이 적어짐을 보고하였다. 또한 이 연구에서는 참가자들에게 건강하지 않은 음식사진(예: 햄버거)을 제시하면, 건강한 음식사진(예: 과일과 야채)의 조건보다 마음-신체의 이원론에 대한 생각이 더 많이 활성화됨을 보고하였다. 연구자들은 이 결과를 이원론에서 신체를 마음의 도구로서 마음만큼 중요하게 생각하지 않는다면 건강추구행동이 적어지는 것으로 해석하였다. 또한 이 결과는 마음-신체의 이원론과 건강추구행동 간의 관계가 양방향으로 성립할 가능성을 보여준다. 신체의 다양한 측면에서 건강추구행동이 증가한다는 것은 신체 뿐만 아니라 마음을 중요하게 생각한다는 것이기 때문에 마음-신체가 서로 연결된다고 생각할 가능성이 높다. 이에 비해 건강추구행동이 적을수록 신체를 중요하게 여기지 않는 것이기 때문에 마음-신체를 분리하여 생각할 가능성이 높다. 이에 따라 본 연구에서는 이원론에 대한 믿음이 건강추구행동에 대한 영향을 끼치는지를 검증할 뿐만 아니라 건강추구행동이 이원론에 대한 생각을 활성화시키는지를 양방향으로 검증하려 한다.

1.2.2. 사회적 가치, 이원론과 건강추구행동

가치(value)는 한 개인의 신념이며, 행동을 동기화하는데 중요한 가이드라인의 역할을 한다(Schwartz, 1992; 2012; Koo, 2019). 또한 개인에게는 자신이 생각하는 가치의 중요성과 긍정성에 따라 상대적인 위계체제가 존재한다. 이러한 주장들을 근간으로 Schwartz(1992)는 사회적 가치의 원형모형(circular model of social values)을 제안했다. 이 모형에는 다양한 열 가지 유형(예: 권력, 성취, 배려)의 가치가 두 가지 축을 중심으로 원을 그리

며 분류되어 있다. 첫 번째 축은 보존(conservatism)-변화를 향한 개방성(openness to change)이며, 두 번째 축은 자기상승(self-enhancement)-자기초월(self-transcendence)의 축이다. 이 이론에 의하면 비슷한 가치들일수록 서로 인접해있고, 상반되는 가치들의 경우(예: 성취 - 배려) 가장 멀리 떨어져 반대의 지점에 위치해 있다. 예를 들어, 권력과 성취의 가치는 자기상승의 축에서 서로 인접해있으며, 이 가치는 공존이나 배려와 같은 자기초월의 축으로부터 가장 멀리 떨어져 있다.

Maio et al.(2009)은 Schwartz의 모형을 기반으로 특정한 가치를 활성화시키면, 연관된 행동이 증가하지만, 상반되는 가치들과 연관된 행동은 억제됨을 보여주었다. 예를 들어 참가자들에게 성취의 가치를 활성화시키면, 배려의 가치를 활성화시키는 조건보다 단어퍼즐과제에서 수행도가 더 증가함을 보여주었다. 반면 배려의 가치를 활성화시키면 배려의 가치와 연관된 도움행동이 성취의 가치와 연관된 조건보다 수행도가 증가하였다. 이 결과는 특정한 가치가 이와 연관된 행동을 동기화시키고, 상반되는 가치와 연관된 행동의 동기화를 억제함을 보여준다. 또한 가치의 선호는 한 개인이나 사회, 문화권 내에서 고정불변의 성향으로서 머무르는 것이 아니라 외부환경에서 단순한 단어자극을 통해서도 연관된 개념을 활성화시켜 가치 및 행동의 변화를 유도할 수 있음을 보여주었다. 이것은 가치를 고정불변의 개인차별인으로 해석하던 기존의 관점에서 벗어나 외부 자극이 가치의 활성화에 의미있는 영향을 줄 수 있음을 시사한다.

지금까지 개인이 지향하는 사회적 가치와 마음-신체의 이원론 간의 관계를 검증한 연구는 드물게 수행되었으며, 연구결과는 다소 복잡하게 나타났다. 이 중 한 예로 Grankvist et al.(2016)은 연구참가자가 마음-신체의 이원론을 더 믿을수록 타인을 배려하는 자기초월의 가치를 더 선호함을 보고하였다. 연구자들은 이 결과를 마음-신체가 분리되어 있다고 생각하는 사람들은 종교적 가치나 영혼을 중요하게 여기기 때문에,³⁾ 자신의

과 물리학적 설명이 가장 신뢰할 수 있는 지식의 형태라는 입장이다. 여기에는 비물리적 현상도 과학적 방법으로 설명하거나 이해할 수 있다는 관점이 포함된다. 물리주의는 현대 철학과 과학에서 중요한 위치를 차지하고 있으며, 특히 마음과 물질의 관계를 설명하는 데 있어 중요한 논의를 이끌어왔다(Kim, 2005).

3) Grankvist et al.(2016)는 마음-신체 이원론이 타인을 배려하는 자기 초월적 가치를 중시하는 경향이 왜 나타나는지에 대해 다음과 같이 설명하였다. 첫째, 마음-신체 이원론은

마음뿐만 아니라 타인의 마음에 대해서도 관심을 갖게 되고, 도덕적 책임감이나 사회적 연대감을 더 느끼게 되어, 결과적으로 타인배려의 자기초월가치가 증가하는 것으로 설명하였다. Grankvist et al.(2016)의 연구에서는 사회적 가치와 이원론 간의 관계에 대해서만 분석했기 때문에 Karl & Fisher(2022)는 뉴질랜드 대학생들을 대상으로 특정한 사회적 가치를 활성화시키는 것이 마음-신체의 이원론뿐만 아니라 마음-신체가 연결되는 물리주의와도 관계가 있는지를 검증하였다. 연구자들은 참가자들에게 열 가지의 사회적 가치를 선호하는 정도를 57개의 문항(예: 타인을 배려하는 것은 나의 삶에서 매우 중요하다, 내 의견을 독립적으로 갖는 것이 중요하다)을 통해 측정 한 후, 마음-신체가 서로 분리되어 있다고 생각하는 정도와 서로 연결되어 있다고 생각하는 정도에 따라 각각 기입하도록 하였다. 연구자들은 Grankvist et al.(2016)이 스웨덴 대학생들을 대상으로 보고한 것과 같이 이원론이 타인의 생각과 감정에 도 관심을 갖는 자기초월의 가치와 연관된다면, 이원론과 반대되는 물리주의는(자기초월의 가치와 상반된 축에 있는) 자기향상의 가치를 활성화시킬 것을 예측하였다. 그러나 연구자들의 예측과는 어긋나게 이원론은 자기초월의 가치와 연관이 없었으며, 이원론과 물리주의의 모두 자기향상의 가치와 유의한 관계가 나타났다. Karl & Fisher(2022)는 이 결과를 Grankvist et al.(2016)에서처럼 이원론과 물리주의의 관점을 동일한 축에서 양극단으로 조작하지 않고, 각각 2개의 독립된 축으로 조작했던 것과 한 개인 내에서 이 두 가지의 입장이 동시

에 통합될 가능성이 있는 것으로 설명하였다. 본 연구에서는 위의 선행연구에서 이원론, 물리주의 및 사회적 가치의 관계에 대해 보고한 결과를 한국 대학생들을 대상으로 재검증하려 한다. 또한 Karl & Fisher(2022)의 연구에서는 질문지 변인들간의 상관분석을 통해 경로분석을 하였지만, 실험연구를 수행하지 않아 변인들간의 관계를 보여주는데 한계점이 있기 때문에 실험연구를 통해 변인들간의 관계를 분석하려 한다.

이에 따라 본 연구에서는 선행연구를 확장하기 위해 이원론과 물리주의로 실험조건을 각각 구분하여 마음-신체의 관계에 따라 사회적 가치를 지향하는 정도에서 차이가 나타나지를 검증하려 한다. 선행연구(Grankvist et al., 2016; Karl & Fisher, 2022)에서는 이원론, 물리주의, 자기향상 및 자기초월의 가치에서 변인들 간의 관계가 일치되지 않게 보고되었다. 이에 대한 대안적 해석으로 이원론을 믿는 사람들이 타인의 마음에 관심을 갖는 것이 반드시 도덕성이나 타인을 배려하는 것과 연결되지 않을 가능성이 있다. 타인의 마음에 관심을 갖는 것은 자신과 타인의 관계가 어떠한지에 따라 타인의 마음이 다르게 지각되어 배려의 정도가 달라질 수 있다. 예를 들어, Gray et al.(2007)에서는 타인을 어떻게 생각하는지(예: 성인남자, 아이, 노인 등)에 따라 도덕적 처우의 정도가 달라짐을 보고하였다. 이것은 이원론에서 중요하게 여기는 정신적 측면이 모두에게 공통적으로 적용된다기 보다는 타인을 어떻게 보느냐에 따라 차별적으로 적용될 가능성을 보여준다. 이에 비해 마음-신체가 연결되어 있다고 믿는 사람들이 물리주의의 입장에서 모든 생명체가 동일한 물질의 원천에서 시작된다고 인식한다면, 자신뿐만 아니라 타인이나 혹은 비인간에게 대해서도 동등한 관심을 갖게 될 가능성이 있다. 이에 따라 본 연구에서는 마음-신체가 연결되어 있다고 생각하는 물리주의의 입장에서 마음-신체가 분리되어 있다고 생각하는 이원론의 입장보다 자기초월의 가치가 더 높게 나타날 것을 예측한다.

요약하면, 본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 마음-신체의 분리는 한 개인의 건강추구행동에 영향을 끼치는가?(연구 1)

종교적 및 영적 신념과 밀접하게 관련되어 있다. 많은 종교에서 영혼과 신체를 분리된 것으로 보며, 이러한 신념은 개인이 더 높은 영적 목표나 공동체의 이익을 중시하도록 한다. 따라서 이원론적 관점이 강한 사람들은 종교적 가치를 더 중요하게 여기고, 이는 자기 초월적 가치로 이어질 수 있다. 둘째, 마음-신체 이원론에서 영혼이 독립적이고 불멸하다는 신념은 사람들이 더 높은 도덕적 기준을 유지하고자 하는 동기를 부여할 수 있다. 이는 타인과의 관계에서 더 큰 책임감을 느끼고, 자기 초월적 가치를 중시하는 태도로 이어질 수 있다. 셋째, 이원론적 관점은 개인이 자신의 이익보다 공동체의 이익을 우선시하게 만들며, 타인에 대한 배려와 연대감을 중요하게 생각하게 할 수 있다.

둘째, 마음-신체의 분리는 한 개인의 사회적 가치의 지향에 영향을 끼치는가?(연구 2)

셋째, 건강추구행동(예: 건강한 사진과 건강하지 않은 음식의 사진)은 마음-신체의 분리에 대한 생각의 활성화에 차별화된 영향을 끼치는가?(연구 3)

2. 연구 1

2.1. 연구목적

연구 1의 목적은 이원론과 물리주의 점화에 따라 건강추구행동과 채식제품의 선택에서 차이가 나타나는지를 검증하는데 있다.

2.2. 연구방법 및 절차

참가자

4년제 대학교의 대학생 69명(평균연령 만 20.34세, 표준편차 = 1.31, 남 = 32명, 여 = 37명)이 다양한 교양 수업의 참가모집에 지원하여 자발적으로 참가하였다. 연구 참가에는 약 5분의 시간이 소요되었으며, 참가자들에게 오천원 상당의 커피 기프트콘을 제공하였다.

연구도구 및 절차

본 연구는 온라인 설문지로 실시되었다. 참가자에게는 본 연구의 취지를 글에 대한 이해력과 마음의 관계에 대한 연구로 소개하였다. 참가자는 우선 두 가지 점화조건에 무선적으로 배정되어 짧은 글을 읽었다(부록 1 참조). 이 글은 Forstmann et al.(2012)에서 인용하여 한글로 번역한 후 사용하였다. 읽기과제는 실험참가자에게 마음-신체의 이원론 또는 물리주의를 점화하기 위해 사용되었다. 선행연구(Forstmann et al., 2012; Lee & Lee, 2013)에서는 읽기과제를 통해 참가자의 마음속에 실험조작에 사용된 용어와 연관된 생각과 감정을 활성화시킬 수 있음을 보고하였다. 본 연구에서 이원론의 조건에서는 참가자가 마음과 신체가 서로 분리되어 있으며, 마음이 신체보다 더 중요한 역할을 한다는 내

용을 기술한 설명문을 읽었다. 이에 비해 물리주의 조건에서는 마음과 신체가 동일한 물질의 원천을 갖고 있으며, 서로 연결되어 있다는 글을 읽었다. 읽기과제가 종료되면 조작점검을 위해 선행연구(Schubert & Otten, 2002)를 참고하여 참가자에게 그림과제를 제시하였다. 이 과제에서는 참가자가 마음과 신체를 상징하는 두 개의 원이 서로 떨어져 있다고 생각하는 정도를 7점 척도(1: 아주 가까움, 7: 아주 멀리)에서 기록하도록 하였다.

이후 참가자들은 일곱 개의 문항을 읽고, 자신의 평소 행동과 일치하는 정도를 7점 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 7: 매우 그렇다)에서 응답하는 과제를 수행하였다. 이 문항들은 선행연구(Forstmann et al., 2012)를 토대로 건강을 위한 행동(4개 문항)(예: 규칙적으로 운동을 한다, 지방을 적게 먹는다, 정기적 건강검진을 한다, 손을 깨끗하게 씻는다)과 동물보호 및 환경(3개 문항)(예: 동물보호를 위해 채식메뉴를 선택한다, 동물보호를 위해 비건 제품을 선택한다, 환경보호를 위해 의류구입을 절제한다)의 두 가지 영역으로 구성하였다. 일곱 개의 문항의 신뢰도(Cronbach's α)는 .67로 나타났다.

질문지가 완료되면, 참가자들에게 연구의 목적을 파악했는지에 대한 질문에 응답하도록 한 후, 연구를 종료하였다.

연구 설계

연구 1은 2(점화: 이원론, 물리주의)의 참가자간 설계로 구성되었다. 점화는 참가자간 변인이고, 행동의향 정도는 측정변인이었다.

분석 방법

연구 1에서는 이원론과 물리주의 점화에 따라 행동의향정도에서 차이가 나타나는지를 검증하고자 하였다. 이를 위해 SPSS 26.0 통계프로그램을 사용하여 독립표본 t -검정을 수행하였다.⁴⁾

4) 연구 1과 연구 2의 결과는 독립표본 t -검정을 다중으로 수행하고, 본페로니 교정(Bonferroni correction)을 하지 않은 결과여서, 연구결과의 해석에 한계가 있다.

2.3. 연구결과 및 논의

조작점검

연구 1에서 점화조건을 분석한 결과, 연구참가자들은 이원론조건($M = 3.83, SD = 1.08$)에서 물리주의 조건($M = 2.72, SD = 1.42$)보다 두 개월 사이의 거리가 더 많이 떨어져있다고 인식하는 것으로 나타났다, $t(67) = 3.65, p = .001, Cohen's d = .87$. 따라서 두 가지 점화 조건에 따라 이원론과 물리주의가 적절하게 조작되었음을 알 수 있다.

이원론과 물리주의 점화조건에 따른 행동의 선택

점화조건에 따라 건강 및 동물보호와 연관된 행동의 의향이 다르게 나타나는지를 검증하기 위해 독립표본 t -검정을 수행하였다. 그 결과 Fig. 1과 같이 이원론 조건($M = 3.36, SD = 1.38$)에서 물리주의 조건($M = 4.16, SD = 1.82$)보다 건강을 위해 정기적으로 운동을 하겠다는 의향이 더 낮게 나타났다, $t(67) = 2.04, p = .045,$

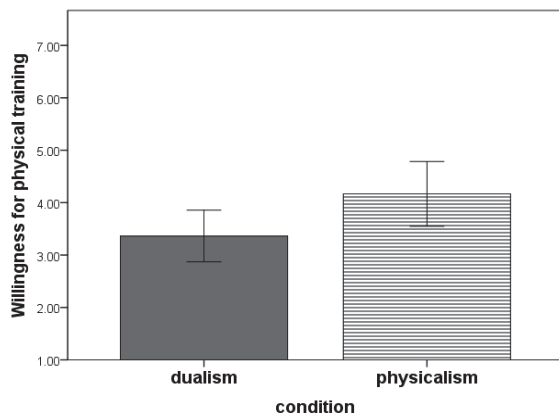


Fig. 1. Dualism (vs. physicalism) priming and willingness for regular physical training (Study 1) (Error bars indicate standard errors of the mean)

5) 지방섭취자제(이원론 조건($M = 3.19, SD = 1.73$), 물리주의 조건($M = 3.39, SD = 1.34$), $t(67) = -.53, p = .598$), 동물보호를 위한 채식의 선택(이원론 조건($M = 2.38, SD = 1.39$), 물리주의 조건($M = 2.48, SD = 1.14$), $t(67) = -.31, p = .758$), 정기적 건강검진(이원론 조건($M = 2.91, SD = 1.69$), 물리주의 조건($M = 3.09, SD = 1.94$), $t(67) = -.39, p = .692$), 환경보호를 위해 의류구입자제(이원론 조건($M = 3.36, SD = 1.38$), 물리주의 조건($M = 4.16, SD = 1.82$), $t(67) = .751, p = .455$), 손씻기 행동(이원론 조건($M = 6.38, SD = .83$), 물리주의 조건($M = 6.42, SD = 1.00, t(67) = -.160, p = .874$))

Cohen's $d = .49$. 또한 동물보호를 위해 비건제품을 선택하겠다는 행동의향이 이원론조건($M = 2.21, SD = 1.57$)에서 물리주의 조건($M = 3.25, SD = 1.62$)보다 유의하게 더 낮게 나타났다, $t(67) = 2.64, p = .032, Cohen's d = .65$. 그밖에 다른 행동에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다.⁵⁾

논의

연구 1에서는 마음-신체의 관계에 대한 이원론 또는 물리주의 점화가 건강을 위한 행동과 채식선택에 유의한 영향을 끼침을 보여주었다. 이원론조건에서는 물리주의조건보다 건강을 위한 운동과 채식선택의향이 유의하게 낮았다. 이 결과는 Forstmann et al.(2012)의 연구와 부분적으로 일치한다. 이 연구에서는 건강을 위한 다른 행동(예: 손씻기 행동, 정기적 건강검진 등)에서도 유의한 차이가 나타났다.

본 연구에서 연구 1의 결과는 신체와 마음을 각각 다른 요소로 이해하는 이원론에 대한 믿음이 한 개인의 건강을 추구하는 행동에 영향을 끼칠 수 있음을 보여준다.

3. 연구 2

3.1. 연구목적

연구 2에서는 이원론 또는 물리주의 점화가 한 개인의 행동을 동기화하는 사회적 가치의 활성화에 유의한 영향을 끼치는지를 검증하였다.

3.2. 연구방법 및 절차

참가자

4년제 대학교의 대학생 58명(평균연령 만 19.84세, 표준편차=1.23, 남 = 28명, 여 = 30명)이 다양한 교양수업의 참가모집에 지원하여 자발적으로 참가하였다. 연구 참가에는 약 5분이 소요되었으며, 참가자들에게 삼천원 상당의 커피 기프티콘을 제공하였다.

연구도구 및 절차

연구 2는 연구 1과 동일한 절차와 도구로 수행하였다. 연구 2에서 건강관련행동에 대한 질문지(일곱 개 문항)의 신뢰도(Cronbach's α)는 .61로 나타났다. 연구 1과 다르게 연구 2에서 추가된 것은 연구참가자의 사회적 가치를 측정하는 과제였다. 이 과제는 이원론 또는 물리주의의 점화를 통해 참가자에게 사회적 가치 차별화되어 활성화되었는지를 측정하기 위해 실시되었다. 사회적 가치의 질문지는 Schwartz(1992)가 개발한 가치에 대한 설문지를 참조하였다. 질문지는 다음과 같이 열 개의 다양한 가치에 대한 설명으로 이루어졌다: 성취, 권력, 자율성, 자극, 쾌락, 안전, 전통, 규범, 공존, 배려. 참가자는 가치를 설명하는 문항(예: 성취는 사회적 기준에 따라 자신의 능력을 보여주는 개인적인 성공임)을 읽고, 삶을 살아가면서 자신이 일상적으로 추구하는 가치들을 자신이 생각하는 중요성의 정도에 따라 중복되지 않게 1점에서 10점까지 점수로 기입하였다. 예를 들어 참가자는 자신이 가장 중요하다고 생각하는 가치에는 '10'을 기입하고, 중요성이 가장 낮다고 생각하는 가치에는 '1'로 응답하였다. 본 연구에서는 Maio et al.(2009)를 토대로 1-4점을 상대적으로 중요성이 낮은 가치로, 8-10점을 상대적으로 중요성이 높은 가치로 해석한다.

가치질문지가 완료되면, 참가자들에게 연구의 목적을 파악했는지에 대한 질문에 응답하도록 한 후, 연구를 종료하였다.

연구 설계

연구 2는 2(점화: 이원론, 물리주의)의 참가자간 설계로 구성되었다. 참가자의 건강을 위한 행동의향과 사회적 가치의 선호도는 측정변인이었다.

분석 방법

연구 2에서는 이원론 또는 물리주의 점화조건에 따라 건강을 위한 행동의향과 사회적 가치의 활성화에서 차이가 나타나는지를 검증하고자 하였다. 이를 위해 SPSS 26.0 통계분석프로그램을 사용하여 독립표본 t -검정을 수행하였다.

3.3. 연구결과 및 논의

조작점검

연구 2에서 점화조건을 분석한 결과 이원론조건($M = 3.75$, $SD = 1.27$)에서 물리주의 조건($M = 2.72$, $SD = 1.43$)보다 두 개원 사이의 거리가 더 멀리 떨어져있는 것으로 나타났다, $t(56) = 2.91$, $p = .005$, Cohen's $d = .76$. 따라서 두 가지 점화조건에 따라 이원주의와 물리주의가 적절하게 조작되었음을 알 수 있다.

이원론, 건강을 위한 행동과 사회적 가치

점화조건에 따라 건강을 위한 행동이 다르게 나타나 는지를 독립표본 t -검정으로 분석한 결과, 이원론($M = 3.57$, $SD = 1.67$)조건에서 물리주의조건($M = 4.68$, $SD = 1.28$)보다 건강을 위한 행동의향(예: 정기적 운동)이 더 낮게 나타났다, $t(56) = -2.739$, $p = .008$, Cohen's $d = .74$. 또한 비건제품의 선택의향이 이원론조건($M = 2.53$, $SD = 1.47$)에서 물리주의 조건($M = 3.35$, $SD = 1.52$)보다 유의하게 더 낮게 나타났다, $t(56) = -2.43$, $p = .023$,⁶⁾ Cohen's $d = .54$.

또한 각 조건에서 참가자가 응답한 사회적 가치의 중요성 정도를 분석한 결과, 이원론을 점화한 조건($M = 5.06$, $SD = 2.46$)에서 물리주의를 점화한 조건($M = 6.52$, $SD = 2.46$)보다 공존의 가치가 중요성의 측면에서 더 낮게 평정되었다, $t(56) = -2.233$, $p = .03$, Cohen's $d = .59$. 또한 이원론을 점화한 조건($M = 6.16$, $SD = 1.54$)에서 물리주의를 점화한 조건($M = 7.39$, $SD = 2.19$)보다 배려의 가치가 더 낮게 평정되었다, $t(56) = -2.396$, $p = .02$, Cohen's $d = .64$. 다른 가치영역에서

6) 지방섭취자제(이원론 조건($M = 2.96$, $SD = 1.31$), 물리주의 조건($M = 3.32$, $SD = 1.37$), $t(56) = -.98$, $p = .328$), 동물보호를 위한 채식의 선택(이원론 조건($M = 2.45$, $SD = 1.22$), 물리주의 조건($M = 2.52$, $SD = 1.38$), $t(56) = -.19$, $p = .850$), 정기적 건강검진(이원론 조건($M = 3.03$, $SD = 1.53$), 물리주의 조건($M = 2.80$, $SD = 1.58$), $t(56) = .55$, $p = .578$), 환경보호를 위해 의류구입자제(이원론 조건($M = 3.66$, $SD = 1.95$), 물리주의 조건($M = 3.33$, $SD = 1.70$), $t(56) = .75$, $p = .455$), 손씻기 행동(이원론 조건($M = 6.38$, $SD = 1.38$), 물리주의 조건($M = 6.42$, $t(56) = -.160$, $p = .78$)

는 두 조건 간에 유의한 차이가 나타나지 않았다.⁷⁾

논의

연구 2에서는 마음-신체의 관계에 대한 이원론과 물리주의 접화에 따라 건강을 위한 행동의향과 사회적 가치의 활성화정도가 달라지는지를 검증하였다. 연구 2에서는 이원론의 접화가 정기적 운동과 같은, 건강을 위한 행동의향을 낮추는 결과를 보여주었다. 채식제품의 선택의향은 이원론조건에서 물리주의조건보다 더 낮게 나타났다. 또한 이원론의 접화는 물리주의 접화조건보다 배려/공존과 같은 자기초월의 사회적 가치 중요도의 측면에서 떨어지는데 유의한 영향을 끼쳤다. 본 연구결과는 Karl & Fischer(2022)의 결과와 일치하지 않는다. 이 연구에서는 마음-신체의 이원론과 물리주의에 대한 믿음이 강할수록 자기향상 가치에 대한 선호도가 모두 더 높아짐을 보여주었다. 또한 Karl과 Fischer(2022)에서는 이원론과 자기초월의 가치가 관계가 없는 것으로 나타났다. 이 결과는 본 연구에서 이원론과 물리주의를 참가자의 개인성향이 아닌, 실험조건에서 읽기과제를 통해 접화하였기 때문에 나타난 결과로도 볼 수 있다. 또한 본 연구에서는 Forstmann et al.(2012)의 연구를 재검증하기 위해 이 연구에서 사용한 지시문을 그대로 사용하였고, 이 지시문에는 Karl과 Fischer(2022)의 연구와는 달리 마음-신체의 분리뿐만 아니라 정신을 신체보다 더 중요한 것으로 기술하는 내용이 포함되어 있었다. 이원론에서 한 개인이 타인과

맺는 관계에 따라 타인의 마음상태를 인식하는 것이 달라진다면, 누구에게나 마음-신체가 모두 동일한 물질의 원천에서 시작된다고 생각하는 물리주의입장보다 배려나 공존의 가치와 연관성이 낮아질 가능성이 있다.

4. 연구 3

4.1. 연구목적

연구 3에서는 이원론-건강의 관계를 양방향으로 검증하기 위해 건강한 음식의 사진 또는 건강하지 않은 음식의 사진을 제시한 후 이원론/물리주의의 활성화정도가 달라지는지를 검증하려 한다.

4.2. 연구방법 및 절차

참가자

4년제 대학교의 대학생 77명(평균연령 만 19.44세, 표준편차 = 1.63, 남 = 40명, 여 = 37명)이 교양수업에서 참가모집에 지원하여 자발적으로 참가하였다. 연구 참가에는 약 2분이 소요되었으며, 참가자들에게 삼천원 상당의 커피 기프트콘을 제공하였다.

연구도구 및 절차

연구 3에서는 참가자가 건강한 음식사진 또는 건강하지 않은 음식사진을 보았을 때, 마음-신체의 이원론에 대한 생각이 다르게 접화되는지를 측정하였다. 선행 연구(Forstmann et al., 2012)에 따라 연구참가자를 두 가지 음식조건에 무선적으로 배정하여, 사진을 통해 건강 및 동물보호(예: 샐러드와 과일) 또는 건강하지 않은 음식(예: 스테이크와 아이스크림)과 연관된 생각을 유도하였다. 실험에 사용한 사진은 Forstmann et al.(2012)를 기반으로 선정하여 총 8개의 사진을 사용하였다. 이후 참가자들에게 조작점검을 위해 사진에 제시된 음식이 건강과 동물보호에 적절한 정도를 7점 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 7: 매우 그렇다)에 따라 표시하도록 하였다. 또한 연구 1과 연구 2에서 사용한 것과 같이 신체-

7) 자율성(이원론 조건($M = 7.36, SD = 2.23$), 물리주의 조건($M = 8.32, SD = 1.60$), $t(56) = -1.81, p = .075$), 규범(이원론 조건($M = 5.66, SD = 2.23$), 물리주의 조건($M = 5.36, SD = 2.49$), $t(56) = -.49, p = .624$), 자극(이원론 조건($M = 4.33, SD = 2.07$), 물리주의 조건($M = 3.96, SD = 2.18$), $t(56) = .66, p = .510$), 쾌락(이원론 조건($M = 3.30, SD = 1.96$), 물리주의 조건($M = 3.24, SD = 1.94$), $t(56) = -.122, p = .904$), 안전(이원론 조건($M = 7.12, SD = 2.20$), 물리주의 조건($M = 6.72, SD = 1.83$), $t(56) = .80, p = .547$), 성취(이원론 조건($M = 5.93, SD = 2.62$), 물리주의 조건($M = 6.48, SD = 2.53$), $t(56) = -.78, p = .404$), 전통(이원론 조건($M = 2.75, SD = 2.22$), 물리주의 조건($M = 3.32, SD = 2.70$), $t(56) = -.86, p = .388$), 권력(이원론 조건($M = 3.63, SD = 2.59$), 물리주의 조건($M = 4.24, SD = 2.09$), $t(56) = -.807, p = .423$)

마음을 나타내는 두 원을 제시하고, 두 원이 떨어진 거리를 7점 척도에서 평정하도록 하였다.

질문지가 완료되면, 참가자들에게 연구의 목적을 파악했는지에 대한 질문에 응답하도록 한 후, 연구를 종료하였다.

연구 설계

연구 3는 2(점화: 건강한 음식, 건강하지 않은 음식)의 참가자간 설계로 구성되었다. 참가자가 생각하는 마음-신체의 떨어진 거리는 이원론의 활성화 정도에 대한 측정변인이었다.

분석 방법

연구 3에서는 음식사진의 점화조건에 따라 이원론에 대한 생각이 활성화되는 정도에서 차이가 나타나는지를 검증하고자 하였다. 이를 위해 SPSS 26.0 통계분석 프로그램을 사용하여 독립표본 *t*-검정을 수행하였다.

4.3. 연구결과 및 논의

조작점검

연구 3에서 참가자에게 각 점화조건에서 제시된 음식이 건강에 이로운 정도와 동물보호에 유의한 정도를 응답하도록 한 결과, 건강한 채식의 조건($M = 5.94, SD = 1.21$)에서 건강하지 않은 음식조건($M = 2.63, SD = 1.51$)

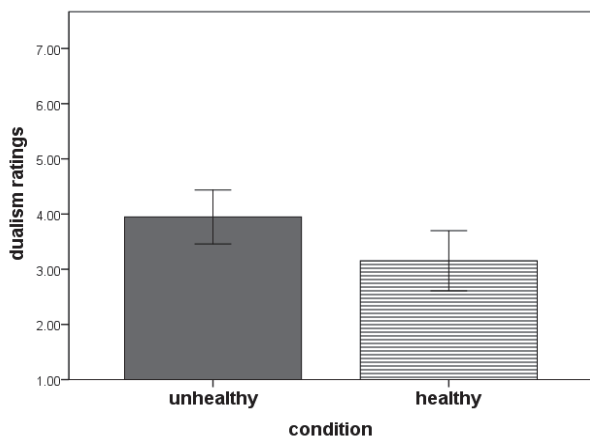


Fig. 2. Mind-body dualism ratings in the healthy vegetarian condition and in the unhealthy meat condition(Study 3) (Error bars indicate standard errors of the mean)

보다 건강에 이로운 정도가 더 높게 평정되었다, $t(75) = 10.62, p < .001, \text{Cohen's } d = .74$. 또한 건강한 음식의 조건($M = 4.87, SD = 1.50$)에서 건강하지 않은 음식의 조건($M = 2.15, SD = 1.19$)보다 동물보호에 유의하다고 생각하는 경향이 유의하게 더 높게 나타났다, $t(75) = 8.73, p < .001, \text{Cohen's } d = .84$. 따라서 두 가지 점화조건에서 건강과 동물보호가 적절하게 조작되었음을 알 수 있다.

채식의 점화에 따른 마음-신체 이원론에 대한 생각의 차이

연구 3에서 점화조건을 분석한 결과, 참가자들은 건강하지 않은 음식조건($M = 3.94, SD = 1.48$)에서 건강한 채식조건($M = 3.15, SD = 1.67$)보다 마음-신체를 상징하는 두 개원 사이의 거리를 더 멀게 생각하고 있는 것으로 나타났다, $t(75) = 2.19, p = .031, \text{Cohen's } d = .51$. 이 결과는 건강에 좋지 않은 음식이 건강 및 동물 보호와 연관된 채식보다 마음-신체의 이원론을 더 크게 활성화시키는 것으로 해석할 수 있다.

논의

연구 3에서는 마음-신체의 이원론과 건강한 채식의 관계가 양방향으로 연결되어 있을 가능성을 검증하였다. 그 결과 연구 1과 연구 2에서 이원론의 점화가 건강하지 않은 행동이나 사회적 가치의 활성화에 영향을 끼침을 보여주었다면, 연구 3에서는 건강하지 않은 음식의 점화가 이원론의 경향을 증가시킴을 보여주었다. 이 결과는 마음-신체의 이원론과 건강을 위한 행동(예: 채식의 선택)의 관계가 양방향으로 모두 가능할 수 있음을 보여준다. 그럼에도 연구 3은 자기보고식 질문지를 통해 실험실 상황에서 수행되었기 때문에 실제 상황에서 건강하지 않은 음식이 마음과 신체가 분리되는 이원론적 관점을 반드시 활성화시킨다는 결과로 해석하는 데는 한계가 있다.

5. 전체 논의

본 연구에서는 마음-신체의 이원론에 대한 생각이 건강과 연관된 행동 및 음식의 선택에 어떤 영향을 끼치는지를 분석하였다. 그 결과 연구 1에서는 마음-신체의 이원론조건에서 마음-신체가 연결되는 물리주의 조건보다 건강을 위한 행동의향과 채식메뉴의 선택의향이 더 낮게 나타났다. 연구 2에서는 이원론의 조건에서 물리주의 조건보다 공존과 배려의 가치선호도가 더 낮게 나타났다. 연구 3에서는 건강하지 않은 음식 조건에서 건강한 음식조건보다 이원론에 대한 생각이 더 많이 활성화되었다. 이 결과는 마음-신체의 관계에 대한 개인의 생각이 건강을 위한 행동의향과 사회적 가치의 선호에 차별화된 영향을 끼칠 가능성을 보여준다.

데카르트의 철학에 기원한 마음-신체 이원론은 정신은 비물질적이고 신체는 물질적이라는 견해를 주장한다. 본 연구에서는 한 개인이 이원론적 관점을 강하게 지니면 신체 건강에 대한 관심이 줄어들 수 있으며, 이는 건강에 해로운 행동을 유발할 수 있음을 시사한다. 본 연구의 이론적 배경에서 언급하였듯이 이원론은 성인뿐만 아니라 어린 아이들에게도 나타나는 일반적인 철학적 신념이지만, 이원론적 관점이 강해질 때 한 개인은 신체를 덜 중요하게 여기고, 건강 유지에 필요한 노력을 덜 기울이게 만들 가능성이 있다.

본 연구는 마음-신체 이원론이 심리적, 사회적 맥락에서 어떻게 사람들의 건강 관련 행동에 영향을 미칠 수 있는지에 대한 통찰을 제공한다는 데 의의가 있다. 본 연구결과는 Forstmann et al.(2012)의 결과를 재검증하였으며, 마음-신체 이원론이 서양문화권의 참가자들 뿐만 아니라 동양문화권에서도 건강관련행동에 영향을 끼칠 수 있음을 보여주었다. 또한 Forstmann et al.(2012)의 연구에서는 이원론과 건강관련행동의 관계에서 사회적 가치의 영향을 검증하지 않았기 때문에 선행연구와 차별화되는 결과를 제시한다.

본 연구결과의 해석에서 시사점과 제한점은 다음과 같다. 첫째, 이원론에 대한 생각은 건강과 연관된 행동

의 의향에 영향을 끼칠 수 있음을 보여주었다. 이 결과는 한 개인이 마음과 신체가 분리되어 있다는 생각이 강할수록 건강을 위한 좋은 행동을 실제로 실천하는 경향이 낮을 가능성을 보여준다. 따라서 외부상황에서 마음과 신체가 연결되어 있음을 알려주는 다양한 접근을 시도하여 건강을 위한 다양한 행동(예: 운동, 채식의 선택 등)의 동기화를 촉진시킬 필요가 있을 것으로 보인다. 예를 들어, Campbell-Arbaï et al.(2014)에서는 외부상황에서 단순한 개입(예: 채식을 기본메뉴로 설정)이 건강한 점심메뉴 선택에 유의한 영향을 끼침을 보여주었다. 후속연구에서는 이원론과 물리주의를 연상시키는 환경설계를 통해 건강한 행동을 선택하는 것이 달라지는지를 검증해볼 필요가 있다. 둘째, 연구 2에서는 한 개인의 이원론에 대한 생각이 채식을 선택하는데 영향을 끼칠 수 있음을 보여주었다. 그러나 연구참가자가 실제 현장에서 어떤 선택을 했는지를 측정하지 않았기 때문에 후속연구에서는 참가자자의 실제 행동을 일상의 상황에서 검증해볼 필요가 있다. 셋째, 연구 3에서는 건강하지 않은 패스트푸드 음식사진의 접화가 마음-신체가 분리되어 있다는 생각을 활성화시킬 수 있음을 보여주었다. 음식사진의 짧은 시각적 제시가 마음-신체의 분리에 영향을 끼칠 수 있다는 결과는 한 개인의 마음에 떠오르는 자동적 생각(Asrfs & Dijksterhuis, 2000)을 통제할 수 있는 가능성을 보여준다는 데 의의가 있다. 후속연구에서는 외부상황의 작은 개입이 개인의 자동적 생각과 자동적 행동에 영향을 끼치는지를 다양한 맥락에서 검증해볼 필요가 있다. 예를 들어, 마음과 신체가 분리되어 있다는 생각은 채식의 선택뿐만 아니라 신체를 도구화하여 바라보는 현상과도 연결될 수 있다. 운동선수가 자신의 마음과 신체를 분리하여, 신체만을 훈련시키려 한다든지, 혹은 자신의 마음보다 외모만을 중시하여 자신의 신체를 도구화하여 바라보는 자기객체화(self-objectification)의 시각은 이원론과 관계가 있을 가능성이 있다(Briñol et al., 2017). 또한 마음과 신체가 분리되어 있다는 생각은 자신뿐만 아니라 타인에게도 영향을 끼쳐 타인관점수용이나 도덕적 의사결정에도 영향을 끼칠 수 있다. 예를 들어, 장애인

이나 동물에 대해 비장애인보다 도덕적 처우의 정도가 낮은 것은 마음-신체를 분리하는 이원론과 연관될 가능성이 있다. 후속연구에서는 이원론에 대한 생각을 다양한 방식으로 유도하여 신체적/심리적 건강과의 관계를 확장하여 검증해볼 필요가 있다.

REFERENCES

- Aarts, H., & Dijksterhuis, A. (2000). Habits as knowledge structures: Automaticity in goal directed behavior. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*(1), 53-63. DOI: 10.1037/0022-3514.78.1.53
- Aarts, H., & van den Bos, K. (2011). On the foundations of beliefs in free will: intentional binding and unconscious priming in self-agency. *Psychological Science, 22*(4), 532-537. DOI: 10.1177/09567976113992
- Bloom, P. (2004). *Descartes' baby*. New York, NY: Basic Books.
- Bloom, P. (2007). Religion is natural. *Developmental Science, 10*, 147-151. DOI: 10.1111/j.1467-7687.2007.00577.x
- Briñol, P., Petty, R., & Belding, J. (2017). Objectification of people and thoughts: An attitude change perspective. *British Journal of Social Psychology, 56*(2). DOI:10.1111/bjso.12183
- Campbell-Arvai, V., Arvai, J., & Kalof, L. (2014). Motivating sustainable food choices: The role of nudges, value orientation, and information provision. *Environment and Behavior, 46*(4), 453-475. DOI: 10.1177/0013916512469099
- Forstmann, M., Burgmer, P., & Mussweiler, T. (2012). "The mind is willing, but the flesh is weak": The effects of mind-body dualism on health behavior. *Psychological Science, 23*(10), 1239-1245. DOI: 10.1177/0956797612442392
- Grankvist, G., Kajonius, P., & Persson, B. (2016). The Relationship between mind-body dualism and personal values. *International Journal of Psychological Studies, 8*(2), 126-132. DOI: 10.5539/ijps.v8n2p126
- Karl, J. A., & Fischer, R. (2022). Human values and basic philosophical beliefs. *New Ideas in Psychology, 66*(4), 1-8. DOI: 10.1016/j.newideapsych.2022.100944
- Kim, J. G. (2005). *Physicalism, or Something Near Enough*. Princeton University Press.
- Kim, G. H., Oh, J., & Cho, M. S. (2022). Perception and choice attribute of vegetarians and omnivores toward plant-based foods. *Journal of the Korean Society of Food Culture, 37*(2), 99-108.
- Koo, J. S. (2019). Testing the auto-regressive cross-lagged effects between relative extrinsic value orientation and life-satisfaction. *Science of Emotion & Sensibility, 22*(4), 85-96. DOI: 10.14695/KJSOS.2019.22.4.85
- Lee, B. K., & Lee, G. H. (2013). The effect of priming attribution of chance versus effort on task satisfaction and re-performance intention. *Science of Emotion & Sensibility, 16*(4), 535-544. DOI: 10.14695/KJSOS.2013.16.4.535
- Maio, G. R., Pakizeh, A., Cheung, W.-Y., & Rees, K. J. (2009). Changing, Priming, Acting on Values: Effects via Motivational Relations in a Circular Model. *Journal of Personality and Social Psychology, 97*(4), 699-715. DOI: 10.1037/a0016420
- Mehta, N. (2011). Mind-body dualism: A critique from a health perspective. In: *Brain, Mind and Consciousness: An International, Interdisciplinary Perspective* (A.R. Singh and S.A. Singh eds.), 9(1), 202-209. DOI:10.4103/0973-1229.77436
- Norenzayan, A. (2013). *Big gods: How religion transformed cooperation and conflict*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Norenzayan, A. (2016). Theodiversity. *Annual Review of Psychology, 67*, 465-488. DOI:10.1146/annurev-psych-122414-033426
- Schubert, T. W., & Otten, S. (2002). Overlap of self, ingroup, and outgroup: Pictorial measures of self-categorization. *Self and Identity, 1*(4), 353-376. DOI: 10.1080/152988602760328012

- Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in Experimental Social Psychology*, 25, 1-65. DOI: 10.1016/S0065-2601(08)60281-6
- Schwartz, S. H. (2012). An overview of the Schwartz theory of basic values. *Online Readings in Psychology and Culture*, 2(1). DOI: 10.9707/2307-0919.1116.
- Shin, M., Oh, J., & Cho, M. S. (2023). Awareness and consumption behavior of vegetarians and omnivores on plant-based dairy alternatives. *Journal of the Korean Society of Food Culture*, 38(3), 154-162. DOI: 10.7318/KJFC/2023.38.3.154
- Walker K., (1955), *The Story of Medicine*. New York: Oxford University Press.
- Yaden, D. B., & Anderson, D. E. (2021). The psychology of philosophy: Associating philosophical views with psychological traits in professional philosophers. *Philosophical Psychology*, 34(5), 721-755. DOI: 10.1080/09515089.2021.1915972
- 원고접수: 2024.05.03
수정접수: 2024.08.05
게재확정: 2024.08.07

부록 1. 읽기과제 자극재료

연구 1

1. '마음-신체의 이원론 점화조건'

마음과 신체는 서로 분리되어 있습니다. 신체와 마음은 각자 다른 것으로 이루어져 있기 때문에, 별개의 것이며, 서로 독립적인 것입니다. 고대 그리스와 초기 근대 철학자들의 이론에 따르면, 많은 현대 과학자들은 사람의 마음과 신체가 두 가지 별개의 존재임을 믿습니다. 이것은 "마음-신체 이원론"이라고 불리는 이론으로, 비물질적인 정신적 상태가 물리적 뇌 상태와는 다른 것으로 가정됩니다. 마음-신체의 구분은 정신 현상이 외부의 물리적인 신체와는 질적으로나 실질적으로 다른 것으로 보이는 것을 설명하기 위해 제안되었습니다. 우리는 스스로를 "고기로 만들어진 기계"로 인식하지 않습니다. 대신에 우리는 우리 신체 안에 살고 있는 것처럼 느낍니다. 이는 우리의 일상 경험에서도 제안됩니다. "내 신체"와 "나 자신"을 구분하는 것은 매우 흔한 일입니다. 예를 들어, 우리의 신체가 부상을 입거나 아프더라도 우리의 마음은 여전히 활동적이고 경계가 되어 있습니다. 우리의 정신적 경험은 또한 개인적이며, 이것이 어떤 식으로 분리되어 있는지를 강화합니다. 더 나아가, 정신 생활이 물리적인 신체에서 어떻게 발생하는지에 대해 아직도 과학적인 합의가 없으며, 많은 과학자들은 그러한 설명이 만족스럽게 이루어질 것이라는 의심조차 품고 있습니다. 따라서 일부 과학자들은 인간의 감정 표현(기쁨, 두려움, 분노 등)을 완벽하게 모방할 수 있는 컴퓨터라도 실제로 그것들을 경험할 수 없을 것이라고 믿습니다. 마찬가지로, 우리는 동일한 쌍둥이가 생물학적으로 완전히 동일하더라도 각자 고유한 의식적 경험을 갖는 별개의 인간이라는 사실을 당연하게 인정합니다. 요약하면, 용어 "마음-신체 이원론"은 사람의 마음과 신체가 두 개의 별개의 개체이며, 마음이 신체보다 더 중요함을 설명합니다.

2. '물리주의' 점화조건

현대 철학자들의 이론에 따르면, 대부분의 현대 과학자들은 사람의 마음과 신체가 동일한 물리적 물질에 뿌리를 둔다고 믿습니다. 이러한 논문을 "물리주의"라고 하는데, 이것은 정신적 상태가 단순히 물리적인 뇌 상태임을 가정한 것에 기반합니다. 의식과 마음은 따라서 물질의 특성으로서와 생물학적 물질의 기능으로서 기술될 수 있습니다: 뇌입니다. 물리주의는 신경과학 분야에서의 많은 최근 연구 결과를 설명하기 위해 제안되었는데, 이는 어떠한 정신적 활동이 뇌 활동에 반영된다는 것을 보여줍니다. 마음은 뇌가 하는 일입니다. 우리는 명백히 단단한 물체가 사실은 대부분 공간이고 작은 입자와 에너지 필드로 구성되어 있다는 것을 쉽게 받아들입니다. 일관되게, 현대 과학자들은 마음을 생명의 힘으로부터 발생하는 것으로 보거나 이것의 부차적 현상에 불과한 것으로 보고 있습니다. 이는 우리의 일상 경험에도 나타납니다. 예를 들어, 우리는 신체적인 고통이나 혈당 수치의 감소가 우리의 기분에 영향을 줄 수 있으며, 심리 활성제가 우리의 지각과 행동을 빠르게 변경시킬 수 있음을 알고 있습니다. 더 나아가, 정신생활이 물리적인 신체에서 어떻게 발생하는지에 대한 과학적 합의가 점점 더 커짐에 따라 대부분의 현대 과학자들은 사고의 신경 기반, 즉 정신생활의 물리적 기원에 대해 의심하지 않습니다. 따라서 일부 과학자들은 인간의 감정 표현(기쁨, 두려움, 분노 등)을 포함하여 인간을 완벽하게 모방할 수 있는 컴퓨터가 실제로 그것들을 경험할 수 있을 것이라고 믿습니다. 따라서 이 컴퓨터의 행동은 정상적인 인간의 행동과 모든 면에서 구별할 수 없으며, 그것은 의식과 감성을 경험할 것입니다. 이와 같은 맥락에서 우리는 동일한 쌍둥이가 종종 성격 특징을 공유하는 것을 자연스럽게 인정합니다. 요약하면, 용어 "물리주의"는 사람의 마음과 신체가 동일한 물리적 물질에 뿌리를 둔다는 주장을 설명합니다.