

대학생의 행동억제/활성화 체계에 따른 자존감의 차이에 관한 연구

민 성 혜¹⁾

유 영 미²⁾

남서울대학교 아동복지학과

연세대학교 어린이생활지도연구원

이 연구는 대학생들을 대상으로 행동억제/활성화 체계에 따라 자존감이 차이 나는지를 살펴보기 위하여 대학생의 행동억제/활성화 체계를 군집화하고, 군집별로 자존감이 차이 나는지를 살펴보았다. 연구대상은 서울과 안양, 대전 소재의 3개 대학교 학생 198명(남 91명, 여 107명)이었으며, 측정도구로는 김교헌과 김원식(2001)이 번안·개발한 ‘행동 억제/활성화 체계(BIS/BAS) 척도’와, 백지숙(2000)이 번안한 ‘자아존중감 척도’를 사용하였다. 본 연구의 대상이 된 대학생의 행동 억제/활성화 체계를 대상으로 위계적 군집분석을 실시한 결과, 총 다섯 개의 유형으로 군집화되었다. 긍정형(27.3%)이 가장 많이 나타났고, 제한형(22.7%), 억제/활성형(20.2%), 억제형(16.7%), 추동형(13.1%) 순이었다. 대학생의 행동 억제/활성화 군집별로 자존감의 유의한 차이가 나는지를 일원변량분석으로 살펴본 결과, 유의한 차이가 나타났다. 긍정형이 가장 높은 자존감 수준을 보였으며 억제형이 가장 낮은 자존감 수준을 보였다. 특히 억제 체계를 가지고 있을수록 자존감 수준이 낮아졌는데 이는 행동억제 체계와 행동 활성화 체계를 같이 가지고 있는 군집이 행동 활성화 체계 중 추동만 보이는 추동형보다 자존감이 낮음을 통해 알 수 있었다.

주요어 : 행동억제/활성화체계, 자존감, 군집분석, 개인 지향적 접근

1) 교신저자 : 남서울대학교 아동복지학과 전임강사 (E-mail : shmin06@nsu.ac.kr)

2) 연세대학교 어린이생활지도연구원 전임연구원

I. 서론

모든 인간은 새롭거나 전혀 기대하지 않았던 상황 혹은 사건을 만나게 되면 당황하게 된다. 그러나 새로운 상황이나 사건에 대해 인식하고 반응하는 양상은 개인마다 다르다. 이는 아동이나 성인이나 마찬가지이다. 새로운 상황에 대해 경계하면서 회피하는 움츠러드는 반응을 보이고 다른 사람에 대해서도 수줍어하는 반응을 보이는 경우를 행동 억제라고 한다. 행동억제는 동기적인 민감성에 의해 정의되는 기질적인 성향이다(Leen-Feldner, Zvolensky, Foldner., & Lejuez, 2004). 이는 위축 행동, 신체의 경직된 움직임, 그리고 부정적으로 반응되는 언어적 그리고 비언어적 표현에 의해 특징지어진다(Davidson, Ekman, Saron, Senulis & Friesen, 1990; Kagan, 1989).

행동억제는 지금까지 주로 아동을 대상으로 연구되어져왔다(Kagan, Reznick & Snidman, 1988; Reznick, Kagan, Snidman., Gersten, Baak & Rosenberg, 1986). 아동이 새로운 상황에 대해 경계심을 보이고 위축되거나 조심스럽게 행동하거나 심지어는 하고 있던 활동을 멈추는 것을 ‘억제된 행동(inhibited behavior)’라고 하며, 이와 반대로 아동들이 새로운 것에 대해 상대적으로 두려움 없이 오히려 호기심을 가지고 자발적으로 다가가며 모든 상황에 대담하게 접근하는 반응을 보이고 주저함 없이 모든 사람에게 다가가 말을 걸거나 하면서 더 친하고 자 하는 사교적인 반응을 보이며 새로운 환경을 탐색하기도 하는 반응을 ‘탈억제된 행동(uninhibited behavior)’이라고 한다.

그런데 이러한 행동억제 성향이 비교적 지속적이어서 청소년기를 거쳐 성인기까지 지속된다(Brodberg, Lamb & Hwang, 1990; Kagan et

al., 1988; Kagan, Reznick, Snidman & Garcia-Coll, 1984; Reznick et al., 1986; Scarpa, Raine, Venables., & Mednick, 1997; Schwartz, Snidman & Kagan, 1999)는 보고들에 따라 최근 청소년이나 성인을 대상으로 행동억제가 연구되기 시작하였다.

특히 청소년기나 성인기의 행동억제는 동기적인 측면과 연결되어 논해진다. 즉 행동억제를 보이는 개인은 동기가 부족하여 쉽게 일을 시작하지 못하고 위축되는 반응을 보이는가 하면 행동억제를 적게 보이는 개인은 쉽게 일에 뛰어들며 어떤 환경에 대해서든지 호기심을 가지고 탐색하는 경향을 보인다. 이런 경향을 Carver와 White(1994)는 Gray의 동기 체계에 기초하여 행동억제/활성화 체계로 설명하였다. 다시 말해, 어떤 환경에 대해서든지 호기심을 가지고 탐색하는 경향을 보이는 행동체계를 행동 활성화 혹은 행동접근 체계(Behavioral Activation or Behavioral Approach System)라고 하고, 이와 반대로 진행 중인 행동을 멈추도록 해서 혐오적 결과를 예방하거나 피할 수 있게 하는 체계를 행동억제 체계(BIS: Behavioral Inhibition System)라고 하였다(김교현 · 김원식, 2001).

김교현과 김원식(2001)은 행동 활성화 체계가 긍정적 정서와 정적 상관을 보이는 반면 행동 억제 체계가 높은 개인은 부정적 정서와 정적 상관을 보인다고 보고하였다. 다시 말하자면, 행동 활성화 체계가 높은 개인은 자신이 바라는 바를 성취한다는 기대감이 반영되기 때문에 기대, 열망과 같은 긍정적인 정서를 비교적 쉽게 경험한다. 유인가에 민감하다는 특성으로 인해 긍정적인 결과와 연합되는 조건화를 생각할 수 있다(이지혜, 2001). 따라서 행동 활성화 체계가 높은 개인은 과제 지

향적이고 특정 활동에 잘 몰입하며 사회적 유능성이 높고 성공적인 사회적으로 평가되었다(Blair, 2003).

이에 반해 행동억제 체계 점수가 높은 개인은 자연스런 상황에 대해서조차 부정적인 정서반응을 보인다(Gable, Reis., & Elliot, 2000). 처벌과 위협으로 인해 불안을 유발하는 단서에 민감하게 반응해서 유기체의 활동을 억제하게 만들거나 그런 자극이 있을 때 물러서게 하며 각성을 증가시킨다(Gray, 1994). 또한 일상생활에서 무력감과 의욕상실을 경험하게 되고 위협적인 상황에서는 학습의 어려움을 경험하면서 자기에 대한 부정적인 견해를 가지게 된다(Corr, Pickering & Gray, 1997; Davidson, 2000).

개인이 자기 자신에 대해 가지는 주관적인 견해를 자아존중감이라고 한다(최혜림, 1999). 자아존중감이 높다는 것은 자신을 수용, 존중하고 자신을 좋아하며 스스로를 가치 있는 인간으로 느끼는 것이다. 심리학에서 이 자아존중감은 수많은 연구의 주제가 되어왔는데 이러한 관심은 자아존중감이 인간행동의 중요한 기본 동기가 되고 정신건강 및 적응과 밀접한 관계가 있기 때문이다(최혜림, 1999).

자아존중감이 높은 개인은 다양한 변화가 요구되는 성인기를 능동적으로 잘 적응해나갈 수 있으나, 낮은 자존감은 적응적 행동을 방해하는 요인이 된다(백지숙, 2000; Harter, 1990). 또한 자아존중감이 낮은 개인은 타인과의 관계에서 불안정하며, 자신의 미래에 대해 불안해한다(Kernis, Cornell, Sun, Berry., & Harlow, 1993).

자아존중감에 영향을 미치는 요인들에 대한 연구는 두 가지 관점에서 이루어졌었다. 사회화의 대행자로서의 부모의 양육관련 변인을

다루는 것이 하나의 관점이고, 개인의 자기주체적 역할을 강조하여 사회적 비교과정을 통해 이루어지는 자신의 능력이나 특성에 대한 개인 자신의 판단과 평가를 다루는 것이 다른 하나의 관점이다. 즉 부모의 사회화 영향이나 자기 사회화의 영향으로 크게 나누어 볼 수 있다.

부모의 사회화 요인을 강조한 입장에서는 어머니가 수용적이고 온정적이며 애정과 지지를 표현할 때 자녀의 자아존중감이 높아지는 반면 어머니가 거부적이거나 권위적이면 자녀의 자아존중감이 낮아진다고 하였다(강문희·김문혜, 1999; 박영애, 1995; 조성연, 1997). 또한 부모와 안정적인 애착을 형성한 경우 자기에 대한 긍정적인 내적 실행 모델을 형성하고 이로 인해 자아존중감이 높다고 하였다(Armsden & Greenberg, 1987).

이에 비해 자기 사회화 요인을 강조한 입장에서는 사회경제적 위치나 자기가 지각하는 사회적 지지체계, 신체 외모 등이 자존감에 영향을 준다고 하였다. 가정의 사회경제적 지위가 낮은 경우 낮은 자아존중감을 형성하는 반면 사회경제적 지위가 높은 경우 높은 자아존중감을 나타냈다(어주경, 1999; 조성연, 1997). 또한 지각된 신체외모의 평균 효과 크기가 클수록 자아존중감이 높았고 지각된 친구의 사회적지지가 높은 경우 자아존중감이 높았다(송현정, 1993).

그러나 최근 부모나 자기사회화를 강조하는 입장과 달리 개인의 기질적인 성향을 바탕으로 개인의 특성 차이를 이해하고자 하는 연구자들은 자기 존중감의 기초가 생물학적인 요인에 있다고 주장한다.

Asendorpf(1991), Rubin과 Asendorpf(1993), Stewart와 Rubin(1995) 등은 행동억제를 많이

보이는 아동이 자아존중감이 낮다고 보고하였다. 행동 억제를 많이 보이는 아동은 특정 자극에 대해 다가서지 못하고 움츠러드는 반응을 보이기 때문에 다른 사람에게 다가가지 못한다. 이로 인해 사회적 지지를 얻지 못하여 위축된 반응이 강화된다. 결과적으로 목표지향적인 활동을 하는 데에 적극성을 보이지 않게 되어 타인으로부터 과제 수행이 부족하다고 평가받는다(Rubin, Coplan, Fox & Calkins, 1995). 이런 결과로 행동억제를 많이 보이는 아동은 자기 자신에 대해 부정적인 관점을 가지게 된다.

행동억제가 아동기로부터 청소년기, 성인기까지 지속되는 성향이라면 성인기 초기에도 행동억제가 자존감과 관계를 가질 것으로 가정해볼 수 있다. 행동 활성화 체계가 높아 어떤 환경에 대해서든지 호기심을 가지고 탐색하는 경향을 보이는 개인은 전반적으로 긍정적인 정서성을 가지고 목표지향적인 활동을 한다. 이는 자기 자신에 대한 긍정적인 상을 가질 수 있게 할 것으로 상정할 수 있으므로 자아존중감과 긍정적 관계를 가질 것으로 가정할 수 있다.

성인을 대상으로 행동억제/활성화 체계를 측정하기 위하여 Carver 등(1994)은 BIS/BAS (Behavioral Inhibition System/Behavioral Activation System) 척도를 개발하였다. BIS/BAS 척도는 행동억제 체계를 측정하는 ‘억제(inhibition)’, 행동 활성화 체계를 측정하는 ‘보상 민감성(reward responsiveness)’, ‘추동(drive)’, ‘재미추구(fun seeking)’를 하위척도로 하고 있다. 이 척도에 의하면 특히 행동 활성화 체계가 세 하위척도로 구분된다. 즉, 보상에 대한 기대에 긍정적으로 반응하는 성향을 의미하는 ‘보상 민감성’, 바라는 목표를 추구하려는 강한 열망

과 지속을 뜻하는 ‘추동’, 그리고 새로운 보상에 대한 열망과 잠재적으로 보상이 될 수 있는 사건에 대한 접근 의향을 뜻하는 ‘재미추구’이다. 이를 우리나라에서 김교현과 김원식(2001)이 한국어로 번안하여 개발하였다. 이 도구는 개인이 가지고 있는 독립적인 행동 억제 체계와 행동 활성화 체계를 측정하는 도구이다.

그런데 행동 활성화 체계가 높다고 해서 반드시 행동 억제 체계가 낮지 않고 행동 억제 체계가 높다고 해서 반드시 행동 활성화 체계가 낮은 것은 아니다. Watson과 Clark(1984)는 행동 활성화 체계가 긍정적 정서성과 정적 상관을 가지고 행동 억제 체계가 부정적 정서성과 정적 상관을 가진다고 하여 행동 활성화 체계의 반대되는 개념으로 행동 억제 체계를 언급하였지만 Larsen과 Ketelarr,(1991)은 행동 활성화 체계가 외향성과 관련되는 개념인데 반해 행동 억제 체계는 내향성과 관련되는 개념이 아니라 정서적 불안정성-신경증 경향성과 관련되는 개념이라고 하였다. 다시 말해서, 행동 활성화 체계와 행동 억제 체계는 서로 독립적이고 구분되는 신경 기저와 작용 방식을 가졌기 때문에 개인들은 두 체계에서 각기 독립적인 민감성을 보이리라고 가정할 수 있다. 따라서 행동 억제/활성화 체계의 네 가지 하위척도를 이용하여 군집분석을 함으로써 개인이 가지고 있는 행동 억제/활성화 체계에 대한 질적인 분석이 가능할 것이다.

최근 발달에 대한 연구 분야에서는 연구자가 기존에 정한 변인에 의해 개인을 분석하는 변인지향적 접근(variable-oriented approach)이 연구대상의 다양한 특성을 정의하는데 성공적이지 못함을 비판하며 개인을 조직적인 총체로서 보는 개인 지향적 접근(person-oriented

approach)을 권하고 있다(Bergman & Magnusson, 1997; Greenberg, Speltz, DeKlyen, & Jones, 2001; von Eye, & Bergman, 2003).

따라서 본 연구에서는 개인 지향적 접근에서 권하는 군집분석에 의해 개인이 가지고 있는 행동활성화 체계의 수준과 행동억제 체계의 수준에 따라 개인을 분류하고자 한다.

이상과 같은 연구의 목적을 위하여 본 연구자들이 설정한 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 대상이 된 대학생의 행동 억제/활성화 체계는 어떻게 군집화되는가?

둘째, 행동 억제/활성화 체계 군집별로 자존감은 차이가 있는가?

II. 연구방법

연구대상

본 연구의 대상은 서울의 Y대와 대전의 H대, 그리고 안양의 S대에 재학 중인 남녀 대학생 1,2학년 총 198명(남 91명, 여 107명)이었고 이들에게 강의시간에 설문지를 집단으로 작성하도록 하고 그 자리에서 수거하였다. 이들을 대상으로 자존감, 그리고 행동 억제/활성화 체계를 조사하였다. 전체 학생의 평균연령은 21.34세이었다.

측정도구

행동 억제/활성화 체계(BIS/BAS) 척도

행동 억제 체계와 활성화 체계의 민감성 정도를 측정하기 위해 사용된 척도는 Carver와 White(1994)가 개발하고 김교현과 김원식(2001)이 한국판으로 번안하여 개발한 척도를 사용

하였다. 이 척도는 총 20문항으로 이루어진 척도로서 행동 활성화 체계 민감성을 측정하는 문항 13개와 행동억제 체계 민감성을 측정하는 문항 7개로 되어있다. 각 문항은 5점 척도로 되어있다. 5점 척도로 가능한 전체 점수 범위는 0-100점이나 평균을 내서 분석하므로 점수의 범위는 0-5점이다.

행동 활성화 체계 민감성 척도의 경우에는 세 가지의 하위척도(충동, 보상민감성, 재미추구)를 구성하고 있다.

자아존중감

자아존중감 척도는 Rosenberg(1965)가 제작한 자아존중감 척도를 백지숙(2000)이 번안한 도구를 사용하였다. 이 척도는 자아존중감이 특정 영역에 국한되지 않는 일반적 특성들인 자신감, 자기가치감 등을 포함하는 단일차원이라는 정의 하에 제작된 것이다(March, 1993). 이 척도는 5개의 긍정적인 문항과 5개의 부정적인 문항으로 이루어진, 총 10개 문항의 척도로 전반적인 자아존중감을 평가하는 도구이다. 응답양식은 Likert식 4점 척도로 구성되며(1점 ‘거의 그렇지 않다’에서 4점 ‘매우 그렇다’), 점수가 높을수록 높은 수준의 자아존중감을 의미한다.

자료분석

수집된 자료는 SPSS 12.0 윈도우용 프로그램을 이용하여 다음과 같은 방법으로 분석하였다.

첫째, 본 연구의 대상이 된 대학생의 행동 억제/활성화 체계의 군집을 알아보고자 행동 억제/활성화 체계 척도의 네 가지 하위척도를 이용하여 계층적 군집분석(Hierarchical Cluster

Analysis)을 실시하였다. 계층적 군집분석은 가장 가까운 거리에 있는 자료들을 하나씩 그룹핑하고, 순차적으로 다른 군집을 포함하는 큰 군집을 형성하면서 다른 군집과의 중복을 허용하지 않는 조건 아래서 진행되는 방법이다(이근희, 2002). 이 때 두 점간의 거리를 유클리디안 거리(euclidian distance)로 군집끼리의 비유사성을 보고, 군집 내에 있는 대상들은 비슷하면서 군집간의 구분은 명확하게 나타나는지의 여부를 확인하기 위해 군집간의 거리를 중심연결법에 의해 계산하였다.

둘째, 대학생의 행동 억제/활성화 체계의 군집에 따라 자아존중감이 어떠한지를 알아보고자 일원변량분석을 실시하였다.

III. 연구결과

결과 분석에 들어가기에 앞서서 대학생의 애착, 행동억제/활성화체계, 자아존중감이 인구학적 변인들과 독립적인지를 알아보기 위해 대학생의 성별과 아버지의 연령과 교육 정도 그리고 직업, 어머니의 연령과 교육 정도 그리고 직업에 대해 적률상관계수를 살펴보았다. 그 결과, 대학생의 애착, 행동억제/활성화체계, 자아존중감이 대학생의 성별과 아버지의 연령과 교육 정도 그리고 직업, 어머니의 연령과 교육 정도 그리고 직업, 총 가계수입에 따른 차이를 보이지 않았다.

행동 억제/활성화 체계의 군집

연구문제 1에 따라 본 연구의 대상이 된 대학생들을 대상으로 행동 억제/활성화 체계가 어떻게 군집화되는지를 알아보기 위하여 네 개

표 1. 행동 억제/활성화 체계 평균과 표준편차
N=198

	보상 민감성	억제	추동	재미 추구	명수 (%)
	M(SD)	M(SD)	M(SD)	M(SD)	
군집 1	-.68(.69)	.33(.66)	-.59(.61)	-.14(.64)	45(22.7)
군집 2	.69(.59)	.40(.64)	.83(.66)	1.01(.56)	54(27.3)
군집 3	.70(.79)	1.13(.64)	.17(.75)	.19(.69)	40(20.2)
군집 4	-.90(.93)	-1.12(.74)	.56(.70)	-.57(.83)	26(13.1)
군집 5	-.33(.78)	.61(.70)	-1.21(.60)	-1.24(.56)	33(16.7)

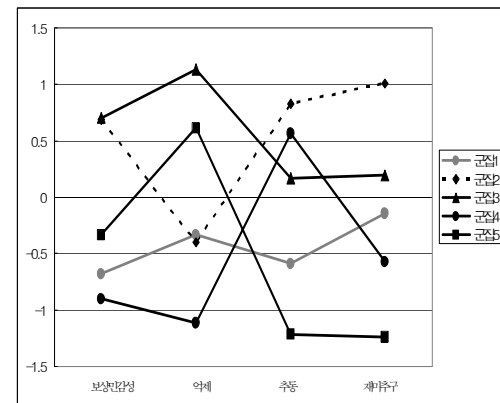


그림 1. 행동 억제/활성화 군집

하위 척도를 이용하여 계층적 군집분석을 실시하였다. 그 결과는 표 1, 그림 1과 같다.

계층적 군집분석 결과, 총 다섯 개의 유형으로 군집화되었다. 각각의 군집별 특성을 살펴보면 다음과 같다.

군집 1은 행동 억제/활성화 체계가 전반적으로 낮은 유형으로서 본 연구 대상의 22.7%에 해당되는 45명의 대학생이 이에 해당되었다. 이들은 “원하는 것을 얻으면 흔히 흥분하

고 기운이 넘침”도 별로 없지만 그렇다고 “나쁜 일이 일어날지도 모르겠다”는 생각이 들면 보통 크게 흥분함”도 아니다. 즉 이들은 전반적으로 무기력하여 행동 활성화 정도도 낮을 뿐 아니라 행동 억제 정도도 낮은 특성을 가진다. 이러한 성향을 보인 군집 1을 제한형이라고 명명하였다.

군집 2는 재미 추구가 가장 높고 추동과 보상 민감성이 함께 높은 경우이다. 즉 “새로운 일이 재미있을 것이라고 생각하면 언제나 그것을 시도”하고 “재미있다는 이유 하나만으로 이런저런 일들을 종종 하는” 특성을 보이고 그 과정에서 목표를 달성하기 위해 전력을 다하고 성취감을 느끼고 나면 그 상태를 유지하고 싶어 하는 특성을 보인다. 그 반면에 행동 억제 수준은 낮다. 이러한 성향을 보인 군집 2를 긍정형이라고 명명하였다.

군집 3은 행동 억제 수준이 가장 높으나 보상 민감성이 함께 높고 추동과 재미 추구도 어느 정도 보이는 특성을 가진다. 즉 비판을 받거나 꾸중을 듣게 되면 마음이 많이 상하고 제대로 자신이 일을 하지 못할까봐 남보다 많은 걱정을 하면서도 인정을 받게 되거나 원하는 것을 얻게 되면 그 일로 인해 흥분하고 기쁨을 느끼며 목표 지향적인 행동을 한다. 이러한 성향을 보인 군집 3을 억제/활성형이라고 명명하였다.

군집 4는 추동만이 높게 나타나고 재미 추구, 보상 민감성, 억제가 낮게 나타난 경우이다. 즉 어떤 일을 이루기 위해 걱정이나 근심 없이, 자신감을 가지고 전력을 다하며 목표 지향적인 행동을 많이 하지만 그렇다고 그 과정 중에 흥분과 기쁨을 느낀다거나 결과가 성공적일 때 흥분하는 등의 성향을 보이지 않는다. 이러한 성향을 보인 군집 4를 추동형이라

고 명명하였다.

마지막으로 군집 5는 억제만이 높게 나타나고 보상 민감성이 낮으며 특히 추동과 재미 추구가 가장 낮게 나타난 경우이다. 즉, 실수할까봐, 남에게 부정적인 평가를 받을까봐 늘 두려워하고 그런 이유 때문에 과제에 집중하지 못한다. 이러한 성향을 보인 군집 5를 억제형이라고 명명하였다.

이상의 결과를 정리해보자면 행동 활성화 체계의 각 하위척도인 보상 민감성과 추동, 재미추구가 모두 높게 나타난 경우는 긍정형과 억제/활성형 밖에 없음을 알 수 있다. 또한 행동 억제와 활성화 중 보상 민감성이 함께 높게 나타난 억제/활성형이 나타났음은 행동 억제 체계와 행동 활성화 체계가 반대되는 개념이 아님을 보여준다.

행동 억제/활성화 군집별 자존감의 차이

행동 억제/활성화 군집별로 자존감이 차이가 나는지를 살펴보기 위하여 일원변량분석을 실시하고 점수의 차이를 평균에 기초하여 그 래프 화하였다.

그 결과는 표 2, 표 3과 그림 2와 같다.

표 2. 행동억제/활성화 군집별 자아존중감 평균과 표준편차 N=198

	명수(n)	평균(M)	표준편차(SD)
제한형	45	2.88	.32
긍정형	54	2.99	.39
억제/활성형	40	2.71	.51
추동형	26	2.96	.35
억제형	33	2.56	.44
전체	198	2.83	.43

표 3. 행동억제/활성화 군집 일원변량분석표

	자승화	자유도	평균자승화	F
집단간	4.88	4	1.22	7.34***
집단내	32.09	193	.17	
전체	36.97	197		

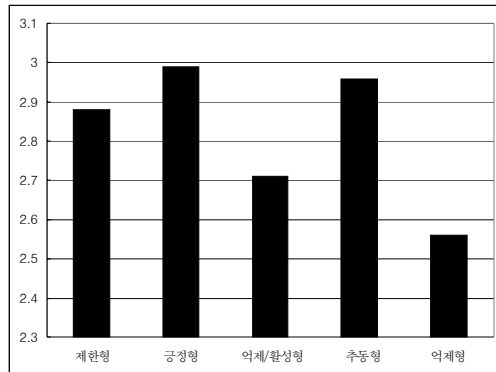
*** $p < .001$ 

그림 2 행동억제/활성화 군집별 자아존중감

표 2, 그림 2에 따르면, 자아존중감이 가장 높은 군집은 긍정형($M=3.54$, $SD=.32$)로 나타났고 다음으로는 추동형($M=3.49$, $SD=.42$)로 나타났으며, 다음으로 제한형($M=3.37$, $SD=.32$), 억제/활성형($M=3.21$, $SD=.52$), 억제형($M=3.04$, $SD=.44$)순(Scheffe: 긍정형=추동형>제한형>억제/활성형=억제형)으로 나타났다($F=7.34^{***}$).

즉 행동 활성화 체계 중 새로운 보상에 대한 열망과 잠재적으로 보상이 될 수 있는 사건에 대한 접근 의향인 재미추구가 군집 중에서 가장 높고 그러면서 보상에 대한 기대에 긍정적으로 반응하는 성향인 보상 민감성과 바라는 목표를 추구하려는 강한 열망과 지속인 추동이 함께 높은 긍정형이 자아존중감이 가장 높고, 반대로 행동 억제만을 가장 높게

보인 억제형이 자아존중감이 가장 낮았다.

두 번째로 자아존중감이 높은 군집은 추동형이었다. 즉 행동 활성화 체계 중 바라는 목표를 추구하려는 강한 열망과 지속을 의미하는 추동이 자아존중감과 가장 관련이 높다고 볼 수 있다.

이에 비하여 행동억제 체계를 가지고 있는 개인은 활성화 체계를 가지고 있다 하더라도 자존감을 낮추는 효과를 가졌다. 행동억제 체계 수준이 높은 억제형은 자존감이 가장 낮은 군집이었으며 억제/활성형은 두 번째로 자아존중감이 낮은 군집이었다. 즉 행동 활성화 체계 중 보상민감성, 추동, 재미추구가 모두 평균보다 높았던 억제/활성형도 행동 억제가 다른 군집보다 높은 수준임으로 인해 자아존중감이 낮아졌다고 볼 수 있다. 반면에 행동 억제도 행동 활성화도 낮게 보인 제한형은 평균 정도의 자아존중감을 보였다.

IV. 논의 및 결론

본 연구는 대학생을 대상으로 행동 억제/활성화 체계에 따라 자존감이 차이 나는지를 살펴보았다. 이를 살펴보기 위해 구체적으로 대학생의 행동 억제/활성화 체계를 군집화하고, 군집별로 자존감이 어떻게 차이 나는지를 살펴보았다.

본 연구에서 얻어진 결과를 연구문제별로 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 대상이 된 대학생의 행동 억제/활성화 체계는 어떻게 군집화되는지를 살펴보기 위하여 행동 억제/활성화 체계의 하위척도를 이용하여 군집분석을 실시하였다. 그 결과 총 다섯 개의 군집으로 묶여졌다. 제

한형(22.7%), 긍정형(27.3%), 억제/활성형(20.2%), 추동형(13.1%) 그리고 억제형(16.7%)로 분류되었으며 그 중에서 긍정형과 제한형이 가장 많이 나타났다.

긍정형은 행동 억제 체계가 낮은 반면 재미 추구를 가장 많이 보이고, 보상 민감성과 추동도 함께 높아 목표를 추구하려는 강한 열망과 지속을 가지고 그에 대한 접근 의향을 많이 가지는 개인을 뜻하며, 제한형이란 행동 억제 체계도 낮은 뿐 아니라 행동 활성화 체계도 전반적으로 낮아 무기력한 특성을 보이는 개인을 말한다. 김교현 등(2001)은 한국의 대학생들이 미국의 대학생들에 비해 BIS와 BAS의 하위 척도들에서 모두 얼마간 낮은 점수분포를 보였다고 하였다. 그러나 미국 대학생 대상으로 행동 억제/활성화 체계를 군집화한 연구가 없는 실정이므로 비교하기에는 무리가 있다.

이를 통해 알 수 있듯이, 행동 억제 체계가 높은 개인이 반드시 행동 활성화 체계가 낮은 것이 아니고, 반대로 행동 활성화 체계가 높은 개인이 반드시 행동 억제 체계가 낮은 것이 아니다. 이는 변인 지향적 접근에서는 밝혀질 수 없는 특성으로서, 연구대상으로 총체적이고 조직적인 통합체로 보고자 하는 개인 지향적 접근의 특징이 반영된 것이라고 볼 수 있다. 그러나 이 점은 앞으로 보다 다양한 특성을 가진 집단을 대상으로 많은 연구를 실시하여 본 후 결론을 내릴 수 있을 것이다.

둘째로, 행동 억제/활성화 체계 군집에 따라 자아존중감이 차이가 나는지를 살펴보기 위하여 행동 억제/활성화 체계 군집별로 일원변량 분석을 실시하였다. 그 결과 행동 억제/활성화 체계 군집별로 자아존중감에 차이가 유의하게 나타났다.

이를 논해보면 다음 네 가지로 논해볼 수 있다.

첫째로, 행동 활성화 체계 중 보상 민감성, 추동, 재미추구가 모두 높게 나타난 긍정형이 군집 중에서 자아존중감이 가장 높았다. 즉, 원하는 것을 얻기 위해 목표지향적인 행동을 하게하고 그로 인해 긍정적인 정서를 경험하게 하는 행동 활성화 체계가 높은 긍정형은 자아존중감에서 다른 군집보다 높은 자아존중감을 보였다. 특히 긍정형은 ‘재미 추구’가 다른 군집보다 월등히 높았다. 새롭게 접하는 일에 흥미로운 부분을 찾고, 그것으로 인해 쉽게 그 일에 몰입하게 됨은 그만큼 자기 자신에 대해 긍정적인 견해를 가지고 있음을 의미한다고 볼 수 있다.

둘째로, 다른 행동 활성화 체계 즉 보상 민감성이나 재미 추구를 평균보다 낮게 가지고 있는 개인이라 하더라도 추동을 많이 보이는 개인은 자아존중감이 비교적 높았다. 이를 통해 보면 행동 활성화 체계 중 자아존중감, 즉 자신에 대한 주관적 견해인 자아존중감과 가장 관련이 깊은 요인을 ‘추동’이라고 볼 수 있다. Carver 등(1994)은 추동을 바라는 목표를 구하려는 강한 열망과 지속이라고 하였다. 행동 활성화 체계를 동기의 민감성과 연관시켜 볼 때(Leen-Feldner et al., 2004), 목표지향적인 행동에 관여하는 경향성을 높이는 추동은 그만큼 자신에 대해 긍정적인 견해를 가지고 있음을 나타내어 어떤 일이나 쉽게 달려들 수 있고 탐색할 수 있으며 몰입도도 높은 것이라고 볼 수 있다.

추동을 바라는 목표를 구하려는 것으로 본다면 성취동기에 관련된 선행연구와 조심스럽게 비교해볼 수 있다. 재미 추구나 보상민감성이 억제/활성형보다 낮고 추동이 높은 개인

은 과제지향적인 개인으로 볼 수 있다. 과제 지향적인 개인은 성취를 증진시킴으로써 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미친다(차경호, 2001).

셋째로, 행동 억제 체계만이 높은 억제형은 자아존중감이 가장 낮았다. 행동 억제는 동기적인 측면에서 처벌이나 위협에 대비해서 자신을 움츠리고 이에 따라 무력감과 의욕상실을 경험하게 하여 자신에 대한 부정적인 견해를 가지게 한다(Corr et al., 1997).

행동 억제는 수행 불안과 대인 불안에 전반적으로 영향력을 가진다. 연령의 증가와 더불어 그 영향력이 감소하기는 하지만 행동 억제를 많이 보이는 개인은 그렇지 않은 개인보다 과제에 대한 수행 불안을 많이 경험하고 또한 대인 불안도 많이 경험한다(오경자·양윤란, 2003). 행동 억제를 많이 보이는 개인이 수행 불안이 높다고 한다면 이런 경우 보상에 민감함은 활성화에 기여하기 보다는 오히려 불안을 높이는 요인이 될 것으로 가정해볼 수 있다.

의미있는 타인들에 의해 부과된 기준이나 기대에 민감하면서 이를 충족시킬 자신의 능력에 대한 부정적인 지각이 있을 때 이는 자신에 대한 부정적 견해로 이어질 수 있을 것이다. 자신이 타인을 만족시킬 수 없다고 지각한 개인은 부정적 평가에 대한 두려움을 가지게 되고 이로 인해 회피적인 전략을 주로 사용하게 된다(이은정, 2002). 따라서 행동 억제를 많이 보이는 대학생은 자신에 대해 부정적인 견해를 가진다고 볼 수 있다.

넷째로, 행동 억제 체계를 가지고 있는 대학생은 행동 활성화 체계를 가지고 있다 하더라도 자아존중감이 크게 높아지지 않았다. 억제/활성형은 억제형보다는 자아존중감이 높았

으나, 다른 군집보다는 자아존중감이 낮았다. 억제/활성형은 보상민감성이 긍정정보보다도 높았으며 재미추구는 제한형이나 추동형보다도 높았다. 그럼에도 불구하고 억제/활성형은 제한형이나 추동형, 그리고 긍정정보보다 낮은 자아존중감을 보였다.

이를 해석해보자면, 첫째로, 행동 활성화 체계 중 보상민감성이 보상에 대한 기대에 긍정적으로 반응하는 성향임을 감안할 때 보상은 외부로부터 오는 것이므로 평가를 포함할 수 있다. 보상민감성은 추동과 연결될 때는 목표 지향적인 행동을 하게하고 오히려 타인의 인정을 구하는 것이 더 적극적으로 활동하게 하는 원인이 되지만 보상민감성 자체가 긍정적인 요인이 된다고 볼 수는 없다.

다시 말해, 보상민감성과 추동, 재미추구를 함께 가지고 있는 개인은 목표지향적인 행동을 하고 그로 인해 보상이 온다는 기대에 스스로 재미도 느끼는 긍정적인 성향을 가진다. 그러나 추동과 재미추구 없이 보상에 대한 민감성이 위축된 행동을 보이는 행동억제를 함께 가지고 있는 경우 부정적 평가에 대한 두려움을 가지고 있다고 볼 수 있다. 자신으로부터 나오는 성취동기는 낮으면서 타인이 내리는 평가에 민감한 경우 지연행동을 보임(이은정, 2002)과 연관시켜 해석해볼 수 있다.

둘째로, 행동 억제 체계를 많이 가지고 있는 개인은 행동 억제 체계를 적게 가지고 있는 개인보다 자아존중감이 낮아질 가능성이 높다고 볼 수 있다.

행동 억제 체계는 개인을 위축되게 하고 새로운 환경에 나아갈 때 어려움을 줄 수 있다. 이는 자기 자신에 대한 자신감을 잃게 하여 부정적인 견해를 가지게 할 수 있으므로 자신에 대한 긍정적인 견해를 의미하는 자아존중

감을 낮추는 효과가 있다고 가정해볼 수 있다.

자아존중감은 인간행동의 중요한 기본 동기가 되고 정신건강 및 적응과 밀접한 관계가 있다(최혜림, 1999). 만약 기질적으로 결정되는 것으로 알려진 행동억제가 자아존중감에 본 연구결과와 같이 낮추는 효과를 가진다면 자아존중감이 낮은 개인은 지속적으로 낮은 자아존중감을 가질 것으로 가정해볼 수 있다.

그러나 기질적으로 결정되는 것으로 알려진 행동억제는 성장과정에서 어떤 경험을 하였는가에 따라 달라질 수 있을 것이다. Shamir-Essakow, Ungerer, Rapee와 Safier(2004)는 기질적으로 억제 성향을 가지고 태어나는 개인이 자기 자녀를 취약하고 보호해야 한다고 표상하는 어머니에게서 양육받는 경우, 그 어머니가 자녀를 과잉보호하고 자녀의 독립성을 제한하여 결과적으로 행동억제를 지속시키는 경향이 있다고 보고하였다. 반면 Rubin, Hastings, Stewart, Henderson과 Chen(1997)은 기질적으로 억제 성향을 가지고 태어나지 않았다 하더라도 성장 과정에서 어머니가 자녀의 관점에서 자녀를 이해하려고 하고 긍정적인 정보와 부정적인 정보를 모두 수용할 줄 알고 방어 없이 표현하는 경우 결과적으로 자녀의 행동억제 수준을 낮춰 성인기에는 행동억제를 보이지 않았다고 하였다. 또한 Park, Belsky, Putnam과 Crnic(1997)은 자녀에게 민감하고 온화하고 반응적인 부모의 자녀는 연령이 증가하면서 행동억제가 줄어들었다고 하였다.

따라서 기질적으로 가지고 태어나는 행동억제 성향이라 하더라도 성장과정에서 겪는 경험에 의해 변화될 가능성이 있다. 따라서 성인기 정신건강 및 적응과 밀접한 관계가 있는 자아존중감을 높이기 위해서는 개인의 행동억제/활성화 체계를 이해하고 동기적인 측면에서의 접근이 이루어져야 할 것이다.

면에서의 접근이 이루어져야 할 것이다.

지금까지 살펴본 바를 정리해보면 다음과 같다. 대학생들을 대상으로 행동 억제/활성화 체계 군집에 따라 자존감의 차이가 나타났다. 특히 행동 억제 체계를 가진 대학생의 경우 행동 활성화 체계 중 다른 측면과 결합되어있다 하더라도 자존감이 낮아지는 효과가 있었음을 알 수 있었다. 그러나 연구 대상이 된 대학생들을 대상으로 군집 분석한 것이므로, 모든 대학생에게 일반화할 수 없다. 이를 위하여 좀 더 많은 대학생들을 연구대상으로 하여 추후 연구를 할 필요가 있다. 또한 자존감에 영향을 미치는 요인들 중에 하나로서 행동 억제/활성화 체계를 보았으므로, 지금까지 자존감에 영향을 미치는 요인으로 연구되어왔던 애착이나 양육태도, 개인의 행동 특성이나 또래 관계 등과 함께 연구해봄으로써 대학생의 자존감을 높이기 위한 전략 마련에 도움이 될 수 있을 것이다.

참고문헌

- 강문희, 김문혜 (1999). 아동의 자아존중감 관련변인의 인과모형 분석. 아동학회지, 20(4), 195-211.
- 김교현, 김원식 (2001). 한국판 행동활성화 및 행동억제 체계(BAS/BIS) 척도, 한국심리학회지: 건강, 6(2), 19-37.
- 박영애 (1995). 부모의 양육행동 및 형제관계와 아동의 자존감과 관계. 고려대학교 석사학위 논문.
- 백지숙 (2000). 대학생의 부모에 대한 애착이 자아존중감, 대학적응에 미치는 영향. 한국가정관리학회지, 18(1), 127-137.

- 송현정 (1993). 우울과 자아존중감에 관한 귀인 모형의 인과적 분석. 전남대학교 박사학위 논문.
- 어주경 (1999). 저소득층 가족의 경제적 어려움이 아동의 자존감에 미치는 영향. 연세대학교 박사학위 논문.
- 오경자, 양윤란 (2003). 청소년기 사회불안의 발생과 유지의 심리적 기제 I: 행동억제기질, 부모양육태도 및 외상경험의 영향. 한국심리학회지: 임상, 22(3), 557-576.
- 이균희 (2004). 사회과학연구방법론. 서울:법문사
- 이숙, 우희정, 김미란 (2000). 어머니의 애착과 양육행동이 청소년의 자아존중감에 미치는 영향. 한국가정과학회지, 3(1), 64-72.
- 이은정 (2002). 스포츠 참여동기와 감각추구 행동이 자아존중감 및 심리적 행복감에 미치는 영향. 전남대학교 석사학위 논문.
- 이지혜 (2001). 행동활성화체계 및 행동억제체계의 민감성과 1/f 음악이 뇌파에 미치는 영향. 충남대학교 석사학위 논문.
- 조성연 (1997). 도시와 농촌지역 아동의 자아존중감과 어머니의 양육행동 및 가정환경변인과의 관계에 대한 연구. 한국가정관리학회지, 15(3), 45-58.
- 차경호 (2001). 대학생들의 성격특성과 삶의 만족도. 청소년상담연구, 9(1), 7-26.
- 최혜림 (1999). 대학생의 자아존중감, 우울, 긍정적 자아와의 관계. 한국심리학회지: 상담과 상담치료, 11(2), 183-197.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427-454.
- Asendorpf, J. B. (1991). Inhibited children's coping with unfamiliarity. *Child Development*, 62, 1460-1474.
- Bergman, L. R., & Magnusson, D. (1997). A person-oriented approach in research on developmental psychopathology. *Development and Psychopathology*, 9, 291-319.
- Blair, C. (2003). Behavioral inhibition and behavioral activation in young children: Relations with self-regulation and adaptation to preschool in children attending Head Start. *Developmental Psychobiology*, 42, 301-311.
- Brodberg, A., Lamb, M. E., & Hwang, P. (1990). Inhibition: its stability and correlates in sixteen-to forth-month-old children. *Child Development*, 61, 1153-1163.
- Carver, C. S., & White, T. L. (1994). Behavioral inhibition, behavioral activation, and affective responses to impending reward and punishment: The BIS/BAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 319-333.
- Corr, P. J., Pickering, A. D., & Gray, J. A. (1997). Personality, punishment, and procedural learning: A test of J. A. Gray's anxiety theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 337-344.
- Davidson, R. J. (2000). Affective style, psychopathology, and resilience: Brain mechanisms and plasticity. *American Psychologist*, 55, 1196-1214.
- Davidson, R. J., Ekman, P., Saron, C. D., Senulis,

- J. A., & Friesen, W. V. (1990). Approach-withdrawal and cerebral asymmetry: Emotional expression and brain physiology, *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 330-341.
- Gable, S. L., Reis, H. T., & Elliot, A. J. (2000). Behavioral activation and inhibition in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 1135-1149.
- Grayn, J. A. (1994). Three fundamental emotion systems, In P. Ekman & R. J. Davidson (Eds), *The nature of emotion: Fundamental questions*(pp. 243-247). NY: Oxford university press.
- Greenberg, M. T., Speltz, M. L., DeKlyen, M., & Jones, K. (2001). Correlates of clinic referral for early conduct problems: Variable- and person-oriented approaches. *Development and Psychopathology*, 13, 255-276.
- Harter, S. (1990). Processes underlying adolescent self-concept formation. In R. Montemayor, G. R., G. R. Adams., & T. P. Gullotta (Eds.), *From childhood to adolescence: A transitional period?* Newbury Park, CA: Sage.
- Kagan, J. (1989). Temperamental contributions to social behavior. *American Psychologist*, 44, 668-674.
- Kagan, J., Reznick, J. S., & Snidman, N. (1988). Biological bases of childhood shyness. *Science*, 240, 167-171.
- Kagan, J., Reznick, J. S., Clarke, C., Snidman, N., & Garcia-Coll. (1984). Behavioral inhibition to the unfamiliar. *Child Development*, 55, 2212-2225.
- Kernis, M. H., Cornell, D. P., Sun, C., Berry, A., & Harlow, T. (1993). There's more to self-esteem than whether it is high or low: The importance of stability of self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(6), 1190-1204.
- Larsen, R. J., & Ketelaar, T. (1991). Personality and susceptibility to positive and negative emotional states. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 132-140.
- Leen-Feldner, E. W., Zvolensky, M. J., Feldner, M. T., & Lejuez, C. W. (2004). Behavioral inhibition: Relation to negative emotion regulation and reactivity, *Personality and Individual Differences*, 36, 1235-1247.
- Park, S, Y., Belsky, J., Putnam, S., & Crnic, K. (1997). Infant emotionality, parenting, and 3-Year inhibition: Exploring stability and lawful discontinuity in a male sample. *Developmental Psychology*, 33(2), 218-227.
- Reznick, J. S., Kagan, J., Snidman, N., Gersten, M., Baak, K., & Rosenberg, A. (1986). Inhibited and uninhibited children: A follow-up study. *Child Development*, 57, 660-680.
- Rubin, K. H., & Asendorpf, J. B. (1993). Social withdrawal, inhibition, and shyness in childhood: Conceptual and definitional issues. In K. H. Rubin., & J. B. Asendorpf. (Eds.) *Social withdrawal, inhibition, and shyness in childhood*. Hillsdale, (pp.3-18), NJ : Lawrence Erlbaum Associates.
- Rubin, K. H., Coplan, R. J., Fox, N. A., & Calkins, S. D. (1995). Emotionality, emotion regulation, and preschoolers' social adaptation. *Developmental Psychopathology*, 7, 49-62.
- Rubin, K. H., Hastings, P. D., Stewart, S. L.,

- Henderson, H. A., & Chen, X. (1997). The consistency and concomitants of inhibition : Some of the children, all of the time. *Child Development*, 68, 467-483.
- Scarpa, A., Raine, A., Venables, P. H., & Mednick, S. A. (1997). Heart rate and skin conductance in behaviorally inhibited Mauritian children. *Journal of Abnormal Psychology*, 106, 182-190.
- Schwartz, C. E., Snidman, N., & Kagan, J. (1999). Adolescent anxiety as an outcome of inhibited temperament in childhood. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 38, 1008-1015.
- Shamir-Essakow, G., Ungerer, F. A., Rapee, R. M., & Safier, R. (2004). Caregiving representations of mothers of behaviorally inhibited and uninhibited preschool children. *Developmental Psychology*, 40(6), 899-910.
- Stewart, S. L., & Rubin, K. H. (1995). The social problem-solving skills of anxious-withdrawn children. *Development and Psychopathology*, 7, 323-336.
- von Eye, A., & Bergman, L. R. (2003). Research strategies in developmental psychopathology: Dimensional identity and the person-oriented approach. *Development and Psychopathology*, 15, 553-580.
- Watson, D., & Clark, L. A. (1984). Negative affectivity: The disposition to experience aversive emotional states. *Psychological Bulletin*, 96, 465-490.
- 1 차원고접수 : 2006. 01. 10.
수정원고접수 : 2006. 02. 22.
최종게재결정 : 2006. 03. 06.

Behavioral Inhibition/Behavioral Activation System and Self-Esteem of Young Adult

Sung Hye Min

Namseoul University

Department of Child Welfare

Young Mee Ryu

Yonsei University

Child Development Research Institute

The purpose of this study is to explore the differences in the young adults' self-esteem according to the clusters of behavioral inhibition/ behavioral activation systems. Subjects were 198 university students, with 91 men and 107 women. The Korean BIS/BAS (Kim & Kim, 2001) was used to measure young adults' behavioral inhibition/behavioral activation system, and The Self-Esteem Questionnaire(Baik, 2000) was used to measure young adults' self-esteem.. Descriptive statistics, hierachical cluster analysis for the clustering behavioral inhibition/behavioral activation systems, ANOVA were performed. The results of this study were as follows. First, there found five clusters of young adults' BIS/BAS; Consisting of Positive Cluster(27.3%), Constrained Cluster(22.7%), Inhibited/Activated Cluster(20.2%), Inhibited Cluster(16.7%) and Drive Cluster(13.1%). Second, The self-esteem differences corresponded to the young adults' behavioral inhibition/behavioral activation system clusters. The Inhibited Cluster showed less self-esteem and Positive Cluster showed more self-esteem. Especially, the young adults who showed more inhibited systems, whether along with the activation systems, they showed less self-esteem. In conclusion, young adults' self-esteem was differed according to the individual characteristics of the behavioral inhibition/behavioral activation systems.

Key words : Behavioral Inhibition/Behavioral Activation System, Self-Esteem, Cluster Analysis, Person-Oriented Approach