

한국심리학회지: 건강  
The Korean Journal of Health Psychology  
2007, Vol. 12, No. 4, 969 - 982

## 기질과 성격이 우울에 미치는 영향 - 여대생을 중심으로 -

황 정 미<sup>†</sup>

고대구로병원 임상심리실

채 규 만

성신여자대학교 심리학과

본 연구는 기질 및 성격 특성과 우울간 관계 양상을 살펴보고자 하였으며, 특히 기질이 우울에 미치는 영향에 대한 성격의 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 위해 여대생 122명을 대상으로 JTCI와 MMPI를 실시하였으며, 기질의 4가지 차원인 자극추구, 위험회피, 사회적 민감성, 인내력, 그리고 성격의 3가지 차원인 자율성, 연대감, 자기초월 및 우울간의 상관, 회귀분석을 살펴보았다. 그 결과 우울과 관련이 높은 변인은 자극추구, 위험회피, 사회적 민감성, 인내력, 자율성, 자기초월로 나타났다. 매개효과 검증에서 위험회피는 우울로 향하는 직접효과와 간접효과 모두 유의미하게 나타났으나 자극추구는 매개효과가 나타나지 않았다. 본 연구 결과 대학생의 높은 위험회피 성향은 우울에 대한 취약요인으로 확인되었으며, 기질은 자율성과 같은 성격 차원의 성숙에 따라 변화될 수 있는 것으로 나타났다. 끝으로 본 연구의 시사점, 제한점, 향후 연구방향을 논의하였다.

주요어 : 기질, 성격, 우울, 대학생

개인의 심리적 적응에 영향을 미치는 요인에 대한 연구 결과, 단일한 요인에 의해서가 아니라 여러 요인들간 상호작용의 결과로 심리적 문제가 발현된다는 다중결정론(multi-determinism)이 지배적인 추세이다(Engel, 1977). 이러한 입장에 따

르면 심리적 문제에서의 취약성은 개인의 다양한 생물학적 특징과 성격 및 환경적인 요인에 의해 결정된다. 우울 또한 개인적, 환경적인 취약 요인들이 영향을 미치고 있으며, 이에 대한 많은 연구들이 이루어져 왔다. 그중 Cloninger(1987)의 심리

<sup>†</sup> 교신저자(Corresponding author) : 황정미, 서울시 구로구 구로동 80번지 고려대학교 부속 구로병원 정신과 임상심리실, 전화: 02) 818-6134, E-mail: 1318remnant@paran.com

생물학적 모델은 인성에 영향을 미치는 유전적 요인과 환경적인 영향을 구분하여 인성 발달 과정을 이해하는 데 기여함으로써 최근 많은 주목을 받고 있다(김보경, 민병배, 2006).

Cloninger는 기존의 인성(personality) 모델이 학습 이론 및 학습 과정 기저의 신경생물학적 연구 결과들과 잘 통합되지 않는다는 한계를 지적하고 유전적으로 서로 독립적인 네 가지 차원으로 구성된 기질 모델을 제시하고 있다. 그는, 기질이란 자극에 대해 자동적으로 일어나는 정서적 반응 성향으로 다분히 유전적으로 타고난 것이며 일생 동안 비교적 안정적인 속성이고, 인성 발달의 원재료이며 기본 틀이 된다고 하였다. 이에 해당하는 네 가지 기질의 세부적 특성은 자극추구(Novelty seeking), 위험회피(Harm avoidance), 사회적 민감성(Reward dependence), 인내력(Persistence)으로 구성되어 있는데, 자극추구는 새로운 자극에 대한 탐색 반응의 정도 및 처벌을 적극적으로 회피하는 성향에서의 개인차를 말한다. 위험회피는 처벌이나 위험의 신호, 혹은 보상 부재의 신호에 대한 반응으로 행동이 억제되는 성향에서의 개인차를 말하고, 사회적 민감성은 사회적 애착에 대한 의존성에서의 개인차로, 사회적 보상 신호와 타인의 감정에 대한 민감성에서의 개인차를 의미하며, 인내력은 지속적 강화 없이도 이전에 보상된 행동을 일정 시간 동안 유지하는 성향에서의 개인차이다(오현숙, 민병배, 2004).

생물사회 성격이론에 의하면 특정 기질은 유전적인 성향을 가지고 있으며 이런 기질이 개인의 성격 특성 및 성격 장애로 발전할 위험의 소지를 높인다고 밝히고 있어(Cloninger, Svrakic & Przybeck, 1993) 기질 모델의 유용성을 보여주고

있다. 그러나 개인의 유전적 측면에 대한 생물학적 기제의 발견이 약물학적 접근을 가능케 하였음에도 불구하고, 병리적 집단에 한정적이며 환경에 발전적으로 적응하는 등의 변화의 가능성은 적다는 면에서 다양한 심리학적 접근을 통해 기질을 조절하고 환경에 발전적으로 적응하는 성격의 중요성이 크다(오현숙, 민병배, 2004; 배영미, 2001). 따라서 Cloninger 등(1993)은 기질 차원만으로는 성격장애의 유무나 개인의 부적응 정도를 기술하는 데 한계가 있음을 인식하고, 같은 기질 유형 내에서 잘 적응하는 개인과 그렇지 못한 개인을 구분하기 위해 세 가지 성격 차원을 추가한 인성모델을 제시하였다. 여기서 성격(character)이란 개념을 추가하였는데, 이는 인성(personality)을 ‘성격’으로 번역해왔던 심리학적 용어와 중첩되는 경우도 있지만, 좀 더 하위적인 개념으로 기질이라는 원재료를 바탕으로 환경과의 상호작용 속에서 형성되고, 사회 문화적 학습의 영향을 받으며 일생 동안 지속적으로 발달하며 기질에 의한 자동적인 정서적 반응을 조절한다(오현숙, 민병배, 2004).

기질을 제외한 성격 차원은 자율성(self-directedness), 연대감(cooperativeness), 자기초월(self-transcendence)로 이루어져 있는데, 자율성이란 개인의 정해진 목표와 가치에 따라 행동을 조절하고 적응하여 상황에 맞추어가는 것을 의미하는 것으로 행동에 대한 통제력, 책임감, 자존감, 자기효능감과 관련이 있는 차원이다. 즉 자율성은 자신이 선택한 목표와 가치를 이루기 위하여(자기결정력) 자신의 행동을 상황에 맞게 통제, 조절, 적응시키는 능력(의지력)이라고 정의될 수 있다. 이에선 자신의 선택에 대한 책임의 수용, 목적의

식과 의미있는 목표의 추구, 목표 추구행동에서의 유능감과 주도성, 그리고 자신의 한계에 대한 수용과 자존감 등이 포함된다. 연대감은 다른 사람을 수용하고 동일화할 수 있는 개인의 차이로, 사회적으로 적응을 하고 감정을 잘 느끼고 도움을 많이 주는 것을 말한다. 자기초월이란 영적인 것에 관심을 갖고 자신을 우주의 통합적 한 부분으로 지각하는 것으로 영성 및 종교적 신앙의 수용, 조건에 관계 없이 평온함과 감사를 느끼는 것과 관련된다(오현숙, 민병배, 2004).

이렇듯 Cloninger 등(1993)은 인성(personality)을 기질과 성격이라는 두 가지 큰 구조로 구분하여 유전적이고 생물학적인 개인의 특성과 사회 문화적 학습의 영향을 받으며 평생 동안 발달해가는 개인의 특성을 세분화하였다. 특히, 성격(character)을 개인이 어떤 목표와 가치를 추구하는가, 개인이 자신을 어떤 사람으로 이해하고 동일시하는가를 포함하는 자기개념(self-concept)에서의 개인차와 관련된 것으로 보았기 때문에 심리적 부적응의 취약 요인이 될 수 있는 기질적 특성을 조절하고 개입할 수 있다는 측면에서 연구의 의의가 있다고 볼 수 있겠다.

Cloninger 등(1993)의 인성 모델을 기초로 하여 우울간의 연관성에 관한 연구들을 살펴보면, 새로운 상황이나 사물 또는 낯선 사람을 접했을 때 그 자극을 향해 움직이거나 회피하는 정도가 청소년의 우울증상에 가장 강력한 예언력을 가졌다는 결과가 보고되고 있다(김정민, 윤진, 1992). 김보경과 민병배(2006)의 연구에서는 높은 자극추구 성향과 우울이 유의한 상관을 보이고 있어 아동 및 청소년의 기질과 우울 간의 관련성을 보여 주었다. 이런 기질에 관한 연구는 기질적 특성이

강한 청소년들이 환경으로부터 자신의 기질적 특성과 상반되는 무리한 요구 속에서 반복되는 좌절을 경험하지 않도록 하며, 아울러 자신의 기질적 특성을 이해하고 장단점을 잘 다스리는 방법을 배우게 함으로써 자기조절이 향상될 수 있기 때문에 기질에 관한 연구는 심리적 개입의 차원에서 개인을 이해하는데 도움을 준다(박주용, 오현숙, 2005). 우울증 환자에 있어서도 위험을 회피하고자 하는 경향이 상태와 특성 모두에 관여하는 기질적 특성임을 보고하고 있으며(김영호, 2003), 최근의 연구에서도 역시 높은 위험회피 성향과 낮은 자율성이 우울과 밀접한 관계가 있다는 결과가 일관되게 보고되고 있다(임진현, 2005; 한창환, 2003).

국의 논문의 경우, 세로토닌이 우울증의 심한 정도에 따른 상태의 변화 뿐만 아니라 유전적이고 기질적인 부분과 연관성이 있다고 보고한 Hansenne와 Pitchot, Gonzalez 및 Machurot(1997; Cloninger, 1993에서 재인용)의 연구는 신경전달물질과 같은 생물학적 요소가 우울증과 상당히 유의하게 관련되어 있음을 시사한다. 심지어는 우울증의 약물치료에 있어 위험회피 수준이 항우울제에 대한 반응과 관련이 높다는 연구 결과도 보고되고 있어 우울의 기질적 특성이 개인의 우울성향에 상당한 영향을 미치고 있는 것으로 시사된다(Tome, Cloninger, Watson, & Isaac, 1997). 한편, 경계선 성격장애를 생물유전적 기질과 연결하여 보고자 한 연구에서는 새로운 것을 추구하는 경향, 위험회피 성 경향과는 정적 상관을, 성격 차원의 자율성과 연대감과 부적 상관을 나타내어(Cloninger, Przybeck, Svrakic & Wetzel, 1994) 기질뿐 아니라 성격 차원이 병리적 특성과 관련되어 있음을 보여주고 있다.

또한 보다 최근의 연구에서 국내 연구와 마찬가지로 기질 및 성격 차원들을 성인 임상집단 및 비임상집단의 우울수준 간의 관련성을 조사한 결과, 높은 위험회피 성향과 낮은 자율성이 우울과 관계가 있음을 보고하고 있다(Abrams, Yune, Kim, Jeon, Han, Hwang, Sung, Lee, & Lyoo, 2004; Chien & Dunner, 1996).

이와 같은 국내 및 국외 연구 결과를 종합해 보면, 우울증을 종속변인으로 하여 기질 및 성격 간의 관계를 탐색하였고, 기질 차원 가운데 위험회피 성향과 자극추구 성향, 성격 차원 중 자율성 차원이 부적응과 일관되게 상관이 있는 것으로 나타났다. 그러나 대부분 정신과적 집단을 대상으로 선별하여 이루어져왔고 비임상집단인 내담자를 대상으로 한 연구에서 기질 및 성격 차원과 심리적 부적응간의 관계를 종합적으로 살펴본 연구는 부족하였다. 즉, 기질 및 성격과 부적응간의 단편적인 관계만을 살펴보고 있기 때문에 지속적으로 성숙하고 개입에 있어 심리학적 접근을 활용할 수 있는 성격 차원의 연구가 제한적이었다. 이뿐만 아니라 그 대상에 있어서도 대부분 아동 및 중학생을 대상으로 연구가 이루어졌으며, 대학생 집단을 대상으로 한 기질과 부적응간의 관계에 대한 연구는 많지 않다.

그러나 후기 청소년기인 대학 시기는 자신의 내적 세계와 외적 환경을 탐색하고 이후 인생에 영향을 줄 수 있는 정체감 형성과 직업선택 및 결혼과업이라는 측면에서 중요한 시기라고 할 수 있다(Felsman & Blustein, 1999). 특히, 청소년기와 성인기의 과도기에 속하는 대학생의 경우 우울증상 유병률에 있어 중·고등학교 청소년들의 유병률 32.74%(서국희, 조맹제, 1997), 38.9%(조성

진 등, 2001)에 비해 44.1%의 유병률로(이은희, 2004) 높게 나타나고 있어 대학생들이 심각한 정서적 부적응 상태에 있음이 시사된다. 또한 한소영 등(2005)의 대학생의 음주문제에 관한 연구에서도 우리나라 남녀 대학생의 음주문제에 관한 심각성을 보고하였는데, 남녀 대학생 모두 우울, 불안 등 정서적인 요인이 음주문제에 직접적인 영향을 미치는 경로가 유의미한 결과를 보이고 있음이 확인되었다. 이는 우리나라의 청소년들이 중·고등학교 시기의 통제되고 수동적인 입시위주의 교육으로 인하여 청소년기 발달과업인 정체성 확립과 부모로부터의 심리적 독립을 지체시켜 오다가, 대학생활을 시작하면서 독립적, 능동적인 생활환경으로의 대전환 및 적응문제에 직면하게 되면서, 그 동안 지체된 발달과업을 성취해야 되는 압력을 경험하게 되기 때문으로 생각된다.

실제 대학내 학생들이 상담 받기를 원하는 부분은 환경적인 문제보다 자신의 성격이 더 크게 작용하는 것임(Minge & Bowman, 1967)을 고려할 때 개인의 잠재된 심리적 특징에 더욱 깊은 관심을 두어야 할 것으로 보인다. 그러나 문제중심으로 본 대학생 상담의 주요 증상인 심리적 부적응에 대한 치료적 접근의 최근 발표를 살펴보면 대학생들의 문제 해결을 위한 개인적 접근의 한계가 있음을 보고하고 있어(이민규, 2000) 대학생의 부적응에 관한 기질 및 성격 차원의 이해가 더욱 필요할 것으로 보인다. 특히, 대학생은 발달 시기적으로 과도기적 입장에 놓여있고, 자율과 독립으로 대표되는 발달과업을 가지고 있으므로 이를 위한 사회적, 제도적 지원이 마련된다면 한 인간으로서의 자아실현이 가능하여 성숙한 인격형성에 많은 보탬이 될 것으로 생각된다(최명규, 오

윤자, 2001). 즉, 이 시기에 유전되고 일생 동안 비교적 안정적인 속성을 보이는 기질을 이해하고, 일생을 통해 지속적으로 발달하며 기질에 의한 자동적인 정서적 반응을 조절하는 성격과의 관계를 동시에 살펴보는 것은 개인에 대한 폭넓은 이해뿐 아니라 심리적 개입 및 교육의 활용도를 높일 것으로 보인다(오현숙, 민병배, 2004; 배영미, 2001) 의의가 있을 것으로 생각된다. 이에 본 연구에서는 대학생 집단을 대상으로 기질 및 성격 차원의 하위 요인들 중 우울에 가장 큰 영향을 미치는 변인이 무엇인지 살펴보고, 기존 연구에서 일관되게 우울과 관련이 높은 변인으로 밝혀진 기질 차원의 특성인 위험회피와 자극추구, 성격 차원의 특성인 자율성 간의 관계를 보다 통합적으로 살펴봄으로써 대학생의 심리적 적응에 도움을 줄 수 있는 경험적 자료를 얻고자 한다.

## 방 법

### 참여자

본 연구의 대상은 2005년 3월부터 2006년 1월까지 서울 소재 S 여대 학생생활상담소를 찾는 학생들 중 MMPI와 JTCI 검사를 모두 실시한 대학 1학년 19명(15.6%), 2학년 48명(39.3%), 3학년 29명(23.8%), 4학년 26명(21.3%), 총 122명을 대상으로 하였다. 평균연령은 22.7세였고, 재학생 117명(94%), 휴학생 5명(6%)이었다.

### 측정도구

#### Cloninger의 기질 및 성격검사-청소년용(JTCI

: **The Junior Temperament and Character Inventory**). Cloninger 등(1994)이 제작한 TCI를 바탕으로 독일의 Schmeck와 Meyenburg 및 Poustka(1995; 김보경, 민병배, 2006에서 재인용)가 JTCI 12-18을 개발하였으며, 국내에서는 오현숙과 민병배(2004)가 Cloninger와의 협의 하에 독일형 JTCI 12-18을 표준화하였다. 독일판 JTCI 12-18은 본래 12세에서 18세까지의 청소년을 대상으로 실시되는 검사이지만 한국판 '기질 및 성격검사-청소년용'은 대상 범위를 다소 확장하여 중, 고등학생 및 대학생을 대상으로 실시하도록 구성되어 있으며, 4개의 기질 척도와 3개의 성격 척도를 포함하는 7개의 기본척도로 이루어져 있다. JTCI를 통해 측정되는 4가지 기질 차원은 자극추구(NS), 위험회피(HA), 사회적 민감성(RD), 인내력(P)의 차원이고, 3가지 성격차원은 자율성(SD), 연대감(C), 자기초월(ST)의 차원이다. 인내력을 제외한 각각의 척도들은 세 개 또는 네 개의 하위 척도들로 구성되어 있고 4점 척도의 총 82문항으로 구성되어 있다.

#### 다면적 인성검사(MMPI: Minnesota Multiphasic Personality Inventory).

Hathaway와 Mckinely (1940; 김중술 외, 2004에서 재인용)에 의해 개발되어 우리나라에 맞게 개정된 한국판 다면적 인성검사는 566문항으로 이루어졌다(김영환 외, 1989). 각각의 문항에 대하여 '그렇다', '아니다' 중 어느 하나에 응답하도록 하였으며, 응답결과가 비정상 행동의 종류를 측정하는 10가지 임상척도(건강염려증, 우울증, 히스테리, 반사회성, 여성성-남성성, 편집증, 강박성, 정신분열증, 경조증, 내향성)와 4가지 타당도 척도(?, L, F, K)에 따라 채점되는데, 본 연구에서는 우울증

척도를 사용하였다.

**자료분석**

**연구절차**

본 연구는 2005년 3월부터 2006년 1월까지 대략 11개월에 걸쳐 자료를 수집하였다. 연구대상자들은 S 여대 학생생활 상담소를 자의적으로 방문한 학생들을 대상으로 이루어졌다. 학생들은 자기보고검사(MMPI, JTCl, SCT), 진로탐색검사 등을 실시하였고, 자기보고검사의 경우 검사지를 배포 후 원하는 일시에 다시 상담소로 제출하도록 하였다. 대부분 일주일 내에 제출되었으며, 각각의 결과에 대해 상담 수련을 받은 수련생이 해석 상담을 제공하였다. 그리고 검사를 실시한 학생들 중 MMPI와 JTCl 모두를 실시한 학생들 122명의 검사를 데이터화 및 분석 하였다.

SPSS 10.0을 사용하여 JTCl의 4개 기질 및 성격 척도와 우울 척도의 평균 및 표준편차를 살펴보고, 우울 척도의 점수 분포 정도를 살펴보았다. 그리고 기질 및 성격과 우울 척도간 관계를 살펴보기 위해 상관분석을 실시하였고, 자율성이 위험회피, 자극추구와 같은 기질 특성을 매개하는지를 검증하기 위해 회귀분석을 실시하였다.

**결 과**

내담자 집단의 MMPI 우울 척도의 점수 분포가 표 1에 제시되었다. 50점 이상 60점 미만인 41명(33.6%)으로 가장 많았고, 40점 미만이 30명(24.6%), 40점 이상 50점 미만 30명(24.6%), 그리

표 1. 우울 척도의 점수 분포

	40점 미만	40점이상 50점미만	50점이상 60점미만	60점이상 70점미만	70점 이상
우울	30(24.6%)	30(24.6%)	41(33.6%)	18(14.8%)	3(2.5%)

표 2. 주요 변인들의 평균 및 표준편차와 상관분석 결과

변인	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 자극추구	1.00							
2. 위험회피	-.16	1.00						
3. 사회적민감성	.12	-.27**	1.00					
4. 인내력	-.02	-.34**	.23*	1.00				
5. 자율성	.03	-.61**	.10	.39**	1.00			
6. 연대감	-.29**	-.14	.29**	.29**	.12	1.00		
7. 자기초월	.14	-.15	.13	.18*	.23*	.27**	1.00	
8. 우울	-.24**	.62**	-.29**	-.42**	-.51**	-.14	-.24**	1.00
평균	48.82	52.67	50.69	50.25	48.69	50.91	54.16	49.25
표준편차	11.42	11.34	9.66	9.99	11.26	10.00	10.67	11.46

\*\*p < .01, \*p < .05

고 70점 이상 3명(2.5%) 순으로 나타났다.

기질 및 성격과 우울 변인의 평균 및 표준편차와 각 변인들 간의 상관계수를 표 2에 제시하였다. 상관분석 결과, 위험회피와 자율성, 인내력이 우울과 가장 높은 상관을 보였으며, 위험회피는 우울과 정적 상관( $r=.62, p < .01$ )을, 자율성은 부적 상관( $r=-.51, p < .01$ )을, 그리고 인내력과도 부적 상관( $r=-.42, p < .01$ )을 나타냈다. 그 외에 자극추구와 사회적 민감성, 자기초월도 상대적으로 약하지만 유의미한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 기질과 성격 차원 간의 관계를 살펴보면, 자극추구는 연대감과 부적 상관( $r=-.29, p < .01$ )을 나타냈고, 위험회피는 사회적 민감성, 인내력, 자율성과 모두 부적 상관을 나타냈는데, 특히

자율성과 가장 높은 부적 상관을 보였다( $r=-.61, p < .01$ ). 사회적 민감성은 연대감과 정적 상관을 나타냈고, 인내력과도 경미한 정적 상관을 보였다. 자기초월은 연대감과 유의미한 정적 상관을 나타냈지만, 대부분의 변인들과는 경미한 상관만을 나타냈다.

이론적 배경에 제시한 연구들의 결과에 근거하여 위험회피와 자극추구를 기질차원으로, 자율성을 성격차원에 포함시켰고, 기질이 우울에 미치는 영향에 있어서 성격의 매개효과를 검증하기 위해 Baron과 Kenny(1986)의 절차를 사용하였다. 매개효과가 있다고 검증되기 위해서는 다음과 같은 조건을 만족해야 한다. 첫째, 첫 번째 회귀방정식에서 독립변인이 종속변인에 유의한 영향을 미

표 3. 위험회피와 우울에 대한 자율성의 매개효과

단계 종속변인		R <sup>2</sup>	β
1단계	독립변인→종속변인	.37	-.61**
	위험회피→우울		
2단계	독립변인→매개변인	.38	.62***
	위험회피→자율성		
3단계	독립변인, 매개변인→종속변인	.24	.49***
	위험회피→우울		
	자율성→우울		

\* $p < .05$ , \*\*\* $p < .001$

표 4. 자극추구와 우울에 대한 자율성의 매개효과

단계 종속변인		R <sup>2</sup>	β
1단계	독립변인→종속변인	.06	-.24**
	자극추구→우울		
2단계	독립변인→매개변인	.01	.03
	자극추구→자율성		
3단계	독립변인, 매개변인→종속변인	.05	-.23**
	자극추구→우울		
	자율성→우울		

\* $p < .05$ , \*\*\* $p < .001$

쳐야 하며, 둘째, 독립변인은 매개변인에 영향을 미쳐야 하고, 마지막으로 매개변인은 세 번째 회귀방정식에서 종속변인의 분산을 설명할 수 있어야 한다. 또한 독립변인은 2단계에 비해 3단계에서 설명력이 유의하지 않거나(완전매개), 유의하게 낮아져야 한다(부분매개).

표 3에서 알 수 있듯이 기질차원의 위험회피는 종속변인에 유의한 영향을 미쳤고, 위험회피는 매개변인으로 상정한 자율성을 통계적으로 유의하게 설명하였다. 또한 매개변인이 종속변인에 미친 영향도 유의함을 알 수 있다. 그리고 독립변인으로부터 종속변인으로 가는 회귀계수가 두 번째 방정식보다 세 번째 방정식에서 감소하였고, 변화량도 13% 감소하였다. 그러므로 자율성은 기질차원인 위험회피와 우울간의 관계를 부분적으로 매개한다고 할 수 있다.

반면, 자극추구의 경우 1단계인 독립변인이 종속변인에 유의한 영향을 미치고 있지만, 3단계에서도 2단계에 비해 설명력에 큰 차이를 보이고 있지 않고, 오히려 다소 증가하고 있어 자율성이 기질차원인 자극추구와 우울간의 관계를 매개한다고 볼 수 없다.

## 논 의

본 연구에서는 대학생 집단에서 기질과 성격이 우울에 미치는 영향과 성격의 매개효과를 검증하고자 하였다. 연구 결과, 상관분석에서 우울과 가장 관련이 높은 변인으로 기질차원 중에서는 위험회피 변인이, 성격차원 중에서는 자율성 변인이 확인되었으며, 이는 선행연구들과 일관되는 결과이다(이동우 외, 1999; 양은주, 류인균, 2000; 김영

호, 2003; 한창환, 2003; 임진현, 2005; Cloninger et al., 1994; Abrams et al., 2004). 즉, 높은 위험회피 성향과 저조한 자율성 발달은 대학생의 우울에 있어서 중요한 생물학적, 성격적 취약요인으로 시사된다. 또한 회귀분석을 통한 성격차원의 매개효과 검증 결과, 대학생의 기질이 우울에 미치는 영향에 대해 성격적인 성숙도를 반영하는 자율성이 부분적인 매개효과를 지니는 것으로 확인되었다. 이는 기질 특성이 다르게 발현되어 심리적인 적응수준에 영향을 미친다는 Cloninger 등(1993)의 이론과도 부합하는 결과로, 환경에 대한 기질의 자동적인 정서 반응이 우울에 직접적인 영향을 미치기도 하지만, 부분적으로 성격의 성숙도에 따라 그 영향력이 달라질 수 있음을 의미한다.

위험회피가 높은 사람은 조심심이 많고 잘 긴장하며 겁이 많고 안전을 중시하는 경향이 있다. 따라서 걱정하지 않아도 되는 상황에서조차 걱정이 많고 비관적인 경향을 보인다. 비록 이들이 위험이 예상되는 상황에서 조심스럽게 미리 세심한 대비를 하기 때문에 위험이 실제 현실로 나타날 때 사전 계획과 준비가 큰 도움이 되는 장점이 있다고 할지라도, 불확실한 상황이나 익숙하지 않은 상황에 대한 두려움이 많고, 많은 사회적 상황에서 위축되고 수줍어하기 쉽다는 단점이 있다(오현숙, 민병배, 2004). 또한 이들은 에너지 수준이 낮아서 자주 피곤해하고 쉽게 지치기 쉬우며 스트레스 상황에서 목표를 세우고 적용하기보다는 판단력의 어려움을 겪으며 회피하는 특성이 있기 때문에 더욱 우울에 취약할 것으로 보인다. 게다가 위험회피가 자율성을 매개로 하여 우울에 간접적인 영향을 미칠 수 있음이 확인되었는데, 이는 위험회피의 경우 우울에 직접적인 취약요인이



기도 하지만 위험회피가 높을 경우 자율성 발달에도 부정적인 영향을 미쳐 우울에 취약한 성격 특성을 초래할 가능성도 시사된다. 따라서 지나치게 안전을 중시하여 문제상황을 회피하는 태도로 인해 환경에 대한 주도성을 갖지 못한 결과 쉽게 위축되고 포기하는 등 심리적인 에너지가 부족할 것으로 생각된다.

자극추구가 높은 사람은 새롭고 낯선 것일지라도 열정적으로 탐색한다는 장점이 있다. 따라서 이들은 남들이 예견하지 못하는 숨어있는 보상을 잘 발견한다(오현숙, 민병배, 2004). 그러나 자극추구 성향이 낮을 경우 성미가 느리고 호기심이 부족하지만 정적이고 심사숙고하는 장점도 있다. 그럼에도 불구하고 자극추구 성향이 지나치게 낮을 경우에는 경직되고 융통성이 없으며 절제하는 면이 두드러지게 나타나기 때문에 지나치게 억제하고 양보하는 우울 성향에 영향을 주게 된다(김중술, 2004). 이는 우울과 자극추구 성향이 정적 상관을 보였고, 우울증 환자에게서 자살과 충동성이 높은 관련이 있다는 근거로, 높은 자극추구성향이 우울과 관련이 있다는 김보경과 민병배(2006)의 연구와는 다른 결과로, 오히려 내면의 정서에 대해 표현하지 못하고 억압하는 기질적 특성이 우울 성향과 관련된다는 것을 시사한다. 그러나 김보경과 민병배(2006)의 연구가 초등학교와 중학교와 같은 초기 청소년을 대상으로 연구했다는 차이가 있는데, 청소년 초기의 경우 우울이 가면화(masked)되어 나타난다는 점을 고려할 때 충동적인 성향이 자살과 같은 행동화와 관련될 수 있을 것으로 생각된다. 이와는 달리 대학생은 자극추구 성향이 지나치게 낮을 경우 내면의 정서를 표출하기보다는 억압하는 우울 성향과 관련있는 것

로 시사된다. 다만 자극추구의 경우 우울과 관련성은 있지만 자율성에 의한 매개효과는 나타나지 않아 자율성과는 무관한 특성임을 시사한다. 이는 높은 자극추구 성향이 우울에 영향력을 미쳤던 초등 및 중등생의 연구 결과(김보경, 민병배, 2006)와는 달리 성인기 초기에 해당되는 대학생을 대상으로 한 본 연구에서는 우울과 낮은 자극추구 성향과 관련된 결과를 고려할 때 연령의 발달에 따라 병리에 있어 기질적 차원의 발현에 차이가 있는 것으로 생각된다. 따라서 아동 및 청소년, 초기 성인기뿐 아니라 중기 및 후기 성인기에 대한 기질과 성격 및 우울에 관한 연구가 필요할 것으로 보인다.

우울과의 단순 상관 결과에서 선행연구에서 보고되지 않은 기질차원 중 인내력이 우울과 높은 상관이 나타났는데, 이는 인내력이 높은 사람은 좌절과 피로에도 불구하고 오히려 이를 개인적인 도전으로 받아들이는 경향이 있기 때문으로 생각된다. 따라서 쉽게 포기하거나 단념하지 않으며, 자신이 한 일이 좌절에 부딪치거나 비판을 받을 때 오히려 더 열심히 일하는 경향을 보인다. 반면 인내력이 낮은 사람은 비활동적이고 게으르며, 좌절이나 비판, 피곤과 같은 어려움이 생기면 쉽게 포기하는 경향이 있다. 다만, 우울 성향이 높은 집단의 경우 의욕이 없고 행동이 느리고 침체되기 때문에(이정균, 김용식, 2000) 인내력 수준이 우울 수준에 따라 달라질 수도 있지만, 우울증 삽화가 치료 후 관해 상태에서도 지속적인 기질 및 성격 변화에 영향을 준다는 Alkiskal(1983)과 Hirschfield(1983)의 연구 결과를 고려할 때 인내력이 우울 수준에 의해 영향을 받기는 하지만, 동시에 우울을 예측하는 취약요인으로 볼 수 있다.

사회적 민감성과 자기초월 역시 우울과 유의미한 부적 상관을 보였는데, 사회적 민감성이 높은 사람은 사회적 접촉을 좋아하고, 다른 사람과의 교류에 열려있는 반면, 사회적 민감성이 낮을 경우, 타인과 거리를 유지하며 먼저 교류를 시작하는 경우가 드물다. 이러한 사회적 분리 성향은 자신에게 유의한 사회적 친분을 맺는 데 방해가 되기 때문에 장기적으로는 정서적 부적응을 경험할 수밖에 없다. 실제 사회적 민감성은 우울증 환자의 hypercortisolemia와 관련이 있다는 보고가 있어(오현숙, 민병배, 2004에서 재인용), 정서적 감수성과 친밀감이 부족할 경우 사회적 관계 형성 및 적응에 부정적 영향을 줄 수 있을 것으로 보인다. 한편, 자기초월적인 사람의 경우, 최선을 다했는데 불구하고 실패했을 때 이를 기꺼이 받아들이고, 자신의 성공뿐 아니라 실패에 대해서도 감사할 줄 안다(오현숙, 민병배, 2004). 그러나 자기초월성이 낮은 사람은 자의식이 강하고 모호함이나 불확실함을 잘 견디지 못하기 때문에 결과가 자신이 예상했던 것과 달리 부정적인 경우 쉽게 실망하며 정서적으로 압도되기가 쉬울 것으로 보인다.

자율성은 자기결정력과 의지력의 두 가지 기본 개념에 기초초하며 자신이 선택한 목표와 가치를 이루기 위해 자신의 행동을 상황에 맞게 통제, 조절, 적응시키는 능력이라고 정의할 수 있다. 여기에는 자신의 선택에 대한 책임의 수용, 목적 의식과 의미있는 목표의 추구, 목표 추구 행동에서의 유능감과 주도성, 자신의 한계에 대한 수용과 자존감 등이 포함된다(오현숙, 민병배, 2004). 따라서 자율성이 높은 사람은 자신이 선택한 목표에 맞게 행동을 조절할 수 있는 자존감이 높고,

다른 한편으로는 책임감 있는 사람이라고 할 수 있기 때문에 자율성을 향상시키는 것은 우울에 대한 보호적인 기능을 할 수 있을 것으로 생각된다. 반면, 자율성이 낮을 경우 쉽게 상처받으며 남을 원망하고 비난하는 경향이 있고, 스스로에 대해 부정적으로 평가하고 자신의 단점을 수용하기 어려워하기 때문에 사회적 상황에서 쉽게 위축되기 쉬울 것으로 보인다. 따라서 타인에게 무력하고 희망이 없고 효율적이지 못한 사람으로 비춰지기 쉬울 것으로 생각된다.

자율성이 기질과 우울 간의 관계를 매개한다는 본 연구 결과는 자동적으로 일어나는 다분히 유전적으로 타고난 것이며 일생 동안 비교적 안정적인 속성을 가진 기질과 우울간의 관계를 보아왔던 기존 연구와는 달리 우울에 대한 이해 뿐 아니라 개입 및 예방의 측면에서 의의가 있다고 하겠다. 기질차원에 대한 이해는 개인의 성격 발달 및 부적응을 이해하는데 기초가 될 것으로 생각된다. 그러나 타고난 기질 차원을 변화시켜 우울과 같은 부적응 문제를 해결하는 것은 어려울 것이기 때문에 상담가나 임상가가 일생을 통해 성숙하고 성장 가능한 성격차원에 대한 개입을 할 경우 개인의 적응에 보다 긍정적으로 접근할 수 있을 것으로 생각된다. 뿐만 아니라 부적응에 처한 개인에게 있어서도 자신의 부적응에 대해 결정론적이고 운명론적인 태도보다는 능동적인 태도를 취할 수 있을 것으로 본다. 특히, 성격적인 측면인 자율성은 행동에 대한 통제력, 책임감, 자존감, 자기효능감과 관련이 있는데, 본 연구의 집단인 대학생의 경우 발달시기적으로 성인으로 가는 과도기이며, 자율과 독립으로 대표되는 발달과업을 가지고 있으므로(최명구, 오윤자, 2001) 이

시기에 자율성 향상을 위한 개입은 더욱 의미가 있을 것으로 생각된다. 또한 Havinghurst(1948)도 성인으로서 건강한 심리, 사회적 기능을 영위하기 위해서는 자율성의 획득이 필요하다고 보았고, 특히, 자기개념 및 가치, 자존감, 자기 수용 등과 관련된 자율성은 기질 및 환경에 의한 부정적인 영향을 조절할 수 있다는 점에서, 약물치료 외에 인지적, 성격적인 측면에 대한 성장과 관련이 깊을 것으로 생각된다.

우리나라 대학생의 우울증 유병률이 중·고등 학생의 우울증 유병률보다 높고(서국희, 조맹제, 1997; 조성진 등, 2001; 이은희, 2004), 음주문제의 정도가 심각할 뿐 아니라(한소영 외, 2005) 우울, 불안과 같은 부정적 정서를 벗어나기 위해 음주, 흡연과 같은 쾌락추구 활동에 몰입한다고 보고되고 있어(곽금주, 문은영, 1993) 대학생의 심리적 자원을 향상시키는 것이 중요함을 시사하고 있다. 실제 Haines와 Szyjakowski(1990)의 연구에서 청소년들을 대상으로 하여 인지적 재구조화 훈련을 실시한 결과, 불안과 분노 수준이 감소하고 자존감이 향상된 것으로 나타난 바 있으며, 우울증상(윤호열, 이희백, 천성문, 1997)도 감소시킨 것으로 나타나, 대학생들을 대상으로 한 개입이 적응에 상당한 도움을 주고 있음을 보여준다. 아울러 위협회피, 자극추구와 같은 개인의 기질적 특성에 대한 이해와 함께 성격 차원인 자율성을 증진시키는 것은 정체성의 혼란이나 갈등을 겪고 있는 청소년 후기 및 성인기 초기로 접어드는 대학생의 자기 이해와 발전이라는 통합적인 접근을 가능하게 할 것으로 생각된다.

마지막으로 본 연구의 제한점을 살펴보면, 첫째, 본 연구의 결과는 서울 소재의 여대생을 대상

으로 확인된 것으로 일반화의 한계가 있으며, 특히 성별에 따라 기질과 성격 유형에 차이점을 지적한 몇몇 연구를 고려할 때(Brown, Svrakic, Prybeck & Cloninger, 1992) 보다 다양한 연령 및 임상집단을 대상으로 재검증할 필요가 있다. 둘째, MMPI의 우울 척도 점수의 경우 대부분 정상집단에 속하기 때문에 좀 더 병리적인 집단을 대상으로 한 우울에 대한 접근이 이루어지지 못하였다. 셋째, 본 연구에서는 기질과 우울간의 매개변인을 검증하기 위해 회귀분석 등을 사용하였으나 공변량 구조모형 방법을 사용하였다면 매개변인의 효과를 좀 더 종합적으로 검증할 수 있었을 것으로 보인다. 넷째, 기존 연구들에서 사용되었던 기질 및 성격 척도를 함께 사용하였을 경우 본 연구에서의 기질 및 성격 척도의 활용에 있어 타당도 높일 수 있었을 것으로 생각된다. 마지막으로 본 연구에서 우울에 대한 취약요인으로 기질 및 성격을 설명하였는데, 그 외 사회적 지지 요인을 함께 고려하는 것이 대학생의 우울 발생 및 유지를 보다 심도있게 이해하는데 도움이 될 것으로 생각된다.

## 참고문헌

- 고광우 (2000). MBTI 성장프로그램이 청소년의 잠재적 비행에 미치는 효과. 제주대학교 대학원 석사학위 논문.
- 고숙경 (1994). MBTI에 나타난 성격유형과 잠재적 비행 경향과의 관계. 부산대학교 대학원 석사학위 논문.
- 곽금주, 문은영 (1993). 청소년의 심리적 특징 및 우울과 비행간의 관계. 한국심리학회지, 6(2), 29-43.

- 김경희 (2004). 아동의 기질과 부정적 정서 및 정서조절 전략과의 관계. *아동학회지*, 25(6), 355-368.
- 김보경, 민병배 (2006). 청소년 우울과 지각된 부모 양육 행동. 기질 및 성격의 관계. *한국심리학회지: 임상*, 25(1), 221-236.
- 김영호 (2003). 기질성격검사(TCI)와 우울증. 고려대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김영환, 김재환, 김중술, 노명래, 신동균, 염태호, 오상우 (1989). 다면적 인성검사(MMPI). 서울: 한국가이던스.
- 김정민, 윤진 (1992). 청소년기 기질적합성이 우울증상에 미치는 영향. *한국심리학회지: 발달*, 5(1), 55-72..
- 김중술 (2004). 다면적 인성검사. 서울대학교 출판부.
- 박주용, 오현숙 (2005). 기질 및 성격 검사에서 밝혀진 영재기관 영재의 특성이 영재 선발에 주는 시사점. *한국심리학회지: 사회문제*, 11(1), 143-156.
- 배영미 (2001). 청소년 미혼모의 기질과 성격유형에 관한 연구. *한국심리유형학회지*, 8(3), 45-70.
- 서국희, 조맹제 (1997). 지역사회거주 청소년의 우울 증상 유병률. *정신의학*, 22(2), 113-123.
- 심혜숙, 김명권 (1997). MBTI에 나타난 비행 청소년의 성격유형과 행동특성 비교 연구. *한국심리학회지: 상담과 심리 치료*, 10(1), 227-250.
- 오현숙, 민병배 (2004). 기질 및 성격검사. 서울: 마음사랑.
- 윤호열, 이희백, 천성문 (1997). 스트레스 관리훈련과 통제소재가 지각된 스트레스 및 우울에 미치는 영향. *한국심리학 회지: 상담과 심리치료*, 9(1), 367-407.
- 이동우, 최정임, 김정, 김명선, 신연희, 공석원, 류인균, 권준수(1999). 기질 및 성격 척도를 이용한 강박증에서의 기질 및 성격 특성의 연구. *정신의학회*, 8(2), 182-188.
- 이민규 (2000). 강박증상을 보이는 내담자. 청소년, 대학생 내담자의 주요 증상과 치료적 접근. 한양대학교 학생생활상 담연구소 제 13차 학술세미나, 38-59.
- 이은희 (2004). 대학생들이 경험하는 생활 스트레스와 우울: 공변량 구조모형을 통한 대처방식의 조절 효과 검증. *한국심리학회지: 건강*, 9(1), 25-48.
- 이정균, 김용식 (2000). *정신의학 4판*. 일조각.
- 임진현 (2005). 우울-품행장애 성향 청소년의 기질과 자기개념 및 정서특성. 서울대학교 석사학위 논문.
- 조성진, 전홍진, 김장규, 서동우, 김선옥, 함봉진, 서동혁, 정선주, 조맹제 (2002). 중·고등학교 청소년 자살사고 및 자살 시도의 유병률과 자살시도의 위험요인에 관한 연구. *신경정신의학*, 41(6), 1142-1155.
- 최명규, 오윤자 (2001). 대학생을 위한 상담교육 접근방법 개발에 대한 기초 연구 -환상이 있는 대학생 사례를 중심으로-. *한국교육심리학회: 교육심리연구*, 15(4), 357-386.
- 한소영, 이민규, 신희천 (2005). 남녀 대학생의 음주 문제 위험요인: 사회 인지적 요인과 정서적요인의 역할. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 17(4), 1003-1019.
- 한창환 (2003). 생물유전적 기질과 가정환경이 청소년기 우울, 품행장애성향 및 반사회적 행동에 미치는 영향-성격, 자 이상 및 스트레스를 매개변인으로. 서울대학교 대학원 박사학위 논문.
- Abrams, K. Y., Yune, S. K., Kim, S. J., Jeon, H. J., Han, S. J., Hwang, J., Wung, Y. H., Lee, K. J., & Lyoo, I. K. (2004). Trait and state aspects of harm avoidance and its implication for treatment in major depressive disorder, dysthymic disorder, and depressive personality disorder, *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 58, 240-248
- Akiskal, H. S., & Hirschfield, R. (1983). The relationship of personality to affective

- disorders. *Archives of General Psychiatry*, 40, 801-810.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: conceptual, strategic, and statistical consideration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Brown, S. L., Svrakic D. M., Przybeck, T. R. & Cloninger, C. R. (1992). The relationship of personality to mood and anxiety states: dimensional approach. *Journal of Psychiatry*, 26, 197-211.
- Chien, A. J., & Dunner, D. L. (1996). The Tridimensional Personality Questionnaire in major depression: state versus trait issues. *Journal of Psychiatric Research*, 30, 21-27.
- Cloninger, C. R., Svrakic, D. M., Przybeck, T. R., & Wetzel, R. (1994). *A temperament and character inventory: a guide to its development and use*. St. Louis, Center for Psychobiology for Personality, Washington University.
- Cloninger, C. R., Svrakic D. M., & Przybeck T. R. (1993). A psychobiological model of temperament and character. *Archives of General Psychiatry* 50(12), 975-990.
- Engel (1977). The need for a new medical model : a challenge for biomedicine. *Science*, 196, 129-136.
- Felsman, D. E., & Blustein, D. L. (1999). The role of peer relatedness in late adolescent career development. *Journal of Youth & Adolescence*, 27, 121-139.
- Hains, A. A., & Szyjakowski, M. (1990). A cognitive stress-reduction intervention program for adolescents. *Journal of Counseling Psychology*, 37(1), 79-84.
- Havinghurst, R. (1948). *Developmental Tasks and Education*. McKay, New York.
- Minge, M. R., & Bowman, T. F. (1967). Personality differences among non-clients and vocational and personal counseling clients. *Journal of Counseling Psychology*, 14, 137-139.
- Tome, M. B., Cloninger, C. R., Watson, J. P., & Isaac, M. T. (1997). Serotonergic autoreceptor blockade in the reduction of antidepressant latency: Personality variables and response to paroxetine and pindolol. *Journal of affective disorders*, 44(2), 101-109.
- Young, L., Bagby, M., Cooke, R., Parker, J., Levitt, A. & Joffe, R. (1995). A comparison of Tridimensional Personality Questionnaire dimensions in bipolar disorder and unipolar depression. *Archives of General Psychiatry*, 58, 139-143.

원고접수일: 2006년 12월 18일

수정원고접수일: 2007년 10월 1일

게재결정일: 2007년 11월 3일

## The effects of Temperament and Character on Depression in Female College students

Jung-Mi Hwang

Department of clinical psychology,  
Korea University Medical Center

Paul Kyuman Chae

Department of Psychology,  
Sungshin Women's University

The purpose of this study was to examine the relationships between temperament character and depression, and the mediating effects of character on depression. 122 female college students were administered JTCI and MMPI. The correlation and regression among the subfactors of temperament such as novelty seeking, harm avoidance, reward dependence, and persistence, the three dimensions of character such as self-directedness, cooperativeness and self-transcendence and depression scale of MMPI were calculated. The results indicated that novelty seeking, harm avoidance, reward dependence, persistence, self-directedness and self-transcendence were important variables associated with depression. The results of analysis revealed that harm avoidance had both direct effects and indirect effects mediated by self-directedness on depression. The findings of this study suggests that high harm avoidance and low self-directedness are risk factors for depression, and the influences of temperament on depression may partially depend on the maturity of character in college students. Finally, the limitation and further suggestions for the future study were discussed.

*Keywords* : temperament, character, depression, college students