

BAS/BIS, 자아탄력성과 웰빙 간의 관계

김 지 연 정 봉 교[†]
영남대학교 심리학과

본 연구는 BAS/BIS와 웰빙 간의 관계를 매개하는 자아탄력성의 효과를 검증하기 위해서 수행되었다. 연구 대상자는 대학생 423명이었고, BAS/BIS, 자아탄력성, 삶의 만족도, 우울, 삶의 의미, 심리적 안녕감이 측정되었다. BAS/BIS와 자아탄력성, 그리고 웰빙 변인들 간의 관계를 확인하기 위해 상관분석과 단계적 회귀분석을 실시하였고, BAS/BIS 수준에 따른 자아탄력성의 차이를 비교하기 위해 일원변량분석을 실시하였으며, BAS/BIS와 웰빙 변인 간의 관계에서 자아탄력성의 매개효과를 확인하기 위해 구조방정식 모형분석을 실시하였다. 상관분석 결과, BAS는 BIS, 자아탄력성, 삶의 의미, 심리적 안녕감과 정적 상관을 보였고, BIS는 자아탄력성, 삶의 만족, 심리적 안녕감과 부적 상관을, 우울과는 정적 상관을 보였다. 자아탄력성은 삶의 의미, 삶의 만족도, 심리적 안녕감과는 정적 상관을, 우울과는 부적 상관을 보였다. 변량분석 결과, BAS가 높고 BIS가 낮은 사람들이 자아탄력성도 가장 높은 것으로 나타났다. 단계적 회귀분석 결과, 삶의 의미, 심리적 안녕감, 삶의 만족, 우울에 대해서 BAS/BIS보다 자아탄력성의 영향력이 더 큰 것으로 나타났다. BAS/BIS와 웰빙 변인들 간의 관계에서 자아탄력성의 매개효과를 검증한 결과, BAS/BIS가 웰빙 변인들에 미치는 직접 효과보다 자아탄력성의 매개 작용에 의한 간접 효과가 더 유의하였다. 논의에서 본 연구에서 얻어진 중요 결과에 대해 논했다.

주요어: 행동활성체계(BAS), 행동억제체계(BIS), 자아탄력성(ego-resiliency), 웰빙(well-being)

[†] 교신저자(Corresponding author) : 정봉교, (712-749) 경북 경산시 대동 214-1 영남대학교 심리학과, Tel: 053-810-2234 E-mail: bkchung@ynu.ac.kr

웰빙(well-being)은 자기 생활에 대한 만족감을 의미하는 것으로 보다 나은 자기 생활을 평가하는 기준이다. 1998년 이래로 심리학의 새로운 영역으로 부각된 ‘긍정심리학’은 웰빙을 추구하는 사람들에게 과학적 지식을 제공하는 역할을 하면서 웰빙을 증진시키는 효과적인 방법을 탐색해 왔다. 웰빙 연구는 그 접근 방식에 따라 상향적(bottom-up), 또는 하향적(top-down) 접근으로 구분할 수 있는데, 웰빙이 긍정적인 방식으로 자신의 경험을 평가하고 해석하는 일반적 성향과 관련이 있다고 보는 하향적 관점을 따르면, 개인의 성격 특질과 태도, 또는 인생 경험을 해석하는 방식 등을 측정함으로써 웰빙 수준을 평가할 수 있다. 이처럼 하향적 관점에서 이루어진 연구들 중 다수가 웰빙에 영향을 미치는 중요한 요인으로서 성격을 강조해 왔는데(Diener & Larsen, 1984; DeNeve & Cooper, 1998; Diener & Lucas, 1999; Steel, Schmidt, & Shultz, 2008), 본 연구에서도 성격, 특히 기질적 성격 특질인 행동활성체계¹⁾(behavioral activating system; BAS)/행동억제체계(behavioral inhibition system; BIS)와 자아탄력성(Ego-resiliency)이 웰빙에 미치는 영향력에 대해서 확인해보고자 한다.

Gray의 강화민감이론(Reinforcement sensitivity theory; Gray, 1987)에서 제시한 뇌 체계 중 하나인 BAS는 기본적으로 조건화된 쾌 자극들(예, 보상에 대한 신호, 처벌 종결 및 제거)에 민감한 것으로 가정된다. BAS는 바라는 것을 성취할 수 있으리라는 기대에서 생기는 희망, 흥분, 행복감, 희열 등을 유발하는 동기체계로서, BAS가 활성화되

면 긍정적 유인가에 더 잘 반응하기 때문에 행복이나 긍정 정서와 같은 웰빙에 직접적으로 영향을 줄 가능성이 있다. 강화민감이론의 다른 한 체계인 BIS는 기본적으로 조건화된 혐오자극들(예, 처벌에 대한 신호, 보상 종결 및 제거)과 선천적인 공포 자극들(예, 뱀, 피)에 민감한 것으로 가정된다. BIS가 활성화되면 행동억제, 각성 증가, 주의 증가와 정보처리 증가, 그리고 불안을 초래하여 웰빙 수준을 낮출 가능성이 있다.

BAS와 BIS의 민감성 차이는 정서양식(affective style)에서의 차이를 만들고 정서양식의 차이는 기질, 성격과 밀접하게 관련되는데(윤병수, 2007; Larsen & Ketelaar, 1991; Carver & White, 1994; Davidson, 2000; Gross, Sutton, & Ketelaar, 1997; Kagan, Reznick, & Sniderman, 1988), BAS 민감성 수준이 높은 사람은 긍정 정서를 더 쉽게 경험하고 BIS 민감성 수준이 높은 사람은 부정 정서를 더 많이 경험하는 것으로 나타났다. 그리고 BAS는 자기효능감, 주관적 행복, 삶의 만족도, 긍정적 정서와는 정적 상관을, 우울과는 부적 상관을 보이는 반면, BIS는 우울, 특성 불안, 부정 정서와는 정적 상관을, 삶의 만족, 긍정 정서, 자기효능감과는 부적 상관을 보였다(김교현, 김원식, 2001; 서경현, 김정호, 유제민, 2009; 조소현, 조아라, 2008; Elliot & Thrash, 2002). 이러한 결과들은 BAS는 긍정적 정서와, 그리고 BIS는 부정적 정서와 밀접하게 관련되어 있으며, BAS는 행동 활성화, 그리고 BIS는 행동억제를 통해 웰빙에 정적, 혹은 부적 영향력을 발휘할 것이라는 예측을 가능하게 한다.

1) 행동접근체계(behavioural approach system)는 Gray(1970, 1981)가 사용한 용어인데, 이후 Carver와 White(1994), Fowles(1980)는 행동활성체계(behavioural activation system)라는 용어를 사용했다.

자아탄력성(ego-resiliency)은 스트레스나 역경, 혹은 위협적 환경에도 불구하고 행동 및 정서 문제를 보이지 않고 건강하게 적응해 가는 강인한 사람들을 설명하기 위해 1950년대부터 Block이 제안한 개념이다. 유아기 체험으로부터 유래될 만큼 뿌리 깊은 것으로서 성격, 특히 기질적 차원의 성격으로 규정하는 자아탄력성은 스트레스 상황에서 경직되지 않고 유연하게 반응하는 경향성을 뜻하며, 내·외적 스트레스에 맞서 유연하고 풍부하게 적응할 수 있는 능력을, 그리고 부정적인 정서적 경험으로부터 효율적으로 회복하는 능력을 의미한다(구형모, 황순택, 김지혜, 2001; Block & Block, 1980; Block & Kremen, 1996; Klohnen, 1996; Letzring, Block, and Funder, 2005).

자아탄력성은 자신감 있는 낙천성, 자기 확신, 개인적 적응, 생산성, 활동성, 성취, 대인관계의 통찰력과 따뜻함, 내적 지지, 창조적 성격, 적절한 자아통제감, 유능성, 가변성 등으로 구성되어 있으며, 사회적 유능감, 자기 지각력, 그리고 목표의식을 갖고 미래에 대해 설계할 수 있는 능력과 같은 세 가지 특성을 지닌 것으로도 본다(서지영, 2002; Klohnen, 1996).

자아탄력성도 기질이나 성격특성, 정서경험 및 행동 경향성과 밀접하게 관련되는 것으로 가정되는데, 자아탄력성을 통해 스트레스에 대한 적응력에서의 개인차를 설명한 심리학자들은 부적 정서들을 경험하는 상황에서도 심리적 안정을 잃지 않고 역경을 극복하면서 성공적인 적응을 하는 사람들의 성격특성을 자아 탄력적(ego resilient)으로 명명하였다(Block & Block, 1980; Klohnen, 1996). 이들에 따르면, 동일한 스트레스 상황에서 우울증과 무기력, 불행을 느끼고 좌절에 이르는

나약한 사람들에 비해, 자아탄력적인 사람들은 적절한 자아통제력을 갖고서 희망과 유능감, 행복, 도전 또는 재기에 이르는 강인함을 지닌 사람이라고 할 수 있다. 기질적으로 자아탄력적인 사람들은 스트레스로 가득한 상황에서조차 긍정적인 정서를 경험하는데, 이것은 자아탄력성이 역경 속에서도 성공적으로 회복하는 능력이라는 것을 의미한다. 또한 자아탄력적인 사람들은 긍정적 정서의 이점을 잘 알고 있어서 부정적인 정서를 경험하는 상황에서도 긍정적 정서를 효율적으로 이용한다(Tugade & Fredrickson, 2004; Tugade, Fredrickson, & Barrett, 2004).

자아탄력성과 웰빙 간의 관계를 다룬 연구들을 살펴보면, 자아탄력성은 스트레스원에 의한 부정적인 인지나 정서를 차단하는 효과를 발휘하여 궁극적으로는 웰빙에 영향을 미칠 수 있으며, 자아탄력성을 매개로 하여 웰빙 증진을 시도할 수 있고, 낙관적 태도와 긍정적 정서를 이용하여 적응을 돕는다고 하였다(박지혜, 이하나, 정현주, 이기학, 2005; 서경현, 최인, 2010; Lyubomirsky & Della Porta, 2008; Tugade et al., 2004). 또한 자아탄력성과 웰빙 간의 관계를 직접 다루지는 않았지만 자아탄력성과 관련이 깊은 외향성, 자존감, 자기통제감, 낙관주의, 정서조절 등의 변인들과 웰빙의 관계를 다룬 연구결과들(이훈구, 1997; 차경호, 2001; Ong & Bergeman, 2004)은 자아탄력성이 웰빙에 대해 긍정적 효과를 발휘할 것이라는 예측을 가능하게 한다.

BAS/BIS와 자아탄력성을 함께 다룬 연구는 많지 않지만 최근 한 연구에서, 높은 자아탄력성과 적절한 자아통제를 보이는 사람이 낮은 BAS, 낮은 BIS 민감성을 갖고 있다고 주장하면서

BAS/BIS와 자아탄력성 간에 밀접한 관계성이 존재함을 제안하였다(Knyazev & Slobodskaya, 2006). 그런데, BAS와 자아탄력성이 공통된 특성(예, 긍정적 정서에 대한 민감성, 외향성, 적극적인 활동성 등)을 갖고 있고, 자아탄력성이 BAS와는 정적 상관울, BIS와는 부적 상관울을 보이는 것을 가정하면, 낮은 BAS, 낮은 BIS 민감성보다는 오히려 높은 BAS, 낮은 BIS 민감성이 높은 자아탄력성과 더욱 관련 있을 것으로 보여 진다. 그러므로 BAS/BIS와 자아탄력성 간에 어떤 관계성이 나타나는지 분명히 밝혀 볼 필요가 있다.

그리고 BAS/BIS와 자아탄력성 간에 밀접한 관련성이 확인된다면 BAS/BIS와 웰빙 간의 관계에서 자아탄력성이 효과적인 매개역할을 하는지도 확인해 볼 필요가 있다. BAS/BIS와 웰빙 간의 관계를 다룬 선행연구에서는 웰빙에 대한 BAS/BIS의 설명력이 낮게 나타났는데, 이것은 웰빙에 미치는 BAS/BIS의 직접 효과가 약하거나 없다는 것을 의미한다. 따라서 BAS/BIS와 웰빙 간에 적절한 매개변수를 투입하면 이로 인한 간접 효과가 추가되므로 웰빙에 대한 BAS/BIS의 낮은 설명력을 좀 더 높일 수 있을 것이다. 자아탄력성의 경우, 웰빙과 관련된 선행연구들에서 효과적인 매개역할을 하는 것으로 확인되었기 때문에(김경민, 2010; 김경은, 최은희, 2010; 이명주, 2007; 장진아, 신희천, 2006), BAS/BIS와 웰빙 간의 관계에서도 같은 효과를 기대해 볼 수 있다.

웰빙 연구는 연구자의 관점에 따라, 전반적인 삶의 만족이나 행복으로 대변되는 주관적 웰빙(subjective well-being, SWB)에 관한 연구와, 가치나 의미와 같은 기능적인 면을 중시하는 심리적 웰빙(psychological well-being, PWB)에 관한

연구로 구분되어 이루어져 왔다. 그런데 본 연구는 BAS/BIS와 자아탄력성 간의 관계성을 확인하고, BAS/BIS와 웰빙 간의 관계에서 자아탄력성의 매개효과를 확인하는 것이 목적이다. 따라서 주관적 웰빙과 심리적 웰빙을 구분하지 않고 함께 다루는 것이 적절하다고 본다. 종합하면, 본 연구에서는 BAS/BIS와 자아탄력성 간의 관계성을 확인하고, BAS/BIS와 웰빙 간의 관계에서 나타나는 자아탄력성의 매개효과에 대해서도 확인해 볼 것이다.

방 법

연구 참여자

본 연구의 참여자는 경북 경산시에 소재하는 대학교 재학생 430명이었고, 불성실하게 응답한 7명의 자료를 제외한 423명의 자료가 최종 자료 분석에 사용되었다. 423명 중 남자는 209명(49%), 여자는 214명(51%)이었다. 전체 사례 수에서 BAS/BIS 상, 하위 30%로 구성한 후, BAS 상, 하위와 BIS 상, 하위를 교차시킨 4개 집단을 구성했는데, BAS와 BIS 모두 낮은 집단(BAS-L/BIS-L; LL)은 70명(남 50명, 여 20명)이었고, BAS가 낮고 BIS가 높은 집단(BAS-L/BIS-H; LH)은 35명(남 18명, 여 17명), BAS가 높고 BIS가 낮은 집단(BAS-H/BIS-L; HL)은 39명(남 20명, 여 19명), 그리고 BAS와 BIS 모두 높은 집단(BAS-H/BIS-H; HH)은 86명(남 22명, 여 64명)이었다.

측정도구

본 연구에서 사용된 척도는 BIS/BAS 척도, 자아탄력성 척도, 삶의 의미 척도, CES-D 척도였다.

BIS/BAS 척도. 이 척도는 김교현과 김원식(2001)이 번안한 Carver와 White(1994)의 척도로서 20문항 4점 척도(1=전혀 아니다, 4=매우 그렇다)로 구성되어 있으며, 어떤 상황에서 하게 되는 행동 양식과 그때의 느낌을 평정하도록 되어 있는데, BIS척도는 하나의 차원이며(불안 수준을 측정함, Chronach $\alpha=.80$), BAS척도는 보상에 대한 기대에 긍정적으로 반응하는 성향을 의미하는 ‘보상민감성(Reward Responsiveness, $\alpha=.78$)’, 바라는 목표를 추구하려는 강한 열망과 지속을 뜻하는 ‘추동(Drive, $\alpha=.59$)’, 그리고, 새로운 보상에 대한 열망과 잠재적으로 보상이 될 수 있는 사건에 대한 접근 의향을 뜻하는 ‘재미추구(Fun Seeking, $\alpha=.61$)’로 구분된다. BAS척도 전체의 신뢰도는 $\alpha=.84$ 이었다.

자아탄력성 척도. 자아탄력성을 측정하기 위해 Block과 Kremen(1996)이 제작한 자아탄력성 척도(Ego-Resiliency Scale, ER89)를 정봉교(2007)가 번안한 것을 사용하였다. Block과 Kremen(1996)의 연구에서 신뢰도는 $\alpha=.76$ 으로 나타났고, 본 연구에서의 자아탄력성 전체 신뢰도는 $\alpha=.81$ 이었다. 자아탄력성 척도의 요인분석 결과 3개의 하위 요인으로 구성되었음이 밝혀졌는데, 각 요인별 문항 내용을 바탕으로 하여 활력성($\alpha=.81$), 긍정적 태도와 자신감($\alpha=.73$), 효율적 회복력($\alpha=.61$)으로 명명하였다.

삶의 의미 척도. Steger, Frazier, Oishi와 Kaler(2006)이 개발하고, 원두리, 김교현과 권선중(2005)이 타당화한 삶의 의미척도를 사용했다. 이 척도는 전체 10문항에 7점 척도로 이루어진 자기보고식 검사이다. 본 연구에서 나타난 신뢰도는 $\alpha=.88$ 이었다.

우울 척도. 이 척도는 일반인들이 경험하는 우울을 보다 용이하게 측정하기 위하여 Radloff(1977)가 개발한 우울증 척도(The Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale; CES-D)로, 우울 정서에 초점을 맞춰 구성되었다. 본 연구에 사용된 척도는 전경구, 최상진 및 양병창(2001)에 의해 개발된 통합적 한국판 CES-D($\alpha=.91$)이며, 본 연구에서의 CES-D 전체 신뢰도는 $\alpha=.90$ 으로 나타났다.

자료분석

SPSS 18K를 사용하여 모든 변인들에 대한 상관분석을 실시하였다. 그리고 자아탄력성에 대한 BAS 하위요인들과 BIS의 영향력을 알아보기 위해 단계적 회귀분석(stepwise regression)을 실시하였고, 자아탄력성에서의 BAS/BIS 상, 하 집단 간 차이를 확인하기 위해, BAS, BIS 각 합계 점수를 기준으로 상, 하위 30%를 추출하여 4개 집단(LL, LH, HL, HH)으로 구분한 후 일원변량분석을 실시하였다. 다음으로 웰빙 변인들에 대한 BAS 하위요인들과 BIS, 그리고 자아탄력성 하위요인들의 영향력을 알아보기 위해 단계적 회귀분석을 실시하였고, BAS/BIS와 웰빙 간의 관계에서 자아탄력성의 매개효과를 확인하기 위해 BAS/

BIS를 독립변수로, 웰빙 변인들을 종속변수로 두고 자아탄력성을 매개변수로 한 구조방정식 모형 분석을 실시하였다.

결 과

상관분석 결과

BAS/BIS, 자아탄력성, 삶의 의미, 삶의 만족, 낙관성, 우울, 심리적 안녕감 간의 상관을 살펴보면(표 1), 먼저 BAS는 BIS와 정적 상관이 나타났다, $r=.33, p<.01$. 이것은 BAS와 BIS 간에 상관이 있음을 주장하는 하위체계 연결가설(Corr, 2002)의 관점을 지지하는 것으로 보인다. BAS 하위요인과 BIS 간에도 정적 상관이 나타났지만, BAS의 재미추구와 BIS 간의 상관은 유의하지 않았다. BAS는 자아탄력성 전체($r=.39, p<.01$), 자아탄력

성의 활력성, 긍정적 태도와 자신감, 효율적 회복력과 정적 상관을 보여주었고, BAS 하위요인들과 자아탄력성 하위요인들 간에도 정적 상관이 나타났다지만, BAS의 보상민감성과 자아탄력성의 효율적 회복력 간의 상관은 유의하지 않았다. 또한 BAS는 삶의 의미($r=.27, p<.01$), 심리적 안녕감($r=.22, p<.01$)과는 정적 상관을 보여주었으나, 삶의 만족, 우울과는 유의한 상관이 나타나지 않았다. BIS는 자아탄력성 전체($r=-.22, p<.01$), 자아탄력성의 활력성, 효율적 회복력과는 부적 상관을 보여주었으나 자아탄력성의 긍정적 태도와 자신감과는 상관이 유의하지 않았다. 또한 BIS는 삶의 만족, 심리적 안녕감과는 부적 상관을, 우울과는 정적 상관을 보여주었으나, 삶의 의미와의 상관은 유의하지 않았다. 자아탄력성은 삶의 의미($r=.40, p<.01$), 삶의 만족($r=.36, p<.01$), 심리적 안녕감($r=.54, p<.01$)과는 정적 상관을, 우울($r=-.23,$

표 1. 자아탄력성, BAS/BIS, 삶의 의미, 삶의 만족, 우울, 심리적 안녕감 간의 상관분석

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1 ER												
2 ER1	.853**											
3 ER2	.762**	.449**										
4 ER3	.794**	.524**	.441**									
5 BAS	.386**	.394**	.335**	.179**								
6 BAS1	.214**	.185**	.281**	.045	.862**							
7 BAS2	.392**	.370**	.340**	.221**	.781**	.530**						
8 BAS3	.367**	.441**	.205**	.200**	.789**	.496**	.443**					
9 BIS	-.216**	-.182**	-.028	-.315**	.329**	.468**	.212**	.076				
10 LM	.398**	.338**	.404**	.215**	.272**	.258**	.281**	.126**	-.039			
11 LS	.359**	.286**	.311**	.272**	.020	-.055	.089	.037	-.271**	.426**		
12 DP	-.229**	-.130**	-.269**	-.172**	-.042	-.058	-.061	.019	.193**	-.340**	-.390**	
13 PWB	.537**	.422**	.489**	.391**	.219**	.122*	.305**	.134**	-.283**	.623**	.559**	-.583**

1.ER:자아탄력성, 2.ER1:자아탄력성의 활력성, 3.ER2:자아탄력성의 긍정적 태도와 자신감, 4.ER3:자아탄력성의 효율적 회복력, 5.BAS:행동활성체계, 6.BAS1:행동활성체계의 보상민감성, 7.BAS2:행동활성체계의 추동, 8.BAS3: 행동활성체계의 재미추구, 9.BIS:행동억제체계, 10.LM:삶의 의미, 11.LS:삶의 만족도, 12.DP:우울, 13.PWB:심리적 안녕감
* $p < .05$, ** $p < .01$

$p<.01$)과는 부적 상관을 보여주었다. 웰빙 측정 변수인 삶의 의미, 심리적 안녕감, 삶의 만족, 우울 간의 상관은 모두 유의하게 나타났다.

인으로 설명할 수 있는 자아탄력성의 변량은 약 29% 가량이었다, $F(3, 419)=57.28, p<.001$.

자아탄력성에 대한 회귀분석 결과

상관분석을 통해 BAS/BIS와 자아탄력성 간의 관계가 유의함을 확인한 후, BAS/BIS가 자아탄력성을 유의하게 예언할 수 있는지, 그리고 유의하게 예언할 수 있다면 어느 정도의 설명력이 있는지를 검증해 보기 위해 BAS 3개 하위척도와 BIS를 예측 변인으로, 자아탄력성을 종속변인으로 하여 단계적 회귀분석을 실시하였다. 그 결과(표 2), 자아탄력성에 있어서 BAS 추동, BIS, 그리고 BAS 재미추구가 유의한 예언 변인이었고, 세 변

자아탄력성에서의 BAS와 BIS 상하 교차집단의 변량분석 결과

자아탄력성에서의 BAS와 BIS 상하 교차집단, 즉 HH, HL, LH, 및 LL 등 4개 집단의 집단 간 차이를 확인하기 위해 일원변량분석을 실시하였다. 자아탄력성에 대한 각 집단의 평균과 표준편차가 표 3에 제시되었으며, 표 4에 제시된 변량분석 결과에서 집단 간 차이를 확인할 수 있었다, $F(3, 226)=18.76, p<.01$, Scheffe 사후검정 결과, $\alpha=.05$ 수준에서 LH보다 HH가 유의하게 높았고, LH보다 HL이 유의하게 높았으며, LL과 HH의 평

표 2. 자아탄력성에 대한 회귀분석 결과

종속변인	예측변인	<i>B</i>	β	<i>t</i>	R^2 (Adjusted R^2)
		자아탄력성	BAS 추동	.36	.35
	BIS	-.30	-.31	-7.33***	.25(.24)
	BAS 재미추구	.21	.23	5.08***	.29(.28)

*** $p < .001$

표 3. BAS/BIS 수준에 따른 자아탄력성의 평균(표준편차)

척도	BAS-L		BAS-H	
	BIS-L	BIS-H	BIS-L	BIS-H
자아탄력성	2.41(.43)	2.21(.44)	2.97(.44)	2.57(.52)

표 4. 자아탄력성에서 BAS/BIS 상하 교차집단(LL, LH, HL, 및 HH)간의 변량분석 결과

변인명	SS	df	MS	<i>F</i>	사후검증
교차집단	12.45	3	4.15	18.76*	LH<HH, LH<HL, LL,
오차	50.01	226	.22		HH<HL

* $p < .05$

군차이는 유의하지 않았지만, LL과 HH보다 HL이 유의하게 높게 나타났다(LH<HH, LH<HL, LL,HH<HL).

웰빙 변인에 대한 회귀분석 결과

웰빙 변인에 대해 어떤 성격 요인이 유의한 예언변인이고, 그 설명력은 어느 정도인지를 파악하기 위해 BAS의 3개 하위척도와 BIS, 그리고 자아탄력성의 3개 하위요인을 예측변인으로, 웰빙 변인을 종속변인으로 하여 단계적 회귀분석을 실시하였다(표 5). 심리적 안녕감에 있어서는 자아탄력성의 긍정적 태도와 자신감, BIS, BAS 추동, 그리고 자아탄력성의 활력성이 유의한 예언 변인이었고, 이 네 변인으로 설명할 수 있는 심리적 안녕감의 변량은 약 37% 가량이었따, $F(4, 418)=61.93, p<.001$. 삶의 의미에 있어서는 자아탄력성의 긍정적 태도와 자신감, 활력성, BAS 보상민감성, 재미추구, 그리고 BIS가 유의한 예언 변인이었고, 이 다섯 변인으로 설명할 수 있는 삶의 의미의 변량은 약 23% 가량이었따, $F(5, 417)=25.33, p<.001$. 삶의 만족에 있어서는 자아탄

력성의 긍정적 태도와 자신감, BIS, 그리고 자아탄력성의 활력성이 유의한 예언 변인이었고, 이 세 변인으로 설명할 수 있는 삶의 만족의 변량은 약 18% 가량이었따, $F(3, 419)=30.45, p<.001$. 우울에 있어서는 자아탄력성의 긍정적 태도와 자신감과 BIS가 유의한 예언 변인이었고, 이 두 변인으로 설명할 수 있는 우울의 변량은 약 11% 가량이었따, $F(2, 420)=25.04, p<.001$.

부분매개모형 검증 결과

본 연구에서는 BAS/BIS와 웰빙 간의 관계에서 자아탄력성의 매개효과를 검증하기 위해 연구모형을 구성하였는데, BAS/BIS가 웰빙에 미치는 직접 효과와 함께 BAS/BIS가 자아탄력성을 매개로 하여 웰빙에 미치는 간접 효과도 존재하는 부분매개 모형이었다. 연구모형의 적합도는 χ^2 검증과 적합도 지수를 사용하여 평가되었다. 그 결과, 모형의 전반적 적합도를 나타내는 χ^2 는 26.93, df 는 6로, p 는 .000로 나타나 영가설이 기각되었지만, 이것은 χ^2 값이 표본 크기에 민감하여 나타난 결과이기 때문에 다른 적합도 지수들과 함께 모형의

표 5. 웰빙 변인들에 대한 BAS/BIS, 자아탄력성의 단계적 회귀분석

예언변인	종속변인	심리적 안녕감	삶의 의미	삶의 만족	우울
		β	β	β	β
보상민감성†			.27***		
추동†		.19***			
재미추구†			-.15**		
BIS		-.29***	-.11*	-.24***	.19***
활력성‡		.14**	.22***	.13**	
긍정적 태도와 자신감‡		.35***	.26***	.25***	-.26***
효율적 회복력‡					
R^2		.37	.23	.18	.11

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, †는 BAS 하위 척도, ‡는 자아탄력성 하위요인임.

적합도를 평가하고 해석하는 것이 적절하다고 본다. 적합도 지수는 다음과 같이 나타났다, GFI=.983, CFI=.978, NFI=.972, RMSEA=.091. 절대적합 지수인 GFI, 증분적합지수인 CFI, NFI는 권장 기준치인 .90을 웃돌아 모형이 적합한 것으로 나타났다지만 모형의 전반적 적합도를 나타내는 RMSEA는 적합한 기준치에 미치지 못했다. 그리고 변인 간 경로를 검증한 결과, BAS가 자아탄력성, 심리적 웰빙에 직접적으로 영향을 미치는 경로는 유의했지만, BAS가 주관적 웰빙에 직접적으로 영향을 미치는 경로는 유의하지 않았다. BIS가 자아탄력성, 심리적 웰빙, 주관적 웰빙에 직접적으로 영향을 미치는 경로는 유의했고, 자아탄력성이 심리적 웰빙과 주관적 웰빙에 직접적으로 영향을

미치는 경로도 유의했다.

연구모형에서 유의하지 않은 경로, 즉 BAS와 심리적 웰빙 간의 직접 경로를 제거하고 수정된 연구모형을 구성하였다(그림 1). 그 결과, 모형의 전반적 적합도를 나타내는 χ^2 는 2.327, df 는 4로, p 는 .676으로 나타나서 영가설이 채택되었으며, 0에 가까울수록 적합하다고 보는 RMSEA도 0으로 나타났다. 다른 적합도 지수도 GFI는 .998, CFI는 1.00, NFI는 .998로 나타나 GFI, CFI, NFI 모두 .90 이상이면 적합하다는 기준치를 웃돌아 모형이 적합한 것으로 나타났다. 각 변수들 간 인과효과를 직접효과와 간접효과로 분해하여 살펴보면, BAS/BIS와 자아탄력성, 그리고 웰빙 변인들 간의 관계를 보다 구체적으로 파악할 수 있기에 연구

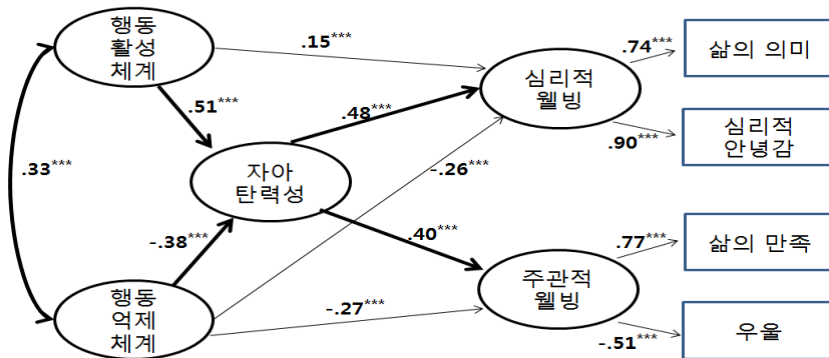


그림 1. BAS/BIS와 웰빙 변인 간의 관계에서 자아탄력성의 매개효과 검증

표 6. 연구모형에서 나타난 경로계수, 그리고 간접효과에 대한 유의성 검증(Sobel test)

경로	총 효과	직접 효과	간접 효과	Sobel test - Z value
행동활성체계 → 자아탄력성	.512	.512		
행동활성체계 → 심리적 웰빙	.393	.148	.246	6.70***
행동활성체계 → 주관적 웰빙	.206		.206	6.00***
행동억제체계 → 자아탄력성	-.384	-.384		
행동억제체계 → 심리적 웰빙	-.440	-.255	-.185	-5.98***
행동억제체계 → 주관적 웰빙	-.424	-.269	-.154	-5.46***

*** $p < .001$

모형에서 나타난 경로계수의 효과를 분해하였고, 부가적으로 자아탄력성의 매개효과가 유의한가를 검증하기 위해 간접효과의 유의성을 검증하는 Sobel Test를 실시하였다(표 6). 그 결과, BAS/BIS와 웰빙 변인 간의 간접효과는 $p < .001$ 수준에서 유의하였다. 즉 BAS와 심리적 웰빙 간의 관계에서는 자아탄력성의 부분매개에 의해 그 영향력이 더욱 효과적인 것으로 나타났고, BAS와 주관적 웰빙 간의 관계에서는 자아탄력성의 완전 매개에 의해서만 그 영향력이 효과적인 것으로 나타났다. BIS와 심리적 웰빙, 주관적 웰빙 간의 관계에서는 자아탄력성의 부분매개에 의해 그 영향력이 유의하게 높아진 것으로 나타났다.

논 의

본 연구는 BAS/BIS와 자아탄력성 간의 관계를 중심으로 이루어졌고, BAS/BIS와 웰빙 간의 관계를 매개하는 자아탄력성의 효과를 확인하였다. 본 연구를 통하여 나타난 결과와 시사점은 다음과 같다. 첫째, BAS와 BIS 간에 정적 상관이 나타났다. 이러한 결과는 BAS와 BIS 간에 상관계와 상호작용이 나타날 수 있다고 제안한 하위체계 연결가설을 지지하는 결과이다(Corr, 2001). 그리고 긍정적 정서에 민감한 BAS는 자아탄력성, 삶의 의미와 정적 상관을 보였고, 부정적 정서에 민감한 BIS는 우울과 정적 상관을 보였는데, 이 결과는 BAS는 긍정적 정서와 관련이 있고, BIS는 부정적 정서와 관련이 있다는 이전 연구(김교현, 김원식, 2001; 서경현 등, 2009; 윤병수, 2007; Carver & White, 1994)를 지지하는 결과이다.

둘째, 높은 BAS 민감성과 낮은 BIS 민감성을

지닌 집단(HL)이 가장 높은 자아탄력성 점수를 보였는데, 이것은 BAS/BIS와 자아탄력성 간에 나타난 정적, 혹은 부적 상관의 영향력이 잘 반영된 결과라 할 수 있다. 즉 자아탄력성과 정적 상관을 보이는 BAS의 민감성 수준이 높으면 자아탄력성도 높고, 자아탄력성과 부적 상관을 보이는 BIS의 민감성 수준이 높으면 자아탄력성은 낮으므로, 높은 BAS 민감성과 낮은 BIS 민감성은 높은 자아탄력성 수준과 관련된 가능성이 높다. 낮은 BAS 민감성과 높은 BIS 민감성을 지닌 집단(LH)이 가장 낮은 자아탄력성 점수를 보여준 것도 같은 맥락에서 해석할 수 있을 것이다. 이전 연구에서는 자아탄력적인 사람(즉 자아탄력성이 높고, 적절한 통제력을 지닌 사람)은 BAS와 BIS 모두 낮은 민감성을 갖고 있다고 했는데(Knyazev & Slobodskaya, 2006), 연구자들은 이러한 결과를 하위체계 연결가설의 관점에서 설명했다. 이 가설에 따르면, BAS와 BIS는 상호 연결되어 있어서 이 체계들 각각은 다른 체계에 의한 행동을 억제한다고 보는데, 두 체계 모두 낮은 활성화 상태일 때는 서로를 억제하는 길항적 작용이 나타나지 않으므로 두 체계 모두 낮은 활성화 상태가 바로 균형을 유지하는 상태라고 보았다. 따라서 두 체계가 균형을 유지하는 낮은 활성화 상태일 때 자아탄력성도 가장 높게 나타난다고 주장한 것이다. 하지만 두 체계의 성향이 극단적이지 않을 때는 길항작용이 우세하고, 두 체계의 성향이 극단적일 때는 촉진작용이 우세하다는 하위체계 연결가설의 또 다른 관점에서 보면, 두 체계 모두 낮은 활성화 상태(낮은 쪽으로 극단적)일 때 나타나는 특징은 두 체계 모두 높은 활성화 상태(높은 쪽으로 극단적)일 때 나타나는 특징과 유사할 수 있다는

추측이 가능하다. 즉 활성화의 수준이 높은 낮은 극단적인 성향을 반영하므로, 불안은 BIS에 의한 행동을 촉진하고 충동성은 BAS에 의한 행동을 촉진함으로써 높아진 불안과 충동성 수준은 결국 불균형과 불안정을 초래한다고 볼 수 있다. 그러므로 두 체계 모두 낮은 활성화 상태일 때 가장 자아탄력적이라는 주장은 적절하지 못한 것으로 볼 수 있으며, 오히려 HL집단이 가장 자아탄력성 수준이 높고, LH집단이 가장 자아탄력성 수준이 낮게 나타난다, 그리고 LL집단과 HH집단 간에는 자아탄력성 수준에 차이가 없었던 본 연구결과가 하위체계 연결가설의 관점을 더욱 잘 반영하는 것으로 볼 수 있다. Corr(2001)는 하위체계 연결 효과가 있다면, 욕구반응과 긍정적 정서는 충동성이 높고(BAS+; BAS high) 불안이 낮은(BIS-; BIS low) 사람들에게서 가장 높게 나타나는 반면, 충동성이 낮고(BAS-; BAS low) 불안이 높은(BIS+; BIS high) 사람들에게서 가장 낮게 나타난다고 보았다. 그렇다면, 긍정적 정서와 밀접한 관련성을 갖고 있는 자아탄력성 수준도 $LH < HL$ 의 결과를 보일 것으로 기대해볼 수 있는데, 본 연구 결과는 이러한 기대를 충분히 충족시키는 것으로 나타났다. 정리하면, 자아탄력적인 사람은 높은 BAS 수준과 낮은 BIS 수준을 갖고 있는데, 높은 BAS 수준은 긍정적 정서를 많이 느끼고, 좀 더 적극적으로 활동하도록 이끌어주는 작용을 하며, 낮은 BIS 수준은 지나친 불안감으로 행동을 억제했던 상황에서 스스로 벗어나려는 용기를 갖도록 하여, 자아탄력적인 개인으로 거듭나는 것을 돕는다고 할 수 있다.

셋째, 자아탄력성의 하위요인들이 웰빙 변인들을 가장 잘 예언하는 것으로 나타났는데, 이러한

결과는 자아탄력성이 낙관적 태도나 긍정적 정서를 이용하여 적응을 돕고 스트레스원에 의한 부정적인 인지나 정서를 차단하는 효과를 발휘하여 웰빙에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다는 이전 연구들을 지지하는 결과이다(박지혜 등, 2005; 서경현과 최인, 2010; Masten, 1990; Tugade, 2004). 자아탄력성 다음으로는 BAS 보상민감성과 재미 추구, BIS가 유의한 예언변인으로 나타났지만 자아탄력성에 비해 설명력이 낮았다. 이러한 결과는 BAS/BIS가 웰빙을 충분히 설명하지 못한다는 이전 연구(서경현 등, 2009)를 지지하는 결과이며, BAS/BIS와 웰빙 간의 관계에서 적절한 매개변수의 투입이 필요하다는 본 연구의 예측을 지지해주는 결과이기도 하다.

넷째, BAS의 민감성이 높을수록 심리적 웰빙(즉 삶의 의미, 심리적 안녕감)은 높으며, 이러한 경향성은 자아탄력성을 매개로 했을 때도 유의하게 나타났다. BAS 민감성이 높으면 긍정적 정서를 많이 느끼고 긍정적 유인가에 더 민감하게 반응하며, 목표 지향적 행동에 관여하는 경향성도 높아진다. 그리고 삶의 의미 점수가 높으면 삶에 만족하고, 성실하며, 경험에 개방적이고, 외향적이며, 타인을 배려하고 믿는 경향이 있다. 또한 심리적 안녕감 점수가 높으면 자신을 있는 그대로 수용할 줄 알고, 사람들과 따뜻하고 신뢰 있는 인간 관계를 맺으며, 자신의 행동을 스스로 결정할 수 있고, 삶에 대해 분명한 목표와 의미를 가지는 경향이 있다(김정호, 2006; 원두리 등, 2005). 요약하면, 높은 BAS 민감성을 지닌 사람은 긍정적 정서를 많이 느끼므로 자신의 삶을 더욱 의미 있게 느끼고, 보다 긍정적인 관점에서 심리적으로 잘 기능한다고 볼 수 있으며, 이러한 관계성은 자아

탄력성을 매개로 하였을 때 더욱 강해진다. 따라서 BAS와 심리적 웰빙(삶의 의미, 심리적 안녕감) 간의 관계에서 자아탄력성의 부분 매개역할은 효과적인 것으로 확인되었다.

다섯째, BAS가 주관적 웰빙(즉 삶의 만족과 우울)에 미치는 영향력은 오직 자아탄력성을 매개로 했을 때만 유의하게 나타났다. 이것은 BAS와 주관적 웰빙 변인인 삶의 만족, 우울과는 직접적인 관련성이 없다는 것을 의미한다. 그러므로 BAS와 주관적 웰빙(삶의 만족, 우울) 간의 관계를 설명하려면 이들을 연결 짓는 적절한 매개변수가 투입되어야 하는데, 자아탄력성은 그러한 매개역할을 효과적으로 하는 것으로 나타났다. 즉 BAS 민감성이 높을수록 자아탄력성이 높아지므로, 높은 자아탄력성은 자신의 삶에 대한 만족도를 높여주며, 우울한 정도를 감소시키는 것으로 보인다. 결과적으로 BAS와 주관적 웰빙(삶의 만족, 우울) 간의 관계에서 자아탄력성의 완전 매개역할도 효과적인 것으로 확인되었다.

끝으로 본 연구의 제한점과 앞으로의 연구 방향은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 BAS/BIS와 자아탄력성 간의 상관은 확인되었으나 BAS와 자아탄력성의 공통된 특성으로 추측되는 적극적 활동성, 긍정적 정서에 대한 민감성, 외향성, 개방성과 같은 변인들이 BAS, 자아탄력성과 어떤 관계성을 갖는지는 확인하지 못했다. 따라서 추후연구에서는 이러한 변인들과 BAS, 그리고 자아탄력성 간의 관계를 좀 더 구체적으로 살펴볼 필요가 있다. 둘째, Knyazev와 Slobodskaya(2006)의 연구에서는 자아탄력성 수준과 자아통제감 수준에 따라 3개의 집단으로 구분한 후 BAS/BIS 수준을 확인하였는데, 본 연구에서는 BAS, BIS 상·하위 수준

에 따라 집단을 구분한 후 각 집단 간에 나타나는 자아탄력성 수준을 비교하였다. 그래서 Knyazev와 Slobodskaya(2006)의 연구와 비교하는 과정에서 자아통제감이 설명하는 부분에 대해서는 직접적인 비교가 불가능했다. 따라서 추후 연구에서는 자아통제감을 추가하여 이전 연구결과와 비교해볼 필요가 있다. 마지막으로, 본 연구에서 사용한 웰빙 측정 변인으로는 주관적 웰빙이나 심리적 웰빙을 구체적으로 설명하는 것이 부족했던 만큼, 삶의 기대나 삶의 동기와 같은 좀 더 다양한 변인들을 추가하면 좀 더 풍성한 결과를 얻을 수 있을 것으로 기대된다. 또한 본 연구에서 직접적으로 영향을 미치지 못하는 것으로 나타난 BAS와 주관적 웰빙 간의 관계를 좀 더 구체적으로 파악하기 위하여 주관적 웰빙에 대한 BAS와 자아탄력성의 영향력을 중심으로 살펴보면 의미 있는 결과를 얻을 수 있을 것으로 기대된다.

참 고 문 헌

- 구형모, 황순택, 김지혜 (2001). 자아탄력집단의 성격특질. 한국심리학회지: 임상, 20(3), 569-581.
- 김교현, 김원식 (2001). 한국판 행동활성화 및 행동억제 체계(BAS/BIS) 척도. 한국심리학회지: 건강, 6, 19-37.
- 김정호 (2006). 동기상태이론: 스트레스와 웰빙의 통합적 이해. 한국심리학회지: 건강, 11(2), 453-484.
- 박지혜, 이하나, 정현주, 이기학 (2005). 대학생의 자아탄력성과 행복감이 스트레스 지각에 미치는 영향. 2005년 한국심리학회연차학술대회논문집, 474-475.
- 서경현, 김정호, 유제민 (2009). 성격과 주관적 웰빙 간

- 의 관계: Big 5 성격요인과 BAS/BIS를 중심으로. 한국심리학회지: 사회문제, 15(1), 169-186.
- 서경현, 최인 (2010). 노인환자 영양보호사의 직무 스트레스원, 강인성 및 자아탄력성과 스트레스 반응. 한국심리학회지: 건강, 15(2), 309-326.
- 서지영 (2002). 부모이혼이 자녀의 적응에 미치는 영향에 관한 연구: Resilience 효과를 중심으로. 연세대학교대학원 석사학위논문.
- 원두리, 김교현, 권선중 (2005). 한국판 삶의 의미척도의 타당화 연구: 대학생을 대상으로. 한국심리학회지: 건강, 10(2), 211-225.
- 윤병수 (2007). 접근성향과 회피성향에 따른 정서자극에 대한 평가와 정신생리적 반응 차이. 부산대학교 박사학위논문.
- 조소현, 조아라 (2008). 폭식 및 음주 문제를 동시에 보이는 여대생 집단의 성격특징: 행동활성화체계(BAS)와 행동억제체계(BIS) 민감성의 개인차를 중심으로. 한국심리학회지: 건강, 13(1), 57-72.
- 차경호 (2001). 대학생의 성격특성과 삶의 만족도. 청소년상담연구, 9(1), 7-26.
- Block, J. H., & Block, J. (1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. In W. A. Collins(Ed.), *Minnesota Symposium on Child Psychology*, 13, 39-101, Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and ego resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 346-361.
- 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. (2001). Testing problems in J. A. Gray's personality theory: a commentary on Matthews and Gilliland(1999), *Personality Individual Differences*, 30, 333-352.
- Davidson, R. J. (2000). Affective style, psychopathology, and resilience: Brain mechanism and plasticity. *American Psychologist*, 55, 1196-1241.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197-229.
- Diener, E., & Larsen, R. J. (1984). Temporal stability and cross-situational consistency of affective, behavioral, and cognitive responses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 871-883.
- Diener, E., & Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology*, 211-229. New York: Sage.
- Elliot, A. J., & Thrash, T. M. (2002). Approach-avoidance motivation in personality: Approach and avoidance temperaments and goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 804-818.
- Gray, J. A. (1987). Perspectives on anxiety and impulsivity: A commentary. *Journal of Research in Personality*, 21, 493-509.
- Gross, J. J., Sutton, S. K., & Ketelaar, T. V. (1997). Relations between affect and personality: Support for the affect level and affective-reactivity views. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 48, 137-145.
- Kagan, J., Reznick, J. S., & Snidman, N. (1988). Biological bases of childhood shyness. *Science*, 100, 535-545.
- Klohn, E. C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego-

- resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 170(5), 1067-1079.
- Knyazev, G. G., & Slobodskaya, H. R. (2006). Personality types and behavioural activation and inhibition in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 40, 1385-1395.
- Larsen, R. J., & Katelaar, T. (1991). Personality and susceptibility to positive and negative emotion states. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 132-140.
- Letzring, T. D., Block, J., & Funder, D. C. (2005). Ego-control and ego-resiliency: Generalization of self-report scales based on personality descriptions from acquaintances, clinicians, and the self. *Journal of Research in Personality*, 39, 395-422.
- Lyubomirsky, S., & Della Porta, M. (2008). Boosting happiness, buttressing resilience: Results from cognitive and behavioral interventions. In J. W. Reich, A. J. Zautra, J. Hall (Eds.). *Handbook of adult resilience: Concepts, methods, and applications*. New York: Guilford Press.
- Ong, A. D., & Bergeman, C. S. (2004). Resilience and adaptation to stress in later life: Empirical perspectives and conceptual implications. *Ageing International*, 29, 219-246.
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 134, 138-161.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86, 320 - 333.
- Tugade, M. M., Fredrickson, B. L., & Barrett, L. F. (2004). Psychological resilience and positive emotional granularity: Examining the benefits of positive emotions on coping and health. *Journal of Personality*, 72, 1161-1190.

원고접수일: 2011년 4월 7일

게재결정일: 2011년 4월 28일

한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2011. Vol. 16, No. 2, 313-327

The Relationship between BAS/BIS, Ego-resiliency, and Well-being

Ji-Youn Kim Bong-Kyo Chung
Department of Psychology, Yeungnam University

The mediation effects of ego-resiliency on the relationship between BAS/BIS, and well-being were studied. BAS and BIS, ego-resiliency, meaning in life, psychological well-being, satisfaction with life, and depression were measured. BAS was positively related with BIS, ego-resiliency, meaning in life, and psychological well-being, but BIS was negatively related with ego-resiliency, psychological well-being, and satisfaction with life. Ego-resiliency was positively related with meaning in life, psychological well-being, and satisfaction with life, but it was negatively related with depression. Resilient individuals were characterized by high scores on BAS and low scores on BIS. The results of structural equation analyses showed ego-resiliency has the mediation role between BAS/BIS and well-being. The roles of BAS/BIS, and ego-resiliency in well-being were discussed.

Keywords: behavioral activation system(BAS), behavioral inhibition system(BIS), ego-resiliency, well-being