

많은 사람들이 숙제를 하는 것, 누군가와 만나기로 한 약속, 골치 아픈 문제를 해결하는 것 등과 같이 삶의 다양한 순간에 마주하는 여러 가지 일들을 미루면서 그 일을 해야 한다는 생각에 불편해한다. 이처럼 주관적인 불편감을 느끼는 순간까지도 과제수행을 미루는 행동을 지연행동(procrastination)이라고 한다(Solomon & Rothblum, 1984). 연구에 따르면, 일반 성인의 약 20%가 일상생활에서 지연행동을 하며(Hammer & Ferrai, 2002), 특히 대학생의 경우 적게는 50%, 많게는 무려 70~95%가 학업 장면에서 미루는 행동을 하는 것으로 드러날 만큼 지연행동은 일상에서 쉽게 경험할 수 있는 보편적인 현상 중 하나이다(Ellis & Knaus, 2002; Solomon & Rothblum, 1984).

많은 지연행동 연구자들은 지연행동이 낮은 삶의 만족도, 후회, 자기효능감 저하, 미래 결과에 대한 두려움, 스트레스 등과 같은 내적·외적 문제를 야기하며, 죄책감, 수치심, 반복된 좌절 경험으로 인한 자기비하, 우울 및 불안과 같은 부정 정서를 유발하여 삶의 질을 떨어뜨린다고 밝혔다(임성문, 2007; Fee & Tangney, 2000; Ferrari et al., 1995). 이들 연구는 지연행동을 개인의 부적응적 행동 또는 비합리적 행동으로 간주하며, 이를 통제해야 하는 것으로 바라보는 시각을 견지하고 있다(최민식, 유태용, 2017). 그러나 Schouwenburg, Lay, Pychyl와 Ferrari(2004)는 지연행동의 이점을 활용하기 위해 의도적으로 지연행동을 계획한 것일 수 있고, 일의 수행에 도움이 될 수 있기 때문에 모든 지연행동이 부정적으로 간주되지는 않는다고 설명하였다. 실제 최근 연구들은 지연행동을 성공적으로 사용하는 경우 효율적으로 학습시간을 활용할 수 있고, 몰입 경험을 높일 수 있기 때문에 오히려 긍정적인

결과를 가져올 수 있으며(Ferrari, 1991), 마감기한이 다가왔을 때 창의적인 생각을 떠올려 융통성 있게 문제를 해결할 수 있고(Knaus, 2000), 학업성취에 긍정적인 영향을 미침을 보여주고 있다(Lay, Edwards, Parker, & Endler, 1989).

지연행동이 긍정적인 기능을 할 수 있다는 이 같은 결과들은 지연행동을 무조건 부정적인 것으로 보기보다는 다양한 행동 유형이 존재할 수 있으며, 각 유형에 따라 그것의 기능과 특징이 다를 수 있음을 시사한다. 예를 들어, Chu와 Choi(2005)는 지연행동이 의도적으로 지연행동을 하며 마감시간이 임박했을 때 동기가 강해지는 점을 활용해 만족할만한 성과를 내는 능동 지연행동과 마감시간이 다가오는 것에 정서적 압박을 느끼고, 주관적 불편감을 느끼는 수동 지연행동 유형으로 구분될 수 있으며, 각 유형에 따라 심리적 건강과 학업수행 등이 다름을 보여주었다. 즉, 능동 지연행동 성향이 높은 사람의 경우 시간적 압박을 느끼면서 일하는 것을 스스로 선택하였기 때문에 지연 상황을 즐기고 이로 인해 발생되는 어려움과 스트레스에 대해 부정적으로 받아들이지 않는 경향이 있다고 하였다(Chu & Choi, 2005). 이와 유사하게 다른 연구들도 능동 지연행동 유형의 경우, 의도를 갖고 지연행동을 하는 상황에서 오히려 동기가 강해져 만족할만한 성과를 낼 수 있고, 융통성있게 시간을 조절할 수 있으며 자신의 필요에 따라 다른 작업으로 주의를 이동하는 등의 특징을 가지고 있고(이은영, 2022; 이정아, 현명호, 2009), 시간 지각 능력, 대처양식, 태도 그리고 학업 수행과 같이 수행의 효율성, 스트레스 대처방식과 정서상태에서 적응적인 수준을 보인다고 하였다(고진경, 신을진, 2013; 김희정,

2010). 이에 반해 수동 지연행동 유형은 자신이 과제를 완수할 능력이 부족하거나 부족하다고 의심하여 일을 미루거나 늦게 마무리하는 경향이 있으며(홍승일, 현명호, 2005), 실패 경험의 반복으로 인해 자신감이 저하되면서 죄의식과 우울감을 느끼는 경향이 있는 것으로 드러났다(Ferrari, Parker, & Ware, 1992; Steel, Brothen, & Wambach, 2001).

이들 연구는 지연행동 그 자체를 긍정적 혹은 부정적으로 간주하기보다는 유형을 찾아내어 그것의 기능을 살펴봄으로써 대학생들이 일상적으로 행하는 지연행동의 특성을 다각도에서 바라볼 수 있고, 보다 쉽게 이해할 수 있는 틀을 제공했다는 점에서 의미가 있다. 그러나 이들 연구는 지연행동의 빈도나 심각도, 지연행동으로 인한 결과(Chu & Choi, 2005), 지연행동을 과제 초반에 하느냐 후에 하느냐와 같은 지연행동 양상(허효선, 2012) 등 행동과 상황을 중심으로 유형화를 하고 있어서, 대학생들이 지연행동을 어떻게 생각하고 있는지와 같은 심리적·인지적 요소를 간과하고 있다.

지연행동을 하는 사람들은 지연행동에 대한 긍정적 또는 부정적 메타인지신념을 갖는다는 연구결과가 있다(Fernie & Spada, 2008). 지연행동에 대한 긍정적 메타인지신념은 지연행동을 개인의 인지적 수행 개선을 위한 유용한 전략으로 보아 의사결정을 미루는 것에도 영향을 미치는 것으로 나타났다(De Palo, Monacis, Miceli, Sinatra, & Di Nuovo, 2017). 지연행동에 대한 부정적 메타인지신념은 지연행동의 통제 불가능성과 지연행동으로 인한 부정적 정서 상태, 위해 및 시간 낭비와 같은 부정적인 영향과 관련된다. 이나래(2019)의 연구에 따르면 지연행동에 대한 부정적 메타인지신념의 정도

가 높을수록 수동 지연행동을 할 가능성이 높았는데, 이는 지연행동에 대한 메타인지신념과 실제 지연행동은 서로 상호관계에 있음을 나타내는 것이다. Fernie와 Spada(2008)도 그의 연구를 통해 지연행동을 긍정 혹은 부정적으로 생각하는 경향성에 따라 사람들의 지연행동특성이 달라질 수 있음을 지적하였다. 즉, 지연행동에 대한 긍정적 메타인지신념을 가지고 있어 지연행동에 대해 ‘대처전략으로써 도움이 된다’, ‘창의적인 생각을 하도록 한다’와 같은 이점을 인지하고 있는 사람의 경우 지연행동의 유용성을 극대화할 수 있다. 이에 반면 지연행동에 대해 ‘해야 할 일을 미루는 동안 다른 일에 집중하기가 어렵다’, ‘미루는 것을 통제할 수 없다’ 등과 같이 부정적인 메타인지신념을 가지고 있는 사람들은 할 일을 미루고 있는 상황에 주의를 집중하는 경향이 있으며, 유연한 사고와 대처를 하지 못하는 경향이 있는 것으로 드러났다(Fernie & Spada, 2008; Zhou, Lam & Zhang, 2022). 이상의 결과는 대학생들의 지연행동을 유형화 및 설명함에 있어 그것에 대한 메타인지신념을 고려할 필요가 있음을 시사한다. 실제 이나래(2019)는 지연행동의 빈도나 심각도보다 지연행동에 대한 메타인지신념이 지연행동을 하는 사람들의 특성을 더욱 정확하게 반영한다고 하였다.

이에 본 연구는 지연행동의 행동적 특성을 반영하는 능동-수동지연행동과 지연행동의 인지적 특성을 반영하는 메타인지신념을 토대로 대학생들의 지연행동유형을 추출하고자 한다. 유형을 추출하는 연구는 복잡해보이는 행동적 특성을 범주화하여 그 특징을 밝혀냄으로써 현상을 보다 쉽게 이해 및 설명할 수 있도록 돕는다. 본 연구는 대학생들의 지연행동유형을 추출하고 각 유형에 속한 대학생들이 문제

해결능력, 귀인경향성, 정신건강 수준에 있어 차이가 있는지를 확인함으로써 각 유형의 특성을 더욱 명료화하고, 각 유형에 맞는 심리상담적 개입방안을 모색하고자 한다.

지연행동이 문제의 해결을 미루는 것이라는 점에서 지연행동과 문제해결능력의 관계를 살펴볼 필요가 있다. 문제해결능력이란 개인에 대한 인지적, 행동적 과정으로 일상생활 속에서 부딪치는 특정 문제 상황에서 효과적인 방법을 확인하고 발견하여 수단을 형성하는 과정을 말한다(D'Zurilla & Nezu, 1982). 문제해결 능력은 부정적이거나 스트레스를 유발시키는 사건에 대한 대처로서 개인의 신체적, 심리적 안녕감에 영향을 미친다(Friedman, 1991; Snyder & Ford, 1987). 김민정(2012)은 개인의 문제해결 능력에 대한 지각과 지연행동 간에 높은 상관 이 있다고 하였으며, Knaus(1985)는 부족한 문제해결능력이 부적응적 지연행동을 예측하는 변인 중 하나라고 설명하였다. 즉, 스스로 문제해결능력이 부족하다고 생각하는 경우 문제를 해결해야 하는 상황에 부담을 느끼고, 자신의 무능함과 실패의 결과로부터 회피하기 위한 전략으로 부적응적 지연행동을 선택하게 되는 경향이 있으며(Jonassen, 2004; Rozental & Carlbring, 2014), 문제해결능력을 발달시키지 않은 채 회피전략으로써 지연행동을 선택하는 경우 삶의 많은 문제를 해결하지 못한 채 미루는 부적응적 패턴을 반복하게 되는 경향이 있는 것으로 드러났다(Yurtseven & Dogan, 2019). 또한 문제해결능력이 낮은 사람은 문제를 해결해야 하는 상황에서 자신감을 잃기 쉽고, 실패에 대한 불안으로 인해 그 상황을 회피하며 지연행동을 하게 되는 경향이 있었다(추상엽, 임성문, 2008). 반면 스스로의 문제해결능력을 높이 평가하는 경우에는 의도적으로

지연행동을 함으로써 시간의 압박을 느끼고, 높은 몰입을 경험하며 창의적인 해결방법을 도출해낼 수 있다(이정아, 현명호, 2009; Choi, 2009). 이상의 결과를 통해 수동 지연행동을 하는 사람들의 경우 능동 지연행동을 하는 사람들에 비해 문제해결능력이 낮으며, 부정 메타인지신념을 지닌 사람들이 긍정 메타인지를 지닌 사람들에 비해 문제해결능력이 낮을 가능성을 유추해볼 수 있다.

개인은 문제를 해결한 후 나타난 결과에 대해 어떻게 귀인을 하느냐에 따라 서로 다른 정서경험을 하며, 이후 성취에 대한 기대감에서도 차이가 있다(윤소정, 2012). 귀인과 지연행동에 관한 연구들은 귀인양식이 지연행동에 영향을 줄 수 있음을 보여주고 있다. 예를 들어, 실패의 결과를 내적 요인으로 귀인할 경우 죄책감, 수치심, 당혹감 등의 정서를 느끼고, 성취과제에 대한 회피 가능성이 증가하게 되는데(Bell-Gredler, 1989), 이는 수동 지연행동 경향성을 높여 부적응적인 지연행동을 하는데 영향을 미치고 지연행동에 대한 부정적 신념을 형성할 수 있다. 또한 안정적이고 통제 가능성이 있는 것에 귀인을 할 경우 미래에도 동일한 결과를 얻을 것이라 예측하여 새로운 과제에 직면했을 때 회피하기 위해 미루기를 선택하는데, 여러 연구자들은 이러한 귀인방식이 반복될 경우 수동 지연행동 경향성을 높아지고, 지연행동에 대한 부정적 신념을 형성하는 경향이 있다고 하였다(Rahimi, Hall, & Pychyl, 2016). 이는 실패에 대해 능력과 같이 내적이면서 안정적이고 통제가능한 원인으로 귀인하는 것이 수동 지연행동과 부정 메타인지신념과 상관이 높을 수 있음을 시사한다.

지연행동은 또한 정신건강과도 밀접한 관련성이 있다(김광숙, 김정희, 2007). 세계보건기

구(WHO)는 정신건강을 ‘개인의 잠재력을 실현하고, 일상적 스트레스에 대처할 수 있으며, 생산적으로 일하고, 공동체에 기여할 수 있는 웰빙의 상태’로 정의하였는데, 행복, 삶의 만족과 같은 긍정적 요소와 우울, 불안과 같은 부정적 정서가 정신건강 형성에 중요한 역할을 한다(신주연, 이윤아, 기이학, 2005). 지연행동은 우울, 불안과 같은 부정적 정서와 상관성이 높으며(McCown, Johnson, & Petzel, 1989; Steel, 2007), 자아존중감과도 부적 상관관계를 보이고 있다(Ferrari, 1994; Ferrari, 2000; Solomon, Rothblum, 1984). 예를 들어, 지연행동과 자아존중감 간의 관계를 살펴본 연구들은 취약한 자아존중감을 가진 사람일수록 지연행동을 저조한 성과 및 부정적인 결과에 대한 변명으로 활용함으로써 자신을 보호하는 경향이 있다고 하였으며, 이러한 구실만들기 전략은 단기적으로는 자아 손상을 방지해줄 수 있지만, 장기적으로 보면 과제수행의 결과를 떨어뜨리면서 결국 자아존중감이 저하되는 결과를 초래한다고 하였다(Ross, Canada & Rausch, 2002). 한편 지연행동과 정신건강에 대한 연구가 지속됨에 따라 모든 지연행동이 역기능적인 것이 아니며, 지연행동 경향이 높다고 해서 모두 부정적 기제를 가지는 것은 아니라는 주장이 제기되었다(김희정, 2010; Chu & Choi, 2005). 즉, 능동 지연행동을 하는 사람들은 수동 지연행동을 하는 사람들에 비해 상대적으로 스트레스와 우울을 덜 느끼고, 더 높은 삶의 만족감을 느꼈으며, 더욱 높은 수준의 자존감을 보여주었다(Chu, Choi, 2005). 이러한 결과는 지연행동을 하는 것 자체가 정신건강에 부정적 영향을 미치는 것이 아니며 지연행동 유형에 따라 차이가 나타날 수 있음을 시사한다.

본 연구는 지금까지의 논의와 필요성을 바탕으로 능동-수동 지연행동과 지연행동 메타인지신념을 기준으로 지연행동을 유형화하고, 각 유형에 따른 문제해결능력과 귀인양식 및 정신건강 변인에서의 차이를 비교함으로써 지연행동에 대한 이해를 높이고자 한다. 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 능동 지연행동, 수동 지연행동, 지연행동 메타인지, 문제해결능력, 귀인양식, 정신건강관련 변인(삶만족도, 긍정/부정정서, 자아존중감) 간 어떠한 상관관계가 있는가?

연구문제 2. 능동-수동 지연행동과 지연행동 메타인지에 따라 어떠한 군집이 존재하는가?

연구문제 3. 능동-수동 지연행동과 지연행동 메타인지에 따른 군집 별 문제해결능력에 지연행동유형 차이가 존재하는가?

연구문제 4. 능동-수동 지연행동과 지연행동 메타인지에 따른 군집 별 성패에 대한 귀인양식에 차이가 존재하는가?

연구문제 5. 능동-수동 지연행동과 지연행동 메타인지에 따른 군집 별 삶의 만족도, 긍정/부정정서, 자아존중감에 차이가 존재하는가?

방 법

연구대상

본 연구는 전국 4년제 대학교에 재학중인 남녀 대학생 235명 중 온라인 설문 참여에서 중도 철회한 5명을 제외하고 최종적으로 230명의 자료를 분석하였다. 모든 연구 대상자는 구글폼을 활용한 온라인 설문지를 제작한 후 대학교 커뮤니티 사이트 및 각종 소셜 네트워크

크 서비스(SNS) 등에 게시하여 모집하였으며, 설문에 응답하기 전 연구 참여에 동의 여부를 표시하여 참여를 희망하는 대상자들에 한하여 설문에 참여할 수 있도록 하였다. 또한 모든 대상자들에게는 2000원 상당의 보상을 제공하였다. 응답한 자료 연구 대상자들의 인구통계학적 특징을 살펴보면 성별은 남성 104명(45.2%), 여성 126명(54.8%)이고 평균 연령은 22.32세(SD=2.60)였다. 학년은 1학년 43명(18.7%), 2학년 45명(19.6%), 3학년 58명(25.2%), 4학년 84명(36.5%)으로 4학년이 가장 많았다. 전공계열은 인문계열 41명(17.8%), 사회계열 42명(18.3%), 교육계열 8명(3.5%), 공학계열 17명(7.4%), 자연계열 10명(4.3%), 의학계열 25명(10.9%), 예체능계열 84명(36.5%), 기타 3명(1.3%)으로 예체능계열이 가장 많았다. 학업 성적은 평균 평점 4.0 이상은 53명(23.0%), 평균 평점 3.0~3.9은 155명(67.4%), 평균 평점 2.0~2.9은 21명(9.1%), 평균 평점 1.9 이하는 1명(0.4%)으로 평균 평점 3.0~3.9가 가장 많았다.

측정도구

능동 지연행동

능동 지연행동을 측정하기 위해서 Chu와 Choi(2005)가 개발하고, 김지연(2011)이 번안하고 타당화한 능동 지연행동 척도(Active Procrastination Scale)를 사용하였다. 이 척도는 시간 압박을 선호하여 스스로 지연행동을 의도적으로 결정하고, 마감시간을 충족할 수 있고 결과에 대해 만족하는 능동 지연행동을 측정하고 있다. 총 16문항으로 결과 만족은 '마감일에 쫓기는 경우, 내 성과는 나쁘게 나타

나는 경향이 있다'를 포함한 4문항, 시간 압박에 대한 선호는 '나는 마감 시한에 압박해서 일하는 경우 엄청난 스트레스를 받는다'를 포함한 4문항, 지연행동에 대한 의도적인 결정은 '시간을 효율적으로 이용하기 위해 나는 일부러 몇몇 과제를 뒤로 미룬다'를 포함한 4문항, 마감 시간 충족 능력은 '나는 가끔 마지막 순간에 과제에 착수하는데, 그리고 나서 이제 시간에 그 과제를 마치기가 힘들다는 것을 깨닫는다'를 포함한 4문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 Likert 7점 척도로 평정되며, 점수가 높을수록 능동적인 지연행동의 빈도가 높음을 의미한다. 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .74로 나타났다.

수동 지연행동

수동 지연행동을 측정하기 위해서 Lay(1986)가 개발하고, 임성문(2006)이 번안 및 타당화한 일반적 지연척도(General Procrastination)를 사용하였다. 이 척도는 마감 시간이 다가올 때 압박감을 느끼고, 결정을 잘 내리지 못해 정해진 시간 안에 해야 할 일을 끝내지 못하는 수동 지연행동의 행동적 측면만을 반영한 척도로 총 20문항으로 구성되어 있다. 문항의 예로는 '며칠 전에 하려고 했던 과제들을 지금에 와서 하고 있는 경우가 종종 있다' 등이 있다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 평정되며, 점수가 높을수록 수동 지연행동의 빈도가 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .86로 나타났다.

지연행동 메타인지신념

지연행동 메타인지신념척도는 Fernie, Spada,

Nikčević, Georgiou & Moneta(2009)가 개발한 척도를 이나래(2019)가 번안하고 타당화한 한국판 지연행동 메타인지신념 척도(Korean Metacognitive Beliefs about Procrastination Questionnaire)를 사용하였다. 총 16문항으로 지연행동에 대한 긍정적 신념 8문항, 지연행동에 대한 부정적 신념 8문항으로 구성되어 있다. 문항의 예로 긍정적 신념은 ‘미루는 행동은 창의성이 더 쉽게 발휘되도록 해준다’, ‘미루는 행동은 내가 지루하지 않게 해준다’ 등이 있고, 부정적 신념은 ‘미루는 행동은 나를 울적하게 만든다’, ‘미루는 행동은 스트레스를 준다’ 등이 있다. 각 문항은 Likert 4점 척도로 평정되며, 점수가 높을수록 지연행동이 유용한 대처전략이라 생각하는 긍정적 신념 또는 미루는 것을 통제할 수 없다는 부정적 신념 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서의 Cronbach's α 는 긍정적 신념 .86, 부정적 신념은 .89로 나타났다.

문제해결능력

문제해결능력을 측정하기 위해서 이우숙 등(2008)이 개발한 성인의 문제해결과정 척도를 사용하였다. 총 30문항으로 문제의 명료화 6문항, 해결방안 모색 6문항, 의사결정 6문항, 해결책 수행 6문항, 평가 및 반영 6문항으로 구성되어 있다. 문항의 예로, 문제의 명료화는 ‘문제 상황에 직면하면 먼저 해결해야 할 문제가 무엇인지 깊이 있게 생각한다’, 해결방안 모색은 ‘다양한 측면에서 문제를 해결할 수 있는 방안들을 모색한다’, 의사결정은 ‘과학적 근거를 토대로 문제해결방법을 선택한다’, 해결책 수행은 ‘모색한 해결방안을 토대로 문제를 풀어 나간다’, 평가 및 반영은 ‘문제해결의

목적 달성하였는지 평가한다’ 등이 있다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 평정되며, 점수가 높을수록 문제해결능력이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서의 Cronbach's α 는 문제의 명료화 .87, 해결방안 모색은 .87, 의사결정 .83, 해결책 수행 .79, 평가 및 반영은 .83으로 나타났다.

성패에 따른 귀인

성패에 대한 귀인은 Weiner(1979)가 개발한 척도를 박영신(1989)이 번안하고 조지은(2002)이 선다형 문항으로 수정 보완한 성패귀인 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 40문항으로 같은 문항에 대해 학업에 성공했을 때 귀인성향을 묻는 20문항과 실패 하였을 때 귀인성향을 묻는 20문항으로 나누어지며, 내부 귀인성향과 외부 귀인성향을 묻는 문항으로 구성되어 있다. 문항의 예로, 내부귀인은 ‘나는 능력이 있기 때문이다’, ‘꾸준하게 노력했기 때문이다’가 있고, 외부귀인은 ‘이번 시험이 쉬웠기 때문이다’, ‘이번 시험에서 운이 좋았기 때문이다’, ‘주위 사람들이 공부할 수 있도록 도와주었기 때문이다’ 등이 있다. 각 문항은 ‘아니다’, ‘보통’, ‘그렇다’의 Likert 3점 척도로 평정되며, 점수가 높을수록 해당되는 귀인 성향이 강하다는 것을 의미한다. 본 연구에서의 성공귀인에 대한 Cronbach's α 는 .76이고, 내부귀인은 .76, 외부귀인은 .83으로 나타났고, 실패귀인에 대한 Cronbach's α 는 .87이고, 내부귀인은 .80, 외부귀인은 .88으로 나타났다.

삶의 만족도

삶의 만족도를 측정하기 위해서 Diener,

Emmons, Larson과 Griffin(1985)이 개발하고, 조명환과 차경호(1998)이 번안한 삶의 만족도 척도(Satisfaction With Life Scale)를 사용하였다. 이 척도는 총 5문항으로 구성되어 있으며, 문항의 예로는 ‘나는 대체로 내 이상에 가까운 생활을 하고 있다’가 있다. 각 문항은 Likert 7점 척도로 평정되며, 점수가 높을수록 자신의 삶에 대해 만족하고 있음을 의미한다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 .85로 나타났다.

긍정정서 및 부정정서

긍정정서 및 부정정서를 측정하기 위해 Watson, Clark와 Tellegen(1988)이 개발하고, 이현희, 김은정과 이민규(2003)이 번안 및 타당화한 긍정정서 및 부정정서 척도(The Positive and Negative Affect Schedule)를 사용하였다. 이 척도는 총 20문항으로 긍정정서 9문항과 부정정서 11문항으로 구성되어있다. 문항의 예로 긍정정서에는 ‘흥미를 느끼는’, ‘신나는’, ‘영감을 얻는’이 있고, 부정정서에는 ‘짜증나는’, ‘괴로운’, ‘정신을 바짝 차린’이 있다. 각 문항은 Likert 7점 척도로 평정되며, 점수가 높을수록 긍정정서 또는 부정정서를 더 많이 경험하는 것을 의미한다. 본 연구에서의 Cronbach's α 는 긍정정서에서 .86, 부정정서에서 .90으로 나타났다.

자아존중감

자아존중감을 측정하기 위해서 Rosenberg (1985)이 개발한 자아존중감 척도(Self-Esteem Scale)를 김충희(1995)가 수정한 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 10문항으로 긍정적 자아존중감 5문항, 부정적 자아존중감 5문항으로

구성되어 있다. 최근 연구에 따르면, 자아존중감이 긍정적 자아존중감과 부정적 자아존중감으로 나눌 수 있으며 이들이 서로 독립적으로 기능한다는 결과들이 누적되고 있으며(유창민, 2017; Vallacher & Nowak, 2000), 이들에게 영향을 주거나 유의하게 관련있는 변인들이 서로 다를 수 있음을 보여주고 있다(Supple et al., 2013). 이에 본 연구에서는 Rogenberg의 자아존중감 척도를 긍정적 자아존중감과 부정적 자아존중감으로 구분하여 지연행동 유형과의 관계성을 살펴보고자 한다. 문항의 예로 긍정적 자아존중감에는 ‘나는 내가 다른 사람처럼 가치 있는 사람이라고 생각한다’, 부정적 자아존중감에는 ‘나는 대체로 실패한 사람이라는 느낌이 든다’가 있다. 각 문항은 Likert 4점 척도로 평정된다. 일반적으로 긍정적 자아존중감 점수가 높고, 부정적 자아존중감 점수가 낮을수록 자아존중감 수준이 높다고 평가한다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 긍정적 자아존중감 .85, 부정적 자아존중감 .76으로 나타났다.

자료분석

본 연구에서는 SPSS Statistics 25.0을 사용하여 수집된 자료를 분석하였다. 먼저, 연구 대상자의 인구통계학적 특성과 측정도구의 신뢰도를 파악하기 위해 빈도분석과 기술통계분석을 실시하고 내접합치도를 산출하였다. 둘째, 능동 지연행동, 수동 지연행동, 지연행동 메타인지, 문제해결능력, 성패에 따른 귀인, 정신건강 변인 간의 상관관계를 확인하기 위해 Pearson의 상관계수를 산출하였다. 셋째, 능동 지연행동, 수동 지연행동, 지연행동 메타인지에 따른 하위 유형을 확인하기 위해 Hair와 Black(2000)이 제안한 2단계 군집분석 방법을

사용하였다. 1단계에서 위계적 군집방법 중 대표적인 Wards 방법과 제곱 유클리디안 거리를 적용하여 군집의 수 및 각 군집의 초기 중심점을 결정한 후, 2단계에서는 각 군집의 중심점을 비위계적 군집방법인 K-means방법의 초기 시작점으로 투입하였다. 넷째, 군집분석을 통해 나누어진 유형에 따른 문제해결능력, 성패에 따른 귀인, 정신건강변인의 차이를 알아보기 위해 다변량분산분석(MANOVA)을 실시하였다.

결 과

기술통계 및 상관관계 분석

본 연구의 주요 변인들의 왜도, 첨도 및 기술 통계와 상관관계 분석 결과는 표 1과 같다. 표본의 정규성 가정을 위해서 변인들의 왜도 절댓값은 2, 첨도 절댓값은 7을 넘지 않아야 한다(Finch & West, 1997). 본 연구의 측정 변인들은 왜도와 첨도의 절댓값이 각각 2와 7을 넘지 않아 정규분포의 기준을 충족하였다.

상관관계 분석 결과, 능동 지연행동과 긍정

표 1. 주요 변인 간 기술통계 및 상관관계 (N=230)

	1	2	3-1	3-2	4	5-1	5-2	6-1	6-2	7	8-1	8-2	9-1	9-2
1. 능동 지연행동	-													
2. 수동 지연행동	-.14*	-												
3-1. 지연행동에 대한 긍정적 메타인지신념	-.08	.36**	-											
3-2. 지연행동에 대한 부정적 메타인지신념	-.53**	.10	.15*	-										
4. 문제해결능력	-.06	-.19**	.02	.20**	-									
5-1. 성공내부귀인	.01	-.12	.08	.02	.40**	-								
5-2. 성공외부귀인	-.18**	.16*	.17*	.11	.07	-.04	-							
6-1. 실패내부귀인	-.32**	.32**	.22**	.28**	-.08	-.29**	.36**	-						
6-2. 실패외부귀인	-.15*	.12	.35**	.19**	.07	.12	.42**	.33**	-					
7. 삶의 만족	.09	-.14*	.22**	-.06	.12	.23**	.12	-.13	.10	-				
8-1. 긍정정서	-.03	.00	.43**	.05	.20**	.24**	.17**	-.05	.24**	.47**	-			
8-2. 부정정서	-.35**	.30**	.35**	.46**	.12	-.09	.20**	.41**	.35**	-.16*	.20**	-		
9-1. 긍정적 자아존중감	-.22**	.13*	.39**	.19**	.25**	.14*	.15*	.28**	.21**	.17*	.28**	.41**	-	
9-2. 부정적 자아존중감	.39**	-.22**	-.22**	-.30**	-.05	.15*	-.13	-.50**	-.22**	.31**	.02	-.62**	-.60**	-
M	3.90	2.73	1.91	2.39	3.40	2.23	2.27	2.10	1.89	4.27	3.02	2.49	3.07	2.31
SD	.73	.58	.66	.76	.63	.44	.43	.48	.47	1.23	.81	.92	.59	.68
왜도	.37	-.01	.73	.11	-.45	-.40	-.56	-.12	-.15	-.26	-.20	.28	-.56	.33
첨도	.41	.43	-.01	-.85	.51	-.19	-.24	-.26	-.94	-.29	-.05	-.72	.32	-.55

* $p < .05$, ** $p < .01$

적 자아존중감($r=-.22, p<.01$)간에 유의미한 부적상관이 나타났고, 수동 지연행동($r=-1.4, p<.05$), 지연행동에 대한 부정적 메타신념($r=-.53, p<.01$), 성공 외부귀인($r=-.18, p<.01$), 실패 내부귀인($r=-.32, p<.01$), 실패 외부귀인($r=-.15, p<.05$), 부정정서($r=-.35, p<.01$), 부정정서($r=-.35, p<.01$)간에는 유의미한 부적상관이 나타났다. 다음으로 수동 지연행동과 지연행동에 대한 긍정적 메타신념($r=.36, p<.01$), 성공 외부귀인($r=.16, p<.05$), 실패 내부귀인($r=.32, p<.01$), 부정정서($r=.30, p<.01$), 긍정적 자아존중감($r=.13, p<.05$)간에 유의미한 정적상관이 나타났으며, 문제해결능력($r=-.19, p<.01$), 삶의 만족($r=-.14, p<.05$), 부정적 자아존중감($r=-.22, p<.01$)간에는 유의미한 부적상관이 나타났다.

능동-수동 지연행동과 지연행동 메타인지에 따른 군집 추출

본 연구에서는 Hair와 Black(2000)이 제안한 2단계 군집분석을 실시하였다. 이 방법은 위계적 군집분석만 사용했을 때 이탈 정도가 크게 나타나는 사례들이 군집을 형성하는 데 미치는 영향을 최소화할 수 있으며, 군집 수와 각 군집의 중심점을 확인함으로써 각 군집의 명명과 해석에 대한 시사점을 가장 명확히 파악할 수 있다는 장점이 있다. 먼저 Ward의 방법과 제곱 유클리디안 거리를 활용하여 계층적 군집분석을 실시하였다. 먼저, 계층적 군집분석을 통해 얻어진 군집화 일정표의 계수 변화와 덴드로그램을 살펴보았을 때 2~4개의 군집으로 분류 가능성이 제안되었다. 2단계에서는 군집변인들의 평균점수를 초기 중심점으로 설정하여 비위계적 군집화 방법인 K-means 군집분석을 실시하였다.

군집의 수를 2, 3, 4개로 설정한 후 단계별로 투입하여 가능한 군집의 수와 각 군집의 중심점을 검토했을 때, 2개 군집의 사례 수 116, 114, 3개 군집의 사례 수는 57, 83, 90이었고, 4개 군집의 사례 수는 53, 63, 55, 59로 나타났다. 군집 수를 4개로 지정하는 것이 사례 수가 균형 있게 나누어지고 군집 간 변인들의 특성이 구별된 차이를 보였으며, 해석 시 시사점을 가장 명확히 할 수 있는 수준의 지연행동 유형이 확인되어 군집 수를 최종 4개로 결정하였다.

군집 1은 53명(23.0%), 군집 2는 63명(27.4%), 군집 3은 55명(23.9%), 군집 4는 59명(25.7%)으로 구성되었다. 군집 1은 능동 지연행동과 수동지연행동 수준이 모두 낮고, 지연행동에 대한 부정적 신념이 높았다. 이 군집은 해야 할 일을 미루는 행동을 하지 않으며, 미루는 것에 대해 긍정적으로 생각하는 경향은 낮고 부정적으로 생각하는 경향은 높은 것으로 드러나, '성실한 과업 중심형'이라 명명하였다. 군집 2는 수동 지연행동 수준이 높고 긍정적 신념과 부정적 신념 수준이 모두 낮았다. 이들은 수동 지연행동을 하고 있으나, 지연행동에 대한 신념 수준이 낮아 자신의 지연행동에 대해 긍정 혹은 부정적 평가를 할 가능성이 낮은 것으로 사료된다. 이러한 특징을 반영하여 '무관단 수동지연형'이라 명명하였다. 군집 3은 능동 지연행동 수준이 높고, 긍정적 신념과 부정적 신념이 모두 낮게 나타났으며, 특히 지연행동에 대한 부정적 신념이 매우 낮은 것으로 드러났다. 즉, 이들은 할 일을 미룸으로써 얻은 결과에 만족하고, 시간 압박을 선호하며, 마감시간에 충족할 수 있고 지연행동을 의도적으로 결정하는 특징이 있으며, 특히 지연행동을 부정적으로 생각하는 경향이 매우 낮게

표 2. 최종 군집별 중심점

		군집1 성실한 과업중심형 (n=53) 23.0%	군집2 무관단 수동지연형 (n=63) 27.4%	군집3 계획적 능동지연형 (n=55) 23.9%	군집4 양가적 수동지연형 (n=59) 25.7%
능동 지연행동	중심점	-0.56	-0.02	1.08	-0.48
	평균(표준편차)	3.50(.55)	3.97(.50)	4.72(.62)	3.54(.55)
수동 지연행동	중심점	-0.77	.58	-0.70	.72
	평균(표준편차)	2.30(.46)	2.97(.39)	2.32(.44)	3.19(.42)
지연행동에 대한 긍정적 메타인지	중심점	-0.71	-0.22	-0.33	1.18
	평균(표준편차)	1.44(3.41)	1.89(.47)	1.60(.51)	2.60(.59)
지연행동에 대한 부정적 메타인지	중심점	.85	-0.51	-0.96	.68
	평균(표준편차)	3.01(.49)	1.85(.42)	1.69(.49)	2.92(.51)

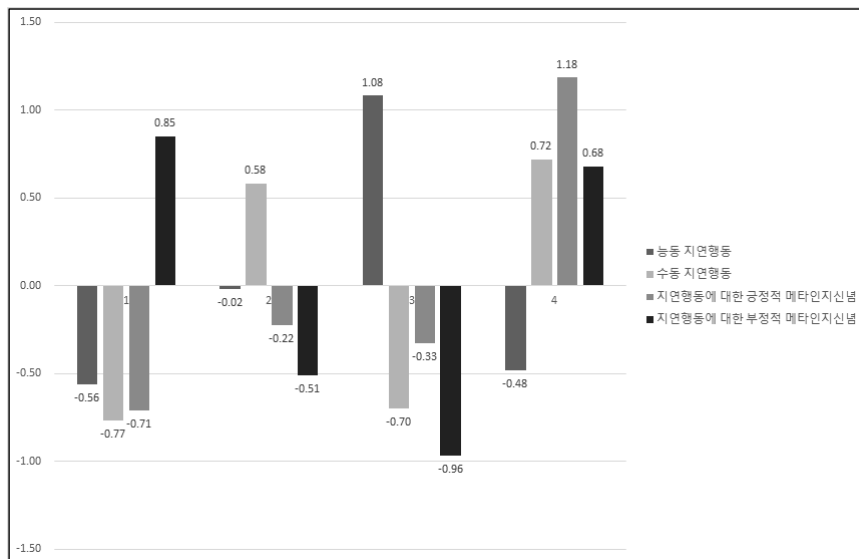


그림 1. 군집유형에 따른 변인 간 차이

나타나 ‘계획적 능동지연형’이라 명명하였다. 군집 4는 수동 지연행동 수준이 높았고, 지연행동에 대한 긍정적 신념과 부정적 신념이 모

두 높은 수준으로 나타났다. 이 군집은 수동지연행동을 하고 있으면서, 지연행동에 대해 긍정적으로 생각하기도 하지만 부정적으로 생

각하기도 하는 양가적인 인지상태를 보이고 있다. 이러한 특성을 고려하여 ‘양가적 수동지연형’이라 명명하였다.

군집별 문제해결능력, 귀인양식, 정신건강의 차이

각 군집 별 문제해결능력, 귀인양식, 정신건강 변인에서의 차이를 비교하기 위해 다변량 분산분석(MANOVA)과 사후분석을 실시하였다. 첫 번째로 문제해결능력의 차이를 비교한 결과 $Wilks' \Lambda = 3.21, F(15, 605) = 3.21, p < .001, \eta^2 = .07$ 로 유의한 다변량 효과가 나타났으며, 표 3에 제시한 바와 같이 문제의 명료화($p < .05$) 해결방안 모색, 의사결정, 해결책 수행($p < .01$), 평가 및 반영($p < .001$) 모두에서 집단 간 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

어떤 집단 사이에 유의한 차이가 나타나는지 알아보기 위해 사후검정을 실시한 결과는 다음과 같다. 먼저, 지연행동을 하지 않으며 그것에 대해 부정적인 메타인지를 지닌 ‘성실한 과업중심형(1군집)’이 다른 군집에 비해 문제해결능력이 가장 높게 나타났는데, 구체적으로 살펴보면 해결방안 모색, 의사결정, 해결책 수행, 평가 및 반영에서 평균이 가장 높았다. 반대로 수동 지연행동을 하지만 그것에 대해 긍정 혹은 부정적인 판단을 하지 않는 경향이 높은 ‘무판단 수동지연형(2군집)’의 경우 다른 군집에 비해 모든 영역의 점수가 낮아 문제해결능력이 가장 저조하다는 특징이 있었다. 능동 지연행동을 하면서 지연행동이 나쁜 것은 아니라고 생각하는 ‘계획적 능동지연형(3군집)’은 2군집에 비해 해결방안을 모색하는 능력이 발달하여 문제해결에 필요한 정보를 수집하고 여러 가지 해결방안을 탐색하

는 경향이 높은 것으로 나타났다. 수동 지연행동에 대해 양가적인 메타인념을 지닌 ‘양가적 수동지연형(4군집)’은 결과를 평가 및 반영하는 능력이 1군집만큼 높은 것으로 드러났다.

두 번째로 성패에 따른 귀인방식의 차이를 비교하기 위해 먼저 성공에 따른 귀인방식에 따른 집단 별 차이를 비교한 결과 $Wilks' \Lambda = .91, F(15, 605) = 1.39, p > .05, \eta^2 = .03$ 로 유의미하지 않았다. 실패에 따른 귀인방식은 $Wilks' \Lambda = 6.84, F(15, 605) = 6.84, p < .001, \eta^2 = .13$ 로 유의한 다변량 효과가 나타났으며, 내부귀인, 외부귀인($p < .001$)에서 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다. 사후검정을 실시한 결과, 실패에 대한 내부귀인의 경우, ‘양가적 수동지연형(4군집)’이 다른 군집에 비해 내부귀인을 하는 경향이 높았다. 구체적으로, 양가적 수동지연형이 다른 군집에 비해 실패했을 때 안정적이면서 통제불가능한 속성인 능력귀인을 하는 경향이 높은 것으로 드러났다. ‘계획적 능동지연형(3군집)’이 실패결과에 대해 노력귀인을 하는 경향이 낮았으며, 그 외 세 군집은 실패에 대해 불안정적이며 통제가능한 속성인 노력으로 귀인하는 경향이 유사하게 높았다. 실패에 대한 외부귀인의 경우 역시 ‘양가적 수동지연형(4군집)’이 다른 군집에 비해 외부귀인을 하는 경향이 높았다. 실패에 대한 귀인을 과제난이도에 귀인하는 경향은 통계적으로 유의한 차이는 없었으나, 불안정적이며 통제불가능한 속성인 타인에 귀인하는 경향은 양가적 수동지연형이 다른 군집에 비해 통계적으로 유의하게 높은 것으로 드러났다. 이는 수동 지연행동에 대해 긍정적인 신념과 부정적인 신념을 모두 함께 지니고 있는 ‘양가적 수동지연형’의 경우 타 군집에 비해 실패에 대해 안정적이면서 통제가능한 능력으로 귀인

표 3. 각 군집 별 문제해결능력, 귀인양식, 정신건강의 차이 비교

		군집1	군집2	군집3	군집4	F(p)	사후검정
		성실한 과업중심형 (N=53)	무관단 수동지연형 (N=63)	계획적 능동지연형 (N=55)	양가적 수동지연형 (N=59)		
		M	M	M	M		
		(SD)	(SD)	(SD)	(SD)		
문제해결능력	문제의 명료화	3.72 (.90)	3.41 (.76)	3.75 (.79)	3.44 (.67)	3.04*	-
	해결방안 모색	3.68 (.82)	3.22 (.76)	3.67 (.76)	3.34 (.70)	5.35**	1,3>2
	의사결정	3.69 (.70)	3.13 (.72)	3.34 (.90)	3.45 (.71)	5.19**	1>2
	해결책 수행	3.61 (.69)	3.16 (.53)	3.38 (.75)	3.35 (.64)	4.36**	1>2
	평가 및 반영	3.49 (.75)	2.92 (.64)	3.14 (.85)	3.35 (.75)	6.35***	1>2,3 4>2
실패에 대한 귀인양식	내부귀인	2.13 (.46)	2.10 (.36)	1.87 (.55)	2.29 (.45)	7.72***	4>1,2,3
	능력	1.70 (.64)	1.54 (.55)	1.46 (.57)	2.07 (.63)	11.48**	4>1,2,3
	노력	2.56 (.54)	2.65 (.43)	2.29 (.71)	2.51 (.46)	4.87***	1,2>3
	외부귀인	1.87 (.47)	1.81 (.42)	1.75 (.46)	2.15 (.43)	8.71***	4>1,2,3
	과제	2.23 (.68)	2.23 (.56)	2.15 (.66)	2.46 (.48)	2.46	-
	타인	1.20 (.32)	1.22 (.38)	1.16 (.27)	1.69 (.56)	23.6***	4>1,2,3
정신건강	삶의 만족도	4.16 (1.35)	4.19 (1.18)	4.32 (1.10)	4.39 (1.30)	.98	-
	긍정정서	2.76 (.82)	2.84 (.74)	3.03 (.77)	3.44 (.78)	9.74***	4>1,2,3
	부정정서	2.45 (.83)	2.38 (.80)	1.98 (.78)	3.12 (.89)	18.86***	4>1,2>3
	긍정적 자아존중감	2.91 (.65)	3.09 (.54)	3.24 (.51)	3.02 (.63)	3.30*	3>1
	부정적 자아존중감	2.32 (.69)	2.30 (.59)	2.02 (.62)	2.59 (.72)	6.97***	4>3

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

하는 경향이 높을 뿐만 아니라 불안정적이면서 통제불가능한 속성인 타인으로 귀인하는 경향도 높다는 것을 의미한다.

마지막으로 정신건강 변인의 차이를 비교한 결과 Wilks' $\Lambda = .71$, $F(15, 605) = 5.32$, $p < .001$, $\eta^2 = .11$ 로 유의한 다변량 효과가 나타났다. 긍정정서, 부정정서, 부정적 자아존중감과 ($p < .001$), 긍정적 자아존중감에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났고($p < .05$), 삶의 만족에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 구체적으로 살펴보면, '계획적 능동지연형'이 타 군집에 비해 부정정서를 가장 낮은 수준으로 느끼며, 긍정적 자아존중감이 가장 높고, 부정적 자아존중감이 가장 낮은 것으로 드러나 정신건강 수준이 가장 양호한 집단으로 드러났다. 이에 반해 '성실한 과업중심형'은 타 군집에 비해 긍정정서와 긍정적 자아존중감 수준이 낮게 나타났다. '양가적 수동지연형'의 경우 타 군집에 비해 긍정정서와 부정정서가 모두 유의하게 높아 감정적으로 양가적인 특성들을 지니고 있을 뿐만 아니라 자아존중감 측면에서도 긍정적 자아존중감은 보통수준이나 부정적 자아존중감이 가장 높은 것으로 드러났다.

논 의

본 연구에서는 능동-수동 지연행동과 지연행동 메타인지에 따라 군집을 분류하고, 각 군집에 따라 문제해결능력, 귀인방식, 정신건강 관련 변인(삶의 만족도, 긍정/부정정서, 자아존중감)에 차이가 있는지 살펴보고자 하였다. 이를 위해 상관분석, 군집분석 및 다변량 분산분석(MANOVA)를 실시하였으며, 주요 결과는 다음과 같다.

첫째, 주요 변인들의 상관관계를 분석한 결과, 능동 지연행동은 수동 지연행동과 부적 상관관계를 보였으며, 능동 지연행동은 긍정적 자아존중감과는 정적 상관을, 지연행동에 대한 부정적 메타인지신념, 성공에 따른 외부귀인, 실패에 따른 내부귀인, 실패에 따른 외부귀인, 부정정서, 부정적 자아존중감과는 부적 상관관계를 보였다. 수동 지연행동은 지연행동에 대한 긍정적 메타인지신념, 성공에 따른 외부귀인, 실패에 따른 내부귀인, 부정정서, 부정적 자아존중감과 정적인 상관을 보였고, 문제해결능력, 삶의 만족도와 부적의 상관을 보였다. 이는 능동 지연행동이 긍정적 자아존중감과 정적 상관을 가지고, 우울, 불안과 같은 부정정서와 부적상관을 가지며(김수지, 2013; 김지연, 신희천, 2013), 수동 지연행동과 삶의 만족도, 부정적 정서, 정신건강이 부적 상관을 갖는다는 선행연구와 일치하는 결과이다(문현정, 김정규, 2019; Chu, Choi, 2005).

지연행동에 대한 긍정적 메타인지신념은 지연행동에 대한 부정적 메타인지신념, 성공에 따른 외부귀인, 실패에 따른 내부귀인, 실패에 따른 외부귀인, 삶의 만족도, 긍정정서, 부정정서, 긍정적 자아존중감, 부정적 자아존중감과 정적인 상관을 나타냈고, 지연행동에 대한 부정적 메타인지신념은 문제해결능력, 실패에 따른 내부귀인, 실패에 따른 외부귀인, 부정정서, 부정적 자아존중감과 정적 상관을 나타냈으며, 긍정적 자아존중감과는 부적의 상관을 나타냈다. 선행연구에 따르면, 부정적 메타인지 수준이 높을수록 부적응적 사고와 상호작용하여 반추와 같은 역기능적 인지 경향이 심화되며, 부정적 정서를 경험하게 된다고 하였다(최서진, 2022; Matthews, Hillyard & Campbell, 1999). 이나래(2019)의 연구에서도 지연행동에

대한 부정적 메타인지신념이 높을수록 우울, 불안 수준이 높다는 것이 밝혀진 바 있다.

둘째, 능동 지연행동, 수동 지연행동, 지연행동에 대한 긍정-부정 메타인지에 따른 하위 유형을 확인하기 위해 2단계 군집분석을 실시한 결과, ‘성실한 과업 중심형’, ‘무판단적 수동지연형’, ‘계획적 능동지연형’, ‘양가적 수동지연형’으로 4개의 군집이 도출되었다. 지연행동과 관련된 기존 연구들에서는 지연행동을 하지 않는 비지연행동, 자신의 의도에 맞게 미루기를 선택하는 능동 지연행동, 자기조절의 실패로 해야 할 일을 미루는 수동 지연행동으로 유형을 분류하였다(서은희, 김은경, 2012). 본 연구의 결과와 비교해보면, ‘성실한 과업중심형’은 능동 지연행동과 수동지연행동 수준이 모두 낮아 기존 연구들에서 설명하는 비지연행동과 유사한 특성을 보였으나 지연행동에 대해 부정적 신념을 가지고 있음이 새롭게 확인되었다. ‘계획적 능동지연형’은 유일하게 능동 지연행동 수준이 높은 군집으로 기존 연구에서 설명한 능동 지연행동과 유사한 특징을 가지고 있었다. 이 군집에 속한 사람들은 할 일을 미룸으로써 얻은 결과에 만족하고, 시간 압박을 선호하며, 마감시간에 충족할 수 있고 지연행동을 의도적으로 결정하는 특징이 있으며, 특히 지연행동을 부정적으로 생각하는 경향이 매우 낮게 나타났다. 한편 본 연구에서는 수동 지연행동이 지연행동에 대한 신념에 따라 세부적인 유형으로 분류될 수 있다는 점이 드러났다. 구체적으로 살펴보면, ‘무판단적 수동지연형’은 수동 지연행동을 하는 경향성이 강할 뿐만 아니라 지연행동에 대해 긍정적·부정적 신념이 모두 낮은 것으로 드러나 지연행동에 대한 신념 수준이 낮은 것으로 드러났다. 반면 ‘양가적 수동지연형’은 지연행동

에 대한 긍정적 신념과 부정적 신념이 모두 높았다. 이들은 ‘무판단적 수동지연형’과 달리 지연행동에 대해 부정적이라고 생각하면서도 긍정적인 측면이 있다고 여기는 경향이 있으며, 이것이 지연행동을 지속하는데 영향을 미칠 수 있다.

셋째, 군집에 따른 문제해결능력, 귀인양식, 정신건강 관련 변인(삶의 만족도, 긍정정서 및 부정정서, 자아존중감)의 차이를 비교한 결과, 먼저 문제해결능력의 모든 하위변인에서 군집간 유의미한 차이가 나타났다. 구체적으로, 지연행동을 하지 않는 ‘성실한 과업중심형’의 문제해결능력이 가장 높은 것으로 나타났는데, 이들은 높은 문제해결능력으로 인해 즉각적으로 문제를 해결하는 것이 가능했을 것이다. ‘계획적 능동지연형’은 해결방안을 모색하는 능력이 발달하여 미루어 온 문제를 해결하기 위한 방법을 찾아 주어진 시간 안에 과제를 마무리할 수 있는 것으로 보여진다. 이에 대해 선행연구에서는 능동 지연행동을 하는 경우 시간의 효율적 사용, 높은 몰입경험 등의 적응적 특성을 가지고 있어 시간의 압력이 있는 상황에서도 주변 자원을 활용해 목표도달을 위한 집중력을 발휘하기 때문에 적응적이고 긍정적으로 지연을 할 수 있다고 설명하였다(Schraw, Wadkins, & Olafson, 2007). 반면 무판단적 수동지연형은 문제의 명료화, 해결방안 모색, 의사결정, 해결책수행, 평가 및 반영 등 문제해결능력의 전 영역에서 다른 군집에 비해 점수가 유의하게 낮은 것으로 드러났으며, 특히 평가 및 반영은 평균 2.92점으로 보통 이하인 것으로 드러났다. 이는 이 유형에 속한 사람들이 문제 상황에 직면했을 때 해결과정에서 상대적으로 어려움을 더욱 경험할 가능성이 높으며, 반영적 평가를 통해 개선

되는 경향도 낮을 수 있으며, 이것이 미루기 행동에 영향을 미칠 수 있다. 실제 Kachgal, Hansen과 Nutter(2001)는 문제해결능력이 낮은 지연행동가들이 과제를 더 많이 미루는 경향이 있다는 결과를 보고하였다.

다음으로 성공에 따른 귀인 양식에서는 지연행동유형 간 유의한 차이가 나타나지 않은 반면 실패에 따른 귀인 양식에서는 유의한 차이가 나타났다. 특히 ‘양가적 수동지연형’의 내적 귀인, 외적 귀인 수준이 다른 군집에 비해 높은 것으로 나타났다. 이 군집은 문제해결능력 중 평가 및 반영에서도 높은 수준을 나타낸 바, 결과의 원인에 대해 자신의 노력, 능력과 같은 내적 차원과 운, 타인의 도움, 과제의 난이도와 같은 외적 차원을 전반적으로 살펴보고 결과를 평가하고, 원인을 탐색하는 능력이 발달된 군집임이 확인되었다.

마지막으로 군집 별 정신건강 관련 변인의 차이를 살펴본 결과, 삶의 만족도를 제외한 긍정정서, 부정정서, 긍정적 자아존중감, 부정적 자아존중감에서 유의한 차이가 나타났다. 먼저 ‘성실한 과업중심형’과 ‘계획적 능동지연형’을 비교해보면, 문제해결력과 귀인 성향에서는 전반적으로 유의한 차이가 나타나지 않았던 반면 정신건강 변인 중 부정정서와 긍정적 자아존중감에서 유의한 차이가 나타났다. 자세히 살펴보면 ‘계획적 능동지연형’이 ‘성실한 과업중심형’보다 부정정서가 낮고, 긍정적 자아존중감 수준이 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 지연행동을 하는 것이 정신건강에 부정적 영향을 미친다는 선행연구결과와 상반되는 것으로(Fee & Tangney, 2000; Ferrari et al., 1995), 능동 지연행동을 하는 경우 지연행동을 안하는 것보다 오히려 긍정적 자아존중감에 긍정적 영향을 미칠 수 있다는 것이

확인되었다. ‘성실한 과업중심형’은 능동 지연행동이든 수동 지연행동이든 어떠한 지연행동도 하지 않으며, 지연행동에 대해 부정적으로 생각하는 군집이다. 이 군집에 속한 사람들은 과업을 계획에 맞추어 수행하는 것을 중요하게 여기며, 성공적인 과업완수에 몰두할 가능성이 높아 과제에 대한 스트레스를 경험할 가능성이 더욱 높다(이수민, 양난미, 2011). 더욱이 과제가 계획대로 진행되지 않은 상황들이 생길 때 예를 들어 예상치 않은 변수들이 발생하거나 협업과제를 수행해야 하는 경우 과제완수 및 성과에 대해 더욱 불안감을 느낄 가능성이 높다(정구철, 전영숙, 박희숙, 2020). 성실한 과업중심형이 계획적 능동지연형보다 부정정서가 높고, 긍정적 자아존중감이 낮은 것은 이러한 경향성을 반영한 것으로 사료된다.

또한 ‘양가적 수동지연형’은 다른 군집에 비해 긍정적 자아존중감은 보통수준이나 부정적 자아존중감은 타 군집에 비해 가장 높은 것으로 드러났으며, 정서적 측면에서는 긍정정서와 부정정서를 가장 높은 수준으로 경험하는 것으로 드러나 양가적인 정서상태를 보여주었다. 이 유형에 속한 사람들은 수동 지연행동을 하면서 이것에 대해 긍정적인 신념과 부정적인 신념을 함께 가지고 있다는 특성을 보인다. 이것을 문제해결능력 중 평가 및 반영의 수준이 높다는 본 연구결과와 수동 지연행동이 자신감 저하나 죄의식, 우울감 등과 상관이 있다는 기존 연구들(Ferrari et al., 1992; Steel et al., 2001)을 중첩시켜볼 때, 양가적 수동지연형에 속한 사람들은 자신의 수동 지연행동에 대해 때로는 긍정적으로 생각하기도 하고 때로는 부정적으로 생각하기도 하면서 자신의 행동 및 그 행동으로 인한 결과를 평

가하는 경향을 보이며, 그 과정에서 양가적인 정서경험에 영향을 미칠 수 있다. 또한 수동 지연행동으로 인한 실패경험이나 만족스럽지 못한 결과들에 대해 높은 수준으로 반영적 평가를 함으로써 부정적 자아존중감이 높아질 수 있다고 판단된다.

본 연구는 다음과 같은 의의를 갖는다. 첫째, 모든 지연행동이 정신건강에 부정적 영향을 미치는 것은 아니라는 것을 확인하였다는 점에서 의의가 있다. 본 연구 결과에 따르면 능동 지연행동을 하는 군집이 지연행동을 전혀 하지 않는 군집보다 부정정서는 낮고 긍정적 자아존중감 수준이 높은 것으로 나타났다. 이러한 측면을 고려할 때 자신의 의도에 맞게 전략적으로 미루기를 하는 것은 개인의 긍정적 정신건강을 형성하는 데 도움이 되는 효율적인 시간관리 방식이라 설명할 수 있다.

둘째, 본 연구는 능동-수동 지연행동과 지연행동에 대한 메타인지신념을 기준으로 지연행동의 하위 유형을 분류하였다는 점에서 의의가 있다. 특히 본 연구에서는 수동 지연행동가들의 유형이 세분화되어 추출되었다는 점에서 기존 연구들과 차별점을 갖는다. 기존 연구들은 부적응적 지연을 한다는 점에서 수동 지연행동가들을 하나의 유형으로 바라보았으나 본 연구를 통해 문제를 회피하기 위해 수동적으로 해야 할 일을 미루는 수동 지연행동과 지연행동의 긍정적 측면을 높게 평가하여 의도적으로 지연행동을 선택하지만 다른 한편으로는 수동 지연행동에 대한 부정적인 생각도 함께 가지고 있어 양가적 신념의 갈등을 보여주는 수동 지연행동으로 세분화될 수 있음이 확인되었다.

셋째, 지연행동 유형에 따라서 각 군집에 속한 사람들의 문제해결능력, 귀인양식, 정신

건강에 차이가 있음을 확인하였고, 이를 통해 각 군집 별 개입에 있어 차별화 전략을 가질 필요가 있음을 발견하였다. 예를 들어, ‘성실한 과업중심형’의 경우 타 군집에 비해 긍정정서와 긍정적 자아존중감이 낮다는 점을 고려하여 주의를 기울일 필요가 있으며, 특히 계획대로 되지 않거나 기대하지 않았던 결과들이 야기되었을 때 이를 다룰 수 있는 유연한 사고와 행동을 향상시켜줌으로써 정신건강을 증진시킬 수 있다. ‘무관단적 수동지연형’의 경우 문제를 해결할 수 있는 능력이 부족하여 미루기를 선택한다는 점에서 문제해결능력을 개발할 수 있도록 도움을 제공하는 것이 필요할 것으로 보인다.

본 연구는 다음과 같은 한계점을 가지고 있다. 첫째, 본 연구에서 사용한 측정도구는 모두 자기 보고식 설문이었다. 자기보고식 설문은 측정 변인들의 객관성을 확보하는데 한계점이 있다. 따라서 후속연구에서는 개인 면담 등을 통해 결과의 타당도를 높일 필요가 있다.

둘째, 본 연구는 온라인으로 대상자를 모집하여 전공계열의 비율이 고르지 못하다는 한계점을 갖는다. 또한 자료를 수집하는 과정에서 응답자가 어느 대학을 다니는지와 거주지에 대한 정보를 수집하지 못하였다. 따라서 이러한 변인들을 통계분석과정에서 통제하거나 고려하지 못하였다는 한계를 갖는다. 후속 연구에서는 연구결과의 일반화를 위해 인구통계학적 비율을 고려하여 자료를 수집할 필요가 있다고 판단된다.

셋째, 본 연구에서는 문제해결능력, 성패에 따른 귀인, 삶의 만족도, 긍정정서 및 부정정서, 자아존중감을 지연행동 유형 별 특성 비교를 위한 변인으로 선택했다. 그러나 지연행동 유형을 더욱 자세히 파악하고 이해하기 위

해서는 충동성, 완벽주의, 자기효능감과 같이 선행연구를 통해 지연행동과 관련되어 있음이 확인된 다양한 변인들을 비교할 필요가 있다. 따라서 추후 연구에서는 지연행동과 관련된 다양한 특성을 비교한다면 지연행동을 이해하는 데 더욱 도움이 될 수 있을 것이다.

넷째, 본 연구에서는 대학생의 지연행동 유형을 도출하고 유형에 따라 문제해결능력과 귀인양식, 정신건강에 차이가 있는지에 초점을 맞추어 분석하였으며, 성별, 연령, 학문계열 등에 따라 이들 관계가 어떤 차이가 있는지에 대해서는 살펴보기 못하였다. 선행연구들을 통해 지연행동에 성차가 존재하고, 연령이 올라가면서 지연행동 수준에 변화가 있다는 것이 확인되었다(김보경, 유순화, 2013). 이처럼 인구통계학적 특성에 따라 지연행동에 차이가 나타날 수 있다는 것이 밝혀졌으나 이에 대한 구체적인 차이와 변화에 대한 결과는 일관적이지 않다. 예를 들어, 강혜자(2011)는 지연행동에 있어 성차가 유의하지 않다는 결과를 도출한 반면 강혜자(2012)의 연구에서는 성차가 유의한 것으로 드러났다. 따라서 후속 연구에서는 성별, 나이, 학문 계열 등에 따라 지연행동 및 지연행동 유형에 차이가 있는지에 대해 확인하는 것이 필요할 것이다.

참고문헌

- 강혜자 (2011). 지연행동, 자기효능감, 자기통제 및 지각된 스트레스 간의 관계. *지역과 세계*, 35(2), 233-251.
- 강혜자 (2012). 대학생의 지연행동 및 스트레스 대처방식과 주관적 안녕감: 자아존중감의 매개효과. *담론* 201, 15(1), 67-92.
- 고진경, 신을진 (2013). 지연행동의 하위유형에 따른 문제해결양식의 차이. *스트레스研究*, 21(2), 85-93.
- 김광숙, 김정희 (2007). 꾸물거림과 성격의 5요인, 자기효능감, 자기존중감 및 우울의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 19(4), 933-947.
- 김민정 (2012). 평가염려 완벽주의가 지연행동에 미치는 영향: 문제해결능력 지각과 시간적 거리 지각의 매개효과. *대구가톨릭대학교 석사학위논문*.
- 김보경, 유순화 (2013). 대학생의 성별과 인지적 조절초점에 따른 지연행동과 불안의 차이. *수산해양교육연구*, 27(3), 853-869.
- 김지연 (2011). 긍정 지연행동 척도 타당화 연구. *아주대학교 석사학위논문*.
- 김충희 (1995). 해외 귀국 청소년의 적응과 자아존중감에 관한 연구. *서울여자대학교 석사학위논문*.
- 김희정 (2010). 능동-수동 지연행동에 관련되는 심리적 특성 및 정서적 고통. *가톨릭대학교 석사학위논문*.
- 문현정, 김정규 (2019). 우울과 지연행동의 관계에서 회피분산적 정서조절과 자기자비의 매개효과. *한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제*, 5(2), 193-212.
- 박영신 (1989). 한국 학생이 지각한 학업에 대한 성패귀인과 학습동기화과정에 대한 연구. *숙명여자대학교 박사학위논문*.
- 서은희, 김은경 (2012). 대학생의 지연행동 유형에 따른 몰입경험의 차이. *교육심리연구*, 26(2), 377-390.
- 신주연, 이윤아, 이기학 (2005). 삶의 의미와 정서조절 양식이 청소년의 심리적 안녕에 미치는 영향. *한국심리학회지 상담 및 심리*

- 치료, 29(4), 1035-1057
- 오동균 (2022). 학업 무기력과 삶의 만족도와 의 관계에서 우울의 매개효과와 그릿의 조절된 매개효과. *청소년학연구*, 29(10), 583-605.
- 유창민 (2017). 우리나라 청소년의 긍정적 자아존중감과 부정적 자아존중감의 변화궤적과 예측요인. *한국아동복지학*, (59), 25-58.
- 윤소정 (2012). 문제해결능력과 귀인성향이 청소년의 자살생각에 미치는 영향. *숙명여자대학교 석사학위논문*.
- 이나래 (2019). 한국판 지연행동 메타인지신념척도 타당화 연구. *고려대학교 석사학위논문*.
- 이미리 (2005). 청소년기 자아존중감과 가족, 친구, 학업, 여가, 직업 변인들의 관계: 긍정적 자아평가와 부정적 자아평가를 중심으로. *한국청소년연구*, 16(2), 263-293.
- 이수민, 양난미 (2011). 완벽주의가 학업지연행동에 미치는 영향: 스트레스, 학업적 자기효능감의 매개효과를 중심으로. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 23(3), 717-738.
- 이우숙, 박선환, 최은영 (2008). 성인의 문제해결과정 측정도구 개발. *기본간호학회지*, 15(4), 548-557.
- 이은영 (2022). 완벽주의와 능동, 수동 지연행동의 관계. *한양대학교 석사학위논문*.
- 이정아, 현명호 (2009). 만성 지연행동과 적응. *스트레스研究*, 17(2), 199-207.
- 이현희, 김은정, 이민규 (2003). 한국판 정적 정서 및 부적 정서 척도(Positive Affect and Negative Affect Schedule; PANAS)의 타당화 연구. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 22(4), 935-946.
- 임성문 (2006). 초기 부적응도식과 만성적 지연행동간의 관계: 매개변인과 경로모형의 탐색. *고려대학교 박사학위논문*.
- 임성문 (2007). 감각추구, 실패공포, 완벽주의와 대학생의 만성적 지연행동 간의 관계. *한국청소년연구*, 18(3), 323-356.
- 정구철, 전영숙, 박희숙 (2020). 대학생의 갈등 해결전략이 주관적 웰빙에 미치는 영향: 대학생활적응에 의해 매개된 정신화의 조절효과. *한국콘텐츠학회논문지*, 20(8), 138-151.
- 조지은 (2002). 학습부진아, 정상성취아, 학습우수아 집단간의 학습 성패 귀인성향과 학문적 자아개념의 차이에 관한 연구. *청주교육대학교 석사학위논문*.
- 최민식, 유태용 (2017). 완벽주의가 능동-수동 지연행동에 미치는 영향에서 목표지향성의 매개효과. *한국심리학회지: 산업 및 조직*, 30(2), 195-219.
- 최서진 (2022). 청소년의 자동적 사고가 불안에 미치는 영향: 메타인지의 조절효과. *명지대학교 석사학위논문*.
- 추상엽, 임성문 (2008). 부모의 성취압력과 학업성취 간의 관계: 부모의 교육지원행동, 학업적 자기효능감의 매개효과와 학업적 지연행동의 조절효과. *청소년학연구*, 15(7), 347-368.
- 허효선 (2012). 완벽주의와 충동성이 학업적 착수지연 및 완수지연에 미치는 영향. *서울대학교 석사학위논문*.
- 홍승일, 현명호 (2005). 지연경향성과 심리적 불편감의 관계에서 자기효능감, 대처방식, 과제의 자아위협도의 효과. *한국심리학회지: 일반*, 24(1), 259-277.
- Bell-Gredler, M. E (1989). *Learning and Instruction*. New York: Macmillan Press.
- Choi, J. N. (2009). Collective dynamics of

- citizenship behaviour: what group characteristics promote group level helping?. *Journal of Management Studies*, 46(8), 1396-1420.
- Chu, A. H., & Choi, J. N. (2005). Rethinking procrastination: positive effects of "active" procrastination behavior on attitudes and performance. *The Journal of Social Psychology*, 145(3), 245-264.
- De palo, V., Monacis, L., Miceli, S., Sinatra, M., & Di Nuovo, S. (2017). Decisional procrastination in academic settings: The role of metacognitions and learning strategies. *Frontiers in Psychology*, 8, 973.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- D'Zurilla, & Nezu (1982). Social problem solving in adults. *Advances in Cognitive - Behavioral Research and Therapy*, 201-274.
- Ellis, A., & Knaus, W. J. (2002). *Overcoming procrastination (Rev. ed.)*. New York: New American Library.
- Fee, R. L. & Tangney, J. p. (2000). Procrastination: A means of avoiding shame or guilt?. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15(5), 167-184.
- Fernie, B. A., & Spada, M. M. (2008). Metacognitions about procrastination: A preliminary investigation. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 36(3), 359-364.
- Fernie, B. A., Spada, M. M., Nikčević, A. V., Georgiou, G. A., & Moneta, G. B. (2009). Metacognitive beliefs about procrastination: Development and concurrent validity of a self-report questionnaire. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 23(4), 283-293.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. New York: Plenum Press.
- Ferrari, J. R. (1991). Procrastination and project creation: Choosing easy, nondiagnostic items to avoid self-relevant information. *Journal of Social Behavior and Personality*, 6(3), 619.
- Ferrari, J. R. (1994). Dysfunctional procrastination and its relationship with self-esteem, interpersonal dependency, and self-defeating behaviors. *Personality and Individual Differences*, 17(5), 673-679.
- Ferrari, J. R. (2000). Procrastination and attention: Factor analysis of attention deficit, boredomness, intelligence, self-esteem, and task delay frequencies. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15(5), 185.
- Ferrari, J. R., Parker, J. T., & Ware, C. B. (1992). Academic procrastination: personality correlates with Myers-Briggs types, self-efficacy, and academic locus of control. *Journal of Social Behavior and Personality*, 7(3), 495-502.
- Friedman, E. H. (1991). Bowen theory and therapy. In A. S. Gurman & D. P. Kniskern (Eds.), *Handbook of family therapy*, Vol. 2, (pp. 134-170). New York: Brunner/Mazel.
- Gargari, R. B., Sabouri, H., & Norzad, F. (2011). Academic procrastination: The relationship between causal attribution styles and behavioral postponement. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 5(2), 76.

- Hair Jr, J. F. & Black, W. C. (2000). Cluster analysis. In L. G. Grim & P. R. Yarmold (Eds.), *Reading and understanding more multivariate statistics* (pp.147-205). Washington, DC: American Psychological Association.
- Hammer, C. A., & Ferrari, J. R. (2002). Differential incidence of procrastination between blue-and white-color workers. *Current Psychology: Developmental Learning, Personality, Social*, 21, 333-338.
- Jonassen, D. H. (2004). *Learning to solve problems: An instructional design guide*. San Francisco: Pfeiffer Press.
- Knaus, W. J. (1985). Managing the student burnout: A rational-emotive education approach. In A. Ellis & M. E. Bernard (Eds.), *Clinical Applications of Rational-Emotive Therapy* (264-272).
- Knaus, W. J. (2000). Procrastination, blame, and change. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15, 153-166.
- Lay, C. H. (1986). At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, 20(4), 474-495.
- Lay, C. H. (1988). The relationship of procrastination and optimism to judgments of time to complete an essay and anticipation of setbacks. *Journal of Social Behavior and Personality*, 3(3), 201-214.
- Lay, C. H., Edwards, J. M., parker, J. D., & Endler, N. S. (1989). An assessment of appraisal, anxiety, coping, and procrastination during an examination period. *European Journal of Personality*, 3(3), 195-208.
- Matthews, G., Hillyard, E. J., & Campbell, S. E. (1999). *Metacognition and maladaptive coping as components of test anxiety*. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 6(2), 111-125.
- McCown, W., & Johnson, J. (1989). Validation of an adult inventory of procrastination. *New York: Society for Personality Assessment*.
- Rahimi, S., Hall, N. C., & Pychyl, T. A. (2016). Attributions of responsibility and blame for procrastination behavior. *Frontiers in Psychology*, 1179.
- Rosenberg, M. (1985). Self-Concept and psychological Well-Being in Adolescence, in R. L. Ledy, (Ed.), *The development of the self*. Orlando, FL: Academic Press. 205-246.
- Ross, S. R., Canada, K. E., & Rausch, M. K. (2002). Self-handicapping and the five factor model of personality: Mediation between neuroticism and conscientiousness. *Personality and Individual Differences*, 32(7), 1173-1184.
- Rozental, A., & Carlbring, P. (2014). Understanding and treating procrastination: A review of a common self-regulatory failure. *Psychology*, 5(13), 1488.
- Schouwenburg, H. C., Lay, C. H., pychyl, T. A., & Ferrari, J. R. (2004). Counseling the procrastinator in academic settings. *American Psychological Association*.
- Snyder, C. R., Ford, C. E., & Harris, R. N. (1987). The effects of theoretical perspective on the analysis of coping with negative life events. Coping with negative life events: *Clinical and Social Psychological Perspectives*, 3(13).
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984).

- Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503.
- Steel, p., Brothen, T., & Wambach, C. (2001). Procrastination and personality, performance, and mood. *Personality and Individual Differences*, 30(1), 95-106.
- Supple, A. J., Su, J., Plunkett, S. W., Peterson, G. W., & Bush, K. R. (2013). Factor structure of the Rosenberg Self-Esteem Scale. *Journal of Cross-Cultural Psychology* 44, 748-764.
- Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1997). Longitudinal study of procrastination, performance, stress, and health: The costs and benefits of dawdling. *Psychological Science*, 8(6), 454-458.
- Vallacher, R., & Nowak, A. (2000). Landscapes of self-reflection: Mapping the peaks and valleys of personal assessment. In A. Tessor, R. Felson, & J. Suls (Eds), *Psychological perspectives on self and identity* (pp. 35-66). Washington DC: *American Psychological Association*.
- Van Eerde, W. (2003). A meta-analytically derived nomological network of procrastination. *Personality and Individual Differences*, 35(6), 1401-1418.
- Watson, D., Clark, L. A, & Tellegen, A. (1988). Development and Validation of Brief Measures of positiveand Negative Affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.
- Weiner, B. (1979). A theory of motivation for some classroom experiences. *Journal of Educational Psychology*, 71(1), 3.
- Yurtseven, N., & Dogan, S. (2019). Structural Relationships among Academic Procrastination, Academic Motivation, and Problem Solving Skill in Prep Class College Students= Üniversite hazirlik öğrencilerinin akademik erteleme, akademik motivasyon ve problem çözme becerileri arasindaki yapisal iliskiler. *Pegem Journal of Education and Instruction*, 9(3), 849-876
- Zhou, M., Lam, K. K. L., & Zhang, Y. (2022). Metacognition and academic procrastination: A meta-analytical examination. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 40(2), 334-368.

원 고 접 수 일 : 2023. 03. 24.

수정원고접수일 : 2023. 05. 10.

최종게재결정일 : 2023. 06. 06.

Differences in Problem-Solving Ability, Attribution, and Mental Health among Procrastination Clusters: Focusing on Active-Passive Procrastination and Metacognitive Beliefs about Procrastination

EunSong Sim

YoungMi Sohn

Konyang University

The purposes of this study were to classify procrastination clusters according to active-passive procrastination and procrastination metacognition and to compare differences in problem-solving ability, attribution style, and mental health, defined in terms of life satisfaction, positive emotion and negative emotion, and self-esteem, among procrastination clusters. Data was collected from 230 college students. Cluster analysis showed the existence of diligent task-oriented group, thoughtless passive procrastination group, planned active procrastination group, and ambivalent passive procrastination group. Multivariate variance analysis showed that there were differences between clusters in problem-solving ability, failure attribution style, positive and negative emotions, and self-esteem. Based on these results, implications and suggestions for future research were discussed.

Key words : *procrastination, metacognitive beliefs about procrastination, problem-solving ability, attribution, mental health*