

대학생의 자아존중감, 자기효능감 및 귀인성향이 스피치 불안감에 미치는 영향

The Effect of Self-Esteem, Self-Efficacy, and Attributional Disposition on Speech Apprehension in College Students

장해순*, 이만제**

전북대학교 신문방송학과*, 원광대학교 행정언론학부**

Hae-Soon Jang(hspeech@jbnu.ac.kr)*, Man-Je Lee(mjlee@wku.ac.kr)**

요약

본 연구는 대학생의 자아존중감, 자기효능감, 귀인성향이 스피치 불안감에 미치는 영향력이 어떠한가를 밝혀내기 위한 목적을 지니고 있다. 이러한 목적하에 서울, 경상, 전북지역 대학생들을 대상으로 설문조사를 실시하였고 총 239부를 상관관계분석, 다변인 회귀분석을 통해 검증하였다. 분석한 결과들을 일목요연하게 제시해 보면 첫째, 자아존중감과 자기효능감이 높은 대학생일수록 스피치 불안감을 적게 느끼는 것으로 나타났다. 특히 자기효능감의 요인 중 자신감이 스피치 불안감에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 둘째, 내적 귀인성향이 높은 대학생일수록 스피치 불안감을 적게 느끼는 반면 타인 귀인성향, 우연 귀인성향이 높은 대학생일수록 스피치 불안감이 높은 것으로 분석되었다. 셋째, 자아존중감, 자기효능감, 귀인성향이 스피치 불안감에 미치는 상대적 영향력을 살펴본 결과 자기효능감의 자신감이 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

■ 중심어 : | 자아존중감 | 자기효능감 | 귀인성향 | 스피치 불안감 |

Abstract

The goal of this study is to examine the impact of self-esteem, self-efficacy, and attributional disposition on communication apprehension in college students. The research problems were verified by correlation analysis and multivariate regression analysis. A questionnaire survey was conducted on 239 college students. The findings are as follows: First, the higher level group in the self-esteem and self-efficacy have lower communication apprehension scores than the lower level group. Particularly, it is found that self-confidence in self-efficacy variables has the greatest effect on communication apprehension. Second, college students with high internal attributional disposition tend to feel less communication apprehension, while college students with high other's attributional disposition and accidental attributional disposition tend to have higher communication apprehension. Third, as a result of examining the relative effects of self-esteem, self-efficacy, and attributional disposition on communication apprehension, self-efficacy is found to have the greatest effect.

■ keyword : | Self-Esteem | Self-Efficacy | Attributional Disposition | Speech Apprehension |

* 이 논문은 2020학년도 원광대학교 교비지원에 의해 수행됨

접수일자 : 2020년 12월 04일

수정일자 : 2021년 03월 03일

심사완료일 : 2021년 03월 03일

교신저자 : 이만제, e-mail : mjlee@wku.ac.kr

I. 서론

스피치 능력은 취업이나 승진 및 대학생활 적응에 도움을 주기 때문에 성공적인 대학생활이나 사회생활을 위해 견뎌야 할 중요한 역량 가운데 하나이다. 연구에 따르면 스피치 능력이 높은 사람은 직장에서 자신이 원하는 자리에 진급할 가능성이 크며[1], 대학생활에 잘 적응하는 특성을 보이고 있다[2]. 또한 취업포털 사람들의 조사결과에서 기업 10곳 중 9곳이 채용시 스피치 능력을 중요한 요인으로 고려하는 것으로 밝혀졌다[3].

현대의 필수역량인 스피치 능력은 스피치 불안감과 밀접한 관련이 있다. 스피치 불안감은 스피치 능력을 저해하는 중요한 요인이기 때문이다. 스피치 불안감이란 여러 사람 앞에서의 발표를 하거나 회의에서의 발언, 소집단 토의 등을 할 때 느끼는 불안의 정도를 의미한다[4]. 우리는 다양한 스피치 상황에서 내적 불안, 긴장감, 두려움이 없어야 능력을 제대로 발휘할 수 있다. 실제로 스피치 불안감이 높은 사람들은 다른 사람과의 상호작용을 회피하거나 동기가 부족하며 소통에 참여해도 능력을 제대로 발휘하지 못하는 경향을 보였다[5]. 학업에서도 스피치 불안 수준이 높은 대학생들은 학업 성취도나 수업만족도가 낮은 특성을 보이고 있다[6].

이처럼 스피치 불안감은 대학생의 생활전반에 영향을 미치기 때문에 불안감에 영향을 미치는 심리적 요인들을 찾아내고 이를 감소시키기 위한 다양한 전략을 개발할 필요성이 있다. 학자들의 논의에 따르면 스피치 불안감은 인지적, 심리적 요인에 의해 영향을 받는 경향이 있다. 특히 자아존중감, 자아효능감, 귀인성향 등은 불안감과 직간접적으로 관련이 있는 것으로 제기되어 왔다.

자아존중감은 자신을 긍정적으로 수용하고 가치있는 사람으로 생각하고 당면한 과제나 상황을 잘 처리할 능력이 있다는 것을 확신[7]하기 때문에 매우 중요하다. 따라서 자아존중감은 어떠한 행동을 할 때 어떠한 방식으로 처리하고 반응해야 하는지 방향성을 제시해 주기 때문에 중요하다. 이것은 자아존중감이 높은 사람들은 스피치 상황에서 두렵거나 불안할 때 보다 긍정적이고 자신감을 가지고 잘 극복할 가능성이 높다는 것을 말해준다.

자기효능감은 어떠한 결과를 도출해내기 위해 필요한 행동을 성공적으로 해낼 수 있는 신념이다. 이러한 자기효능감은 자신의 능력에 자신감을 갖고 주어진 목표를 달성하기 위해 많은 어려움 속에서도 끈기를 가지고 노력하게 만드는 원동력이다[8]. 따라서 자기효능감은 스피치 불안감이라는 어려운 과제를 극복하기 위해 지속적으로 노력을 하게 하는 근원이 되는 것이다. 실제로 자기효능감이 높은 사람은 자기조절감이 뛰어나고 자신감이 있으며 도전적인 과제를 선택하는 경향이 있기 때문에 상대적으로 스피치 불안감이 덜한 것으로 나타났다[9].

또한 귀인성향은 주어진 행동이나 현상의 원인을 어디에 귀속시키는가의 지각작용으로서 행동의 결과를 어떤 방향으로 인식하고 그 이후에 어떤 행동을 할 것인가에 영향을 줄 수 있다[10]는 점에서 중요하다. 즉 어떤 행동을 하고 나서 그 결과가 좋았거나 혹은 좋지 않았을 경우 그 결과의 원인을 어떻게 규정하느냐에 따라 스피치 불안감 그 자체에 대한 인식과 그것을 극복하려는 행동방향이 달라지는 것이다. 이처럼 인간의 심리적 요인들은 스피치 불안감과 밀접한 관련이 있기 때문에 이에 대한 실증적인 분석이 필요하다.

그러나 대학생의 심리적 변인이 스피치 불안감에 미치는 영향력에 대한 연구는 오래 전에 몇몇 연구에서 단편적으로 진행되었고 이후 체계적, 통합적인 검증이 이루어지지 않고 있는 실정이다. 더욱이 귀인성향과 스피치 불안감간의 관계를 다룬 연구는 거의 전무한 상황이라고 볼 수 있다. 대학생들의 스피치 능력이 필수역량으로 점점 중요해지고 있는 현 상황에서 심리적 변인과 스피치 불안감간의 관련성을 밝혀냄으로써 스피치 불안감을 감소시킬 수 있는 방안을 찾는 것은 매우 중요한 일이라 사료된다. 따라서 본 연구에서는 자아존중감, 자기효능감, 귀인성향이 스피치 불안감에 어떠한 영향을 미치는가를 밝혀내는데 목적이 있다.

II. 문헌연구

1. 스피치 불안감

스피치란 좁은 의미에서 대중연설을 의미한다. 그러나 포괄적 의미에서 스피치는 대중연설 뿐만 아니라 일상적인 대화, 회의, 토의와 토론까지 아우르는 의사소통 방식의 하나이다[11]. 불안감이란 두려움, 긴장, 걱정 등 한 사람이 느끼는 불편한 기분으로 개인의 행동에 영향을 미치는 정서라 할 수 있다[12].

스피치 불안감은 한 개인이 다른 사람들과 실제 혹은 예상되는 소통과 연결되어 느끼는 공포나 불안의 정도[13]로 다른 사람과 이야기를 하거나 특정한 모임에서 스피치나 인사말을 해야 하는 경우에 느끼는 심리적 두려움이다. 대체로 불안감이 높은 사람들은 다양한 스피치 상황을 회피할 수 있는 방법을 찾거나 그만두려는 성향이 있다[14].

이러한 스피치 불안감은 생리적, 인지적, 행동적 특성으로 나타난다. 불안감이 높은 사람들은 땀을 많이 흘리고 얼굴이 붉어지거나 심장박동이 심해지고 목소리나 손이 떨리고 입이 마르고 현기증이 생기며 심한 경우에는 마비 등과 같은 반응을 나타낸다[15]. 또한 스피치 불안감이 있는 상황에서 자신을 드러내는 빈도가 적고, 눈을 마주치거나 똑바로 응시하지 못하고 시선을 회피한다든지, 목소리를 떨거나 어색한 몸짓을 보인다[16].

이처럼 스피치 불안감은 대학생활의 성공이나 학업 성취, 대인관계뿐만 아니라 취업이나 승진 등 개인적, 사회적 영역에서 지대한 영향을 미친다. 따라서 스피치 불안감을 감소시킬 수 있는 다양한 연구들이 이루어져야 할 필요성이 제기된다.

2. 자아존중감

자아존중감은 자신의 내면의 가치에 대해 스스로 평가를 하는 심리적 변인으로 넓은 의미에서 자기수용, 자기확신, 자기사랑, 자기가치 등과 유사한 개념이다[17]. 자아존중감이란 자신을 유능하고 중요하며 성공할 수 있고 가치가 있는 사람으로 생각하는 정도를 의미한다[7]. 이러한 자아존중감은 자신을 중요하게 인식하고 긍정적인 평가를 하도록 하여 결과적으로 어떠한 과제나 상황을 처리할 수 있는 능력을 확신하도록 도와주기 때문에 스피치 불안감을 감소시킬 수 있는 중요한

심리적 변인이 될 수 있다.

실제로 자아존중감이 높은 사람은 자신에 대해 긍정적으로 생각하고 자신감을 갖기 때문에 여러 측면에서 잘 적응하는 경향을 보인 반면 자아존중감이 낮은 사람들은 우울, 불안, 낮은 성취수준을 보였다[7]. 또한 자아존중감이 낮은 사람은 자기 자신에 대해서 확신이 없고 행동도 소극적으로 하여 대인관계에 부족한 특성을 보인다[18].

이러한 자아존중감은 스피치 불안감, 대인불안, 사회불안과 유의한 관계가 있는 것으로 밝혀졌다. 몇몇 연구에서 자아존중감이 낮은 대학생일수록 스피치 불안감[19], 대인불안[20], 사회적 불안[21]이 높아지는 것으로 나타났다. 또다른 연구에서는 자아존중감이 낮은 학생들이 의사소통 상황에 자발적으로 참여하지 않고 불안감도 높은 것으로 드러났다[22]. 이처럼 스피치 불안감을 감소시키는 데에 자아존중감 요인이 중요함에도 불구하고 많은 연구가 이루어지지 않고 있는 실정이다. 특히 어린이, 청소년을 대상으로 한 연구가 주류를 이루고 있어 대학생의 자아존중감이 스피치 불안감에 미치는 영향력을 실증적으로 분석할 필요가 있다.

3. 자기효능감

자기효능감은 자신이 원하는 어떠한 결과를 얻기 위해 요구되는 행동을 성공적으로 할 수 있다는 믿음으로 주어진 문제의 해결에 대한 자신의 생각, 특히 상황적으로 구체적인 자신감이다. 이러한 자기효능감은 특정 상황에서 새로운 기술과 지식을 학습하고 수행하도록 이끌어주는 원동력이 된다. 또한 자기효능감은 목표를 설정하고 노력을 하며 어려움이 생겼을 때 얼마나 끈기 있게 행동하고 실패할 경우 얼마나 잘 대처하는가 하는 동기에도 영향을 미친다[8].

실제로 자기효능감이 높은 사람들은 도전적인 과제를 선택하며 어려운 일이 생겨도 끈기 있게 과제를 해내는 특성을 보이지만 자기효능감이 낮은 사람들은 자기 자신의 능력에 대한 자신감이 없기 때문에 어려운 상황이 닥쳤을 때 회피하거나 포기하는 것으로 나타났다[23].

Bandura[8]는 자기효능감을 세가지 하위영역인 자

신감, 자기조절감, 과제난이도 선호로 구분하여 설명하였다. 자기조절감은 어떤 일이든 정확하게 처리할 수 있고 자기 자신의 일을 스스로 판단하고 결정할 수 있다고 믿는 효능기대를 말한다. 자신감은 자신의 능력과 가치에 대한 확신을 의미한다. 과제난이도 선호는 자신 스스로 상황을 조절하고 통제할 수 있다고 믿고 도전적인 업무나 과제를 선택하는 경향을 말한다.

이처럼 자기효능감이 과제수행의 동기나 행동을 이끄는 원천이기 때문에 스피치 불안감을 감소시킬 수 있는 중요한 심리적 변인이 될 수 있다. 스피치 불안감이 높은 사람들은 자신의 능력에 대한 자신감이 없기 때문에 스피치, 회의, 토론 등의 상황을 부담스러워하고 회피하는 성향을 보이기 때문이다.

실제 연구에서 자기효능감이 낮은 학생들은 그렇지 않은 학생들에 비해 스피치 불안감이 높은 것으로 분석되었다[9][24][25]. 국내의 연구에서도 자기효능감이 낮은 학생들이 스피치 불안감을 더 많이 경험하는 것으로 밝혀졌다[26-28]. 몇몇 연구들이 자기효능감과 스피치 불안감과의 관계를 다루고 있지만 오래 전에 검증된 상황이다. 따라서 스피치 능력이 중요한 현 시점에서 대학생들의 자기효능감이 스피치 불안감에 미치는 영향력을 체계적으로 다뤄볼 필요성이 있다.

4. 귀인성향

인간은 어떠한 일이 발생하거나 자신 혹은 타인의 행동을 보고 그것이 어디에서 비롯된 것인지 추측하려는 성향을 가지고 있다. 이처럼 어떤 행동의 원인을 지각 또는 추론하는 과정을 귀인이라고 한다. 사람들은 다른 사람의 행동에 대한 원인을 파악하여 통제함으로써 환경에 적응할 수 있기 때문에 타인의 행동의 원인을 추론하고자 한다[29][30].

사람들은 어떠한 과제를 수행하면서 성공 혹은 실패하기도 하는데 이때 왜 성공했는지 혹은 실패했는지에 대한 원인을 찾는다. 또한 사람들은 그것의 원인이 무엇이나에 따라 정서적 반응뿐만 아니라 미래의 성공과 실패에 대한 기대에 영향을 받아 이후에 행동을 다르게 하기 때문에 귀인성향이 중요하다[31].

Levenson은 이전 학자들의 연구를 토대로 귀인성향

을 내적 귀인성향과 외적 귀인성향으로 나누었고, 외적 귀인을 다시 타인 귀인성향과 우연 귀인성향으로 구분하였다. 내적 귀인은 어떤 행동의 결과가 자신의 능력이나 노력에 의해 나타난 것으로 여기고 그것을 자신 스스로 조절하고 통제할 수 있다고 믿는 정도를 말한다.

외적 귀인은 자신에게 일어난 어떤 사건의 결과는 자신과는 무관하게 외부환경, 타인의 도움, 운명, 운 등이 작용하여 나타난 것으로 생각하고 자신 스스로 조절하고 통제할 수 없다고 믿는 정도를 의미한다. 외적 귀인에는 타인 귀인과 우연 귀인이 있다. 타인 귀인은 강력한 다른 사람이 자기 자신의 인생이나 어떠한 행동결과를 통제하고 있다고 믿는 정도를 의미한다. 우연 귀인은 우연, 행운이 자신의 인생이나 행동결과를 좌우한다고 믿는 정도를 말한다[32][33].

이러한 귀인성향과 스피치 불안감과의 관계를 다룬 연구는 전무한 상황이다. 그러나 몇몇 연구에서 귀인성향과 사회불안, 시험불안간의 연관성을 실증적으로 분석하였다. 한 연구에서 내적 귀인이 높은 청소년일수록 사회불안이 낮은 반면 외적 귀인이 높을수록 사회불안이 높은 것으로 나타났다[34]. 또한 대학생들을 대상으로 한 연구에서 타인지향, 우연지향과 같은 외적 귀인성향이 높은 학생일수록 시험불안이 높은 것으로 밝혀졌다[35]. 이러한 연구결과를 통해 볼 때 귀인성향이 스피치 불안감에 영향을 미칠 것으로 예상할 수 있다.

III. 연구방법

1. 연구문제

본 논문은 대학생들의 자아존중감, 자기효능감 및 귀인성향이 스피치 불안감에 어떠한 영향을 미치는가를 실증적으로 분석하는데 목적이 있다. 이러한 연구목적 을 달성하기 위해 다음과 같은 네가지 연구문제를 설정 하였다.

〈연구문제 1〉 자아존중감은 스피치 불안감에 어떠한 영향을 미치는가.

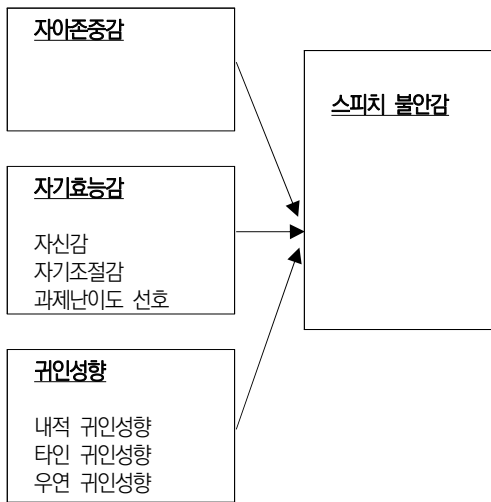
〈연구문제 2〉 자기효능감은 스피치 불안감에 어떠한

영향을 미치는가.

〈연구문제 3〉 귀인성향은 스피치 불안감에 어떠한 영향을 미치는가.

〈연구문제 4〉 자아존중감, 자기효능감, 귀인성향이 스피치 불안감에 미치는 상대적 영향력은 어떠한가.

이러한 연구문제를 일목요연하게 연구모형으로 제시하면 다음과 같다.



2. 주요 변인 측정

2.1 스피치 불안감

스피치 불안감은 McCroskey와 Richmond가 개발한 스피치 불안감 척도를 범기수 등이 번역한 것을 사용하였다[36]. 이 척도는 “스피치라는 단어가 들어가면 긴장을 느낀다”, “발표를 하고 난 후에 무슨 말을 했는지 생각이 나지 않는다”, “내 스피치 차례를 기다리는 동안 심장은 매우 빠르게 뛴다” 등의 10개 항목으로 되어 있다. 스피치 불안감은 .89의 신뢰계수를 보여주었다.

2.2 자아존중감

자아존중감은 Rogenberg가 개발한 Self-esteem Inventory를 사용하였다[7]. 이 척도는 “다른 사람만큼 나는 가치가 있는 사람이라고 생각한다” 등 10개 문항

으로 구성되어 있다. 본 연구에서 자아존중감은 .89의 신뢰계수를 보여주었다.

2.3 자기효능감

자기효능감은 원래 Bandura가 개발한 것을 김아영이 우리 실정에 맞게 수정한 척도를 사용하였다[37]. 자기효능감은 총 24개의 항목으로 자신감, 자기조절감, 과제난이도 선호 하위요인으로 되어 있다. 자신감은 “위험상황에서 잘 대처할 수 없을 것 같아 불안하다”, 자기조절감은 “나는 정해진 시간 안에 주어진 과제를 잘 마칠 수 있다”, 과제난이도 선호는 “나는 복잡하고 어려운 문제에 도전하는 것이 재미있다” 등의 항목으로 구성되어 있다. 본 연구에서 자신감은 .80, 자기조절감은 .83, 과제난이도 선호는 .77의 알파값을 나타냈다.

2.4 귀인성향

귀인성향은 Levinson이 개발한 척도를 안귀덕이 번역한 것을 사용하였다[30]. 귀인성향의 척도는 총 24개 문항으로 내적 귀인, 타인 귀인, 우연 귀인으로 구분되어 있다. 내적 귀인은 “내가 앞으로 지도자가 되느냐 못 되느냐의 문제는 나의 능력에 달려있다”, 타인 귀인은 “내가 만약 자동차 사고와 같은 사고를 당하면 그것은 나의 잘못이 아니라 상대방의 잘못으로 생긴 것이다”, 우연 귀인은 “내 인생의 상당 부분이 우연적인 사건에 의해 좌우되는 것 같다” 등의 항목으로 되어 있다. 본 연구에서 내적 귀인은 .78, 타인 귀인은 .76, 우연 귀인은 .83의 알파값을 보였다.

3. 자료수집 및 분석방법

본 연구는 서울, 경상, 전북지역 대학생들을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 조사는 2019년 9월 14일부터 25일까지 약 2주간 이루어졌으며 총 239부가 수거되었으나 응답이 부실한 18부를 제외하고 실제적으로 221부가 통계분석에 이용되었다.

조사한 설문지는 SPSS 24.0 프로그램을 이용하였고 변인의 특성과 신뢰도를 알아보기 위해 빈도분석과 신뢰도분석을 실시하였다. 또한 연구문제를 해결하기 위해 먼저 변인들 사이의 관계를 살펴보는 상관관계분석

을 실시하였다. 또한 여러개의 독립변인으로 종속변인에 대한 상대적 영향력을 살펴보기 위해 다변인 회귀분석을 실시하였다. 모든 통계적 유의도는 $p < .05$ 수준에서 검증하였다.

응답자들의 특성을 살펴보면 남자가 46.2%(102명), 여자가 53.8%(119명)로 약간 여학생이 많은 것으로 나타났다. 학년별로는 2학년 31.7%(70명), 1학년 29.0%(64명), 3학년 24.9%(55명), 4학년 14.4%(32명) 순으로 분석되었다.

IV. 분석결과

1. 자아존중감이 스피치 불안감에 미치는 영향

연구문제 1에서 설정한 대학생의 자아존중감이 스피치 불안감에 어떠한 영향을 미치는가를 밝혀내기 위해 먼저 상관관계분석을 실시하였다. 분석결과 자아존중감과 스피치 불안감간에는 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r = -.28, p < .01$).

또한 단순회귀분석을 실시한 결과 자아존중감은 스피치 불안감에 영향을 미치는 것으로 분석되었다($\beta = -.34, p < .01$).

표 1. 자아존중감이 스피치 불안감에 미치는 영향

예측변인	스피치 불안감(β)
자아존중감	-.34
R값	.34
수정된 R제곱	.12
F	28.703
유의도	.01

2. 자기효능감이 스피치 불안감에 미치는 영향

연구문제 2에서 설정한 대학생의 자기효능감이 스피치 불안감에 어떠한 영향을 미치는가를 밝혀내기 위해 먼저 상관관계분석을 실시하였다. 분석결과 [표 2]에 나타난 바와 같이 대학생들의 자기효능감과 스피치 불안감 사이에는 부적 상관관계를 보이는 것으로 분석되었다.

구체적으로 자기효능감 요인 중 자신감이 스피치 불

안감과 가장 높은 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r = -.70, p < .01$). 그 다음으로 자기조절감($r = -.33, p < .01$), 과제난이도 선호($r = -.16, p < .01$)와도 부적 상관관계가 있는 것으로 밝혀졌다.

표 2. 자기효능감과 스피치 불안감간의 상관관계

	스피치 불안감	자기 조절감	자신감	과제 난이도 선호
스피치 불안감	-			
자기조절감	-.33**	-		
자신감	-.70**	.24**	-	
과제난이도선호	-.16**	.20**	.22**	-

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

자기효능감의 하부요인 중 어떠한 요인이 스피치 불안감에 상대적으로 더 영향력을 미치는가를 실증적으로 분석하기 위해 다변인 회귀분석을 실시하였다. 그 결과 [표 3]에 제시하였듯이 자기효능감의 요인 중 자신감($\beta = -.66, p < .01$)이 가장 큰 영향력을 미치고 있었으며 그 다음으로 자기조절감($\beta = -.17, p < .01$)인 것으로 분석되었다.

표 3. 자기효능감이 스피치불안감에 미치는 영향

변인	스피치 불안감(β)
자기조절감	-.17**
자신감	-.66*
과제난이도 선호	.02
R값	.72
수정된 R ²	.51
F값	75.926
유의도	.01

* $\alpha < .05$, ** $\alpha < .01$

3. 귀인성향이 스피치 불안감에 미치는 영향

연구문제 3에서 설정한 대학생의 귀인성향이 스피치 불안감에 어떠한 영향을 미치는가를 밝혀내기 위해 먼저 상관관계분석을 실시하였다. 분석결과 [표 4]에 나타난 바와 같이 대학생들의 귀인성향과 스피치 불안감간에는 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

구체적으로 귀인성향 요인 중 내적 귀인성향이 스피치 불안감에 가장 높은 부적 상관관계가 있는 것으로

나타났다($r=-.20, p<.01$). 반면 우연 귀인성향($r=.17, p<.05$), 타인 귀인성향($r=.15, p<.05$)은 스피치 불안감과 정적 상관관계가 있는 것으로 분석되었다.

표 4. 귀인성향과 스피치 불안감간의 상관관계

	스피치 불안감	내적 귀인	타인 귀인	우연 귀인
스피치 불안감	-			
내적 귀인	-.20**	-		
타인 귀인	.15*	-.19**	-	
우연 귀인	.17*	.03	.47**	-

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

귀인성향의 요인 중 어떤 것이 스피치 불안감에 상대적으로 더 많이 영향력을 미치는가를 알아보기 위해 다변인 회귀분석을 통해 살펴보았다. 분석결과 [표 5]에 나타난 바와 같이 귀인성향 요인 중 내적 귀인성향($\beta = -.19, p < .01$)이 가장 큰 영향력을 미치고 있었으며 그 다음으로 우연 귀인성향($\beta = .16, p < .05$)인 것으로 나타났다.

표 5. 귀인성향이 스피치불안감에 미치는 영향

변인	스피치 불안감(β)
내적 귀인	-.19**
타인 귀인	.04
우연 귀인	.16*
R값	.29
수정된 R ²	.10
F값	13.222
유의도	.01

* $\alpha .05$, ** $\alpha .01$

4. 자아존중감, 자기효능감, 귀인성향이 스피치 불안감에 미치는 상대적 영향력

연구문제 4에서 설정한 대학생의 자아존중감, 자기효능감, 귀인성향의 변인 중에서 스피치 불안감에 어떠한 변인이 상대적으로 영향력을 행사하는 것을 밝혀내기 위해 다변인 회귀분석을 실시하였다.

분석결과 아래 [표 6]에 나타난 바와 같이 여러 요인 중에서 자기효능감의 하위요인인 자신감이 스피치 불안감을 가장 잘 설명하고 예측해 주는 것으로 분석되었다($\beta = -.68, p < .01$). 다음으로 자기조절감 요인이 스피

치 불안감에 영향력을 미치는 것으로 분석되었다($\beta = -.18, p < .01$).

표 6. 자아존중감, 자기효능감, 귀인성향이 스피치불안감에 미치는 상대적 영향

변인	스피치 불안감(β)
자아존중감	-.01
자기조절감	-.18**
자신감	-.68**
과제난이도 선호	.02
내적 귀인	.02
타인 귀인	.05
우연 귀인	.01
R값	.72
수정된 R ²	.50
F값	32.325
유의도	.01

* $\alpha .05$, ** $\alpha .01$

V. 요약 및 논의

본 연구는 자아존중감, 자기효능감, 귀인성향이 스피치 불안감에 어떠한 영향을 미치는가를 밝혀내는데 목적이 있다. 본 연구결과를 요약해 보면 다음과 같다.

첫째, 대학생의 자아존중감은 스피치 불안감에 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 자아존중감이 높은 대학생들은 스피치 불안감을 적게 느끼고 있음을 알 수 있다. 이것은 자신을 중요하다고 생각하거나 자신을 수용, 존중하고 자신을 좋아하며 스스로를 가치 있는 인간으로 느끼는 대학생일수록 스피치 불안감을 적게 느낀다는 것을 의미한다. 이같은 결과는 자아존중감이 낮은 대학생들이 의사소통 상황에 자발적으로 참여하지 않고 불안감도 높은 것으로 나타난 기존의 결과 [19][21]와 유사하다고 볼 수 있다. 또한 자아존중감이 높은 대학생일수록 대인불안, 사회불안을 적게 경험하는 것으로 나타난 기존의 결과 [20][21]와 맥을 같이 하고 있다.

따라서 스피치 불안감을 감소시키기 위해서는 먼저 대학생들의 자아존중감을 향상시킬 수 있는 다양한 프로그램들을 운영할 필요성이 있다. 특히 자아존중감은 불안감뿐만 아니라 학업성취, 대인관계, 스트레스 등과도 관련이 깊기 때문에 자신을 중요하고 가치있는 사람으로 인식하고 스스로 사랑하고 수용하는 교육과 활동이 대학 내에서 체계적으로 이루어져야 할 것으로 보인다.

다.

둘째, 대학생의 자기효능감과 스피치 불안감간에는 부적 상관관계가 있는 것으로 분석되었다. 구체적으로 자기효능감의 하부요인인 자신감, 자기조절감, 과제난이도 선호도가 높은 대학생일수록 스피치 불안감이 낮은 것으로 나타났다. 이것은 가치와 능력에 대한 확신이나 신념을 나타내는 자신감, 무슨 일이든 정확히 처리해내고 자신의 일을 스스로 판단하고 결정할 수 있다고 믿는 자기조절감, 자신이 상황을 통제, 조정할 수 있다고 생각하며 도전적인 과제를 선택하려는 과제난이도 선호 경향이 높은 대학생일수록 스피치를 할 때 불안감을 적게 느낀다는 것을 의미한다. 또한 자기효능감의 하위요인들 중 어떠한 요인이 스피치 불안감에 상대적으로 더 영향력을 미치는가를 밝혀내기 위해 다변인 회귀분석을 실시한 결과 자신감이 가장 큰 설명력과 예측력을 보이는 것으로 분석되었다.

이같은 결과는 자기효능감이 낮은 학생들이 스피치 불안감을 더 많이 경험하는 것으로 밝혀진 기존의 연구들을 뒷받침해 주고 있다[9][24][26][27]. 결과적으로 자기효능감이 낮은 학생들은 스피치를 잘할 수 없을 것이라는 낮은 기대와 믿음으로 불안감을 더욱 부추긴다고 유추해 볼 수 있다. 또한 자신이 스피치 상황에서 적절하게 행동을 했다 하더라도 다른 사람들로부터 호의적 반응을 받기 어렵다는 비판적 기대를 가지므로써 스피치 불안감이 더욱 가중되는 것이다. 더욱이 자기효능감이 낮은 학생들은 불안감을 감소시키는 일이 어렵다고 판단하여 낮은 성취기대를 보임으로써 그것을 극복하려는 노력을 충실히 하지 않을 가능성이 높다.

따라서 자아존중감과 마찬가지로 자기효능감을 향상시킬 수 있는 다양한 교육 프로그램들이 정기적으로 운영되어야 할 필요성이 제기된다. 스피치 불안감은 연습이나 실천경험이 부족해서 발생하는 것이기도 하지만 인지적 관점에서 보면 자신에 대한 믿음이나 잘할 수 있다는 자신감 등이 영향을 미칠 수 있기 때문에 커뮤니케이션 역량 교육에서 자아존중감, 자기효능감과 같은 심리적 요인들도 함께 다루어져야 할 것으로 보인다.

셋째, 대학생의 귀인성향은 스피치 불안감과 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 구체적으로 내적 귀인성향

은 스피치 불안감과 부적 상관관계가, 타인 귀인성향과 우연 귀인성향은 정적 상관관계가 있는 것으로 분석되었다. 즉 내적 귀인성향이 높은 대학생일수록, 타인 귀인성향과 우연 귀인성향이 낮은 대학생일수록 스피치 불안감을 적게 느낀다고 볼 수 있다. 이러한 결과를 통해 자신의 행동으로 나타난 결과를 자기 자신의 책임으로 돌리려는 성향이 강한 대학생들이 스피치 불안감이 낮다는 것을 알 수 있다. 또한 강력한 타인이 자기 자신의 인생이나 어떠한 행동결과를 통제하고 있다고 믿는 정도가 강한 대학생, 행운이 자신의 인생이나 행동결과를 좌우한다고 믿는 정도가 강한 대학생들이 스피치를 할 때 불안감이 높다는 것을 의미한다.

본 연구에서 발견된 이같은 결과들은 내적 귀인성향이 높을수록 사회적 불안감이 낮고 어떤 일의 원인을 외적인 요소에서 찾을수록 사회적 불안감이 높은 것으로 분석된 기존의 연구결과와 일맥상통한다고 볼 수 있다[31]. 또한 타인지향, 우연지향과 같은 외적 귀인성향이 높은 대학생일수록 시험에 대한 불안감도 높게 나타난 연구[32]와도 일맥상통한다고 볼 수 있다. 결과적으로 내적 귀인성향이 높은 학생들은 노력과 적극적인 행동을 통해 긍정적인 결과를 얻어내는 특성이 있기 때문에 스피치 불안감을 덜 느낀다고 볼 수 있다. 하지만 자신의 상황이 타인이나 우연에 의해 결정된다고 생각하는 대학생들은 노력을 통해 보상받을 수 있다는 신념이 부족하여 스피치 상황에 적극적으로 직면해 문제를 해결하지 않기 때문에 스피치 불안감을 많이 경험할 수밖에 없는 것이다[10].

따라서 스피치 불안감이 생겼을 때 그 원인을 운, 상황, 다른 사람의 태도 등의 외적인 요소에서 찾기보다는 자신의 노력이나 연습 부족, 자신에 대한 믿음이나 자신감 부족 등의 내적인 원인으로 파악하여 그에 적합한 문제 해결방법을 적극적으로 모색하는 훈련과 교육이 필요하다고 볼 수 있다. 즉 스피치 불안감이 생기는 원인과 극복방법에 대한 체계적인 교육이 이루어져야 할 것으로 보인다.

넷째, 자아존중감, 자기효능감, 귀인성향이 스피치 불안감에 미치는 상대적 영향력을 분석한 결과 자기효능감이 가장 높은 예측력과 설명력을 지니고 있는 것으로 나타났다. 특히 자아효능감의 하위요소인 자신감이 스

피치 불안감에 가장 큰 영향을 미치는 변인으로 분석되었다. 따라서 스피치 불안감을 감소시키기 위해서는 무엇보다도 자신의 능력에 대한 믿음과 확신을 갖는 자신감이 필요하다는 것을 알 수 있다. 이같은 결과는 스피치 교육에서 자신감 향상 훈련이 우선적으로 이루어져야 할 필요성을 제기해 주고 있다.

본 연구는 다음과 같은 측면에서 이론적, 정책적 시사점이 있다고 볼 수 있다. 첫째, 대학생의 스피치 능력이 필수역량으로 강조되고 있는 시점에서 스피치 불안감을 감소시킬 수 있는 다양한 심리적 요인을 밝혀낸다는 점에서 의미가 있다. 이러한 연구결과를 토대로 향후 대학교육에서 스피치 교육과 아울러 자아존중감, 자기효능감, 귀인성향과 같은 심리적 요인들을 향상시킬 수 있는 커리큘럼이 병행되어야 함을 제시해 주고 있다.

둘째, 기존의 스피치 불안감과 심리적 요인간의 연구는 자아존중감과 자기효능감을 개별적으로 연구되어 왔지만 본 연구에서는 자아존중감, 자기효능감, 귀인성향을 총체적으로 살펴보고 있어 스피치 불안감 연구의 이론적 확장을 가져왔다는 점에서 가치가 있다고 볼 수 있다. 특히 대학생의 스피치 불안감과 귀인성향과의 관계를 다룬 연구는 전무한 상황에서 스피치 불안감을 감소시키는데 내적 귀인성향이 중요하다는 점을 실증적으로 밝혀냈다는 점에서 의미가 있다.

그럼에도 불구하고 본 연구는 스피치 불안감에 영향을 미치는 심리적 변인으로 자아존중감, 자기효능감, 귀인성향만을 다루었다는 점에서 한계가 있다. 심리적 요인은 이 세가지 변인 이외에 다양한 변인들이 존재하고 이들 변인들은 상호관련성이 있기 때문에 보다 포괄적이고 다각적이며 상호작용적인 연구가 진행되어야 할 것이다.

참 고 문 헌

- [1] B. H. Spitzberg and W. R. Cupach, Interpersonal skills. In M. L. Knapp and J. A. Daly (Eds.), *Handbook of interpersonal communication*, Thousand Oaks, CA: Sage, 2002.
- [2] 김현숙, 강성모, “내현적 자기애와 대학생활적응과의 관계에서 의사소통능력의 매개효과,” *청소년학연구*, 제20권, 제1호, pp.157-176, 2013.
- [3] 뉴시스, “기업 10곳 중 9곳 커뮤니케이션 능력 채용에 영향,” 2014년 4월 22일자.
- [4] J. C. McCroskey, M. J. Beatty, P. Kearney, and T. G. Plax, “The content validity of the PRCA-24 as a measure of communication apprehension across communication context,” *Communication Quarterly*, Vol.33, No.3, pp.165-173, 1985.
- [5] R. Rubin, E. Perse, and C. Barbato, “Conceptualization and measurement of interpersonal communication motives,” *Human Communication Research*, Vol.14, pp.652-682, 1988.
- [6] 김은주, “협동학습에서 의사소통 불안 수준이 학업성취도와 수업만족도에 미치는 영향,” *교육심리연구*, 제17권, 제2호, pp.215-232, 2003.
- [7] R. R. Rosenberg and M. Rosenberg, “Self-Esteem and delinquency,” *Journal of Youth and Adolescence*, Vol.7, pp.279-294, 1978.
- [8] A. Bandura, *Self-efficacy: The exercise of control*, New York: W.H. Freeman & Company, 1997.
- [9] K. Dwyer and D. Fus, “Perceptions of communication competence, self-efficacy, and trait communication apprehension: Is there impact on basic course success?,” *Communication Research Reports*, Vol.19, No.1, pp.29-37, 2002.
- [10] 김지경, 이경미, “귀인성향과 자기의식이 학교생활적응에 미치는 영향,” *사회과학연구*, 제52권, 제2호, pp.41-75, 2013.
- [11] 장해순, *행복한 스피치: 전문성과 신뢰성을 높이는 소통전략*, 서울, 현학사, 2014.
- [12] J. C. McCroskey, “Oral communication apprehension: A summary of recent theory and research,” *Human Communication Research*, Vol.4, pp.75-96, 1977.
- [13] J. C. McCroskey, *An introduction to rhetorical communication* (6th ed.), Orlando, FL:

- Harcourt, 1993.
- [14] J. Arquero, T. Hassall, and J. Joyce, "Accounting students and communication apprehension: A study of Spanish and UK Students," *European Accounting Review*, Vol.16, No.2, pp.299-322, 2007.
- [15] 박의선, *인지행동적 집단상담이 초등학교 6학년 아동의 발표불안 및 발표행동에 미치는 효과*, 신라대학교, 석사학위논문, 2003.
- [16] 이정윤, 최정훈, "사회공포증의 인지행동치료와 노출치료의 효과 연구," *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 제9권, 제1호, pp.35-56, 1997.
- [17] 송연옥, *청소년의 자아존중감과 가족 의사소통이 대인관계 및 발표불안에 미치는 영향*, 한서대학교, 박사학위논문, 2013.
- [18] 이순희, 정승은, "간호대학 학생의 자존감과 대인관계에 관한 연구," *여성건강*, 제5권, 제1호, pp.133-151, 2004.
- [19] J. McCroskey, J. Daly, V. Richmond, and R. Falcione, "Studies of the relationship between communication apprehension and self-esteem," *Human Communication Research*, Vol.3, pp.269-277, 1977.
- [20] 안효자, 정복례, "간호학생의 자아존중감과 대인불안," *한국간호교육학회지*, 제12권, 제2호, pp.224-228, 2005.
- [21] 이충원, 김효창, "체면민감성, 자아존중감, 사회적 불안이 불확실성 회피에 미치는 영향," *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 제20권, 제3호, pp.17-30, 2006.
- [22] J. Pearson, J. Child, B. DeGreeff, J. Semlak, and A. Burnett, "The influence of biological sex, self-esteem, and communication apprehension on unwillingness to communicate," *Atlantic Journal of Communication*, Vol.19, No.4, pp.216-227, 2011.
- [23] A. Bandura and D. H. Schunk, "Cultivating competence, self-efficacy and intrinsic interest through proximal self-motivation," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.41, pp.186-198, 1981.
- [24] T. Hassall, J. Arquero, J. Joyce, and J. Gonzalez, "Communication apprehension and communication self-efficacy in accounting students," *Asian Review of Accounting*, Vol.21, No.2, pp.160-175, 2013.
- [25] T. Hopf and N. Colby, "The relationship between interpersonal communication apprehension and self-efficacy," *Communication Research Reports*, Vol.9, pp.131-135, 1992.
- [26] 주운, 이용남, "중국유학생의 한국어 학습동기, 의사소통 불안 및 자기효능감의 관계," *교육연구*, 제33집, pp.23-37, 2010.
- [27] 황순희, "공학인의 스피치 불안과 상관요소 분석: 인구사회학적 변인, 자기효능감, 스피치능력을 중심으로," *수사학*, 제17권, pp.199-220, 2012.
- [28] 임지연, 이영호, 최영안, "역기능적 신념 및 부정적인 자동적 사고와 사회적 자기효능감이 발표불안에 미치는 영향," *한국심리학회지: 임상*, 제23권, 제3호, pp.595-609, 2004.
- [29] H. H. Kelly, *Casual schemate and the attribution process, attribution: Perceiving the causes of behavior*, Morristown, NJ: General Learning Process, 1972.
- [30] 안귀덕, *귀인성향, 지각학급포토 및 두 변인의 상호작용이 학습태도와 학업성취에 미치는 영향*, 중앙대학교, 박사학위논문, 1986.
- [31] 김현옥, *고등학생의 귀인성향이 자기효능감과 심리적 안녕감에 미치는 효과*, 강원대학교, 석사학위논문, 2009.
- [32] H. Levenson, "Differentiating among internality, powerful others, and chance," In Lefcourt(ed.), *Research with the locus of control construct*, Vol.1. pp.15-66, 1981.
- [33] 김지경, 이경미, "귀인성향과 자의의식이 학교생활 적응에 미치는 영향," *사회과학연구*, 제52권, 제2호, pp.41-77, 2013.
- [34] 류지희, *귀인양식과 스트레스 대처행동이 청소년의 사회불안에 미치는 영향*, 성균관대학교, 석사학위논문, 2011.
- [35] 임순연, 조영식, 배현숙, "일부 치위생과 학생의 귀인성향, 자기효능감이 시험불안에 미치는 영향," *한국치위생학회지*, 제11권, 제3호, pp.313-323, 2011.
- [36] 범기수, 김은정, 유가기, 정혜진, "자기 주장성과 스피치 교육의 효과: 스피치 능력과 스피치 불안감을 중

