

# 대학생의 기질 및 성격 잠재 프로파일에 따른 심리 및 생물사회적 변인의 탐색적 연구

## An Exploratory Study of Psychological and Biosocial Variables Based in the Latent Profile Analysis of Temperament and Character among College Student

정수동, 이수진  
경성대학교 심리학과

Su Dong Jeong(jsdyo2000@hanmail.net), Soo Jin Lee(leesooj@gmail.com)

### 요약

본 연구에서는 기질 및 성격 프로파일 잠재집단의 심리적 및 생물사회적 특성을 탐색하기 위해 첫째, 기질 및 성격검사의 일곱 가지 변인을 중심으로 잠재집단을 확인하고, 둘째, 도출된 세 잠재집단의 심리적 및 생물사회적 특성 간의 차이를 확인하고자 하였다. 연구 참여자는 대학생 287명으로 Cloninger의 기질 및 성격검사, 인지적 정서조절전략 척도, 긍정정서 및 부정정서 척도, 아침형 조합척도, 피츠버그 수면의 질 지수, 삶의 만족 척도를 활용하여 잠재 프로파일 분석을 이용하여 잠재집단을 확인하였다. 연구 결과, 첫째, 7가지 기질 및 성격 요인을 활용한 잠재 프로파일 분석을 통해 3개의 잠재집단을 확인하였다. 둘째, 심리적 변인인 인지적 정서조절전략, 긍정 및 부정정서와 생물사회적 변인인 일주기유형, 수면의 질, 그리고 삶의 질에서 잠재집단 간 유의미한 차이를 확인하였다. 결론적으로 타고난 기질 요인인 위험회피와 후천적으로 개발 가능한 성격 요인인 자율성의 중요성을 확인하였고, 적응적이고 성숙한 성격에 대한 심리 및 생물사회적 변인의 후속 연구의 필요성에 대해 논의하였다.

■ 중심어 : 기질 및 성격 | 인성 | 적응 | 심리생물사회 모델 | 잠재 프로파일 분석 |

### Abstract

In this study, to explore the psychological and biosocial characteristics of the temperament and character's latent profile group, first, the latent group was identified with the seven variables of the Temperament and Character Inventory(TCI), and second, the difference between the psychological and biosocial characteristics of three identified latent groups. A total of 287 university students participated, and the latent groups was identified through latent profile analysis, a human-centeted statistical method, using Cloninger's TCI, Cognitive Emotion Regulation Questionnaire(CERQ), Positive Affect and Negative Affect Schedule(PANAS), Composite Scale of Morningness(CSM), Pittsburgh Sleep Quality Index(PSQI), and Satisfaction With Life Scale(SWLS). As result, first, three latent groups were identified through latent profile analysis using the seven variables of TCI. second, significant differences were identified in CERQ, PANAS, which are psychological variables, CSM, PSQI, and SWLS, which are biosocial variables among the latent groups. In conclusion, the importance of Self-Directedness(SD), a character factor that can be developed rather than Harm-Avoidance(HA), a temperament factor from nature, was confirmed. And the necessity of follow-up studies on psychological and biosocial variables for adaptive and mature personality was discussed.

■ keyword : Temperament and Character | Chronotype | Latent Profile Analysis | Biopsychosocial Model |

## I. 서론

Cloninger, Svrakic과 Przybeck(1993)은 생물학적으로 타고난 감정적 자극에 대한 자동적 반응을 기질(temperament)로, 후천적으로 학습되는 능동적이고 합리적인 반응을 성격(character)으로 구분하였다[1-3]. 이를 통해 인간의 기질 및 성격특성을 선천적인 생물학적 특성과 후천적인 환경적 특성으로 구분하여 개인의 기질 및 성격의 발달을 이해하고자 하였다[4][5].

Cloninger는 이러한 기질을, 위험회피(Harm-Avoidance, 이하 HA), 자극추구(Novelty-Seeking, 이하 NS), 사회적 민감성(Reward-Dependence, 이하 RD), 그리고 인내력(Persistence, 이하 PS)의 네 가지 차원으로 구분하였다[4]. 그러나 이러한 기질 차원만으로는 개인의 적응이나 성숙을 설명하지 못했다. 따라서, 같은 기질 유형임에도 불구하고 적응적 또는 부적응적으로 살아가는 개인을 구분하기 위해 추가적인 차원의 필요성이 요구되어 성격(Character) 차원이 개발되었다[6].

성격은 타고난 기질 유형과 환경적 요인의 상호작용을 통해 발달한다[7]. 성격은 의식적으로 추구하는 목표와 가치에 대한 자기 개념(self-concept)에서의 차이를 말하며, 주변 환경의 자극과 경험에 대해 고유의 의미와 중요성을 부여하고, 기질에 의해 일어나는 자동적인 정서 반응을 조절한다[8]. 성격은 자율성(Self-Directedness, 이하 SD), 연대감(Cooperativeness, 이하 CO), 그리고 자기초월(Self-Transcendence, 이하 ST)의 세 가지 차원으로 구분된다.

개인의 타고난 기질이 어떤 상황과 환경을 접하는가에 따라 성격 차원의 발달 양상이 달라져 성숙하고 적응적인 성격으로 발전하기도 하며, 부적응적이고 미성숙한 성격으로 발전되기도 함을 의미한다. 특히 취약한 기질과 미성숙한 성격은 다양한 심리적 문제와 관련 있는 것으로 알려져 있다[9]. 그러나 이는 성격의 기본적인 틀이자 인간적 성숙의 토양인 기질이 취약하더라도 성숙한 성격을 통해 주변의 어려운 상황과 문제를 적극적으로 해결할 수 있음을 의미한다.

한편, 기질 및 성격검사(Temperament and Character Inventory, 이하 TCI)의 활용도가 점차 높아짐에 따라

많은 관련 연구들이 진행되었으나 개인의 적응이나 성숙, 부적응을 탐색하고 접근할 수 있는 조합(profile) 차원으로 접근한 연구는 미비한 수준이었다[10]. 또한, 이러한 기질 및 성격 조합을 심리적 및 생물사회적 요인을 활용하여 특성을 통합적으로 탐색한 연구는 미비한 실정이다. 이에 본 연구에서는 변화 가능한 부분인 성격과 그렇지 않은 부분인 기질의 개념을 조합 차원으로 접근하고, 개인의 특성을 반영한 사람 중심 접근(person-centered approach) 통계 방법인 잠재 프로파일 분석(Latent Profile Analysis)을 활용하고자 한다. 이를 통해 기질 및 성격의 다양한 잠재집단의 가능성을 확인하고, 인지적 정서조절전략, 긍정정서 및 부정정서와 같은 심리적 변인, 일주기유형, 수면의 질, 삶의 질과 같은 생물사회적 변인의 탐색을 통해 기질 및 성격 연구의 방향성에 대한 시사점을 제기하고자 한다.

## II. 이론적 배경

### 1. 기질 및 성격

기질 및 성격검사(TCI)에서 기질은 생애 초기부터 일생동안 비교적 변함없이 안정적으로 나타나는 심리적 경향성으로[11], 자극에 대해 자동적으로 나타나는 정서적 반응 성향이다[12]. Cloninger는 기질 및 성격의 기저 구조를 밝히기 위해 Gray(1987)의 행동 활성화 체계(Behavioral Activation System) 및 행동 억제 체계(Behavioral Inhibition System)에 대한 이론과 Sjöbring(1973)의 행동 유지 체계(Behavioral Maintenance System) 이론을 토대로 하여 독자적인 인성 모델을 고안하였다[13-15]. 이를 통해 인간의 기질 및 성격특성을 선천적인 생물학적 특성과 후천적인 환경적 특성으로 구분하여 개인의 기질 및 성격의 발달을 이해하고자 하였다[5][16].

TCI에서 성격은 자율성(SD), 연대감(CO), 자기초월(ST)로 구분된다. 자율성(SD)은 자신에 대한 인지능력으로, 자신이 원하는 것, 해야 하는 것을 상황에 맞게 조절하고 통제하는 능력이며, 인격적 성숙과 통합적 인성(personality)을 반영한다. 자율성(SD)이 높으면 책임감과 자발적인 특징을 보이며, 낮은 경우에는 무

기력하고 타인을 비난하는 특징을 보인다. 연대감(CO)은 주변인과 사회에 대한 인지능력으로, 타인과 사회관계에서 자신을 사회의 일부로 여기는 정도를 반영한다. 연대감(CO)이 높은 경우에는 공감하며 도움이 되는 특징을 보이고, 낮은 경우에는 편견이 있거나 적대적인 특징을 보인다. 자기초월(ST)은 자신과 주변을 넘어 만물과 우주에 대한 인지능력으로, 개인이 우주의 통합적 일부로 동일시하는 정도를 반영한다. 자기초월(ST)이 높은 경우에는 이상주의적이고 진솔하거나 몰입하는 특징을 보이고, 낮은 경우에는 유물론적이고 통제적인 특징을 보인다.

## 2. 심리적 및 생물사회적 변인

심리적 및 생물사회적 변인은 정신병리를 설명하는 모델 중 하나로, 이상행동과 정신장애에 미치는 생물, 심리, 사회의 세 변인을 통합적으로 고려한다[17]. 심리적 요인은 후천적 요인으로, 인지적 요인, 정서적 요인 등을 포함한다. 생물학적 요인은 개인이 선천적으로 가지고 태어나는 영역을 고려하며, 유전적 요인과 생리학적 요인들이 고려된다. 사회적 요인은 가족, 직업, 문화와 같은 사회문화적 요인을 고려하며, 환경적인 부분에 영향을 미친다.

심리적 변인과 관련 있는 인지적 정서조절전략과 긍정정서 및 부정정서는 정신병리의 주요인으로 강조되어 생리학적 임상 연구의 발달과 더불어 그 중요성이 대두되어왔다[18]. 개인은 스트레스 상황에서 대처하기 위해 부정적인 정서 경험을 줄이고, 적응적인 인지정서 조절 전략 사용을 촉진하여 긍정 정서를 높이고자 한다. 이처럼 정서 상태를 변화시키거나 유지하는 과정을 '정서조절'이라고 한다. 그러나 스트레스를 겪거나 사회적 상황이나 여건에 따라 정서가 조절되지 못할 때 불안, 우울, 스트레스 등 정서적인 문제를 겪을 수 있고, 이는 심리적인 장애로 이어질 수 있다[19-21]. 기질 및 성격과 인지적 정서조절전략과의 연구에서는 위협회피(HA)가 높을수록 부적응적 인지정서조절 전략을 더 사용하고[22][23], 자율성(SD)이 높은 집단은 적응적 인지정서조절 전략을 더 많이 사용하는 것으로 나타났다[24].

긍정정서 및 부정정서는 심리적 변인 중 하나로, 각

정서 경험의 수준에 따라 다양한 심리적 문제와 개인의 주관적 웰빙(well-being)의 수준을 예측할 수 있다. 기질 및 성격과 긍정정서 및 부정정서 간의 연구에서 성격 프로파일의 수준에 따라 정서경험의 차이가 있는 것으로 나타났다. 자율성(SD)과 연대감(CO)의 점수가 높은 집단이 낮은 집단에 비해 긍정정서를 더 많이 경험하고, 부정정서는 덜 경험하는 것으로 나타났다[25][26]. 이는 성격의 성숙도 수준에 따라 정서의 경험과 수준에 유의한 차이가 있음을 보여준다.

생물사회적 특성을 반영하는 일주기유형은 개인의 일주기리듬과 선호하는 활동 시간 등에 의해 아침형과 저녁형으로 나누어지는 생물학적 특성으로 정신건강과 일상생활에 밀접하게 연관되어 있다. 일주기유형에 따라 정신건강, 기분장애, 음주문제, 대인관계, 학업성취도, 성적, 생활 부적응, 수면의 질, 삶의 만족도 등 다양한 요인에서 차이가 나타났다[27-35]. 이러한 일주기유형은 민족성, 성별과 사회경제적 위치와 별개로 개인 내적 요인을 설명하는 하나의 특질(trait)로[36], 아침형과 저녁형으로 분류되며[37], 각 유형에 따라 고유의 특징을 나타낸다. 이러한 차이는 호르몬 분비와 같이 체내에서 발생하는 생리적인 일주기 리듬과 사회적인 활동 및 외부 자극에 의해 조절되어 나타난다[8][38]. 이렇듯 개인의 고유한 생물학적 특성인 일주기유형에 따라 개인의 삶에 다양한 차이가 나타나는 것은 일주기유형의 개인차와 이에 따른 성격특성 연구가 필요하다는 것을 시사한다. 또한, 일주기유형은 문화적 및 사회적 시차<sup>1</sup> 등과 같은 개인 외적 변인에 의해 영향을 받지만, 성격특성과 같은 개인 내적 변인과의 깊은 관련이 있어 일주기유형과 성격 특성의 연관성에 대한 연구가 지속적으로 이루어져 왔다[39-43].

수면의 질은 기질 및 성격 유형과 일주기유형의 차이와 관계를 확인하는 데 있어 중요한 요인으로 생물학적 특성인 일주기유형과 함께 수면에 있어 중요한 요인이다. 대학생의 생활 스트레스와 일주기유형, 수면의 질 간의 관계 연구에서는 저녁형에 가까울수록 대학 생활 스트레스의 수준이 높고, 수면의 질은 낮은 것으로 나

1 사회적 시차는 사회적 시간과 생물학적 시간의 차이로, 타고난 일주기 유형으로 볼 수 있는 내인성 일주기 시계와 업무나 학업 등에 의해 부과되는 선호하는 수면 시간과의 차이로 발생하는 만성 시차로 알려져 있다.

타났다[33][44]. 일주기유형과 우울의 연구에서는 수면의 질이 일주기유형과 우울을 유의하게 예측하는 것으로 나타났다. 이는 일주기유형과 우울의 관계에서 수면의 질이라는 변인을 제시함으로써 저녁형이 수면의 질 개선을 통해 우울을 낮출 수 있고, 또한 삶의 질 수준을 높일 수 있다는 가능성을 제시함으로써 수면의 질이 일주기유형과 밀접한 관련을 나타낸다는 것을 시사하였다.

불면증을 경험하는 수면장애 임상군을 대상으로 불면증과 기질 및 성격의 연관성에 관한 연구에서는 기질 및 성격의 하위척도 중 자극추구(NS)와 사회적 민감성(RD)이 낮을수록, 위험회피(HA)와 자기초월(ST)은 높을수록 불면증을 경험할 가능성이 높은 것으로 나타났다[45]. 특히 사회적 민감성(RD)이 높을수록 수면의 효율성 또한 높은 것으로 나타났다. 그러나 해당 연구는 수면에 문제가 있는 임상군을 대상으로 연구를 실시하였으므로, 이 연구의 결과를 일반화하기 위해서는 다양한 집단을 대상으로 한 추가적인 연구가 필요하다

삶의 질 또는 삶 만족도는 학업 및 업무수행뿐만 아니라 정신건강과도 깊은 관련이 있는 사회적 요인 중 하나이다. 일주기유형과 삶 만족도를 살펴본 연구에서는 아침형에 가까울수록 주관적 삶 만족도가 높아지는 것으로 나타났다[36][46-49]. 기질 및 성격과 삶 만족도와 관련된 연구에서는 성격유형에 따라 삶 만족도에 차이가 있으며, 자율성(SD)과 연대감(CO)의 점수가 높을수록 삶 만족도 또한 높은 것으로 나타났다. 이는 삶의 질이 일주기유형 및 성격유형과 관련이 있음을 의미한다.

따라서 본 연구에서는 기질 및 성격검사(TCI)를 활용하여 기질 및 성격의 프로파일을 확인하고, 심리적 특성인 인지정서조절 전략과 긍정정서 및 부정정서, 생물 사회적 특성인 일주기유형, 수면의 질 그리고 삶의 질의 수준 차이를 확인하고 각 변인 간의 관계를 탐색하고자 한다. 본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 기질 및 성격 유형에 따라 잠재집단이 어떻게 나누어지는가?

연구문제 2. 기질 및 성격의 잠재집단에 따라 인지정서조절전략, 긍정정서 및 부정정서, 일주기유형, 수면의 질, 삶의 질은 어떻게 나타나는가?

### III. 연구 방법

#### 1. 연구대상 및 절차

본 연구는 B광역시에 위치한 4년제 대학교에 재학중인 남녀 대학생을 대상으로 2018년 9월 3일부터 9월 20일까지 자기보고식 설문을 실시하였다. 연구에 참여한 대상은 총 311명으로, 연구 참여에 동의하지 않거나 답변이 누락된 문항이 해당 척도의 10%를 넘는 자료에 대해서는 신뢰 있는 점수 산출이 어렵다고 판단한 24부를 제외하고 287부를 연구의 분석 자료로 활용하였다. 본 연구는 K대학교 생명연구윤리위원회의 승인을 받아 그에 따른 윤리 기준을 준수하여 진행되었다(KSU-18-06-001-0705).

참여자들은 남자가 92명(32.1%), 여자가 195명(67.9%)이었고, 연령의 분포는 만 18세에서 26세 사이로 여자는 평균 20.32세, 남자는 21.04세로 전체 연령의 평균은 20.55세였다.

#### 2. 연구 도구

##### 2.1 기질 및 성격검사

기질 및 성격검사(TCI)는 개인의 고유한 심리적 특성이 성격에서 바뀌지 않는 영역을 기질(Temperament)로, 변화와 발전 가능한 영역을 성격(Character)으로 구분하여 측정하는 자기보고식 검사이다. 본 연구에서는 미국에서 사용되었던 TCI 개정판(TCI-R)을 Goth, Cloninger, Schmeck(2003)이 140문항으로 단축형으로 개발한 독일판 검사를 민병배, 오현숙, 이주영(2007)이 표준화한 검사를 사용하였다[50][51]. 본 검사는 기질 및 성격의 총 7개 척도로 이루어져 있으며, 기질은 자극추구(NS), 위험회피(HA), 사회적 민감성(RD), 그리고 인내력(PS)의 4개 하위척도로 구성되어 있다. 성격 척도는 자율성(SD), 연대감(CO), 그리고 자기초월(ST) 3개 하위척도로 구성되어 있다. 총 140문항으로 구성되어 있고 '전혀 그렇지 않다'(1점)에서부터 '매우 그렇다'(5점)까지 5점 Likert식으로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 해당 기질 및 성격의 수준이 높은 것을 의미한다. 국내에서 사용되고 있는 TCI-RS의 표준화 연구에서 성인 집단의 척도별 내적합치도

(Cronbach's  $\alpha$ )는 .77~.88로 나타났으며, 대학생 집단의 경우 .83~.90으로 양호한 수준으로 나타났다[52].

## 2.2 인지적 정서조절전략 척도

인지적 정서조절전략 척도(Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, 이하 CERQ)는 인지적 관점에서 개인의 정서조절전략을 측정하기 위해 만들어진 자기보고식 검사이다[52]. 5가지의 적응적 인지정서조절 전략과 4가지의 부적응적 인지정서조절 전략을 포함한 총 9가지 하위요인으로 구분하여 측정한다. 적응적 인지정서조절 전략은 수용, 균형 있게 바라보기, 긍정적 재초점, 해결중심사고 그리고 긍정적 재평가로 구분되고 부적응적 인지정서조절 전략은 자기비난, 파괴화, 타인비난 그리고 반추로 구분된다. 적응적 인지정서조절 전략은 20점에서 100점의 점수분포를 나타내고, 부적응적 인지정서조절 전략은 16점에서 80점의 점수분포를 나타낸다. 각 하위영역은 4문항으로 구성되어 총 36문항으로 '거의 그렇지 않다'(1점)에서부터 '거의 항상 그렇다'(5점)까지 5점 Likert식으로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 해당되는 인지적 정서조절전략의 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서 측정된 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 적응적 인지정서조절전략이 .91, 부적응적 인지정서조절전략이 .86으로 나타났다.

## 2.3 긍정정서 부정정서 척도

긍정정서 부정정서 척도(Positive Affect Negative Affect Schedule, 이하 PANAS)는 개인의 긍정정서와 부정정서를 측정하기 위해 개발된 자기보고식 검사이다[53]. 총 20문항으로 긍정정서 10문항과 부정정서 10문항으로 구성되어 있으며, '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 많이 그렇다'(5점)까지 5점 Likert식으로 하위영역별 최저 10점에서 최고 50점까지의 점수분포를 나타낸다. 해당 영역의 점수가 높을수록 해당되는 정서 경험 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서는 이유정(1994)이 번안한 기존의 한국판 PANAS를 이현희, 김은정, 이민규(2003)가 재번안 및 타당화하고 박홍석과 이정미(2016)가 재타당화한 척도를 사용하였다[54-56]. 본 연구에서 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는

긍정정서는 .85, 부정정서는 .89로 나타났다.

## 2.4 아침형 조합척도

아침형 조합척도(Composite Scale of Morningness, 이하 CSM)는 1989년 Smith 등 이전에 발표된 일주기유형을 측정하는 검사들 중 요인부하량이 높은 문항인 Horne와 Östberg(1976)의 아침형 저녁형 질문지(Morningness-Eveningness Questionnaire)와 Torsvall과 Akerstedt(1980)의 일주기유형 척도(Diurnal Type Scale)을 조합한 척도이다[38][57][58]. 이를 윤진상, 신상문, 국승희와 이형영(1997)이 번안하고 국승희, 윤진상과 이형영(1999)이 타당화한 한국어판 조합척도를 사용하였다[59][60]. 본 척도는 총 13문항으로, 3문항은 5점 Likert식, 10문항은 4점 Likert식으로 최저 13점에서 최고 55점까지의 점수를 획득할 수 있다. 점수가 높을수록 아침형에 가깝고, 낮을수록 저녁형에 가까운 것을 의미한다. 일주기유형의 범위는 연구마다 일부 차이가 있으나 주로 상위 10%를 아침형, 하위 10%를 저녁형으로 구분한다. 윤진상 등(1997)의 연구에서의 저녁형은 26점 이하, 아침형은 41점 이상이었고, 김정기와 조경자(2010)의 논문에서는 저녁형은 22점 이하, 아침형은 44점 이상으로, 연구마다 일주기유형의 기준의 차이가 있었다[46][59]. 본 연구에서 저녁형은 22점, 아침형은 40점으로 나타났고, 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .85로 나타났다.

## 2.5 피츠버그 수면의 질 지수

피츠버그 수면의 질 지수(Pittsburgh Sleep Quality Index, 이하 PSQI)는 이전 한 달 동안 개인의 주관적인 수면의 질과 불편 정도를 측정하기 위해 개발한 자기보고식 검사이다[61]. 수면의 질은 개인이 얼마나 깊이 또 충분하게 수면을 취했는지에 대한 개인의 주관적 지각으로, 수면의 양, 잠들기까지 걸리는 시간, 야간 수면 시 각성 횟수, 각성 후 다시 잠들기까지 걸리는 시간, 아침 기상 시 느끼는 피곤함과 쉬지 못하는 기분, 그리고 수면에 대한 일반적인 만족감 정도를 의미한다[62]. 본 연구에서는 손승일 등(2012)이 번안하고 타당화한 검사를 사용하였다[63]. 이 검사는 총 18문항으로 주관적 수면의 질, 수면 잠복기, 수면 지속시간, 수면 효

울성, 수면 방해, 수면제 사용, 낮 동안의 기능장애를 포함하는 7개의 하위 영역에서 측정된다. 각 측정영역의 점수는 0점에서 3점으로 평정되고 최저 0점에서 최고 21점까지 획득 가능하며, 높으면 높을수록 수면의 질이 좋지 않고 문제가 있음을 의미한다. 총 점수가 5점보다 크면 수면의 질이 좋지 않은 것으로 판단한다. 본 연구에서 각 측정영역 간의 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .57로 나타났다.

## 2.6 삶 만족 척도

삶 만족 척도(Satisfaction with Life Scale, 이하 SWLS)는 개인의 주관적 삶 만족도를 측정하기 위해 개발된 자기보고식 검사이다[64]. 이를 이은경(2004)이 변안하여 사용한 척도를 사용하였다[65]. 이 검사는 총 5문항으로 구성되어 있고, '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 그렇다'(7점)까지 7점 Likert 척도로 평정하며, 최저 1점에서 최고 49점까지의 점수분포를 나타낸다. 점수가 높을수록 삶 만족도가 높음을 의미한다. 본 연구의 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .86으로 나타났다.

## 3. 분석 방법

본 연구에서는 수집된 자료에 대한 기술통계와 상관 분석 및 편상관분석을 위해 IBM SPSS Statistics 25.0을 사용하였고, 잠재프로파일 분석(Latent Profile Analysis, LPA)을 위해 Mplus 5.21을 사용하여 다음과 같이 분석을 실시하였다. 먼저 연구대상자들의 기초 연구 자료인 인구통계학적 특성을 알아보기 위해 빈도 분석을 실시하였으며, 주요 변인들과의 평균과 표준편차를 확인하기 위해 기술통계 분석을 실시하였다. 자료의 정규성을 확인하기 위해 왜도(skewness)와 첨도(kurtosis)를 검토하였고, 각 척도의 신뢰도를 검증하기 위해 내적합치도(Cronbach'  $\alpha$ )를 산출하였다. 이후 본 연구의 연구 문제를 분석하기 위해 다음과 같은 분석 절차를 실시하였다.

첫째, 일주기유형과 관련된 기질 및 성격의 패턴을 알아보기 위해 잠재 프로파일 분석(Latent Profile Analysis)을 실시하였다. 이 과정에서 적절한 잠재계층의 수를 결정하기 위해 AIC(Akaike Information Criterion), BIC(Bayesian Information Criterion),

SABIC(Sample-sized Adjusted Bayesian Information Criterion)를 정보준거지수로 이용하였다. 분류의 질 지수로는 Entropy 값을 사용하였고[66], 모형비교검증은 VLMR(Vuong-Lo-Mendell-Rubin likelihood difference test), LMR(Lo-Mendell-Rubin likelihood test), BLRT(Parametric Bootstrapped Likelihood Ratio Test)의 유의확률을 고려하여 최종적인 잠재 프로파일의 수를 결정하였다. Entropy는 0에서 1까지 범위 안에서 1에 가까울수록[67], 잠재 프로파일의 수는 크면서도 AIC, BIC, SABIC의 경우 값이 작을수록, VMLR, MLR, BLRT의 유의확률이 작을수록 유효한 것으로 알려져 있다[68]. 둘째, 각 잠재 프로파일의 인지적 정서조절전략, 정적정서 및 부정정서, 일주기유형, 수면의 질, 삶의 질의 차이를 알아보기 위해 일원배치 분산분석(one-way Analysis of Variance: one-way ANOVA)과 Scheffe 사후검증을 실시하였고 세 집단에 대한 기질 및 성격과 심리 및 생물사회적 변인의 영향력을 확인하기 위해 효과 크기로 부분 에타 자승( $\eta^2 p^2$ )을 확인하였다. 부분 에타 자승( $\eta^2 p^2$ )은 높을수록 종속변인에 미치는 독립변인의 영향력이 큰 것을 의미한다.

## IV. 연구 결과

### 1. 기질 및 성격 잠재집단의 수

기질 및 성격에 따른 잠재집단의 수를 결정하기 위해 기질 및 성격검사의 원점수를 사용하여 잠재계층의 수가 1개인 모형부터 5개인 모형까지 구성하고 각 모형의 적합도를 비교하였으며, 그 결과를 [표 1]에 제시하였다.

기질 및 성격의 프로파일 유형에 따른 잠재집단의 수를 결정하고 잠재계층 간 주요 연구 변인의 차이를 확인하기 위해 잠재 프로파일 분석을 실시하였다. 연구 참여자들의 기질 및 성격이 몇 개의 잠재 프로파일로 구분되는지 결정하기 위하여, 프로파일의 수를 1개에서 1개씩 증가시키면서 유의확률을 확인하였다. 프로파일 수가 증가할수록 정보준거지수인 AIC, BIC, SSABIC가 감소하였고, Entropy는 증가하였다. BLRT의 유의확률

표 1. 잠재계층 수에 따른 정보준거지수

Model	Entropy	AIC	BIC	SABIC	VLMRp	LMRp	BLRTp
Profile 1	N/A	16727.431	16793.302	16736.222	N/A	N/A	N/A
Profile 2	.671	15060.244	15148.071	15071.965	.0828	.0858	.0000
Profile 3	.791	14968.928	15093.351	14985.533	.0110	.0117	.0000
Profile 4	.802	14943.549	15104.567	14965.038	.2398	.2398	.0000
Profile 5	.844	14926.476	15124.088	14952.848	.2398	.2398	.0000

주. AIC= Akaike Information Criterion; BIC= Bayesian Information Criterion; SABIC= Sample-sized Adjusted Bayesian Information Criterion; VLMRp= Vuong-Lo-Mendell-Rubin likelihood difference test(p-value); LMRp=Lo-Mendell-Rubin likelihood test(p-value); BLRTp=Parametric Bootstrapped Likelihood Ratio Test(p-value)

은 모두 .001 이하로 유의하였고, VMLR, MLR의 유의 확률은 3개 잠재집단까지 점차 감소하였다. 그러나 2개 잠재집단의 유의확률이 .05 이상으로 유의하지 않았고, 4개와 5개 잠재집단의 유의확률 또한 .05 이상으로 높게 나타나 유의하지 않았다. 따라서 3개의 잠재집단을 최종적으로 선정하였다.

분류된 잠재집단의 특성을 탐색하고 각 집단을 명명하기 위해 집단별 구성 비율과 표준화된 추정 평균을 확인하고, 일원배치분산분석과 Scheffe 사후검증 결과를 [표 2]와 [그림 1]에 제시하였다.

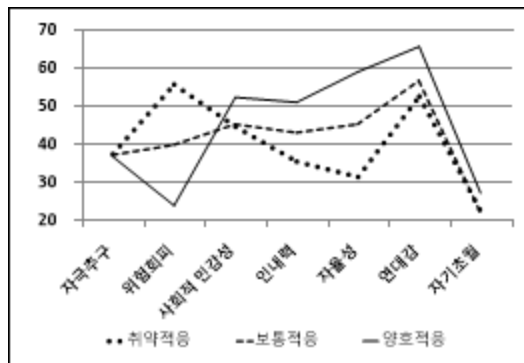


그림 1. 잠재집단별 기질 및 성격 변인의 차이

표 2. 잠재집단별 기질 및 성격 변인의 차이

	취약적응 <sup>1</sup>	보통적응 <sup>2</sup>	양호적응 <sup>3</sup>	F	np <sup>2</sup>	Scheffe
자극추구	37.31(10.964)	37.32(9.963)	36.96(9.482)	.080	.006	N/A
위험회피	55.58(6.346)	39.99(6.544)	24.06(7.713)	315.253***	.687	3<2<1
사회적 민감성	44.51(11.498)	45.40(9.986)	52.51(9.747)	10.181***	.067	1, 2<3
인내력	35.33(8.279)	43.22(9.029)	51.19(9.710)	44.589***	.234	1<2<3
자율성	31.30(6.685)	45.41(6.654)	59.02(6.771)	247.014***	.632	1<2<3
연대감	52.45(9.003)	56.84(9.080)	65.85(7.819)	32.397***	.180	1<2<3
자기조절	22.33(9.413)	22.39(11.029)	27.36(13.096)	3.899*	.020	1, 2<3

주. 괄호()안은 표준편차, \*p<.05, \*\*\*p<.001

## 2. 기질 및 성격 잠재집단의 특성

집단 1에 포함된 대상은 69명으로 전체 연구 대상의 24.04%에 해당하였다. 이 집단의 위험회피 수준은 세 집단 중 가장 높고, 자율성은 가장 낮았다. 따라서 집단 1을 '취약적응 집단'으로 명명하였다. 집단 2에 포함된 대상은 171명으로 전체 연구대상의 56.58%에 해당하였다. 기질적 취약성을 나타내는 위험회피의 수준이 중간수준이고, 성격적 성숙을 나타내는 자율성 수준 또한 중간수준이었다. 따라서 집단 2를 '보통적응 집단'으로 명명하였다. 집단 3에 포함된 대상은 47명으로 전체 연구대상의 16.37%에 해당하였다. 이 집단의 위험회피 수준은 세 집단 중 가장 낮았고, 자율성의 수준은 가장 높았다. 따라서 집단 3을 '양호적응 집단'으로 명명하였다.

기질 및 성격의 잠재 프로파일 유형에 따라 '취약적응 집단', '보통적응 집단', '양호적응 집단'으로 구분한 후, 인지적 정서조절전략, 긍정정서 및 부정정서, 일주기유형, 수면의 질, 삶의 질에서 유의미한 차이를 알아보기 위해 카이제곱검증, 일원배치분산분석 그리고 Scheffe 사후검증을 실시하였으며, 그 결과를 [표 3]에 제시하였다.

적응적 인지정서조절 전략은 집단 간 유의미한 차이

표 3. 잠재집단별 심리 및 생물사회적 변인의 차이

	취약적응 <sup>1</sup>	보통적응 <sup>2</sup>	양호적응 <sup>3</sup>	$\chi^2 / F$	$p / \eta^2$	Scheffe
적응적 인지정서조절	58.01(14.014)	66.29(12.062)	73.68(11.345)	22.966***	.139	1<2<3
부적응적 인지정서조절	46.23(10.081)	42.00(10.024)	35.68(8.156)	16.338***	.103	3<2<1
긍정정서	23.41(6.276)	25.57(6.855)	32.19(7.854)	22.960***	.139	1<2<3
부정정서	23.55(7.726)	18.53(7.241)	15.79(6.430)	18.416***	.115	2, 3<1
일주기유형	27.64(6.741)	31.06(6.433)	32.89(6.565)	10.422***	.068	1<2, 3
수면의 질	7.38(2.916)	5.56(2.619)	5.81(2.337)	11.808***	.077	2, 3<1
삶의 질	15.43(5.543)	20.97(5.164)	25.87(4.950)	57.975***	.290	1<2<3

주. †: 카이자승검증(명, %); 남성은 1, 여성은 2로 입력, 괄호안은 표준편차, \*p<.05, \*\*\*p<.001

가 있는 것으로 나타났다[F(2, 284)=22.966, p<.001,  $\eta^2 = .133$ ]. 전체 적응적 인지정서조절 전략에서는 양호적응 집단이 다른 집단에 비해 유의미하게 높았고, 취약적응 집단이 가장 낮게 나타났다.

부적응적 인지정서조절 전략은 집단 간 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다[F(2, 284)=16.338, p<.001,  $\eta^2 = .097$ ]. 부적응적 인지정서조절 전략은 취약적응 집단이 타 집단과 비교해 가장 높고, 양호적응 집단이 가장 낮은 것으로 나타났고, 양호적응 집단은 타 집단보다 유의미하게 낮았다.

각 잠재집단 간 긍정정서에서는 집단 간 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다[F(2, 284)=22.960, p<.001,  $\eta^2 = .133$ ]. 그중, 양호적응 집단이 가장 높았고, 보통적응, 취약적응 순으로 높게 나타났다. 한편, 부정정서도 집단 간 차이가 유의미한 것으로 나타났고[F(2, 284)=18.416, p<.001,  $\eta^2 = .109$ ], 취약적응 집단이 타 집단에 비해 유의미하게 높았으나 보통적응과 양호적응 집단 간의 차이는 유의미하지 않은 것으로 나타났다.

일주기유형에서도 집단 간 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다[F(2, 284)=10.422, p<.001,  $\eta^2 = .068$ ]. 취약적응 집단이 다른 집단에 비해 유의미하게 낮은 것으로 나타났지만, 양호적응과 보통적응 집단의 차이는 유의미하지 않은 것으로 나타났다.

수면의 질에서도 집단 간 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다[F(2, 294)=11.808, p<.001,  $\eta^2 = .070$ ]. 취약적응 집단이 수면의 질이 타 집단에 비해 유의미하게 낮은 것으로 나타났으나, 보통적응과 양호적응 집단 간의 차이는 유의미하지 않은 것으로 나타났다.

삶의 질에서도 각 집단 간 차이가 유의미한 것으로

나타났다[F(2, 284)=57.975, p<.001,  $\eta^2 = .285$ ]. 그중, 양호적응 집단이 가장 높은 것으로 나타났고, 이어서 보통적응, 취약적응 순으로 높게 나타났다.

## V. 논의

본 연구는 대학생의 기질 및 성격 조합 잠재집단에 따른 심리적 변인인 인지적 정서조절전략, 긍정 및 부정정서와 생물 사회적 변인인 일주기유형, 수면의 질, 그리고 삶의 질의 차이를 탐색하고자 하였다. 이를 위해 기질 및 성격의 잠재 프로파일 분석을 통해 동질의 집단별로 구분하여 취약적응 집단, 보통적응 집단, 양호적응 집단으로 구분하고 각 집단의 차이를 알아보았다.

### 1. 연구 결과에 대한 논의 및 시사점

#### 1.1 기질 및 성격의 잠재 프로파일

본 연구에서는 기질 및 성격의 프로파일 유형의 하위 집단을 확인하기 위해 기질 및 성격검사(TCI)의 7개 하위변인을 사용하여 잠재 프로파일 분석을 실시하였으며, 그 결과 3개의 잠재 프로파일 유형이 확인되었다. 도출된 잠재 프로파일을 토대로 기질 및 성격의 7개 변인의 차이를 확인하기 위해 차이검증을 실시한 결과, 자극추구(NS)에서는 3개의 집단 간 차이가 유의미하지 않았으나, 위험회피(HA), 사회적 민감성(RD), 인내력(PS), 자율성(SD), 연대감(CO), 자기초월(ST) 영역에서는 집단 간 유의미한 차이가 확인되었다. 특히, 각 프로파일 집단을 구분하는 데 있어 위험회피(HA)가 가장 큰 영향이 있는 것으로 나타났다. 두 번째로 높은 영향



력이 높은 것은 자율성(SD)으로 나타났으며, 이어서 인내력(PS), 연대감(CO), 사회적 민감성(RD), 그리고 자기초월(ST) 순으로 집단을 구분하는 데 있어 영향력이 높은 것으로 나타났다. 이는 아침형에 가까울수록 위험회피(HA)는 낮고, 자율성(SD)은 높아진다는 선행연구의 결과와 맥락을 같이한다[36][69-71]. 이는 선천적이고 생물학적인 요인인 위험회피(HA)가 기질 및 성격의 프로파일을 구분하는데 가장 큰 요인이지만, 교육과 훈련을 통해 개발 가능한 자율성(SD)을 통해서도 기질적 취약성을 조절할 수 있다는 가능성을 보여준다.

상관관계분석 결과가 구체적으로 제시되지는 못했지만, 일주기유형과 사회적 민감성(RD)과는 유의미한 상관성이 없는 것으로 나타났고, 기질 및 성격 잠재 프로파일 분석에서는 집단을 구분하는 데는 유의미한 영향력이 있는 것으로 나타났다. 이는 일주기유형과는 직접적인 관련이 있다고 보기 어렵지만, 잠재집단을 구분하는데 있어 선천적인 요인인 사회적 민감성(RD)이 적응적인 집단을 구분하는 데 있어 유의미한 변인일 가능성을 의미한다. 추후 일주기유형과 사회적 민감성(RD)에 관한 연관성을 확인하기 위해서는 추가 연구를 통한 검증이 필요하겠다.

## 1.2 기질 및 성격 잠재집단에 따른 심리 및 생물사회적 특성

잠재 프로파일 분석을 통해 취약적응, 보통적응, 양호적응 집단으로 분류하였고, 각 집단의 일주기유형과 인지적 정서조절전략, 긍정정서 및 부정정서, 수면의 질, 삶의 질에 따라 차이가 있는지 알아보기 위해 일원분산분석과 Scheffe 사후검증을 실시하였다. 그 결과, 세 잠재집단은 적응적 및 부적응적 인지정서조절전략과 긍정정서 및 부정정서에서 유의미한 차이가 있는 것으로 확인되었다. 양호적응 집단이 적응적인 인지적 정서조절전략을 더 사용하고, 긍정정서를 더 경험하는 반면, 취약적응 집단은 부적응적인 인지적 정서조절전략을 더 사용하고, 부정정서를 더 많이 경험하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 낮은 위험회피(HA)와 높은 자율성(SD), 연대감(CO)을 의미하는 성숙한 성격 집단의 특징을 확인한 선행연구 결과와 일치한다[22]. 이는 보다 성숙한 개인이 자신에게 일어나는 사건이나 주변 환

경에서 긍정적인 정서를 더 많이 경험하고 활용하고자 하며, 어떠한 상황에서도 적응적인 인지정서조절 전략을 활용하여 유연하게 대처하는 것으로 해석할 수 있다.

각 잠재집단에서 일주기유형이 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 결과가 나타났지만, 이는 선행연구를 통해서 제시된 아침형과 저녁형을 구분하는 점수에는 미치지 못했으며, 일반적응 집단과 양호적응 집단을 구분하지 못했다. 이러한 결과는 취약적응과 일반적응 및 양호적응 집단 간의 일주기유형의 수준에는 차이가 있지만, 이를 아침형과 저녁형의 기준으로 구분하는 데에는 제한이 있음을 의미한다. 추후 연구에서는 일주기유형의 아침형과 저녁형의 규준에 맞게 선별하여, 아침형과 저녁형의 집단별로 하위 프로파일 유형을 확인하는 것이 기존의 일주기유형과 기질 및 성격의 관계에서 잠재집단 및 이질집단을 확인하는데 효과적일 것으로 보인다.

세 잠재 프로파일 집단은 수면의 질과 삶의 질에서도 집단 간 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 수면의 질에서는 양호적응 집단과 보통적응 집단과의 차이는 유의미하지 않았지만, 취약적응 집단에 비해 두 집단의 수면의 질은 비교적 좋은 것으로 나타났다. 이는 위험회피(HA)가 높은 집단이 수면의 질이 낮다는 선행연구의 결과와 일치한다[45]. 다만, 선행연구에서는 사회적 민감성(RD)이 높을수록 수면의 질이 좋은 것으로 나타났는데, 상관관계에서 유의하지는 않았으나 잠재집단의 구분에서는 유의했던 사회적 민감성(RD)의 역할과 관계가 있을 것으로 예상된다. 사회적 민감성(RD)의 수준이 높을수록 사교적이고, 타인의 인정을 바라며, 낮을수록 비판적이고 독립적인 특징을 보이는 것을 고려하면, 사교적이며 문제의 해결을 혼자가 아닌 주변 사람들과 함께 해결하려고 할수록 수면의 질에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 해석될 수 있을 것이다. 또한 양호적응 집단과 보통적응 집단이 취약적응 집단에 비해 수면의 질이 좋은 것으로 나타났지만, 세 집단 모두 수면의 질 점수가 5점 이상으로 나타나 수면과 관련된 어려움을 겪고 있는 것으로 나타났다. 이는 현재 대학생 집단이 대학 생활에서 수면과 관련하여 전반적인 어려움을 겪고 있음을 의미한다.

본 연구의 대상이 대학교의 새로운 문화와 생활에 적

응하고, 부모와 독립하여 자유로운 생활 습관 형성이 가능한 20대 초반의 대학생인 것을 고려하면, 규칙적인 수면 습관을 형성하지 못하고, 생리적인 일주기리듬과 사회적인 수면 습관의 차이에서 나타나는 사회적 시차의 어려움을 겪고 있을 가능성이 있다. 추후 연구에서는 수면의 질을 수면의 양과 질, 그리고 사회적 시차 등으로 세분화하여 수면과 관련된 양상을 파악하는 것이 기질 및 성격에 따른 일주기유형과 수면의 질에 대한 양상에 대한 이해와 낮은 수면의 질, 수면 습관 개선 및 수면위생에 대한 보다 구체적인 대처방안을 제시할 수 있을 것이다.

삶의 질에서는 잠재집단별로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났는데, 양호적응 집단 삶의 질 수준이 가장 높았고, 보통적응 집단 그리고 취약적응 집단의 순으로 높게 나타났다. 이는 자율성(SD)과 연대감(CO)이 높은 성격 유형의 집단이 삶의 수준이 높았던 선행 연구의 결과와 일치한다[58][59]. 삶의 질은 잠재집단 중 각 집단을 구분하는 데 있어 가장 설명력이 큰 것으로 나타났다. 이는 성숙한 개인은 현재 자신의 주어진 환경에서 자신과 주변의 타인을 고려하여 생활하는 삶에 만족하고, 유연하게 대처하고 있으며, 그로 인해 사회적 구성원으로서의 웰빙(well-being)의 수준 또한 높은 것을 의미한다.

이를 종합하여 보면, 기질 및 성격 조합 유형에 따라 심리 및 생물사회적 변인에 차이가 있고, 이러한 차이는 취약적응, 보통적응, 양호적응 집단의 고유한 특징을 나타낸다. 취약적응 집단은 기질적 취약성을 의미하는 위험회피(HA)가 높고, 성숙을 의미하는 자율성(SD)이 낮은 취약한 집단 특성이 나타났다. 또한, 저녁형에 가깝고, 수면에 어려움을 겪고 있으며, 부정적 인지정서 조절 전략을 더 많이 사용하고, 긍정정서보다 부정정서를 더 많이 경험하는, 삶의 질이 비교적 낮은 상태로 나타났다. 반면, 양호적응 집단은 위험회피(HA)가 상대적으로 낮고, 자율성(SD)과 연대감(CO)이 높은 집단으로, 적응적인 인지정서조절 전략을 더 많이 사용하고, 긍정정서를 더 경험하는, 삶의 질이 비교적 높은 상태로 나타났다. 그러나 일주기 유형의 수치를 고려하면 완전한 아침형으로 보기는 어렵고, 보통적응 집단과는 유의미한 차이를 보이지 않았기 때문에, 아침형이 반드시 적

응이라는 주장을 뒷받침하기 어렵겠다. 또한 수면의 질에서 세 잠재집단 모두 문제 수준에 속하기 때문에 단순히 생물학적 특성만으로 집단을 구분하는 것은 타당하지 않겠다.

이는 생물학적 특성뿐만 아니라 후천적이고 개발 가능한 성격의 성숙과 성장을 통해 적응적이고 긍정적인 삶을 살아갈 수 있다는 가능성을 제시하는 것이다. 그 준거로 적응적인 인지정서조절 전략을 사용하고, 상황을 긍정적으로 해석하며, 현재의 주어진 환경이나 삶에 만족하는 것이다. 따라서 후천적이고 수용과 변화를 통해 개발 가능한 성격의 핵심이자, 자신에 대한 인지능력인 자율성(SD)과 연대감(CO)의 증진을 통해 선천적이고 유전적인 환경을 의미하는 취약한 기질의 극복 가능성을 제시함으로써, 인성개발과 상담 및 심리치료 장면의 기초자료를 제공할 수 있을 것으로 기대한다.

## 2. 제언

본 연구의 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 B광역시에 위치한 4년제 대학교에 재학 중인 일반 대학생들을 대상으로 실시했기 때문에 본 연구의 결과로 전체 대학생과 일반인에게 적용하는 데 제한이 있다. 또한, 일주기유형의 지역적인 특성을 배제할 수 없으므로, 추후 연구에서는 표집 대상의 지역과 연령의 범위를 확대하여 연구 결과 일반화를 고려하여야 할 것이다.

둘째, 본 연구에 사용된 검사 도구와 척도는 모두 연구대상이 자기 보고에 의한 설문지 형태로 진행되었다. 이는 개인이 과장하거나 축소하여 설문에 응했을 가능성이 있다. 따라서 후속 연구에서는 설문조사 이외에 보다 객관적이고 교차검증이 가능한 일기법, 매체를 활용한 자료수집, 제3자에 의한 보고, 개인 면담 등과 같은 다양한 측정 방법을 활용하여 결과의 타당도를 높여야 할 것이다.

셋째, 본 연구는 기질 및 성격의 프로파일 유형을 통한 잠재집단을 탐색하였다. 그러나 일주기유형의 잠재집단을 파악하기 위해서는 아침형과 저녁형의 기준에 부합되는 연구대상자가 필요하고, 이러한 대상자를 대상으로 한 기질 및 성격의 잠재 프로파일 유형 확인이 선행연구의 일주기유형의 이질집단을 파악하는데 효과

적일 수 있다. 따라서 후속 연구에서는 명확한 일주기 유형의 기준에 해당되고 충족할만한 표집의 수를 확보하여, 아침형이지만 부적응적인 지표를 제공하고, 저녁형이지만 긍정적인 지표를 제공하는 이질집단을 확인하기 위한 연구가 필요할 것이다.

마지막으로 본 연구에서는 일주기유형의 이질집단을 파악하기 위한 중요 변인으로 떠오르는 사회적 시차와 사회적 시차의 영향을 받는 성별과 연령의 효과에 대해 심도 깊은 논의가 진행되지 못했다. 추후 연구에서는 일주기유형과 사회적 시차를 포함한 잠재 프로파일 분석을 통해 일주기유형의 이질집단을 확인하는 것이 하위유형을 파악하는 데 도움이 될 것이다.

#### 참 고 문 헌

- [1] C. R. Cloninger, D. M. Svrakic, and T. R. Przybeck, "A psychobiological model of temperament and character," *Archives of general psychiatry*, Vol.50, No.12, pp.975-990, 1993.
- [2] 김보경, 민병배, "청소년 우울과 지각된 부모 양육 행동, 기질 및 성격의 관계," *Korean Journal of Clinical Psychology*, 제25권, 제1호, pp.221-236, 2006.
- [3] 이수진, 채한, "기질 및 성격검사의 통합의학적 활용," *Journal of Oriental Neuropsychiatry*, 제25권, 제3호, pp.213-224, 2014.
- [4] C. R. Cloninger and K. M. Cloninger, "Person-centered therapeutics," *International journal of person centered medicine*, Vol.1, No.1, pp.43-52, 2011.
- [5] C. R. Cloninger, T. R. Przybeck, D. M. Svrakic, and R. D. Wetzel, *The Temperament and Character Inventory (TCI): A guide to its development and use*, St. Louis, Missouri: Center for Psychobiology of Personality, 1994.
- [6] C. R. Cloninger, "Temperament and personality," *Current opinion in neurobiology*, Vol.4, No.2, pp.266-273, 1994.
- [7] C. R. Cloninger, D. M. Svrakic, and T. R. Przybeck, "A psychobiological model of temperament and character," *Archives of general psychiatry*, Vol.50, No.12, pp.975-990, 1993.
- [8] T. A. Wehr, "The durations of human melatonin secretion and sleep respond to changes in daylength (photoperiod)," *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, Vol.73, No.6, pp.1276-1280, 1991.
- [9] C. R. Cloninger, *Feeling good: the science of well-being*, New York: Oxford University Press, 2004.
- [10] 이수진, 김민진, 신희은, 여정미, 정수동, 정은정, 채한, "기질 및 성격 검사(Temperament and Character Inventory: TCI)의 국내 연구동향: 1998-2018 학술지 게재 논문을 중심으로," *한국콘텐츠학회논문지*, 제21권, 제10호, pp.537-549, 2021.
- [11] 김명숙, 오현숙, "어머니의 기질과 우울 그리고 양육 태도와 자녀 성격과의 관계," *한국심리학회지: 여성*, 제20권, 제4호, pp.513-530, 2015.
- [12] 민병배, 오현숙, 이주영, *기질 및 성격검사 매뉴얼*, 서울:(주) 마음사랑, 2007.
- [13] C. R. Cloninger, "A systematic method for clinical description and classification of personality variants: A proposal," *Archives of general psychiatry*, Vol.44, No.6, pp.573-588, 1987.
- [14] J. A. Gray, "Perspectives on anxiety and impulsivity: a commentary," *Journal of research in personality* Vol.21, No.4, pp.493-509, 1987.
- [15] H. Sjöbring, "Personality structure and development. A model and its application," *Acta Psychiatrica Scandinavica, Supplementum*, Vol.244, pp.1-20, 1973.
- [16] C. R. Cloninger and K. M. Cloninger, "Person-centered therapeutics," *International journal of person centered medicine*, Vol.1, No.1, pp.43-52, 2011.
- [17] G. L. Engel, "The need for a new medical model: a challenge for biomedicines," *Science*, Vol.196, No.4286, pp.129-136, 1977.
- [18] 안현의, 이나빈, 주혜선, "한국판 인지적 정서조절전

- 략 척도 (K-CERQ) 의 타당화,” 상담학연구, 제14권, 제3호, pp.1773-1794, 2013.
- [19] J. J. Gross, “Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences,” *Psychophysiology*, Vol.39, No.3, pp.281-291, 2002.
- [20] 설정훈, 박수현, “해군 장병의 스트레스와 인지적 정서조절전략이 정신건강 문제에 미치는 영향: 지각된 사회적 지지의 조절된 매개효과,” *한국심리학회지: 임상*, 제34권, 제2호, pp.553-578, 2015.
- [21] 이나빈, 민정아, 채정호, “우울장애에서 지각된 스트레스 정도가 희망감에 미치는 영향: 인지적 정서조절 전략 차이,” *우울조울병*, 제9권, 제2호, pp.78-86, 2011.
- [22] 조문한, 오현숙, 김영직, “기질이 신체증상에 미치는 영향에 대한 인지적 정서조절방략의 매개효과,” *한국심리학회지: 건강*, 제22권, 제4호, pp.1015-1034, 2017.
- [23] S. Izadpanah, M. Schumacher, E. A. Arens, M. Stopsack, I. Ulrich, M. Hansenne, H. J. Grabe, and S. Barnow, “Adolescent harm avoidance as a longitudinal predictor of maladaptive cognitive emotion regulation in adulthood: The mediating role of inhibitory control,” *Journal of adolescence*, Vol.52, pp.49-59, 2016.
- [24] 김윤희, *대학생의 자기에 성향과 정신건강 간의 관계: 기질 및 성격과 인지적 정서조절전략이 미치는 영향*, 경성대학교, 석사학위논문, 2018.
- [25] C. R. Cloninger and A. H. Zohar, “Personality and the perception of health and happiness,” *Journal of affective disorders*, Vol.128, No.1-2, pp.24-32, 2011.
- [26] K. Josefsson, M. Jokela, C. R. Cloninger, M. Hintsanen, J. Salo, T. Hintsanen, L. Pulkki-Råback, and L. Keltikangas-Järvinen, “Maturity and change in personality: developmental trends of temperament and character in adulthood,” *Development and psychopathology*, Vol.25, No.3, pp.713-727, 2013.
- [27] A. Adan, S. N. Archer, M. P. Hidalgo, L. Di Milia, V. Natale, and C. Randler, “Circadian typology: a comprehensive review,” *Chronobiology international*, Vol.29, No.9, pp.1153-1175, 2012.
- [28] I. Merokanto, T. Lahti, E. Kronholm, M. Peltonen, T. Laatikainen, E. Vartiainen, V. Salomaa, and T. Partonen, “Evening types are prone to depression,” *Chronobiology international*, Vol.30, No.5, pp.719-725, 2013.
- [29] G. Prat and A. Adan, “Relationships among circadian typology, psychological symptom, and sensation seeking,” *Chronobiology international*, Vol.30, No.7, pp.942-949, 2013.
- [30] 공자영, 강태욱, 문은수, 박제민, 이병대, 이영민, 정희정, “기분장애 환자에서 성별에 따른 일주기유형과 문제유주 행동과의 관련성,” *생물치료정신의학*, 제24권, 제3호, pp.194-201, 2018.
- [31] 김정기, “Circadian Rhythm과 심리적 적응,” *한국심리학회지: 건강*, 제3권, 제1호, pp.129-140, 1998.
- [32] 김정기, 송혜수, “수면 일주기 리듬의 개인차에 따른 수면습관, 심리적 적응 및 학업수행의 차이: 대학생을 중심으로,” *한국심리학회지: 건강*, 제12권, 제3호, pp.631-648, 2007.
- [33] 김정기, 조경자, “일주기성 유형과 우울 수준간의 관계: 수면의 질의 매개효과,” *한국심리학회지: 일반*, 제29권, 제2호, pp.355-370, 2010.
- [34] 남기은, 이성희, 지옥영, “대학생의 수면의 양과 질이 대인일탈 행동에 미치는 영향: 일기연구를 이용한 부정정서의 매개효과 검증,” *한국심리학회지: 건강*, 제23권, 제2호, pp.583-593, 2018.
- [35] 박환진, 이혜경, 신용진, 이진석, “일주기 유형에 따라 39살의 만족도와 양극성 경향,” *생물정신의학*, 제22권, 제3호, pp.135-139, 2015.
- [36] 박천일, 강지인, 남궁기, 김세주, “젊은 성인에서 일주기유형과 기질 및 성격의 관련성,” *생물정신의학*, 제21권 제3호, pp.93-98, 2014.
- [37] J. A. Horne and O. Östberg, “A self-assessment questionnaire to determine morningness-eveningness in human circadian rhythms,” *International journal of chronobiology*, Vol.4, No.2, pp.97-110, 1976.
- [38] M. E. Jewett, R. E. Kronauer, and C. A. Czeisler, “Light-induced suppression of endogenous circadian amplitude in humans,” *Nature*, Vol.350, No.6313, pp.59-62, 1991.

- [39] I. Tsaousis, "Circadian preferences and personality traits: A meta-analysis," *European Journal of Personality*, Vol.24, No.4, pp.356-373, 2010.
- [40] L. Mecacci and G. Rocchetti, "Morning and evening types: stress-related personality aspects," *Personality and Individual Differences*, Vol.25, No.3, pp.357-542, 1998.
- [41] I. Tankova, A. Adan, and G. Buena-Casal, "Circadian typology and individual differences. A review," *Personality and individual differences*, Vol.16, No.5, pp.671-687, 1994.
- [42] L. Mecacci, A. Zani, G. Rocchetti, and R. Luciola, "The relationships between morningness-eveningness, ageing and personality," *Personality and Individual Differences*, Vol.7, No.6, pp.911-913, 1986.
- [43] C. Langford and A. I. Glendon, "Effects of neuroticism, extraversion, circadian type and age on reported driver stress," *Work & Stress*, Vol.16, No.4, pp.316-334, 2002.
- [44] 노효련, "대학생들의 생활 스트레스, 수면 유형, 수면의 질 간의 관계 분석: 기숙사 거주 학생들을 중심으로," *Journal of The Korean Data Analysis Society*, 제19권, 제2호, pp.1011-1024, 2017.
- [45] J. H. Park, H. An, E. S. Jang, and S. Chung, "The influence of personality and dysfunctional sleep-related cognitions on the severity of insomnia," *Psychiatry research*, Vol.197, No.3, pp.175-279, 2012.
- [46] J. F. Díaz-Morales, K. S. Jankowski, C. Vollmer, and C. Randler, "Morningness and life satisfaction: further evidence from Spain," *Chronobiology international*, Vol.30, No.10, pp.1283-1285, 2013.
- [47] M. Drenzo, M. Stolarski, and G. Matthews, "An in-depth look into the association between morningness-eveningness and well-being: evidence for mediating and moderating effects of personality," *Chronobiology international*, Vol.36, No.1, pp.96-109, 2019.
- [48] K. S. Jankowski, "Morningness/ eveningness and satisfaction with life in a Polish sample," *Chronobiology International*, Vol.29, No.6, pp.780-785, 2012.
- [49] K. S. Jankowski, "Is the shift in chronotype associated with An alteration in well-being?," *Biological Rhythm Research*, Vol.46, No.2, pp.237-248, 2015.
- [50] K. Goth, C. R. Cloninger, and K. Schmeck, *Das Temperament und Charakter Inventar Kurzversion für Erwachsene-TCI R Kurz*, Frankfurt: JW Goethe University, Dept. of Psychology, 2003
- [51] 민병배, 오현숙, 이주영, *기질 및 성격검사 매뉴얼*, 서울:(주) 마음사랑, 2007.
- [52] N. Garnefski, V. Kraaij, and P. Spinhoven, "Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems," *Personality and Individual differences*, Vol.30, No.8, pp.1311-1327, 2001.
- [53] D. Watson, L. A. Clark, and A. Tellegen, "Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales," *Journal of personality and social psychology*, Vol.54, No.6, pp.1063-1070, 1988.
- [54] 이유정, *성격특질이 기분의 수준 및 변화성에 미치는 영향*, 중앙대학교 대학원, 박사학위논문, 1994.
- [55] 이현희, 김은정, "한국판 정적 정서 및 부적 정서 척도 (Positive Affect and Negative Affect Schedule: PANAS) 의 타당화 연구," *한국심리학회지: 임상*, 제 22권, 제4호, pp.935-946, 2003.
- [56] 박홍석, 이정미, "정적정서 부적정서 척도 (PANAS) 의 타당화," *한국심리학회지: 일반*, 제35권, 제4호, pp.617-641, 2016.
- [57] C. S. Smith, C. Reilly, and K. Midkiff, "Evaluation of three circadian rhythm questionnaires with suggestions for an improved measure of morningness," *Journal of Applied psychology*, Vol.74, No.5, pp.728-738, 1989.
- [58] L. Torsvall and T. Åkerstedt, "A diurnal type scale: construction, consistency and validation in shift work," *Scandinavian journal of work, environment and health*, Vol.6, No.4, pp.283-290, 1980.

[59] 윤진상, 신상문, 국승희, 이형영, “아침형-저녁형의 측정을 위한 한국어판조합척도의 예비연구,” 신경정신의학, 제36권, 제1호, pp.122-134, 1997.

[60] 국승희, 윤진상, 이형영, “아침형-저녁형의 측정을 위한 한국어판 조합척도의 교차 타당화,” 신경정신의학, 제38권, 제2호, pp.297-305, 1999.

[61] D. J. Buysse, C. F. Reynolds III, T. H. Monk, S. R. Berman, and D. J. Kupfer, “The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research,” Psychiatry research, Vol.28, No.2, pp.193-213, 1989.

[62] J. J. Pilcher, D. R. Ginter, and B. Sadowsky, “Sleep quality versus sleep quantity: relationships between sleep and measures of health, well-being and sleepiness in college students,” Journal of psychosomatic research, Vol.42, No.6, pp.583-596, 1997.

[63] 손승일, 김도형, 이미영, 조용원, “피츠버그 수면 품질 지수의 한국판의 신뢰성과 타당도,” 수면과 호흡, 제16권, 제3호, pp.803-812, 2012.

[64] E. D. Diener, R. A. Emmons, R. J. Larsen, and S. Griffin, “The satisfaction with life scale,” Journal of personality assessment, Vol.49, No.1, pp.71-75, 1985.

[65] 이은경, *신경증과 외향성이 주관적 안녕감에 미치는 영향: 우울과 긍정적 정서의 중요성*, 연세대학교, 석사 학위논문, 2005.

[66] V. Ramaswamy, W. S. DeSarbo, D. J. Reibstein, and W. T. Robinson, “An empirical pooling approach for estimating marketing mix elasticities with PIMS data,” Marketing science, Vol.12, No.1, pp.103-124, 1993.

[67] D. A. Pastor, K. E. Barron, B. J. Miller, and S. L. Davis, “A latent profile analysis of college students’ achievement goal orientation,” Contemporary educational psychology, Vol.32, No.1, pp.8-47, 2007.

[68] K. L. Nylund, T. Asparouhov, and B. O. Muthén, “Deciding on the number of classes in latent class analysis and growth mixture modeling: A Monte Carlo simulation study,” Structural equation modeling: A multidisciplinary Journal, Vol.14, No.4,

pp.535-569, 2007.

[69] J. M. Antúnez, J. F. Navarro, and A. Adan, “Morningness-eveningness and personality characteristics of young healthy adults,” Personality and Individual Differences, Vol.68, pp.136-142, 2014.

[70] S. Lee, J. E. Park, S. J. Cho, I. H. Cho, Y. J. Lee, and S. J. Kim, “Association between morningness -eveningness and temperament and character in community-dwelling Korean adults,” Asia-Pacific Psychiatry, Vol.6, No.1, pp.77-82, 2014.

[71] C. Randler and L. Saliger, “Relationship between morningness-eveningness and temperament and character dimensions in adolescents,” Personality and Individual Differences, Vol.50, No.2, pp.148-152, 2011.

### 저 자 소 개

정수동(Su Dong Jeong)

정회원



- 2011년 2월 : Luzon Nazarene Bible College (BATH)
- 2017년 2월 : 부산디지털대학교 상담치료학부(문학사)
- 2019년 8월 : 경성대학교 임상재활심리학과(석사)
- 2021년 9월 ~ 현재 : 경성대학교

심리학과 박사과정

〈관심분야〉 : 기질 및 성격, 임상심리학, 수면, 웰빙

이수진(Soo Jin Lee)

정회원



- 1995년 2월 : 연세대학교 심리학과(학사)
- 1997년 2월 : 연세대학교 심리학과(석사)
- 2012년 2월 : 연세대학교 심리학과(박사)
- 2017년 9월 ~ 현재 : 경성대학교

심리학과 부교수

〈관심분야〉 : 기질 및 성격, 사상심리학, 적응과 웰빙