Proceedings of Conference on Business Venturing and Entrepreneurship, Fall 2023
November. 3, 2023. pp.43-47

고등학생의 학교생활에 에니어그램 9가지 성격 유형별 방어기제가 정서 발달에 미치는 영향: 자아존중감, 자긍심, 대인관계능력

정해란*
서울벤처대학원대학교 사회복지상담학과 박사과정

국 문 요 약

인간은 만물의 영장류이다. 그러나 피할 수 없이, 부모의 불완전성과 사회적 · 환경적 이유들로 인해 아이는 의존적 욕구와 본능적 욕구의 좌절을 겪을 수밖에 없다. 이 두려움으로부터 자신을 보호하고, 부분적으로라도 욕구의 충족을 얻을 방법을 습득한다. 이 방법이 방어기제이며, 이것이 개인의 성격 특성으로 나타난다. 특히 사회적 · 도덕적으로 용납되지 못하는 성적 충동, 공격적 욕구, 미움, 원한 등은 하나의 위험으로 인식되고 불안을 일으킨다.

1번 유형 개혁가, 이들은 높은 이상을 실현하기 위해서 끊임없이 노력하는 활동가이다. 이들의 교류방식은 자신의 견해가 옳다고 여기기 때문에 이런 신념이 강할수록 상대방을 가르치고, 고쳐주려고 한다. 2번 유형 조력가는 쉽게 다른 사람과 친해지는 장점이 있다. 3번 유형 성격 성취가는 사회 속에서 성공을 바란다. 4번 유형 성격 예술가, 깊은 직관력으로 창조적인 영감과 기쁨을 찾는다. 5번 유형 관찰가, 이들의 본질은 깨달음이다. 6번 유형 충성가, 이들의 본질은 두려움과 의심을 극복함으로써 드러난다. 7번 유형 열정가, 침체된 분위기를 고조시키는 재능을 가지고 있다. 8번 유형 도전가, 돌려서 이야기하는 사람을 좋아하지 않는다. 9번 유형 중재자. 다른 사람과 갈등이 있으면 다른 사람의 입장을 먼저 생각한다.

핵심어: 방어기제, 에니어그램 성격 유형, 자아존중감, 대인관계 능력, 자긍심

Ⅰ. 서론

인간은 만물의 영장류이다. 그러나 피할 수 없이, 부모의 불완전성과 사회적 · 환경적 이유로 인해 아이는 의존적 욕구와 본능적 욕구의 좌절을 겪을 수밖에 없다. 그 결과 마음속에서는 욕구와 금지 사이의 갈등이 일어나고, 마음의 평화가 깨지면서 불안이 생긴다. 모든 생물이 다 그렇듯이, 아이는 이 두려움으로부터 자신을 보호하고, 부분적으로라도 욕구의 충족을 얻을 방법을 습득한다. 이 방법이 방어기제이며, 이것이 개인의 성격 특성으로 나타난다. 만일 개인의 성격 특성에서 발생하는 심리적인 문제가 개인의 가능성 실현을 방해하는 상황으로 정의될 수 있다면, 이러한 문제는 사회적 현상으로 확산될 수도 있을 것이다.

먼저 국내 에니어그램 프로그램의 특성은 무엇인가에 대한 연구 결과이다. 분석을 통해 국내 에니어그램 프로그램에 대한 동향 파악을 할 수 있었으며 각 분야별 에니어그램 이론, 프로그램 구성, 워크숍의 특징을 파악할 수 있었다. 또한 에니어그램 이론과 워크숍 분석 결과를 근거로 통합 프로그램 구성에 중요한 세 가지 정보를 얻었다. 그것은 바로 '자신의 기본 유형 찾기','어린 시절', '성장(의식 성찰)'이다. 개인의 성장과 변화를 위해 에니어그램은 성격 유형에 따른 충동적 반응 패턴에 대한 정보를 제공해 주고 성격의 충동적 반응에서 벗어나게 해주는 방법론을 제공해준다(김동성, 2017).

성격에 대한 사람들의 관심이 높아지면서 DiSC, MBTI, 에니어그램 등 다양한 성격 유형에 대한 이론이 등장하였다. 특히 최근 들어 에니어그램이 인간관계 및 소통 증진, 진로지도 등 다양한 프로그램의 기초자료로 활용되고 있다. 에니어그램은 DiSC나 MBTI와 비교하여 유형의 진단 및 설명이 용이하지 않은 특성을 갖고 있다. 그것은 에니어그램이 '집착'이라고 하는 내적 동기를 기반으로 성격을 분류하고 있기 때문이다. 이와 같은 에니어그램의 특성은 에니어그램의 확산을 어렵게 하는 요인이 되기도 하지만, 개인의 심리적 성장을 돕는 데 강력한 힘을 발휘하기도 한다(강민정, 2018).

* 주저자, 서울벤처대학원대학교 사회복지상담학과 박사과정, niejung@hanmail.net

심리치료 이론들은 정통적인 영성 지도의 한계를 극복하고자 심리학적 인간 이해를 통한 영성 지도의 이론적 근거를 제공해 왔다. 그럼에도 불구하고 전통적인 영성 지도 방법들은 전인적인 인간 이해라는 측면에서 한계를 지닌다. 이러한 두 관점의 한계를 지닌 영성 지도의 대안으로 활용되어 온 에니어그램은 개인의 성격 유형별 이해를 다룸으로 각 성격 유형의 함정을 인식하게 하고, 자기 성격과의 동일시(identification)에서 벗어나도록 사용되어 왔다. 그래서 통합적 성장을 위해서는 수평적 성장뿐 아니라 동시에 수직적 성장과 균형이 필요하다. 따라서 본 연구자는 수평적 성격유형과 수직적 변형을 포함하는 영성 지도가 이루어져야 온전한 본성 회복을 통한 통합과 균형을 이룰 수 있다고 본다(한선이, 2018). 따라서 본 연구에서는 고등학생의 학교생활에 에니어그램 9 가지 성격 유형별 방어기제가 사회성 발달에 미치는 영향을 분석 연구하고자 한다.

Ⅱ. 연구 배경

2.1. 정서발달과 자긍심

자긍심이 왜 중요한가에 관한 또 다른 답은 자긍심이 대처를 돕는 중요한 감정적 자원으로 기능하기 때문이라는 견해에서 찾을 수 있다(Steele, 1988). 이 견해에 따르면 자긍심이 높은 사람들은 낮은 사람들에 비해서 실패나 부적 사건들에 덜 부적으로 반응한다. 왜냐하면 자긍심이 높은 사람들은 실패를 경험한 특정 분야 이외에도 자신에 대해서 긍정적으로 생각할 수 있는 다른 많은 특성들을 지니고 있기 때문이다. 즉, 이들은 어느 한 분야에서 실패하더라도 자신을 긍정적으로 볼 수 있는 다른 신념들이 많이 있으므로 전체적인 자긍심에 크게 영향을 받지 않는다는 것이다. 반면에 자긍심이 낮은 사람들은 어느 한 분야에서의 실패가 전반적인 자긍심에 부적 영향을 크게 미치는데, 그 이유는 자신에 대해서 정적으로 느낄 만한 특징들이 많지 않기 때문에 어느 한 분야에서만 실패해도 전반적인 자긍심에 손상을 입기 때문이다. 자긍심은 개인이 중요한 사회관계에 포함된 정도를 반영한다 (Leary & Baumeister, 2000). 예컨대 자신이 중요하게 여기는 사람들로부터 호감을 얻거나 수용되면 자긍심이 높아지는 반면, 사회관계로부터의 배척이나 가입을 거부당했을 때는 자긍심이 낮아진다. 따라서 자긍심은 우리가 중요한 사회관계에 수용된 정도를 나타내주는 일종의 사회성의 계량기처럼 기능한다.

일상생활에서 사람들은 부적 성격 특성보다는 정적 성격 특성들이 자기를 더 잘 기술한다고 믿으며, 타인들에 대한 평가보다 자신에 대한 평가가 더 후하며, 타인들에 의해서 평가된 자기보다 더 호의적으로 스스로를 평가하며, 집단의 성공에 대한 본인의 기여도를 과대 지각하며, 자신들의 미래가 현재보다 더 나을 가능성을 과대 추정하는 등의 편향을 보인다(Taylor, 1989).

2.2. 정서발달과 자존감

가정은 아이의 자존감을 결정하는 핵심적인 요인이라고 할 수 있다. 특히 부모의 양육 태도가 자존감에 많은 영향을 준다. 부모가 아이에게 정서적으로 안정적이고 긍정적인 환경을 제공하면, 아이와 부모는 친밀한 관계를 가지게 되고, 이런 부모와 자녀의 관계는 아이가 환경에 잘 적응할 수 있도록 돕는다.

자아존중감은 심리학 그리고 관련 영역에서 자주 다루어지고 있지만 광범위한 개념이기 때문에 자아존중감에 대한 정의는 학자들마다 약간씩 다르고 자아존중감과 비슷한 용어로 사용되는 것으로 유능감, 자신감, 자기수용, 자기정체감 등이 존재한다(이현주, 2018). 이 연구에서는 자아존중감 관련 7개의 설문 내용과 한국교육심리학회(2000)에서 자아존중감은 '자아개념의 평가적 측면으로 자신이 가치롭다고 평가한 부분이다', '개인 자신이 누구인가에 대한 평가를 전제한 정의적 반응이다'라고 한 것을 근거로 자아존중감의 정의를 학생들 개인 스스로가 자신에 대하여 내리는 지속적인 평가와 자신에 대한 부정적이거나 긍정적인 평가와 연관 있는 것으로서 자기 자신을 가치 있는 사람이라고 생각하는 정도로 정의하였다(강현구, 2022).

Simmons & Blyth(1987)는 자아존중감이란 자신 스스로에 대한 긍정적 측면 또는 부정적 측면에 대한 견해로, 자아를 보는 측면에서 자아개념은 인지적 측면에서 보는 것이라면 자아존중감은 감정적 측면에서 보는 것이라 하였다(김금숙, 2003). 자아존중감은 인생 전체의 삶 속에서 형성되고 발달하는 것으로 그중에서 청소년기는 자아에 대한 인식과 평가적인 면에서 가장 활발해지는 이루어지므로 자아존중감 발달에 매우 중요한 시기라고 볼 수 있다(김지영·이형실, 2010). 청소년기에 형성된 자아존중감은 이후에 발달되는 자아존중감의 동기가 내재 되어 있다는 측면에서 밀접한 상관관계가 있기에 청소년기의 자아존중감 형성은 매우 중요한 시기라고 할 수 있다(박미숙, 2011). 청소년의 자아존중감이 높을수록 모든 일에 활동적이고 자기의 생각을 표현하는데 자유로우며 토론에 있어 다른 사람에게 자신의 의견 발표에 적극적으로 나서며, 협동적인

사회생활과 창조적인 모습으로 대외적으로 활동하며 자신의 능력과 판단을 믿고, 리더의 역할을 한다고 한다(김석기, 2000). 이와 반대로 청소년의 자아존중감이 낮을수록 사회 활동면에서 집단에 참여하지 않으려 하며 억압되어 소심하며, 절망적이고, 자신의 능력과 판단을 잘 믿지 못하고, 사회적 접촉을 원하지만 이를 쉽게 실천하지 못하고, 오히려 서투른 시도로 동료들로부터 소외되는 수가 많다(김금숙, 2003). 청소년기의 이러한 자아존중감은 가정에서 나타나는 자아존중감과 학교생활에서 나타나는 자아존중감은 다르게 나타나는 경우가 있다. 가정에서의 부모와 자녀 간의 대화와 사회적 지지에 따라 자아존중감의 차이가 나타나며 부모의 양육 태도가 긍정적인 영향을 미칠수록 자아존중감은 높아진다(이지훈, 2022).

학교는 가정 요인 다음으로 자존감 형성에 큰 영향을 끼친다. 학업성취도, 학급의 전반적 분위기, 교풍 등은 아이의 자존감 형성에 영향을 주는 요인이다. 일반적으로 아이는 초등학교 2학년경부터 교과와 관련된 성취도를 다른 아이들과 비교하고, 그 결과를 자신의 능력을 평가하는 준거로 삼기 시작한다. 다른 사람과의 비교를 통해 자신의 성취 수준이 바람직하다고 생각되면 학업적인 면에서 높은 자존감을 갖게 되지만, 그렇지 못한 경우에는 낮은 자존감을 갖게 된다. 따라서 학교의 분위기가 학업을 중시하는 경우, 학업성취도가 낮은 아이는 낮은 자존감을 가질 가능성이 높아진다. 또래 관계는 아이가 학원이나 유치원을 다니기 시작하면서 또래 관계는 더욱 친밀해진다. 아이는 소집단이나 또래집단의 구성원이 되기를 원한다. 또래집단은 그 집단을 구성한 각각의 아이에게 또래집단만이 줄 수 있는 고유한 안정감을 주어 아이가 편안함을 느낄 수 있도록 해 준다. 아이는 이런 사회적 접촉에서 사회성이 발달하며, 또래들과의 원만한 관계와 또래들로부터의 인정은 아이에게 자신감이 생기게 한다. 또한 또래들과의 상호작용 속에서 행동규범을 배우게 되고, 자신만의 고유한 가치를 가지게 된다. 특히, 학년이 높아질수록 또래와의 관계가 교사와의 관계보다 더 큰 의미를 가진다. 즉, 아이에게는 교사가 자신을 어떻게 보는가보다 다른 교우가 자신을 어떻게 생각하는지가 더 중요해진다(Dubois et al., 1998; Murray, 1991). 따라서 또래와의 소속감과 또래들로부터 수용 받는 경험은 자존감을 높일 수 있다. 그러나 또래들과의 불만족스러운 경험은 낮은 자존감의 원인으로 작용하게 된다. 또래 관계에서 소외 혹은 고립을 경험한 아이는 '친구들이 나를 싫어해.'라고 생각하며, 그 싫어하는 이유를 '내가 너무 못 생겨서' '내가 너무 못나서'와 같이 자신에게서 찾는다. 이런 생각은 결국 자존감에 심각한 상처를 준다.

2.3. 정서발달과 대인관계 능력

철학자 아리스토텔레스는 "인간은 사회적 동물이다."라고 말했다. 이 말의 의미는 인간은 사회적 동물이기 때문에 나 이외의 타인들과 끊임없이 관계를 맺으며 살아가야 한다는 것이다. 인간은 출생과 동시에 '가족'이라는 구성원들과의 관계를 통해 신체적, 정서적 영향을 주고받으며 성장하게 된다. 이후 수없이 많은 사람과 인간관계를 맺으며 살아가는 동안 이러한 인간관계를 맺지 않고는 그 누구도 존재할 수 없다.

대인관계능력은 타인과 친밀하고 원만한 대인관계를 예측할 수 없는 위기와 스트레스 상황에서 이를 극복할 수 있도록 사회적 적응뿐만 아니라 심리·정서적인 안녕감을 제공하기 때문에 개인의 삶에 있어서 가장 기본이 되며 인간의 삶 전체에 영향을 미친다(김미선·주은지, 2020; 김여경, 2012). Asher et al.,(1982)은 타인과의 상호작용에 있어서 발생할 수 있는 갈등이나 문제를 조망하고 해결하는 능력이라고 하였다. 즉 자신을 포함한 타인의 정서, 사고, 행동을 이해하고 공감할 줄 알아 스스로를 조절하고 상대의 언행을 예측하여 적절하게 반응하는 능력이라고 할 수 있다(김명소 외, 1996). 또한 Bedell & Lennox(1996)는 대인관계 능력을 원만하고 긍정적인 관계를 유지하는 능력이라고 하였는데 타인과 좋은 대인관계를 형성하기 위해서는 먼저 타인과의 상호작용이 선행되어야 하며 타인과의 상호작용은 상대방을 대하고 지각하는 능력과 상대방을 수용하는 능력, 상대방이 원하는 것이 무엇인지에 대한 인식과 전달이 가능한 의사소통 능력 등이 동반되어야 한다(김미경, 2022).

사회인지가 인간의 행동과 인간에 대한 인지를 다루는 영역으로서 연구되기 시작한 것은 1970년대부터이다. 사회심리학과 발달심리학 영역에서는 타인과 자신의 감정, 사고, 역할, 사회적인 관계 등에 대해서 인간이 어떻게 추론하고 개념화하는지에 대해 사회인지로서 관련 연구를 지속해 왔다. 그 결과 사회 인지능력이 학생들의 상호작용에 영향을 미치고, 사회적 인지가 높은 사람이 그렇지 않은 사람에 비해 대인관계에서 문제가 발생했을 때 문제를 해결할 목표를 세우고 이 목표를 효과적으로 달성할 수 있는 알맞은 행동을 찾아 갈등을 보다 효율적으로 해결한다고 보았다(박주은, 2019).

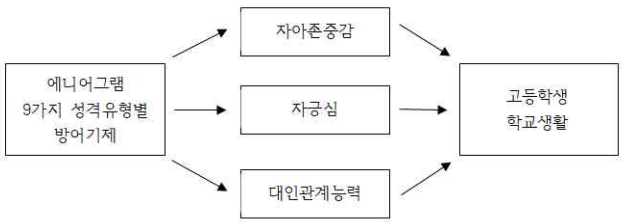
청소년기는 신체적, 정서적, 인지적으로 급격한 변화에 적응하면서 성인기를 준비하는 단계이다. 다양한 대인관계를 통하여 개인의 인격 형성과 성인기에 필요한 태도와 기능을 익히는 것은 매우 중요하다(권석만, 1995). 이 시기에는 대인관계를 통해 자아 중심성이 서서히 사라지면서

자신과 타인을 객관적으로 이해를 하게 될 뿐 아니라 지적, 정의적, 사회적인 발달을 이루어 나가게 된다. 또한 동성 및 이성 친구 등 대인관계의 폭을 넓혀가고 타인에 대한 친밀한 욕구를 나타낸다. 이 시기에 어떤 대인관계를 맺고 유지하고 있느냐에 따라 개인의 목표와 가치관, 삶의 질이 달라질 수 있는 만큼 그 중요성을 지니고 있는 것이다(윤정연, 2001). 이처럼 청소년기에 해당하는 자녀가 가정을 시작으로 타인과 건강한 대인관계를 맺는 능동적이고 적극적으로 유지하는 것과 대인관계 능력을 형성하고 조화롭게 발전시키는 과정은 전 생애에 있어 중요한 과제라고 할 수 있다(이창민, 2018 재인용).

Ⅲ. 연구방법

3.1. 가설설정

본 연구는 에니어그램 9가지 성격 유형별 방어기제가 정서 발달에 미치는 영향을 살펴보고, 매개효과인 자아존중감, 자긍심, 대인관계능력이 고등학생의 학교생활 변화를 확인하기 위해 연구가설을 중심으로 <그림1 >과 같이 구성하였다.



<그림1 > 연구모형

가설 1: 방어기제는 개인의 정서 발달에 긍정적·부정적 영향을 미칠 것이다.

가설 2: 방어기제는 개인의 자아존중감에 긍정적·부정적 영향을 미칠 것이다.

가설 3: 방어기제는 개인의 자긍심에 긍정적·부정적 영향을 미칠 것이다.

가설 4: 방어기제는 개인의 대인관계 능력에 긍정적·부정적 영향을 미칠 것이다.

가설 5: 정서 발달은 고등학생의 학교생활 적응 간에 매개 역할을 할 것이다.

3.2. 연구대상 및 다수준 분석

연구 대상은 고등학생으로 프로그램 운영을 통하여 에니어그램 9가지 성격 유형별 방어기제가 개인의 자아존중감, 자긍심, 대인관계능력에 미치는 영향을 살펴보고, 본 연구를 수행하기 위한 모든 자료의 처리 방법으로는 SPSS WIN 23.0과 AMOS 20.0을 이용하여 검증하고자 한다.

참고문헌

가요한·문은영(2023). *대상관계이론과 상담*. 학지사.

강민정(2018). *에니어그램 유형 분석모델에 대한 탐색적 연구 영화 캐릭터를 중심으로*. 석사학위논문, 명지대학교 산업대학원.

강지원(2018). *아버지의 양육 참여와 정서 공감이 영아 정서지능에 미치는 영향*. 석사학위논문, 인천대학교 교육대학원.

강현구(2022). *고등학생의 내적동기와 자아존중감, 수업 참여도, 자아 탄력성 및 진로 성숙도 간 구조적 관계*. 석사학위논문, 단국대학교 교육대학원.

권남희·이혜경·진은설(2020). *청소년 심리 및 상담*. 학지사.

김동성(2017). 알*아차림 명상과 에니어그램의 통합 프로그램 연구 국내 에니어그램 프로그램을 중심으로*. 박사학위논문, 동방문화대학원대학교.

김미경(2022). *고등학생의 정서지능과 대인관계능력 간의 관계에서 긍정심리 자본의 매개효과*. 박사학위논문, 동아대학교 대학원.

김수정·신선인·오창순·장수미(2020). *인간 행동과 사회환경*. 학지사.

김은실·손현동(2015). *자존감 향상 프로그램*. 학지사.

박주은(2019). *대인관계 집단상담 프로그램이 여자 고등학생들의 사회적 문제해결 능력과 학교생활 적응에 미치는 효과*. 석사학위 논문, 국민대학교 교육대학원.

신민주·주용국(2019). *대인관계 의사소통*. 학지사.

예쯔멍(2023). *중국 음악 전공 대학생의 정서지능, 진로 장벽, 진로 결정 자기효능감 및 진로 준비의 관계*. 박사학위논문, 대진대학교 대학원.

윤영식·최선희(2000). *생활 속의 인간관계*, 학지사.

이승아(2022). *고등학생의 자아존중감이 학교생활 적응에 미치는 영향: 정서 조절 능력의 조절 효과*. 석사학위논문, 제주대학교 교육대학원.

이지훈(2022). *부모의 양육 태도가 중·고등학생의 학업성취도, 학업적 자기효능감, 자아존중감에 미치는 영향*. 석사학위논문, 연세대학교 교육대학원.

이창민(2018). *고등학생이 지각한 부모-자녀 간 의사소통이 대인관계에 미치는 영향: 안녕감과 자기조절능력의 매개효과*. 석사학위논문, 동국대학교 교육대학원 상담심리전공.

인경(2016). *에니어그램 행동 특징과 명상상담*. 전략명상상담연구원.

캘빈 S, 홀(2009). *프로이트 심리학*. 정민 미디어.

한덕웅.(2016). *사회심리학*. 학지사.

한선이(2018). *에니어그램과 영성 지도 리소의 의식발달 이론을*

중심으로 박사학위논문, 감리교신학대학교 대학원.
Carolyn S Bartlett.(2013). *에니어그램 실제 가이드*. 한국에니어그램 연구소.