

환경교육
The Environmental Education
1997. 10권 2호 pp. 63-74

자아 존중감이 환경 행동에 미치는 영향 고찰과 고등학생의 자아 존중감에 관한 실태 조사

박진희(금육고등학교) · 장남기(서울대학교)

I. 서론

책임감있는 환경 행동(Environmental Responsible Behavior: ERB)의 형성을 촉진하기 위한 환경 교육 프로그램은 생태계와 논쟁점에 대한 지식, 문제 풀이 기능 등을 증진시킬 수 있어야 할 뿐 아니라, 심리학적 요인인 태도나 자아 존중감 등을 개발할 수 있어야 한다(Simmons, 1991).

자아 존중감(Self-esteem)은 심리적으로 혼란한 가족 체계 즉, 육체적, 정서적, 성적, 종교적 학대가 있는 가족 체계나 경직된 독선적인 가족 체계 등의 역기능 가정에서 자란 아동(Whitfield, 1987)으로부터, 자아를 상실하고 삶의 의미를 잃어가는 성인(백상창, 1994)에 이르기까지 그 중요성이 점점 더 부각되고 있으며, 이로써 비단 환경 교육 분야에서 뿐만 아니라 현대를 살아가는 모든 사람이 증진시켜야 할 필수적인 요인(김기정, 1996; 안범희, 1995; 홍경자 외, 1996)으로 주목받고 있다.

'환경 감수성(environmental sensitivity)'이나 '조절점(locus of control)'과 같은 책임감있는 환경 행동의 변인에 관한 연구는 국내외에서 어느 정도 진행 상태에 있으나, '자아 존중감'에 관한 연구는 지금까지 심리학 분야에서 주로 진행되어 왔고 환경 교육 분야에서는 거의 다루어지지 않

고 있다. 그러나 자아 존중감은 환경 감수성이나 조절점 등의 변인과 유기적으로 밀접한 관련성을 가지면서, 이들 요인보다 오히려 더 본질적으로 책임감있는 환경 행동의 동기를 부여하는 요인으로 작용할 것으로 판단된다. 따라서 본 연구는 자아 존중감과 책임감있는 환경 행동과의 관련성 및 그 영향을 고찰하기 위하여 자아 존중감의 본질과 성격을 규명하고, 고등학생들의 자아 존중감에 관한 실태를 조사함으로써 앞으로 자아 존중감 향상을 위한 학습 전략을 개발하는데 필요한 기초 자료를 마련하는데 그 목적이 있다.

II. 연구 방법

자아 존중감의 정의, 본질, 성격 등을 규명하기 위하여 자아 존중감과 여러 관련 개념들에 대하여 문헌 조사를 실시하였고, 이로써 자아 존중감과 책임감있는 환경 행동과의 관련성을 파악하였다.

자아 개념을 검사하기 위한 도구로는 Mckay와 Fanning이 저술한 '자아 존중감(Self-Esteem)' 내에 포함된 '자아 개념 검사'를 이용하였다. 우리나라의 자아 개념 검사 도구로는 코리안 테스트 센터(Korean Testing Center: KTC)에서 발

행한 정원식의 '자아 개념 검사'(1961)가 가장 오래된 것이고, 최근에 개발된 것으로 송인섭의 '자아 개념 검사'가 있다. 그러나 이들은 모두 문항 수가 많고 채점 및 통계 절차가 복잡한 단점이 있으므로, 이를 감안하여 비교적 간편하게 이용가능한 자기 보고 형식의 본 검사 도구를 선택하였다. 이것은 8 가지 항목에 대하여 자신에 대하여 묘사할 수 있는 것을 가능한 한 많이 서술하도록 구성된 서술형 검사 도구이다. 각 범주에 따른 구체적인 세부 항목의 내용을 표로 나타내면 다음과 같다(표 1).

조사 대상은 인문계 고등학교 여학생 1 학년, 8 개반(402 명)으로 선정하였다. 학생들에게 검사지를 세로로 구분하여 왼편에는 자신의 장점이라고 생각되거나 좋아하는 항목을, 오른편에는 단점이라고 생각되거나 변하고 싶은 항목을 기술하되 각각 앞에 '+', '-'를 기입한 후 차례로 열거하게 하였다. 목록 작성시에는 되도록 부정적인 내용을 담은 언어는 피하고, 말을 과장하거나 꾸며대지

않도록 하며, 구체적인 용어를 사용하도록 주지시켰다.

조사 분석 방법으로는 우선 학생들이 기술한 자신의 장점과 단점 각각에 1점씩을 배정하여 개인별 점수를 계산하고, 이를 기초로 범주별 장, 단점의 통계치를 구하여 그 양상을 분석하였다. 또한 전체 학생의 자아 존중감의 수준을 결정하기 위하여 장점과 단점의 평균값에 유의미한 차이가 있는지 t-검증을 실시하였고, 자아 존중감의 수준을 중간 이상, 중간, 중간 이하의 3 가지로 분류하여 수직 분포를 조사하였다.

Ⅲ. 연구 결과 및 논의

1. 자아 존중감과 환경 행동 간의 관계

(1) 자아 존중감(self-esteem)

표 1. '자아 개념 검사'(Mckay & Fanning)의 내용

번호	범주	세부 항목과 내용
1	외모	(1) 목, 가슴, 허리, 다리 등과 특정한 신체 부위에 대한 묘사 (2) 키, 몸무게, 얼굴 생김새, 피부 상태, 머리 모양, 옷 입는 방식에 대한 기술
2	대인 관계	(1) 낯선 사람과의 관계 (2) 친구, 가족과 같은 친밀한 관계에서 나타나는 장, 단점 기술
3	성격	(1) 긍정적인 면 (2) 부정적인 면 기술
4	다른 사람이 나를 보는 시각	친구나 가족들이 당신의 장단점이라고 보는 것 기술
5	학교에서의 학업 수행 능력	학습을 수행하는 방식에 대한 장, 단점을 기술
6	일상사의 대처 능력	위생, 건강, 생활 환경의 유지, 음식 준비, 가족의 욕구를 충족시키는 방식에 대한 장, 단점 기술
7	지적인 기능	추리 능력, 문제 해결 능력, 새로운 것의 학습과 창의성에 대한 능력, 일반적인 교양 수준, 전문적 영역에서의 지식수준, 지혜, 통찰력 등을 평가한 장, 단점 기록

자아 존중감이란 심리학과 그 역사를 같이하는 오래된 개념으로서 여러가지 다양한 정의를 갖는 어려운 구인(construct)이며, 보통 자아 개념(self-concept)과 혼용하여 쓰인다. 자아 존중감에 대한 정의는 시간에 따라 약간의 변화가 있어 왔으나, Rosenberg (1965)와 같은 몇몇 심리학자들은 그 정의에 있어서 자기 존중(self-regard or self-respect)의 개념을 강조하였고, 행동을 통하여 나타나는 자기 가치(self-worth)의 판단이나 (Coopersmith, 1967), 정확한 자기 지각(self-perception)을 강조한(Bednar et al., 1989) 학자들도 있었다.

Branden(1992)는 자아 존중감을 '자기 자신으로부터 느끼는 믿음(belief)'으로 정의하고, 다시 다음의 두가지로 분류하였다. 첫째, 인간에게 사고할 수 있는 능력(competence)이 있으며 인생에서 맞게 되는 여러 역경에 맞서 이겨낼 수 있는 능력이 있다는 자신에 대한 믿음과, 둘째, 스스로가 가치있는 존재임을 느끼고 필요한 것과 원하는 것을 주장할 자격이 있으며 자신의 노력으로 얻은 결과를 즐길 수 있는 권리를 가질 뿐 아니라 스스로 행복해질 수 있다는 자신에 대한 믿음이다. 여기에서 전자를 자기 효능감(self-efficacy), 후자를 자기 존경감(self-respect)으로 따로 구분하였다.

Mruk(1995)는 '일생동안의 도전을 다룰 때의 한 개인의 능력이나 개인적 가치의 살아있는 상태'로서, 발달적 본질에 초점을 맞추면서 가치와 능력의 지각에 기초를 두고 정의를 유도하였다.

일반적으로 자아 존중감은 정의적, 인지적, 행동적 요인의 성격을 모두 내포하고 있으나, 대부분의 학자들은 개인적 가치의 지각 면에 초점을 두고 본질을 규명하여 왔다. 용어의 정의에서 언급된 바와 같이, 자아 존중감은 자기 효능감(self-efficacy), 자기 가치감(self-worthiness), 자기능력(self-competence) 등과 기초적으로 연관되어 있는데 이들의 정의와 구체적인 관계를 살펴보면 다음과 같다.

① 자기 능력(self-competence)의 기초 : 효능감(efficacy)과 가치감(worthiness)

자기 능력(self-competence)은 자기반성적이고, 평가적이며, 현상학적인 과정이라 할 수 있다 (Powers et al., 1988). 자기 능력의 지각에 기여하는 1차적인 요인은 효능감과 가치감이다. 여기에서 효능감은 행동적인 것에 기초를 두고 있는 반면, 가치감에 대한 지각은 정의적인 것으로부터 유도된다. 효능감과 가치감에 대한 지각은 개인적 이상(personal ideals)이나 사회적 비교(social comparison)에 대한 믿음과 태도에 의해 인지적으로 전달된다(Harter, 1993; James, 1980).

효능감은 바람직한 결과를 획득하고 바람직하지 않은 상황을 관리하기 위한 개인의 능력에 대한 믿음을 말하며, 대부분 개인적으로 가치있게 생각하는 영역의 성공으로부터 강력하게 이끌어진다. 가치감은 인간으로서의 가치와 개인적인 존중에 대한 자기의 평가를 말한다(Rosenberg, 1965).

자기 능력이 높은 효능감과 상당히 많은 연관성을 가진다 하더라도, 효능감에 대한 지각을 가치감에 대한 지각과 분리하여 생각할 수는 없다 (Branden, 1969). 높은 효능감을 가졌으나 낮은 가치감을 가졌다면 가치 판단 면에서 볼 때 주요하지 않은 분야에서 유능한 것이고, 낮은 효능감에 낮은 가치감을 가진 사람은 그들 스스로 비효율적이고 쓸모가 없는 사람으로 여긴다. 또한 낮은 효능감에 높은 가치감을 가진 사람은 일생동안 그들 스스로는 긍정적인 존중을 경험하지만 다른 사람에게는 별로 성취한 것이 없는 것으로 평가되며, 마지막으로 높은 효능감과 높은 가치감을 가진 사람은 인간으로서 본질적으로 가치있는 그들의 삶을 효과적으로 살아가고 있음을 스스로 지각하게 될 뿐 아니라 타인에게도 성공적이고 자부심있는 사람으로 평가받게 된다. 지나치게 높은 수준의 착각적인 가치감은 그들의 능력을 발달시킬 기회를 무시하거나 잃어버리게 되며, 효능감에 대한 부정확한 자기 지각은 낮은 성취나 실패적 경험을 방해하는 정보와 피드백을 무시함으

로써 위협에 빠지게 된다. 자기 지각의 대부분은 어느 정도는 자기착각적이기(illusory) 때문에 자기 가치감과 효능감에 있어서 중간 정도의 긍정적인 환영(positive illusion)을 유지하는 것이 자신의 복지를 증진시키는데 도움을 준다(Powers et al., 1988).

자기 능력은 실질적 경험으로부터 유도된 개인적 가치감과 자기 효능감의 지각에 기초를 둔다. 가치감의 자기 지각에 영향을 주는 변인으로 는 가족 환경, 성, 출생 순서, 타인에 의하여 인식된 가치나 단점 등이 있다(Mruk, 1995). 효능감의 지각을 증진시키는 상황에는 숙련 경험, 도전에 대한 성공적인 관리, 대리 학습(vicarious learning), 사회적 영향, 긍정적인 육체적 피드백 등이 있다(Bandura, 1986).

이와 같이 효능감과 가치감의 지각은 자기 능력의 발달에 기초를 제공하며, 자기 능력의 표현은 부분적으로 자아 존중감(self-esteem), 자기 결정(self-determination), 효과적인 대처(effective coping) 등을 통하여 이루어지는 것으로 규명되었다. 다음 그림은 이들 여러 요인의 관계를 나타낸 것이다(그림 1)

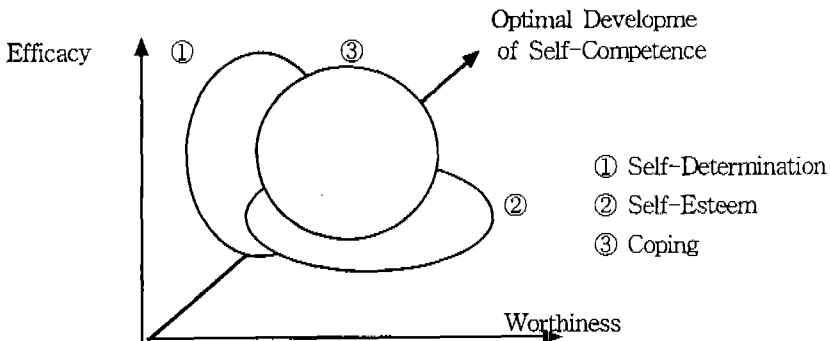
② 자기 결정(self-determination)

Ward(1988)는 자기 결정을 '사람이 그들 스스로 자신의 목적을 정하도록 이끄는 태도나 이 목적을 달성하기 위하여 주도하는 능력'으로 개념화

하였고, Wehmeyer(1992)는 '외적 간섭이나 영향으로부터 벗어나 자신의 삶의 질과 관련한 선택이나 결정을 하고, 그들의 생활에 있어서 1차적인 원인적 동인으로 작용하는 것'으로 정의하였다. 또한 Powers et al.(1988)은 '개인의 목적 규명과 추구를 촉진하는 개인적 능력과 태도로서, 이것은 권한 부여의 개인적 태도, 의사 결정에의 적극적인 참여, 개인적으로 가치있는 목적을 달성하기 위한 자기주도적 행동 등에 반영된다.'라고 하였다.

자아 존중감과 마찬가지로 자기 결정은, 여러 심리적 구인들, 즉 조절점, 자기 효능감, 자기 조절(self-regulation), 자발성(autonomy), 무력함(helplessness), 숙달의 동기 부여(mastery motivation), 권한 부여(empowerment), 생활의 질 등과 관련된 다차원적이고 발달적인 현상으로서 개념화된다. 비록 이 요인이 가치감과 효능감의 정의적 요소들을 포함하고는 있지만, 대부분의 학자들은 자기 결정의 본질이 효능감의 자기 지각과 효능감의 행동적 표명에 기초하고 있다는 데 동의하고 있다. 자기 결정을 표현하는 것은 가장 기본적으로 자기 자신을 위하여 결정하고 행동하는 것이다. 그림 1에서 보는 바와 같이, 자아 존중감과 관련하여 가치감과 효능감의 차원에서 대처할 때 자기 결정은 효능감에 가장 강하게 기반을 두게 된다(Powers et al., 1988).

아직 이 구인에 대한 특정한 측정 도구가 개



<그림 1> 자기 능력의 기초(powers. at el., 1995)

발되고 타당화되지는 않았지만, 자기 결정의 영향에 대한 연구는 계속 진행되고 있다. 일반적으로 높은 수준의 자기 결정을 하는 사람은 낮은 수준의 사람에 비해서 더 자발적이고, 더 효율적인 사회 문제의 해결자이며, 더 단정적이고 더 높은 자기 효능감과 자아 존중감을 보여주는 것으로 나타났다. 자기 결정을 위한 핵심적 기능들, 즉 의사 결정, 문제 풀이, 상호 타협 등을 배운 학생들은 배우지 않은 학생들에 비해 권한 부여나 심리적인 적응, 목표 설정 등에서 높은 수준을 보여 주었다(Powers et al., 1995).

③대처(coping)

대처(Coping)란, 긴장이 많은 상황(stressful situation)을 관리하기 위한 개별적인 반응을 말한다(Compas, 1987). 여기에는 여러 다양한 형태의 반응들, 즉 스트레스 요인을 관리하기 위한 직접적인 노력들, 스트레스 요인에 의해 자극된 관리의 느낌들, 스트레스 요인의 위협을 줄일 수 있는 사고 등이 포함된다. 대처 반응들(coping responses)은 일반적으로 문제 중심(problem-focused), 감정 중심(emotion-focused), 지각 중심(perception-focused)으로 분류된다. 성공적인 대처는 효능감과 가치감에 대한 자기 인식의 기능으로 보인다(Miruk, 1995). 그림 1에서와 같이, 대처는 가치감과 효능감의 차원에서 자아 존중감과 자기 결정 사이에 위치하게 된다.

대처는 고도로 복잡하고 상황특수적인(situation-specific) 과정이다. 같은 대처가 어떤 상황에서는 지각된 스트레스를 줄일 수도 있지만 다른 상황에서는 악화시킬 수도 있다. 부인(denial)과 같은 반응은 한 사람이 심각한 위협에 직면했을 때 초기에 효과적으로 고통을 관리하는데 이용되지만, 만약 그 사람이 그 위협을 인정하여 그것을 줄이기 위한 문제 중심의 반응을 보이는데 실패한다면 궁극적으로 역효과를 가져오게 된다(Powers et al., 1988).

일반적으로 문제 중심의 반응은 위협이 관리가능한 상황에서 가장 유용한 반면, 감정 중심이나 지

각 중심 반응들은 통제되어질 수 없는 스트레스 상황에서 가장 유용하다(Folkman & Lazarus, 1980). 지각 중심 대처에 관해서는 일반적으로 스트레스 사건의 상황적이고 비인격화된 일시적인 해석이 신속한 회복력을 증진시킨다(Seligman, 1990). 위협에 대한 인지적 평가와 적절한 대처 방안들은 성공적인 대처를 위한 관건이다(Lazarus & Folkman, 1984). 환경 교육의 목적인 책임감있는 환경 행동의 증진은 궁극적으로 인간의 삶의 질 향상을 통한 복지로 귀결된다. 앞에서 고찰한 바에 의하면, 자기 능력은 궤적의 인간 복지와 관련되며 이를 배양하기 위해서는 자아 존중감, 자기 결정, 효과적인 대처 등과 같은 요인의 증진이 필수적이다. 또한 이들에 대한 인식은 서로 간의 영향력이 증대될 수 있도록 상호 연결해 줄 것이며, 타인에 대한 자신의 인식을 상호점검하도록 자극함으로써 자기차각적인 자기 지각을 줄이고 객관적이고 정당한 자신과 타인, 더 나아가 환경에 대한 평가를 가능하게 해 줄 것이다. 다음에는 자아 존중감과 관련된 자기 조절, 자아 위협 등과, 자아 존중감의 수준에 따른 특징, 긍정적 자기 향상 환경 등을 살펴보므로써 환경 행동과 자아 존중감 간의 관계를 규명해 보려 한다.

(2)자아 존중감과 환경 행동

① 자기 조절(self-regulation) 및 자아 위협(ego threat)과 자아 존중감

사람들의 일의 성과는 자기 조절의 성공 여부에 달려있으며, 자아 존중감의 수준은 자기 조절의 중요한 예측 변인이다. 높은 자아 존중감(high self-esteem: HSE)을 가진 사람은 목적에 더 성공적으로 도달하고, 그것으로부터 얻게되는 혜택을 즐기는 것으로 보인다. 따라서 높은 자아 존중감은 성공적인 조절에 대한 하나의 표시로 간주되어지며(Heilbrun, 1981; Kahle, Kulka, & Klingel, 1980; Whitley, 1983), 이것은 높은 자아 존중감이 인생에서의 성공을 특징지운다는 일반

적인 견해와 일치한다.

높은 자아 존중감을 가진 사람은 그들의 능력에 적절한 상황을 찾는데 효과적이며, 이것은 우월한 자아 존중감을 유지시키는데 도움을 준다. 낮은 자아 존중감을 가진 사람은 그들 자신에게 적절한 목적을 찾는데 상대적으로 덜 효과적이며, 실패와 의미없는 성공의 경험을 하는 경향이 있고 그것은 그들의 자아 존중감을 더 낮게 만든다(Baumgardner, 1990; Campbell, 1990).

무엇보다도 자기 자신에게 적절한 목적을 세우기 위해서는 자신의 수행 수준을 예측할 수 있어야 하고, 이 예측은 정확한 자기 지식(self-knowledge)을 기초로 이루어진다. 높은 자아 존중감을 가진 사람은 적절한 목적에 자기 자신을 투자하기 위해 표현하는 능력을 지니고 있다. 이것은 그가 수행하는 일이 잘 성취될지 이성적으로 정확하게 예측하는 효과적인 능력을 말하며, 이로부터 자기 지식과 과제 요구의 정확한 평가를 효과적으로 결합한다. 낮은 자아 존중감(low self-esteem: LSE)을 가진 사람은 매우 덜 발달된 스키마(schema)들을 가지고 있을 뿐 아니라 자기 지식이 결핍되어 있다(Baumgardner, 1990; Campbell, 1990). 따라서 자기 지식이 풍부한 높은 자아 존중감을 가진 사람이 자기 관리(self-management)나 자기 조절을 더 잘 수행할 것임을 예측할 수 있다.

높은 자아 존중감을 가진 사람의 이점은 우월하고 폭넓은 자기 지식에 의존할 수 있다는 점이다. 한편 그들의 불리한 점은 자기 결정 과정 내에서 그들의 예상을 확대하고 판단을 왜곡할 수 있는 이기주의(egotism)의 환영에 의존하게 된다는 것이다. 높은 자아 존중감을 가진 사람은 낮은 자아 존중감을 가진 사람에 비해 보통의 비위협적인 상황에서 자기 관리를 더 잘 수행한다. 그러나 다른 자아 위협(ego threat: 자신에 대해 불리한 함의를 갖는 사건이나 의사소통)이 있을 경우에는, 이성적이고 적절한 자기 예측에 기초하여 목표를 세우고 자기향상적인 표현을 하거나 이에 맞서는 것을 멈추게 된다. 즉 자아 위협에 대해서

는 극도의 비합리적인 형태로 반응하며 자기에게 가장 유리한 견해를 단언한다. 또한 자기 결정 과정에서 자아 존중감을 영향력있는 요인으로 만들므로써 자만감, 과대평가, 필연적인 실패 등으로 이끌 수 있다. 그러므로 높은 자아 존중감은 주로 외적인 도전이 이기주의를 두드러진 결정 요인으로 선택하게 만들 경우, 빈약한 성과에 이른다. 이와 같이 자아 위협은 자기 조절의 효율성을 결정하기 위해 자아 존중감의 수준과 상호 작용한다(Baumeister et al., 1993).

② 자아 존중감 수준에 따른 특징

높은 자아 존중감을 가진 사람들은 일반적으로 성공을 기대하고 위협이나 실패의 강력한 대가에 주의를 덜 기울이며, 자아 위협에 대해서도 공격적이고 모험적인 스타일로 대응한다. 반면에 낮은 자아 존중감을 갖는 사람들은 자아 위협에 대하여 조심스럽고 보수적이며 자기 보호적으로 반응한다. 그들은 더 조심스럽게 수행 형태를 변경시킬 증거를 가지고 있으며 낮고 안전한 목적을 갖는다(Baumeister et al., 1993). 높은 자아 존중감을 가진 사람은 초기의 성공보다는 초기의 실패 후에 미래의 수행에 대하여 더 낙관적인 예측을 하는 경향이 있으며, 이들은 실패에 대하여 계속적인 끈기로 대응한다. 과제 수행 연구 결과에 의하면, 이들은 과제에 대한 정보의 이용과 끈기와 노력의 적절한 수준 결정을 더 잘 수행하였다(McFarlin, 1985).

종합해 보면 높은 자아 존중감을 가진 사람은 자기 향상(self-enhancement)을 구하며, 낮은 자아 존중감을 가진 사람은 자기 보호(self-protection)를 구한다. 높은 자아 존중감은 자기 신뢰, 효과적인 대처, 심리적인 복지 등과 관련되어 있는 것으로 보이며(Bednar et al., 1989), 낮은 자아 존중감은 의기소침, 물질 남용, 직무 태만 등과 연관되어 있다(Harter, 1993).

③ 긍정적인 자기 향상 환영(positive self-enhancing illusions)과 자아 존중감

앞에서도 지적한 바와 같이 자아 위협이 없고 풍부한 선택권이 있으며 성공의 경험에 의해 격려받는 적절한 상황 하에서, 높은 자아 존중감을 가진 사람은 적절한 목적을 세우고 그에 의해 생활하며 그들의 성과를 최대화하는 데 아주 효과적이지만, 자아 위협이 있을 경우에는 그들의 자기 조절 효과가 억제된다. 최근의 많은 연구는 유리한 자기 이미지(self-image)를 포함한 긍정적인 환영(positive illusions)이 우월한 적응이나 자기 조절과 관련되어 있다는 것이다(Baumeister et al., 1993). 높은 자아 존중감을 가진 사람은 그런 위협에 맞서서 그들의 결정에 영향을 줄 자기 향상 환영(self-enhancing illusions)을 허용하므로써 그들 스스로에게 도달하기 힘든 목적을 위임한다. 이와 같이 높은 자아 존중감은 정신 건강과 조절에 유익한 긍정적 환영의 일반적 척도를 나타낸다.

④ 자아 존중감과 환경 행동

Branden(1992)은, 자아 존중감이 있는 상태에서는 자신의 가치와 중요성을 정당하게 평가하며 개인적인 역경에 잘 대처하고 스스로의 삶을 책임질 수 있게 된다고 하였다. 이것은 자신에게 알맞은 목적을 설정하고 자기 지식을 효과적으로 활용하여 끈기와 노력으로 대처하므로써 지속적인 자기 조절의 성공과 자기 향상을 경험하며, 긍정적인 환영의 이용과 같은 긍정적인 사고를 통해 자신에 대한 신뢰감이 우선적으로 구축되었기 때문에 가능한 일일 것이다. 또 이러한 상황 하에서는 다른 사람을 더 잘 존중하려고 하며 자애로움과 선하고 공손한 마음으로 대하려고 할 뿐 아니라, 타인과 공동체 의식을 갖게 되고 사람을 나눌 수 있는 능력을 갖게 된다(Branden, 1992).

결론적으로 자아 존중감은 자기 자신이나 타인, 더 나아가 환경에 대한 책임감을 형성하게 하여 행동으로 연결하는데 필요한 기본적인 요인으로서, 인간의 생존 그 자체와 환경의 성공적인 관리를 위해 필수적인 요인이다. 또한 자신이나 환경과 관련된 문제에 대처하여 지각되고 현명한

자기 선택이나 결정을 내려야 할 때 중요한 역할을 수행하게 된다(Branden, 1992).

환경 교육 분야에서의 이와 같은 중요성과 비중에 비추어 볼 때, 앞에서 지적한 바와 같이 '이기주의'를 결정 요인으로 선택하게 될 어리석음을 범하지 않도록 주의를 기울인다면, 환경 교육 연구를 통한 자아 존중감의 향상을 위한 노력은 소기의 성과를 달성할 수 있을 것으로 생각된다.

2. 고등학생의 자아 존중감 실태 조사

자아 존중감 검사를 구성하고 있는 7 개 범주에 대한 각 반별 장·단점 평균을 표로 나타내면 다음과 같다(표 2). 범주 1. 외모에 대한 장·단점 평균은 각각 3.90, 5.01로서 학생들이 자신의 외모 면에서 장점보다 단점을 1 개 정도 더 가지고 있는 것으로 나타나므로써 비교적 큰 차이를 보여주었다. 범주 2. 대인 관계의 장·단점 평균은 각각 2.00, 1.87, 범주 3. 성격에 대해서는 각각 2.01, 1.91, 범주 4. 다른 사람이 나를 보는 시각에 대해서는 1.91, 1.74, 범주 5. 학교에서의 학업 수행 능력은 1.32, 1.50, 범주 6. 일상사의 대처 능력은 1.71, 1.40, 범주 7. 지적인 능력은 1.72, 1.73 등으로 장점과 단점 평균 간에 현저한 차이는 나타나지 않았다.

장점보다 단점 평균이 높은 항목은 범주 1, 범주 5의 2 가지였다. 우선 범주 1. 외모 항목에 대해서는 장·단점의 격차가 가장 커서 외모 전반에 대해 불만족스러워하는 학생들이 대부분인 것으로 나타났는데, 외모에 민감한 여학생들인데다 아름답히워지고자 하는 욕구는 무한하므로 단점이 더욱 부각되어 보이는 이유도 있을 것으로 풀이된다. 자신의 신체의 장점을 최대한 살리고 단점을 최소화할 수 있는 머리 모양이나 옷입는 방식을 개발하므로써 자신만의 미를 창출하는 개성을 보유할 수 있도록 한다면 자신의 외모에 대한 사고방식도 변화할 수 있을 것으로 생각된다. 범주 5는 학교에서의 학업 수행 능력으로서 단점평균이 장점 평균보다 0.18점 높으며, 대입을 앞둔 고등

학생의 가장 큰 고민은 역시 공부에 대한 것임을 입증해 주고 있다. 그 외에 대인 관계, 성격, 다른 사람들이 자신을 보는 시각, 일상사의 대처 능력, 지적인 능력 등에서는 장. 단점이 거의 비슷한 수준이었다.

다음은 전체 학생의 장점과 단점 간에 유의미한 차이가 있는지 확인하기 위하여 t-검증을 실시한 결과이다(표 3).

표 3에 의하면, 전체 402명의 장. 단점 평균은 각각 14.58, 14.91이었고, 표준 편차는 6.11, 5.31로 나타났다. 장. 단점의 최대값과 최소값도 거의 비슷한 수준을 유지하고 있었으며, 결과적으로 장. 단점 평균 간에는 유의미한 차이가 없는 것으로 나타나서 전체

학생의 자아 존중감의 평균은 장점과 단점을 비슷한 수준으로 자각하는 중간 정도인 것으로 판정되었다. 장. 단점 수의 비교를 기초로 하여, 중간 이상의 자아 존중감을 가진 학생, 중간 수준의 자아 존중감을 가진 학생, 중간 이하의 자아 존중감

표 2. 각 범주별, 반별 장·단점 평균

	범주1	범주2	범주3	범주4	범주5	범주6	범주7	평균
1 반	(1) 2.81#	1.53#	1.56#	1.75	1.11	1.36	1.56	11.67
	(2) 4.25	1.44#	1.55#	1.56	1.28	1.61	1.50	13.19
2 반	(1) 4.03	1.76	1.81	1.84	1.08	1.84	1.54	13.98
	(2) 5.00	1.70	1.70	1.35#	1.35	1.32	1.68	14.11
3 반	(1) 5.09	2.65*	2.47*	2.97*	1.64	2.03	1.94	19.03
	(2) 4.41	1.74	2.06	2.44*	1.53	1.41	1.76	15.03
4 반	(1) 3.47	2.11	2.19	1.86	1.22	1.78	1.92	14.56
	(2) 5.36	2.02	2.00	1.78	1.51	1.19	1.97	15.83
5 반	(1) 5.27*	2.54	2.43	1.65#	2.03*	2.32*	2.13*	18.38
	(2) 6.62*	2.16	2.43*	1.86	2.24*	2.05*	2.00*	18.16
6 반	(1) 3.96	1.69	1.67	1.65	0.79#	1.15#	1.31#	12.13
	(2) 5.48	1.65	1.63	1.42	0.96#	0.90#	1.29#	13.31
7 반	(1) 3.28	1.87	2.13	1.90	1.26	1.59	1.69	13.72
	(2) 4.05#	1.44	2.08	1.67	1.59	1.49	1.69	14.00
8 반	(1) 3.37	1.97	1.97	1.80	1.60	1.77	1.83	14.31
	(2) 4.71	2.97*	2.26	1.97	1.74	1.37	2.17	16.23
계	(1) 3.90	2.00	2.01	1.91	1.32	1.71	1.72	14.58
	(2) 5.01	1.87	1.91	1.74	1.50	1.40	1.73	14.91

(1): 장점, (2): 단점, *: 최대값, #: 최소값

표 3. 전체 학생의 장. 단점에 대한 t-검증 결과

	M	SD	SE	MAX	MIN	T	p
장점	14.58	6.11	0.36	39	3	0.89	0.37
단점	14.91	5.31	0.31	40	3		

M: 평균 SD: 표준 편차 SE: 표준 오차 MAX: 최대값 MIN: 최소값

을 가진 학생으로 분류하여 구체적인 수적 분포를 조사해 본 결과, 각각 114명, 163명, 125명으로서 역시 중간 수준이 가장 많았고 중간 이하, 중간 이상의 순이었으며 이 두 수준은 수적으로 비슷하였다.

IV. 결론 및 제언

환경 교육의 궁극적인 목적인 책임감있는 환경 행동(REB)의 형성을 위해서는 행동 요인들의 본질을 규명하고 이를 증진시키기 위한 전략의 개발과 적용이 요청된다. 본 연구의 주제인 자아 존중감은 행동 요인에 포함되지는 않으나, Hungerford와 Volk(1990)가 제안한 환경 행동 흐름도에서의 초보 수준의 변인 중 주변인인 환경 감수성과, 권한부여 변인의 주변인인 조절점 등과 관련을 맺으면서 바람직한 환경 행동의 형성에 중요한 영향을 미칠 것으로 판단된다.

인간은 자신의 일생동안 일, 도전, 역경 등에 대하여 자기 능력을 통하여 대처해 나간다. 이 때 두 가지 요인이 상호 관련을 맺으면서 관여하게 되는데 하나는 효능감에 기반을 둔 자기 결정이며, 또다른 하나는 가치감에 기반을 둔 자아 존중감이다. 자아 존중감은 자기 자신에 대하여 갖는 총체적인 믿음으로서, 자기에 대한 긍정이며 자기 수용을 의미한다. 자아 존중감은 자신에게 적절한 목적을 찾고 자기 지식의 적절한 적용과 일에 대한 정확한 평가와 예측 등을 효과적으로 결합하여 자기 자신을 투자할 수 있도록 도와준다.

또한 끈기와 노력, 인내, 의지 등으로 대처하여 지속적인 자기 조절이나 자기 관리의 성공과 자기 향상을 경험하며 자신에 대한 신뢰감과 책임감을 쌓아 나갈 뿐만 아니라, 타인에 대한 존중감과 공동체 의식, 사람 등을 갖게 되므로써 타인이나 환경과의 관계를 발전적인 방향으로 이끌어 간다.

이처럼 자아 존중감은 자신이나 타인, 더 나아가 환경에 대한 책임감을 형성하게 하여 행동으로 연결하는 기본적인 요인으로서, 인간의 복지과 환경의 질 향상을 위해 필수적인 요인이다. 그러므로 자아 존중감의 향상은 미래에 자신이나 환경에 관련된 문제에 대처하여 더욱 지각있고 현명한 선택이나 결정을 내리게 하는데 도움을 줄

것임에 분명하다. 뿐만 아니라 자아 존중감의 구성 요소인 자기 자각의 반복 경험을 통해서도 환경 감수성을 증진시키고, 자아 존중감과 자기 결정의 상호 작용을 통해서도 내적 조절점을 강화하는 등의 결정적으로 중요한 영향을 미치게 될 것이다.

고등학교 여학생 402명을 대상으로 McKay와 Fanning의 '자아 개념 검사'를 실시한 결과, 자아 존중감의 수준이 중간 이상, 중간 정도, 중간 이하인 학생들의 수가 각각 114명, 163명, 125명인 것으로 나타났고, 장·단점의 평균이 각각 14.58, 14.91로서 전반적인 자아 존중감의 수준은 중간 정도인 것으로 판정되었다.

따라서 앞으로 좀 더 심도있는 분석을 통하여 자아 존중감의 수준을 향상시킬 수 있는 전략을 개발하고, 더 나아가 자아 존중감과 환경 행동과의 상관 관계 조사, 자아 존중감과 환경 감수성, 자아 존중감과 조절점 간의 관계를 규명하는 등의 구체적인 연구가 뒷따라야 할 것으로 생각된다.

<참고 문헌>

강승규 譯 (1996). 나를 존중하는 삶. Branden, N. 지음. 학지사.
 김기정 譯 (1996). 긍정적 자아개념의 형성. 문음사.
 김용교, 이인철 譯 (1995). 잃어버린 자아의 발견과 치유. Whitfield, C. L. 지음. 도서출판 글샘.
 백상창 譯 (1994). 자아를 잃어버린 현대인. Rollo May 지음. 문예 출판사.
 안범희 譯 (1995). 자아개념과 교육. 문음사.
 홍경자, 유정수 譯 (1996). '나'를 사랑하기. Matthew McKay & Patrick Fanning 지음. 교육 과학사.

- Bandura, A. (1986). *Social foundation of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Baumeister, R. F., Heatherton, T. F. & Tice, D. M. (1993). When ego threats lead to self-regulation failure: Negative Consequences of high school. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(1), 141-156.
- Baumgardner, A. H. (1990). To know oneself is to like oneself: Self-certainty and self-affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 1062-1072.
- Bednar, R. L., Wells, M. G., & Peterson, S. R. (1989). *Self-esteem: Paradoxes and Innovations in clinical theory and practice*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Branden, N. (1969). *The psychology of self-esteem*. New York: Bantam.
- Branden, N. (1992). *The power of self-esteem*. Health Communications, Inc.
- Campbell, J. D. (1990). Self-esteem and the clarity of the self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 538-549.
- Compas, B. E. (1987). Coping with stress during children and adolescence. *Psychological Bulletin*, 101(3), 393-403.
- Coopersmith, S. (1967). *The adolescents of self-esteem*. San Francisco: W.H. Freeman.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219-239.
- Harter, S. (1993). Causes and consequences of low self-esteem in children and adolescents. In R. Baumeister (Ed.), *Self-esteem: The Puzzle of low self-regard* (pp. 87-111). New York: Russel Sage Foundation.
- Heilbrun, A. B. (1981). Gender differences in the functional linkage between androgyny, social cognition, and competence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 1106-1118.
- Hungerford, H. R., Volk, T. L. (1990). Changing Learner Behavior through Environmental Education. *The Journal of Environmental Education*, 21, 8-21.
- James, W. (1980). *Principles of Psychology*, Newyork: Holt, Rinehart & Winston.
- Kahle, L. R., Kulka, R. A., & Klingel, D. M. (1980). Low adolescent self-esteem leads to multiple interpersonal problems: A test of social-adaptation theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 496-502.
- Lezarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer-Verlag.
- McFarlin, D. B. (1985). Persistence in the face of failure: The impact of self-esteem and contingency information. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 11, 152-163.
- Mckay, M & Fanning, P. SELF-ESTEEM
- Mruk, C. (1995). *Self-esteem: Research, theory, and practice*. New York: Springer-Verlag.
- Powers, L. E., Singer, G. H. S. & Sowers, J. A. (1988). *Promoting Self-Competence in Children and Youth with Disabilities: On the road to autonomy*. Paul H. brookes Publishing Co.
- Powers, L. E., Turner, A., Wilson, R.,

- Matuskewski, J., Ellison, R., & Rein, C. (1995). *A controlled field-test of the efficacy of a multi-component model for promoting adolescent self-determination*. Lebanon, NH: Dartmouth Medical School.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Seligman, M. E. P. (1990). *Learned optimism*. New York: Pocket Books.
- Simmons, D. A. (1991). Are We Meeting the Goal of Responsible Environmental Behavior : An Examination of Nature and Environmental Education Center Goals. *The Journal of Environmental Education*, 22(3), 16-21.
- Ward, M. J. (1988). The many facets of self-determination. *National Information Center for Children and Youth with Handicaps: Transition Summary*, 5, 2-3.
- Wehmeyer, M. L. (1992) Self-determination and the education of students with mental retardation. *Education and Training in Mental Retardation*, 27, 302-314.
- Whitfield, C. L. (1987). *Healing The Child Within*. Health Communications, Inc., Deerfield Beach, Florida, U.S.
- Whitley, B. E. (1993). Sex role orientation and self-esteem: A critical meta-analytic review. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 765-778.

ABSTRACT

Investigation into the Relationship between
Self-Esteem and Environmental Behavior
and Research into Self-Esteem in High School Students

Jin-Hee Park(Guem-Ok High School),

Nam-Kee Chang(Seoul National University)

'Self-esteem' is defined as 'the lived status of one's individual competence and personal worthiness in dealing with the challenges of Life over Time' and high self-esteem is associated with self-confidence, effectively coping, well-being, and responsibility.

The first purpose of this study was to identify the concept of self-esteem and to investigate the relationship with self-esteem and responsible environmental behaviors (REB). According to the results, it was found that 'self-esteem' is considered as one of the influential factors on REB and self-esteem enhancement is essential for the responsible choice and determination of environments.

The second purpose was to analyse the level of self-esteem in High School students. The mean scores of merits and demerits for all the students involved(402) were 14.58 and 14.91 respectively. By applying the t-test, the two scores were not so different: thus the mean of self-esteem was found to be at a median level. The number of above-average, average and below-average levels were 114, 163 and 125 respectively. From now on, the development of strategies to enhance self-esteem is urgently needed.