



저작자표시-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

2017년 2월
석사학위 논문

지연행동유형에 따른
일상적 창의성, 인지적 유연성 및
자기효능감의 차이

조선대학교 대학원

상담심리학과

기 하 형

지연 행동유형에 따른
일상적 창의성, 인지적 유연성
및 자기효능감의 차이

The difference in Everyday creativity, Cognitive
flexibility and Self-efficacy among Subtypes of
Procrastination

2017년 2월 24일

조선대학교 대학원

상담심리학과

기 하 형

지연행동 유형에 따른
일상적 창의성, 인지적 유연성
및 자기효능감의 차이

지도교수 김 택 호

이 논문을 심리학석사학위 신청 논문으로 제출함

2016년 10월

조선대학교 대학원

상담심리학과

기 하 형

기하형의 석사학위논문을 인준함

위원장	조선대학교	교수	<u>정 승 아</u>	(인)
위 원	조선대학교	교수	<u>오 지 현</u>	(인)
위 원	조선대학교	교수	<u>김 택 호</u>	(인)

2016년 11월

조선대학교 대학원

목 차

I. 서론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구문제 및 가설	7
II. 이론적 배경	8
1. 지연행동	8
1) 지연행동의 개념	8
2) 지연행동과 관련된 변인	10
3) 지연행동유형의 특성	12
2. 일상적 창의성	15
1) 일상적 창의성 개념 및 특징	15
2) 일상적 창의성과 지연행동	17
3. 인지적 유연성	18
1) 인지적 유연성의 개념 및 특징	18
2) 인지적 유연성과 지연행동	19
4. 자기효능감	19
1) 자기효능감의 개념 및 특징	19
2) 자기효능감과 지연행동	21
III. 연구 방법	23
1. 연구 대상	23

2. 측정 도구	23
1) 일반지연행동 척도	23
2) 능동지연행동 척도	24
3) 일상적 창의성 척도	26
4) 인지적 유연성 척도	26
5) 자기효능감 척도	27
3. 연구 절차	27
4. 분석 방법	28
IV. 연구 결과	29
1. 기술통계	29
1) 주요 변인의 기술통계 분석	29
2) 주요 변인 간 상관관계 분석	30
2. 군집분석	33
1) 지연행동유형에 따른 집단 구분	33
2) 지연행동유형 차이 검증	38
V. 결론 및 제언	40
1. 연구결론 및 논의	40
2. 연구의 의의 및 제한점	42
【참고문헌】	44
【부 록】	51

표 목 차

표1. 일상적 창의성 하위요인별 개념 및 조작적 정의	16
표2. 능동지연척도 요인별 문항구성 및 내적 합치도	24
표3. 일상적 창의성 하위요인별 문항구성 및 내적 합치도	24
표4. 인지적 유연성 하위요인별 문항 구성 및 내적 합치도	26
표5. 자기효능감 하위요인별 문항 구성 및 내적 합치도	27
표6. 연구 대상의 인구 통계학적 특성	29
표7. 주요변인의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도	30
표8. 주요변인의 상관분석결과	32
표9. 최종 군집중심의 표준화 점수	34
표10. 최종군집별 군집변인의 원점수 평균과 차이	35
표11. 지연행동유형에 따른 일상적 창의성, 인지적 유연성, 자기효능감 차이	36
표12. 지연행동유형에 따른 일상적 창의성의 하위요인별 차이 검증	38
표13. 지연행동유형에 따른 인지적 유연성 하위요인별 차이 검증	39
표14. 지연행동유형에 따른 자기효능감 하위요인별 차이검증	39

그림 목 차

그림 1. 군집변인의 특성	33
----------------------	----

ABSTRACT

The difference in Everyday creativity, Cognitive flexibility, Self-efficacy among Subtypes of Procrastination

Ki HaHyeong

Advisor : Prof. Kim TaekHo, Ph. D.

Department of Counseling Psychology

Graduate school of chuSUN University

The purpose of this study based on classified groups, explore the difference in everyday creativity, cognitive flexibility and self-efficacy. Although preceding studies suggest positive aspect of active procrastination by classifying procrastination, questions are raised whether it can be considered as positive characteristic or potential risk group. Therefore, this study aims to verify through cluster analysis if subtypes of procrastination are spontaneous classification and explore through difference in everyday creativity, cognitive flexibility and self-efficacy if active procrastination has adaptive and functional characteristic, which is different from other types.

This study was conducted on 400 university students of 7 universities located in G and B metropolitan cities and G city. A total of 400 data were collected and 380 ones were analyzed except for 20 insincere responses. Frequency analysis and correlation analysis were conducted on the data while were multivariate analysis of variance (MANOVA) was conducted on 2nd-stage cluster analysis. Major results of this study are as follows;

First, as the result of correlation analysis among variables, general

procrastination has significant negative relationship with active procrastination, everyday creativity, cognitive flexibility and self-efficacy while active procrastination has significant positive relationship with everyday creativity, cognitive flexibility and self-efficacy.

Second, as the result of cluster analysis, subjects were classified as active procrastination group, passive procrastination group and non-procrastination group.

Third, as the result of MANOVA on everyday creativity, cognitive flexibility and self-efficacy on the 3 groups, in everyday creativity, there was difference between active procrastination group and passive procrastination group while there was no difference between non-procrastination group and the other two groups ($1>3, 2 p< .05$). In cognitive flexibility, there was distinctively clear difference among the 3 groups. Active procrastination group was the highest followed in descending order by non-procrastination group and passive procrastination group ($1>2>3, p<.001$). In self-efficacy, active procrastination and non-procrastination group showed significantly higher scores than passive procrastination group ($1, 2>3, p<.001$). However, there was no significant difference between active procrastination and non-procrastination group.

The significance of this study is as follows; first, it elucidated adaptive and functional aspect of active procrastination. Second, it newly clarified the relationship among subtypes of procrastination, everyday creativity and cognitive flexibility. Third, through 2nd-stage cluster analysis, it reconfirmed that procrastination is spontaneously classified into 3 groups. Fourth, this study is expected to be used as basic material for effective intervention strategy in counseling field by providing strengths/weaknesses of procrastination types for visitors who have difficulty in their performing abilities.

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

요즘은 ‘10년이면 강산도 변한다.’란 말이 무색할 정도로 현대사회는 급진적이고 예측 불가능하게 변하고 있다. 정치 변혁, 경제적 위기 등 사회구조 변화뿐만 아니라 과학 발전의 가속화로 인한 기술의 변화, 가치 혼동 등이 변화의 단적인 예일 것이다. 사람들은 그 어느 시대에서도 겪지 못했던 빠르고 다변적인 변화를 경험하고 있다(박수애, 송관재, 2005).

이러한 변화로 인해 사람들 삶의 질이 높아진 반면 과거에 비하여 사람들의 심리적 불안은 증가하였다. 유럽의회 소속의 위원회 조사 결과, 67%가 스트레스를 유발하는 최대의 원인으로 ‘허덕이는 바쁨’과 ‘불안’을 꼽았다(Ulrich Schnabel, p.18, 2016). 이러한 결과는 한국도 예외가 아니다. 최근 한국무역협회 국제무역연구원이 발표한 ‘2016 세계 속 대한민국’ 통계자료에 따르면 2015년 기준으로 우리나라는 노동시간이 높은 국가 순위 중 3위를 기록하였다. 근로자의 1인당 노동시간이 2,113시간이었으며, OECD 평균 1,756시간에 비해 357시간 높았다. 또한 올해 삶의 질에서는 10점 만점 중 4.95점으로 40위를 기록하여 지난해 대비 7계단 하락한 47위를 기록하였다. 이렇듯 자본주의 사회에서 살아가고 있는 사람들은 쫓기는 듯이 허덕이는 상태인 ‘바쁨’을 성공의 상징으로 여겼으며, 이에 따라 많은 사람들은 시간압박에 시달리면서 마음 편히 휴식을 누리지 못하고 괴로워하였다.

‘시간압박’은 제한된 시간 동안 활동 수가 증가(Daly, 1996, 재인용)함에 따라 하나의 스트레스 요인으로 작용한다. 이는 작업자의 행위를 왜곡시키고 작업자에게 부정적인 영향을 준다(임현교, 2011). 즉, 시간압박으로 인해 사람들은 불안 수준이 높아지고 마감 시간 안에 과업을 종료하기 위해서 자연스럽게 위험을 감수하게 되는 것이다. 이와 마찬가지로 학습자의 경우에도 시간 압박 상황이 긴장감, 스트레스 등을 유발하고 학업성취에도 부정적 영향을 주어 결과적으로 과제 성취 점수가 하락하게 된다(Clark & Rhymer, 2003).

이러한 ‘시간압박’은 사회구성주의에 따르면 개인이 사회를 지각하는 방식

이자 결과물으로써, 개인은 자신의 일정 안에서 다양한 활동들을 조정하면서 시간을 지각하게 된다(차승은, 2010). 따라서 개인은 개인이 지각하는 ‘시간압박’ 하에서 일과 가족, 여가와 등과 같은 다양한 이해관계를 이루는 활동들에 대해서 유연하게 대처하고 조정해야 할 필요성이 있다.

Chu와 Choi(2005)는 시간압박 하에서도 유연한 태도를 보이는 능동지연(Active procrastination)과 기존의 부정적인 태도를 보이는 수동지연(passive procrastination) 개념을 제안하였다.

Chu와 Choi(2005)가 제안한 능동지연의 특징은 크게 의도적 지연 결정, 시간 압박 선호, 마감시간 충족, 결과에 대한 만족을 들 수 있다. 능동지연행동을 보이는 사람들은 의도적으로 미루는 지연행동을 하지만 결정능력과 실행능력이 있어 다른 일에 주의를 기울인다. 이들은 시간압박 하에 일하는 것을 선호하며 시간 막바지에 도달하게 되면 도전감이 고취되고 동기화가 되어 심리적 고통에 적절하게 대처하게 된다. 따라서 마감시간 내에 과제를 성취하고 결과에 대해서 만족을 하게 된다(Chu & Choi, 2005).

반면, 기존의 게으름과 같은 부정적인 의미가 내포된 지연행동에 대해서 Chu와 Choi(2005)는 능동지연과 대비되는 수동지연으로 개념 지었다. 수동지연행동을 보이는 사람들은 시간 안에 결정 능력이나 수행 능력이 없으며 과제의 마지막 순간까지도 미루는 모습을 보인다. 따라서 개인이 사회생활을 하는데 있어서 심각한 문제를 유발한다(임성문, 2006). 뿐만 아니라 개인 내적으로는 비합리성, 후회, 절망, 불안, 우울, 자기비난에 시달리고 죄의식 및 수치심을 느끼는 경향이 있으며 자존감과 자기효능감도 낮은 상태가 된다(임성문, 2006).

수동지연행동과 능동지연행동의 분류는 Chu와 Choi(2005)가 기존 지연연구에서 일관되지 않는 결과와 지연행동 연구자들이 지연에 대한 이득을 발견함에 따라 지연행동을 능동-수동지연으로 유형화하였다. 또한 능동지연행동을 기존의 수동지연행동과 구분하기 위해 능동지연척도를 새롭게 개발하였다(Choi & Moran, 2009).

이에 따라 국내에서도 지연행동을 유형하여 구분하려고 하였다. 국내에서도 능동지연척도를 번안하여 타당화(김지연, 신희천, 2013) 하였으나, 능동지연척도

만으로 능동지연 이외의 수동지연집단과 비지연집단을 분류하고자 하는데 한계를 가졌다. 이러한 한계를 보완하기 위하여 국내연구에서는 기존의 지연행동척도를 함께 사용하여 지연행동유형을 구분하였다(김희정, 2010; 신을진, 고진경, 2011; 서은희, 김은경, 2012; 서미옥, 2014; 김수지, 2014; 최슬기, 2014; 하주희, 2016).

지연행동유형에 대한 연구는 주로 능동지연과 수동지연의 차이(김희정, 2010; 서은희, 김은경, 2012; 서미옥, 2014; 하주희, 2016)를 밝히는데 초점이 맞춰졌다. 따라서 연구결과, 심리적 고통(김희정, 2010), 자기조절학습전략(신을진, 고진경, 2011), 몰입(서은희, 김은경, 2012)에서 수동지연집단은 전반적으로 수치가 낮았으며 이에 따라 부적응적인 특성을 보였다. 반면 지연행동을 하지 않는 비지연집단은 비교적 계획적이고 적응적인 특성을 보였다. 이때, 능동지연집단은 비지연집단과 비슷한 수준 혹은 비지연집단보다 낮지만 수동지연집단보다 높은 수준을 보였다. 따라서 능동지연행동에 대해서 그 자체로서 ‘긍정적 특성’을 지녔는지, ‘잠재적 위험군’을 지녔는지에 대한 논란의 여지를 남겼다(신을진, 고진경, 2011). 뿐만 아니라 국내에서 능동지연행동의 수행능력이나 적응적 정서수준을 유지하는데 영향을 주는 기능적 특성에 대한 연구는 미비한 실정이다.

이에 따라 기존의 연구에서 지연행동의 이득으로 상황에서 융통성이 있고 창의적인 생각을 시사한 바(Knaus, W. J., 2000; Chu & Choi, 2005; 이정아, 2010; 김지연, 신희천, 2013), 이를 바탕으로 능동지연행동 집단의 특성과 관련성이 높아 보이는 변인을 탐색하고 지연행동유형별 차이를 확인하고자 한다.

먼저 지연행동과 관련된 변인으로 창의성을 들 수 있다. 지연행동유형연구에서는 창의성과 관련한 직접적인 연구는 없었으나 지연행동연구 결과에서 지연행동의 이득에서 창의성과 관련될 수 있음을 발견하였다(Knaus, W. J., 2000). 창의성 관련된 도서 및 연구에서는 창의적인 사람의 특징으로 미루는 행동을 공통적으로 제시하였다(Subotnik & Rena F., 1997; Adam Grant, 2016, p.165; Rena Subotnik, 2016, p.248). Adam Grant(2016, p.141)과 Rena Subotnik(2016, p.248)은 창의성과 미루는 행동과 관련하여 레오나르도 다빈

치, 마틴 루터킹, 링컨, 존 레논, 스티븐 잡스 등의 유명한 인물을 제시하였으며 이들은 인물들의 생애와 관련하여 마감 바로 직전 혹은 자신의 생애를 걸쳐 미루는 행동을 하였음을 설명하였다. 또한 Jihae Shin와 Katherine L. Milkman(2016)은 일반 대학생들을 대상으로 한 실험 연구에서는 일을 미룬 집단이 그렇지 않는 집단에 비해 28% 더 창의적인 결과를 밝혔다. 이를 통해 창의성과 지연행동이 관련될 수 있음을 시사하였다. 뿐만 아니라 작업에 바로 착수하고 나서 중간에 임의적으로 휴식을 취한 집단은 다시 작업에 시작하기 어려운 반면 의도적으로 작업을 미루게 된 경우는 적은 시간동안 다양한 가능성을 고려하여 훨씬 더 창의적인 아이디어를 생각했다는 평가를 받았다(Jihae Shin & Katherine L. Milkman, 2016).

이러한 창의성은 호기심, 개방성, 상상력 등과 같은 확산적 사고와 주로 관련되어 있으며 적응적인 요인 중에 하나로 손꼽히고 있다. 한편, 창의성을 저해하는 요인으로는 수렴적 사고 중 종결욕구를 들 수 있으며(강미라, 2016), 종결 욕구는 어떤 질문 혹은 문제에 대해 모호함을 피하고 어떠한 답이든 확실한 하나의 답을 도출하고자 하는 욕구이다(Kruglanski, 1989). 종결 욕구의 특징은 구조에 대한 선호, 예측 선호, 결단성, 모호함에 대한 불편감, 폐쇄성으로 구분할 될 수 있다(Kruglanski, 1989). 이러한 종결욕구와 지연행동유형을 관련지어 생각해 본다면 과제를 그 때 그 때 해결하여 과제를 미루는 상황을 만들지 않는 비지연행동이 다른 지연행동유형에 비해 종결욕구가 높을 가능성이 있다. 창의성의 특징과 지연행동유형의 연관성을 종합적으로 살펴보자면 부적응적인 수동지연행동을 제외한 두 유형이 창의성이 높을 수 있으며, 이 중에서 종결욕구가 높은 계획적인 비지연행동이 마감시간까지 유연하게 대처하는 능동지연행동에 비해 낮은 가능성이 있다.

한편, 유연성과 관련된 직접적인 연구는 없지만 능동지연행동의 주요 특징인 시간압박선호, 의도적 지연결정, 마감시간 충족, 결과에 대한 만족에 대한 특징을 살펴보면 유연적인 특징과 연관될 수 있다. 보통 과제수행에 있어서 마감시간이라는 ‘제한된 시간’과 ‘마감 시간’까지 과제를 수행하지 않을 경우 마감시간이 가까워질수록 시간압박이 높아질 가능성이 있다. 이러한 두 가지 요소는 과제 수행에 있어서 부정적인 영향이 미칠 수 있다. 예를 들어, 제한

시간 마감을 지키지 못할 경우 부정적인 결과를 낳을 수 있으며, ‘마감시간’에 대한 압박을 피하기 위하여 다양한 대안이나 생각을 고려하지 않은 채 결과를 마무리하는 경우가 있을 수 있다. 하지만 이러한 경우와 다르게 능동지연행동은 두 가지 요소에 대해서 유연하게 대처한다. 즉, 다시 말해 능동지연행동은 지연행동을 통해 다양한 대안을 마련할 수 있으며, 시간압박에 대해서도 도전감이 고취되고 동기화되어 마감시간을 충족시킬 수 있다. 반면, 수동지연행동은 제한된 마감시간을 충족을 못하며, 비지연행동은 시간압박으로 인해 수행과제에 있어서 빨리 결론을 내릴 수 있다. 따라서 인지적 유연성이 어려운 상황을 통제 가능한 것으로 지각하는 경향성, 생활 사건과 사람의 행동에 대해 다양한 대안적인 설명을 할 수 있는 능력, 어려운 상황에 다양한 대안적인 해결책을 고안해 낼 수 있는 능력(Dennis & Vander Wal, 2010)으로 봤을 때, 지연행동유형에서 능동지연행동의 특징과 가장 연관성이 있어 보인다. 수동지연행동은 부적응적인 대처능력으로 시간압박이라는 스트레스에서도 취약할 수 있으며, 비지연행동은 이를 피하기 위해 계획적으로 과제를 끝마침으로써 다양한 대안이나 제시하는데 능동지연행동보다 낮을 수 있다. 이러한 특징을 종합해보면, 미루는 행동을 보임에도 불구하고 시간압박에도 견디고 마감시간을 지키고 결과만족으로 연결될 수 있는 주요한 변인으로 보인다.

세 번째, 자기효능감 변인을 들 수 있다. 자기효능감은 스스로가 어떤 일을 해낼 수 있다고 생각하는 신념(Bandura, 1977)으로 지연행동연구에서 일관된 결과를 보고하였다(Chu & Choi, 2005). 김희정(2010)연구에서는 자기존중감 변인에서 능동지연집단이 비지연 집단과 비슷한 수준을 나타냈고, 하주희(2016) 연구에서는 자기효능감이 다른 집단에 비해 능동지연집단이 가장 높게 나왔다. 하지만 하주희(2016)는 지연행동유형을 분류하기 위해 중위점 분류와 군집분석을 혼합하여 사용하였다. 지연집단과 비지연집단 분류시 중위점으로 나눈 분류를 하지 않고 군집 분류를 하였을 시에도 유효한지에 대해서 다시 확인해 볼 필요가 있다.

한편, 기존의 중위점을 기준으로 한 지연행동유형의 분류에 대한 문제점이 제기되었다. Choi와 Moran(2009), 김희정(2010) 연구에서는 지연행동척도를

사용하여 중위점을 기준으로 비지연집단과 지연집단을 나누고 다시 지연집단을 능동지연척도를 사용하여 중위점을 기준으로 능동지연척도의 능동지연집단과 수동지연집단을 나누어 비교하였다. 하지만 중위점을 중심으로 분류한 집단은 분류 근거에 대해 설득력을 갖기 어렵다. 이에 따라 신을진, 고진경(2011)은 중위점을 기준으로 분류하지 않고 2단계 군집분석으로 분류하였으나, 군집분석의 특성상 표본이 갖는 특징에 따라 결과가 달라질 수 있으므로 반복연구를 제안하였다. 또한 능동지연집단과 비지연집단이 마감시간 충족 또는 결과 만족의 특징을 공유할 수 있으며, 일반적으로 시간압박은 스트레스의 요인으로써 시간압박을 선호하는 능동지연집단을 제외한 집단은 공통적으로 시간압박을 선호하지 않을 가능성이 높다. 따라서 본 연구는 능동지연행동과 수동지연행동의 특성을 중심으로 Hair와 Black(2000)가 제안한 2단계 군집분석을 통하여 지연행동유형을 분류하고자 한다.

요약하자면, 본 연구는 Chu와 Choi(2005)가 제안한 능동지연행동과 긍정적인 특성의 연관성을 밝히기 위해 지연행동을 유형별로 집단 구분하여 유형별로 일상적 창의성, 인지적 유연성, 자기효능감 중심으로 차이를 보고자 한다. 또한 중위점 중심으로 분류함으로써 나타날 수 있는 문제를 해결하고 신을진, 고진경(2011)이 실시하였던 Hair& Black(2000)의 2단계 군집분석을 통해 지연행동유형이 일관적으로 분류되는지 검증하고자 한다. 이를 통하여 지연행동유형의 특성에 대한 이해를 확장하며 능동지연행동이 기능적인 특성과 연관이 있음을 밝히고자 한다. 더 나아가 상담현장에서 능동지연행동의 기능적인 요인을 고려하여 지연행동유형에 따른 새로운 개입방안을 제안할 수 있음을 기대한다.

2. 연구문제 및 가설

본 연구는 지연행동유형에 따른 일상적 창의성, 인지적 유연성 및 자기효능감의 차이를 알고자 다음과 같이 연구문제를 제시하였다.

연구문제 1. 지연행동유형에 따라 일상적 창의성이 어떤 차이를 보이는가?

연구가설 1-1. 능동지연집단과 비지연집단은 수동지연집단보다 일상적 창의성이 높을 것이다.

연구가설 1-2. 능동지연행동은 비지연집단보다 일상적 창의성이 높을 것이다.

연구문제 2. 지연행동 유형에 따라 인지적 유연성이 어떤 차이를 보이는가?

연구가설 2-1. 능동지연집단과 비지연집단은 수동지연집단보다 인지적 유연성이 높을 것이다.

연구가설 2-2. 능동지연집단은 비지연집단보다 인지적 유연성이 높을 것이다.

연구문제 3. 지연행동 유형에 따라 자기효능감이 어떤 차이를 보이는가?

연구가설 3-1. 능동지연집단과 비지연집단은 수동지연집단보다 자기효능감이 높을 것이다.

연구가설 3-2. 능동지연집단은 비지연집단보다 자기효능감에서 높을 것이다.

II. 이론적 배경

1. 지연 행동

1) 지연 행동의 개념

고대에는 지연(procrastination)의 의미가 중의적으로 사용되었다. 지연(procrastination)의 어원은 라틴 동사‘procrastinus’에서 유래되었으며, ‘내일’을 의미하는 ‘crastinus’와 ‘앞으로 나아간다.’는 뜻의 ‘pro’가 결합되어 ‘해야 할 일을 나중에 미루는 것’으로 의미된다.(이정아, 2010). 현재의 관점에서 지연은 부정적 함축성을 지니지만 고대에는 ‘신중하게 결정하다.’는 뜻과 ‘게으름을 피운다.’는 두 가지 뜻으로 사용되었으며 18세기 중반까지는 중립적인 의미를 내포하였다(이정아, 2010). 고대 이집트에서도 미루는 행위를 두 가지 동사를 사용하여 표현했는데, 하나는 ‘게으름’의 의미였으며, 또 다른 하나는 ‘적당한 때를 기다린다.’라는 의미를 가지고 있었다(Adam Grant, 2016, p.165).

이렇듯 과거에는 지연행동이 중의적으로, 그리고 보편적인 특성으로 받아들여짐으로써 연구자들의 관심을 끌기에는 부족하였으나, 빠르게 변하는 사회 속에서 지연행동으로 고통을 호소하는 사람들이 늘어나면서(김희정, 2010) 1970년대 이후부터 지연행동에 관한 연구가 본격화되었다(신을진, 고진경, 2011).

지연행동은 ‘행동지연, 미루기 습관, 꾸물거림’ 등으로 다양하게 표현되어 왔으며, 다양한 표현만큼이나 학자들마다 다양하게 정의됐다. 대표적으로 Ellis와 Knaus(1977)는 지연행동을 ‘목표달성에 방해가 되는 비합리적 수행으로 지연하게 되는 역기능적인 행동’으로 보았으며, Lay(1986)는 ‘완성해야 하는 과제를 미루는 비합리적 경향성’으로 인지적 측면에서 정의하였다. Burka & Yuen(1983)은 ‘두려움이나 불안에 직면하는 것을 보호해주는 전략’으로 정서적인 측면에서 정의하였다. 이러한 다양한 관점에서 정의가 다양하게 하였으며, 이에 따라 현재 지연행동에 대한 합의된 정의가 없다(이정아, 현명호, 2009). 하지만 최근 연구에서는 안정적인 경향성으로 인지·정서·동기·행동 등

복합적인 상호작용으로 보고 있으며 다차원적인 측면에서 보려는 경향성이 지배적이다(신을진, 고진경, 2011).

최근에는 Klingsieck(2013)이 지난 40년간 발표된 지연행동의 연구를 조사한 후, 7가지 특징으로 지연행동의 개념 특성을 다음과 같이 구분하였다.

- ① 들어나 있거나 숨겨져 있는 형태의 미루는 포괄적 행동 특성
- ② 행동의 시작과 끝의 의도성
- ③ 개인의 중요성과 필요성에 따른 행동 결정, 개인의 의도적 특성
- ④ 개인에게 부과된 외부 문제로 인한 것이 아닌 자발적 개인 특성
- ⑤ 불필요하고 비이성적인 것
- ⑥ 잠재된 부정적인 결과를 인지하고 있음에도 불구하고 이뤄짐
- ⑦ 주관적인 불편함을 혹은 부정적인 결과와 동행

위의 내용을 종합해보면, 지연행동은 과제 수행에 있어 행동적인 측면에서 유사한 특성을 보이나, 행동으로만 국한되지 않고 인지·정서·행동을 포함한 포괄적인 특성으로 말할 수 있다. 덧붙여 주관적인 불편함, 부정적인 결과를 초래함을 인식함에도 불구하고 해야 할 일을 미루는 특성'이라 말할 수 있다.

반면, Chu와 Choi(2005)은 능동지연행동과 수동지연행동을 분류하고 지연행동의 기능적이고 긍정적인 측면을 제시하였다. 기존에 역기능적이고 부정적인 지연행동과 동일한 개념으로 수동지연행동을 보았다. 반면, 능동지연행동은 지연행동을 보이지만, 적절한 시기에 결정을 내리고 행동하는 시간조절 능력을 가지고 있어 의도적으로 연기하고 다른 중요한 일에 주의를 기울인다. 이들은 시간 압력 하에 일하는 것을 즐기며 마감시간이 다가올수록 도전적으로 동기화된다. 따라서 지연되는 상황이나 압박적인 상황에 대해서 부정적으로 받아들이지 않으며, 마지막까지 과제를 완수하여 적응적인 모습을 보인다.

본 연구에서 Chu & Chio(2005)이 제시한 수동지연과 능동지연행동의 특징을 중심으로 지연행동유형을 분류하고자 한다. 따라서 수동지연행동을 지연의 고전적 특성의 개념으로써, 주관적인 불편함, 부정적인 결과를 초래함을 인식함에도 불구하고 해야 할 일을 미루는 인지·정서·행동을 포함한 종합적인 특성으로 보인다. 반면 능동지연행동은 지연행동을 보이지만 결정능력과

실행능력을 가지고 있으므로 의도적으로 지연행동을 한다. 시간압력 하에 도전적으로 과제수행을 즐기며, 마지막까지 과제를 완수하여 만족스러운 결과를 이뤄내는 특성을 보인다.

2) 지연행동과 관련된 변인

선행 연구에서 지연행동과 다양한 변인 간에 관련 연구가 이뤄졌지만, 일관된 연구결과가 없는 것이 공통적으로 지적되는 문제이다. 앞서 언급했듯이, 지연행동은 합의된 정의는 없으나, 공통적으로 지연행동이 인지·정서·행동의 복합적이며 안정적인 특성을 지닌다. 따라서 지연행동의 특성에 대해 영향을 주는 변인, 과제 특성, 수행, 성격변인, 지연유발동기 중심으로 파악하고 이해하고자 한다.

먼저 지연행동은 과제의 호감도(Watson, 2001) 및 보상과 처벌간의 시간간격에 따라 영향을 받는다. Gropel과 Steel(2008)에 의하면 과제의 난이도가 높거나 많은 노력이 필요하거나 지루한 과제일수록 지연경향이 높은 것으로 나타났다. 또한 지연행동은 나중에 심리적 혹은 결과적으로 개인적 불리함을 낳더라도 당장 더 즐겁거나 보상을 주는 활동을 선호하므로 지연이 발생한다. 반면 지연행동에 대해서 즉시 처벌을 받게 되면 감소하는 성향을 볼 수 있는데(이정아, 2010) 이는 행동주의이론 측면에서 강화와 처벌로 설명될 수 있다. 다시 말해, 목표과제 이전에 목표과제보다 즉시 즐거움과 같은 강화활동이 있거나, 이전에 지연행동이 성공적인 결과를 낳았다면 지연행동 발생률이 높아진다(Steel, 2007). 이러한 측면에서 보았을 때, 능동지연행동이 ‘시간 압박’을 선호하는 요인이 결과적으로 ‘마감시간충족’과 ‘결과만족’을 나타냄으로써 강화 조건이 될 수 있음을 짐작할 수 있다.

둘째, 지연행동과 관련된 변인으로 수행 즉, 학업적 결과간의 관계를 연구자들이 연구하였으나, 일관된 결과를 도출 해내지 못했다. Tice과 Baumeister(1997, 재인용)연구에서 지연행동과 기말 성적에서 부적 상관을 보였으나 반복연구에서는 부적상관을 보이지 않았다. 한편으로, Aitken(1982)은 인지능력이 높은 학생이 지연행동 발생빈도가 더 높다는 주장이 제기되기도 하였다. 능동-수동 지연행동과 GPA(Grade Point Average)를 비교한 결과(Chu & Choi, 2005), 수동지

연행동은 GPA와 부적상관을 보였고, 능동지연행동 정적상관을 보였지만 유의미한 결과를 내지 못했다. 반면, 국내에서는 대학생 대상으로 학업지연을 연구한 결과, 능동지연집단과 비지연집단이 수동지연 집단에 비해 학업성취도 및 학습몰입이 높은 결과를 나타냈다(서미옥, 2014).

셋째, 성격과 지연행동연구에서는 주로 성격 5요인 모델과 연구되어 왔으며, 주로 일관되게 성격 5요인 모델의 성실성, 신경증과 관련성을 보였다(Watson, 2001). 연구결과 지연행동과 성실성 간에는 강한 부적관계를 보였으나, 신경증 간에는 일관되지 않았다(Lee, D. G. et al., 2006). Choi와 Moran(2009)의 연구에서는 능동지연행동 척도와 성실성, 정서적 안정에 대한 관계를 밝혔다. 먼저 성실성과 능동지연행동 척도 간에는 부적 상관이 있었으나 유의하지 않았다. 하지만 각 요인별로 보면 성실성의 열심히 일하는 측면에서 ‘의도적 지연 결정’요인 간에 유의미한 부적상관을 보이고 성실성의 책임감으로 일을 마무리하는 측면에서 ‘마감시간 충족’ 요인간의 강한 정적상관을 보였다. 한편 정서적 안정성과는 정적상관을 보였으며, 이는 능동지연행동이 높은 사람은 마감이 다가오더라도 높은 수준의 자기 확신과 긍정적 에너지를 보여, 마지막 순간에 시간압박으로부터 야기된 스트레스로부터 보호하고 과제 활동 과정에서 능동적으로 재조정하는 것으로 밝혔다.

지연행동에 대한 동기로 회피동기와 각성추구 동기와 관련하여 설명되고 있다. 회피동기는 실패에 대한 두려움으로 완벽주의 성향과 관련된 설명되며, 지연행동이 사회부과적 완벽주의 성향과 관련하여 유의미한 상관을 보였다(Fee & Tangney, 2000). 한편, 회피동기와 대비되는 각성추구 동기는 위협을 감수하면서 긴장감 있는 경험을 즐기는 감각추구경향성을 가짐으로서 지연유발 동기로서 고려된다(이정아, 2010). 일부 지연행동자는 과제를 수행할 수 있을 만큼 충분히 동기화하기 위해 스스로 마감 압박감이라는 위기 상황을 부여하고, 시간의 압력 하에 과제 완성을 위한 매진할 때의 고양감이 보상효과를 갖는 것으로 밝혀졌다(이정아, 2010). 이러한 동기적 측면에서 수동지연행동과 능동지연행동이 분류되는 특성을 이해할 수 있다.

3) 지연행동유형의 특성

지연행동에 대한 연구에서도 비일관적인 결과 및 시간에 대한 관점, 태도, 의지, 스트레스 지각 수준 등과 관련하여 지연행동이 차이가 보임에 따라 하위유형의 분류의 필요성이 증가하였다. 대표적으로 성격 특성에 따라 특성지연행동과 만성적 지연행동으로 분류(Altken, 1982)하기도 했고 동기에 따라 각성형과 회피형으로 분류(Ferrari, 1992)하기도 하였다. 또한 Lay(1988)는 상황에 따라 학습지연과 일반지연을 분류하기도 했다. 지연행동에 대한 분류는 지연행동을 보다 세부적으로 이해하는데 도움을 줄 뿐만 아니라 지연행동의 적응의 관계에서도 새롭게 탐색하고 새롭게 고찰하도록 한다.

본 연구는 Chu와 Choi(2005)이 제안한 고전적 지연행동의 의미인 수동지연행동과 기능적이고 적응적인 의미의 능동지연행동으로 분류하고자 한다.

먼저 고전적 의미인 수동지연행동은 삶의 전반적으로 나타나며, 학업이란 특정 분야에서 나타나는 학업지연, 우유부단한 태도를 보이는 결정지연, 삶의 중요한 결정을 미뤄 회피하는 신경증적 지연, 결정지연과 행동지연을 반복하는 강박지연, 일상적 생활을 계획하고 실천하는데 어려움이 있는 일상생활지연의 형태로 나타날 수 있다(최지연, 2010). 이러한 수동지연행동의 원인에 대해서는 실패 경험, 분리와 애착에 영향(Burka & Yuen, 1983)을 준다고 보았으며, 이는 실패공포와 과제 회피 공포가 영향(Solomon & Rothblum, 1984)의 결과와 연결된다. 지연행동과 다차원적 완벽주의 간에서 연구가 되었으며, 특히 사회부과적 완벽주의와 지연은 정적 상관이 있음을 국내외 연구를 통해 밝혀졌다(Fee & Tangney, 2000; 임성문, 강미정, 2006).

능동지연행동은 Chu와 Choi(2005)이 시간 압박에 대한 선호, 지연행동에 대한 의도적 결정, 마감시간을 충족하는 능력, 결과 만족의 4가지 특징을 밝혔으며 4가지 특징은 다음과 같다.

첫째, ‘결과 만족’은 능동지연행동이 지연행동 앞에도 불구하고 만족스러운 결과를 성취하며, 성취된 결과에 대해 만족을 느낀다고 본다. 이는 수동지연행동이 부정적으로 지각하여 실패하거나 포기하는 것과 다르며, 능동지연행동이 지연행동을 하게 됨으로써 과제에 수행시간이 줄어들어 대해서 도전적으로 받아드리고 완수하고 만족함으로써 긍정적인 효과를 가지는 것을 보여

준다.

둘째는 ‘긴박함의 선호’는 능동 지연행동의 정서적 특징으로서 과제 마감까지의 시간압박을 느낌으로서 도전적으로 성취동기가 고취가 되는 것을 의미한다. 이는 수동지연행동을 하는 사람들이 가지는 성공에 대한 자기 의심과 우울감과는 차이가 있다.

셋째는 ‘의도적 지연 결정’으로 능동지연행동의 인지적 특징으로 시기적절하게 자신의 행동을 결정하며 과제의 중요도에 따라 고의적으로 일을 미루는 것을 말한다. 이는 수동지연행동이 빨리 결정하지 못하고, 결정을 내리지 못하고 시간 안에 행동을 옮기지 못하는 것과 다르다.

마지막으로 ‘마감 충족’은 능동지연행동의 행동적 특징으로써 과제 시간 안에 수행을 지속하여 마무리 지을 수 있는 것으로, 수동지연행동들이 시간이 다가올수록 포기하는 것과 실패하는 것과의 차이를 보인다. 이를 통해 수동지연행동과 능동지연행동이 다른 형태의 지연행동으로 분류됨을 알 수 있다.

능동지연행동은 수동지연행동이 행동적인 부분에서는 공유되지만, 정서적 인지적 측면에서는 다르며, 비지연행동 간에는 유사한 측면이 보고되었다 (Chu & Chio, 2005; Choi & Moran, 2009).

국내 선행연구에서 지연행동유형의 특성을 살펴보면 다음과 같다.

먼저 김희정(2010)의 연구에서는 지연행동 유형의 특성을 살펴보면 수동지연집단은 높은 수준의 자기장애화, 감각추구, 공격자의식, 낮은 수준의 자존감, 내적통제와 상관이 높았다. 반면 능동지연집단은 낮은 수준의 자기장애화, 공격 자아의식, 높은 수준의 자존감에서 수동지연집단과 상이한 차이를 보였으며, 우울과 불안과 같은 심리적 고통에서는 비지연집단과 유의미한 차이를 보이지 않았다. 또한 능동지연의 하위요인인 의도적 지연결정과 불안의 관계에서 유의미한 정적관계가 존재함으로써 지연결정과 불안 사이에 정서적 고통이 있을 수 있다. 이는 능동지연행동과 수동지연행동이 지연행동을 지니는 특징을 공유하고 있지만, 능동지연행동은 수동지연행동과 달리 과제 수행에 있어서 계획적이고 주도적이며 자신에 대한 가치나 실패 또는 부정적 결과에 대해서도 의연하게 해석하는 기능상에 상이한 차이를 보인다. 자기 조절학습전략 부분에서도 능동지연집단은 수동지연집단에 비해 높은 초인지,

자기효능감, 시간과 학습 환경, 노력조절을 가지고 있으나 비지연집단보다는 낮은 결과를 보였다(신을진, 고진경, 2011). 몰입에서도 능동지연행동과 수동지연행동은 명확한 목표를 제외하고는 몰입의 하위유형에서 유사한 특징을 보였다. 반면 비지연행동과 수동지연행동은 유의미한 차이를 보였으며, 능동지연행동과 수동지연행동은 도전-기술 균형, 구체적 피드백, 행동-지각, 일치, 과제 집중, 통제감에서 유의미한 차이를 보였다(서은희, 김은경, 2012).

지연행동유형연구에서는 주로 능동지연행동과 수동지연행동의 차이에 주목하여 지연행동과 구분되는 집단으로 보았거나 능동지연행동과 수동지연행동의 차이에서 적응적인 수준을 비교하기 위한 기준으로 보았다. 따라서 비지연행동에 대해서는 구체적으로 기술된 연구는 없으나, 대다수의 연구에서는 비교적 계획적이고 적응적인 특성으로 보았다.

이를 종합해 봤을 때 수동지연행동, 능동지연행동, 비지연행동은 구분되는 특징을 보인다. 특히, 능동지연행동과 비지연행동과 달리 수동지연행동은 미루는 행동으로 인해 적절하게 대응하는 전략이 부재하거나 부적응적인 특징을 보였다. 반면, 능동지연행동은 수동지연행동과는 미루는 행동으로 유사한 특징을 보였지만 지연행동에 대한 심리적, 행동적 대처전략이 달랐다. 또한 전반적인 심리적 특성은 비지연행동과 상대적으로 낮은 수준 또는 유사한 특징을 보임으로써 적응적인 특징을 보였다. 이를 통해 능동지연행동이 비교적 계획적인 비지연행동과 지연행동에서 차이를 보이지만 적응적인 수준이 비슷함에 따라 외부에 대처하는 행동양식이 다를 수 있다. 예를 들어, 비지연행동이 과제에서 신속하게 결론을 내리고 체계적으로 일처리하는 방식인 반면, 능동지연행동은 상황에 맞춰 개방적으로 과제의 우선순위에 따라 의도적으로 지연을 결정하고 행동하는 방식일 수 있다.

하지만 대다수의 연구에서는 능동지연행동과 수동지연행동의 차이를 구분하는데 초점을 맞추고 있으며, 능동지연이 수동지연의 수준을 보이지만 적응적 수준의 비지연행동만큼 결과, 태도, 시간지각 능력 등의 결과를 낼 수 있는 요인에 대한 연구는 없는 실정이다.

2. 일상적 창의성

1) 일상적 창의성의 개념 및 특징

창의성의 사전적 의미로는 새로운 것을 생각해내는 특성으로서, 교육심리학에서는 창의성을 ‘새로우면서 독창적이고, 유용한 것을 만들어 내는 능력’ 혹은 ‘전통적인 사고방식을 벗어나서 새로운 관계를 창출하거나, 비일상적인 아이디어를 산출하는 능력’ 등으로 다양하게 개념화되고 있다(교육심리학용어사전, 2000).

창의성은 새로운 결과물을 창출하고 다양한 문제를 독창적으로 해결하기 위한 현대 사회를 살아가기 위한 하나의 생존 수단(손충기, 김명철, 2007)으로 필수적일 뿐만 아니라 전문적 분야를 넘어 일상생활 속에서까지 확대되었다. 다시 말해 창의성은 기존의 천재들의 특성을 넘어 일상생활에서 효율적인 방법을 구상하고 적절한 아이디어를 창출 사회적 적응과 자아실현을 도모하는 기제로 작용하고 있다(정찬우, 2014).

이러한 창의성에 대해 다양한 개념화에 따라 대부분의 사람들은 독특하고 다양한 표현의 확산적 사고와 동일시한다. 하지만 창의성 구성요소들 간의 상호작용을 주장하는 많은 학자들은 일반적 지식과 특수적 지식, 확산적 사고 능력, 논리적 사고, 수렴적 사고와 같은 정의적 특징과 환경적 요인이 복잡하게 작용하여 발휘된다고 강조했다. 뿐만 아니라 최근 연구에서 창의성에 대해서도 전문적 분야와 일상적 영역에서 창의성을 분류하려는 시도가 활발하다(최일호, 최수인, 2001; 정은이, 2002).

따라서 정은이(2002)가 제시한 일상적 창의성에 대한 개념은 다음과 같다.

일상적 창의성은 일상생활에서 다양하게 발휘되며 보편적인 경향으로 생존 능력, 성장발전의 동기로 볼 수 있으며 적응과 개인적 행복의 요인으로 볼 수 있다. 또한 일상적 창의성은 사람들이 대처하는 것을 도와주고 육체적 심리적 건강과 행복을 증진시켜주며 자아실현을 할 수 있도록 도와준다. 이와 달리 전문적 창의성은 사회나 관계 조직에 의해 인정을 받는 창의적 사람이거나 그들의 산물들을 일컬어지는데 곧 보상이나 명예, 업적, 대중에게 알려지는 것들이 포함되며 공통적으로 사회적 인정으로 볼 수 있다. 이러한 전문적

창의성의 특성은 고흐나 피카소와 같은 미술가, 혹은 장영실, 노벨과 같은 과학자처럼 전문적이고 특별한 것으로 인식되며 후세에도 보편적 특징이 아닌 배타적으로 인식되기도 한다(정은이, 2002).

이는 정은이(2002)가 정리한 창의성 암묵 이론적 구조에서도 볼 수 있다. 일상적 창의성은 독창적 유연성, 대안적 해결력, 모험적 자유 추구, 이타 자아확신, 관계적 개방성, 자기 주장성, 개성적 독립성, 탐구적 몰입 등 9개의 요인을 나타냈다. 이 반해, 전문적 창의성 암묵 이론적 구조는 독창적 유연성, 개성적 신념, 사회적 지지, 탐구적 관심, 자기 주장성, 결단력, 흥미, 다양 변화 대처, 성취욕, 공상 등 10개의 요인으로 나타냈다. 일상적 창의성과 전문적 창의성은 독창적 유연성과 자기 주장성 2개만 공통 요인으로 추출되고 나머지는 다른 요인이었다. 이는 전문적 창의성은 탁월한 창의성을 발휘하기 위해 환경적, 사회적 지지가 중요한 것에 반해 일상적 창의성은 타인과의 원만한 관계 교류, 타인을 배려하는 등의 요소 등이 포함되어 있어 적응적 삶에 있어 필요조건으로 역할을 하고 있는 것으로 시사된다. 이러한 일상적 창의성에 대한 세부 정의는 다음의 <표1>와 같다.

<표1> 일상적 창의성 하위요인별 개념 및 조작적 정의(정은이, 2005)

요인	개념적 정의	조작적 정의
1.독창적 유연성	융통성 있는 사고를 바탕으로 일상생활을 유지하는데 필요한 참신하고 독특한 아이디어를 생성하는 능력	<ul style="list-style-type: none"> - 전혀 어울릴 것 같지 않은 것들을 결합해 뭔가를 만든다. - 하나의 지식을 얻으면, 응용하여 다른데 적용해 본다.
2.대안적 해결력	문제에 직면했을 때 여러 가지 실현 가능한 대안을 생각하고 적절히 해결하는 능력	<ul style="list-style-type: none"> - 해결하기 어려운 일에 닥쳤을 때 여러 가지 대안을 생각해 본다. - 한 가지 일을 여러 각도에서 생각해 보고 실행한다.
3.모험적 자유추구	다양한 경험과 자유를 추구하려는 경향	<ul style="list-style-type: none"> - 틀에 얽매이지 않고 자유롭게 사고한다. - 여러 가지 다양한 경험을 해보려고 한다.

4.이타적 자아확신	다른 사람을 이해하며 그들과 공존하는 범위 내에서 자신의 잠재 능력을 확신하는 경향	<ul style="list-style-type: none"> - 자신의 잠재력에 대한 믿음이 강하다. - 세상에 꼭 필요한 사람이라고 생각한다.
5.관계적 개방성	새로운 경험이나 생각을 기꺼이 수용하려는 경향	<ul style="list-style-type: none"> - 여러 명이 함께 하는 일이 있을 때 협조하려고 노력한다. - 더 나은 아이디어라면 내 생각과 다르더라도 받아들인다.
6.개성적 독립성	다른 사람의 생각이나 평가에 개의치 않고 혼자서 일을 하려는 경향	<ul style="list-style-type: none"> - 남에게 얽매이는 것이 싫다. - 남들과 똑같은 방식과 행동을 싫어한다.
7.탐구적 몰입	주변의 사물이나 현상에 대해 관심을 갖고 흥미 있는 일에 몰입하려는 경향	<ul style="list-style-type: none"> - 내가 좋아하는 일은 시간 가는 줄 모르고 한다. - 흥미 있는 일은 다른 일을 제쳐두더라도 꼭 해내고야 만다.

2) 일상적 창의성과 지연행동

분류하여 창의성과 관련된 연구는 없었으나, 지연행동 연구에서 지연행동이 창의적 생각을 시사했다(Knaus, W. J, 2000; Chu& Choi, 2005; 이정아, 2010; 김지연, 신희천, 2013). 또한 창의성에 관한 연구에서 지연행동을 언급함에 있어 지연행동과 창의성을 연관 있음을 시사한다.

Van Eerde(2003)은 창의성과 융통성을 요하는 상황에서는 일부 지연행동이 기능적일 수 있다고 보았다. 이러한 결과에 대해서 Chu와 Choi(2005)는 과제에 특성에 따라 지연행동의 발생가능성과 수행수준의 차이를 반영한다고 보았다. 이처럼 지연행동이 과제의 특성에 반영될 수 있으나, Rena Subotnik(1999)연구에 의하면 과학 연구 선발 대회 수상자들을 10년 후에 사회생활, 건강관련 행동, 일상적 활동, 창의적 활동의 4가지 영역에서 대해 지연행동과 관련된 인터뷰하였다. 연구결과, 68%의 수상자들이 4가지 영역 중 2가지 영역에서 미룬다고 보고하였으며, 이는 미루기가 창의적 영역에서 유용성을 시사하였다. 또한 Ut Na Sio와 Thomas C. Ormerod(2009) 연구결과, 미루기는 해결책 찾는데 너무 서둘러 선택하지 않고 생각을 무르익도록 해주는 방법으로 제시하였다. Jihae Shin & Katherine L. Milkman, (2016)의 연

구에서는 일을 미룬 사람들이 28% 창의적이라는 평가가 나왔다.

이러한 연구를 종합해보면 창의성을 요하는 분야에서는 미루는 행동은 생각을 무르익게 하는 하나의 방편으로 삼고 있으며 이는 하나의 분야에 국한된 것이 아니라 보편적으로 발견될 수 있으며, 신경학적으로도 지연 행동이 창의성과 통찰력과의 관계가 있음을 알 수 있다.

3. 인지적 유연성

1) 인지적 유연성의 개념 및 특징

유연성은 사전적 의미로 ‘딱딱하지 아니하고 부드러운 성질과 정도’의 특성을 가지며 유연성은 탄력, 탄성(elasticity), 복원력, 병·불행으로 부터의 신속한 회복력, 쾌활성, 압력이 가해질 때 원래 상태도 되돌아올 수 있는 물질의 유연함, 탄성을 의미한다.(조경숙, 2012) 이러한 유연성의 개념은 경제, 보건, 공학, 심리 등 다양한 분야에서 사용되고 있다.

심리학 분야에서도 유연성은 다양하게 정의되고 개념화되는데, 인지적 유연성 대표적인 정의로 다음과 같다. Thurston과 Runco(1999)는 “변화 가능 능력” Martin과 Rubin(1994)은 “주어진 상황에서 이용 가능한 대안에 대한 인식과 상황에 적응하고 순응하고자 하는 자발성, 유연함에 있어서의 자기 효능감”, Dennins과 Vander Wal(2010) “어려운 상황을 통제 가능한 것으로 지각하는 경향성, 생활 사건과 사람의 행동에 대한 다양한 대안적인 설명을 할 수 있는 능력, 어려운 상황에서 다양한 대안적인 해결책을 고안해 낼 수 있는 능력”을 말한다. 이를 통해 국내에서 홍숙지(2006)는 “창의적이고 새로운 아이디어를 생각해 낼 수 있는 능력, 다양한 관점에서 문제를 바라보고 해결할 수 있는 능력, 복잡하고 새로운 상황에 문제에 흥미를 느끼고 회피하지 않는 태도”라고 정의했다. 이러한 정의와 관련하여 연구에서도 적용 기제로 보고 있다(허심양, 2011; 임선영, 권석만, 2012). Leary(1957)는 대인관계에서 유연한 사람은 상황에 따라 적응을 잘하는 건강한 사람으로, 불안감을 최소화하고 자존감을 최대화하는 방식으로 환경의 압력에 적응한다고 하였다. 또한 Snyder(1974)는 자기를 조절할 수 있는 사람은 사회적 상황에서 다른 사

람의 요구나 다양한 사회적 역할에 신속하고 효과적으로 대처하는 유연성을 보여 더 적응적이라고 하였다.

2) 인지적 유연성과 지연 행동

인지적 유연성과 지연행동에 관한 직접적인 연구는 없으나, 선행연구를 통하여 능동지연행동과 연관될 수 있을 살펴보고자 한다.

홍숙지(2006)는 유연성과 창의성에 대해서 유연성이 높은 사람들은 창의적이고 새로운 아이디어를 생각해 낼 수 있으며 다양한 관점에 문제를 바라보고 해결할 수 있다고 하였다. 또한 정준성(2008)은 심리적 안녕감과 적응유연성이 높은 상관을 보이며, 창의성과도 높은 상관이 있음을 밝혔다. 허심양(2011)은 완벽주의와 부적응 관계에서 인지적 유연성의 통제요인이 매개역할을 하는 것으로 확인하였다. 이는 지연행동과 완벽주의가 밀접한 관련이 있음을 연구에서 밝힌바, 지연행동유형에 특성에 따라서도 연관되어 차이를 보일 것으로 본다.

한편, 유연성과 대비되는 특성인 인지적 경직성은 인지에서 유연성 부족을 의미하며 사람들이 문제에 대한 대안적 해결책을 고려하지 못하고, 우울, 무력감, 희망 상실감을 갖게 하는 것이다(허심양, 2011). 인지적 경직성의 특징은 수동지연행동이 높을 때 갖는 부정적인 특성과 유사하다. 따라서 인지적 유연성이 능동지연행동과 수동지연행동의 차이를 보일 수 있는 요인으로써 작용될 수 있으며, 비지연과 비슷한 수준의 적응, 능력을 가질 수 있는 능동지연만의 고유한 요인으로 설명될 수 있을 것이라 본다.

4. 자기효능감

1) 자기효능감의 개념 및 특징

자기효능감(Self-efficacy)은 ‘스스로가 어떤 일을 해낼 수 있다고 생각하는 신념’으로, Bandura의 사회 인지적 이론에서 발전됐다. 사회인지 이론에서는 인간의 행동의 기본적 동기를 자기조절체계로 보았다(Bandura, 1977). 또한 사회인지이론은 심리적 기제가 개인의 내적 성향 혹은 외적 자극에 의해

자동적으로 조절되기보다 의식적이고 의도적인 자기 조절에 의해서 상호 작용한다고 보았다(Bandura, 1988). 이 때, 개인의 지각과 행동을 중재하는 동기적 요인을 자기효능감이라 하며, 개인이 자신의 능력과 효율성에 대해 어떻게 지각하고 판단하는지가 행동과 수행수준을 결정하는 것을 의미한다(김아영, 2004).

이러한 자기효능감은 3가지 하위요인으로 이뤄져 있다. 첫 번째 하위요인은 ‘자신감’으로 자신의 능력에 대한 개인의 확신 또는 신념의 정도라는 축소된 의미를 적용할 수 있다(김선훈, 1998). 두 번째 하위요인은 자기‘조절 효능감’으로 개인이 자기조절 즉, 자기관찰, 자기판단, 자기반응을 잘 수행할 수 있는가에 대한 효능 기대를 의미한다(차정은, 1997). 세 번째 하위요인은 ‘과제 난이도 선호’로 개인이 어떤 수행 상황에서 목표를 선택하고 설정할 때 어떤 수준의 난이도를 선호하는가를 측정하는 것이다(김선훈, 1998). 즉, 자기효능감의 정도가 높은 경우에는 자신이 통제하고 다룰 수 있다고 생각하는 도전적인 과제를 선택하는 과정을 통해 표출된다(차정은, 1997). 즉, 자기효능감이 높은 경우에는 도전적인 과제들을 선택하고, 낮은 경우에는 자신의 능력을 넘는다고 생각한 경우 과제를 피하려 하거나, 조절할 수 있는 과제만을 선택한다(Bandura, 1977).

이러한 자기효능감에 대해 Bandura는 계속적으로 발달하고 교육 혹은 훈련으로 향상될 수 있다고 보며, 다음과 같은 방법으로 증진할 수 있다고 보았다(김아영, 탁하얀, 이채희, 2010). 첫째, 자신의 성취로 인한 직접적인 성공 경험은 효능 기대를 높여 자기효능감을 발달시킬 수 있다. 둘째, 모델의 성취 경험을 관찰하는 것도 효능 기대를 높이는데, 이 경우는 자신과 모델이 비슷하다고 느끼는 경우 더욱 영향을 준다. 셋째, 권위자나 중요한 타인의 사회적 설득이 효능감을 증진시키는데, 예를 들어 “너는 할 수 있다.”등과 같은 언어적 표현이 수가 된다. 넷째, 심장박동이나 땀의 분비와 같이 수행 상황에서의 자신의 생리적 지표를 어떻게 해석하느냐에 따라서 효능감에 영향을 미친다. 예를 들어, 수행 상황에서의 심장 박동을 자신이 불안으로 해석하는 경우에는 효능감이 떨어지는 반면, 생리적 각성이라고 해석하는 경우에는 효능감이 증진된다. 자기효능감과 관련된 선행연구들에 의하면 자기효능감이 높은 사

람은 자신과 비슷한 수준의 지식과 기술을 가진 타인보다 자신이 가진 자원을 더 효율적으로 사용할 수 있으며, 같은 사람이라도 자기효능감이 높은 경우 보다 더 큰 성취를 한다고 보았다(Bandura, 1977).

2) 자기 효능감과 지연행동

자기효능감은 우울의 정서적, 인지적, 동기적, 생리적인 측면과 부적 상관을 보이고 있으며, 우울과 함께 대인관계 문제, 학업 문제, 경제 문제 등과 같은 스트레스와 부적 상관을 가지고 대인관계에 직·간접적인 영향을 준다고 밝혔다(박현미, 2013).

자기효능감이 높을 경우에는 일상적인 과제에 대해서 좀 더 통제력을 가지고 효율적으로 수행할 수 있으며(김선혜, 1999), 자기효능감의 하위요인인 자신감과 자기조절효능감이 높을수록 심리적 건강은 좋아지며, 정신 병리 증상은 덜 나타난다(김선혜, 1999). 이를 보면 자기효능감이 높은 사람은 스트레스를 덜 받고 부정적인 정서를 덜 느끼며, 심리적 건강을 유지할 수 있는 것으로 보인다. 이는 능동지연행동과 수동지연행동을 구분 짓는 중요한 요인으로 볼 수 있다.

김근홍, 이민규(1998)는 완벽주의 경향이 높을수록 우울감이 증가하는데 반해, 자기효능감이 높은 집단의 경우 완벽주의 경향이 높아도 우울감이 증가하지 않는 것을 보아서 자기효능감이 우울이라는 정서 변인을 매개함을 밝혔고, 이를 보면 자기효능감이 높은 사람은 스트레스를 덜 받고 부정적인 정서를 덜 느끼며, 심리적 건강을 유지할 수 있는 것으로 보인다.

자기효능감 관련 연구들에서 밝혀진 결과를 종합해보면 자기효능감이 높은 사람들은 낮은 사람들보다 더 잘 인내할 수 있으며, 바람직하지 못한 행동들을 더 쉽게 멈출 수 있음을 알 수 있다. 이를 보아 자기효능감이 높을 경우 일상적인 과제에 대해서 좀 더 통제력을 가지고 효율적으로 수행할 수 있을 것이라고 볼 수 있다.

이러한 특징으로 인하여 자기효능감은 지연행동연구에서 일관된 결과를 보고하였으며(chu & Choi, 2005), 중다회귀분석을 한 결과 자기효능감이 지연행동을 예측하는 유일한 변인으로 나타났다(Mccarthy & Skay, 1998). 국내에서

는 능동-수동행동과 삶의 만족도의 관계에서 자기효능감의 매개 효과(최슬기,2014)로 밝힌바 있다. 하지만 집단을 구분하지 않았으며 하주희(2016) 연구에서는 자기효능감에서 능동지연집단이 다른 집단에 비해 가장 높게 나왔다. 하주희(2016)는 지연행동유형을 분류하기 위해 중위점 분류와 군집분석을 혼합하여 사용하였다. 지연집단과 비지연집단을 분류시 중위점으로 나눈 분류를 하지 않고 군집 분류를 하였을 시에도 유효한지에 대해서 다시 확인해 볼 필요가 있다.

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구는 G광역시, B광역시, G시 지역에 소재한 7개교의 대학생 400명을 대상으로 실시되었다. 총 400부의 자료가 수집되었으나 20부의 경우, 여러 척도에 걸쳐 같은 번호로 표기하거나 설문지의 문항이 빠짐으로써 이를 제외한 380부의 자료만을 분석하였다.

2. 측정도구

1) 일반지연행동 척도

본 연구에서 일반지연척도를 사용한 것은 지연행동유형 분류에 있어 능동지연척도와 일반지연행동척도를 함께 사용함으로써 Chu와 Choi(2005)제안한 지연행동유형의 특성을 자연스럽게 드러낼 수 있도록 하기 위함이다. 능동지연척도가 일반적인 상황에 대한 것으로 일반지연척도 또한 학업적 상황과 같이 특정한 상황에서 국한되지 않은 척도를 사용하였다. 일반지연척도는 Lay(1986)가 개발한 일반지연척도(General Procrastination: GP)를 국내에서 임성문(2006)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 지연행동의 행동적 측면을 측정하는 도구로써, 총 20문항의 단일척도로 구성되어 있다. 문항은 ‘나는 일반적으로 내가 해야 할 일의 시작을 미룬다.’와 같은 문항으로 이루어졌으며, ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘항상 그렇다’ 5점으로 구성된 Likert 척도이다. 문항 중 10문항(3, 4, 6, 8, 11, 13, 14, 15, 18, 20)의 역채점 문항이며, 점수의 합계가 높을수록 수동지연행동의 빈도가 높다고 볼 수 있다. 선행연구의 내적 합치도(Cronbach's α)는 임성문(2006) 연구 .80, 김희정(2010) 연구 .83이었다. 본 연구의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .839이었다.

2) 능동지연행동척도

본 연구에서는 일반지연행동척도와 함께 지연행동유형을 구분하기 위하여 능동지연행동척도를 사용하였다. Chu와 Moran(2009)이 개발한 능동지연행동척도(Active Procrastination: AP)를 국내에서 김지연, 신희천(2013)이 번안하고 타당화한 척도를 사용하였다. 이 척도는 16문항으로 능동지연행동의 4가지 하위요인인 시간 압박에 대한 선호(4문항), 지연행동에 대한 의도적 결정(4문항), 마감시간을 충족하는 능력(4문항), 결과 만족(4문항)에 대한 내용이 포함되어 있으며, 점수가 높을수록 능동적인 지연행동의 빈도가 높은 것을 의미한다.

이 척도는 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점부터 ‘매우 그렇다’까지 7점 Likert 척도로 구성되어 있으며 이 중 12문항이(1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 13, 14, 15, 16) 역채점 문항이다. 선행연구의 내적 합치도(Cronbach's α)는 Chu와 Moran(2009) 연구에서 .80, 김지연, 신희천(2013)의 연구에서는 .79였다. 본 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 <표3>와 같으며, 각 하위 요인별로 시간압박 선호 .815, 의도적 지연결정 .738, 마감시간 충족 .743, 결과만족 .618로 나타났으며 전체 .748로 나타났다.

<표2> 능동지연 하위요인별 문항구성 및 내적 합치도

하위요인	문항번호	문항 수	Cronbach's α
시간압박선호	5*, 6*, 7*, 8*	4	.815
의도적 지연결정	9, 10, 11, 12	4	.738
마감시간충족	13*, 14*, 15*, 16*	4	.743
결과만족	1*, 2*, 3*, 4*	4	.618
전 체		16	.748

* 역채점 문항

3) 일상적 창의성 척도

본 연구는 예술이나 과학 분야와 같은 분야의 전문적 창의성이 아닌 일상 생활에서 보편적으로 일반화할 수 있는 창의성을 측정하기 위해 정은이(2002)가 국내 상황에 맞게 개념화하고 타당화한 일상적 창의성 척도를 사용

하였다.

이 척도로 총 36개의 문항으로 7개의 하위요인인 독창적 유연성(8문항), 대안적 해결력(5문항), 모험적 자유추구(5문항), 이타적 자아확신(6문항), 관계적 개방성(6문항), 개성적 독립성(3문항), 탐구적 몰입(3문항)으로 구성되어 있다.

하위 요인의 의미는 다음과 같다. ‘독창적 유연성’은 융통성 있는 사고를 바탕으로 일상생활을 유지하는데 필요한 참신하고 독특한 아이디어를 생성하는 능력을 말하며, ‘대안적 해결력’은 문제에 직면했을 때 여러 가지 실현 가능한 대안을 생각하고 적절히 해결하는 능력을 말한다. 또 ‘모험적 자유추구’은 다양한 경험과 자유를 추구하는 경향성을 의미한다. ‘이타적 자아확신’은 타인을 이해하며 그들과 공존하는 범위 내에서 자신의 잠재 능력을 확신하는 경향, ‘개성적 독립성’은 다른 사람의 생각이나 평가에 개의치 않고 혼자서 일을 하려는 경향, ‘탐구적 몰입’은 주변의 사물이나 현상에 대해 관심을 갖고 흥미있는 일에 몰입하려는 경향이다.

이 척도는 ‘전혀 아니다.’ 1점부터 ‘매우 그렇다’ 5점으로 구성된 5점 Likert 척도이며, 이 중 3문항(13, 21, 27) 역채점 문항이다. 척도의 총점이 높을수록 일상적 창의성이 높다는 것을 의미한다. 선행연구에서 내적 합치도(*Cronbach's a*)는 정은이(2002) 연구에서 .90, 정찬우(2014) 연구에서 .891이다. 본 연구에서 내적 합치도(*Cronbach's a*)는 <표3>와 같으며, 각 하위 요인별로 독창적 유연성 .854, 대안적 해결력 .701, 모험적 자유추구 .660, 이타적 자아확신 .804, 관계적 개방성 .608, 개성적 독립성 .641, 탐구적 몰입 .552로 나타났으며 전체 .912로 나타났다. 본 연구에서는 탐구적 몰입 .552이 .6을 넘지 않아 신뢰도에 문제가 제기 될 수 있으나 전체 신뢰도는 저해하지 않음에 따라 따로 제거하지 않았으나 해석에서는 주의할 필요가 있다.

<표3> 일상적 창의성 하위요인별 문항구성 및 내적 합치도

하위요인	문항번호	문항 수	Cronbach's <i>a</i>
독창적 유연성	3, 16, 17, 18, 19, 30, 31, 32	8	.854
대안적 해결력	1, 2, 9, 10, 11	5	.701
모험적 자유추구	21*, 22, 24, 25, 34	5	.660
이타적 자아확신	7, 8, 15, 23, 28, 29	6	.804
관계적 개방성	13*, 14, 27*, 33, 35, 36	6	.608
개성적 독립성	6, 12, 26	3	.641
탐구적 몰입	4, 5, 20	3	.552
전 체		36	.912

* 역채점 문항

4) 인지적 유연성 척도

본 연구에서는 인지적 유연성을 측정하기 위해서 Dennis & Vander Wal(2010)이 개발한 인지적용 유연성 검사 척도(Congnitive Flexibility Inventory: CFI)를 국내에서 허심양(2011)이 번안하고 타당화한 척도를 사용하였다.

인지적 유연성척도는 총 19문항의 대안과 통제의 2가지 하위요인으로 구성되어 있다. 이는 '어렵다'고 지각하는 상황을 통제 가능한 것으로 지각하는 경향성인 '통제'척도(8문항)과 생활 사건과 타인의 행동상황에 대한 다양한 설명과 해결책을 고안해 낼 수 있는 능력인 '대안'척도(11문항)으로 구성되어 있다. 이 척도는 '전혀 그렇지 않다' 1점부터 '전적으로 그렇다'까지 7점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 총점이 높을수록 인지적 유연성이 높은 것을 의미한다. 허심양(2011)의 연구에서는 내적 합치도 (Cronbach's *a*)는 .86이었다. 본 연구에서 연구 결과 내적 합치도(Cronbach's *a*)는 <표4>와 같으며 대안 .899으로 나타났고 통제요인은 분석 결과, 11번 문항이 신뢰도를 해치는 문항으로 분류되어 11번 문항을 제거한 후 검증한 결과 .706이었다.

<표4> 인지적 유연성 하위요인별 문항구성 및 내적 합치도

하위요인	문항번호	문항 수	Cronbach's <i>a</i>
대안	3, 5, 6, 8, 10, 12, 13, 14, 16, 18, 19	11	.899
통제	1, 2*, 4*, 7*, 9*, (11), 15, 17*	7	.706
전 체		18	.872

* 역채점 문항, () 제거된 문항

5) 자기효능감 척도

본 연구에서 자기효능감을 측정하기 위해 김아영, 차정은(1996)이 개발한 일반적 자기효능감 척도를 김아영(1997)이 수정한 척도로 사용하였다. 이 척도는 총 24문항으로, 3개의 하위요인인 자신감(7문항), 자기조절 효능감(12문항), 과제 난이도 선호(5문항)으로 구성되어 있다. ‘자신감’ 요인은 ‘개인의 도전이나 활동에서 스스로 할 수 있다’는 개인의 확신 또는 신념을 의미하며, ‘자기조절효능감’ 요인은 과제를 달성하고자 할 때, ‘상황을 통제하고 분석할 수 있다’는 효능적 기대이며, 마지막으로 ‘과제 난이도 선호’요인은 개인이 수행 목표를 설정할 때 어렵거나 새로운 과제를 통제하여 ‘충분히 해낼 수 있다’는 믿음으로 난이도를 선택하는 것을 의미한다.

문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 6점 Likert 척도이며 점수가 높을수록 자기효능감이 높은 것을 의미한다. 선행 연구에서의 내적 합치도(Cronbach’s *a*)는 최슬기(2016) 연구 .871이었다.

본 연구에서 내적 합치도(Cronbach’s *a*)는 <표5>와 같으며, 각 하위 요인 별로 자신감 .811, 자기조절 효능감 .858, 과제 난이도 선호 .827 나타났으며 전체 .827로 나타났다.

<표5> 자기 효능감 하위요인별 문항구성 및 내적 합치도

하위요인	문항번호	문항 수	Cronbach’s <i>a</i>
자신감	1*, 3*, 5*, 10*, 11*,13*, 16*	7	.811
자기조절 효능감	2, 4, 7, 8, 12, 14, 17, 19, 20, 21, 23, 24	12	.858
과제 난이도 선호	6*, 9*, 15, 18, 22	5	.827
전 체		24	.852

* 역채점 문항

3. 연구 절차

본 연구는 G광역시, B광역시, G시 지역에 소재한 7개 대학교의 대학생 400명을 대상으로 2016년 9월 1일부터 9월 24일까지 약 4주간 설문조사를 실시하였다. 설문에 응한 학생을 대상으로 연구 목적 및 비밀 보장, 설문지 시간 및 응답방법 등을 설명한 후 설문 조사가 실시되었다. 설문지의 소

요 시간은 15~20분 정도였으며, 설문 조사를 마친 학생들에게는 소정의 증정품을 제공하였다. 총 400부의 자료가 수집되었으나 20부의 자료의 경우, 여러 척도에 걸쳐 같은 번호로 표기하거나 설문지의 문항이 빠져있어 이를 제외한 380부의 자료만을 분석 하였다.

4. 분석 방법

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 23.0을 사용하여 다음과 같은 절차에 따라 분석을 실시하였다.

첫째, 연구 대상자의 인구 통계학적 특성을 알아보기 위해 기술 통계를 실시하였으며, 각 변인들의 신뢰도 검증을 위하여 내적 합치도(*Cronbach's α*)를 산출하였다.

둘째, 주요 변인들 간의 상관관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다.

셋째, 일반지연 척도와 4개의 능동지연행동 하위요인에 따라 지연행동 유형을 구분하기 위해 Hair와 Black(2000)가 제안한 2단계 군집분석 방식을 따랐다. 이 방법은 위계적 군집 분석인 Wards 방법과 비위계적인 군집 분석 K-means 방법을 순차적으로 사용한다. 1단계는 제곱 유클리디안 거리 간격을 적용한 위계적 군집분석인 Wards 방법을 통해 군집 수를 결정한다. 2단계는 군집들의 평균점수를 초기 중심으로 사용한 비위계적인 군집분석인 K-means 분석을 실시한다. 이 때, 1단계에 결정된 군집 수를 설정하여 최종군집을 선정하였다. 이는 위계적 군집분석만을 사용하여 발생할 수 있는 문제, 즉 이탈될 정도가 큰 사례가 군집형성에 미치는 영향을 최소화하기 위해 사용되었다.

넷째, 군집분석으로 분류된 각 집단이 일상적 창의성, 인지적 유연성, 자기 효능감에서 유의미한 차이가 있는지 알아보기 위해 다변량 분석(MANOVA)를 실시하였다. 또한 집단의 유의미한 차이를 알아보기 위한 사후검증시, 등분산을 가정할 경우와 가정하지 않을 경우로 나뉘 등분산을 가정할 시 Scheffé 검정을 가정하고 등분산을 하지 않을 시에는 Tamhane의 T2를 실시하였다.

IV. 연구 결과

1. 기술통계

1) 주요 변인의 기술통계 분석

연구 대상자의 인구통계학적 특성 <표6>로 제시하였으며, 특성은 다음과 같다. 성별은 남성이 169명(44.5%), 여성이 211명(55.5)이며, 평균 연령은 만 21세(SD=2.31)이다. 학년은 1학년 88명(23.2%), 2학년 144명(37.9%), 3학년 103명(27.1%), 4학년 20명(5.3%), 휴학생 25명(6.6%)로 2학년이 많은 비율을 차지했다. 전공은 인문계열 119명(31.3%), 사회계열 72명(18.9%), 교육(사범)계열 6명(1.6%), 공학계열 101명(26.6%), 자연계열 22명(5.8%), 의·약 계열 17명(4.5%), 예체능계열 43명(11.3%)이었다. 직전학기 성적은 3.5~4.0 미만인 133명(35.0%)로 가장 많았으며, 3.0~3.5 미만 109명(28.7%), 4.0 이상 76명(20.0%), 3.0 미만 62명(16.3%) 순으로 나타났다.

<표6> 연구 대상의 인구 통계학적 특성

변인	구분	대상(n=380)	
		인원	진체(%)
성별	남	169	44.5
	여	211	55.5
연령	M(범위)	만 21.36세(만 18~29세)	
	SD	2.31	
학년	1학년	88	23.2
	2학년	144	37.9
	3학년	103	27.1
	4학년	20	5.3
	휴학생	25	6.6
	전공	인문계열	119
	사회계열	72	18.9
	교육(사범)계열	6	1.6
	공학계열	101	26.6
	자연계열	22	5.8
	의·약 계열	17	4.5
	예체능계열	43	11.3
직전학기 성적	3.0 미만	62	16.3
	3.0~3.5 미만	109	28.7
	3.5~4.0 미만	133	35.0
	4.0 이상	76	20.0

본 연구의 <표7>과 같이 주요변인의 기초 분석으로 평균, 표준편차, 왜도와 첨도를 제시하였다. 정규성 가정을 확인하기 위해서 왜도의 절댓값이 3이상, 첨도의 절댓값이 10이상인 경우 정규성 가정을 위반하지 확인하였으며(Kline. R. B., 2005, 재인용), 본 연구의 주요변인들은 이 기준에 따라 정규성 가정을 충족하였다.

<표7> 주요변인의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도

(N=380)

변인	M	SD	왜도	첨도
일반지연행동	2.72	.51	.130	-.158
능동지연행동	4.00	.69	.228	.505
일상적 창의성	3.57	.46	-.078	.309
인지적 유연성	4.72	.71	.121	.387
자기 효능감	3.75	.54	-.040	.754

2) 주요 변인 간 상관관계 분석

본 연구는 능동지연척도와 일반지연척도로 2단계 군집분석을 하여 지연행동유형을 분류하고, 일상적 창의성, 인지적 유연성, 자기효능감의 차이를 보고자 하였다. 군집분석으로 집단을 분류하기에 앞서 주요 변인들 간의 상관관계를 알아보기 상관분석을 하였다. 주요 변인들 간의 상관관계는 <표8>와 같다.

먼저 일반지연행동과의 관계에서 능동지연($r=-.343, P<.01$), 일상적 창의성($r=-.220, P<.01$), 인지적 유연성($r=-.321, P<.01$), 자기효능감($r=-.428, P<.01$)으로 통계적으로 유의미한 부적상관을 가지고 있었다. 이러한 결과로 보아 지연행동이 많을수록 능동지연의 정도와 일상적 창의성, 인지적

유연성, 자기효능감은 낮아짐을 알 수 있다. 한편, 일반지연행동과 일상적 창의성의 관계의 하위 요인에서 대안적 해결력, 모험적 자유 추구, 이타적 자아확신, 관계적 개방성, 탐구적 몰입이 통계적으로 유의미하게 나타났다.

능동지연행동과의 관계와 일상적 창의성($r=.170$, $P<.05$), 인지적 유연성($r=.392$, $P<.01$), 자기효능감($r=.404$, $P<.01$)이 유의미한 정적상관을 보였다. 즉, 능동지연행동이 높을수록 정도와 일상적 창의성, 인지적 유연성, 자기효능감은 낮아짐을 알 수 있다.

일반지연행동과 일상적 창의성, 인지적 유연성, 자기효능감과의 관계에서 부적상관의 구체적인 하위요인으로 살펴보면 일상적 창의성의 관계적 개방성($r=-.300$, $P<.01$), 인지적 유연성의 통제($r=-.352$, $P<.01$), 자기효능감의 자신감($r=-.316$, $P<.01$)과 자기조절 효능감($r=-.404$, $P<.01$)에서 뚜렷한 상관을 보이는 것으로 나타났다. 즉, 지연행동이 높을수록 새로운 경험이나 생각을 수용력이 낮으며, 자기통제나 자기조절 효능적 기대, 자신감이 낮은 것으로 나타났다.

능동지연행동과 일상적 창의성, 인지적 유연성, 자기효능감과의 관계에서도 뚜렷한 상관을 보이는 요인을 살펴보면, 인지적 유연성의 통제($r=.462$, $P<.01$)와 자기효능감의 자신감($r=.352$, $P<.01$)이 뚜렷한 상관이 나타났다. 즉 능동지연행동이 높을수록 자기 스스로에 대한 인지적 통제와 자신감이 높았다.

<표8> 주요변인들의 상관분석 결과

(N=380)

변인	1	2	3	3-1	3-2	3-3	3-4	3-5	3-6	3-7	4	4-1	4-2	5	5-1	5-2	5-3
1. 일반지연	-																
2. 능동지연	-.343**	-															
3. 일상적 창의성	-.220**	.170**	-														
3-1. 독창적 유연성	-.087	.102*	.767**	-													
3-2. 대안적 해결력	-.152**	.199**	.743**	.589**	-												
3-3. 모험적 자유 추구	-.157**	.063	.758**	.448**	.460**	-											
3-4. 이타적 자아 확산	-.195**	.136**	.813**	.480**	.492**	.556**	-										
3-5. 관계적 개방성	-.300**	.172**	.643**	.248**	.387**	.434**	.564**	-									
3-6. 개성적 독립성	-.067	.062	.589**	.303**	.368**	.522**	.437**	.254**	-								
3-7. 탐구적 몰입	-.169**	.118*	.681**	.471**	.400**	.504**	.492**	.369**	.395**	-							
4. 인지적 유연성	-.321**	.392**	.606**	.395**	.594**	.399**	.481**	.532**	.324**	.301**	-						
4-1. 대안	-.224**	.252**	.595**	.430**	.625**	.391**	.445**	.449**	.329**	.289**	.911**	-					
4-2. 통제	-.352**	.462**	.388**	.186**	.314**	.257**	.352**	.458**	.190**	.203**	.754**	.415**	-				
5. 자기 효능감	-.428**	.404**	.575**	.423**	.479**	.400**	.512**	.462**	.243**	.277**	.680**	.559**	.610**	-			
5-1. 자신감	-.316**	.452**	.301**	.120*	.215**	.231**	.288**	.394**	.131*	.136**	.512**	.287**	.671**	.727**	-		
5-2. 자기조절 효능감	-.404**	.248**	.554**	.419**	.486**	.337**	.501**	.407**	.251**	.306**	.596**	.579**	.391**	.779**	.296**	-	
5-3. 과제 난이도 선호	-.123*	.132**	.306**	.339**	.262**	.264**	.236**	.111*	.097	.097	.258**	.240**	.187**	.568**	.239**	.160**	-

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

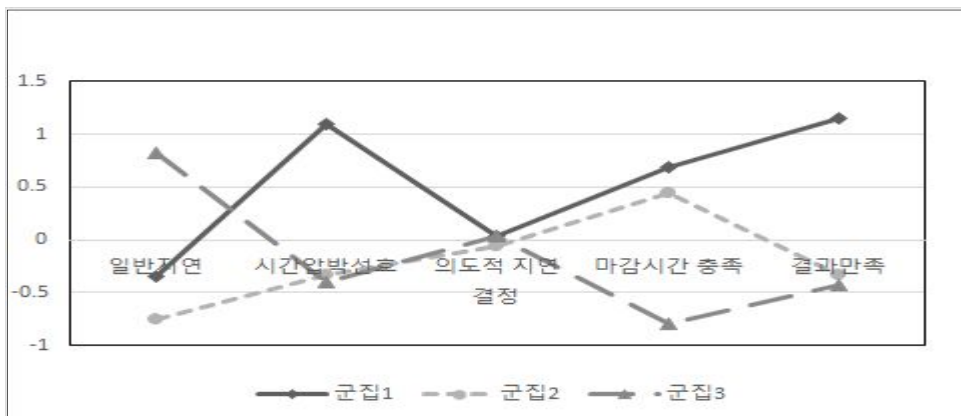
1. 군집분석

1) 지연행동특성에 따른 집단 구분

본 연구에서는 기존의 지연행동유형 중위점을 중심으로 구분에 따라 나누는 근거제시의 문제와 능동지연행동 척도로 비지연집단을 구분할 수 있는지 있는지 고려하여 일반지연행동척도와 능동지연행동척도를 함께 사용하여 2단계 군집분석을 실시하였다.

일반지연행동척도와 함께 능동지연 척도의 하위요인인 결과만족, 압력선호, 의도적 지연결정, 마감시간 충족을 군집변인으로 하여 2단계 군집분석을 실시하였다. 1단계에서는 계층적 군집분석 방법인 Wards 방법을 사용하여 군집 분석을 실시하고 군집화 일정표(agglomeration schedule) 계수 변화와 덴드로그램(dendrogram)의 절단점을 살펴본 결과, 2개 지점이 절단을 이룸에 따라 3개의 군집으로 나누는 것이 적절하다 판단되었다. 1단계에 생성된 군집 변인들이 군집별 평균점수를 초기 중심점으로 하여 2단계에서는 비계층적 군집분석방법인 K-means방법으로 사용하여 최종 군집을 선정하였다. 2단계에 걸쳐 군집 분석 결과, 군집 1은 95명(25%), 군집2는 130명(34. 2%) 군집 3은 155명(40.8%)으로 분류가 되었다. 군집의 특징을 쉽게 비교하기 위해 군집변인들의 점수를 표준화하여 <그림1>과<표9>을 같이 제시하였다.

<그림1> 군집변인의 특성



<표9> 최종 군집중심의 표준화 점수

(N=380)

군집변인	군집 1	군집 2	군집 3
	(n=95)	(n=130)	(n=155)
	능동지연	비지연	수동지연
일반지연행동	-0.34	-0.75	0.83
시간압박선호	1.10	-0.33	-0.40
의도적	0.04	-0.06	0.03
능동지연 지연결정	0.69	0.44	-0.80
마감시간충족	1.15	-0.33	-0.43
결과만족			

M:0, SD=1

군집 1은 일반지연행동의 점수가 평균 이하이며, 다른 군집과 지연행동의 정도를 비교해 봤을 때, 군집 2와 군집 3의 중간에 위치하고 있다. 또한, 능동지연 행동의 4가지 하위 요인이 평균 이상의 특징으로 다른 두 집단에 비해 높은 점수를 보였다. 이는 Chu와 Choi(2005)이 제안한 능동지연 특성과 유사함에 따라 ‘능동지연집단’이라 명명하였다.

군집 2는 일반지연행동과 마감시간 충족을 제외한 능동지연행동의 점수가 전반적으로 평균 이하로 나타났다. 이러한 특징은 기존에 구분된 ‘비지연’집단과 유사하다. 본 연구에서는 ‘시간압박선호’가 낮게 드러나지 않고 지연행동을 전반적으로 하지 않으며, 마감시간을 지키는 ‘비지연집단’이라 명명하였다.

군집 3는 일반지연행동의 점수가 평균 이상인 반면, 능동지연 척도가 의도적 지연결정을 제외한 평균 이하의 특징을 보였다. 의도적 지연결정이 평균이상인긴 하나, 능동지연보다 낮으며 Steel(2007)이 지연행동이 잠재된 부정적 결과를 인지함에도 불구하고 이뤄짐을 밝힌바 ‘수동지연집단’이라 명명하였다.

이렇게 분류된 집단이 특성 반영이 명확하게 반영되었는지를 확인하기

위해 다변량분석(MANOVA)를 실시하였다.

<표10> 최종군집별 군집변인의 원점수 평균과 차이

(N=380)

	군집1(n=95)		군집2(n=130)		군집3(n=155)		F	p	사후 검증
	능동지연		비지연		수동지연				
	M	SD	M	SD	M	SD			
일반 지연	2.55	0.04	2.34	0.03	3.15	0.03	191.599***	.000	3>1>2
시간 압박 선호	5.14	0.10	3.27	0.09	3.19	0.08	129.767***	.000	1<2,3
지연 결정	3.93	0.12	3.81	0.10	3.92	0.09	0.413	.662	
마감 시간 충족	5.06	0.08	4.79	0.07	3.45	0.06	151.623***	.000	1>2>3
결과 만족	5.31	0.08	3.77	0.07	3.66	0.06	151.276***	.000	1>2,3

*** $p < .001$

실시결과는 <표10>와 같다. 일반지연행동은 3개의 집단이 뚜렷하게 구분되었다(3>1>2, $p < .001$). 일반지연행동이 가장 높은 집단은 ‘수동지연’이라 명명한 집단이며, 그 다음으로는 ‘능동지연’으로 명명한 집단, ‘비지연 계획’으로 명명한 집단 순으로 나타났다.

반면, 능동지연행동 하위요인 중 지연결정요인은 3개의 집단에서 유의미한 차이를 보이지 않았으나, 나머지 요인에서 유의미한 차이를 보였다. 시간압박선호는 ‘수동지연’집단과 ‘비지연’집단보다 ‘능동지연’집단이 가장 높게 나타났으며(1>2,3, $p < .001$), ‘수동지연’집단과 ‘비지연’집단은 차이를 보이지 않았다. 마감시간 충족은 ‘능동지연’집단, ‘비지연’집단 ‘수동지연’집단 순으로 나타났다(1>2>3, $p < .001$). 이러한 결과는 chu & Choi(2005)이 능동지연이 높은 사람들은 시간압박을 선호하여 도전감과 동기를 고취시킨다는 주장과 같은 결과이다. 또한 그 외에 집단이 시간압박선호하지 않는 것은 일반적으로 시간압박이 부정적인 영향을 준다는 결과(Clark & Rhymer, 2003)와 같은 맥락으로 보인다.

결과만족은 ‘수동지연’집단과 ‘비지연’집단보다 ‘능동지연’집단이 가장 높

게 나타났으며, ‘수동지연’집단과 ‘비지연’집단은 차이를 보이지 않았다. 이는 ‘능동지연이 높은 사람들은 실행능력과 결정능력이 있어 효율적이다.’는 chu & Choi(2005)의 주장과 같은 맥락으로 개인의 시간을 효율적으로 조정하고 움직임으로써 전반적으로 결과에 만족하는 것으로 보인다. 이에 반해 ‘비지연’집단이 ‘능동지연’에 비해 낮은 결과는, 계획집단일수록 구조에 대한 선호, 모호함에 대한 불편감, 폐쇄성의 특징인 종결욕구가 높을 가능성이 있다. 따라서 선급한 판단 혹은 종결은 부정적 결과를 가져올 수 있다(Adam Grant, 2016, p.165).

2) 지연행동 유형 차이검증

군집분석을 통해 분류된 지연행동유형에 따라 일상적 창의성, 인지적 유연성, 자기 효능감의 차이가 있는지 알아보기 위해 다변량 분석(MANOVA)를 실시하였다. 이 때, 방식은 지연유형의 특성을 확인하기 위해 실시한 다변량 분석(MANOVA)의 방식과 동일하다. 실시 결과는 <표 11>와 같다.

<표11> 지연행동 유형에 따른 일상적 창의성, 인지적 유연성, 자기효능감 차이 (N=380)

	군집1(n=95)		군집2(=130)		군집3(=155)		F	p	사후 검증
	능동지연		비지연		수동지연				
	M	SD	M	SD	M	SD			
일상적 창의성	3.68	0.44	3.58	0.48	3.58	0.44	4.110*	.017	2,3<1
인지적 유연성	5.07	0.74	4.78	0.68	4.44	0.61	26.386***	.000	3<2<1
자기 효능감	3.99	0.49	3.85	0.56	3.52	0.47	28.168***	.000	3<1,2

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

일상적 창의성에서 ‘능동지연’집단이 ‘비지연’집단과 ‘수동지연’집단의 유의미한 수준의 높은 점수를 보여주었다.(1>2,3, $p < .05$). 이는 기존의 창의성과 미루는 행동에 대한 관련된 연구결과(Subotnik & Rena F., 1997; Jihae Shin & Katherine L. Milkman, 2016)와 일치한다.

인지적 유연성에서는 3개의 집단이 유의미한 차이를 보여 주었는데, ‘능동지연’ 집단이 가장 높게 나왔으며, ‘비지연’ 집단, ‘수동지연’집단 순으로 나타났다($1 > 2 > 3$, $p < .001$). 이러한 결과는 지연행동을 인지함에도 불구하고 부정적인 결과를 가져오는 특징을 미루어 봤을 때, 부정적 결과에 대처하기 위한 대안이나 자신을 통제하여 행동화 하지 못함으로 ‘수동지연’집단이 가장 낮은 것으로 보인다. ‘능동지연’집단이 높은 이유는 효율적으로 결정하고 실행하는 능력이 있다는 Chu와 Choi(2005)의 주장을 지지하는 결과이며, ‘비지연’ 집단은 행동실행에 있어 계획적이고 구조적으로 행동함에 따라 시간적 상황에 따라 인지적으로 유연하게 대처하는 있는 ‘능동지연’ 집단 보다 낮은 결과를 나타내 보인다. 따라서 능동지연행동이 수동지연행동과 달리 결과까지 행동화할 수 있는 주요한 요인임을 보여주었다.

자기효능감은 ‘능동지연’집단, ‘비지연’ 집단이 ‘수동지연’ 집단과 유의미한 수준에서 높은 점수를 보여주었다($3 < 1, 2$, $p < .001$). 하지만 ‘능동지연’ 집단과 ‘비지연’ 집단의 차이는 보여주지 못했다. 이는 김희정(2010)의 선행 연구를 봤을 때, ‘능동지연’집단과 ‘수동지연’집단은 적응적 특성을 지님으로써 차이를 나타내지 않는 것으로 보인다.

다음으로 집단에 차이가 확인된 일상적 창의성, 인지적 유연성, 자기효능감을 보다 자세히 검증하고자 하위요인으로 앞에서와 같은 방식으로 다변량 분석(MANOVA)과 사후 검증을 하였다.

지연행동 유형별로 일상적 창의성의 하위요인 검증 결과, 다음 <표12>와 같다. 일상적 창의성의 하위요인에서는 대안적 해결력, 이타적 자아확신, 관계적 개방성에서 유의미한 차이를 보였다. 대인적 해결력과 이타적 자아확신은 ‘능동지연’집단이 ‘수동지연’집단보다 높은 점수를 보였다($1 > 3$, $p < .05$). 하지만 ‘비지연’집단과 ‘지연집단’ 간에 차이는 보이지 않았다. 이는 능동지연행동의 자기효능감이 높은 원인으로 보인다. ‘대안적 해결력’과 ‘이타적 자아확신’은 능동지연행동이 문제에 직면했을 다양한 해결방안을 모색하며, 사회적 대인관계에서도 자신이 중요한 존재임을 인식함에 따라 자기효능감, 마감시간충족, 결과 만족에 영향을 주는 요인으로 보인다.

관계적 개방성은 ‘능동지연’집단, ‘비지연’집단이 ‘수동지연’집단과 유의미

한 수준에서 높은 점수를 보여주었다(1,2>3, $p<.001$). 이는 ‘수동 지연’집단은 다양한 의견을 수용하는 능력이 낮음을 나타낸다.

<표12> 지연행동 유형에 따른 일상적 창의성의 하위요인별 차이 검증 (N=380)

	군집1(n=95)		군집2(n=130)		군집3(n=155)		F	p	사후 검증
	능동지연		비지연		수동지연				
	M	SD	M	SD	M	SD			
독창적 유연성	3.26	0.07	3.09	0.06	3.18	0.05	1.756	.174	
대안적 해결력	3.63	0.06	3.51	0.05	3.41	0.05	4.104*	.017	1>2,3
일상적 창의성									
모험적 자유 추구	3.78	0.06	3.75	0.05	3.64	0.05	1.809	.165	
이타적 자아 확신	3.96	0.07	3.83	0.06	3.75	0.05	3.013*	.050	1>2,3
관계적 개방성	3.77	0.06	3.70	0.05	3.45	0.04	11.928***	.000	1,2>3
개성적 독립성	3.92	0.07	3.83	0.06	3.86	0.06	0.455	.635	
탐구적 몰입	3.78	0.07	3.78	0.06	3.63	0.06	2.172	.115	

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

지연행동유형에 따라 인지적 유연성의 하위요인 차이를 본 결과 <표 14>과 같다. 인지적 유연성의 두 가지 요인에서는 대안이 ‘능동지연’집단, ‘비지연’집단이 ‘수동지연’ 집단과 유의미한 수준에서 높은 점수를 보여주었다(1,2>3, $p<.001$). 인지적 유연성의 또 다른 요인인 ‘통제’가 세 집단이 뚜렷한 유의미한 차이를 보여 주었는데, ‘능동지연’ 집단이 가장 높게 나왔으며 ‘비지연’집단, ‘수동지연’ 집단 순으로 나왔다.(1>2>3, $p<.001$)

<표13> 지연행동유형에 따른 인지적 유연성의 하위요인별 차이 검증 (N=380)

		군집1(n=95) 능동지연		군집2(n=130) 비지연		군집3(n=155) 수동지연		F	p	사후 검증
		M	SD	M	SD	M	SD			
인지적	대안	5.22	0.08	5.01	0.07	4.71	0.07	12.292***	.000	1,2>3
	유연성	4.84	0.08	4.43	0.07	4.04	0.06	31.803***	.000	1>2>3

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

지연행동유형 자기효능감은 <표14>와 같이 하위요인으로 자신감은 세 집단이 뚜렷한 유의미한 차이를 보여 주었는데, ‘능동지연’집단이 가장 높게 나왔으며 ‘비지연’집단, ‘수동지연’ 집단 순으로 나타났다(1>2>3, $p<.001$). 이는 하주희(2016)과 일치하는 결과이며, ‘능동지연’이 자신에 대한 기대가 높은 것으로 시사된다. 자기조절 효능감은 대안이 ‘능동지연’집단, ‘비지연’ 집단이 수동지연 집단과 유의미한 수준에서 높은 점수를 보여 주었다(1,2>3, $p<.001$)

<표14> 지연행동 유형에 따른 자기효능감의 하위요인별 차이 검증 (N=380)

		군집1(n=95) 능동지연		군집2(n=130) 비지연		군집3(n=155) 수동지연		F	p	사후 검증
		M	SD	M	SD	M	SD			
자기 효 능 감	자신감	3.93	0.08	3.60	0.07	3.21	0.07	23.267***	.000	1>2>3
	자기 조절 효능감	4.29	0.06	4.28	0.05	3.90	0.05	18.766***	.000	1,2>3
	과제 난이도 선호	3.38	0.10	3.17	0.08	3.09	0.08	2.767	.064	

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

V. 결론 및 제언

1. 연구 결론 및 논의

본 연구는 Chu와 Choi(2005)이 제안한 ‘수동/능동지연’의 특성을 중심으로 지연행동유형의 공유된 특성들을 배제하지 않고 자연스럽게 드러나기 위한 방법으로 2단계 군집분석이 실시하여 지연행동유형의 분류하였다. 또한 군집분석으로 분류된 지연행동유형이 창의성, 인지적 유연성, 자기효능감을 중심으로 어떤 차이를 보이는지 확인하였다. 더 나아가 능동지연행동의 다른 집단과 구분되는 기능적이고 긍정적인 특성을 확인하고 상담현장에서 능동지연행동의 영향을 주는 요인을 고려하여 지연행동에 새로운 개입방안을 모색하고자 하였다.

이에 따라 본 연구에서 나타난 결론 및 논의는 다음과 같다.

첫째, 일반지연행동과 능동지연척도의 4가지 요인으로 2단계 군집분석을 한 결과, Chu와 Choi(2005)이 제안한 수동/능동지연행동 뿐만 아니라 기존에 인위적으로 분리하였던 ‘비지연’행동의 특성을 가진 집단도 구분되는 것을 확인하였다. 이는 신을진, 고진경(2011)의 군집분석을 통한 지연행동유형의 분류를 지지하는 결과이다. 기존 연구에서 지연행동유형을 대부분 인위적으로 분류함에 따라 명확하게 기준을 제시하지 못하는 문제점을 해결하였다. 또한 지연을 하지 않는 집단인 ‘비지연’행동집단의 특성이 능동지연척도로도 구분되고 다른 ‘수동지연’집단과 공유되는 특성을 보였다. 본 연구에서는 ‘능동지연’집단과 ‘비지연’행동집단이 ‘마감시간 충족’을 공유하며, ‘수동지연’집단과 ‘비지연’행동집단이 ‘시간압박선호’를 선호하지 않는 특성을 공유하고 있음을 확인하였다.

둘째, 지연행동유형별로 일상적 창의성, 인지적 유연성, 자기효능감의 3가지 변인과 관련하여 연관성이 있으며 유형별로 차이를 보였다.

먼저, 지연행동유형과 일상적 차이를 봤을 때, ‘수동지연’집단이 ‘능동지연’집단과는 차이를 보였지만 ‘수동지연’집단과 ‘비지연’집단은 차이를 보이지 않았으므로 1-1은 부분적으로 지지됐다. 이는 ‘비지연’행동이 일반지연행동과

시간압박선호가 낮은 반면 마감시간은 충족시키는 것으로 보아 모호한 것을 견디지 못하고 구체적인 종결욕구가 높은 것과 보인다. 따라서 이와 대비되는 창의성에서는 ‘능동지연’집단에 비해 낮은 것으로 사료된다. ‘능동지연’집단은 다른 두 집단에 비해 일상적 창의성이 높으므로 1-2를 지지하였다. 능동지연’집단이 일상적 창의성이 다른 집단에 비해 높은 특징을 보임으로써 미루는 행동에 대한 관련된 연구결과(Subotnik & Rena F, 1997; Jihae Shin & Katherine L. Milkman, 2016)를 지지한다. 이는 능동지연행동이 창의성과 관련된 특성으로 확장될 수 있음을 시사하였다. 따라서 창의성에서 미루는 행동이 생각을 무르익게 하는 방법으로써 작용한 것과 같은 방식으로 능동지연행동 또한 과제 수행시 즉시 행동하지는 않지만 다양한 생각을 통해 염두해 두고 마감시간에 다가왔을 때, 무르익은 생각을 바탕으로 다양하고 새로운 대안이나 생각을 고안해 내는 것으로 보인다. 다음으로 지연행동유형과 인지적 유연성의 차이를 봤을 때, ‘능동지연’집단은 다른 두 집단에 비해 인지적 유연성이 높으므로 가설 2-1과 2-2를 지지하였다. 이는 인지적 유연성이 시간 압박에서도 정서적 조절 및 인지적 통제를 함으로써 마감시간을 충족시키고 결과만족을 하는 역할을 하는 주요한 요인으로 보인다. 마지막으로 ‘능동지연’집단은 ‘수동지연’집단보다 자기효능감이 높았으나, ‘비지연’집단과는 비슷한 수준을 유지하여 가설 3-1은 지지되었고 가설 3-2는 ‘능동지연’집단과 ‘비지연’집단이 차이를 보이지 않음으로써 부분적으로 지지하였다. 이러한 결과는 ‘자기효능감’이 적응적 요인 중 하나로써 자신의 행동과 선택이 자신의 삶을 결정하고 이를 통해 자신의 삶을 통제한다(Bandura, 1977)고 보았을 때, ‘비지연행동’뿐만 아니라 능동지연행동 또한 자신의 행동을 인지하고 선택한다는 것을 알 수 있다. 이는 기존에 계획적이고 즉각적으로 일하는 방식과 달리 능동지연행동처럼 위험을 감수하더라도 개인의 상황에 맞춰 융통성있게 처리하는 것 또한 하나의 일하는 방식이라고 볼 수 있다.

셋째, ‘능동지연’집단이 다른 집단과 차이를 보이는 요인들을 종합적으로 살펴보면, 일상적 창의성의 하위요인인 대안적 해결력, 이타적 자아확신, 관계적 개방성과 인지적 유연성의 하위요인인 대안과 통제, 자기효능감의 자신감, 조절효능감이었다. 이 중 인지적 유연성의 통제와 자기효능감의 자신감이 조

절효능감이 다른 집단과 뚜렷한 차이를 보이고 이와 비슷한 요인인 이타적 자아확신, 조절효능감 또한 다른 집단과 구분되었다. 이는 ‘Kanfe와 Karoly(1972)는 ‘자기통제’가 바람직하지 않은 행동경향을 줄이도록 자제시키며 내적 반응을 상쇄하거나 변화를 가능하게 한다고 봤을 때, 능동지연’집단이 ‘자기통제’가 가장 핵심적일 수 있음을 시사한다. 그 밖에 일상적 창의성과 대안적 해결력, 관계적 개방과 인지적 유연성의 대안은 ‘능동지연 집단’이 문제 해결에 있어서 문제에 직면했을 때, 다양한 방법을 모색하고 수용할 수 있음을 시사한다.

넷째, ‘비지연’집단은 일반지연행동과 마감시간 충족을 제외한 능동지연행동의 점수가 전반적으로 평균이하로 나타났다. 전반적으로 다른 집단과 뚜렷한 차이를 보지 않고 다른 집단과 유사한 특징을 보이거나 집단 중 중간에 위치함으로써 적응에는 평균적인 특성을 보인다. 하지만 ‘시간압력선호’를 하지 않고 ‘결과만족’에서도 평균이하의 특성과 함께 일상적 창의성이 ‘수동지연’집단과 비슷한 수준임을 살펴봤을 때, 모호함에 대한 불편함과 폐쇄성 등의 특징을 보이는 종결욕구와 관련되어 ‘시간압박’을 받는 상황에서는 다른 집단에 비해 가장 스트레스 상황일 수 있음을 시사한다.

2. 연구의 의의 및 제한점

이와 같은 연구의 결론을 바탕으로 본 연구의 의의와 제한점은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 Chu와 Choi(2005)이 제안한 능동지연/수동지연행동유형을 분류하는데 있어서 2단계 군집분석이 적절한지 검증하였다. 기존 지연행동 유형연구에서 중위점을 중심으로 한 분류로 인해 기준제시의 모호성과 능동지연척도로 ‘비지연’ 집단 또한 분류될 수 있는 문제점을 제기하였다. 이에 대해 신을진, 고진경(2011)이 2단계 군집분석을 하였으나 군집분석의 특성상 표본이 갖는 특징에 따라 결과가 달라질 수 있으므로 반복연구를 제안하였다. 본 연구는 선행연구와 표본을 다르게 구성하여 2단계 군집분석을 실시한 결과, 선행연구와 일관된 특성으로 분류하여 2단계 군집분석의 적절성을 증명하였다. 하지만 보편적으로 수동지연행동이 일반지연행동척도이라 가정하여 분류함에 따라 지연행동의 개념이 혼용될 수 있다. 또한 능동지연척도만을

사용하여 수동지연행동과 능동지연행동 특성을 분류할 수 있는 것이 모호하다. 따라서 추후연구에서는 기존의 연구에서 확인된 지연행동유형을 종합적으로 살펴볼 수 있는 척도의 개발이 필요하다.

둘째, 지연행동유형별로 일상적 창의성과의 관계를 밝혔다. 하지만 군집분석 특성상 표본의 영향을 받으므로 전공 혹은 분야별로 집단을 균일하게 구성하여 지연행동유형과 창의성의 관계를 확인할 필요가 있다.

셋째, 기존의 수동/능동지연행동을 구분하는데 초점을 둔 차이연구와 달리 능동지연행동의 특성을 확립하는데 기여했다. 이는 지연행동에 대한 사회적 편견을 감소시킬 뿐만 아니라 능동지연행동의 특성을 토대로 수동지연행동을 돕는데 새로운 접근방식으로 고안해 내는 기초자료로써 활용될 것을 기대한다.

【참고문헌】

- 강미라(2016). 시간압박과 인지적 종결욕구가 창의적 문제해결 과제 수행에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 석사청구 논문.
- 김아영(1997). 학구적 실패에 대한 내성의 관련변인 연구. *교육심리연구*, 1(2). 1-19.
- 김아영, 차정은(1996). 자기효능감과 측정. *산업 및 조직심리학회 동계학술 발표대회 논문집*, 51-64.
- 김아영, 탁하얀, 이채희(2010). 성인용 학습몰입척도 개발 및 타당화, *교육심리연구*, 24(1). 39-59.
- 김완석(2007). 효율적인 인지욕구 측정: 단축형 척도개발. *한국심리학회지: 소비자·광고*, 8(1). 127-133.
- 김선희(1999). 일반적 자기효능감이 정신건강에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김수지(2014). 능동-수동 지연행동 유형에 따른 심리적 특성 : 정서 양식의 조절효과. 서강대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김지연, 신희천(2013). 능동지연행동척도 타당화 연구. *상담학 연구*, 14(3) 1503-1516.
- 김진아(2014). 학습몰입경험, 학습지속력, 학업성취 및 학업적 자기효능감 간의 구조모형 검증. *청소년학연구*, 21(12). 127-152.
- 김희정(2010). 능동-수동 지연행동에 관련되는 심리적 특성 및 정서적 고통. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이영만, 김민정(2011). 초등학생의 통제소재, 창의성과 자기효능감의 관계. *진주교육대학교 학술집*, 43. 83-96.
- 박수애, 송관재(2005). 사회적 불안이 개인의 심리적 적응에 미치는 영향. *한국사회문제심리학회지*, 11(2) 1-29.
- 박슬기(2014). 능동-수동 지연행동과 삶 만족도의 관계에서 자기효능감의 매개효과. 경상대학교 석사학위 청구논문.
- 이정아, 현명호(2009). 만성지연행동과 적응. *스트레스연구*. 17(2) 199-207.

- 이정아(2010). 낙관 지연의 적응모형 : 시간지향성과 의지의 영향. 중앙대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 임성문(2006). 초기 부정용 도식과 만성적 지연행동간의 관계 : 매개변인과 경로모형의 탐색. 고려대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 임성문, 강미정(2006). 완벽주의가 지연행동에 미치는 영향: 자아존중감을 매개변인으로. 사회과학연구, 23(1) 119-136.
- 임현교(2011). 시간 압박이 인간과오 관련 뇌파 특성에 미치는 영향. 한국안정학회지, 26(3). 83-90.
- 서은희, 김은경(2012). 대학생의 지연행동 유형에 따른 몰입경험의 차이. 교육심리연구, 26.(2) 377-390.
- 서미옥(2014). 군집분석에 의한 대학생의 학업지연. 청소년상담연구, 22(1) 375-392.
- 성은현(2006). 내·외동기, 자기효능감, 창의성의 관계. 아동학회지, 27(5) 183-193.
- 손충기, 김명철(2007). 초·중학생 창의성 영재 선발 검사에 나타난 창의성 요인별 특성 연구. 영재교육연구, 17(2). 307-337.
- 성태제, 시기자(2015). 연구방법론. 서울: 학지사.
- 신을진, 고진경(2011). 능동-수동지연행동과 자기조절학습전략과의 관계. 교육과학연구, 42(2) 25-47.
- 임선영, 권석만(2012). 대학생의 관계상실을 통한 성장에 관한 연구 : 인지적 유연성과 인지적 정서조절 전략을 중심으로. 한국심리학회지, 31(2). 261-281.
- 정옥분, 김경은, 박연정(2006). 청소년의 창의성과 자아존중감 및 자기효능감과 관계 인간발달연구, 13(1) 35-60.
- 정대인(2014). 대학생들의 사회적 지지와 일상적 창의성이 진로준비행동에 미치는 영향. 중앙대학교 글로벌대학원. 석사학위 청구논문.
- 정은이(2002). 일상적-전문적 창의성의 암묵 이론적 구조. 교육심리연구, 16(4). 147-167.
- 정은이(2005). 일상적 창의성의 새로운 이해. 경기도: 한국학술정보(주).

- 정준성(2008). 아동의 창의성과 적응유연성 및 안녕감의 관계. 성균관대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 정찬우(2014). 대학생의 사회적 문제해결력, 일상적 창의성, 심리적 안녕감의 관계. 교육연구논총, 35(1) p.147-167.
- 조경숙(2012). 대학생의 적응유연성신념과 구직 효능감의 관계 연구. 고려대학교 대학원 석사학위 청구논문
- 차승은(2010). 남녀의 시간압박인식 차이와 관련요인 탐색. 한국인구학, 33(1). 27-49.
- 차승은(2011). 노동시간에 따른 시간압박과 여가제약 : 건강행동의 선택 혹은 희생?. 한국인구학, 34(2). 65-90.
- 차정은(1997). 일반적 자기효능감 척도개발을 위한 일 연구. 이화여자대학교 대학원석사학위 청구논문.
- 최슬기(2014). 능동-수동 지연행동과 삶 만족도의 관계에서 자기효능감의 매개 효과. 경성대학교 대학원석사학위 청구논문.
- 최일호, 최수인(2001). 새로운 생각은 어떻게 가능한가 : 전문분야 창의성에 대한 학습과정 모형 접근, 20(2). 409-428.
- 최지연(2010). 자기효능감과 스트레스 대처방식이 지연행동에 미치는 영향. 연세대학교 대학원석사학위 청구논문.
- 탁하얀 (2009). 성인용 학습몰입척도 개발 및 타당화. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 하주희(2016). 대학생의 지연행동 유형에 따른 심리적 특성 : 완벽주의, 내적 통제소재, 실패공포, 자기효능감을 중심으로. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 한영숙(2011). 완벽주의, 자기효능감, 실패공포가 학업지연행동에 미치는 영향. 청소년학연구, 18(4). 227-299.
- 황영석(2015). 성실성, 자기효능감이 지연행동에 미치는 영향: 메타인지전략의 조절효과. 대구대학교 대학원 석사학위 논문.
- 황진영(2013). 직장인들을 대상으로 한 창의성에 대한 탐색 연구 : 창의적 성격, 행동 그리고 성취동기를 중심으로. 한양대학교 대학원 석사학위

청구논문.

- 허심양(2011). 완벽주의와 심리적 부적응의 관계에서 인지적 유연성의 역할. 서울대학교 대학원 석사청구 논문.
- 홍숙지(2006). 개인 유연성 척도 개발 및 타당화 연구. 성균관대학교 대학원 석사청구 논문.
- Adam Grant (2016). 오리지널스. 서울: 한국경제신문사.
- Aitken, M. E. (1982). *A personality profile of the college student procrastinator*. Doctoral Dissertation. University of Pittsburgh. USA.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy : Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84(2). 191-215.
- Buehler, R. & Griffin, D. (2003). Planning, personality, and prediction: The role of future focus in optimistic time predictions. *Organizational and Human Decision processes* .92. 80-90.
- Burka, J. B & Yuen, L. M. (1983). *Procrastination*. MA: Addison -Wesley.
- Choi, J. N. & Moran, S. V.(2009). Why not procrastinate? Development and validation of a new active procrastination scale. *Journal of Social Psychology*, 149(2) 195-211.
- Chu, A. H. C. 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.
- Clark, Shari. L. & Rhymer, Katrina. N.(2003). Student Preference for Explicit Timing and Interspersal Procedures as a Function of Math Problem Completion Rates: Testing the Discrete Task Completion Hypothesis. *Journal of Behavioral Education*, 12(4). 275-286.
- Grope, P. & Steel, P. (2008). A Mega-Trial Investigation of Goal Setting, Interest Enhancement, and Energy on Procrastination. *Personality and Individual Differences*, 45, 406-411.

- Daly, K. J. (1996). *Families and Time: Keeping Pace in a Hurried Culture*. California: Sage.
- Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *cognitive Therapy and Research*, 34. 241-253.
- Ellis, A., & Knaus, W. J. (1977). *Over coming procrastination*. NewYork : Institute for Rational Living.
- Fee, R. L. & Tangney, J .P. (2000). Procrastination: A means of avoiding shame or guilt? *Journal of Social Behavior and Personality*. 15, 167-184.
- Ferrari, J. R. (1992). Self-handicapping by procrastinators: Protecting self-esteem, social esteem, or both. *Journal of Research in Personality*, 25. 245-261.
- Ferrari, J. R., & Diaz-Morales, J. F. (2007). Procrastination: Different time orientations reflect different motives. *Journal of Research in Personality*, 41. 707-714.
- Grope, P., & Steel, P. (2008). A mega-trial. investigation of goal setting, interest enhancement, and energy on procrastination. *Personality and Individual Differences*, 45. 406 - 411.
- Hair, J. H. Jr & Black, W. C. (2000). Cluster analysis In Grimm, L. G. and Yarnold, P. R. (Ed). Reading and Understanding More Multivariate Statistics, *American Psychological Association*. 147-205. Washington DC.
- Matin, M.M & Rubin, R. B. (1994). Development of a communication flexibility scale. *Southern Communication Journal*. 59. 171-178.
- Jihae. Shin. & Katherine L & Milkman(2016). How backup plans can harm goal pursuit: The unexpected downside of being prepared for failure. *organizational Behavior and Human Decision Process*. 135, 1-9.
- Kline. R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation*

- modeling*(2nd Ed.) . New York: Gulfod Press.
- Klingsieck, K. B. (2013). Procrastination: when good things don't come to those who wait. *European Psychologist*, 18(1). 24-34.
- Knaus, W. J.(2000). Procrastination, blame, and change. *Journal of Social Behavior and Personality*. 5. 91-104.
- Kruglanski, A. W.(1989).The psychology of being "right": The problem of accuracy in social perception and cognition. *Psychological Bulletin*, 106(3). 395.
- Lay, C. (1986). At last, my research article on procrastination. *Journal of Resear chin Personality*, 20. 474-495.
- Lay, C. H. (1988). The relation 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., Sliverman, S. (1996). Trait procrastination, anxiety, and dilatory behavior. *Personality and Individual Differences*, 21(1). 61-67.
- Lee, D.G.& Kelly, K.R.& Edwards, J. K. (2006).A closer look at there rationships among trait procrastination, neuroticism, and conscientiousness. *Personality& Individual Differences*, 40(1). 27-37.
- Subotnik, Rena F.(1999) Procrastination Revisited: The Constructive Use of Delayed Response. *Educational Research Association*. 24-28.
- Steel, P. D. (2007). The nature of procrastonation: A meta-analytic and theoretical review of quint essential self regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1). 65-94.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4). 503-509.
- Thurston, B. J., & Runco, M. A. (1999). Flexibility. In Runco, M. A., &

- Pritzker, S. R. (Eds.), *Encyclopedia of creativity*, Academic Press, San Diego, CA.
- Tice, D. M. & Baumeister, R. F.(1997).Long itudinal study of procrastination, performance, stress, and health: The costs and benefits of dawdling. *Psychological Science*, 8, 454 - 458.
- Ulrich Schnabel (2016). 아무것도 하지 않는 시간의 힘. 경기도: (주)가나문화콘텐츠.
- Ut Na Sio & Thomas C. Ormerod (2009). *Does Incubation Enhance Problem Solving? A Meta-Analytic Review*. *Psychological Bulletin*, 135(1). 94-120.
- Watson, D. C. (2001). Procrastination and the five-factor model: A facet level analysis. *Personality and Individual Differences*, 30, 149-158.
- Van Eerde(2003). A meta-analytically derived nomological network of procrastination. *Personality and Individual Differences*, 35(6). 1401-1418.

【부 록】

부 록 1. 일반지연행동 척도

부 록 2. 능동 지연행동 척도

부 록 3. 일상적 창의성 척도

부 록 4. 인지적 유연성 척도

부 록 5. 자기 효능감 척도

설문지

안녕하십니까?

먼저 소중한 시간 내주셔서 감사합니다.

본 설문지는 대학생을 대상으로 지연행동 유형에 따른 일상적 창의성 및 인지적 유연성, 자기효능감의 차이에 관한 연구를 위해 제작되었습니다. 귀하의 솔직하고 성의 있는 답변이 연구를 위한 유용한 자료가 될 것입니다.

본 설문은 학술적 용도로써 통계적 수치로만 처리 되며 연구 이외의 목적으로 사용되지 않습니다. 응답하신 내용은 통계법 제 33조에 의거 비밀보장이 되며, 개인정보 보호 및 응답에 대한 비밀과 익명성은 철저히 보장됨을 약속드립니다.

본 설문의 소요시간은 15분 정도 예상됩니다. 모든 질문에는 정답이 없으며 귀하의 생각과 행동에 가깝다고 느끼는 설문에 체크해 주시면 됩니다. 귀하의 솔직한 답변은 연구에 큰 영향을 미칠 수 있습니다. 성실한 답변 부탁드립니다. 소중한 시간 내어 주셔서 다시 한 번 감사드립니다.

조선대학교 일반대학원
상담심리학과 상담심리 전공
지도교수 : 김택호
연구자 : 기하형
(kidnqtm@daum.net)

※ 주의사항

1. 본 설문지는 모두 115문항입니다. 이 중에서 한 문항이라도 빠지면 통계처리를 할 수 없어 귀하께서 기입하신 소중한 자료가 버려질 수 밖에 없습니다. 그러니 한 문항이라도 빠짐없이 답변해주시기 바랍니다.
2. 성의없이 답변을 표시한 자료(예를 들어 전부 같은 번호로만 답변을 하는 경우나 ①②③④⑤번 순서로 답변하는 경우 등)나 생각 없이 아무렇게 표시한 자료는 통계처리에서 제외되어 버려집니다. 그러니, 번거로우시더라도 천천히 읽으시고 자신에게 편안하게 생각되는 문항의 번호에 표시해 주시길 부탁드립니다.

※ 일반적 사항

1. 당신의 성별은 무엇입니까? ()
 - ① 남 ② 여
2. 당신의 나이는 어떻게 됩니까? (만 나이)
() 세
3. 당신의 전공은 무엇입니까? ()

① 인문계열	② 사회계열
③ 교육(사범)계열	④ 공학계열
⑤ 자연계열	⑥ 의·약계열
⑦ 예체능계열	
4. 당신은 현재 몇 학년에 재학 중이십니까? ()

① 1학년	② 2학년
③ 3학년	④ 4학년
⑤ 휴학생	
5. 당신의 직전 학기 성적은 어떻게 됩니까? ()

① 3.0 미만	② 3.0~3.5 미만
③ 3.5~4.0 미만	⑤ 4.0 이상

1. 일반지연 행동척도

다음은 일이나 과제를 미루는 상황에 대한 질문입니다. 마감시간까지 미루게 되는 일반적인 일, 과제 등에 대해 생각하시고 해당되는 란에 [O] 표시해 바랍니다.

	문항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	가끔 그렇다	대체로 그렇다	항상 그렇다
1	며칠 전에 하려고 했던 과제들은 지금에 와서 하고 있는 경우가 종종 있다.	1	2	3	4	5
2	콘서트나 스포츠 경기 같은 것을 가려고 했지만, 종 종 제 때에 표를 사지 못해 놓치게 된다.	1	2	3	4	5
3	나는 모임을 계획할 때, 필요한 일을 미리 미리 잘 챙긴다.*	1	2	3	4	5
4	아침에 일어날 때, 보통 나는 잠자리에서 곧장 일어난다.*	1	2	3	4	5
5	편지를 쓰고 나서 부칠 때까지 며칠 시간이 걸린다.	1	2	3	4	5
6	나는 보통 전화 요청을 받으면 즉시 전화해준다.*	1	2	3	4	5
7	그냥 앉아서 하기만 하면 되는 일인데도, 며칠이 지나도록 좀처럼 그 일을 끝내지 못한다.	1	2	3	4	5
8	나는 가능한 한 결정을 빨리 내린다.*	1	2	3	4	5
9	나는 일반적으로 내가 해야 할 일의 시작을 미룬다.	1	2	3	4	5
10	여행을 갈 때, 보통 나는 기차 시간이나 비행기 시간에 맞춰 도착하기 위해 급하게 서두르게 된다.	1	2	3	4	5
11	외출하려할 때, 출발시간이 다되어서 다른 일을 하느라 시간을 지체하는 일은 거의 없다.*	1	2	3	4	5
12	마감시간에 맞추고자 할 때, 나는 종종 다른 일을 하느라 시간을 허비한다.	1	2	3	4	5
13	소액의 청구서가 날아오면 나는 그 돈을 당장 지불하거나 송금한다.*	1	2	3	4	5
14	나는 회신을 요청 받으면 곧 바로 답장한다.*	1	2	3	4	5
15	나는 해야 할 일을 미리 끝내는 편이다.*	1	2	3	4	5
16	생일 선물을 하려고 할 때, 나는 항상 선물할 시간이 아주 임박해서야 쇼핑을 하게 된다.	1	2	3	4	5
17	나는 보통 꼭 필요한 물건일지라도 마지막 순간에 가서 산다.	1	2	3	4	5
18	나는 하루 동안 하기로 계획한 일은 보통 그날 내로 완료한다.*	1	2	3	4	5
19	나는 너무 자주 “그 일은 내일 할 거야”라고 말한다.	1	2	3	4	5
20	나는 보통 저녁에 편히 쉬기 전에, 해야 할 모든 일을 처리해 놓는다.*	1	2	3	4	5

2. 능동지연척도

아래 문항을 잘 읽고 여러분의 경험과 비슷한 정도에 따라 [O]로 표시해 주시기 바랍니다.

	문 항	전혀 그렇지 않다			보통 이다			매우 그렇다
1	마감시간에 임박했을 때 일의 효율이 떨어지곤 한다.*	1	2	3	4	5	6	7
2	나는 급히 처리해야 하는 일을 잘 할 수 없다.*	1	2	3	4	5	6	7
3	마지막까지 미뤘던 일의 결과를 보면 만족스럽지 않다.*	1	2	3	4	5	6	7
4	마감시간까지 여유 있게 일을 처리할 수 있다면, 나는 더 좋은 결과를 낼 수 있다.*	1	2	3	4	5	6	7
5	마감시간이 임박한 상황에서 일하는 게 무척 괴롭다.*	1	2	3	4	5	6	7
6	압박 속에서 일을 하도록 강요받을 때에는 의기소침해지고 일이 내키지 않는다.*	1	2	3	4	5	6	7
7	지나친 시간적 압박을 받으면 긴장되고 집중이 되지 않는다.*	1	2	3	4	5	6	7
8	마감시간이 가까워져서 서둘러야 할 때 좌절하게 된다.*	1	2	3	4	5	6	7
9	나는 시간을 보다 효율적으로 사용하기 위해서, 어떤 일은 일부러 미뤄 놓는다.	1	2	3	4	5	6	7
10	나는 일에 대한 동기가 최대가 될 때까지 의도적으로 일을 미룬다.	1	2	3	4	5	6	7
11	나는 시간을 더욱 잘 활용하기 위해서 고의적으로 어떤 일들을 미룬다.	1	2	3	4	5	6	7
12	나는 대부분 내게 할당된 일은 마감시간 바로 전에 바로 끝내는데, 이는 내가 그렇게 하려고 했기 때문이다.	1	2	3	4	5	6	7
13	나는 종종 막판에 일을 시작하고서는 제 시간에 일을 마무리하지 못하곤 한다.*	1	2	3	4	5	6	7
14	나는 때때로 내가 스스로 정한 목표를 달성하지 못한다.*	1	2	3	4	5	6	7
15	나는 종종 일을 더디게 처리하곤 한다.*	1	2	3	4	5	6	7
16	어떤 일을 한 번 시작하면 끝마치기가 어렵다.*	1	2	3	4	5	6	7

3. 일상적 창의성 척도

아래의 문항들을 신중히 읽고 각 문항이 자신을 얼마나 설명하고 있는지를 1점(전혀 아니다)부터 5점(매우 그렇다) 사이에서 골라 [O]표시해 주시기 바랍니다.

	문 항	전혀 아니다	아닌 편이다	보통 이다	그런 편이다	매우 그렇다
1	나는 한 가지 일을 여러 가지 각도에서 생각해 보고 실행한다.	1	2	3	4	5
2	TV토론 프로그램을 볼 때 그와 관련된 여러 가지 생각을 떠오른다.	1	2	3	4	5
3	일상생활에서 흔히 볼 수 있는 것들을 사용해 특별한 것을 만든다.	1	2	3	4	5
4	처음 보는 새로운 기능과 디자인 제품을 보면 사고 싶어진다.	1	2	3	4	5
5	내가 좋아하는 일을 시간 가는 줄 모르고 한다.	1	2	3	4	5
6	나는 남에게 얽매이는 것을 싫어한다.	1	2	3	4	5
7	나는 가까운 주변 사람들에게 즐거움을 줄 때가 있다.	1	2	3	4	5
8	언젠가는 내가 하고 싶은 일을 할 수 있을 것이다.	1	2	3	4	5
9	해결하기 어려운 일을 다했을 때 여러 가지 대안을 생각해 본다.	1	2	3	4	5
10	사소한 것이라도 나만의 방법으로 참신하게 변화시킨다.	1	2	3	4	5
11	나는 남들이 당연하다고 생각하는 것에 의문을 갖는다.	1	2	3	4	5
12	나는 간섭이나 구속을 받는 것을 싫어한다.	1	2	3	4	5
13	다른 사람들이 나에 대해 알게 되는 것이 싫다.*	1	2	3	4	5
14	친구들은 나에게 도움을 청할 때가 있다.	1	2	3	4	5
15	나 자신의 잠재력에 대한 믿음이 강한 편이다.	1	2	3	4	5
16	나는 하나의 지식을 얻으면 응용하여 다른 데 적용해 보곤 한다.	1	2	3	4	5
17	나는 똑같은 재료를 가지고도 여러 가지 다양한 형식으로 표현하려고 노력한다.	1	2	3	4	5
18	나는 전혀 어울릴 것 같지 않은 것들을 결합해 뭔가를 만들곤 한다.	1	2	3	4	5

	문 항	전혀 아니다	아닌 편이다	보통 이다	그런 편이다	매우 그렇다
19	직접 부엌가 일상생활에 도움이 되는 것들을 만들어 보는 걸 좋아한다.	1	2	3	4	5
20	흥미 있는 일은 다른 일을 제쳐두고라도 꼭 해내고야 만다.	1	2	3	4	5
21	나는 자유롭게 여행을 하거나 혼자만의 시간을 갖는 것이 두렵다.*	1	2	3	4	5
22	나는 여러가지 다양한 경험을 해보려고 노력한다.	1	2	3	4	5
23	나로 인해 다른 사람들이 행복하게 되는 것을 삶의 큰 기쁨으로 여긴다.	1	2	3	4	5
24	나는 틀에 얽매이지 않고 자유스럽게 사고한다.	1	2	3	4	5
25	나는 살면서 새로운 시도를 많이 한다.	1	2	3	4	5
26	나는 남들과 똑같은 방식과 행동을 싫어한다.	1	2	3	4	5
27	나는 다른 생각과 가치관을 가진 사람들과 잘 어울리지 못한다.*	1	2	3	4	5
28	나는 이 세상에서 꼭 필요한 사람이라고 생각한다.	1	2	3	4	5
29	나는 메시지를 긍정적으로 생각하고 받아들이려고 노력한다.	1	2	3	4	5
30	나는 사물을 본래의 용도와 다르게 사용할 수 있는 방법을 찾아보곤 한다.	1	2	3	4	5
31	나는 하나의 사건이나 사물을 보고 여러 가지 상상을 한다.	1	2	3	4	5
32	나는 남들이 생각해 내지 못하는 기발하고 특이한 발상을 할 때가 있다.	1	2	3	4	5
33	내가 좋아하는 행사나 모임이 있으면 적극적으로 참여한다.	1	2	3	4	5
34	나는 자유로운 분위기를 좋아한다.	1	2	3	4	5
35	더 나은 생각과 아이디어라면 내 생각과 다르더라도 받아들인다.	1	2	3	4	5
36	여러 사람이 함께하는 일이 있을 때 사람들과 어울리고 협조하려고 노력한다.	1	2	3	4	5

4. 인지적 유연성 척도

아래 문항을 잘 읽고 여러분의 경험과 비슷한 정도에 따라 [O]로 표시해 주시기 바랍니다.

	문 항	전혀 그렇지 않다			보통이다			전적으로 그렇다		
		1	2	3	4	5	6	7		
1	나는 상황 파악을 잘한다.	1	2	3	4	5	6	7		
2	어려운 상황에 맞닥뜨리게 되면, 나는 결정을 내리는데 어려움을 겪는다.*	1	2	3	4	5	6	7		
3	나는 결정을 내리기 전에 다양한 선택을 고려한다.	1	2	3	4	5	6	7		
4	어려운 상황에 부딪히게 되면, 나는 통제력을 잃을 것 같은 기분이 든다. *	1	2	3	4	5	6	7		
5	나는 어려운 상황을 여러 가지 각도에서 바라보는 편이다.	1	2	3	4	5	6	7		
6	나는 원인을 단정하기 전에 당장 생각나지 않는 다른 정보들도 더 찾아본다.	1	2	3	4	5	6	7		
7	어려운 상황에 마주했을 때, 나는 너무 스트레스를 받아 그 상황을 해결할 어떤 방법도 생각할 수가 없다.*	1	2	3	4	5	6	7		
8	나는 다른 사람의 관점에서 생각해 보려고 노력한다.	1	2	3	4	5	6	7		
9	나는 어려운 상황을 해결하는 방식이 너무 많으면 벅겁게 느껴진다. *	1	2	3	4	5	6	7		
10	나는 어려운 상황에 대응하기 전에 다양한 선택을 고려한다.	1	2	3	4	5	6	7		
11	어려운 상황에 맞닥뜨렸을 때, 나는 무엇을 해야 할지 알지 못한다.	1	2	3	4	5	6	7		
12	어려운 상황을 다양한 각도에서 바라보는 것은 중요하다.	1	2	3	4	5	6	7		
13	어려운 상황에 처했을 때, 나는 행동하기에 앞서 다양한 선택을 고려한다.	1	2	3	4	5	6	7		
14	나는 자주 상황을 다른 관점에서 바라본다.	1	2	3	4	5	6	7		
15	나는 삶에서 내가 직면하는 어려움을 극복할 수 있다.	1	2	3	4	5	6	7		
16	나는 원인을 찾을 때 가능한 모든 사실과 정보를 고려한다.	1	2	3	4	5	6	7		
17	나는 어려운 상황을 변화시킬만한 힘이 없다고 느낀다.*	1	2	3	4	5	6	7		
18	어려운 상황에 처했을 때, 나는 멈춰 서서 그 상황을 해결하기 위한 방법들을 생각하려고 애쓴다.	1	2	3	4	5	6	7		
19	나는 내가 처한 어려운 상황을 해결하는 방법을 한 가지 이상 생각할 수 있다.	1	2	3	4	5	6	7		

5. 자기 효능감 척도

여러분이 자기 스스로 ‘나’를 어떻게 생각하고 있는지를 알아보기 위한 것입니다. 여러 문장이 실려 있습니다. 각 문장들이 하나하나 읽어가면서 그 문장의 내용이 “나 자신을 나타내는지” 또는 “나 자신에 대해서 생각하고 있는 것과 같은지”를 [o] 표 해 주십시오.

문 항	전혀 그렇 지 않다	그렇 지 않다	약간 그렇 지않 다	약간 그렇 다	그렇 다	매우 그렇 다
1 나는 부담스런 상황에서는 우울감을 느낀다.*	1	2	3	4	5	6
2 나는 일을 조직적으로 처리하는 편이다.	1	2	3	4	5	6
3 나는 큰 문제가 생기면 불안해져서 아무것도 할 수가 없다.*	1	2	3	4	5	6
4 나는 어려운 상황을 극복할 수 있는 능력이 있다.	1	2	3	4	5	6
5 나는 위험한 상황에서 잘 대처할 수 없을 것 같아서 불안하다.*	1	2	3	4	5	6
6 일은 쉬운 것일수록 좋다.*	1	2	3	4	5	6
7 나는 어떤 일의 원인과 결과를 잘 분석해 낼 수 있다.	1	2	3	4	5	6
8 나는 내가 할 수 있는 일과 그렇지 않은 일을 판단 할 수 있다.	1	2	3	4	5	6
9 만일 일을 선택할 수 있다면 나는 어려운 것보다는 쉬운 것을 선택 할 것이다. *	1	2	3	4	5	6
10 나는 위협적인 상황에서는 스트레스를 필요 이상으로 받는다.*	1	2	3	4	5	6
11 어떤 일을 시작할 때 실패할 것 같은 느낌이 들곤 한다. *	1	2	3	4	5	6
12 어떤 문제에 대한 나의 판단은 대체로 정확하다.	1	2	3	4	5	6
13 주변 사람들이 나보다 모든 일에서 뛰어날 것 같다.*	1	2	3	4	5	6
14 나는 항상 목표를 세우고 그것에 비추어서 일의 진행 상태를 확인할 수 있다.	1	2	3	4	5	6
15 좀 실수를 하더라도 어려운 일을 좋아한다.	1	2	3	4	5	6
16 나는 어려운 일이 생기면 당황스러워서 어찌할 바를 모른다.*	1	2	3	4	5	6
17 나는 주어진 일을 하기 위해 정보를 충분히 활용 할 수 있다.	1	2	3	4	5	6
18 어렵거나 도전적인 일에 매달리는 것은 재미나는 일이다.	1	2	3	4	5	6
19 나는 계획을 잘 짤 수 있다.	1	2	3	4	5	6
20 나는 일이 잘못되고 있다고 생각되면 빨리 바로 잡을 수 있다.	1	2	3	4	5	6
21 나는 어려운 일이 있을 때도 지속적으로 노력한다.	1	2	3	4	5	6
22 아주 쉬운 일보다 차라리 어려움 일을 좋아한다.	1	2	3	4	5	6
23 나는 무슨 일이든 정확하게 처리 할 수 있다.	1	2	3	4	5	6
24 어떤 일이 처음에 잘 안되더라도 나는 될 때까지 해본다.	1	2	3	4	5	6

마지막까지 성실히 응답해 주셔서 감사합니다.