

# 유아 행동억제 기질과 사회정서능력: 유아의 의도적 통제 기질과 어머니 마음챙김 양육의 조절된 조절효과\*

Received: July 15, 2023  
Revised: August 19, 2023  
Accepted: August 29, 2023

김민정<sup>1</sup>, 양아름<sup>2</sup>, 최은실<sup>3</sup>  
가톨릭대학교 심리학과/ 석사<sup>1</sup>, 가톨릭대학교 심리학과/ 박사과정<sup>2</sup>  
가톨릭대학교 심리학과/ 교수<sup>3</sup>

교신저자: 최은실  
가톨릭대학 심리학과  
(14662) 경기도 부천시 지봉로  
43 미카엘관

E-MAIL:  
ces726@catholic.ac.kr

Preschoolers Behavioral Inhibition Temperament and  
Social-emotional Competence:  
Moderated Moderation Effect of Preschoolers  
Effortful Control Temperament and Mother Mindful Parenting

Min Jeong Kim<sup>1</sup>, Areum Yang<sup>2</sup>, Eun Sil Choi<sup>3</sup>  
Department of Psychology, The Catholic University of Korea/ Master<sup>1</sup>  
Department of Psychology, The Catholic University of Korea/ Doctoral Student<sup>2</sup>  
Department of Psychology, The Catholic University of Korea/ Professor<sup>3</sup>

\* 해당 논문은 김민정(2023)의 석사학위논문을 수정·보완한 것임.

## ABSTRACT

본 연구는 유아의 행동억제 기질이 사회정서능력에 영향을 미치는 과정에서 유아의 의도적 통제 기질과 어머니 마음챙김 양육의 조절된 조절효과를 확인하고자 하였다. 이를 위해 전국의 만 3~6세 자녀 남아 137명(50.0%), 여아 137명(50.0%)의 어머니 274명을 대상으로 유아의 행동억제 및 의도적 통제 기질, 유아의 사회정서 능력과 어머니 마음챙김 양육을 묻는 설문을 실시하였다. 수집된 자료를 PROCESS macro를 사용하여 조절된 조절 모형을 분석하였다. 분석 결과, 유아의 행동억제 기질, 의도적 통제 기질, 어머니 마음챙김 양육 사이에 삼원 상호작용이 유의하였다. 이와 같은 결과는 유아의 사회정서능력에 대한 행동억제 기질의 영향력은 유아의 의도적 통제 기질과 어머니의 마음챙김 양육에 따라 변화할 수 있다는 것을 시사한다. 이러한 결과를 토대로 유아의 기질 특성을 파악하고 이에 따른 어머니의 마음챙김 양육 수준을 확인하여 부모 상담 및 교육 시 적절한 개입을 위한 유용한 정보를 제공할 수 있다는 점에서 의의가 있다.

주요어 : 유아, 기질, 행동억제, 사회정서능력, 의도적 통제, 마음챙김 양육, 조절된 조절



© Copyright 2023. The Korean Journal of Developmental Psychology.  
All Rights Reserved.  
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

유아의 사회정서능력은 자기에 대한 이해를 기초로 집단 구성원들과의 관계 속에서 사고와 감정을 조절하고 사회집단의 가치, 문화, 규범들을 인식하며 실천해나갈 수 있는 능력이다(이은정, 양옥승, 2015). 유아는 영아기보다 다양하고 폭이 넓어진 사회적 관계 속에서 성장하며, 이 시기에 습득하게 되는 사회적 기술은 이후 아동기나 청소년기에 맺게 될 모든 관계의 기초가 되기 때문에(구자연, 박경자, 2018; Kostelnik et al., 2014) 유아가 또래와 사회적으로 유능한 관계를 발달시키는 것은 유아기의 중요한 발달과업이다(Frey et al., 2011).

유아의 사회정서능력에 영향을 주는 요인은 다양하나 유아 개인의 특성인 기질이 사회정서능력에 미치는 영향을 고려하는 것은 중요하다. 기질은 생애 초기부터 나타나는 정서, 행동, 주의 반응에 대한 개인차로 생물학적 또는 유전적 기반을 가지고 있으며 개인의 주의력 및 운동 반응, 정서, 사회적 상호작용과 사회적 기능을 결정한다고 가정된다(최은실, 2020). 기질은 유아의 사회적 능력에 영향을 미치는 중요한 개인적 요인으로, 사회성과 정서 같은 심리적인 문제를 예측 가능하게 하는 특성을 가지고 있으며(Buonomo et al., 2017), 타인과의 상호작용에 영향을 미쳐 사회정서능력의 발달에 영향을 주는 변인으로 주목받고 있다.

특히, 유아의 기질 중 행동억제 기질은 친숙하지 않은 사람이나 상황에 대한 개인의 경향성을 나타내는데(Kagan, 2003), 이후 유아의 사회적 적응과 밀접한 관련이 있다는 가정하에 연구자들의 관심사가 되어왔다. 행동억제 기질이 높은 유아는 낯선 상황이나 낯선 성인, 또래와 마주쳤을 때 당황하고, 말수가 적어지며, 심장이 빨리 뛰는 것과 같은 생리적 각성 반응을 보이며 그 상황을 피하려 하거나 양육자에게 매달리는 등의 행동 특성을 보이기 쉬

운 것으로 알려져 있다(Fox et al., 2005; Kagan et al., 1984). 이러한 행동억제 기질은 생물학적 요인에 기인한 것으로(Kagan, 1993), 영유아기 내내 안정적인 특성을 보인다(Broberg, 1990).

행동억제 기질과 유아들의 또래 관계에 대한 연관성을 증명하는 많은 연구들을 살펴보면 기질적으로 억제된 유아들은 다양한 또래 상황에 있어 더 적은 양의 또래 접촉을 하는 경우가 많았다(Rubin et al., 2009). 게다가 또래 그룹과 사회적으로 어울리는 경우에도 행동억제 기질이 높은 유아는 사교성 부족(신운숙, 2012; 허미경, 이소은, 2010; Bohlin et al., 2005; Chen et al., 2006), 사회적으로 과묵한 행동 패턴(Coplan et al., 2008)을 보이는 경우가 많았다. 즉, 행동억제 기질이 높은 유아들은 사회적 참여가 적고, 또래에게 더 수동적으로 요청하는 경향이 있으며, 그런 요청이 거부되거나 무시되는 경우가 많다고 보고된다(Rubin et al., 1984).

이와 함께 의도적 통제 기질은 정서와 행동을 내적인 기준이나 자발적인 태도를 통해 조절할 수 있는 기질적 차원이다. 즉, 의도적 통제는 의도적인 주의 조절을 의미하며 이는 자발적으로 주의를 집중하거나 전환 시키는 능력뿐만 아니라 의도적으로 행동 및 정서를 억제하거나 필요한 행동과 긍정적인 정서를 활성화시키는 능력을 포함한다(Eisenberg & Spinrad, 2004; Rothbart & Bates, 2006). 의도적 통제는 자기 조절의 개인차로 자신의 목표나 사회적 규범에 따라 충동적인 정서와 행동을 억제하며 전략적으로 계획, 문제해결 과정에서 행동을 활성화하여 정서의 행동적 표현을 조절하는 능력으로(Eisenberg et al., 2007; Rothbart & Bates, 2006) 유아가 상황의 변화에 따라 얼마나 잘 적응하는가와 관련된다. 따라서 의

도적 통제 기질 또한 사회정서능력에 긍정적 영향을 주는 요인으로 많은 연구에서 주목받고 있다(문영경, 이영, 2012; 배운진, 임지영, 2012; Eisenberg et al., 2007).

의도적 통제 기질은 유아기 전체에 걸쳐 유아들의 친사회적인 행동, 사회적 기술, 또래와의 관계 형성 능력 등 사회적 유능성과 정적으로 관련이 있는 것으로 보고되었다(박경선, 문혁준, 2018; 최운정, 차미숙, 2022; Eisenberg, Michalik et al., 2007; Sterry et al., 2010). 실제로 높은 의도적 통제를 가진 유아들은 또래와의 상호작용에서 협조적이고 갈등 시 좀 더 협상적인 능력을 보여주며 또래들에게 부정적인 정서를 적게 표현하는 것으로 관찰되었다(David & Murphy, 2007; Fantuzzo et al., 2004). 대조적으로 의도적 통제가 낮은 유아들은 또래들에 대해서 공격적이고 파괴적인 행동을 하기 쉬우며(Eisenberg et al., 2004; Trentacosta & Shaw, 2009), 이는 결국 낮은 사회적 적응력 및 사회적 유능성으로 이어진다고 보고하고 있다(박경선, 문혁준, 2018; 최운정, 차미숙, 2022; Dennis, 2007; Zhou et al., 2009).

이처럼 유아의 행동억제 기질과 의도적 통제 기질은 사회정서능력에 대해 각각 긍정적 혹은 부정적으로 영향을 미칠 것으로 보여진다. 한편 Rothbart와 동료들(2000)에 의하면 행동억제 기질과 의도적 통제 기질은 모두 반응을 조절하는 역할을 하지만 조절의 형태에서 차이를 보인다고 보고된다. 행동억제 기질은 불안이나 두려움의 상황에서 수동적인 형태의 조절 즉, 자발적이지 않은 행동 조절의 한 형태이다. 이러한 형태의 비자발적인 조절은 지나치게 과잉 혹은 과소 조절되는 반응 패턴으로 이어질 수 있으며, 이는 병리적 결과를 초래할 수 있다. 반면 의도적 통제 기질은 개인이 자

신의 목표와 상황의 특정 요구사항에 따라 훨씬 더 유연한 반응 패턴을 보여줄 수 있는 자발적인 조절 형태를 나타낸다. 우리는 의도적 통제를 사용하여 우리가 두려워하는 상황에 더 유연하게 접근하고 원하는 행동을 억제할 수 있다. 이렇듯 다른 형태의 조절을 보이는 두 기질이 사회적 맥락에서 어떻게 서로 영향을 주는지 살펴보는 것은 중요하다.

이와 함께 Rothbart와 Bates(2006)는 기질의 하위 차원이 유아의 발달과 적응에 직접 영향을 미치기도 하지만 기질은 개인의 성격 발달에 상호작용하여 영향을 미칠 것이라는 가능성을 설명하며 기질의 하위 특성들의 상호작용(Trait X Trait interaction)에 대해 제시하였다. 즉, 기질은 기질 하위 특성들과의 상호작용 속에서 그 영향력이 강화되거나 상쇄되어 유아의 발달에 영향을 미치게 된다. 예를 들어, 행동억제 수준이 높은 유아가 사회적 집단에서 적응의 어려움을 겪을 때 높은 의도적 통제 수준이 이를 완화할 수 있다(권연희, 2014). 또한 유아를 대상으로 한 실험연구에서 기질적 의도적 통제와 주의 조절 능력이 행동억제와 사회적 행동의 관계를 더 잘 설명해준다는 것을 발견하였다(Hassan et al., 2020). 이와 함께 의도적 통제 능력의 일환으로써 주의 조절 능력은 행동억제와 사회정서 적응의 관계를 조절한다는 연구 결과가 있다(Henderson, 2010; McDermott et al., 2009).

White와 동료들(2011)은 유아의 높은 행동억제 기질이 불안 증상에 영향을 줄 때 의도적 통제의 수준에 따라 영향력이 달라지며 높은 의도적 통제는 보호 요인으로 높은 행동억제 기질은 위험 요인으로 작용할 것이라고 주장하였다. 즉, 유아의 발달은 행동억제와 자기조절능력 간의 상호작용에 의해 달라질 수 있다. 그러나 이와 관련한 기질 간

상호작용에 대한 연구는 미비한 실정이며 유아의 사회정서능력에 영향을 주는 기질적 요인을 단일 차원이 아닌 다른 기질 요소와의 상호작용을 함께 살펴보는 것이 중요함을 시사한다.

다음으로 유아의 사회정서능력과 관련된 환경적 요인으로 부모 양육 행동을 살펴보는 것은 중요하다. McCoby(1983)는 유아의 사회적 능력은 양육자와의 상호작용에 의해 발달되며, 사회적 행동 양상은 부모에게서 배워지는 경향이 강하다고 하였다. 유아의 초기 사회화의 정서적 경험은 가족 체계에서 전개되며 특히 어머니와 자녀의 관계 및 어머니와의 상호작용은 유아의 사회정서능력에 중요한 영향을 미친다(최길순, 2017). 따라서 어머니의 양육행동은 유아에게 가지고 있는 고유한 특성 중 사회정서능력을 설명하는 중요한 요인으로 여겨진다(김단비, 신태섭, 2018).

어머니가 애정적이고 수용적으로 반응할 때 유아는 문제행동을 덜 보이는 경향이 있으며, 사회적으로 수용 가능한 정서 표현을 통해 사회적, 정서적 능력을 보다 잘 발달시킬 수 있게 된다(김태선, 도현심, 2021; Baumrind, 1991). 온정적이고 수용적인 양육행동은 자녀를 사랑으로 대하고, 있는 그대로 온전히 수용하는 양육행동(홍선표, 2022)으로 어머니가 유아의 기질을 있는 그대로 수용하는 것 또한 중요하게 여겨진다. 유아의 사회정서능력의 발달은 자원 잠재 모델(resource potential model)에 의해 설명될 수 있는데 이는 양육 환경의 중요성과 낮은 위험 혹은 높은 자원으로서의 기질의 역할을 강조한다(Kupersmidt et al., 1995). 또한 기질과 사회적 환경의 상호작용인 기질 조화 적합성(Goodness of fit)에 의해서도 설명될 수 있다(Thomas & Chess, 1977). 즉, 유아의 특성이 사회 맥락적 요구와 얼마나 조화를 이루는가에 따

라 유아에게 경험하는 양육의 질이 달라지고, 발달의 결과가 다르게 나타날 수 있다.

이와 함께 기질과 사회화에 대한 Rothbart의 일련의 연구(Rothbart & Bates, 2006; Rothbart & Putnam, 2002; Sanson & Rothbart, 1995)에서는 자녀에 대한 부모의 긍정적 양육 태도가 의도적 통제 수준이 낮은 유아에 대해 보다 적응적으로 발달할 수 있도록 영향을 준다는 연구 결과를 밝혔다. 예를 들어, 조절을 잘하지 못하는 의도적 통제 수준이 낮은 유아는 부모로부터 적대적이거나, 허용적, 비일관적인 양육을 받을 때 외현화 문제행동과 공격성 수준이 증가되는 결과(Lengua, 2008; Moran et al., 2017; Morris et al., 2002; Xu et al., 2009)를 보였다. 또한 부모가 애정적 양육 태도를 더 많이 취할수록 유아의 의도적 통제 수준은 높아지고, 이를 통해 유아의 사회적 적응을 더 잘하는 것으로 보여진다고 하였다(배운진, 임지영, 2012). 이는 낮은 의도적 통제 수준을 가진 유아에 대한 부모의 긍정적 양육 태도의 중요성을 시사한다.

이처럼 유아의 발달에 대한 기질과 양육행동의 통합적 영향력을 살펴보는 것은 중요하게 여겨진다(장유진, 이강이, 2011). 이러한 조화롭고 수용적인 양육행동의 다양한 측면을 통합하는 핵심적인 개념으로 마음챙김 양육(mindful parenting)이 새롭게 주목받고 있다(Bögels et al., 2010; Duncan et al., 2009; O'Brien et al., 2008). Kabat-Zinn(1997)은 마음챙김의 개념을 자녀의 양육에 접목하여 “마음챙김 양육”이라 명명하였으며 “특정한 방식 즉, 의도적으로 현재의 순간에 비판단적인 방법으로 자녀와 양육에 대해 주의를 기울이는 것”으로 마음챙김 양육을 정의하였다.

마음챙김의 영향을 확인하기 위해 연구자들은 부

모-자녀와 같은 사회적 맥락 내에서 마음챙김의 개념을 확장하여 자녀의 사회정서능력 발달에 대한 마음챙김 양육의 영향을 살펴보고자 하였다. 몇몇 관련된 연구들을 살펴보면 부모 양육태도를 통해 부모의 마음챙김이 자녀에게 간접적으로 전달되기 때문에 부모의 높은 마음챙김 수준은 자녀의 문제 행동이 감소하도록 돕는다(이승혜, 2017). 이는 부모가 마음챙김을 수행함으로써 자녀의 욕구를 인식하고 수용하게 되어 더 긍정적인 부모-자녀관계로 이어질 수 있도록 돕는다. 이와 함께 마음챙김 양육은 자녀와의 관계를 질적으로 증진 시키며 자동적으로 반응하는 등의 부적응적인 양육 행동의 굴레를 벗어나도록 돕는다(Duncan et al., 2009). 따라서 부모가 마음챙김 양육을 수행하는 것은 부모로 하여금 자녀와의 상호작용을 의식하게 함으로써 자녀의 행동과 감정뿐만 아니라 자녀의 행동에 대한 자신의 인지적, 정서적 반응에 대해서도 더 잘 파악할 수 있도록 한다(Duncan et al., 2009). 이는 결국 자녀의 성장과 발달에 긍정적 영향을 미칠 것으로 가정된다(Duncan, 2007; Duncan et al., 2009; Moreira & Canavarro, 2020).

구체적으로 자녀의 사회정서능력 발달의 측면에서 마음챙김 양육은 부모와 자녀의 정서조절을 도우며(Duncan et al., 2009), 부모의 표현적인 격려와 자녀의 정서 혹은 문제 중심 상호작용과 같은 지지적인 정서 사회화와 긍정적으로 관련되어 있다(McKee et al., 2018). 부모는 마음챙김을 통해 잠시 멈추고 자녀에 대한 감정을 인식한다. 이를 통해 부모는 자녀와의 상호작용에서 자녀의 감정에 자동적으로 반응하지 않고 자녀에 대한 부모 자신의 감정을 표현함으로써 중요한 사회적 기술을 전달한다(Eisenberg et al., 1998). 즉, 높은 수준의 마음챙김을 하는 부모들은 그들의 감정을 더 효과

적으로 조절할 수 있을 뿐만 아니라 자녀들에게 감정을 인식하고 조절하는 방법을 가르칠 수 있으며, 이는 차례로 자녀들의 사회적 적응과 기술을 증진시킬 수 있다(Duncan et al., 2009). 또한 부모의 마음챙김은 자녀의 정서·행동 문제, 과잉 행동 및 또래 문제에 유의하고 부적인 간접 효과를 보여주었으며 친사회적 행동에 유의하고 정적인 간접 효과를 보였다(Siu et al., 2016). 즉, 마음챙김 개입은 부모-자녀 관계와 유아의 사회적 행동을 개선하고 정서적 능력 향상을 위한 하나의 접근법으로 고려될 수 있다.

마음챙김 양육은 최근 새롭게 주목받고 있으나 유아 자녀를 둔 부모를 대상으로 연구된 결과는 드물며(Laurent et al., 2017; Srivastava et al., 2011), 국내에서는 관련 연구가 부족하여 추가적인 연구 필요성이 제안된다. 선행연구들을 통해 마음챙김 양육이 어머니와 유아 모두에게 긍정적인 영향을 주는 것을 확인하였고 본 연구에서는 유아 자녀에 대한 어머니의 마음챙김 양육이 유아의 사회정서능력에 긍정적인 영향을 줄 것으로 기대된다.

선행연구에 비추어볼 때, 유아의 행동억제 기질에 따른 사회정서능력을 증가시키는 유아의 의도적 통제 기질의 조절 효과를 확인함과 동시에 의도적 통제 기질의 조절 효과를 감소 혹은 증가시키는 어머니 마음챙김 양육의 조절된 조절 효과를 검증하는 것은 기존에 밝혀진 연구의 결과를 확장하여 유아기 사회정서능력에 영향을 미치는 경로를 이해하는 의미 있는 작업이 될 수 있을 것이다. 이를 통해 유아의 행동억제 기질과 의도적 통제 기질의 관계뿐만 아니라 자녀의 기질적 특성을 발현시키거나 억제하는 어머니의 마음챙김 양육의 지지적 효과를 확인하고 유아기 사회정서능력 발달의 개입점을 찾고자 한다. 이상과 같은 연구의 필요성에 따라 본

연구에서는 다음과 같은 연구 문제를 설정하였다.

**연구 문제 1.** 유아의 행동억제 기질, 의도적 통제 기질, 사회정서능력과 어머니 마음챙김 양육은 어떠한 관계가 있는가?

**연구 문제 2.** 유아의 의도적 통제 기질은 유아의 행동억제 기질과 사회정서능력의 관계를 조절하는가?

**연구 문제 3.** 어머니 마음챙김 양육은 유아의 행동억제 기질과 사회정서능력의 관계에 대한 유아의 의도적 통제 기질의 조절 효과를 조절하는가?

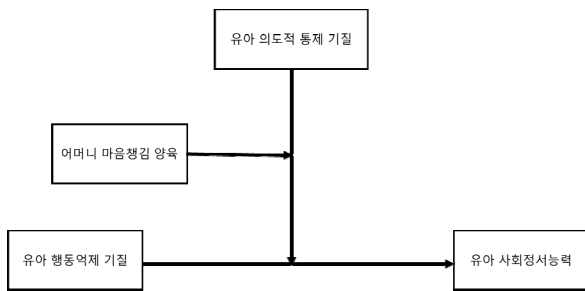


그림 1. 연구모형

## 방 법

### 연구대상

본 연구는 전국의 만 3~6세 유아 자녀를 둔 어머니 247명을 대상으로 설문 조사를 진행하였다. 연구대상 중 유아의 성별은 남아 137명(50.0%), 여아 137명(50.0%)이었고, 유아의 연령은 36~47개월 44명(16.1%), 48~59개월 60명(21.9%), 60~71개월

86명(31.4%), 72~83개월 84명(30.7%)이었다.

### 연구도구

#### 유아 기질(STS)

유아의 기질은 최은실 등(2022)에 의해 개발된 STS 6요인 기질 검사 유아용(Six-factor Temperament Scale)을 사용하였다. 하위요인은 6요인, 총 43문항으로 구성되어 있으며 본 연구에서는 행동억제와 의도적 통제의 2요인 15문항을 사용하였다. 기질 척도는 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘거의 항상 그렇다’ 5점의 Likert 방식으로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 각 요인에 해당하는 기질 특성이 강한 것을 의미한다. 본 연구에서 분석된 Cronbach’s α는 전체 .721, ‘행동억제’ .856, ‘의도적 통제’ .771이었다.

#### 유아 사회정서능력

유아의 사회정서능력은 이은정과 양옥승(2015)에 의해 개발된 유아 사회정서능력 척도를 사용하였다. 본 척도의 하위요인은 6개 요인, 총 36문항으로 구성되어 있으며 본 연구에서는 자아개념, 정서 억제 및 조정, 또래 상호작용, 정서 인식 및 표현의 4개 요인, 27문항을 살펴보았다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘항상 그렇다’ 5점의 Likert 방식으로 구성되어 있으며 점수가 높을수록 각 요인에 대한 사회정서능력이 높다는 것을 나타낸다. 본 연구에서 분석된 Cronbach’s α는 전체 사회정서능력 .885이었다.

#### 어머니 마음챙김 양육(IMP-K)

어머니의 마음챙김 양육은 Kim 등(2019)에 의해 개발된 양육에서의 대인간 마음챙김척도 한국판

버전(Korean version of the Interpersonal Mindfulness in Parenting)을 사용하였다. 이는 Duncan 등(2009)이 개발한 양육에서의 대인간 마음챙김 척도(The Interpersonal Mindfulness in Parenting, IM-P)를 번안하고 1-18세 자녀를 둔 부모를 대상으로 타당화한 척도이다. Duncan 등(2009)이 제시한 마음챙김 양육의 모델은 5요인으로 구성되어 있으며 본 연구에서 사용한 Kim 등(2019)에 의한 척도는 6요인, 18문항으로 구성되어 있다. Duncan이 제시한 마음챙김 양육 모델의 요인에 대해 자세히 살펴보면 온전한 주의를 기울인 경청은 부모들이 현재의 양육 경험에 온전한 주의를 기울이고 자녀 말의 내용, 목소리 톤, 표정, 몸짓 등에 주의를 기울이는 등 자녀의 말을 온전하게 경청하는 것을 의미한다. 자기 및 자녀에 대한 비판단적인 수용은 부모 자신과 자녀의 행동, 부모-자녀 관계, 현재의 양육 경험을 이해하고 수용하며 그들의 인지 및 행동이 자동적인 사고와 잠재적인 편견에 의해 영향을 받지 않도록 하는 것이다. 자기 및 자녀에 대한 정서적 자각은 부모 그들 자신과 자녀들의 감정을 구별하고 자각하며 자동적이거나 맹목적이지 않도록 적절한 방식으로 반응하는 것이다. 양육 관계에서의 자기조절은 양육을 할 때 부모의 감정적인 반응을 균형 잡힌 상태로, 특히 부정적인 감정에 대해 통제하는 것이다. 마지막으로 자기 자신과 타인에 대한 연민은 부모들이 지나친 자기 비난을 피하고 부모로서 노력을 인정하며 자녀들이 어려움에 처했을 때 위로하고 지지하는 것을 의미한다(Duncan et al., 2009). Kim 등(2019)의 척도에서 마음챙김 양육의 하위 요인은 자기 양육에 대한 비판단적 수용, 정서적 자기조절, 아이에 대한 연민, 온전한 주의 기울임, 아이의 감정 알아차림, 기분의 영향에 대한 통찰의 6요인으로

구성되어 있으며 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점의 Likert 방식으로 구성되어 있다. 본 연구에서 분석된 Cronbach’s  $\alpha$ 는 전체 마음챙김 양육 .804 이었다.

## 연구절차

자료 수집을 위해 2022년 12월 27일부터 12월 29일까지 마크로밀 엠브레인 온라인 설문 조사 기관(이하 엠브레인)을 통해 설문 조사를 진행하였다. 윤리적 규정에 따라 연구의 목적과 비밀 보장을 고지하였고, 연구 참여 및 개인정보 수집-이용에 자발적으로 동의한 대상자들에 한해 연구를 진행하였다.

## 자료분석

본 연구에서는 수집된 자료 분석을 위해 IBM SPSS 29.0과 Process Macro 4.1 프로그램을 이용하였다. 연구 대상자와 가정의 특성을 파악하기 위해 기술통계 분석을 실시하였으며, 측정 도구의 신뢰도 검증을 위해 Cronbach’s  $\alpha$  계수를 산출하였다. 유아의 기질과 사회정서능력 및 어머니의 마음챙김 양육의 수준을 알아보기 위하여 기술통계를 통해 평균과 표준편차를 산출하고 각 변인 간의 관계를 알아보기 위해 상관관계 분석을 실시하여 Pearson의 상관계수를 산출하였다. 연구 문제인 변인 간 조절된 조절 효과를 검증하기 위하여 Hayes(2012)의 Process Macro Model 3을 이용하였으며 해석의 편의를 위해 각 변인들의 평균 중심화를 실시하였다. 또한 Johnson-Neyman 유의도를 확인하여 조절된 조절 효과가 유의한 점수 상하한선을 확인하였다. Bootstrapping 검증 시 모형의 샘플수는 5,000개로 지정하였으며, 신뢰구간

은 95%로 설정하였다.

## 결 과

### 주요 변인들의 기술통계 및 상관분석 결과

기술통계 분석을 통해 주요 변인의 평균과 표준편차, 최댓값, 최솟값을 산출함으로써 주요 변인들의 집중 경향도 및 분산성을 확인하였으며 왜도와 첨도를 산출하여 자료의 정규성을 검토하였다. 표 1에는 주요 연구 변인들의 평균과 표준편차와 변인들 간의 상관관계가 나타나 있다.

유아 기질의 평균과 표준편차를 알아본 결과, 행동억제 기질은 2.46( $SD=.74$ ), 의도적 통제 기질은 3.42( $SD=.50$ )로 나타났다. 유아 사회정서능력의 평균과 표준편차는 3.81( $SD=.38$ ), 어머니 마음챙김 양육의 평균과 표준편차는 3.47( $SD=.40$ )로 나타났다.

왜도와 첨도의 경우, 왜도의 절댓값이 3보다 클 경우, 첨도의 절댓값이 10보다 클 경우 극단적인 값으로 보며 변인의 분포 정상성이 위배 될 가능성이 높아진다(Kline, 2011). 본 연구에서 측정된 변인들의 왜도의 절댓값 범위는  $-.16 \sim .32$ , 첨도의 절댓값 범위는  $-.42 \sim .28$ 이므로 변인들이 정규성을 충족하는 것으로 나타났다.

상관분석 결과 유아의 기질(행동억제, 의도적 통제), 유아의 사회정서능력, 어머니의 마음챙김 양육 간의 유의한 상관이 나타났다. 유아 행동억제 기질은 사회정서능력( $r=-.31, p<.001$ )과 유의한 부적 상관을 보였으며 어머니 마음챙김 양육( $r=-.33, p<.001$ )과 유의한 부적 상관을 보였다. 유아의 의도적 통제 기질은 사회정서능력( $r=.49, p<.001$ )과 유의한 정적 상관을 보였으며 어머니 마음챙김 양육( $r=.37, p<.001$ )과 유의한 정적 상관을 보였다. 유아 사회정서능력은 어머니 마음챙김 양육( $r=.37, p<.001$ )과 유의한 정적 상관을 보였다.

표 1. 변인 간 상관 및 기술통계

( $N=247$ )

변인	1	2	3	4
1. 유아 행동억제 기질	1			
2. 유아 의도적 통제 기질	-.12*	1		
3. 유아 사회정서능력	-.31***	.49***	1	
4. 어머니 마음챙김 양육	-.33***	.37***	.37***	1
평균	2.46	3.42	3.81	3.47
표준편차	.74	.50	.38	.40
최솟값	1.00	2.13	2.80	2.44
최댓값	4.71	4.63	4.79	4.78
왜도	.28	-.16	.10	.32
첨도	-.42	-.23	-.34	.28

\*\*\* $p<.001$ , \*\* $p<.01$ , \* $p<.05$

### 유아 행동억제 기질과 사회정서능력의 관계에서 유아의 의도적 통제 기질과 어머니 마음챙김 양육의 조절된 조절효과

본 연구에서는 유아의 행동억제 기질이 사회정서 능력에 미치는 영향이 유아의 의도적 통제 기질과 어머니 마음챙김 양육의 수준에 따라 어떻게 달라지는지 각각의 삼원 상호작용을 확인하고자 하였다. 즉, 유아 행동억제 기질(X)이 유아 사회정서능력(Y)에 미치는 영향을 제 1 조절변인인 유아 의도적 통제 기질(W)이 조절하는데(이원 상호작용), 제 2 조절변인인 어머니 마음챙김 양육(Z)이 이원 상호작용을 어떻게 조절하는지(삼원 상호작용), 조절된 조절효과를 조사하였으며 Process Macro의 3번 모델을 통해 분석하였다.

조절된 조절효과를 분석한 결과 삼원 상호작용이 유의하였으며 이 때의 결과를 표 2에 제시하였다. 해석의 편의를 위해 각 변인은 평균 중심화를 실시하였다. 이는 유아의 행동억제 기질이 사회정서능

력에 미치는 영향이 유아의 의도적 통제 기질과 어머니 마음챙김 양육의 수준에 따라 변화한다는 것을 의미한다.

### 존슨-네이만 방법을 통한 유의성 영역

본 연구에서의 변인들의 삼원 상호작용이 어느 영역에서 유의한지 구체적으로 살펴보기 위해 존슨-네이만 방법(Johnson-Neyman technique)을 사용하였다. 이 방법은 제2 조절변수의 수준에 따라서 독립변수와 제1 조절변수의 이원 상호작용이 어느 범위에서 유의한지 확인하는 방법이다. 존슨-네이만 방법을 통한 유의성 영역을 그림 2와 표 3에 제시하였다. 존슨-네이만 분석을 통해 유의성 영역을 확인해본 결과, 평균 중심화를 하지 않은 원자료 기준으로 마음챙김 양육의 원점수가 2.82점 이하인 구간과 4.41점 이상인 구간에서 조절 효과가 유의하였다. 마음챙김 양육을 평균 중심화하여 살펴보면, -0.65점(하위 5%) 이하인 지점과 0.94점

표 2. 유아 행동억제 기질과 사회정서능력의 관계에서 유아 의도적 통제 기질과 어머니 마음챙김 양육의 조절된 조절효과 (N=247)

	Y(유아 사회정서능력)			
	b	SE	t	95% CI
상수	3.81	.02	185.03***	[3.77,3.85]
X(유아 행동억제 기질)	-.12	.03	-4.15***	[-.17,-.06]
W(유아 의도적 통제 기질)	.33	.04	7.72***	[.24,.41]
X*W	-.00	.05	-0.3	[-.11,.10]
Z(어머니 마음챙김 양육)	.16	.06	2.89**	[.05,.27]
X*Z	-.00	.07	-.07	[-.14,.13]
W*Z	.08	.09	.85	[-.10,.26]
X*W*Z	.28	.12	2.25*	[.03,.52]

\*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$ , b는 비표준화 회귀계수, CI = Confidence Interval.

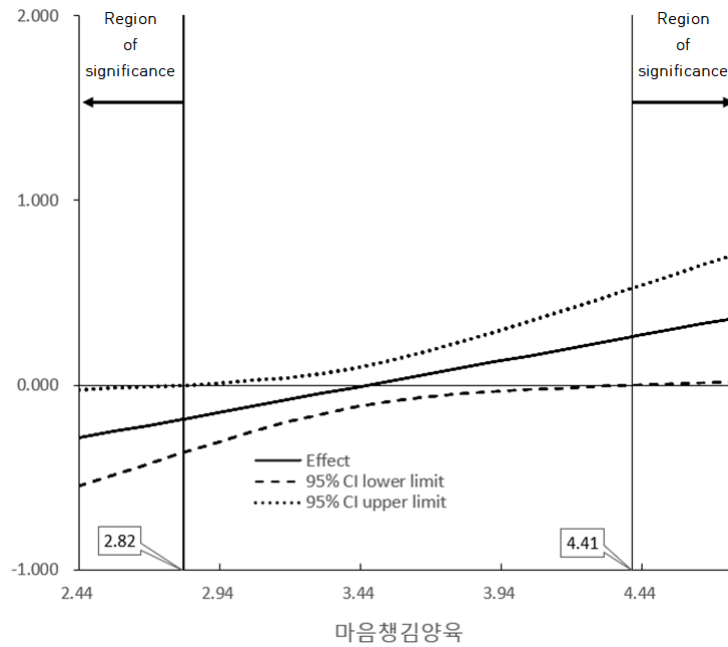


그림 2. 조건부 상호효과에 대한 존슨-네이만 방법의 신뢰밴드

표 3. 존슨-네이만 조절효과 유의성 검증

(N = 247)

마음챙김 양육	B	S.E.	t	p	95% 신뢰구간	
					LLCI	ULCI
2.44	-0.29	0.13	-2.15	0.03	-0.55	-0.02
2.57	-0.25	0.12	-2.11	0.04	-0.49	-0.02
2.69	-0.22	0.11	-2.06	0.04	-0.43	-0.01
2.81	-0.18	0.09	-1.97	0.05	-0.37	0.00
2.82	<b>-0.18</b>	<b>0.09</b>	<b>-1.97</b>	<b>0.05</b>	<b>-0.36</b>	<b>0.00</b>
2.94	-0.15	0.08	-1.84	0.07	-0.31	0.01
3.06	-0.12	0.07	-1.63	0.10	-0.25	0.02
3.18	-0.08	0.06	-1.31	0.19	-0.20	0.04
3.30	-0.05	0.06	-0.83	0.41	-0.16	0.06
3.43	-0.01	0.05	-0.23	0.82	-0.12	0.09
3.55	0.02	0.06	0.39	0.70	-0.09	0.13
3.67	0.06	0.06	0.90	0.37	-0.07	0.18
3.80	0.09	0.07	1.28	0.20	-0.05	0.23

표 3. 존슨-나이만 조절효과 유의성 검증

(N=247) (계속)

마음챙김 양육	B	S.E.	t	p	95% 신뢰구간	
					LLCI	ULCI
3.92	0.12	0.08	1.53	0.13	-0.04	0.28
4.04	0.16	0.09	1.70	0.09	-0.03	0.34
4.16	0.19	0.11	1.82	0.07	-0.02	0.40
4.29	0.23	0.12	1.90	0.06	-0.01	0.46
4.41	<b>0.26</b>	<b>0.13</b>	<b>1.96</b>	<b>0.05</b>	<b>0.00</b>	<b>0.52</b>
4.43	0.27	0.14	1.97	0.05	0.00	0.53
4.53	0.30	0.15	2.01	0.05	0.01	0.59
4.66	0.33	0.16	2.04	0.04	0.01	0.65
4.78	0.36	0.18	2.07	0.04	0.02	0.71

LLCI : Lower Level Confidence Interval; ULCI : Upper Level Confidence Interval

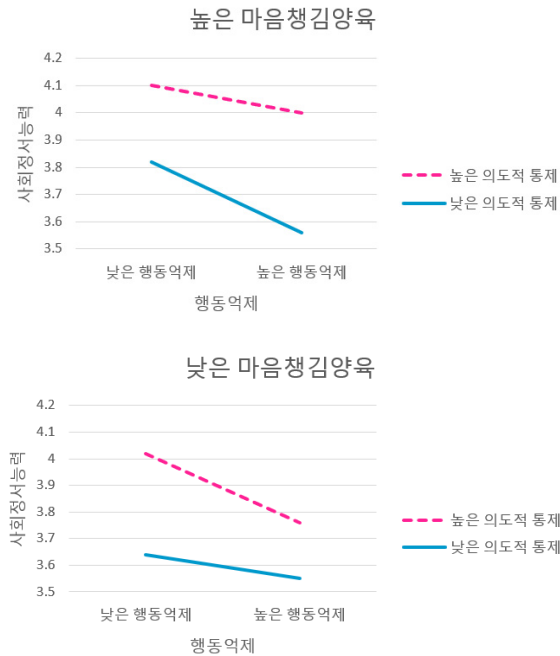


그림 3. 유아 행동억제 기질, 의도적 통제 기질, 어머니 마음챙김 양육의 삼원 상호작용

(상위 98%) 이상인 지점부터 조절 효과가 유의하게 나타났다. 즉, 유아의 행동억제 기질과 의도적 통제 기질 간의 삼원 상호작용이 유의미하였다. 분석 결과를 바탕으로 삼원 상호작용이 어떠한 양상으로 나타나는지 그림 3에 제시하였다. 어머니 마음챙김 양육 수준이 높은 경우 유아의 의도적 통제 수준이 낮으면 유아의 행동억제 기질의 높고 낮음에 따라 사회정서능력의 차이가 크게 나타났으며, 어머니 마음챙김 양육 수준이 낮은 경우에는 유아의 의도적 통제 수준이 높을 때 유아의 행동억제 기질이 높고 낮음에 따라 사회정서능력의 차이가 크게 나타났다.

## 논 의

본 연구에서는 유아의 행동억제 기질과 사회정서능력의 관계에서 유아의 의도적 통제 기질과 어머니

니의 양육 태도의 영향을 확인하고자 하였다. 즉, 유아의 의도적 통제 기질과 어머니 마음챙김 양육의 두 요인이 유아의 행동억제 기질과 사회정서능력의 관계에 영향을 주는 요인으로 작용하여 유아 행동억제 기질과 두 요인 간 삼원 상호작용이 있을 것이라고 가설을 설정하였다. 구체적으로 어머니의 마음챙김 양육 수준에 따라 유아 행동억제 기질과 의도적 통제 기질의 이원 상호작용 효과가 달라지는 조절된 조절효과가 있을 것이라는 가설을 확인하고자 하였다.

본 연구의 결과를 종합하자면 다음과 같다.

첫째, 유아 행동억제 기질, 의도적 통제 기질, 사회정서능력, 어머니의 마음챙김 양육 간에는 유의한 상관성이 있었다. 유아 행동억제 기질은 사회정서능력과 통계적으로 유의미한 부적 상관성이 있는 것으로 나타났다. 즉 유아의 행동억제 기질 수준이 높을수록 사회정서능력이 낮아지는 것으로 나타났다. 행동억제 기질은 유아의 발달과 적응에 영향을 주는 변인으로 기질 수준이 높은 경우 새로운 상황 혹은 또래와 마주했을 때 긴장하고, 말을 하지 않으며, 심장이 빨리 뛰는 것과 같은 각성 상태의 정서적 불균형을 나타내는 반응을 보이기 쉬운 것으로 알려져 있다(Fox et al., 2005). 이처럼 행동억제 기질이 높은 유아들이 또래와의 사회적 행동이나 상호작용, 교육기관에서의 적응 능력이 떨어진다는 선행연구 결과(Fox et al., 1995; Kagan et al., 1984)와 일치한다. 또한 수줍은 유아들이 사교성이 부족하고 사회적 관계에서 어려움을 보이며(신윤숙, 2012; 허미경, 이소은, 2010; Bohlin et al., 2005; Chen et al., 2006; Coplan et al., 2008), 사회적 참여가 적은 경향이 있다는 연구 결과(Rubin et al., 1984)와도 맥을 함께 한다.

유아 의도적 통제 기질은 사회정서능력과 통계적

으로 유의미한 정적 상관을 보였다. 이는 유아의 의도적 통제 기질 수준이 높을수록 사회정서능력이 높아짐을 의미한다. 의도적 통제 기질은 개인의 발달과 적응을 예측하며 또래 집단에서 적응적이고 유능한 사회적 상호작용에 있어 중요한 기여 요소로 간주 되어 왔다(Eisenberg et al., 2007). 유아가 자신의 행동을 계획하고 부적절한 반응을 억압하는 의도적 통제 기질은 또래와 원만한 관계를 맺고 사회적 상황에서 적응하는 데 도움을 준다(한영숙, 2010). 따라서 의도적 통제 기질이 유아들의 친사회적 행동, 사회적 기술, 적응적 정서조절, 또래와의 사회적 유능성과 정적으로 관련이 있었다는 선행연구의 결과(박경선, 문혁준, 2018; 최윤정, 차미숙, 2022; David & Murphy, 2007; Eisenberg, Michalik et al., 2007; Fantuzzo et al., 2004; Sterry et al., 2010)와 일치한다. 대조적으로 의도적 통제 기질이 낮은 유아들은 낮은 사회정서발달과 관련이 있다는 선행연구(박경선, 문혁준, 2018; 최윤정, 차미숙, 2022; Dennis, 2007; Eisenberg et al., 2004; Trentacosta & Shaw, 2009; Zhou et al., 2009)와도 일맥상통한다.

어머니 마음챙김 양육은 유아 사회정서능력과 정적 상관을 보였다. 어머니 마음챙김 양육 수준이 높을수록 유아의 사회정서능력이 높아짐을 보여준다. 부모가 마음챙김 양육을 수행하는 것은 부모로 하여금 자녀와의 상호작용을 의식하게 함으로써 자녀의 행동과 감정뿐만 아니라 자녀의 행동에 대한 자신의 인지적, 정서적 반응에 대해서도 더 잘 파악할 수 있도록 하여(Duncan et al., 2009), 자녀의 성장과 발달에 긍정적 영향을 미친다(Duncan, 2007; Duncan et al., 2009; Moreira & Canavarro, 2020). 이러한 맥락에서 본 연구 결과는 마음챙김 양육이 유아의 사회적 적응과 기술 증

진 및 정서조절을 도와 사회정서능력에 긍정적인 영향을 준다는 선행연구(Duncan et al. 2009; Eisenberg et al. 1998; McKee et al., 2018; Moreira & Canavarro, 2020; Siu et al., 2016)를 지지한다.

둘째, 유아 행동억제 기질과 사회정서능력 관계에서 유아 의도적 통제 기질과 어머니 마음챙김 양육의 조절된 조절효과 즉, 삼원 상호작용이 유의하였다. 어머니 마음챙김 양육의 수준에 따라 유아 행동억제 기질과 의도적 통제 기질 간 조절 효과의 양상 차이를 확인하였다. 존슨-나이만 방법에 따라 어머니 마음챙김 양육이 어떤 수준에서 유아 행동억제 기질과 의도적 통제 기질 간의 상호작용 효과가 유의한지 검증한 결과, 둘 간의 이원 상호작용은 어머니 마음챙김 양육의 수준이 낮을 때와 높을 때 모두 유의하였다. 유아의 행동억제 기질은 사회정서능력에 부정적 영향을 미치나 의도적 통제 기질은 그 효과를 완화 시키고, 어머니 마음챙김 양육 수준에 따라 유아의 의도적 통제 기질이 행동억제 기질에 미치는 영향에 차이가 있는 것으로 나타났다.

보다 구체적으로 살펴보면, 어머니 마음챙김 양육 수준이 낮은 경우 유아의 의도적 통제 기질이 낮을 때 행동억제 기질의 높고 낮음에 따른 차이가 크지 않았으며 사회정서능력이 낮은 경향을 나타내어, 낮은 의도적 통제 기질은 사회정서능력 발달에 취약성이 될 수 있음을 확인할 수 있었다. 유아의 의도적 통제 기질이 높을 때는 의도적 통제 기질이 낮을 때보다 사회정서능력이 높게 나타나는 한편 행동억제 기질이 높아질수록 사회정서능력이 가파르게 낮아지는 경향을 보였다. 즉, 어머니 마음챙김 양육 수준이 낮아지는 경우 의도적 통제 기질이 높은 유아일지라도 행동억제 기질에 따라 사회정서

능력에서 큰 차이를 보일 수 있음을 시사한다.

반대로 어머니 마음챙김 양육 수준이 높은 경우 마음챙김 양육 수준이 낮은 경우와는 다른 조절 양상을 확인할 수 있었다. 유아의 의도적 통제 기질이 높은 경우 행동억제 기질이 높고 낮음에 따라 사회정서능력에 차이가 크지 않아 의도적 통제 기질은 행동억제 기질 수준이 높은 유아의 사회정서능력 발달에 보호 요인으로 작용하고 있음을 시사한다. 그러나 의도적 통제가 낮은 경우에는 행동억제 기질이 높을수록 사회정서능력이 크게 떨어지는 양상을 확인할 수 있었다. 즉, 어머니 마음챙김 양육 수준이 높을 때는 유아의 의도적 통제가 낮을 때 행동억제 기질의 수준에 따라 영향을 크게 받는 것으로 나타났다.

본 연구에서는 어머니 마음챙김 양육 수준에 따라 유아의 행동억제 기질과 의도적 통제 기질이 함께 상호작용하여 유아의 사회정서발달에 영향을 미친다는 것을 확인하였다. 이는 Rothbart와 Bates (2006)의 주장에 따라 기질의 단일 변인이 유아의 사회성 발달에 영향을 미치기보다 기질의 하위 특성들이 함께 상호작용할 것이라는 연구를 확장한 결과라고 볼 수 있다. 즉, 유아의 높은 행동억제 기질이 사회정서능력에 영향을 주는 데 있어 의도적 통제 기질에 따라 영향력이 달라진다는 결과(권연희, 2014; Hassan et al., 2020; Henderson, 2010; McDermott et al., 2009)들과 일맥상통한다. 또한 Rothbart와 Ahadi(1994)는 기질을 체질적 반응성과 자기 조절에서의 개인차라고 제안하였는데, 자기 조절은 반응성을 조절하는 과정이라고 하였다. 의도적 통제 기질의 경우 자기 조절의 한 측면으로 다른 기질 요인과 함께 상호작용함으로써 조절 효과를 보여주었다.

또한 본 연구 결과는 유아의 기질과 양육 환경

이 서로 상호작용하는데 있어 양육 환경의 중요성을 강조한 자원 잠재 모델(resource potential model)을 지지하며(Kupersmidt et al., 1995), 유아의 기질적 취약성이 지지적 환경을 만나거나 혹은 비지지적인 환경을 만나는가에 따라 발달적 결과가 다를 수 있다(Chen & Schmidt, 2015)는 연구 결과를 지지한다. 즉, 유아의 기질에 있어 어머니 마음챙김 양육이라는 양육 환경의 중요성을 보여준다. 구체적으로 유아의 의도적 통제 수준이 낮을 때 부모의 긍정적 양육 행동이 유아의 적응을 보다 긍정적으로 바꾸어놓을 수 있다는(Rothbart & Bates, 2006; Rothbart & Putnam, 2002; Sanson & Rothbart, 1995) 맥락과 함께 어머니가 애정적 양육 행동을 많이 할수록 유아는 높은 수준의 의도적 통제를 보이게 되고 의도적 통제 기질이 사회적으로 부적절한 감정이나 행동을 조절하도록 도와 사회정서능력에 긍정적인 영향을 준다는 선행연구(구자연, 박경자, 2018; 배운진, 임지영, 2012)와 맥을 함께 하고 있다. 이처럼 어머니의 양육 태도는 유아의 의도적 통제 기질에 영향을 미치고 자녀의 사회적 유능성에 직·간접적인 영향을 준다는 선행연구들을 통해 부모의 양육 태도, 유아의 의도적 통제 기질 및 사회정서능력의 관계성을 살펴볼 수 있다.

종합적으로 본 연구는 유아의 행동억제 기질, 의도적 통제 기질의 두 기질 간 상호작용에 대한 마음챙김 양육의 영향을 확인했다는 점에서 기질과 양육의 상호작용에 대한 선행연구의 결과를 확장하는 의미를 가진다.

본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 결과는 유아의 사회정서능력에 영향을 주는 기질 요인을 단일 요인이 아닌 기질의 하위 변인인 행동억제와 의도적 통제 기질의 상호

작용이 유아의 발달에 영향을 준다는 것을 확인하는데에 의의가 있다. 또한 수줍음은 종종 새로운 사회적 맥락에서 회피로 개념화되지만 수줍음이 높은 모든 유아들이 사회적 상황에 참여하는 것을 꺼리는 것은 아니며, 이는 유아들의 의도적 통제 기질에 따라 달라질 수 있음(Kagan et al., 1987, 1988)을 확인하였다.

White와 동료들(2011)은 의도적 통제 수준에 따라 유아의 행동억제 기질이 불안 증상에 미치는 영향력이 달라지고 높은 의도적 통제 수준은 보호 요인으로, 높은 행동억제 수준은 위험 요인으로 작용할 것이라고 주장하였다. 본 연구에서는 이러한 주장을 지지하며 유아의 행동억제 기질이 사회정서능력에 대해 기질적으로 취약한 요인으로 여겨지지만 유아의 의도적 통제 기질에 따라 유아의 사회정서능력이 보완됨으로써 의도적 통제 기질이 보호 요인이 될 수 있음을 확인할 수 있었다.

둘째, 본 연구에서는 기질적으로 취약한 유아에 대해 어머니의 마음챙김 양육을 함께 살펴봄으로써 유아의 기질뿐만 아니라 양육 환경 또한 유아의 사회정서능력에 함께 영향을 미침을 확인하였다. 이는 Thomas와 Chess(1977)가 제안한 어머니-자녀 간의 ‘조화 적합성(Goodness of fit)’ 모델의 개념을 한 번 더 검증해볼 수 있었다고 볼 수 있다. 즉, 유아의 적응적인 발달은 유아의 특성이 환경 및 사회적 맥락의 요구와 일치할 때 나타나는데 유아의 사회정서능력에 대해 기질적 특성이 어머니의 양육 태도에 따라 더욱 적응적으로 발달할 수 있음을 확인할 수 있었다.

셋째, 본 연구의 결과에서 유아의 사회정서능력에 대해 어머니의 마음챙김 양육이 중요한 영향을 미치는 요인임을 확인하였다. 마음챙김 양육은 국내외에서는 활발하게 연구가 진행되고 있으나 국내에

서는 아직 연구가 많이 진행되지 않은 실정이다. 따라서 사회정서능력 발달에 있어 취약한 기질을 가진 유아에 대해 어머니 마음챙김 양육이 보호 요인이 될 수 있다는 연구 결과는 중요한 의미를 가진다. 또한 마음챙김 양육을 기를 수 있다고 보는 시각에 따라, 마음챙김 양육에 대한 개입 효과와 마음챙김 양육이 부모 및 자녀에 어떠한 영향을 미칠 수 있는지에 대한 경험적 연구 결과들이 보고되고 있다. 마음챙김 양육은 가르치고 배울 수 있으며 실천을 통해 배양이 가능한 것으로 여겨지면서 (Duncan et al., 2009), 양육에서 마음챙김을 실천하는 것이 양육 개입의 효과를 향상시키는 한 가지 방법이라고 제안된 바 있다(Dumnas, 2005). Dumas(2005)는 양육상황에서의 부모들이 필요할 때 마음챙김을 의식적으로 스위치처럼 켜고 끌 수 있는 하나의 기술로 설명하였다. 즉, 마음챙김은 자동적이고 역기능적인 상호작용을 변화시키고 보다 대안적인 행동을 선택할 수 있도록 하는 방법이며 이것이 성공적일 때 연습을 통해서 자동적인 습관을 효과적인 대처방식으로 대체할 수 있게 된다고 보았다. 실제로 연구자들은 부모들의 마음챙김 양육 수준을 증가시키는 것을 목적으로 하는 개입의 유용함을 검증하였으며(Duncan et al., 2009), 마음챙김 양육 프로그램은 부모-자녀 관계, 양육 기술 및 자녀의 사회정서능력을 향상시킬 수 있었다(Bögels et al., 2010). 이러한 선행연구와 함께 본 연구에서의 결과는 기질적 취약성을 가진 자녀를 대상으로 한 마음챙김 양육 프로그램의 필요성 및 효과성에 대한 근거를 제시하는 의미를 가진다 (Altmaier & Maloney, 2007; Bögels et al., 2010; Dumas, 2005; Placone-Willey, 2002; Srivastava et al., 2011; Townshend et al., 2016).

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 유아의 사회정서능력에 영향을 미치는 기질 요인으로 행동억제 기질을 살펴 보았으나 행동억제 기질 이외에도 유아의 사회정서능력에 영향을 미치는 다른 기질 요인과의 관련성을 살펴보는 연구가 필요하다.

둘째, 본 연구에서는 한국판 마음챙김 양육 질문지를 어머니 마음챙김 양육 수준을 측정하기 위해 사용하였다. 다만, 마음챙김 양육에 대한 연구는 초기 단계로 이를 위한 측정도구는 제한적인 실정이며 다양한 나라에서 변안 및 타당화된 IM-P는 확인된 하위요인이 일관적이지 않고 하위요인의 내적 일관성이 낮게 보고되기도 하여 측정 도구의 신뢰도와 타당도의 측면에서 제한점을 가진다고 볼 수 있다. 우리나라의 맥락에 맞추어 신뢰도와 타당도를 갖춘 마음챙김 양육을 위한 측정 도구의 개발과 연구가 후속 연구를 통해 필요할 것으로 제안된다.

셋째, 본 연구에서는 유아의 사회정서능력이 어머니 보고에 의해 측정되었다는 점에서 한계가 있다. 유아의 또래 상호작용의 경우 가정 내에서 보이는 모습과 유아교육기관에서 보여지는 모습은 차이가 있을 수 있다. 따라서 후속연구에서는 유아의 사회정서능력을 교사 보고를 통해 측정함으로써 반복 검증을 하는 것이 필요해 보인다.

몇 가지 제한점에도 불구하고 본 연구는 유아의 행동억제 기질이 사회정서능력에 영향을 미치는 데 있어 유아의 의도적 통제 기질과 어머니의 마음챙김 양육의 역할을 확인하였다. 즉, 사회정서능력에 있어 기질적으로 취약한 유아에 대해 유아의 의도적 통제 기질과 어머니 양육 태도의 중요성을 한번 더 확인하였다는 점에서 의의가 있다.

## Conflict of Interest

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

## 참고문헌

- 구자연, 박경자 (2018). 어머니의 양육방식 잠재프로파일 유형이 유아의 사회적 기술에 미치는 영향. **아동학회지**, 39(1), 89-101.
- 권연희 (2014). 남녀 유아의 수줍음과 또래괴롭힘 피해 간 관계에 대한 교사-유아 관계의 중재효과. **한국보육지원학회지**, 10(5), 25-45.
- 김단비, 신태섭 (2018). 부모양육행동이 초등학교생의 사회정서역량에 미치는 영향: 지각된 부모 기대의 조절효과를 중심으로. **교육과학연구**, 49(3), 75-99.
- 김태선, 도현심 (2021). 유아기 어머니의 자아존중감, 부모공동양육 및 온정적 양육행동이 학력진입기 아동의 문제행동에 미치는 단기 종단적 영향. **아동학회지**, 42(4), 473-489.
- 문영경, 이 영 (2012). 어머니의 정서적 가용성이 유아의 사회적 기술 및 문제행동에 미치는 영향: 유아 의도적 통제의 매개효과를 중심으로. **대한가정학회지**, 50(1), 103-119.
- 박경선, 문혁준 (2018). 유아의 기질 및 실행기능, 어머니의 정서 표현성이 유아의 사회적 능력에 미치는 영향. **유아교육학논집**, 22(6), 385-411.
- 배윤진, 임지영 (2012). 유아의 친사회적 행동과 인지적 문제해결능력에 대한 영향 요인: 부모와 유아의 의도적 통제와 애정적 양육행동을 중심으로. **아동학회지**, 33(3), 1-22.
- 신윤숙 (2012). 유아의 기질, 기질에 대한 부모만족도, 유아의 인지조절력과 유아의 또래상호작용과의 관계. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 이승혜 (2017). 사춘기 자녀를 둔 어머니의 마음챙김 수준이 자녀의 문제행동에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이은정, 양옥승 (2015). 유아 사회정서능력 측정척도의 개발. **유아교육연구**, 35(4), 507-531.
- 장유진, 이강이 (2011). 유아의 기질, 유아-어머니 조화적합성이 유아의 자기지각에 미치는 영향. **아동학회지**, 32(3), 59-76.
- 최길순 (2017). 교사와 유아의 상호작용이 또래와의 상호작용에 미치는 영향. 총신대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 최윤정, 차미숙 (2022). 유아의 기질과 사회적 유능성의 관계에서 실행기능의 매개효과. **한국유아교육·보육복지학회**, 26(1), 121-145.
- 최은실 (2020). 기질에 대한 고찰. **발달지원연구**, 9(3), 85-108.
- 최은실, 윤진영, 최해훈, 김수아 (2022). **STS 6요인 기질검사**. 서울: 학지사.
- 한영숙 (2010). 어머니의 정서표현성이 아동의 공격성에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 허미경, 이소은 (2010). 유아의 기질, 어머니의 기질과 조화적합성이 유아의 사회적 능력에 미치는 영향. **열린유아교육연구**, 15(3), 353-373.
- 홍선표 (2022). 부모의 자기자비, 결혼만족, 온정·수용 양육행동 및 학령기 아동의 문제행동. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- Altmaier, E., & Maloney, R. (2007). An initial evaluation of a mindful parenting program. *Journal of clinical psychology*.

- 63(12), 1231-1238.  
<https://doi.org/10.1002/jclp.20395>
- Baumrind, D. (1991). Parenting styles and adolescent development. *The encyclopedia of adolescence*.
- Bögels, S. M., Lehtonen, A., & Restifo, K. (2010). Mindful parenting in mental health care. *Mindfulness, 1*, 107-120.  
<https://doi.org/10.1007/s12671-010-0014-5>
- Bohlin, G., Hagekull, B., & Andersson, K. (2005). Behavioral inhibition as a precursor of peer social competence in early school age: The interplay with attachment and nonparental care. *Merrill-Palmer Quarterly (1982-)*, 1-19.
- Broberg, A., Lamb, M. E., & Hwang, P. (1990). Inhibition: Its stability and correlates in sixteen to forty month old children. *Child Development, 61*(4), 1153-1163.  
<https://doi.org/10.1007/BF01447665>
- Buonomo, I., Fiorilli, C., Geraci, M. A., & Pepe, A. (2017). Temperament and social-emotional difficulties: The dark side of learning disabilities. *The Journal of genetic psychology, 178*(3), 193-206.  
<https://doi.org/10.1080/00221325.2017.1304890>
- Chen, X., DeSouza, A. T., Chen, H., & Wang, L. (2006). Reticent behavior and experiences in peer interactions in Chinese and Canadian children. *Developmental Psychology, 42*(4), 656.  
<https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.4.656>
- Chen, X., & Schmidt, L. A. (2015). Temperament and personality. *Handbook of child psychology and developmental science*, 1-49.
- Coplan, R. J., Arbeau, K. A., & Armer, M. (2008). Don't fret, be supportive! Maternal characteristics linking child shyness to psychosocial and school adjustment in kindergarten. *Journal of abnormal child psychology, 36*, 359-371.  
<https://doi.org/10.1007/s10802-007-9183-7>
- David, K. M., & Murphy, B. C. (2007). Interparental conflict and preschoolers' peer relations: The moderating roles of temperament and gender. *Social development, 16*(1), 1-23.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00369.x>
- Dennis, T. A. (2007). Interactions between emotion regulation strategies and affective style: Implications for trait anxiety versus depressed mood. *Motivation and emotion, 31*, 200-207.  
<https://doi.org/10.1007/s11031-007-9069-6>
- Dumas, J. E. (2005). Mindfulness-based parent training: Strategies to lessen the grip of automaticity in families with disruptive children. *Journal of clinical child and adolescent psychology, 34*(4), 779-791.  
[https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3404\\_20](https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3404_20)
- Duncan, L. G. (2007). *Assessment of mindful parenting among parents of early*

- adolescents: Development and validation of the Interpersonal Mindfulness in Parenting scale.* The Pennsylvania State University.
- Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., & Greenberg, M. T. (2009). A model of mindful parenting: Implications for parent-child relationships and prevention research. *Clinical child and family psychology review*, 12, 255-270.  
<https://doi.org/10.1007/s10567-009-0046-3>
- Eisenberg, N., & Spinrad, T. L. (2004). Emotion related regulation: Sharpening the definition. *Child Development*, 75(2), 334-339.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00674.x>
- Eisenberg, N., Cumberland, A., & Spinrad, T. L. (1998). Parental socialization of emotion. *Psychological inquiry*, 9(4), 241-273.  
[https://doi.org/10.1207/s15327965pli0904\\_1](https://doi.org/10.1207/s15327965pli0904_1)
- Eisenberg, N., Ma, Y., Chang, L., Zhou, Q., West, S. G., & Aiken, L. (2007). Relations of effortful control, reactive undercontrol, and anger to Chinese children's adjustment. *Development and Psychopathology*, 19(2), 385-409.  
<https://doi.org/10.1017/S0954579407070198>
- Eisenberg, N., Michalik, N., Spinrad, T. L., Hofer, C., Kupfer, A., Valiente, C., Liew, J., Cumberland, A., & Reiser, M. (2007). The relations of effortful control and impulsivity to children's sympathy: A longitudinal study. *Cognitive development*, 22(4), 544-567.  
<https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2007.08.003>
- Eisenberg, N., Spinrad, T. L., Fabes, R. A., Reiser, M., Cumberland, A., Shepard, S. A., ... Thompson, M. (2004). The relations of effortful control and impulsivity to children's resiliency and adjustment. *Child development*, 75(1), 25-46.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00652.x>
- Fantuzzo, J., Sekino, Y., & Cohen, H. L. (2004). An examination of the contributions of interactive peer play to salient classroom competencies for urban head start children. *Psychology in the Schools*, 41(3), 323-336.  
<https://doi.org/10.1002/pits.10162>
- Fox, N. A., Henderson, H. A., Marshall, P. J., Nichols, K. E., & Ghera, M. M. (2005). Behavioral inhibition: Linking biology and behavior within a developmental framework. *Annu. Rev. Psychol.*, 56, 235-262.  
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141532>
- Frey, J. R., Elliott, S. N., & Gresham, F. M. (2011). Preschoolers' social skills: Advances in assessment for intervention using social behavior ratings. *School mental health*, 3, 179-190.  
<https://doi.org/10.1007/s12310-011-9060-y>

- Hassan, R., Poole, K. L., & Schmidt, L. A. (2020). Revisiting the double-edged sword of self-regulation: Linking shyness, attentional shifting, and social behavior in preschoolers. *Journal of Experimental Child Psychology, 196*, 104842. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2020.104842>
- Hayes, A. F. (2012). PROCESS: A versatile computational tool for observed variable mediation, moderation, and conditional process modeling. In: University of Kansas, KS.
- Henderson, H. A. (2010). Electrophysiological correlates of cognitive control and the regulation of shyness in children. *Developmental Neuropsychology, 35*(2), 177-193. <https://doi.org/10.1080/87565640903526538>
- Kabat-Zinn, J., & Kabat-Zinn, M. (1997). *Everyday Blessings: The Inner Work of Mindful Parenting*.
- Kagan, J. (2003). Behavioral inhibition as a temperamental category. *Handbook of affective sciences, 320-331*.
- Kagan, J., Reznick, J. S., Clarke, C., Snidman, N., & Garcia-Coll, C. (1984). Behavioral inhibition to the unfamiliar. *Child Development, 22*(12), 2212-2225. <https://doi.org/10.2307/1129793>
- Kagan, J., Snidman, N., & Arcus, D. (1993). On the temperamental categories of inhibited and uninhibited children. *Social withdrawal, inhibition, and shyness in childhood, 19-28*.
- Kim, E., Krägeloh, C. U., Medvedev, O. N., Duncan, L. G., & Singh, N. N. (2019). Interpersonal mindfulness in parenting scale: Testing the psychometric properties of a Korean version. *Mindfulness, 10*, 516-528. <https://doi.org/10.1126/science.3353713>
- Kline, R. B. (2023). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford publications.
- Kostelnik, M., Whiren, A., Soderman, A., Rupiper, M. L., & Gregory, K. (2014). *Guiding children's social development and learning*. Cengage Learning.
- Kupersmidt, J. B., Griesler, P. C., DeRosier, M. E., Patterson, C. J., & Davis, P. W. (1995). Childhood aggression and peer relations in the context of family and neighborhood factors. *Child Development, 66*(2), 360-375. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1995.tb00876.x>
- Laurent, H. K., Duncan, L. G., Lightcap, A., & Khan, F. (2017). Mindful parenting predicts mothers' and infants' hypothalamic-pituitary-adrenal activity during a dyadic stressor. *Developmental Psychology, 53*(3), 417. <https://doi.org/10.1037/dev0000258>
- Lengua, L. J. (2008). Anxiousness, frustration, and effortful control as moderators of the relation between parenting and adjustment in middle childhood. *Social*

- development, 17*(3), 554-577.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00438.x>
- McCoby, E. E. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. *Handbook of child psychology, 4*, 1-101.
- McDermott, J. M., Perez-Edgar, K., Henderson, H. A., Chronis-Tuscano, A., Pine, D. S., & Fox, N. A. (2009). A history of childhood behavioral inhibition and enhanced response monitoring in adolescence are linked to clinical anxiety. *Biological psychiatry, 65*(5), 445-448.
- McKee, L. G., Parent, J., Zachary, C. R., & Forehand, R. (2018). Mindful parenting and emotion socialization practices: Concurrent and longitudinal associations. *Family process, 57*(3), 752-766.  
<https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2008.10.043>
- Moran, L., Lengua, L. J., Zalewski, M., Ruberry, E., Klein, M., Thompson, S., & Kiff, C. (2017). Variable- and person-centered approaches to examining temperament vulnerability and resilience to the effects of contextual risk. *Journal of research in personality, 67*, 61-74.  
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2016.03.003>
- Moreira, H., & Cristina Canavarro, M. (2020). Mindful parenting is associated with adolescents' difficulties in emotion regulation through adolescents' psychological inflexibility and self-compassion. *Journal of youth and adolescence, 49*(1), 192-211.  
<https://doi.org/10.1007/s10964-019-01133-9>
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Sessa, F. M., Avenevoli, S., & Essex, M. J. (2002). Temperamental vulnerability and negative parenting as interacting predictors of child adjustment. *Journal of Marriage and family, 64*(2), 461-471.  
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00461.x>
- O'Brien, K. M., Larson, C. M., & Murrell, A. R. (2008). Third-wave behavior therapies for children and adolescents: Progress, challenges, and future directions. *Acceptance and mindfulness treatments for children and adolescents: A practitioner's guide*, 15-35.
- Placone-Willey, P. M. (2001). *A curriculum for mindful parenting: A model development dissertation*. The Union Institute.
- Rothbart, M. K. (1988). Temperament and the development of inhibited approach. *Child Development, 1241-1250*.  
<https://doi.org/10.2307/1130487>
- Rothbart, M. K., & Ahadi, S. A. (1994). Temperament and the development of personality. *Journal of abnormal psychology, 103*(1), 55.  
<https://doi.org/10.1037/0021-843X.103.1.55>
- Rothbart, M. K., Ahadi, S. A., & Evans, D. E.

- (2000). Temperament and personality: origins and outcomes. *Journal of personality and social psychology, 78*(1), 122.
- Rothbart, M. K., & Bates, J. E. (2006). Temperament. In W. Damon, R. Lerner & Eisenberg, N. (Eds.), *Handbook of child psychology: Social, emotional, and personality development, 6*, 99-106.
- Rothbart, M. K., Derryberry, D., & Hershey, K. (2000). Stability of temperament in childhood: Laboratory infant assessment to parent report at seven years. *Temperament and personality development across the life span, 85*, 119.
- Rothbart, M. K., & Putnam, S. P. (2002). Temperament and socialization. *Paths to successful development: Personality in the life course*, 19-45.
- Rubin, K. H., & Borwick, D. (1984). The communication skills of children who vary with regard to sociability. *Social cognition and communication*, 152-170.
- Rubin, K. H., Coplan, R. J., & Bowker, J. C. (2009). Social withdrawal in childhood. *Annual review of psychology, 60*, 141-171.  
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.60.110707.163642>
- Sanson, A., & Rothbart, M. K. (1995). Child temperament and parenting. *Handbook of parenting, 4*, 299-321.
- Siu, A. F., Ma, Y., & Chui, F. W. (2016). Maternal mindfulness and child social behavior: The mediating role of the mother-child relationship. *Mindfulness, 7*, 577-583.  
<https://doi.org/10.1007/s12671-016-0491-2>
- Srivastava, M., Gupta, A., Talukdar, U., Kalra, B., & Lahan, V. (2011). Effect of parental training in managing the behavioral problems of early childhood. *The Indian Journal of Pediatrics, 78*, 973-978.  
<https://doi.org/10.1007/s12098-011-0401-5>
- Sterry, T. W., Reiter-Purtill, J., Gartstein, M. A., Gerhardt, C. A., Vannatta, K., & Noll, R. B. (2010). Temperament and peer acceptance: The mediating role of social behavior. *Merrill-Palmer Quarterly (1982-), 189-219*.  
<https://doi.org/10.1353/mpq.0.0047>
- Thomas, A., & Chess, S. (1977). *Temperament and development*. Brunner/ Mazel.
- Thomas, A., & Chess, S. (1986). The New York longitudinal study: From infancy to early adult life. *The study of temperament: Changes, continuities, and challenges*, 39-52.
- Townshend, K., Jordan, Z., Stephenson, M., & Tsey, K. (2016). The effectiveness of mindful parenting programs in promoting parents' and children's wellbeing: a systematic review. *JBI Evidence Synthesis, 14*(3), 139-180.
- Trentacosta, C. J., & Shaw, D. S. (2009).

Emotional self-regulation, peer rejection, and antisocial behavior: Developmental associations from early childhood to early adolescence. *Journal of applied developmental psychology*, 30(3), 356-365.  
<https://doi.org/10.11124/JBISRIR-2016-2314>

White, L. K., McDermott, J. M., Degnan, K. A., Henderson, H. A., & Fox, N. A. (2011). Behavioral inhibition and anxiety: The moderating roles of inhibitory control and attention shifting. *Journal of abnormal child psychology*, 39, 735-747.  
<https://doi.org/10.1007/s10802-011-9490-x>

Xu, Y., Farver, J. A. M., & Zhang, Z. (2009). Temperament, harsh and indulgent parenting, and Chinese children's proactive and reactive aggression. *Child Development*, 80(1), 244-258.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2008.01257.x>

Zhou, Q., Lengua, L. J., & Wang, Y. (2009). The relations of temperament reactivity and effortful control to children's adjustment problems in China and the United States. *Developmental Psychology*, 45(3), 724.  
<https://doi.org/10.1037/a0013776>

Preschoolers Behavioral Inhibition Temperament and  
Social-emotional Competence:  
Moderated Moderation Effect of Preschoolers  
Effortful Control Temperament and Mother Mindful Parenting

Min Jeong Kim<sup>1</sup>

Areum Yang<sup>2</sup>

Eun Sil Choi<sup>3</sup>

Department of Psychology, The Catholic University of Korea/ Master<sup>1</sup>

Department of Psychology, The Catholic University of Korea/ Doctoral Student<sup>2</sup>

Department of Psychology, The Catholic University of Korea/ Professor<sup>3</sup>

This study examined the moderating effect of preschoolers' effortful control temperament and mother mindful parenting on the process of preschoolers behavioral inhibition temperament affecting social-emotional competence. For this purpose, 274 mothers of children aged 36 to 84 months, 137 boys (50.0%) and 137 girls (50.0%), were surveyed. Preschoolers' behavioral inhibition temperament, effortful control temperament, social-emotional competence, and mother mindful parenting were measured. The hypotheses were tested using the PROCESS macro for moderated moderation analysis. Results showed a significant three-way interaction between preschoolers' behavioral inhibition temperament, effortful control temperament, and mother mindful parenting. Alternatively, these results suggest that effortful control temperament and mother mindful parenting can change the influence of the behavioral inhibition temperament on preschoolers' social-emotional competence. Based on the results, useful information for appropriate intervention in parent counseling and education can be obtained by identifying preschoolers' temperament characteristics and examining the level of mother mindful parenting accordingly.

*Keywords* : Preschooler, Temperament, Behavioral Inhibition, Social-emotional Competence, Effortful Control, Mindful Parenting, Moderated moderation