

## 일 간호대학 신입생의 MBTI 성격유형과 스트레스, 극복력, 학교적응

강현임 · 이정란<sup>†</sup>  
원광보건대학교 간호학과

### The Relation between MBTI Personality Types and Stress, Resilience, School Adaptation of Nursing Students

Hyun-Lim Kang · Jeong-Ran, Lee<sup>†</sup>  
Department of Nursing, Wonkwang Health Science University

#### ABSTRACT

**Objectives:** This study was attempted to understand the relation between MBTI personality types and stress, resilience, school Adaptation of nursing students.

**Methods:** The subjects were 177 freshmen of Nursing College who agreed on participating in this research. Data was collected from April, 2nd, 2012 to April, 5th. The data was analyzed by operating t-test and Pearson correlation coefficient with PASW 18.0.

**Results:** It was appeared that ESFJ type was the highest MBTI type among the objects of this study, and ISTJ, ESFP were ranked to next to it. Among the four indexes of MBTI, it was appeared that E(Extroversion), S(Sensing), F(Feeling), and J(Judging) were higher. According to personality types, it showed that I type students perceived stress higher than E type, and E type students adapted themselves to school lives better than I type, and the degree of resilience was higher. Also, the higher the degree of stress they had, the lower school Adaptation and the degree of resilience they got. While, as the school Adaptation got higher, the degree of resilience grew higher.

**Conclusions:** It is needed to help the freshmen of Nursing College to adapt to school efficiently, by testing their MBTI personality types, and then to help I type students to overcome their stress and adapt to school better. Also, it is considered to develop and operate the programs which can improve the resilience, since the results of this study

\* 이 논문은 2010년도 원광보건대학교 교내연구비 지원에 의해 수행됨

접 수 일 : 2012년 8월 6일, 수 정 일: 2012년 11월 15일, 채 택 일: 2012년 12월 4일

<sup>†</sup> 교신저자 : 이정란 (570-750 전북 익산시 신용동 344-2)

Tel: 063-840-1317, Fax: 063-840-1319, E-mail: jeong1737@wu.ac.kr

have indicated that the students showing the higher scores of resilience were acclimating to school well.

**Key words** : MBTI, Resilience, School Adaptation, Stress

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성

대학시기는 청소년에서 성인으로 넘어가는 중요한 과도기로, 대학생들은 대학 시절동안에 자신의 진로를 결정하고 정체성을 확립하는 등의 여러 가지 발달과정을 수행하게 된다. 그 과정에서 대학이라는 환경적 변화로 많은 혼란과 갈등을 경험하게 되며(박재원과 서수교, 2006), 심리·사회적 생활환경의 변화에 대한 적응 및 진로선택과 장래에 대한 불안 등으로 인하여 대학생들은 심리적 부담감을 갖고 많은 스트레스를 경험하게 된다(공수자와 이은희, 2006).

또한 대학에서는 고등학교와는 달리 이수할 학과목의 선택, 시간관리, 동아리 활동, 교수나 교우들과의 인간관계, 진로선택에 따른 취업준비 등 대학생활에서 경험하게 되는 다양한 일들을 스스로가 선택하고 책임지도록 요구 받기 때문에 대학생활 자체가 스트레스의 원인이 될 수 있다(양현정, 2003). 한 대학의 보고에 의하면 학생들은 학업의 어려움, 생활 및 시간관리, 전공, 적성의 불일치 등의 문제로 대학생활 적응에 어려움을 겪고 있으며, 대학생활에 만족하는 학생이 35%로 전체의 절반에도 미치지 못하고 있었다(전남대학교 학생지원처, 2009). 적응은 인간 발달의 모든 단계에서 중요하지만 대학생의 경우 이 시기를 어떻게 보내느냐가 이후의 직업 선택과 직접적으로 관계되고 대학생활에 실패할 경우 재기의 기회가 주어지지 않기에 대학생 시기의 적응문제는 중요한 의미를 갖는다(이희영, 2007). 간호대학생들은 타 과에 비해 과

중한 학과 공부 뿐 아니라 임상실습을 하면서 겪게 되는 스트레스 등으로 학년이 올라가면서 적응에 어려움을 겪고 있다. 또한 높은 취업률 때문에 전공에 대한 깊은 이해와 고민 없이 지원하는 학생이 많아지며, 때로는 적성이 맞지 않아 대학 생활적응에 영향을 받으며 스트레스를 경험하고 있다.

최근 이와 같은 스트레스와 스트레스 반응에 따른 개인차에 대한 관심이 높아지면서 개인의 강점과 능력에 따라 어려움을 겪더라도 극복이 가능하고 적응적인 기능을 수행할 수 있다는 관점에서 나온 개념이 극복력이다(한미라, 2004). 선행연구에 의하면 극복력 점수가 높은 집단은 효과적인 대처기전을 사용하고, 긍정적인 감정, 자아존중감, 자아리더십 정도가 높았으며, 우울증상 및 부정적인 감정, 스트레스 인식정도가 낮은 것으로 나타났다(Steinhatdt 와 Dolbier, 2008). 또한 간호대학생을 대상으로 한 연구에서 극복력 점수가 높을수록 스트레스와 스트레스 반응 점수가 낮음을 보였으며, 극복력에 가장 영향을 주는 변인으로 전공에 대한 만족도로 나타났다(박주영, 2011). 그러나 한 개인이 경험하는 스트레스는 개인차가 뚜렷하여 어떤 이는 질병에 걸리지만 어떤 이는 스트레스 경험을 통해 더욱 성장하기도 하며(조미경과 정현숙, 2000), 이중 취약성을 좌우하는 주요원인으로 개인의 성격 특성, 대응전략, 직면하는 사건의 수와 본질 및 사회적 환경 등이 있다(김선 등, 1996). 이러한 개인의 성격 특성을 조사하는 방법으로는 다양한 성격진단 검사방법이 사용되고 있는데 그 중에서 MBTI(Myers-Briggs Type Indicators) 성격지표도구가 자신과 타인의 성격 역동을 이해하는 유용한 도구로 인정되고 있다(한애경 등, 2005). MBTI

는 Jung의 성격유형 이론을 근거로 Myers와 Briggs가 1941년 이후 계속적으로 연구 개발한 성격유형 지표로, 4가지 지표의 선호경향으로 구성된다. 즉, 주의집중과 에너지의 방향에 따라 외향성(Extroversion E)-내향성(Introversion I), 정보 수집 방법에 따라 감각(Sensing S)-직관(Intuition N), 판단과 결정과정에 따라 사고(Thinking T)-감정(Feeling F), 행동이행과 생활양식에 따라 판단(Judgement J)-인식(Perception P)의 8가지 선호유형이 있다. 각 지표는 각각 하나씩 선택 조합되어 총 16가지의 성격유형을 만들어 내며 이 성격유형은 기능수행과 인간관계 양상, 일 처리방법 등에 차이를 나타내는 중요한 요인으로 작용한다(황승숙과 김은주, 2002).

근래에 와서 간호학 분야에서도 간호대학생들의 성격유형과 방어기제(황승숙과 김은주, 2002), 학습태도 및 학업성취도(정현경 등, 2007), 임상실습스트레스와 대처방식(남숙향, 2007), 학교생활 적응(황진숙 등, 2009)에 대한 연구가 이루어져 왔지만 간호학과 신입생을 대상으로 성격유형과 대학생활동스트레스, 극복력, 학교생활 적응에 대한 연구는 거의 이루어지지 않고 있는 실정이다. 따라서 간호대학 신입생의 성격유형 검사를 통해 선천적으로 타고나는 개인의 심리적 선호 경향을 이해하고 긍정적인 성격 특성과 잠재력을 발견함으로써 학교생활에 잘 적응을 할 수 있는 기회로 제공될 수 있을 것이다.

이에 본 연구는 간호학과 신입생들의 성격유형과 대학생활동스트레스, 극복력, 학교적응을 파악함으로써 신입생들에게는 자신을 깊이 이해하는 기회가 되며 이를 통하여 학교생활에 적응을 잘할 수 있도록 하고자 하며, 지도교수에게는 신입생이 학교생활을 잘 할 수 있도록 지도하고 상담하는데 기초자료를 제공하고자 시도하게 되었다.

## 2. 연구의 목적

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 MBTI 성격유형, 스트레스, 극복력, 학교적응 정도를 파악한다.
- 2) 대상자의 MBTI 성격유형에 따른 스트레스, 극복력, 학교적응 정도를 파악한다.
- 3) 대상자의 스트레스, 극복력, 학교적응과의 관계를 파악한다.

## II. 연구방법

### 1. 연구 대상

본 연구는 간호대학 신입생의 MBTI 성격유형과 스트레스, 극복력 및 학교적응과의 관계를 파악하기 위해 실시되었으며, 연구 대상자는 I시의 일개 대학에 재학 중인 간호학과 1학년 학생들이었다. 자료수집은 2012년 4월 2일부터 4월 5일까지 이루어졌으며, 1학년 각 반 학생들에게 연구자가 연구의 목적 및 연구목적 이외에는 자료를 사용하지 않을 것에 대한 설명을 한 후 연구 참여에 서면으로 동의한 179명의 학생을 대상으로 하였다. 대상자의 스트레스, 극복력, 학교적응은 연구자가 구조화된 설문지를 배부하여 작성하게 한 후 바로 회수하였다. MBTI는 연구를 위해 학교 담당자에게 공문으로 협조를 요청하였으며, 담당자가 학과를 방문하여 학생들에게 검사를 실시하였다. 검사방법은 오리엔테이션을 실시한 후 검사지를 배부하고 작성하여 자신의 유형을 파악하게 한 후 16가지 성격유형에 대해 설명 해 준 후 회수하였다. 수집된 자료들 중 응답하지 않은 항목이 있는 자료 2부를 제외하고 최종적으로 177명의 자료를 분석하였다.

## 2. 연구 도구

### 1) 성격유형(MBTI)

성격유형을 파악하기 위해서는 심리학자 Jung의 심리유형을 바탕으로 Briggs와 Myers(1974)가 개발한 성격유형 선호지표(Myers-Briggs Type Indicator: MBTI)로서 개인과 그룹의 역동성을 이해하는데 유용하게 사용되는 도구이다. 본 연구에서는 김정택과 심혜숙(1990)에 의해 한국어판으로 표준화된 MBTI를 사용하였다. MBTI는 상반된 선호 중에서 한 가지 선호를 선택하게 하는 95문항으로 구성된 성격유형 지표로서 비진단검사이며, 선호를 나타내는 지표는 ① 외향형(Extroversion) - 내향형(Introversion); EI지표 ② 감각형(Sensing) - 직관형(iNtuition); SN지표 ③ 사고형(Thinking) - 감정형(Feeling); TF지표 ④ 판단형(Judging) - 인식형(Perceiving); JP지표로 구성되었다. 검사지는 자가 채점용(GS형)과 컴퓨터 채점용(GA형)으로 구분되어 있는데, 본 연구에서는 GS형을 이용하였다. 검사지의 신뢰도는 EI지표는 .86, SN지표는 .85, TF지표는 .81, JP지표는 .88로 검증되었다.

### 2) 스트레스

스트레스 수준을 측정하기 위하여 최해림(1986)이 개발한 '대학생을 위한 스트레스 대응질문지'를 송남옥(2004)이 수정한 도구를 사용하였다. 본 연구에서는 대상자의 89.0%가 여학생으로 군복무에 대한 문항과 신입생에게 부적절한 문항인 졸업과 관련한 문항을 제외한 총 50문항을 사용하였다. 각 영역의 문항 수는 각각 학교생활 스트레스 11문항, 가정생활 스트레스 12문항, 친구대인관계 스트레스 14문항, 자기자신스트레스 13문항이다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 '전혀 받지 않는다'를 1점, '매우 많이 받는다'를 5점으로 하였으며, 점수가 높을수록 스트레스 정도가 높은 것을 의미한다. 송남옥(2004)의 연구에서 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .93이었다.

으며, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .92이었다.

### 3) 극복력

Wagnild와 Young(1993)이 개발한 RS(Resilience Scale)척도를 송양숙(2004)이 타당도를 검증한 도구를 이용하였다. 이 도구는 개인의 유능성에 관한 17문항과 자신의 삶의 수용에 관한 8문항으로 총 25문항이며, Likert 7점 척도로 '동의하지 않는다' 1점에서 '동의한다' 7점으로 하여 점수가 높을수록 극복력이 높은 것을 의미한다. 개발당시 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .85이었고, 송양숙(2004)의 연구에서는 Cronbach's  $\alpha$ 는 .88, 본 연구에서는 Cronbach's  $\alpha$  .91 이었다.

### 4) 학교적응

학교적응도를 측정하기 위해서는 Baker와 Siryk(1984)가 제작한 대학생 적응도 검사(SACQ)를 연세대학교 학생 상담소에서 번안하였으며, 이은우(2005)가 사용한 도구를 이용하였다. 이 도구는 학업적 적응, 사회적 적응, 정서적 적응, 신체적 적응, 대학에 대한 애착의 다섯 영역으로 되어 있으며, 총 25문항이다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 '전혀 그렇지 않다'를 1점, '매우 그렇다'를 5점으로 되어있으며, 점수가 높을수록 학교적응정도가 높음을 의미한다. 이은우(2005)의 연구에서 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .89였으며, 본 연구에서는 Cronbach's  $\alpha$ 는 .88이었다.

## 3. 자료 분석 방법

수집된 자료는 PASW/WIN 18.0프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성, MBTI 유형은 빈도와 백분율을 산출하였으며, 각 변수의 평균과 표준편차를 구하였다. MBTI 유형에 따른 스트레스, 극복력, 학교적응과의 차이는 t-test, 스트레스, 극복력, 학교적응의 관계는 Pearson correlation

coefficient를 실시하였다.

### Ⅲ. 연구결과

#### 1. 대상자의 일반적 특성

본 연구 대상자는 여학생이 145명(81.9%)으로 대부분이었으며, 연령대는 18세에서-20세 사이가 134명(75.7%)으로 가장 많았다. 종교를 가지고 있는 경우는 71명(40.1%), 없는 경우는 106명(59.9%)

이었으며, 거주상태에서는 대부분의 대상자(126명, 71.2%)가 집에서 부모님과 살면서 학교를 다니고 있었다. 가정형편이 넉넉하다고 생각하는 대상자는 24명(13.6%)이었으며, 자신의 건강상태에 대해서 109명(61.6%)의 대상자가 '건강하다'라고 인지하고 있었다. 간호과 선택 동기는 취업이 잘되어서 63명(35.6%)으로 가장 많았고, 그다음은 적성에 맞아서가 53명(29.9%)을 차지하였으며, 현재 간호학과에 대해 만족한다가 115명(68.0%)으로 가장 많았다<표 1>.

<표 1> 대상자의 일반적 특성

(N=177)			
특성	구분	빈도(N)	백분율(%)
성별	남자	32	18.1
	여자	145	81.9
연령	18-20	134	75.7
	21-25	26	14.7
	26-30	9	5.1
	31 이상	8	4.5
종교	유	71	40.1
	무	106	59.9
거주상태	가족과 함께	126	71.2
	가족과 떨어져	51	28.8
가정형편	넉넉한 편	24	13.6
	보통	100	56.5
	어려운 편	53	29.9
건강상태 인지	좋은편	109	61.6
	보통	53	29.9
	안좋은편	15	8.5
선택동기	취업	63	35.6
	적성	53	29.9
	전문직	16	9.0
	주변권유	45	25.4
학과 만족도	만족	115	68.0
	보통	48	28.4
	불만족	6	3.6

## 2. 대상자의 성격유형

본 연구 대상자들의 성격유형 분포를 MBTI 유형으로 분석한 결과는 <표 2>, <표 3>과 같다. 각 지표별 선호경향을 살펴보면 태도에서는 외향형(E형)이 63.3%로 내향형(I형)보다 더 높은 분포를 보

였고, 인식과정에서는 감각형(S형)이 71.8%로 직관형(N형)에 비해 많았다. 판단과정에서는 감정형(F형)이 62.7%로 사고형(I형)보다 더 높았으며, 대처양식에서는 판단형(J형)이 53.1%로 인식형(P형)보다 약간 높은 분포를 나타냈다.

<표 2> 대상자의 성격유형

(N=177)			
유형	선호지표	빈도(N)	백분율(%)
외향형(E)과 내향형(I)	E	112	63.3
	I	65	36.7
	소계	177	100.0
감각형(S)과 직관형(N)	S	127	71.8
	N	50	28.2
	소계	177	100.0
사고형(T)과 감정형(F)	T	66	37.3
	F	111	62.7
	소계	177	100.0
판단형(J)과 인식형(P)	J	94	53.1
	P	83	46.9
	소계	177	100.0

<표 3> 대상자의 16가지 성격유형

구분	빈도(N)	백분율(%)	구분	빈도(N)	백분율(%)		
16유형	ISTJ	19	10.7	16유형	ESTP	11	6.3
	ISFJ	14	7.9		ESFP	19	10.7
	INFJ	0	0.0		ENFP	18	10.2
	INTJ	2	1.1		ENTP	5	2.8
	ISTP	6	3.4		ESTJ	17	9.6
	ISFP	16	9.1		ESFJ	25	14.1
	INFP	5	2.8		ENFJ	14	7.9
	INTP	3	1.7		ENTJ	3	1.7

또한 MBTI의 4가지 지표(선호경향)를 조합한 16가지 성격유형의 분포를 보면 ESFJ형이 25명(14.1%)으로 가장 많았으며, 다음은 ISTJ형, ESFP형이 각각 19명(10.7%)으로 나타났다.

### 3. 대상자의 스트레스, 극복력, 학교적응

본 연구 대상자의 스트레스는 2.18점( $\pm 0.51$ )/5점이었으며, 극복력은 4.79점( $\pm 0.84$ )/7점, 학교적응은 3.42점( $\pm 0.56$ )/5점으로 나타났다<표 4>.

<표 4> 대상자의 스트레스, 극복력, 학교적응

(N=177)				
변수	평균(Mean)	표준편차(SD)	최소값(Min)	최대값(Max)
스트레스	2.18	.51	1.22	4.16
극복력	4.79	.84	1.84	6.96
학교적응	3.42	.56	1.21	4.75

### 4. 대상자의 성격유형에 따른 스트레스, 극복력, 학교적응

본 연구 대상자의 성격유형에 따른 스트레스, 극복력, 학교적응의 차이를 분석한 결과<표 5>, 태도 지표(EI)에서만 스트레스, 극복력, 학교적응과 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 성격유형에 따른 대학생활 스트레스에서는 내향형(I형)이 외향형(E형)보다 평균점수가 높았으며 통계적으로 유의한 차이

가 있는 것으로 나타났고( $t=-2.986, p=.003$ ), 인식과정(SN), 판단과정(TF), 대처양식(JP)에서는 유의한 차이를 보이지 않았다. 성격유형에 따른 극복력에서는 외향형(E형)이 내향형(I형)보다 평균점수가 높았으며 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다( $t=2.589, p=.011$ ). 성격유형과 학교적응에서는 외향형(E형)이 내향형(I형)보다 평균점수가 높았으며 통계적으로 유의한 차이가 있었다( $t=3.604, p<.001$ ).

<표 5> 대상자의 성격유형에 따른 스트레스, 극복력, 학교적응

(N=177)			
성격유형	스트레스	극복력	학교적응
	Mean $\pm$ SD	Mean $\pm$ SD	Mean $\pm$ SD
외향형(E)	2.09 $\pm$ 0.50	4.91 $\pm$ 0.86	3.52 $\pm$ 0.54
내향형(I)	2.31 $\pm$ 0.47	4.59 $\pm$ 0.76	3.22 $\pm$ 0.52
t(p)	-2.986(.003)	2.589(.011)	3.604(.000)
감각형(S)	2.17 $\pm$ 0.46	4.79 $\pm$ 0.82	3.42 $\pm$ 0.53
직관형(N)	2.17 $\pm$ 0.61	4.81 $\pm$ 0.89	3.39 $\pm$ 0.61
t(p)	.079(.938)	-.155(.877)	.254(.800)
사고형(T)	2.16 $\pm$ 0.41	4.84 $\pm$ 0.89	3.41 $\pm$ 0.57
감정형(F)	2.18 $\pm$ 0.55	4.76 $\pm$ 0.81	3.41 $\pm$ 0.54
t(p)	-.292(.770)	.576(.566)	-.127(.899)

성격유형	스트레스	극복력	학교적응
	Mean±SD	Mean±SD	Mean±SD
판단형(J)	2.15±0.49	4.89±0.88	3.44±0.54
인식형(P)	2.21±0.52	4.69±0.77	3.38±0.57
t(p)	-.723(.471)	1.627(.106)	.713(.477)

**5. 대상자의 스트레스, 극복력, 학교적응 간의 관계**

본 연구대상자의 스트레스, 극복력, 학교적응과의 관계를 분석한 결과는 <표 6>과 같다. 스트레스

는 학교적응( $r=-.530, p<.001$ ) 및 극복력( $r=-.288, p<.001$ )과는 음의 상관관계를 나타내었으며, 극복력과 학교적응( $r=.268, p<.001$ )은 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

<표 6> 대상자의 스트레스, 극복력, 학교적응의 관계

(N=177)		
변수	스트레스	학교적응
극복력	-.288***	.268***
학교적응	-.530***	1

\*\*\* $p<.001$

**IV. 논의**

본 연구는 간호학과 신입생들의 성격유형을 파악하고 성격유형에 따른 대학생스트레스, 극복력, 학교적응 정도를 파악하여 대상자가 학교생활을 잘 할 수 있도록 지도하고 상담하는데 기초자료를 제공하고자 시도하게 되었다.

본 연구에서 간호학과 신입생들의 성격유형은 에너지방향에서는 외향형(E형) 63.3%, 정보수집방법에서는 감각형(S형)(71.8%), 판단과 의사결정과정에서는 감정형(F형)(62.7%), 행동 및 생활양식에서는 판단형(J형)(53.1%)이 더 많은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 임지영 등(2001)과 정현경 등(2007)의 간호대학생을 대상으로 한 연구에서 외향형(E형), 감각형(S형), 판단형(J형)이 더 많은 것으로 나타난 부분과는 일치하였으나 사고형(T형)이 감정형(F형)보다 높게 나타난 부분과 본 연구와는

일치하지 않았다. 또한 간호사들을 대상으로 한 한애경 등(2005)의 연구에서 내향형(I형), 감각형(S형), 사고형(T형), 판단형(J형)으로 나온 결과와도 달랐다. 그러므로 본 연구대상 다수의 간호대학 신입생의 성격이 내성적이며 정보를 수집하는데 감각을 많이 사용하고 판단은 객관적 기준을 통한 판단보다는 감정적으로 판단하는 것을 선호하는 경향을 보인다고 할 수 있다. 이는 본 연구의 대상자가 취업과 주변권유로 간호학과를 선택한 학생들이 61%임을 볼 때 학과에 대한 적성과 정보 및 이해가 부족한 상태에서 학과를 선택함에 따라 감정형(F형)이 많은 것으로 추론되며, 시대적 변화에 따른 것인지 향후 반복적 연구가 필요하다고 생각된다. 또한 간호사는 환자를 간호함에 있어서 과학적인 기준에 의해 판단하고 간호행위를 행해야 하므로 추후 사고력을 증진시킬 수 있는 다양한 전공 교육과정 운영이 이루어져야 함을 시사한다.



본 연구에서 MBTI의 16가지 유형별 간호학과 신입생들의 분포에서 ESFJ형이 가장 많았고(14.1%), 다음은 ISTJ형과 ESFP형의 순으로 나타났다. 이는 간호대학생을 대상으로 한 황승숙과 김은주(2002)의 연구와 임지영 등(2001)의 연구 결과인 ISTJ 유형이 가장 많은 것과는 약간 차이가 있었다. 본 연구결과는 MBTI 이론에서 특정 유형이 선호하는 직업의 종류가 있고, 같은 직업 내에서는 같은 유형의 사람들이 많이 분포한다고 지적하면서 이 유형들은 이미 MBTI의 선행연구에서 간호사로 적합한 유형이 ISFJ형, ESFJ형일 가능성이 높다고 밝힌 것을 지지해준다. 즉 MBTI의 16가지 성격 유형별 특성에 의하면 ESFJ형은 동정심이 많고 다른 사람에게 관심을 쏟고 인화를 중시한다. 타고난 협력자로서 동료애가 많고 친절하며, 정리정돈을 잘하고 참을성이 많으며 다른 사람을 잘 도와주어 사람을 다루는 분야 즉 교직, 성직, 간호나 의료분야에 적합하다고 한 보고(심혜숙과 김정택, 1993)를 확인할 수 있는 결과이다.

본 연구 대상자의 대학생활 스트레스는 2.18점/5점이었으며, 극복력은 4.79점/7점, 학교적응은 3.42점/5점으로 나타났다. 이는 양경희 등(2012)의 동일 대상자로 연구한 결과인 스트레스 2.16점, 학교적응 3.34점과 비슷한 수준이었으며, 극복력은 간호대학생을 대상으로 한 박주영(2011)의 연구결과인 4.51점/7점 보다는 약간 높게 나타났다. 극복력이 높을수록 대학차원과 임상실습 차원의 스트레스와 스트레스 반응이 낮다는 선행연구(박주영, 2011)가 있다. 이를 통해 간호학과 학생들의 경우 대학차원 스트레스 뿐 만 아니라 임상실습에 대한 스트레스까지 타 학과에 비해 이중의 스트레스를 겪게 되므로 학과에서는 임상실습을 나가가기 전인 신입생 시기에 극복력을 증진시키는 프로그램 운영이 필요하다고 사료된다.

본 연구 대상자의 성격유형에 따른 스트레스, 극복력, 학교적응을 분석한 결과 태도지표(외향형-내향형)에서만 유의한 차이를 보였다. 즉 대상자는

스트레스에서 내향형(I형)이 외향형(E형)보다 스트레스를 더 많이 받는 것으로 나타났으며, 외향형(E형)이 내향형(I형)보다 극복력과 학교적응이 더 좋은 것으로 나타났다. 이는 동일 대상으로 한 연구가 거의 없어서 비교가 어려우나 간호 대학생(김희숙, 2002)과 간호사를 대상(김방희, 2002)으로 한 임상실습스트레스에서 내향형(I형)이 외향형(E형)보다 스트레스 정도가 높다는 결과와 일치하였다. 간호사관생도를 대상으로 한 황점숙 등(2009)의 연구결과인 외향적이 성향의 생도가 내향적인 성향의 생도보다 학교생활 적응도가 높다는 것과 일치하였다. 이는 외향형(E형)은 폭넓은 대인관계를 유지하며 사교성이 있고 정열적이며 활동적인 성향을 나타내어주어진 상황에 대한 극복력이 높아 스트레스를 낮게 지각하고 학교적응을 잘 하는 것으로 보인다. 반면, 내향형(I형)은 자기 내부의 세계를 중요시 여기고 외부의 사건보다는 지속적인 깊이 있는 인간관계를 위해 소수의 관계만을 유지하기 때문에 성격적인 부분에서 스트레스를 더 지각하고 학교적응에도 더 어려움을 겪는 것으로 추론된다. 따라서 지도교수는 신입생들의 학교생활 적응을 위해서 학기 초 성격유형 검사를 통해 학생들의 성향을 파악하고 그것을 바탕으로 내향형의 학생들에게는 자신을 표현 할 수 있도록 동아리활동이나 사회 봉사활동을 안내하는 등의 적극적인 지도가 필요하다고 사료된다. 또한 신입생들이 상급학년이 되면 경험하게 되는 임상실습 스트레스에도 잘 대처하고 적응해 갈 수 있도록 사전에 선배와의 멘토링을 활용하여 준비시키는 것도 좋은 방법이라 생각된다.

본 연구 대상자의 스트레스는 극복력 및 학교적응과 부적 상관관계를 나타내었으며, 극복력과 학교적응은 정적 상관관계를 나타내었다. 이는 양경희 등(2012)의 스트레스가 적을수록 학교적응을 잘 한다는 결과와 일치하였으며, 박주영(2011)의 극복력이 높을수록 스트레스 정도가 낮아진다는 연구결과와 일치하였다. 본 연구결과에서 극복력은 스

트레스의 부정적 효과를 중재하고 적응을 증진시키는 정서적 활기 또는 긍정적 성격 특성을 말한다(Wagnild 와 Young, 1993)는 보고를 지지함을 알 수 있었다. 또한 극복력은 역경에서 부정적 정서를 감소하고 적응을 증진시키는 인간의 잠재적인 심리·사회적 능력으로 다양한 역경하에서 나타난다는 보고(임숙빈 등, 2002)를 볼 때 간호 대학생들의 극복력 증진을 위한 다양한 프로그램들이 개발 운영될 필요가 있다고 사료된다.

이상의 연구결과를 토대로 교수들은 학생들의 개별적인 성격유형에 맞는 상담기법을 개발하고 간호학과 신입생들의 대학생활스트레스, 극복력, 학교적응의 정도를 미리 이해하여 학생지도에 활용할 수 있기를 기대한다. 또한 간호 대학생들의 학교적응을 위한 극복력과 관계된 연구가 활성화되며, 학교적응 프로그램에 극복력 증진 내용을 포함한 다양한 프로그램이 개발·운영되길 바란다.

## V. 결론

본 연구는 간호대학 신입생의 MBTI 성격유형과 스트레스, 극복력, 학교적응 정도를 확인하기 위하여 시도되었다. 연구대상은 간호학과 1학년 학생 177명을 대상으로 2012년 4월 2일부터 4월 5일까지 자료를 수집하였다. 대상자의 스트레스, 극복력, 학교적응은 구조화된 설문지를 이용하였으며, MBTI는 전문가가 검사를 실시하였다. 수집된 자료는 PASW/WIN 18.0프로그램을 이용하여 분석하였으며, 대상자의 일반적 특성, MBTI 유형은 빈도와 백분율을 산출하였으며, 각 변수의 평균과 표준편차를 구하였다. MBTI 유형에 따른 스트레스, 극복력, 학교적응과의 차이는 t-test, 스트레스, 극복력, 학교적응의 관계는 Pearson correlation coefficient를 실시하였다.

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

- 1) 간호대학 학생의 성격유형은 ESFJ형이 가장 많았으며, ISTJ형과 ESFP형이 그 다음으로 많았다. 성격유형의 4가지 지표는 외향-내향형에서는 외향형(E형)이 많았으며, 감각-직관형에서는 감각형(S형)이 높은 빈도를 보였다. 사고-감정형에서는 감정형(F형)이 높았으며, 판단-인식형에서는 판단형(J형)이 높게 나타났다.
- 2) 본 연구대상자의 각 변수의 평균은 스트레스 2.18점( $\pm 0.51$ )/5점, 극복력 4.79점( $\pm 0.84$ )/7점, 학교적응 3.42점( $\pm 0.56$ )/5점으로 나타났다.
- 3) 성격유형에 따른 스트레스에서는 내향형(I형)이 외향형(E형) 보다 스트레스를 더 높게 인지하는 것으로 나타났으며( $t = -2.986, p = .003$ ), 극복력과 학교적응에서는 외향형(E형)이 내향형(I형)보다 극복력의 정도가 높고( $t = 2.589, p = .011$ ), 학교적응도 잘하는 것으로 나타났다( $t = 3.604, p < .001$ ).
- 4) 본 연구 대상자의 스트레스 정도가 높을수록 학교적응( $r = -.530, p < .001$ )과 극복력의 정도가 낮았으며( $r = -.288, p < .001$ ), 극복력의 정도가 높을수록 학교적응도가 높은 것으로 나타났다( $r = .268, p < .001$ ).

이상의 결과를 토대로 신입생들의 효과적인 학교적응을 위해서는 성격유형검사를 통해 내향형의 학생들이 스트레스를 잘 극복하고 학교적응을 잘 할 수 있도록 도와주는 프로그램이 필요하다. 또한 극복력 점수가 높은 학생이 학교적응도 잘 하는 것으로 나타났으므로 학교적응 프로그램에 극복력을 증진시킬 수 있는 내용을 포함한 다양한 프로그램들이 개발 및 운영되어야 할 것으로 사료된다.

## 참고문헌

1. 공수자, 이은희. 여자대학생들의 생활스트레스와 우울간의 관계에서 대처방식의 매개효과. 한국심리학회지 2006;11(1):21-40.
2. 김선, 박보매, 박애선. 심리학의 이해. 서울: 집문당, 1996.
3. 김방희. 임상간호사의 성격유형에 따른 직무스트레스와 스트레스 대처방식에 관한 연구[석사학위논문]. 서울: 카톨릭대학교 대학원, 2002.
4. 김정택, 심혜숙. 성격유형검사(MBTI)의 한국표준화에 대한 일 연구. 한국상담심리학회지 1990;3(1):44-72.
5. 김희숙. 간호대학생의 성격유형, 스트레스 및 대처방식과의 관계. 거창전문대학논문집 2002;6(1):131-156.
6. 송남옥. 대학생의 스트레스, 자기통제력, 자아존중감과 인터넷 사용 수준[석사학위논문]. 서울: 연세대학교 대학원, 2004.
7. 남숙향. 간호대학생의 MBTI 성격유형에 따른 임상실습 스트레스와 대처방식[석사학위논문]. 대구: 경북대학교 대학원, 2007.
8. 박재원. 서수교. 대학생들의 스트레스 관련 연구. 대구보건학논문집 2006;26(1):131-149.
9. 박주영. 간호대학생의 스트레스와 스트레스 반응 및 극복력에 영향을 미치는 요인[석사학위논문]. 남원: 서남대학교 대학원, 2011.
10. 송양숙. 재가 신체 장애인의 회복력 영향요인 [석사학위논문]. 부산: 고신대학교 대학, 2004.
11. 심혜숙, 김정택. MBTI 성장프로그램 안내서. 한국심리검사연구소, 1993.
12. 양경희, 이정란, 박복남. 간호대학 신입생의 학교적응에 영향을 미치는 요인. 한국간호교육학회지 2012;18(1):5-13.
13. 양현정. 대학생활 적응에 영향을 미치는 일상적 스트레스와 자아존중감의 상호작용 효과. 연세상담연구 2003;19:111-127.
14. 이은우. 대학생의 정서지능, 자기효능감, 심리적 안녕감이 대학생활 적응에 미치는 영향[석사학위논문]. 대구: 계명대학교 대학원, 2005.
15. 이희영. 양육행동과 대학생활 적응. 동북아시아 문화학회 국제학술대회발표자료집. 2007년 16. 임숙빈, 오희영, 박영임, 이은현, 이숙. 예방적 정신간호를 위한 극복력 개념의 탐색. 대한간호학회지 2002;32(1):7-15.
17. 임지영, 유일영, 오순남. 일 대학교 간호대학생의 성격유형과 입학성적 및 학업성취도의 관계. 대한간호학회지 2001;31(5):835-845.
18. 전남대학교 학생지원처. 2009학년도 신입생·재학생 실태조사 보고서. 2009년
19. 정현경, 김명수, 유연자, 김수옥, 원대영. 간호대학생의 MBTI 성격유형과 학습태도, 학업 성취도간의 상관성. 간호행정학회지 2007;13(4):516-525.
20. 조미경, 정현숙. 일 전문대 학생들의 스트레스 지각과 대처방식, A/B성격 특성간의 관계. 간호행정학회지 2001;7(2):183-191.
21. 한미라. 알코올중독자 부인의 극복력과 사회적 지지, 영성[석사학위논문]. 서울: 연세대학교 대학원, 2004.
22. 한애경, 원종순, 김옥수, 박미경, 장정미. MBTI를 활용한 일 병원 간호사의 성격특성과 직무만족도와의 관계연구. 기본간호학회지 2005;12(3):404-412.
23. 황승숙, 김은주. 간호대학생의 MBTI 성격유형과 방어기제의 연구. 대한간호학회지 2002;32(4):447-458.
24. 황점숙, 김승중, 김선영, 전은석. 간호사관생도의 학교생활적응에 영향을 미치는 요인. 군진간호연구 2009;27(1):82-92.
25. Steinhatdt, M., & Dolbier, C. Evaluation of a resilience intervention to enhance coping strategies and protective factors and decrease symptomatology. *Journal of American college health* 2008;56(4):445-453.

26. Wagnild, GM. & Young, HM. Development and psychometric evaluation the resilience scale. *Journal of Nursing Measurement* 1993; 1(2):165-178.