

고등학생의 성격특성에 따른 스트레스 대처양식

이 옥 주[†]

철도경영연수원

본 연구에서는 성격특성과 스트레스 대처 양식과의 관련성을 알아보고자 하였다. 고등학교 1학년 남녀 352명을 대상으로 아이젠크 성격검사와 스트레스 대처 양식 질문지의 응답을 얻었다. 회귀분석을 사용하여 성격특성이 스트레스 대처 양식(지원추구, 문제해결, 현실인정, 부인/외면)과 어떻게 관련되는지를 살펴보았다. 연구 결과, 외향성은 문제해결 및 현실인정과 정적으로 관련되었으며, 신경증적 경향성은 지원추구 및 부인(외면)과는 정적으로, 문제해결 및 현실인정과는 부적으로 관련되는 것으로 나타났다. 또 정신병적 경향성은 문제해결과 부적으로 관련되었다. 이 밖에도 성별에 따라 성격특성과 대처양식 사이의 관계에서 차이가 있었다. 본 연구의 결과를 성격과 대처 양식의 관계에 관한 쟁점들과 관련시켜 논의하였다.

주요어 : 스트레스 대처양식, 아이젠크, 외향성, 신경증적 경향성, 정신병적 경향성

사람이 살아가는데 스트레스는 피할 수 없는 현상이다. 그러나 스트레스를 다루는 방식에서는 사람들마다 차이가 있는데 이것을 우리는 대처라는 구성개념으로 설명하고 있다. 대처란 “개인의 자원을 능가하는 것으로 평가되는 특정한 내·외적 요구를 처리하기 위해 시도되는 인지 및 행동적인 과정”을 의미한다(Lazarus & Folkman, 1984). 스트레스 대처전략(혹은 양식)은 개인의 심

리적 건강은 물론 행동적, 사회적 기능에 영향을 주기 때문에 개인의 스트레스 대처양식에 관한 연구는 중요하다.

스트레스에 대한 개인의 대처 양식이 성격특질에 의해 결정되는지, 스트레스 상황의 특성에 의해 결정되는지 또는 이 두 가지 요인의 상호작용에 의해 결정되는지를 밝히기 위해, 상호 작용적 접근과 구조적 접근이라는 두 가지 접근 방법

[†] 교신저자(Corresponding Author): 이옥주, (437-050) 경기도 의왕시 월암동 산 1-4 철도경영연수원 산업심리부, E-mail : krloj@yahoo.co.kr

이 시도되었다(Kardum & Krapic, 2001). 상호 작용적 접근에서는 대처방식을 인간과 환경간의 관계성의 측면에서 개념화하고 스트레스 상황의 역동적이고 상호 작용적 측면을 강조한다(Lazarus & Folkman, 1984). 이 접근에서는 성격의 영향을 부인하지는 않지만 스트레스의 상황 의존적 측면을 강조한다(Folkman & Lazarus, 1985). 강인함(hardiness), 자기 효능감(self-efficacy) 및 일치성(coherence)과 같은 성격특성들이 스트레스 경험의 중요한 방어 요인으로 언급되지만 개인차와 환경적 요인을 인지적 평가라는 전반적인 구조 내에서 함께 고려하고자 하였다(Lazarus, 1990).

구조적인 접근에서는 대처 방식을 개인차와 개인내의 안정적인 구조로 간주하고 스트레스 상황의 변화는 중요하게 고려하지 않는다. 이 접근에서는 개인차가 대처방식에 미치는 영향에 관해 두 가지 가정을 전제로 하고 있다. 첫 번째 가정은 성격 특질을 대처양식의 예측인으로 간주하여 성격 특질에 따라 선호하는 대처양식이 결정된다고 보는 입장이다. 두 번째 가정은 스트레스 상황에서 개인이 취하는 대처방식에는 안정적인 양식, 소인 및 선호성이 있다고 가정하기는 하지만 대처 양식이 성격 특질에 기인될 수도 있고, 사회화 과정 동안의 다른 이유에 의해서도 기인될 수 있다고 가정한다(Carver, Scheier & Weintraub, 1989).

다양한 경험적 연구 결과들에서 성격특질과 관련된 대처양식은 스트레스 상황이나 시점에 상관없이 안정적이고 일관적임을 입증하고 있다(Bolger & Schilling, 1991; McCrae & Costa, 1986; Scheier & Carver, 1985). Vollrath, Torgen 및 Alnas(1995)는 6년간의 종단적 연구 결과를 통

해 성격유형은 대처의 범상황적이고 장기적인 대처유형의 예측요인을 입증하였다. 즉, 스트레스의 상황에 상관없이 개인의 대처양식은 성격에 따라 결정된다고 보았다. 이러한 최근의 연구 경향에 따라 본 연구에서는 성격 특질을 대처 양식의 예측인으로 간주하고, 성격 특질에 따라 선호하는 대처 양식이 결정되는지 알아보고자 하였다.

개인이 선호하는 대처양식은 주로 자신의 성격특질에서 직접적으로 기인된다고 주장하는 연구자들 중 다수는 Eysenck의 외향성(Extraversion), 신경증적 경향성(Neuroticism) 및 정신병적 경향성(Psychoticism)과 같은 성격차원과 대처양식간의 상관관계를 입증하는 연구결과를 제시하였다. McCrae와 Costa(1986)는 신경증적 경향성이 적개적 반응, 도피적 백일몽, 자기비난, 철회, 소망과 사고, 우유부단함(indecisiveness) 등과 같은 미숙한 대처 방식의 사용과 의미 있는 상관을 갖는다고 보고하였다. 반면에 외향성은 문제중심의 대처방식으로 통칭되는 이성적 행동, 긍정적 사고, 대체 및 억제 등의 대처양식과 의미 있게 관련되었다. Parker(1986) 역시 외향성은 적극적, 문제중심의 대처에 정적인 효과를 미치는데 반해 신경증적 경향성은 효과적인 대처양식과는 관계가 적은 것으로 보고하였다. Kardum과 Hudek-Knezevic(1996)은 외향성은 정서중심의 대처, 신경증적 경향성은 회피전략과 유의하게 상관이 되는 반면에 정신병적 경향성은 정서중심의 대처 및 문제중심의 대처와는 부적으로, 회피전략과는 정적으로 상관된다는 것을 발견하였다.

Vollrath, Torgen 및 Alnas(1995)는 BCI(Basic Character Inventory)에서 세 가지 성격요인-범신경증적 요인, 충동적 히스테리 요인 및 강박요인-

을 추출하고, Carver 등(1989)의 스트레스 대처양식 질문지인 COPE로 조사한 대처유형과 이 요인들간의 관계성을 조사하였다. 그 결과 Eysenck의 신경증 차원과 상관이 높은 범신경증적 요인에서 높은 점수를 받은 피험자는 부인, 외면(부인), 목표포기, 정서표출 및 약물과 음주 사용 등과 같은 역기능적 대처양식에 의존하고, 충동적 히스테리 요인 중 Eysenck의 외향성 차원과 상관이 높은 사회성은 문제중심의 대처를 사용하며 자신의 문제를 해결하기 위해 타인에게 실제적 도움과 정서적 도움을 구하는 경향을 보였다.

최근에 양심성(Conscientiousness) 요인이 대처와 높은 상관을 보인다는 연구가 발표되었다. 양심성은 성격의 5요인 모델 중의 한 요인으로 성취, 작업 개입, 도덕적 가책 및 사려성에 대한 의지를 평가하는 것이다(Costa, McCrae & Dye, 1991). 이 성격요인은 Eysenck의 성격차원 중 정신병적 경향성과는 부적으로 상관된다(Eysenck, 1994; Zuckerman, Kuhlman & Camac, 1988). 양심성 척도 점수가 높은 사람은 적극적으로 문제 해결 계획을 세우고 실행하며 부적응적인 회피적 대처를 자제하는 것으로 나타났다(Jelinek & Morf, 1995; Vollrath, Banholzer, Caviezel, Fischli & Jungo, 1994). Vollrath와 Torgen(2000)은 Eysenck의 신경증적 경향성(N)과 외향성(E) 그리고 5요인 모델의 양심성(O)과 스트레스 대처양식 간의 관계성을 조사하였다. 그 결과 신경증적 경향성이 낮고 양심성 척도가 높은 경우 스트레스를 덜 받고 긍정적인 정서를 보이고 대처전략도 효과적인 반면에 신경증적 경향성이 높고 양심성도 함께 높은 경우에는 스트레스에 매우 취약하고 부적인 정서와 수동적, 역기능적 그리고 무기

력한 대처양식을 보였다.

다음으로는, 청소년들을 대상으로 한 연구 결과들을 살펴보자. Seiffge-Krenke(1990)는 청소년의 자아개념과 대처양식 간의 관계성을 발견하였다. 이 연구에서는 대처양식을 적극적 대처, 내적 대처 및 문제회피의 차원으로 분류하고 각 대처에 따른 자아개념을 조사하였다. 그 결과 적극적 대처를 사용하는 청소년은 자긍심이 높고 부모와의 관계가 좋은 것으로 자신을 기술한 반면에 문제회피 대처를 사용하는 청소년은 자신의 능력에 대한 자신감이 결여되어 있고 자신을 우울하게 기술하였다. 유사한 연구가 Jerusalem과 Schwarzer(1989)에 의해 수행되었는데 정서중심의 대처는 주로 불안의 영향을 받는 반면에 긍정적 자기개념은 문제중심의 대처를 위해 좋은 것으로 조사되었다. Gomez(1997)이 14-17세 사이의 청소년을 대상으로 조사한 연구에서는 외적 통제 유형은 접근 대처와는 부적으로, 회피 대처와는 정적으로 상관을 보였다.

성격특질-신경증적 경향성과 외향성차원과 스트레스 대처양식 간의 관계성이 청소년에게도 적용되는지 발달적 관점에서 살펴본 Hoffman, Levy-Shiff & Malinski(1996)의 연구에 따르면, 10-11세 이전에는 동일한 결과가 나오지 않지만 12-13세의 청소년 집단에서는 성격특질이 대처양식을 예측하는 주요 요인이라고 밝히고 있다. 이들은 앞에서 기술한 Costa와 McCrae(1986) 연구결과가 청소년들에게도 적용될 수 있음을 시사하였다.

고등학생과 대학생을 대상으로 한 Rehulkova, Blantny 및 Osecka(1995)의 연구에서는 정서표출, 소망적 사고 및 자기비난과 같은 대처전략은 신

경증적 경향성이 높은 집단의, 문제해결 인지적 재구성, 사회적 도움 등은 외향성이 높은 집단의 주요 대처 전략이었다. 신경증적 경향성은 회피전략을 사용하여 적응을 더 어렵게 만드는 경향이 있고, 외향성은 적극적 대처로 스트레스를 감소시켜 적응에 도움을 받는 것 같다고 시사하였다. 신경증은 비관여적인(disengagement) 형태의 대처 전략과 외향성은 관여적인(engagement)의 전략과 연관되어 있다고 하였다. 결론적으로 신경증은 스트레스적인 사건과 적응사이의 연관성을 약화시킨다고 가정하는 반면 외향성은 그것을 개선시킨다고 하였다 Kardum과 Krapic(2001)는 11-14세의 청소년을 대상으로 성격특질과 스트레스 사건 및 대처 유형에 관한 연구를 실시하였다. 그 결과 외향성은 문제중심의 대처양식 및 정서중심의 대처양식에 직접적이고 정적인 관계가 있고, 신경증적 경향성 및 정신병적 경향성은 회피 대처에 직접적이고 정적으로 관련되었다. Hoffman, Levy-Shiff 및 Malinski(1996)는 청년기 적응의 예측에서 스트레스적인 생활사건과 성격특성 사이에서 유의미한 상호작용이 있다고 하였다. 이상의 연구에서 시사하듯이 성격특성은 개인의 스트레스 대처 양식과 밀접한 관계가 있다. 즉 외향성은 문제해결을 위해 문제중심의 전략이든 정서적 지원이든 적극적인 대처 방식을 사용하는데 비해 신경증적 경향성과 정신병적 경향성은 스트레스 사건에 대한 지각이 높고 회피전략을 구사하는 것으로 밝혀졌다. 이러한 경향성은 성인뿐만 아니라 청소년을 대상으로 한 연구에서도 동일하였다. 본 연구에서는 이상과 같은 결과가 한국의 청소년에게도 일관되게 나타나는지를 알아보기 위해 고등학교 학생을 대상으로 성격유형과 스트레스 대처 양식

간의 관련성을 조사하였다.

방 법

연구참여자

경기도 소재 고등학교 1학년 학생 352(남자, 129; 여자 222)명을 대상으로 하였다. 본 연구에 사용된 척도들이 포함된 질문지를 사용했으며, 2001년 10월 학급 담임교사에게 질문지 응답방법에 대하여 사전 설명하고 담당 학급의 학생들로부터 응답을 받도록 하였다.

도구

아이젠크 성격검사

스트레스에 대한 대처의 과정과 관련되어 연구된 아이젠크의 성격특성 척도를 본 연구에서 사용하였다.

스트레스 대처양식 질문지

스트레스에 대한 다양한 대처양식을 측정하기 위하여 Carver(1997)의 COPE 단축형을 본 연구자가 번역하여 이차 요인분석과 신뢰도를 검증한 후 질문지를 재구성하였다.

결 과

대처척도의 이차 요인분석

스트레스에 대한 대처양식을 측정하는 대처 행동양식 질문지는 14가지의 대처차원¹⁾을 측정

표 1. 대처양식 하위차원들의 이차 요인분석 결과 요인 부하량

대처양식 \ 요인	요인 1	요인 2	요인 3	요인 4	요인 5
대처양식6	0.89661	0.13935	0.07887	-0.02959	-0.02359
대처양식5	0.83954	-0.00421	-0.11466	0.13921	0.15562
대처양식8	0.53376	-0.09459	0.06539	0.37730	0.16204
대처양식10	0.07766	0.80218	0.16447	-0.10341	0.18129
대처양식2	0.01041	0.74301	-0.07093	0.16736	-0.23761
대처양식12	-0.02364	0.26712	0.75857	-0.25924	0.21214
대처양식11	0.01857	-0.26091	0.75440	0.15194	-0.18043
대처양식9	0.00344	0.45053	0.51604	0.38835	-0.09375
대처양식3	0.04115	-0.09843	-0.14544	0.81927	0.19943
대처양식1	0.14526	0.09087	0.21184	0.63132	-0.06070
대처양식13	0.11062	0.17309	-0.08483	0.23618	0.16179
대처양식14	0.12758	0.01468	-0.09853	0.08623	0.87091
대처양식7	0.13638	-0.46627	0.28536	0.22600	0.55613

하는 2문항씩의 쌍으로 구성되어 있다. 본 연구에서 다루고자 하는 대처양식과 성격특성 사이의 관계를 보다 요약적으로 파악하기 위해, 대처 척도의 하위 차원별 점수를 대상으로 2차 요인분석을 실시하였다. 요인분석에 앞서 각 대처 차원들에 대한 응답 반응의 분포를 검토해 본 결과, '약물사용(대처양식 4)'의 경우에는 '아니다'라는 반응으로 심하게 편포되어 있어 요인분석에서 제외시켰다. 13개의 대처 하위 차원들을 대상으로 주성분분석을 한 결과, 5개의 이차 요인이 추출되었다(표 1참조). 요인의 의미를 해석하기 쉽게 직교회

전을 시켰다. 그런데 요인 5에 해당되는 '행동적 차단(대처양식 7)'은 요인 2에도 비교적 높게 부하되고 문항의 내용이 요인 2에 더 잘 부합하여, 요인 5는 제외하고 '행동적 차단은 요인 2의 문항으로 포함시켜, 4개의 이차 요인구조를 택하였다. 이들 4가지 이차 요인들의 이름은 차례로 '지원추구', '문제해결', '현실인정' 및 '외면 부인'으로 명명하였으며, 이 요인들의 신뢰도를 측정한 결과 각각의 Cronbach의 알파계수는 0.76, 0.69, 0.71 및 0.57이었다.

여기서 지원추구 대처양식은 타인에게 정서적

1) 14개 대처양식:

- 대처양식1 - 주의분산
- 대처양식4 - 약물사용
- 대처양식7 - 행동적 차단
- 대처양식10 - 해결책 모색
- 대처양식13 - 종교적 의존

- 대처양식2 - 적극적 대처
- 대처양식5 - 정서적 지원요청
- 대처양식8 - 분출
- 대처양식11 - 유우머로 무마
- 대처양식 14 - 자기비난

- 대처양식3 - 부인
- 대처양식 6 - 정보지원 요청
- 대처양식9 - 긍정적 지각
- 대처양식 12 - 현실인정

표 2. 성격적도와 대처적도 하위 차원들 사이의 상관(N=352)

	지원추구	문제해결	현실인정	외면(부인)
정신병적 경향성	.031	-.319**	.011	-.055
외향성	.053	.217**	.151**	.092
신경증적 경향성	.408**	-.304**	-.213**	.179**
허위성	-.188**	.182**	-.025	-.058

* $p < .05$, ** $p < .01$, 이하 같음

도움뿐만 아니라 실제적 도움을 구하는 행위와 스트레스로 인한 불편한 감정을 분출하려는 것을 포함하며, 문제 해결 대처 양식은 현실적으로 당면한 과제를 해결하려는 시도와 노력의 적극적인 대처양식을 의미한다. 한편, 현실인정은 있는 상황을 그대로 인정하는 대처 양식을, 외면(부인)은 문제를 부인하고 무시하려는 대처 양식을 의미한다

성격특성과 대처양식 하위 차원들 사이의 단순 상관

성격특성과 대처방식의 하위 차원들 사이의

단순 상관을 산출한 결과를 표 2에 제시하였으며, 이를 남녀의 성별로 나누어 분석한 결과를 표 3과 4에 제시하였다.

표 2를 보면, ‘정신병적 경향성’은 ‘문제해결 대처양식’과는 부적의 관계를 나타내고 있고, ‘외향성’은 ‘문제해결’ 및 ‘현실인정’과 정적인 관계를 보이고 있음을 알 수 있다. 또 ‘신경증적 경향성’은 ‘지원추구’ 및 ‘외면(부인)’과는 정적으로 ‘문제해결’ 및 ‘현실인정’과는 부적적으로 관련되어 있음을 알 수 있다. 한편, 허위성 척도는 지원추구와 부적으로, 문제해결과는 정적으로 관련되고 있다.

성별에 따른 차이를 파악할 수 있는 표 3과 4를 살펴보면 전반적 관계 양상에서는 상당한

표 3. 남학생의 성격적도와 대처적도 하위 차원들 사이의 상관(N=129)

	지원추구	문제해결	현실인정	외면(부인)
정신병적 경향성	-.045	-.382**	-.022	-.036
외향성	-.038	.269**	.226**	.115
신경증적 경향성	.453**	-.324**	-.128**	.125**
허위성	-.311**	.229**	-.028	-.226**

표 4. 여학생의 성격적도와 대처적도 하위 차원들 사이의 상관(N=222)

	지원추구	문제해결	현실인정	외면(부인)
정신병적 경향성	.156	-.267**	.051	-.073
외향성	.078	.179**	.097	.040
신경증적 경향성	.370**	-.297**	-.269**	.198**
허위성	-.132	.145**	-.027	.022

표 5. 지원추구 대처양식에 성격특성들이 미치는 영향에 관한 위계적 회귀분석 결과

종속변인	독립변인	β	t	p
지원추구	신경증적 경향성	.412	8.236	.000
	외향성	.125	2.53	.012
	허위성	-.110	-2.24	.025
$R^2 = .195$ Adjusted $R^2 = .188$ $F(3, 346) = 27.95$ Sig F = .001				

유사성을 발견할 수 있으나, 일부 차이도 발견된다. 남학생의 경우, ‘외향성’이 높을수록 ‘현실인정’ 대처양식을 많이 사용하는 경향성이 있지만, 여학생의 경우는 의미 있는 관련성이 나타나지 않았다. 또 ‘허위성’과의 관계에서는, 남학생은 ‘허위성’이 낮을수록 ‘지원추구’와 ‘외면’ 대처양식을 의미 있게 많이 사용하지만, 여학생의 경우는 이런 관련성이 나타나지 않았다. 이런 결과를 통해, 여학생보다 남학생 집단에서 성격특성과 대처양식 사이의 유의한 관련성이 더 많이 나타남을 알 수 있다.

성격특성들이 개별 대처양식에 미치는 영향

성격특성이 대처양식에 미치는 영향을 알아보기 위해 대처양식의 하위차원들을 종속변인으로 하고, 4가지 성격특성들을 예언변인으로 하는 회

귀분석을 실시하였다. 회귀분석 결과는 다음의 표 5, 6, 7 및 8에 제시했다.

먼저 ‘지원추구’ 대처양식에서는, ‘신경증적 경향성’, ‘외향성’ 및 ‘허위성’ 점수가 ‘지원추구’ 대처양식 변량의 19% 정도를 예측하고 있었다. ‘신경증적 경향성’과 ‘외향성’이 높을수록 ‘지원추구’ 대처양식을 많이 사용하며 ‘허위성’이 낮을수록 ‘지원추구’ 대처양식을 많이 사용하는 것으로 드러났다. 종합하면, ‘신경증적 경향성이 높고 ‘허위성은 낮으면서 ‘외향성’이 높은 청소년이 ‘지원추구’라는 대처양식을 많이 사용한다고 말할 수 있겠다.

한편 ‘문제해결’ 대처양식의 경우(표 6 참조)는, ‘정신병적 경향성 ‘신경증적 경향성 및 ‘외향성’이 결합하여 ‘문제해결’ 대처양식 변량의 19% 정도를 예측하고 있었다. ‘정신병적 경향성과 ‘신경증적 경향성’이 낮을수록 그리고 ‘외향성은 높을수록 ‘문제해결’의 대처양식을 많이 사용하는 것

표 6. 문제해결 대처양식에 성격특성들이 미치는 영향에 관한 위계적 회귀분석 결과

종속변인	독립변인	β	t	p
문제해결	정신병적 경향성	-.287	-5.91	.000
	신경증적 경향성	-.259	-5.27	.000
	외향성	.134	2.70	.007
$R^2 = .199$ Adjusted $R^2 = .192$ $F(3, 344) = 28.56$ Sig F = .001				

표 7. 현실인정의 대처양식에 성격특성들이 미치는 영향에 관한 위계적 회귀분석 결과

종속변인	독립변인	β	t	p
현실인정	신경증적 경향성	-.191	-3.59	.000
	외향성	.114	2.15	.032
$R^2 = .058$ Adjusted $R^2 = .052$ $F(2, 345) = 10.58$ Sig F = .001				

표 8. 외면(부인) 대처양식에 성격특성들이 미치는 영향에 관한 위계적 회귀분석 결과

종속변인	독립변인	β	t	p
외면(부인)	신경증적 경향성	.204	3.82	.000
	외향성	.131	2.46	.015
$R^2 = .049$ Adjusted $R^2 = .043$ $F(2, 348) = 8.87$ Sig F = .001				

으로 드러났다.

‘현실인식’ 대처양식의 경우(표 7 참조)는, ‘신경증적 경향성’과 ‘외향성’이 결합하여 전체 변량의 5% 정도를 설명하고 있었다. ‘신경증적 경향성’은 낮고 ‘외향성’은 높을수록 ‘현실인정’의 대처양식을 많이 사용하고 있었다.

‘외면(부인)’ 대처양식의 경우(표 8 참조)는 ‘신경증적 경향성’과 ‘외향성’이 결합하여 전체 변량의 4% 정도를 예측하고 있었다. ‘신경증적 경향성’이 높고 ‘외향성’이 높을수록 ‘외면(부인)’의 대처양식을 많이 사용하고 있었다.

논 의

사람들은 스트레스에 성공적으로 적응하기 위해서 자기 나름대로의 다양한 방식을 사용한다. 즉 스트레스로부터 야기되는 부정적인 정서를 조절

하기도 하고, 건설적인 방향으로 생각을 바꾸기도 하고, 스트레스를 야기시키는 환경에 직접 처치를 가하기도 한다.

성격특성이 미래의 대처 방식을 예언할 수 있는지 알아보기 위하여 이들을 예언변인으로 하는 회귀분석을 실시한 결과, 성격특성은 개인의 대처양식을 설명하는 토대가 될 수 있다는 선행연구들과 일치된 결과를 얻었다. 신경증적 경향성이 높은 사람들은 자신의 수동적이고 부적응적인 대처양식으로 인하여(Carver et al., 1986; Endler & Parker, 1990) 일상적인 스트레스를 더 경험하는 경향이 있으며 환경적인 스트레스가 없을 때조차도 스트레스를 많이 경험하게 된다(Bolger & Schilling, 1991). Ormel과 Wohlfarth(1991)가 성인을 대상으로 한 종단적 연구에서도 신경증적 경향성은 심리적 디스트레스나 일상적 스트레스 사건의 빈도와 직접적으로 관련되어 있다는 것을

발견하였다. Magnus, Diener, Fujita 및 Pavot (1993)는 신경증적 경향성이 높은 사람들이 더 많은 스트레스 사건을 경험하는 원인을 두 가지로 설명하였다. 첫째는 신경증적 경향성이 높은 사람일수록 사건에 대해 더 부정적인 방식으로 반응하고, 둘째는 이 부정적인 반응으로 인해 사회적 상호작용에 어려움을 초래하게 되어 부정적인 사건에 더 많이 노출되게 된다는 것이다 (Bolger & Schilling, 1991). Bolger와 Zuckerman (1995)은 신경증적 경향성이 높은 사람들은 낮은 사람들보다 미래 지향적이며 예방적인 대처를 사용하지 않고 즉각적인 대처 전략을 사용할 가능성이 높고, 이로 인해 파생되는 분노와 우울과 같은 일상의 부정적인 정서가 대인간의 문제를 야기시키는 경향이 있다고 하였다. 또한 신경증적 경향성이 높은 사람들은 문제 중심 대처를 무시하고 자신의 기분을 고조시키는 전략을 사용하는 대신 회피 대처에 의존한다. 이러한 대처 양상은 정신병리적 증후와 유사하다 (Vollrath et al., 1994). McCrae와 Costa (1986)의 연구에서도 신경증적 경향성이 높을수록 적대적 반응, 도피적 백일몽, 자기비난, 소망적 사고, 우유부단과 같은 미숙한 대처 전략을 더 많이 사용하는 것으로 나타났다.

본 연구에서는 신경증적 경향성이 높을수록 지원추구 및 외면(부인) 정도가 높고, 문제해결 및 현실 인정은 낮은 것으로 나타났다. 여기서 지원추구는 타인에게 정서적 도움뿐만 아니라 실제적 도움을 구하는 행위와 스트레스로 인한 불편한 감정을 분출하려는 대처 양상으로, 감정을 표출하거나 정서를 경감시키기 위해 사회적 지지를 이용하는 것을 의미한다. 따라서 신경증적 경향성

의 대처양식은 문제는 직시하지 않으면서 정서적으로만 다른 사람에게 의존하고자 하는 것으로 부적응적인 특성을 갖는다고 할 수 있다.

한편, 외향성은 문제해결 및 현실인정과 정적 관련성을 가지는 것으로 밝혀졌다. 문제해결은 현실적으로 당면한 과제를 해결하려는 시도와 노력을 의미하며, 현실인정은 있는 상황을 그대로 인정하려는 특성을 뜻한다. 문제해결이라는 적극적인 대처 양식은 합리적 행동, 긍정적 사고와 관계되므로 회피전략을 사용하여 적응에 어려움을 갖는 신경증적 경향성에 비해 스트레스를 덜 받는다. 그 이유는 문제의 해결책에 대해 스스로 계획하는 등 문제의 해결에 적극적일 때 개인과 환경과의 관계가 개선되고 긍정적인 인지적 평가를 유도하므로 사람들은 스트레스의 근원이 되는 문제를 스스로 다룰 때 기분이 좋아지기 때문이다 (Watson & Clack, 1992). Waston과 Hubbard (1996)는 외향성이 높은 사람들이 문제 중심적 대처와 같은 보다 적극적이고 효과적인 대처 양식을 사용하는 것은 내향성에 비해 다른 사람과 상호작용하려는 동기가 높고 사회화에 더 시간을 보내기 때문이라고 설명하고 있다.

정신병적 경향성은 문제해결과는 부적으로 관련되었는데, 이는 자신에게 주어진 문제를 해결하려고 하지 않고 문제 회피적인 대처 방식과 유사하다. 정신병적 경향성은 신경증적 경향성에 비해 비교적 덜 연구되었지만 정신병적 경향성이 높은 사람들은 일반적으로 충동적인 경향이 있고 공격성과 적대감과 같은 척도에서 높은 점수를 받는 경향이 있다고 알려져 있다 (Eysenck, 1994). Zuckerman (1989)은 정신병적 경향성이 높은 사람들은 충동성, 감각추구 성향이 높고, 사회성과 책

임감은 부족한 특성을 가지고 있다고 주장하였다. 청소년을 대상으로 한 연구에 의하면 문제 회피적인 전략을 선택하는 사람들은 자기 자신에 대한 자신감이 결여되어 있고 자신을 우울하게 기술하는 경향이 있다(Kardum & Krapic, 2001). 이전 연구의 결과들(Larson, Lampman-Petratis, 1989; Petersen & Hamburg, 1986)에서 정신병적 경향성은 문제 및 정서중심 대처와는 부정적으로 관련되어 있고 회피전략과는 긍정적으로 관련되어 있다고 하였는데 본 연구도 이와 유사한 관계 양상을 보이고 있다

본 연구의 흥미로운 결과는, 성격특성 차원들의 결합과 대처양식 사이의 관계를 분석하는 데서 얻어졌다. ‘외면(부인)’과 ‘현실인정’의 대처양식은 개념적으로 서로 상반되는 성격을 지닌다고 할 수 있다. 그런데, 이들 두 대처양식에 의미 있는 영향을 주는 성격특성은 ‘신경증적 경향성’과 ‘외향성’으로 일치한다. 흥미롭게도 높은 ‘외향성’과 낮은 ‘신경증적 경향성’이 결합하면 ‘현실인정’이라는 대처양식을 많이 사용하는 반면, 높은 ‘외향성’과 높은 ‘신경증적 경향성’이 결합하면 ‘외면(부인)’이라는 대처양식을 많이 사용하는 것으로 드러났다. 물론, 이 결과는 각 성격차원의 상호작용 항에 대한 회귀분석이 아니기 때문에 보수적으로 해석해야 할 필요가 있지만, 개별 성격특성 차원보다는 이들 사이의 결합된 성격특성이 대처양식에 미치는 영향을 연구할 가치가 있다.

개별 성격특성 차원의 입장에서 보면, ‘신경증적 경향성’은 4가지 대처양식 모두에서 유의한 예측변인으로 작용하고 있었다. 높은 ‘신경증적 경향성’은 높은 ‘지원추구’ 및 ‘외면’ 대처양식과 관련되고, 낮은 ‘신경증적 경향성’은 높은 ‘현실인정’과

‘문제해결’ 대처양식과 관련됨을 알 수 있다. 즉, ‘신경증적 경향성’이 스트레스에 대한 대처의 적극성과 문제중심성을 결정하는 데 큰 영향을 미친다고 해석해 볼 수 있겠다.

고등학생의 성격특성과 스트레스 대처양식간의 관계를 살펴본 본 연구의 결과에 따르면, 성인을 대상으로 한 여러 선행연구 결과들과 유사하게, 청소년의 스트레스에 대한 대처양식은 성격특성에 의해 의미 있게 영향을 받는 것으로 나타났다. 이런 결과는 스트레스에 대한 대처 연구에서 구조적 접근이, 특정하게는 성격특성적 접근이 유용함을 시사한다.

그러나 본 연구에서 사용된 자료가 종단적 연구나 실험연구가 아닌 횡단적(동시적 자기 보고) 자료이기 때문에 인과관계로 해석하는 데는 다소 무리가 따를 수 있고, 연구의 자료가 자기 보고식으로 수집되었기 때문에 실제로 행동하는 것과 반응사이에 차이가 있을 수 있다. 또한 본 연구에서 사용된 척도만으로 다양한 성격특질과 대처양상을 다루는데 한계가 있을 수 있다. 성격에 대한 평가방법(예, 관찰자의 평정) 등을 다양하게 하고, 다양한 스트레스 상황과 성격특성의 범위를 확대하여 성격특성이 대처 방식에 미치는 영향을 검토한다면 보다 설득력이 높은 자료가 얻어질 것이다.

참고문헌

- Abramovich, D., Schreire, A., & Koren, N. (2000). American medical students in Israel: stress and coping- a follow-up study.

- Medical Education*, 34, 890-896.
- Bolger, N. & Schilling, E. A. (1991). Personality and the problems of everyday life: the role of neuroticism in exposure and reactivity to daily stressors. *Journal of Personality*, 59, 355-386.
- Buescher, T. M. & Higham, S. J. (1987). *Influences on strategies adolescents use to cope with their own recognized talents*. U.S. Department of Education Office of Educational Research and Improvement, Washington, DC.(ERIC Document Reproduction Service No. ED 288 285).
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4, 92-100.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- Coleman, L. J. & Sandler, M. D.(1993). Understanding the needs of gifted students: social needs, social choices and masking one's giftedness. *J. Sec. Gifted Educ.* 5, 22-25.
- Compas, B. (1987). Coping with stress during childhood and adolescence. *Psychological Bulletin*, 101, 393-403.
- Cooper, M. L., Russell, M., & George, W. H. (1988). Coping, expectancies, and alcohol abuse: a test of social learning formulations. *Journal of Abnormal Psychology*, 97, 218-230.
- Costa, P. T., McCrae, R. R., & Dye, D. A. (1991). Facet scales for agreeableness and conscientiousness: a revision of NEO Personality Inventory. *Personality and Individual Differences*, 12, 887-898.
- Dumont, M. & Provost, M. (1999). Resilience in adolescents: protective role of social support, coping strategies, self-esteem, and social activities on experience of stress and depression. *Journal of Youth and Adolescence*, 28, 343-362.
- Ebata, A. T. & Moos, R. H. (1995). Personal, situational, and contextual correlates of coping in adolescence. *Journal of Research in Adolescence*, 4, 99-125.
- El-Bassel, N., Ivanoff, A., Schilling, R. F., Gilbert, L., & Chen, D. R. (1995). Correlates of problem drinking among drug-using incarcerated woman. *Addictive Behaviors*, 20, 359-369.
- Endler, N. S. & Parker, J. D. A. (1990). Multidimensional assessment of coping: a critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 844-854.
- Epstein, J. A., Botvin, G. L., Diaz, T., Toth, V.,

- & Schinke, S. P. (1995). Social and personal factors in marijuana use intentions to use drugs among inner city minority youth. *Developmental and Behavioral Pediatrics, 16*, 14-20.
- Eysenck, H. J. (1994). The big five factor or giant three: criteria for a paradigm. In C.R. Halverson Jr., G.A. Kohnstamm, & R.P. Martin(Eds.), *The developing structure of temperament and personality from infancy to adulthood*(pp. 37-51). Hillsdale, NJ:Lawrence Erlbaum.
- Finney, J .W. & Moos, R. H. (1995). Entering treatment for alcohol abuse: a stressed coping model. *Addiction, 90*, 1223-1240.
- Folkman, S. & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: a study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology, 48*, 150-170.
- Gomez, R. (1997). Locus of control and Type A behavior pattern as predictors of coping styles among adolescents. *Personality and Individual Differences, 23*, 391-398.
- Hoffman, M. A., Levy-Shiff, R., & Malinski, D. (1996). Stress and adjustment in the transition to adolescence: moderating effects of neuroticism and extraversion. *Journal of Youth and Adolescence, 25*, 161-175.
- Herman-Stahl, M. A., Stemmler, M., & Petersen, A. C. (1995). Approach and avoidance coping: implications for adolescent mental health. *Journal of Youth and Adolescence, 24*, 733-753.
- Jerusalem, M. & Schwarzer, R. (1989). Anxiety and self-concept as antecedents of stress and coping: a longitudinal study with German and Turkish adolescents. *Personality and Individual Differences, 10*, 785-792.
- Kardum, I. & Hudek - Knezevic, J. (1996). The relationship between Eysenck's personality traits, coping styles and moods. *Personality and Individual Differences, 20*, 341-350.
- Kardum, I. & Krapic, N. (2001). Personality traits, stressful life events, and coping styles in adolescence. *Personality and Individual Differences, 30*, 503-515.
- Lazarus, R. S. (1990). Stress, coping, and illness. In H.S. Frieman(Ed.), *Personality and disease*(pp. 97-120). New York: Wiley.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Madden, C., Hinton, E., Holman, C.P., Mountjouris, S., & King, N.(1995) Factors associated with coping in persons undergoing alcohol and drug detoxification. *Drug and alcohol dependence, 38*, 229-235.
- Manor-Bullock, R., Look, C., & Dixon, D. N.

- (1995). Is giftedness socially stigmatizing? The impact of high achievement on social interactions. *J. Educ. Gifted, 18*, 319-338.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T., Jr.(1986). Personality, coping and coping effectiveness in an adult sample. *Journal of Personality, 54*, 385-405.
- Phelps, S. B. & Jarvis, P. A.(1994). Coping in adolescence: empirical evidence for a theoretically based approach to assessing coping. *Journal of Youth and Adolescence, 23*, 359-371.
- Rehulkova, O., Blatny, M., & Osecka, L. (1995). Adolescent's coping styles: a relationship to the temperament. *Studia Psychologica, 37*, 159-161(From Kardum, I. & Krapic, N.,2001).
- Ruchkin, V. V., Eisenmann, M., & Hagglof, B.(1999). Coping styles in delinquent adolescents and controls: the role of personality and parental rearing. *Journal of Youth and Adolescence, 28*, 705-717
- Sandler, I. N., Wolchik, S. A., MacKinnon, D., Ayers, T. S., Roosa, M. W. (1997). Developing linkages between theory and intervention in stress and coping processes. In S.A. Wolchik & I.N. Sandler (Eds.), *The handbook of children's coping* (pp.3-40). New York: Plenum.
- Scheier, M. F. & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology, 4*, 219-247.
- Seiffge-Krenke, I. (1990). Developmental processes in self-concept and coping behavior. In H. Bosma & S. Jackson (Eds.), *Coping and self-concept in adolescence*(pp. 50-68). New York: Springer-Verlag.
- Stern, M. & Zevon, M. A. (1990). Stress, coping, and family environment: the adolescents' response to naturally occurring stressors. *Journal of Adolescent Research, 5*, 290-305.
- Sussman, S., Brannon, B. R., Dent, C. W., Hansen, W. B. (1993). Relations of coping effort, coping strategies, perceived stress, and cigarette smoking among adolescents. *International Journal of the Addictions, 28*, 599-612.
- Vollrath, M., Torgersen, S., & Alnas, R. (1995). Personality as long-term predictor of coping. *Personality and Individual Differences, 29*, 367-378.
- Wills, T. A. (1986). Stress and coping in early adolescence: relationships to substance use in urban school samples. *Health Psychology, 5*, 503-529.
- Wills, T. A. & Hirky, A. E. (1996). Coping and substance abuse: a theoretical model and review of the evidence. In M. Zeichner & N.S. Endler(Eds.), *Handbook of*

coping: theory research, and applications
(pp. 279-302). New York: Wiley.

Wills, T. A., McNamara, G., Vaccaro, D., & Hirkky, A. E.(1996). Escalated substance use: a longitudinal grouping analysis from early to middle adolescence. *Journal of Abnormal Psychology, 105*, 166-180.

Zuckerman, M., Kuhlman, D. M., & Camac, C. (1988). What lies beyond E and N? Factor analyses of scales believed to measure basic dimensions of personality. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*, 96-107.

원고 접수: 2002년 11월 12일

수정원고 접수: 2002년 12월 6일

게재 결정: 2002년 12월 16일

Eysenck's Personality Dimensions and Stress Coping Styles in High School Students

Ok-Ju Lee

National Railroad Training Center

The purpose of present study was to examine the relationship between personality traits and stress coping styles in the adolescent. The participants of the study were 352 high school students. The questionnaires used in this study were Eysenck's EPQ and Carver's brief COPE. Results of the study were as follows: Personality traits were important in predicting stress coping styles, extraversion had related with problem solving and accepting reality coping styles positively, on the hand neuroticism had negative relation with solving problem and accepting reality and positive relation with seeking support and denial, and psychoticism had negative relation with problem solving coping strategies. The results of the study were similar to those of the previous researches, which supports coping would be stable styles related to personality.

Keywords: Eysenck, extraversion, neuroticism psychoticism, stress coping style.

제 7 권 제 1 호

건강행동척도의 전국 기준	한 덕 웅·이 경 성 ...	1
성과 방어 특성 및 방어 상황이 분노 경험과 심혈관계 반응성에 미치는 효과 :		
적대감이 높은 사람들을 중심으로	김 태 우·김 교 현 ...	23
대입 수험생의 스트레스와 대처양식 및 사회적 지지간에 관계		
.....	박 영 주·정 해 경 ...	43
금연프로그램 참여 후의 금연 경험	서 경 현·이 경 순 ...	63
가상환경을 이용한 EEG 바이오피드백 훈련이 주의력 및 충동성에 미치는 영향		
.....	문 병 희·현 명 호·이 장 한·김 인 영·김 재 석·김 선 일 ...	81
가상환경을 이용한 인지훈련이 주의지속력에 미치는 효과		
.....	윤 선 영·현 명 호·이 장 한·김 인 영·김 재 석·김 선 일 ...	97
약물남용자의 자기노출이 부적 정서와 신체병리 경험 및 약물에 대한		
태도에 미치는 효과	인 현 정·김 교 현 ...	111
직종에 따른 직무스트레스원과 직무스트레스에서의 차이	탁 진 국 ...	125
섭식절제척도의 타당도 연구:섭식절제 및 역규제적 섭식 척도들 간의 비교		
.....	이 임 순 ...	143

제 7 권 제 2 호

심리학적 관점에서 본 중독	김 교 현 ...	159
생활 스트레스와 우울 증상의 관계에서 자동적 사고의 역할	김 남 재 ...	181
지방 공무원의 직무 스트레스원 척도 개발	탁진국·윤해진 ...	197
인터넷게임 중독의 진단척도 개발	이형초·안창일 ...	211
한국판 MCMI-III의 요인구조	최 영 안 ...	241
Relaxation training effect on Depression for the Korean Elderly Immigrants		
.....	방 석 찬 ...	257
한국판 역기능적 태도척도(K-DAS)의 개발	이민규·이민수 ...	273
비합리적 인지책략과 스트레스	김 정 호 ...	287
REBT를 적용한 스트레스 관리 훈련이 부적응 고등학생의		
스트레스 지각에 미치는 효과	이은희·김미례 ...	317