

대학 4학년생의 성격특성과 성별에 따른 취업 스트레스 및 정신건강

신 현 균[†]

장 재 윤

성신여대 심리학과

본 연구의 목적은 구직 활동을 시작하고 있는 대학 4학년생들을 대상으로 성격특성과 성별에 따른 취업 스트레스와 정신건강 상태를 분석해, 향후 종단적인 변화 연구의 토대로 삼고자 하는 것이다. 2,530명에 대한 자료 분석 결과, 79%의 응답자들이 대체로 혹은 매우 많이 취업 스트레스를 받고 있다고 응답하였다. 평균 비교와 상관 및 중다회귀분석 결과, 스트레스를 받는 정도는 성격 특성 및 성별에 따라 다른 것으로 나타났다. 즉 신경증과 부정적 자존감이 높을수록, 자아탄력성, 긍정적 자존감, 외향성, 우호성, 경험에 대한 개방성은 낮을수록, 그리고 여대생이 취업 스트레스가 더 크고 우울, 불안, 적응력 등 일반정신건강에서 부정적인 결과를 보였다. 마지막으로 본 연구 결과의 의의와 종단적 연구의 필요성에 대해 논의하였다.

주요어 : 취업 스트레스, 정신건강, 성격특성, 성차

[†] 교신저자(Corresponding Author) : 신 현 균 / 성신여대 심리학과 청년실업연구팀 / 서울시 성북구 동선동 3가 249-1
FAX : 02-3446-0696 / E-mail : hkshinsnu@hanmail.net

청년 실업 혹은 학교에서 직업 세계로의 이행 문제가 우리 사회의 가장 심각한 사회문제 중 하나로 대두하고 있다. 한국노동연구원은 2002년 4월 발표한 『최근의 급속한 경기회복과 2002년 고용전망』 보고서에서 2002년의 연중 실업률은 3%로 예상되는 반면, 청년실업률은 그 3배나 되는 9%로 추정함으로써 청년 실업 문제의 심각성을 지적하고 있다. 청년 실업률은 더 증가하는 추세에 있지만, 청년층의 취업이나 실업 과정에 영향을 미치는 심리적 변인들 및 취업 실패시에 나타나는 부정적인 영향 등에 대해서는 경험적인 연구가 많지 않은 실정이다. 청년층 노동력은 그 특성상 유희화될 경우, 부작용이 심각하고 장기화될 가능성이 높다. 취업난 속에 엄청난 불안과 좌절을 경험한 청년들은 우리 사회에 대하여 부정적인 시각을 갖기 쉽다. 따라서 청년 실업자의 증가는 사회 불안을 야기하며, 인적 자원의 배분 및 활용의 효율성을 감소시켜 장기적으로 국가 경쟁력을 약화시킬 것이다. 선진국의 경우, 청년층 취업 희망자의 노동시장 이행에 관한 종단적인 연구가 이루어져 청년 실업문제를 체계적으로 분석하는 것이 가능한 데 비해, 국내에서는 대학 졸업을 앞둔 구직자의 직업 이행 과정에서 나타나는 심리적인 변화에 대한 연구가 거의 없다. 더욱이 장기적인 종단 연구는 전무하다.

실업에 따른 정신건강에 대한 선행 연구 결과들을 살펴보면, 이훈구, 김인경 및 박운창(2000)은 미취업 상태인 20대 청년들이 취업한 집단에 비해 신체화 증상, 강박증, 대인예민성, 우울, 적대감, 그리고 불안 경향성 모두에서 취약한 정신건강 상태를 보였다고 보고하였다. 청년실업과 정신건강의 관련성을 밝히기 위한 종단 연구에서 Hammarstrom과 Janlert(1997)는 스웨덴의 1,060명의 청년들을 5년간 추적하였다. 그 결과, 실업

은 불면, 집중력 저하, 불안 등의 신경증적인 호소와 우울증상의 변화와 상관이 있었다. 특히 6개월 이상의 장기실업에서 이런 경향이 두드러져, 실업이 정신건강에 악영향을 주는 것으로 나타났다. 이처럼 여러 심리적인 증상 중에서 특히 우울증이 가장 오랜 시간에 걸쳐 지속되는 것으로 나타났다. 또한 우울증 악화가 재취업 실패율을 증가시키는 것으로 나타나 심리적 증상의 완화를 통한 정신건강의 회복을 돕는 것이 실업자에게 경제적인 지원을 제공하는 것 못지 않게 중요한 일임을 시사해주고 있다(오수성, 2001).

현재 구직 활동 중인 대졸 예정자들의 경우, 아직 실업 상태는 아니지만 최근 경제 불황과 취업의 어려움이 예상되는 상황에서 상당한 취업 스트레스를 겪으면서 정신건강 상의 문제를 갖고 있을 가능성이 크다. 4명의 졸업 예정자와 면담을 통해 연구자가 알아본 결과, 최근 취업의 어려움으로 인하여 조기에 구직 활동을 하고 있는 것으로 나타났다. 따라서 졸업 예정자들의 구직활동이 시작되는 시기가 4학년 1학기라고 볼 수 있으며 이때부터 취업 스트레스를 경험할 것으로 예상된다. 그러나 이런 취업 스트레스를 경험하는 데는 개인차가 존재하며, 이 과정에 영향을 주는 조절 변인으로 자존감과 자아탄력성, 신경증적 성격 등이 연구되어 왔다. 이들 조절 변인의 영향으로, 취업 스트레스나 실업으로 인한 정신건강과 이후의 대처방식이 달라질 수 있다.

실업과 스트레스 및 적응 간의 관계에서 취업이나 실직 스트레스와 관련된 변인으로 먼저, 자존감을 들 수 있다. 오수성(2001)의 연구결과에 의하면 자존감은 실직자의 사회적 역기능을 설명하는데 있어 가장 중요한 요인이다. 또 이민규와 김원석(1999)이 평균 실직 기간이 6개월 정도인 실직자 혹은 미취업 상태에 있는 357명을 대

상으로 조사한 결과, 자존감이 대인관계에서의 예민성, 불안 증상 등과 상관이 있었다. 또 자존감이 높을수록 실직으로 인한 정신건강상의 부정적인 영향이 적은 것으로 나타나, 중요한 스트레스 조절변인인 것으로 밝혀졌다. 대학생을 표본으로 한 류진혜(1998)의 연구에서는 자존감이 높을수록 취업관련 스트레스를 적게 경험하며 적극적 대처를 더 많이 하는 것으로 나타났다. 네덜란드의 Schaufeli와 Van Yperen(1992)의 연구에서도 자존감이 높을수록 실직에 따른 부정적인 효과는 적은 것으로 나타났다. Shamir(1986)는 자존감이 고용상태와 심리적 안녕 간의 관계를 조절한다고 보고하였는데, 자존감이 높은 사람들에 비해 자존감이 낮은 사람들의 심리적 안녕감은 고용 상태에 보다 민감하게 반응하는 것으로 나타났다.

한편 Warr와 Jackson(1983)은 자존감을 긍정적 자존감과 부정적 자존감으로 분리하여 연구하였는데, 종단적 연구를 통해 부정적 자존감은 고용 여부와 함께 변화된 반면, 긍정적 자존감은 변화하지 않았음을 발견하였다. 이러한 결과에 대해 그들은 사람들이 부정적인 자기와 긍정적인 자기를 분리하며, 실업과 같은 부정적인 상태는 부정적 측면에 보다 더 민감하게 만든다고 해석하였다. 그리고 영국의 미취업 청년 실업자를 대상으로 한 Patterson(1997)의 연구에서는 6개월 이상 장기 실업 상태에서도 자존감이 손상되지 않는 것으로 나타났다. 이런 결과는 어느 정도의 좌절 경험이 자존감과 같은 지속적인 성격 특성에는 큰 영향을 주지 않을 수도 있음을 시사한다.

실업과 스트레스 및 적응 간의 관계에서 조절변인이 될 수 있는 또 다른 성격 변인으로 자아탄력성(ego-resilience)이 있다(Selye, 1956). Block과 Kremen(1996)에 의하면 자아탄력성은 개인이 상

황에 적극적으로 대처하고 적절하게 기능하도록 자기를 통제할 수 있는 성격개념으로, 외부 및 내부의 스트레스에 대해 유연하면서도 융통성 있게 적응하는 능력과 관련된다. Block과 Kremen(1996)은 자아탄력성과 다른 성격 특성 간의 관계를 살펴본 결과, 남성의 경우 높은 자아탄력성은 사회성, 유쾌성, 반추와 두려움의 부재, 몰입 능력, 책임감, 도덕적 행동, 공감적 배려, 풍부하고 적절한 정서성, 자기 및 세상에 대한 편안함 등과 관련이 있었다. 반면, 낮은 자아탄력성은 비판성, 적대감, 삶에서 속임을 당하고 있다는 느낌, 반항성, 초조함, 기분 변동 등과 관련이 있었다. 여성의 경우 높은 자아탄력성은 사회성, 주장성, 자기염려나 반추 및 두려움의 부재, 사교성, 유쾌성, 삶의 의미감, 적절한 정서성, 스트레스에 대한 적응력, 자신과 다른 사람들에 대한 편안함, 자발성, 감각 경험의 개방성 등과 관련이 있었다. 반면, 낮은 자아탄력성은 과도한 통제, 자기 적절성에 대한 집착, 취약감, 신뢰적이고 협동적이고 만족스러운 타인과의 관계의 부재와 관련이 있었다. 이런 선행 연구 결과를 토대로 추론해 볼 때, 자아탄력성이 높은 집단이 낮은 집단보다 구직이나 실업이라는 스트레스 사건에 보다 융통성 있게 대처하여, 장기적으로 긍정적인 정신건강 상태와 적극적인 구직 시도를 보일 것으로 예상할 수 있다.

성격의 포괄적이며 핵심적인 차원으로 간주되는 5요인, 즉 신경증, 외향성, 경험에 대한 개방성, 우호성 그리고 성실성 등도 취업 스트레스나 정신건강과 밀접한 관련성이 예상된다(Digman, 1990). 신경증은 불안, 분노, 적대감, 낮은 자신감, 충동성, 취약성, 그리고 우울을 보이는 정도를 지칭한다. 외향성은 사교적이고 적극적이며, 원기 왕성한 정도를 말한다. 경험에의 개방성이 높은 사람들은 상상, 호기심, 그리고 독창성을 보

이며 편견이 없는 열린 마음을 가지고 있다. 높은 수준의 우호성을 가진 사람들은 예의바르고, 유연하며, 사람을 신뢰하며, 마음씨 좋으며, 협조적이고, 관대하며, 공감적인 부드러운 마음과 관용의 소유자인 경향이 있다. 마지막으로 높은 수준의 성실성을 가진 사람들은 신뢰할 만하며 주의 깊고, 철저하며, 책임감 있고, 조직적이며, 효율적이며 계획을 잘 세우는 경향을 보인다.

성격의 5요인 특성이 청년층의 구직과 실업에 따른 정신건강에 영향을 준다는 선행 연구는 없지만, Schmit와 Amel 및 Ryan(1993)은 낮은 신경증, 높은 외향성, 경험에 대한 개방성 성실성 우호성을 지닌 사람들이 자기 주장적 직업탐색 행동을 더 많이 보인다고 보고하였다. 따라서 이런 특성을 가진 구직자들이 스트레스 상황에서 더 적응적이고 정신건강의 문제도 적게 보일 것이라고 예상할 수 있다. 특히 신경증 특성은 걱정이 많고 쉽게 우울해지고 불안해지는 특성을 나타내므로, 신경증 성향을 가진 구직자나 실직자들이 정신건강상의 문제를 더 많이 보일 것으로 예상할 수 있다.

본 연구에서는 선행 연구들에서 취업과 실업 과정에 영향을 주는 것으로 연구된 여러 성격 변인들 중, 전반적인 성격 특성을 측정하는 5요인 성격 특성과 스트레스 조절에 관여하는 자존감과 자아탄력성이 현재 구직 활동 중인 대학 4학년생들의 정신건강과 취업 스트레스 경험에서 중요한 역할을 한다고 보고, 이들 변인들의 영향력과 상대적인 중요도를 살펴보고자 한다. 개별 변인들 각각에 대해, 부정적 자존감과 신경증 특성을 많이 가질수록, 그리고 자아탄력성, 외향성, 경험에 대한 개방성, 성실성, 우호성 특성을 적게 가질수록 구직 과정에서의 스트레스를 더 많이 겪으며 전반적인 정신건강 상의 문제도 더 클 것이라는 가설을 검증하고자 한다. 국내의 취

업 시장 특성상, 특히 여성에게 취업의 기회가 적은 것을 감안해, 정신건강 측면에서의 성차에 대해서도 알아보려고 한다. Arnold와 Denny(1985)는 여성의 경우, 진로 성취에 대한 낮은 기대를 갖고 있어 남성에 비해 상대적으로 많은 갈등을 겪게 된다고 하였다. 또 Farmer(1985)도 여성이 남성에 비해 역할 갈등과 환경적 요구에 의해 진로 선택이 쉽게 영향을 받는다고 주장하였다. 한국 여성의 취업에서 성역할에 대한 사회적 편견 등의 장애 요인들이 많다는 것을 고려해 볼 때(손은령, 김계현, 2001; 임은경, 1998), 구직 과정에서 여성이 스트레스를 더 많이 받을 가능성이 시사된다. 본 연구는 대졸 취업 희망자의 노동시장 이행에 관한 종단적 패널 조사 연구의 첫 단계로, 현재 구직 활동을 시작하고 있는 대졸 예정자들을 대상으로 성격특성과 성별에 따른 취업 스트레스와 정신건강 상태를 분석해, 향후 종단적인 변화 연구의 토대로 삼고자 한다.

방 법

조사 대상자 표집

표본의 대표성을 확보하기 위해 제주도를 제외한 전국의 4년제 대학에 재학 중이고 2004년 2월에 졸업 예정인 4학년생들을 대상으로 다단계 층화 집락표집(multi-stage stratified cluster sampling) 방법을 사용해 표집하였다. 즉 전국의 지역별 표본수 내에서 각 학교별로 표집 인원을 배분한 후 계열별 및 남녀별 비율에 따라 대상자들을 임의로 표집하는 방식을 취하였다. 지역별 국공립대 및 사립대의 모집단 비율을 반영해 20개 대학을 무선 선정한 후 각 대학별로 90명 ~ 144명씩 표집하여 총 2747명의 자료가 수집되었다

표집 과정에서 예체능계열이나 의학계열(의대 및 약대)과 같이 특수한 분야로 사회진출을 할 가능성이 큰 전공분야는 일반 4년제 대졸자와 취업상황이 상이하므로 연구 대상에서 제외하였다. 또 군입대 예정자, 대학원 진학예정자, 고시 준비자, 가업 승계자, 등 취업의사가 없거나 이미 취업이 확정된 경우도 조사대상에서 제외하였다.

자료수집 절차

신뢰로운 자료를 수집하기 위해 각 학교별로 5명의 조사원들이 조사 대상자와 1:1 방식으로 질문지를 작성하게 하였다. 2003년 5월 중순에 조사원 교육을 실시하였으며, 조사 대상자의 편향을 방지하기 위해 특정 연구(특정 학과, 씨클, 특정 모임이나 기관, 고등학교 선후배 등을 중심으로 하는 설문조사 및 인터넷 게시판 등을 통한 응답자 모집도 금지하였다. 자료 수집은 2003년 5월 중순부터 6월 말에 걸쳐 이루어졌다. 조사가 신뢰롭게 이루어졌는지를 확인하기 위해 모든 조사가 끝난 후 연구진이 10%의 응답자에게 직접 전화를 해 확인하는 절차를 거쳤다.

수집된 자료의 타당성을 확보하기 위해 불성실 응답과 사회적 선회도를 고려해 분석 대상을 선정하였다. 먼저 불성실 응답을 가려내기 위해 전체 질문지에서 유사한 내용의 세 개 문항 쌍들 중 두 문항 쌍 이상의 응답이 비일관적인 경우를 분석에서 제외하였다. 전체 응답자 중 5.5%로 150명이 이 기준에 해당되었고 빠뜨린 문항이 많은 응답자 5명도 불성실 응답자로 분류되어 분석에서 제외되었다. 사회적 선회도는 질문에 솔직하게 응답하지 않고 사회적으로 바람직한 방향으로 응답하는 반응 경향성을 나타내는 것으로 연구의 타당도를 저하시킨다. 따라서 본

연구에서는 다면적 인성검사의 거짓말 척도(MMPI의 L척도) 15문항 중에서 예비연구를 통해 내적 일관성 신뢰도가 양호하면서 대학생들이 드물게 반응하는 10 문항을 선택하여 사회적 선회도 척도로 사용하였다. 15문항 짜리 거짓말 척도의 경우, '아니다'에 응답한 갯수가 9개 이상인 경우가 T 점수 70점으로 평균에서 2표준편차를 벗어나 있는 극단적인 경우를 뜻하므로, 본 연구에서도 이 기준을 적용하여 10문항 중 6개 이상에 '아니다'라고 응답한 사람을 자료 분석에서 제외하였다. 전체 조사 대상자의 2.4%인 총 66명이 이 기준에 해당되었다. 따라서 총 217명이 제외되어 응답자 2,747명 중 2,530명이 최종적으로 타당한 자료로 분석에 포함되었다.

최종 분석 대상

최종적으로 자료 분석에 포함된 연구 대상의 인구통계학적 특성을 보면 남학생이 1,426명(56.4%)이었고 여학생이 1,091명(43.1%)이었으며, 13명은 성별이 확인되지 않았다. 연령은 20세부터 34세까지였으며 21세부터 26세까지가 95%로 대부분을 차지하였다. 계열별 분포를 보면 사회대가 897명(35.5%), 인문대가 363명(14.3%), 자연대가 507명(20%), 공대가 705명(27.9%), 기타 58명(2.3%)이었다.

도구

자존감 척도

Rosenberg(1965)의 전반적 자존감(global self-esteem) 척도의 한국판을 사용하였다(이영호, 1993). 이 척도는 자아 존중의 정도와 자아 승인 양상을 측정하는 검사로, 긍정적 자존감 5문항과 부정적 자존감 5문항 등 총 10문항으로 구성되어 있다.

4점 척도이며 내적 일관성 신뢰도 α 계수는 .79로 보고되었다. 본 연구에서 내적 일관성 신뢰도 α 계수는 긍정적 자존감의 경우 .81, 부정적 자존감의 경우 .68이었다.

자아탄력성 척도

Block과 Kreman(1996)의 자아탄력성 척도(Ego-Resilience Scale)을 번안하여 사용하였다. Block과 Kreman(1996)의 연구에 따르면 자아탄력성 척도는 .76의 내적 일관성 신뢰도를 보였다. 또한 자아탄력성과 관련 있는 여러 성격 변인들, 즉 사회성, 유쾌성, 적절한 정서성, 자기 및 세상에 대한 편안함 등과 높은 상관을 보여 척도의 타당도가 확인되었다. 본 연구에서 자아탄력성 척도의 내적 일관성 신뢰도 α 계수는 .84였다.

5요인 성격 척도

Goldberg(1999)의 5요인 특성을 측정하는 IPIP (International Personality Item Pool) 척도의 단축형을 사용하였다. 외향성, 우호성, 성실성, 경험에 대한 개방성, 신경증 등의 5요인 각각에 10문항씩으로 구성되어 총 50문항이며 5점 척도이다. Goldberg(1999)의 타당도 연구에서, NEO Personality Inventory(NEO-PI-R), Cattell의 16 Personality Factors Questionnaire(16PF) 등과의 비교를 통해 IPIP 척도의 타당도와 예언적 유용성을 확인하였다. IPIP의 각 요인별 내적 일관성 신뢰도 α 계수는 각각 .87, .82, .79, .84, .86으로 보고되었다. 본 연구에서의 내적 일관성 신뢰도 α 계수는 .85, .75, .77, .75, .85였다.

일반정신건강 질문지(General Health Questionnaire; GHQ). GHQ는 응답자의 현재를 포함해 지난 2~3주 동안의 심리적 상태를 응답자의 평소 심리상태와 비교함으로써 현재의 정신건강 상태의

문제점을 평가하는 자기 보고형 척도이다. GHQ의 원문은 4점 척도로 평정하도록 되어 있으며 우울증, 불안증, 사회적 부적응, 신체화 증상, 불면증 등을 측정하는 60문항으로 이루어져 있다. 대개 30문항, 28문항, 20문항 등으로 간소화하여 사용되는 경우가 더 많다. 본 연구에서는 신선인(2001)이 한국판으로 제작한 척도인 KGHQ-30의 30문항 중 예비연구를 통해 우울, 불안 요인으로 6문항, 사회적 부적응 요인으로 6문항을 선정하여 사용하였다. 각 요인의 내적 일관성 신뢰도 계수 α 는 각각 .78, .81이었다.

취업 스트레스 척도

취업 스트레스는 '취업 및 진로와 관련해 어느 정도의 스트레스를 받고 있습니까?'라는 직접적인 질문에 대해 4점 척도 상에 응답하도록 하여 측정하였다.

자료 분석

취업 스트레스와 정신건강 정도에 있어서 성별 차이를 알아보기 위해 χ^2 검증을 실시하였다. 또 성격 특성과 취업 스트레스, 정신건강 간의 관련성을 알아보기 위해 상관과 중다회귀분석을 실시하였다.

결 과

현재 구직 활동 중인 대졸 예정자들이 취업 및 진로와 관련해 어느 정도의 스트레스를 받고 있는지를 알아본 결과, 79%의 응답자들이 대체로 혹은 매우 많이 스트레스를 받고 있다고 응답하였다(표 1). 즉 64%의 응답자가 취업 및 진로와 관련해 대체로 스트레스를 받고 있다고 응

표 1. 성별에 따른 취업 및 진로 스트레스에 대한 응답 빈도(%)

	남(N=1425)	여(N=1090)	전체 (N=2528)
전혀 없다	37(2.6%)	11(1.0%)	49(1.9%)
대체로 없는 편이다	290(20.4%)	197(18.1%)	491(19.4%)
대체로 받는 편이다	920(64.6%)	697(63.9%)	1623(64.2%)
매우 받는 편이다	178(12.5%)	185(17.0%)	365(14.4%)

답하였고, 매우 많이 받는 경우도 14%에 달해 4학년 1학기임에도 취업에 대한 스트레스가 상당함을 알 수 있다. 성별에 따른 스트레스 점수별 빈도 차이 검증 결과, 성차가 유의미했다. 즉 여학생의 경우 남학생에 비해 스트레스를 매우 많이 받는다는 비율이 특히 높았다($\chi^2 = 18.44, p < .001$).

표 2. 성별 일반정신건강의 평균(표준편차)

	남(N=1425)	여(N=1090)	t
정신건강총점	2.27(.34)	2.38(.32)	-8.27***
하위척도			
우울, 불안	2.30(.51)	2.45(.50)	-7.41***
사회적 부적응	2.24(.31)	2.31(.28)	-5.88***

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

일반정신건강의 평균 비교에서도 성차가 유의미한 것으로 나타났다. 즉 여학생이 남학생에 비해 우울, 불안, 사회적 부적응 등 정신건강의 문제를 더 많이 호소하였다(표 2).

성격 특성과 취업 스트레스, 정신건강 간의 관련성을 알아보기 위한 상관 분석 결과는 표 3에 제시하였다. 긍정적인 자존감은 우울, 불안, 사회적 부적응 등의 일반정신건강과 취업 스트레스와 역상관을 보였으며, 부정적인 자존감은 정적인 상관을 보였다. 자아 탄력성과 외향성은 부정적인 정신건강과 취업 스트레스와 역상관을 보였으며, 우호성, 성실성, 경험에 대한 개방성 등도 유사한 결과를 보였다. 특히 신경증은 부정적인 정신건강과 매우 큰 상관을 보이고 취업 스트레스와도 큰 상관을 보였다. 성에 따른 상관계수의 차이는 거의 보이지 않아 남, 녀 자료를 합

표 3. 자존감, 자아탄력성, 5요인 성격과 정신건강, 취업 스트레스 간의 상관 (N=2530)

	긍정적 자존감	부정적 자존감	자아 탄력성	외향성	우호성	성실성	신경증	경험 개방성
취업스트레스	-.14***	.13***	-.15***	-.11***	.01	-.03	.26***	-.09***
일반정신건강 하위척도								
우울, 불안	-.35***	.46***	-.16***	-.18***	-.06**	-.15***	.55***	-.04
사회부적응	-.53***	.36***	-.40***	-.31***	-.21***	-.33***	.28***	-.28***

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

표 4. 남학생의 자존감, 자아탄력성, 5요인 성격의 취업 스트레스에 대한 중다회귀분석표 (N=1425)

	Beta	t	R ²
신경증	.22	8.01 ***	.06
자아탄력성	-.15	-4.93 ***	.07
우호성	.09	3.18 ***	.08

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

쳐서 제시하였다.

취업 스트레스를 설명해 줄 수 있는 성격특성을 알아보기 위해 취업 스트레스를 종속변인으로 하고, 성격특성(5요인 성격 특성, 자아탄력, 자존감)을 예언변인으로 단계적 중다회귀 분석을 실시한 결과는 표 4, 표 5와 같다. 표에는 유의미한 설명 변인만 열거하였다. 남학생의 경우, 신경증이 취업 스트레스를 가장 잘 예언하였으며, 자아탄력성, 우호성, 등도 취업스트레스를 유의미하게 예언하는 설명 변인에 포함되었다. 여학생의 경우, 유의미한 설명 변인이 신경증, 우호성, 경험에 대한 개방성 순이었다. 그러나 남학생, 여학생 모두 취업 스트레스를 설명하는 데서 성격 변인들의 설명량은 7%에서 8%로 별로 크지 않았다.

일반정신건강을 설명해 줄 수 있는 성격특성을 알아보기 위해 일반정신건강 점수를 종속변

표 5. 여학생의 자존감, 자아탄력성, 5요인 성격의 취업 스트레스에 대한 중다회귀분석표 (N=1090)

	Beta	t	R ²
신경증	.26	8.45 ***	.06
우호성	.08	2.49 *	.07
경험 개방성	-.08	-2.39 *	.07

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

표 6. 자존감, 자아탄력성, 5요인 성격의 일반정신건강 (우울, 불안, 사회적 부적응)에 대한 중다회귀분석표 (N=2530)

	Beta	t	R ²
신경증	.35	19.82 ***	.29
부정적자존감	.26	14.30 ***	.41
긍정적자존감	-.20	-9.98 ***	.45
자아탄력성	-.08	-4.22 ***	.45
우호성	.10	5.61 ***	.46
성실성	-.07	-3.84 ***	.46
외향성	-.04	-2.01 *	.46

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

인으로 하고, 성격특성(5요인, 자아탄력, 자존감)을 예언변인으로 단계적 중다회귀분석을 실시한 결과는 표 6에 제시하였다. 성차는 보이지 않아 남, 녀 자료를 합쳐서 제시하였다. 분석 결과, 신경증이 부정적인 정신건강(우울, 불안, 사회적 부적응)을 가장 잘 예언하였으며, 부정적 자존감, 긍정적 자존감, 자아탄력성, 우호성, 성실성, 외향성 등도 정신건강을 유의미하게 예언하는 설명 변인에 포함되었다. 이들 변인들이 일반정신건강 총 변량의 46%를 설명하였다. 우호성의 경우 취업 스트레스나 부정적인 정신건강과 부적상관이 있음에도 불구하고 회귀분석에서는 정적상관을 보인 것은, 다른 변인들과의 다공선성(multicollinearity) 때문이거나 다른 변인의 억압(suppression) 효과 때문일 가능성이 시사된다.

논 의

본 연구 목적은 대졸자의 구직과 실업 과정에 따른 정신건강의 변화를 알아보기 위한 종단적

연구의 첫 단계로, 막 구직 활동을 시작하고 있는 대학 4학년생들을 대상으로 성격특성과 성별에 따른 취업 스트레스와 정신건강 상태를 분석하는 것이었다. 연구 결과, 현재 구직 활동 중인 대부분의 대학 4학년생들은 취업 및 진로와 관련해 상당한 정도의 스트레스를 받고 있는 것으로 나타나, 졸업 이전부터 취업에 대한 걱정과 불안감을 경험하고 있음이 입증되었다.

특히 여학생이 남학생에 비해 취업 스트레스와 우울, 불안, 사회적 부적응 등 정신건강상의 문제를 더 많이 보이는 것으로 나타났다. 이런 결과는 여학생의 경우, 진로선택이나 취업 등에서 가정과 사회로부터 성역할 사회화와 사회적 편견을 경험해 오며 따라 자기 효능감이 저하되고, 선택가능한 많은 직업들을 사전에 제거시켜 버리고, 진로 성취에 대한 낮은 기대를 갖게 되는 것과 관련될 수 있다(임은경, 1998; Noble, 1987). 손은령과 김계현(2001)은 89명의 한국 여대생이 지각하는 진로 선택과 진로 행동에 악영향을 주는 진로 장벽들을 연구한 결과, 성차별 직장생활에 필요한 개인 특성의 부족, 다중 역할로 인한 갈등, 직업 미결정 및 직업 준비 부족, 노동시장과 관습의 제약, 기대보다 낮은 직업 전망, 여성 취업에 대한 고정관념 등이 진로 선택에 어려움을 가져다 주는 것으로 보고하였다. 이처럼 다양한 현실적인 진로 장벽들을 인식함으로써, 여대생의 경우 구직 과정에서 불안감을 더 심하게 경험하는 등 스트레스와 정신건강 문제에 취약해질 수 있을 것이다.

예상했던 대로, 개인적인 성격 특성이 취업 스트레스, 정신건강과 관련성이 있었는데, 긍정적인 자존감은 우울, 불안, 사회적 부적응 등의 일반정신건강 및 취업 스트레스와 역상관을 보였으며, 부정적인 자존감은 정적인 상관을 보였다. 자아 탄력성과 외향성, 우호성, 성실성, 경험에

대한 개방성 등은 부정적인 정신건강 및 취업 스트레스와 역상관을 보였다. 특히 신경증은 부정적인 정신건강과 매우 큰 상관을 보이고 중다 회귀분석 결과에서도 신경증이 취업 스트레스와 부정적인 정신건강(우울, 불안, 사회적 부적응)을 가장 잘 예언하였다. 그 외에도 부정적 자존감, 긍정적 자존감, 자아탄력성, 우호성, 성실성, 외향성 등이 정신건강을 유의미하게 예언하는 설명 변인에 포함되었다.

취업스트레스를 설명하는 데서 이처럼 성격 변인의 역할이 중요한 것으로 나타났지만 설명 변량은 크지 않았다. 이는 취업스트레스를 한 방향으로 측정함으로써 점수 분포의 범위가 실제보다 축소되었을 가능성에 기인한 것으로 보인다. 이는 본 연구의 제한점으로 추후 연구에서는 대학 4학년생들이 주관적으로 느끼는 취업스트레스의 정도 뿐 아니라, 스트레스의 하위 구성 요소들(인지적 특성, 정서적 특성 및 신체적 특성 등)에 대해서도 조사함으로써 이들의 주관적 스트레스 경험에 대한 좀 더 자세한 분석과 척도 제작이 요구된다.

취업스트레스를 설명하는 성격 변인의 역할에서 성에 따른 공통점과 차이점이 나타났다. 남학생의 경우, 신경증이 취업 스트레스를 가장 잘 예언하였으며, 자아탄력성, 우호성, 순으로 유의미한 설명 변인에 포함되었다. 이에 비해 여학생의 경우, 유의미한 설명 변인이 신경증, 우호성, 경험에 대한 개방성 순이었다. 따라서 남학생과 여학생 모두 신경증과 우호성은 취업 스트레스를 설명하는데서 중요한 예언 변인인데 비해, 남학생은 자아탄력성이, 여학생은 경험에 대한 개방성이 유의미한 변인으로 포함되었다. 이는 경험에 대한 개방성이 높은 여학생들은 호기심이 많고 독창성을 보이며 편견이 없는 특성을 갖고 있으므로, 한국 사회에서 여성 취업의 제한성과

고정관념에 얽매이지 않을 수 있어 취업 과정에서 스트레스가 줄어들 수 있음을 시사한다.

이에 비해 일반정신건강을 설명하는 성격특성들의 상대적인 중요도에서는 성차를 보이지 않았다. 이는 취업스트레스와 같은 특정한 스트레스와는 다르게 우울, 불안, 사회적 부적응 등의 전반적인 정신건강의 경우, 남녀 모두 유사한 성격 특성에 의해 설명된다는 것을 나타내는 것으로 생각된다. 그러나 실업 기간에 따른 정신건강의 변화를 설명하는 데서 성별에 따른 성격특성의 상대적인 중요도에 대해서는 추후 연구가 필요하다.

본 연구 결과에서 남, 녀 모두 취업 스트레스나 일반정신건강에 대해 가장 큰 설명력을 가지는 변인은 신경증으로, 신경증 특성이 대학 4학년에게서 취업 스트레스나 정신건강 악화를 유발할 수 있음이 시사된다. 이는 신경증이 불안, 분노, 적대감, 자신감, 충동성, 취약성, 그리고 우울을 보이는 성격 특성을 나타내므로, 취업과 같은 불확실하고 스트레스를 유발하는 상황에서 정신건강을 악화시킬 것이라는 가설을 확인시켜 주는 결과이다.

본 연구 결과에서 아직 실업 상태는 아니지만 졸업을 앞둔 대학 4학년생들의 취업 스트레스가 상당히 높고, 성별이나 성격 특성에 따라 구직 과정에서의 스트레스와 정신건강 문제의 정도가 달라지는 것으로 나타났다. 미취업 기간이 길어짐에 따라 스트레스의 정도도 커질 것을 예상해 볼 때, 구직 과정 초기에서부터 나타나는 성격 특성과 성에 따른 취약성이 장기간의 취업 스트레스와 정신건강에 더 큰 악영향을 줄 것으로 예측해 볼 수 있다. 즉 신경증, 낮은 자존감, 낮은 자아 탄력성 등의 특성이 있는 대학생, 특히 여학생들이 구직 과정에서 실패 경험과 좌절을 겪으면서 우울이나 불안 등의 문제가 심각해질

가능성이 있을 것이다. 반면, Patterson(1997)의 연구에서는 영국의 미취업 청년 실업의 경우, 6개월 이상 장기 실업 상태에서도 자존감이 손상되지 않는 것으로 나타났는데, 이는 선진국의 경우, 청년 미취업자에 대한 실업 수당이나 취업 훈련 등이 잘 되어 있는데서 기인한 결과일 수 있다. 한편으로는 청년기에 겪는 어느 정도의 좌절 경험이 긍정적 자존감과 같은 지속적인 성격 특성에 큰 영향을 주지 않을 수도 있음을 시사할 수도 있어, 본 연구 결과를 기저선으로 한 후속 연구가 요망된다.

청년실업은 지적능력과 신체적 능력이 한창일 때 이를 활용하지 못함으로써 좌절하고 사회에 대해 부정적인 시각을 갖게 되기 때문에 개인적 차원을 넘어서서 국가·경제적으로 큰 손실이 아닐 수 없다. 본 연구에서 나온 결과들은 대졸자들의 구직 과정과 실업 상태가 구직 행태 및 정신건강에 어떠한 영향을 미치는지를 알아보기 위한 종단적이고 체계적인 연구의 기저선 자료를 제공할 수 있을 것이다. 그럼에도 불구하고 본 연구의 제한점으로는 취업스트레스의 측정이 미진했다는 것과, 조사 대상자를 대학 4학년에 한정함으로써 대학 1, 2, 3학년이나 졸업 후 취업하지 못한 사람들과의 비교를 통해 대학 4학년생이 특정하게 경험하는 취업스트레스 정도를 명확히 규명하지 못한 점 등을 들 수 있다.

후속 연구에서는 한국의 청년 실업에서 성격 특성과 성별, 정신건강 간의 관계에 대한 가설들을 장기적인 종단 연구를 통해 규명함으로써, 외국의 청년 실업과 차별화되는 특성들을 밝힐 필요가 있다. 또 실직기간에 따라 정신건강의 변화를 이해하는데 있어서, 5요인 성격 특성, 자존감 및 자아탄력성 등의 특성 뿐 아니라 사회적 지지, 스트레스 대처 방식 구직에 대한 효능감 등 다양한 중재 변인들의 역할에 대해서도 경로분

석을 통해 연구함으로써, 청년 구직자의 성격 특성과 성별에 적합한 구직 효율성 훈련 프로그램의 개발이 촉진될 수 있을 것이다.

이처럼 성격 특성이나 성별에 따라 취업 스트레스와 정신건강상 어려움의 정도가 다르다는 것은 실업에 대한 선행 연구 결과들과 일치하는 결과이다. 이런 결과들을 토대로 종단적 연구를 실시해 정신건강에서의 변화 과정을 규명하고 한국 청년들의 특성을 파악한다면, 구직 활동 중인 청년들을 대상으로 자존감 향상이나 스트레스에 융통성 있고 다양하게 대처하기 및 신경증 특성을 교정하기 등 적합한 예방 및 상담 프로그램을 개발해 정신건강을 양호하게 유지하는데 도움을 줄 수 있을 것이다. 국내에서 실직자의 재취업을 도와주기 위해 구직 자신감 높이기, 정신건강 향상시키기, 면접이나 이력서 작성 등 구직활동에서의 효율성 높이기 등의 내용으로 구성된 집단상담 프로그램인 성취 프로그램의 효과성에 대해 조사한 결과, 프로그램 참가 후에 신체증상, 우울, 불안, 적개심 등이 감소하였으며 재취업에 대한 기대 수준과 자신감도 향상된 것으로 나타났다(김명언, 조성호, 신현균, 2000; 신현균, 2000). 이런 결과에 비추어볼 때, 대졸 청년 구직자나 청년 실업자들에게도 유용한 프로그램 개발이 가능할 것으로 생각된다. 특히 대졸자 장기 실업이 증가하는 추세에 있는 바, 실업에 따른 심각한 정신건강상의 문제를 보이는 청년 실업자들의 실태를 파악해 이들이 자신감을 잃고 구직을 포기하지 않도록 돕는 정신건강 향상 프로그램 개발이 필수적으로 요구된다.

참고문헌

김명언, 조성호, 신현균 (2000). 실직자들의 성공

적인 취업을 돕는 성취 프로그램의 효과 검증. 2000년도 한국심리학회 연차학술발표대회 논문집, 126-127.

류진혜 (1998). 자아 존중감과 사회적 지지가 취업스트레스 및 스트레스 대처양식에 미치는 영향. *대학생활연구*, 16(1), 211-232.

손은령, 김계현 (2001). 여자대학생이 지각한 진로장벽 요인에 관한 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 14(1), 121-140.

신선인 (2001). 한국판 일반정신건강척도(KGHQ)의 개발에 관한 연구 I (KGHQ-20과 KGHQ30을 중심으로). *한국사회복지학*, 46(9), 210-235.

신현균 (2000). 성취 프로그램의 정성적 효과. 2000년도 서울대학교 심리과학연구소 심포지엄 자료집, 95-109.

오수성 (2001). 국제금융위기 후 실직자의 정신건강에 관한 연구-스트레스 대처양식, 자존감, 사회적 지지를 중심으로. *한국심리학회지: 일반*, 20(2), 481-496.

이민규, 김완석 (1999). 실직 스트레스와 정신건강. *한국심리학회지: 건강*, 4(1), 94-109.

이영호 (1993). 귀인양식, 생활사건, 사건귀인 및 무망감과 우울의 관계: 공변량 구조모형을 통한 분석. 서울대학교 박사학위 청구논문.

이훈구, 김인경, 박윤창 (2000). 경제불황이 20대 미취업 실업자에 미치는 심리적 영향. *한국심리학회지: 사회문제*, 6(2), 87-101.

임은경 (1998). 여성의 진로장애요인에 대한 고찰. *한국진로학회지*, 3(1), 79-97.

Arnold, K., & Denny, T. (1985). *The lives of academic lives : The career aspirations of male and female valedictorians and salutatorians*. Paper presented at the annual meeting of the American Educational Research Association, Chicago,

- Illinois.
- Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and Ego-Resiliency: Conceptual and Empirical Connections and Separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349-361.
- Digman, J. M. (1990). Personality structure: Emergence of the five-factor model. *Annual Review of Psychology*, 41, 417-440.
- Farmer, H. S. (1985). Model fo career and achievement motivation for women and men. *Journal of Counseling Psychology*, 32, 363-390.
- Goldberg, L. R. (1999). A broad-bandwidth, public-domain, personality inventory measuring the lower-level facets of several five-factor models. In I. Mervielde, I. Deary, F. De Fruyt & F. Ostendorf (Eds.). *Personality Psychology in Europe, Vol. 7*. (pp. 7-28). Tilburg, The Netherlands: Tilburg University Press.
- Hammarstrom, A., & Janlert, U. (1997). Nervous and depressive symptoms in a longitudinal study of youth unemployment-selection or exposure? *Journal of Adolescence*, 20, 293-305.
- Noble, K. D. (1987). The dilemma of the gifted woman. *Psychology of Women Quarterly*, 11, 367-378.
- Patterson, M. (1997). Long-term unemployment amongst adolescents: a longitudinal study. *Journal of Adolescence*, 20, 261-280.
- Rosenberg, M.(1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Schaufeli, W. B., & Van Yperen, N. Y. (1992). Unemployment and psychological distress among graduates: A longitudinal study. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 65, 291-305.
- Schmit, M. J., Amel, E. L., & Ryan, A. M.(1993). Self-reported assertive job-seeking behaviors of minimally educated job hunters. *Personnel Psychology*, 46, 105-124.
- Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York: Mcgraw-Hill.
- Shamir (1986). Self-esteem and the psychological impact of unemployment. *Social Psychology Quarterly*, 49, 61-72.
- Warr, P. B., & Jackson, P. R. (1983). Self-esteem and unemployment among young workers. *Le Travail Human*, 46, 355-366.

원 고 접 수 일 : 2003. 7. 31
수정원고접수일 : 2003. 10. 20
게 재 결 정 일 : 2003. 11. 12

The relationship among personality characteristics, gender, job-seeking stress and mental health in college seniors

Hyun-Kyun Shin

Jae-Yoon Chang

Department of Psychology, Sungshin Women's University

The purpose of this study was to examine the relationship of personality characteristics, gender, job-seeking stress and mental health in 2,530 college seniors. 79% responded that they had job-seeking stress. The results from mean comparison, correlation, and multiple regression showed that degree of stress differed according to personality characteristics and gender. That is, the more neuroticism and negative self-esteem, and the less ego-resilience, positive self-esteem, extraversion, agreeableness, openness to experience they had, the more job-seeking stress and negative mental health such as depression, anxiety, and social maladjustment they experienced. And women experienced more job-seeking stress and negative mental health than men. Suggestions for this study and further research about longitudinal study were discussed.

Keywords : job-seeking stress, mental health, personality characteristics, gender difference