한국임상치위생학회지 제4권 2호 (2016. 8) pp. 21~30
Korean Journal of Clinical Dental Hygiene, Vol. 4 Iss. 2 (Aug. 2016)

일부 치위생학과 학생들의 성격유형에 따른 스트레스정도와 극복력

김영석*
경북대학교 치위생학과

The Relation between MBTI Personality Types and Stress, Resilience of Dental Hygiene Students

Young-Seok Kim*
Department of Dental Hygiene, College of Science & Technology, Kyungpook University, Sangju city, 37224, Korea

ABSTRACT

The purpose of this study to understand the relation between MBTI personality types and stress, resilience of dental hygiene students. A self-reported questionnaire was completed by 45 dental hygiene students in Sangju. The data was analyzed by operating t-test and one-way ANOVA test with PASW 20.0. It was appeared that ISTJ type was the highest MBTI type among the objects of this study. Among the four indexes of MBTI, it was appeared that I(Introversion), S(Sensing), T(Thinking), and J(Judging) were higher. According to personality types, it showed that type I students perceived stress of school life and self higher than type E, and degree of resilience of type E was higher than type I. Also type J has more stress in interpersonal relationship than P. It is needed to help the dental hygiene students to adapt to school efficiently, by testing their MBTI personality types, and then to help type I and type J students to overcome their stress and adapt to school better. Also, it is considered to develop the programs which can improve the resilience, since the results of this study have indicated that the students showing the higher scores of resilience were acclimating to school well.

Key words : MBTI, Resilience, Stress
색 인 : 성격유형, 스트레스, 회복력

교신저자: 김영석
우편번호 37224 경북 상주시 경상대로 2559 3호관 301호 치위생학과
Tel: (054) 530-1424, Fax: (054) 530-1429, E-mail: young1224@knu.ac.kr
투고일: 2015. 12. 30. 심사일: 2016. 01. 25. 게재확정일: 2016. 02. 04.

1. 서 론

스트레스란 인간이 심리적 혹은 신체적으로 감당하기 어려운 상황에 처했을 때 느끼는 불안과 위협의 감정으로 정의할 수 있다. 현대인들이 가장 많이 사용하는 외래어가 스트레스라고 할 정도 스트레스는 모든 사람들의 도처에 존재하기 때문에 피할 수 없다.

다만 적절한 스트레스는 긴장을 통해 일의 능률을 향상시켜주고 생활의 윤활유로 작용하여 창의력을 높여주는 긍정적인 역할을 하기도 하지만 과도한 스트레스는 불안이나 우울증상을 야기하며 심한 경우에는 스트레스 상황을 이겨낼 힘이 약화되어 정신질환으로 까지 발전하는 경우도 있다. 스트레스에 노출되더라고 이를 어떻게 현명하게 해결하고 극복하는가에 따라서 그 사람의 삶의 질뿐만 아니라 건강에까지 영향을 미칠 것이다(1).

일반적으로 스트레스는 환경과 개인의 상호작용에 의해 야기되는 동태적인 상황으로 정의되기 때문에 같은 환경에 처하더라도 개인의 특성과 상황에 따라 상이한 스트레스 증상을 경험하게 된다. 따라서 동일한 스트레스가 있더라도 그에 대처할 수 있는 내·외적 자원에 따라 그 결과는 매우 다를 수 있다. 개인의 강점과 능력에 따라 어려움을 겪더라도 극복이 가능하고 적응적인 기능을 수행할 수 있다는 관점에서 나온 개념들로 극복력, 자아존중감, 회복탄력성등에 대한 관심과 연구가 증가하고 있다(2-3). 선행연구에 의하면 극복력 점수가 높은 집단은 효과적인 대처기전을 사용하고, 긍정적인 감정, 자아존중감, 자아리더쉽 정도가 높았으며, 우울증상 및 부정적인 감정, 스트레스 인식정도가 낮은 것으로 나타났다(4).

대학생활은 통제적인 생활을 하는 중고등학교 시기의 청소년기와는 다르게 주체적으로 모든 일들을 해결하고 책임져야하는 성인으로 넘어가는 시기이기 때문에 갑작스럽게 다양한 환경에 노출되어 자아정체감의 혼란과 갈등상황을 경험하는 것으로 알려져 있다. 또한 심리·사회적 생활환경의 변화에 대한 적응 및 진로선택과 장래에 대한 불안 등으로 인하여 대학생들은 심리적 부담감을 갖고 많은 스트레스를 경험하게 된다(5). 특히 보건계열 학생들은 다른 학과에 비해 다양한 전공과목으로 인해 훨씬 엄격하고 많은 학업부담을 짊어지고 있으며, 임상실습과 많은 양의 전공지식에 대한 습득에 대해 스트레스를 느끼고 있다(6).

대학생은 사회인이 되기 전에 좌절과 시련을 받아들이고, 변화를 받아들이기 위한 특별한 능력이 요구되므로(7) 가변성이 특성인 극복력을 높여 심리사회적문제해결 능력을 기르는 것이 필요하다. 하지만 이를 위해서는 개인의 특성과 성격을 먼저 파악하여 개개인에게 맞는 해결방법을 제시해주는 것이 중요하다. 이를 위해 개인의 성격 특성을 조사하는 방법으로는 다양한 성격진단 검사방법이 사용되고 있는데 그 중에서 MBTI(Myers-Briggs Type Indicators) 성격유형 검사가 자신과 타인의 성격역동을 이해하는 유용한 도구로 인정되고 있다(8). 성격유형검사는 외향-내향, 감각-직관, 사고-감정, 판단-인식이라는 4개의 양극지표를 만들어낸

다(9). 이를 활용하여 학생들의 교우관계, 가치관, 학교 적응 등의 문제에 대해 기본적인 이해의 틀을 제공하는데 많은 기여를 해왔다(10).

전국적으로 치위생학과가 증가하고 입학생이 많아진다는 것은 의미가 있는 현상일 것이다. 하지만 이러한 수많은 학생들이 양질의 교육과 만족스러운 대학생활을 거쳐 사회의 일원으로 배출되는 것이 우선적으로 가장 중요한 일이라고 판단된다. 나아가 이러한 교육과 대학생활을 통한 학생들의 졸업은 이후 활동영역에서 본인의 직업에 대한 만족감과 긍지를 느끼게 되고 결과적으로는 치위생계의 발전을 이끄는 동력이 될 것이다. 이러한 과정은 학생들의 현재 상태에 대해 면밀히 파악하고 상담하고 지도하는 데에서 시작된다. 따라서 본 연구는 MBTI 성격유형 검사를 통해 학생들의 정확한 성격을 파악하고 성격에 따른 스트레스와 그에 대한 극복력을 조사하여 치위생학과 학생들이 보다 자긍심 있고, 전문적인 치과위생사로 성장시키기 위한 지도와 상담에 필요한 정보를 제공하고자 이 연구를 수행하였다.

2. 연구 대상 및 방법

본 연구는 치위생학과 학생의 MBTI 성격유형과 스트레스, 극복력과의 관계를 파악하기 위해 실시되었으며, 연구 대상자는 S시의 일개 대학에 재학중인 치위생학과 2-4학년 학생들이었으며, 1학년은 전공과목을 아직 배우지 않고, 학교에 입학한지 얼마되지 않아 제외하였다. 자료수집은 2012년 4월 13일부터 5월 9일까지 이루어졌으며, 학생들에게 설문지는 연구의 목적 및 연구목적 이외에는 자료를 사용하지 않을 것에 대한 설명을 한 후 연구 참여에 서면으로 동의한 57명의 학생을 대상으로 하였다. MBTI 검사방법은 MBTI에 대해 설명한 뒤, 검사지를 배부하고 작성하여 자신의 유형을 파악하게 한 후 16가지 성격유형에 대해 설명 해 준 후 회수하였다. 대상자의 스트레스와 극복력은 구조화된 설문지를 배부하여 작성하게 한 후 바로 회수하였다. 수집된 자료들 중 답변이 미비한 자료 12부를 제외하고 최종적으로 45명의 자료를 분석하였다.

2.1. 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(11)에 의해 한국어판으로 표준화된 MBTI를 사용하였다. 검사지는 자가 채점용(GS형)과 컴퓨터 채점용(GA형)으로 구분되어 있는데, 본 연구에서는 GS형을 이용하였다.

2.2. 스트레스

스트레스 수준을 측정하기 위하여 최해림(1986)이 개발한 '대학생을 위한 스트레스 대응질문지'를 송남옥(12)이 수정한 도구를 사용하였다. 본 연구

에서는 대상자의 91% 이상이 여학생으로 군복무에 대한 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.

2.3 극복력

Wagnild와 Young(1993)이 개발한 RS(Resilience Scale)척도를 송양숙(3)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.

2.4. 자료분석

수집된 자료는 SPSS 20.0(IBM Co.,Armonk, NY, USA)을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성, MBTI 유형은 빈도분석을 이용하여 빈도와 백분율을 산출하였으며, 각 변수의 평균과 표준편차를 구하였다. MBTI 유형 및 일반적 특성에 따른 스트레스와 극복력의 차이는 t-test와 one-way ANOVA를 이용하여 분석하였다.

3. 연구 결과

대상자의 일반적 특성을 분석한 결과 성별은 여자가 91.1%로 많았으며, 종교를 가지고 있는 사람은 16명(35.6%), 없는 사람은 29명(64.4%)로 나타났다. 거주상태는 가족과 떨어져서 지내고 있는 경우가 33명(73.3%)로 많았으며, 주관적 건강상태는 좋은 편이라고 인식하는 경우가 20명(44.4%)로 가장 많았고, 학과 선택동기는 22명(48.9%)이 취업이 잘되기 때문이라고 응답한 경우가 가장 많았다. 학과 만족도는 보통이라고 대답한 사람이 28명(62.2%)으로 가장 많았다〈표 1〉.

〈표 1〉 대상자의 일반적 특성

(n=45)

특성	구분	빈도(n)	백분율(%)
성별	여자	41	91.1
	남자	4	8.9
종교	있음	16	35.6
	없음	29	64.4
거주상태	가족과 함께	12	26.7
	떨어져서	33	73.3
주관적 건강상태	좋은편	20	44.4
	보통	19	42.2
	나쁜편	6	13.3
학과 선택동기	취업	22	48.9
	적성	3	6.7
	전문직	5	11.1
	주변권유	15	33.3
학과 만족도	만족	14	31.1
	보통	28	62.2
	불만족	3	6.7

〈표 2〉 대상자의 성격유형

선호지표	빈도(n)	백분율(%)
외향형(I)	23	51.1
내향형(E)	22	48.9
감각형(S)	38	84.4
직관형(N)	7	15.6
사고형(T)	30	66.7
감정형(F)	15	33.3
판단형(J)	28	62.2
인식형(P)	17	37.8

대상자의 성격유형을 분석한 결과 태도지표에서는 내향형(I)이 23명(51.1%), 외향형(E)이 22명(48.9%)로 비슷하게 나타났으며, 인식과정에서는 감각형이 38명(84.4%), 판단과정에서는 사고형(T)이 30명(66.7%), 대처과정에서는 판단형이 28명(62.2%)로 높게 나타났다〈표 2〉.

〈표 3〉 대상자의 16가지 성격유형

유형	빈도(n)	백분율(%)	유형	빈도(n)	백분율(%)
ISTJ	11	24.4	ESTJ	7	15.6
ISTP	3	6.7	ESTP	4	8.9
ISFJ	2	4.4	ESFJ	5	11.1
ISFP	2	4.4	ESFP	4	8.9
INTJ	1	2.2	ENTJ	1	2.2
INTP	2	4.4	ENTP	1	2.2
INFJ	1	2.2	ENFJ	0	0
INFP	1	2.2	ENFP	0	0

대상자의 16가지 성격유형을 분석한 결과 ISTJ가 11명(24.4%)으로 가장 많았으며, ESTJ가 7명(15.6%)으로 두 번째로 많았다. ENFJ와 ENFP는 없는 것으로 나타났다〈표 3〉.

대상자의 일반적 특성에 따른 스트레스와 극복력에 대해 분석한 결과, 종교의 여부, 거주형태, 주관적 건강상태에 따라 스트레스나 극복력에 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 종교가 있는 경우가 없는 경우에 비해 극복력이 유의하게 높게 나타났으며(p=0.017), 가족과 함께 사는 경우가 떨어져 지내는 경우보다 친구/대인 관계에서 받는 스트레스가 유의하게 높다고 나타났다(p=0.023). 주관적 건강상태는 나쁘다고 생각하는 경우가 좋거나 보통이라고 생각하는 경우에 비해 자기 자신에 대해 받는 스트레스가 유의하게 높은 것으로 나타났다(p=0.019)〈표 4〉.

대상자의 성격유형에 따른 스트레스와 극복력에 대해 분석한 결과, 태도지표와 대처양식지표에서만 대학생활에 대한 스트레스, 자신에 대한 스트레스, 친구/대인관계 스트레스, 극복력 항목에 있어서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 대학생활 스트레스는 내향형(I)이 외향형(E)에 비해 유의하게 높게 나타났으며(p=0.032), 자기 자신에 대한 스트레스에서도 내향형(I)이 외향형(E)에 비해 유의하게 높게 나타났다(p=0.003). 극복력은 외향형(E)이 내향형(I)에 비해 유의하게 높게 나타났다(p=0.048). 친구/대인관계 스트레스는 판단형(J)이 인식형(P)에 비해 유의하게 높게 나타났다(p=0.045)〈표 5〉.

4. 고 안

본 연구는 치위생학과 학생들의 성격유형을 확인하고 성격유형에 따른 스트레스 정도와 극복력에

〈표 4〉 대상자의 일반적 특성에 따른 스트레스와 극복력

		대학생활 스트레스	가정/경제 생활 스트레스	친구/대인 관계 스트레스	자신에 대한 스트레스	극복력
종교	유	2.47±1.05	2.52±1.27	2.45±0.84	2.49±0.75	5.17±0.58
	무	2.28±0.6	2.05±0.86	2.18±0.62	2.57±0.76	4.56±0.88
	p-value	0.502	0.199	0.277	0.721	0.017*
거주형태	가족과 함께	2.6±1.11	2.61±1.37	2.67±0.82	2.55±0.92	4.92±0.59
	가족과 떨어져서	2.25±0.63	2.07±0.87	2.14±0.61	2.54±0.69	4.72±0.91
	p-value	0.322	0.222	0.023*	0.958	0.495
주관적 건강상태	좋은편	2.31±1	2.22±1.22	2.4±0.79	2.42±0.76[a]	4.97±0.9
	보통	2.3±0.56	2.23±0.95	2.2±0.65	2.42±0.59[a]	4.73±0.53
	나쁜편	2.62±0.64	2.13±0.72	2.13±0.65	3.32±0.81[b]	4.28±1.26
	p-value	0.662	0.976	0.59	0.019*	0.701
학과 만족도	만족	2.15±0.9	1.93±1.13	2.21±0.83	2.33±0.93	5.17±0.73
	보통	2.43±0.75	2.24±0.97	2.3±0.68	2.56±0.61	4.63±0.8
	불만족	2.52±0.61	3.33±0.42	2.4±0.58	3.36±0.54	4.25±1.21
	p-value	0.531	0.1	0.884	0.09	0.073

The data were analyzed by t-test and one-way ANOVA, *p<0.05

a, b Different letters indicate statically significant differences.

〈표 5〉 대상자의 성격유형에 따른 스트레스와 극복력

성격유형	대학생활 스트레스	가정/경제 생활 스트레스	친구/대인 관계 스트레스	자신에 대한 스트레스	극복력
내향형(I)	2.59±0.86	2.23±1.15	2.42±0.75	2.85±0.81	4.54±0.91
외향형(E)	2.09±0.62	2.2±0.93	2.13±0.64	2.22±0.52	5.03±0.69
p-value	0.032*	0.921	0.167	0.003*	0.048*
감각형(S)	2.33±0.83	2.24±1.03	2.29±0.71	2.45±0.67	4.82±0.83
직관형(N)	2.45±0.5	2.05±1.13	2.23±0.73	3.01±0.99	4.54±0.91
p-value	0.696	0.680	0.858	0.069	0.416
사고형(T)	2.35±0.72	2.23±1	2.38±0.65	2.58±0.73	4.81±0.74
감정형(F)	2.34±0.93	2.18±1.15	2.08±0.8	2.45±0.8	4.71±1.03
p-value	0.973	0.895	0.185	0.5579	0.695
판단형(J)	2.38±0.81	2.29±1.02	2.44±0.7	2.6±0.8	4.77±0.74
인식형(P)	2.29±0.77	2.08±1.08	2.01±0.66	2.45±0.67	4.8±1
p-value	0.735	0.506	0.045*	0.527	0.910

The data were analyzed by t-test, *p<0.05

대해 알아봄으로써 다양한 성격유형을 가진 학생들의 개인적인 특성을 고려하여 학생을 지도하는 필요한 기초자료로 활용하기 위하여 시행하였다.

치위생학과 학생들의 성격 유형을 분석한 결과,

외향형(48.9%)보다 내향형(51.1%)이, 직관형(15.6%)보다는 감각형(84.4%)이, 감정형(33.3%)보다는 사고형(66.7%)이, 인식형(37.8%)보다는 판단형(62.2%)이 더 많은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 임순연(13)이 치위생학과 학생들의 성격유형을 분석한 결과, 감각형, 사고형, 판단형이 우세했다고 보고한 결과와 일치하였으며, 한혜숙과 원영숙(14)이 치위생학과 학생들을 대상으로 성격유형을 파악한 결과, 외향형, 감각형, 사고형, 인식형이 우세했다고 보고한 결과와 일부분 일치하는 것으로 나타났다. 또한 같은 보건계열인 간호학과 학생들을 대상으로 연구한 임지영 등(15)과 전현경 등(16)의 연구에서 감각형, 사고형, 판단형으로 우세했다고 분석한 것과 일치하는 것으로 나타났다. 이번 연구에서는 기존 선행연구와 다르게 내향형이 외향형에 비해 조금 더 우세한 것으로 나타났는데, 이는 조사대상들이 학과지원에 있어 적성보다는 주변권유와 취업 때문이라고 응답한 것이 82.1%인 것과 관련이 있을 것으로 사료된다. 일반적으로 외향형의 경우 '적성에 맞아서'이거나 '봉사하는 활동이 좋아서'같은 이유로 학과를 선택하지만 내향형의 경우는 주변 사람들의 의견을 종합하여 고민한 뒤 결정하는 특성을 가지고 있기 때문이다.

또한 성격유형을 분석한 결과 ISTJ, ESTJ, ESFJ가 50%이상을 차지하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 치위생학과 학생들의 성격유형을 분석한 결과 ESTJ, ESTP, ISTP, ISTJ 순으로 나타났다고 보고한 연구(14)와는 약간의 차이가 있는 것이다. 이는 ISTJ와 ESTJ가 한국인의 성격유형 중 가장 보편적인 성격유형이기 때문에 그만큼 이번연구에서 가장 많은 비율을 차지한 것으로 생각되며, 특히 ESFJ형은 MBTI의 선행연구에서 간호사가 가장 적합한 유형일 것이라고 보고한 것을 지지해주는 결과로 보여진다.

우선 일반적 특성에 따른 스트레스 정도와 극복력을 분석한 결과, 종교의 유무에 따라 극복력에 있어서 종교가 있는 경우 극복력이 유의하게 높은 것으로 나타났다($p=0.017$). 이는 재가 신체 장애인의 경우 구원의 확신이 있는 경우가 그렇지 않은 경우보다 극복력이 높게 나타났다고 보고한 연구(3)와 일치한 결과이었으며, 뇌졸중환자나 노인, 암환자에게 있어서도 믿음이나 신앙생활의 유무가 희망이 높고 삶의 질이 높다고 보고한 것(17-18)과 일치하는 결과이다. 신앙과 종교생활은 영적안녕에 영향을 미쳐 외로움이나 생활만족에 영향을 주는 것으로 알려져 있으며, 믿음은 인간의 존엄성과 용기에 희망을 주고 삶의 애착과 내적 삶의 신념을 갖게 하기 때문인 것으로 사료된다.

그리고 가족과 함께 지내는 경우가 떨어져서 지내는 경우에 비해 친구나 대인관계에서 받는 스트레스가 유의하게 높은 것으로 나타났다($p=0.023$). 이는 하숙 및 기숙사에 거주하는 학생이 대인관계에서 생기는 문제를 부모나 지도교수보다는 친구나 선배들과의 대화를 통해서 해결하기 때문에(19) 가정에서 다니는 학생들보다는 상대적으로 교우와 선후배간 상호작용하는 기회가 많아 대학생활 적응에 긍정적인 영향을 미쳐서라고 여겨진다.

주관적 건강상태를 '나쁘다'라고 평가한 경우에

‘좋다’나 ‘보통이다’라고 평가한 경우보다 자기 자신에 대한 스트레스를 유의하게 많이 받는 것으로 나타났다(p=0.019). 이는 이영란 등(20)이 보고한 주관적 건강상태에서는 본인이 건강하다고 생각하는 군이 건강하지 않다고 여기는 군에 비해 스트레스 수준이 낮고 학교생활적응을 잘 하는 것으로 나타난 결과와 일치하는 것으로 스트레스를 경험하면 불안, 우울, 분노 등의 정서반응과 긴장, 두통, 소화불량, 알레르기, 만성피로, 설사, 변비 증상 등의 반응을 보이게 되고 심지어는 다양한 질병을 야기하기 때문이라고 보여진다(21).

성격유형에 따른 스트레스 정도와 극복력을 분석한 결과에서는 가장 많은 항목에서 유의한 차이를 보인 것이 내향형과 외향형이었다. 내향형인 경우 외향형에 비해 대학생활, 자기자신에 대한 스트레스(p=0.032, p=0.003)가 유의하게 높게 나타났으며, 반대로 극복력은 유의하게 낮게 나타났다(p=0.048). 이는 간호학과 학생들을 대상으로 한 강현임과 이정란의 연구(22)에서 내향적인 성격이 외향적인 성격에 비해 스트레스를 더 많이 받고 극복력이 낮다는 결과와 일치하는 것으로 나타났다.

외향형은 에너지가 주위의 외부세계로 향하며 무슨 일이 일어나고 있는지를 알아차리고 행동으로 옮기기를 좋아하며, 정열적이고 활동적인 성향으로 인해 주어진 상황을 쉽게 극복하고 스트레스를 적게 받는 것으로 사료된다. 반면에 내향형은 외부의 사건보다는 자신의 내부 세계를 우선으로 생각하고, 인간관계에 있어서도 많은 사람들을 폭넓게 만나는 대신 뜻이 맞는 소수의 인원들과 관계를 유지하기 때문에 이런 부분에서 스트레스를 더 많이 받고 극복력이 낮은 것으로 생각된다. 특히 스트레스 원인 항목인 대학생활과 자기 자신에 대한 부분에 있어서 내향형은 대학생활에서 받을 수 있는 대학생활에 대한 적응이나, 미래에 대한 불안감, 성적에 대한 고민들과 자기 자신에 대한 실망감이나 권태로움, 현실과 이상간의 괴리감 등에 대해 고민하고 있는 것으로 나타났다. 따라서 지도교수들은 학생들을 지도, 상담할 때 이러한 부분을 고려하여 내향형인 학생들이 자신들의 고민과 의견을 좀 더 적극적으로 표현하고 해결할 수 있도록 도와주거나, 선후배나 친구간에 좀 더 자유롭게 의견과 생각을 나눌 수 있는 환경을 조성해 주는 것이 학생들이 학교생활에 스트레스를 적게 받고 잘 적응해 나갈 수 있는 방법이라고 생각된다. 또한 판단형인 경우 인식형에 비해 친구나 대인관계에 있어서 유의하게 스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다(p=0.045). 이는 판단형의 경우 빠른 판단을 통해 체계적으로 계획을 세우고 명확한 한계와 범주를 정해 조직화된 방법으로 생활하는 것을 선호하는데, 대학교 생활은 중고등학교 때와는 다르게 조별과제모임이나 친구들간의 경쟁관계나 인간관계에 있어서 항상 본인의 계획대로 일이 진행되기 어려운 경우가 많고 모든 일들을 스스로 책임지고 해결해야하는 상황에서 스트레스를 많이 받는 것이라고 생각된다. 따라서 지도교수들을 학생들에게 수업이나 과제에 있어서 책임이나 한계를 명확히 제시해 주어 학생들이 혼란스럽지 않고, 친구나 대인관계에 있어서도 선후배 멘토링 제도나 동아리 활동의

장려를 통해 스트레스를 받더라도 자연스럽게 극복할 수 있는 극복력을 키워주는 것이 중요할 것이라고 생각된다.

본 연구의 조사대상이 일부 대학의 치위생학과 학생들을 대상으로 이루어졌기 때문에 연구결과를 일반화할 수 없다는 것이 본 연구의 제한점이며 성격유형은 스트레스와 극복력에 대해 추측할 수 있는 중요한 요인이므로 성격유형에 따른 효과적인 상담, 지도프로그램의 개발과 효과에 관한 후속연구가 필요할 것이다.

5. 결 론

본 연구는 치위생학과 학생들의 성격유형에 따른 스트레스와 극복력에 대해 알아보기 위해 시행하였다. 자가설문형 MBTI 성격유형 검사지와 스트레스와 극복력에 대한 구조화된 설문지 조사를 통해 다음과 같은 결과를 얻었다.

1. 치위생학과 학생들의 성격선호지표는 내향형, 감각형, 사고형, 판단형이 가장 많은 것으로 나타났으며, 성격유형은 ISTJ이 가장 많았으며, ESTJ, ESFJ 순으로 많은 것으로 나타났다.
2. 일반적인 특성에 따른 스트레스와 극복력에서는 종교가 있는 경우에는 없는 경우보다 극복력이 유의하게 높게 나타났으며(p=0.017), 가족과 함께 사는 경우가 떨어져 사는 경우보다 친구나 대인관계에 대한 스트레스를 유의하게 높게 받는 것으로 나타났고(p=0.023), 주관적 건강상태를 '나쁘다'라고 판단한 경우에 자기 자신에 대한 스트레스를 유의하게 높게 받는 것으로 나타났다(p=0.019).
3. MBTI 성격유형에 따른 스트레스와 극복력에서는 내향형인 경우에 외향형인 경우보다 대학생활에 대한 스트레스(p=0.032)와 자신에 대한 스트레스(p=0.003)가 유의하게 높게 나타났으며, 극복력은 유의하게 낮게 나타났다(p=0.048).

위의 결과에서와 같이 MBTI 성격유형에 따라 치위생학과 학생들의 스트레스와 극복력에는 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이에 따라 치위생학과 학생들의 다양한 성격유형의 정확한 파악과 그에 대한 적절한 지도와 상담이 필요하다.

참고문헌

1. 조미경, 정현숙. 일 전문대 학생들의 스트레스 지각과 대처방식, A/B성격 특성간의 관계. 간호행정학지 2001;7(2):183-191.
2. 최승혜, 이혜영. 대학생의 불안, 취업스트레스 및 자아존중감이 우울에 미치는 영향-회복탄력성의 조절효과. 한국콘텐츠학회논문지 2014;14(10):619-627.
3. 송양숙. 재가 신체 장애인의 회복력 영향요인[석사학위논문]. 부산: 고신대학교 대학원;2004.
4. Steinhatdt M, Dolbier C. Evaluation of a resilience intervention to enhance coping strategies and protective factors and decrease symptomatology. J Am Coll

Health 2008;56(4):445-453.

5. 공수자, 이은희. 여자대학생들의 생활스트레스와 우울간의 관계에서 대처방식의 매개효과. 한국심리학회지 2006;11(1):21-40.
6. 배상윤, 김승희. 보건계열 여대생의 긍정정서, 부정정서 및 취업스트레스가 우울에 미치는 융복합적 영향 분석. 디지털융복합연구 2016;14(3):269-278.
7. 김경희, 주현주. 아동의 회복탄력성이 사회적 문제해결능력, 심리사회적 적응에 미치는 영향. 아동과 권리 2013;17(3):437-457.
8. 한애경, 원종순, 김옥수, 박미경, 장정미. MBTI를 활용한 일 병원 간호사의 성격특성과 직무 만족도와의 관계연구. 기본간호학회지 2005;12(3):404-412.
9. 김정택, 심혜숙, 제석봉. MBTI 개발과 활용. 서울: 한국심리검사연구소;1995:4-5.
10. 최희나, 박상수, 김도희 등. 청주 일부 치위생학과 학생들의 MBTI 유형분석과 학과 만족도 및 취업태도. 한국임상치위생학회지 2016;4(1):41-48.
11. 김정택, 심혜숙. 성격유형검사(MBTI)의 한국표준화에 대한 일 연구. 한국상담심리학회지 1990;3(1):44-72.
12. 송남옥. 대학생의 스트레스, 자기통제력, 자아존중감과 인터넷 사용 수준[석사학위논문]. 서울:연세대학교 대학원;2004.
13. 임순연. 일부 치위생과 학생의 성격선호지표와 성취목표, 학업적 자기효능감, 시험불안의 관계. 한국치위생학회지 2010;10(6):1025-1035.
14. 한혜숙, 원영숙. 치위생과 학생들의 성격유형 결과. 한국치위생과학회지 2007;13(1):25-30.
15. 임지영, 유일영, 오순남. 일 대학교 간호대학생의 성격유형과 입학성적 및 학업성취도의 관계. 대한간호학회지 2001;31(5):835-845.
16. 정현경, 김명수, 유연자, 김수옥, 원대영. 간호대학생의 MBTI 성격유형과 학습태도, 학업 성취도간의 상관성. 간호행정학회지 2007;13(4):516-525.
17. 임현숙, 오복자. 암환자의 영적안녕과 희망과의 관계. 성인간호학회지 1999;11(4);706-717.
18. 김미희. 가족지지가 뇌졸중 환자의 희망에 미치는 영향. 한국간호교육학회지 1999;5(2):191-205.
19. 김명화. 간호대학생의 자아 정체감, 대인관계 및 적응에 대한 연구. 정신간호학회지 2008;17(1):55-64.
20. 이영란, 김선희, 주민선. 간호대학생의 MBTI 성격유형에 따른 스트레스 정도, 스트레스 대처방식 및 학교적응. 한국간호교육학회지 2013;19(1):172-182.
21. 정동화. 심리사회적 스트레스. 파주:한국학술정보; 2010:89-106.
22. 강현임, 이정란. 일 간호대학 신입생의 MBTI 성격유형과 스트레스, 극복력, 학교적응. 한국학교보건교육학회지 2012;13(3):1-12.