

## 여중생의 도형 심리 유형에 따른 스트레스 대처와 자아 정체성에 관한 연구

이희주<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>상명대학교 간호학과

### A study on the Stress Management & Ego identity of female middle school students according to Their Graphic types

Hee-Joo Lee<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Department of Nursing Science, Sangmyung University

**요 약** 본 연구는 여중생의 도형 심리 유형에 따른 스트레스 대처와 자아 정체성에 관한 연구로 대도시 여중생 507명을 대상으로, 도형심리유형을 나타내는 그림을 그린 후 도형분석 상담 전문가가 분석하고, 스트레스 대처, 자아정체성 설문을 작성하였다. 이를 SPSS WIN 18.0을 사용하여 빈도분석, ANOVA와 Duncan 사후검정, t-test로 분석하였다. O(다혈질)이 60%로 구성, 자아정체성의 “자기수용”이 S(우울질)과 △(담즙질)에 비해 유의하게 높고(p=.041), △(담즙질)은 스트레스 대처 양식의 “자기비난”을 O(다혈질)에 비해 유의하게 높게(p=.025) “일탈행동”을 O(다혈질), S(우울질), □(점액질)에 비해 유의하게 높게 사용하였다(p=.017). 또한 자아정체성이 높은 경우, 외향적인 성격, 스트레스를 잘 대처하고 해소하는 방법이 있는 경우에 긍정적인 스트레스 대처 양식을 유의하게 사용하는 것으로 나타났다. 다양한 집단에서 도형 심리 유형 파악을 활용할 것과 중학생의 자아정체성 확립을 위한 방법 모색을 위한 추후 연구를 제언한다.

**Abstract** The purpose of this study was to investigate the differences of stress management & ego identity in female middle school students according to their graphic types. In this study, 507 students who lived in major city were asked to draw a graphic type and fill out a questionnaire of stress management& ego identity. Data were analyzed using descriptive statistics, ANOVA & t-test with SPSS WIN 18.0. O(round type) consisted of 60% and was significantly high score(p=.041) in “self-acceptation”. △(triangle type) was significantly using “self-reproach” & “deviant behavior” in stress management types(p=.025, p=.017). The higher ego identity score, extrovert personality, they had significantly using positive stress management. The study findings suggest that graphic type test require variant group and find a way to establish ego identity in middle school students.

**Key Words** : Ego identity, Female middle school students, Graphic types, Stress management

## 1. 서론

심화시켜 반발심과 욕구불만을 증가시키는 등 정서적 변화를 불러일으킨다[1].

### 1.1 연구 필요성

인생의 큰 전환인 사춘기는 신체적 구조와 사회적 요인의 변화에 따라 자아에 대한 긴장감, 정서적 불안정을

사춘기는 중, 고등학교를 지나면서 겪게 되는데, 이때 자신의 능력과 장래에 대한 확신 부족, 신체이미지에 대한 자신감 상실로 작은 일에도 불안 해 한다[2]. 또한 자

본 논문은 2011년도 상명대학교 교내 연구과제로 수행되었음.

\*Corresponding Author : Hee-Joo Lee(Sangmyung Univ.)

Tel: +82-41-550-5434 email: foremost@smu.ac.kr

Received July 22, 2013

Revised (1st August 3, 2013, 2nd August 6, 2013)

Accepted August 7, 2013

아의식 발달로 혼자 있고 싶어 하고 고독에 빠지기 쉬우며, 타인과 비교해 부족하다고 느껴 타인 앞에서 위축되어 열등감에 휩싸이기도 한다[2]. 따라서 어떤 청소년기를 보내느냐에 따라, 성숙한 인간 성장의 발판이 될 것으로 생각된다.

한편 청소년기, 특히 중학교 시절은 자아가 발달하면서 정신, 사회적 발달과 자아정체성이 형성되는 출발점이라 할 수 있다. 자아정체성은 “나는 누구인가”의 답변으로[3], 조하래[4]는 자아의식의 연속성과 동일성이 타인과 자신에게 동일하게 지각되는 것에서 오는 것으로, 자신감이 포함되는 것으로 표현하였다.

이것은 개인의 행동을 결정하는 가장 중심에 있는 내적 성향으로 성숙한 인간이 되기 위해 자아정체성을 형성해야 하며[5], 청소년기의 긍정적인 자아정체성은 개인의 적응과 자아실현에 도움이 되고, 미래를 결정하는 필수적인 요소가 될 수 있다[4]. 특히 청소년기에는 자기탐색과 자아정체성이 확립되는 중요한 시기로 자신을 다른 사람과 분리된 “독특한 개인”으로서의 자기를 원하는[6] 경향이 있고, 많은 학자들이 청소년기를 자아정체성 정립을 위한 결정적 시기로 표현하였다[3,4,7].

한편 자아가 특히 발달하는 중학생들은 끊임없는 내적인 갈등과 신체, 사회, 심리적인 변화가 다양하며, 학교생활 부적응, 입시 부담, 대인 관계 형성 어려움 등 여러 가지 스트레스에 노출되어 있는 것이 현실이다. 또한 생활 전반의 스트레스는 심한 낙담, 포기, 갈등을 유발할 수 있어 적절한 스트레스 대처는 개인과 사회의 균형적인 발전을 위해 필요한 부분이라 할 수 있다.

Lazarus와 Folkman[8]은 스트레스 사건 자체 보다는 이를 경험하는 개인의 지각과 해석, 어떤 능력과 개인적 자원을 가지고 반응하느냐가 적응에 영향을 미친다고 하여 적응의 결과의 차이는 스트레스 대처 행동임을 강조하였다. 또한 이주은[9]은 같은 스트레스원이라도 개인별로 다르게 반응하고, 같은 개인이라도 그 반응은 상황에 따라 달라지며, 스트레스 상황에서 인간이 느끼고 행동하는 방식은 주어진 상황에서 무엇을 생각하는가에 달려있다고 보고하였다.

그러므로, 나이를 먹어도 대처방법의 양식은 변화되지 않고, 상황에 따라 달라져[8], 타고난 개인의 성향과 그것을 어떻게 활용하느냐에 따라 한번 형성된 방법은 쉽게 변하지 않음을 반영한다. 따라서 타고난 성격과 기질은 개인의 스트레스 대처 방법 형성과 자아정체성에 영향을 미칠 수 있어 관련 연구가 필요할 것으로 생각된다.

한편, 세상을 보는 지각적 측면을 부각한 인지양식이나 세상에 대해 반응하는 개인의 태도측면을 분석한 성격유형검사는 이미 널리 연구 보고된바 있으나[10] 타고

난 개인의 기질과 상황을 반영하는 도형심리 유형을 활용한 중학생의 가장 내적 성향인 자아정체성 및 스트레스 대처 방법에 대해 살펴보는 연구는 전무하다.

도형심리 유형은 기존 성격유형 등의 문항검사와는 달리 대상자가 방어기제를 사용할 수 없고, 미술치료적인 관점과 기질론을 바탕으로 한 도형(○-다혈질, △-담즙질, □-점액질, S-우울질)의 형태로 표현하니 재미있고, 1-2분 내에 진단이 가능하여 편리하다. 또한 타고난 기질, 성격의 장단점과 사고 및 행동양식의 파악이 가능하며, 지금, 여기에서 바로 문제의 영역을 찾을 수 있다는 큰 장점이 있어 활용도가 높아지고 있다.

또한 김수영[11]은 중학생의 스트레스 요인과 대처양식에 관한 연구에서 진로결정에서의 망설임, 스스로의 결정에 대한 두려움, 의사표현의 부족 등과 같은 성격문제에 의한 스트레스가 매우 높다고 언급했으며, 남학생보다는 여학생에게서 스트레스를 더 많이 경험하는 것으로 보고된바 있어[11,12] 여중생의 심리 유형에 따른 자아정체성과 스트레스 대처 방법을 살펴볼 필요성이 있어 보인다.

따라서 본 연구에서는 여중생 개인의 타고난 기질을 바탕으로 그에 따른 자아정체성과 스트레스 대처 방법을 알아보고자 시행하였으며, 이를 통해 여중생의 기질, 성향, 행동양식 등을 파악하여 이해하고, 지도하는데 기초 자료로 활용하는데 목적이 있다.

## 1.2 연구 목적

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다

- ▶ 여중생의 도형심리 유형을 파악하고 그에 따른 자아정체성과 스트레스 대처 방법의 차이를 파악한다.
- ▶ 여중생의 일반적 특성에 따른 자아정체성과 스트레스 대처 방법의 차이를 파악한다.
- ▶ 자아정체성과 스트레스 대처 양식의 관계를 파악한다.

## 1.3 용어정의

### 1.3.1 도형심리 유형

도형심리 유형은 인간의 심리적 특성을 4가지 기질, 즉 다혈질(○)은 정감형으로 가슴에 해당되며 현실지향적이고, 담즙질(△)은 기획형으로 입에 해당되며 미래지향적이며, 점액질(□)은 실천형으로 손과 발에 해당되며 과거지향적이고, 우울질(S)은 사고형으로 머리에 해당되며 과거, 현실, 미래를 포함하는데, 사람이 타고 태어나서 바꿀 수 없는 1차 기질을 4개, 총 12가지 심리의 유형으

로 정리하는데, 본 연구에서는 알타이어와 Lahaye가 이론화 시켰고, 일정한 배경에 그림을 그려 도형분석 상담 전문가가 분석하여 타고 태어난 1차 기질의 4가지로 구분한 것을 의미한다.

### 1.3.2 자아정체성

청소년기 동안에 획득해야 하는 일종의 포괄적인 성취로서, 성인기 이전의 모든 경험으로부터 유래되는 것으로, 개인의 자아가 그의 인격체계를 통합하는 방식에 있어서 동질성과 연속성이 유지되고 있다는 사실을 아는 동시에 자신의 통합화 방식이 자기가 타인에게 주는 개인적, 존재적 의미의 동질성과 연속성을 견지해 나가는 자아의 자질을 말한다. 본 연구에서는 조학래[4]가 재구성한 도구를 오세정[3]이 수정, 보완한 자아정체성을 측정할 점수를 의미한다.

### 1.3.3 스트레스 대처 양식

개인이 스트레스를 유발하는 사건 속에서 자신의 감정을 처리하여 자신을 보호하기 위해 취해진 대응행동을 말한다. 본 연구에서는 정연우[14]가 수정 보완한 스트레스 대처 양식을 측정할 점수를 의미한다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구설계

본 연구는 여중생의 도형 심리 유형에 따른 스트레스 대처 유형과 자아정체성을 알아보기 위한 서술적 조사 연구이다.

### 2.2 연구대상

본 연구는 서울시에 위치한 B중학교 여학생 1,2,3학년 학생 총 507명을 대상으로 조사하였다. 조사 기간은 2013년 5월이고, 본 연구자가 담당 교사를 만나 연구 목적과 설문 방법을 설명하고 수업시간을 이용하여 조사하였다.

### 2.3 연구도구

#### 2.3.1 도형 심리 유형

도형심리 유형은 인간의 심리적 특성을 4가지 기질로 보고(다혈, 담즙, 점액, 우울) 그것에 따라 네 가지의 기질을 기하학과 관련하여 다혈질-○, 담즙질-△, 점액질-□, 우울질-S로 설명한 것이다. 이것은 Kant의 범주적 기질론과 Fromm의 4원소설을 바탕으로 알타이어와 Lahaye가 27000명의 대상자를 통해서 정립한 것이다[13].

사람이 타고 태어나서 바꿀 수 없는 1차 기질을 4개로, 후천적 성격을 포함한 총 12가지 심리의 유형을 정리하여 합성기질론을 설명하며 완성한 도구이다[13,15]. 기본적인 구성이 되어있는 종이에 안내에 따라 그림을 그리게 하고, 도형의 위치, 모양, 크기 등을 해석하여 성격과 관심사를 파악하는데, 미술치료적인 관점과 기질론을 바탕으로 심리를 진단하며, 몇 분 내에 분석이 가능하고 대상자가 방어기제를 사용할 수 없는 장점이 있어 성격, 학업, 진로 선택, 의사소통 및 대인관계 향상 등에 도움을 줄 수 있다[13]. 그림은 도형분석 상담 전문가가 분석하였다.

#### 2.3.2 스트레스 대처 양식

스트레스 대처양식을 묻는 설문도구는 정연우[14]가 스트레스 대처 방법들을 포함하여 수정, 보완한 도구로 총 42문항이며 적극적 대처, 긍정적 대처, 긴장 완화, 소망적 사고, 자기 비난, 일탈 행동, 사회적 지지 등 7가지 요인으로 구성되며 5점 Likert 척도로서 1점을 '전혀 그렇지 않다', 5점을 '매우 그렇다'로 설정하여 점수가 높을수록 그 영역의 스트레스 대처방법을 많이 사용한다는 것을 의미한다. 본 연구에서 Cronbach's a 값은 0.84로 측정되었다.

#### 2.3.3 자아 정체성

자아정체성을 묻는 설문도구는 Erikson[16]이 제시한 개념을 중심으로 조학래[4]가 28개 문항으로 수정한 것을 바탕으로 오세정[3]이 재구성한 척도를 사용하였다. 총 22문항으로 자신감, 미래계획, 자율성, 독특성, 사회성, 자기수용, 가치, 사회적응력 등 8가지 요인으로 구성되며 5점 Likert 척도로서 1점을 '전혀 그렇지 않다', 5점을 '매우 그렇다'로 설정하였고, 본 연구에서 Cronbach's a 값은 0.75로 측정되었다.

### 2.4 자료 분석 방법

본 연구에서 필요한 표본 크기는 G-power 3.1을 사용하여, Effect Size는 0.25, 유의수준  $\alpha$ 는 0.05, 검정력  $1-\beta$ 는 0.80, 그룹 수는 4로 설정하여 총 180개 이상의 표본이 필요하나, 유효표본수는 총 507개로 충분한 검정력이 있는 것으로 나타났다. 자료는 SPSS 18.0으로 분석하였다. 인구학적 특성은 빈도분석으로 실수와 백분율, 도형심리 유형별 자아정체성과 스트레스 대처, 도형심리 유형과 학년 집단 간 자아정체성과 스트레스 대처의 차이는 ANOVA, Duncan으로 사후 검정, 스트레스 대처능력, 스트레스 대처방법, 성격, 자아정체성의 수준의 집단 간 자아정체성과 스트레스 대처의 차이는 t-test로 분석하였다.

### 3. 결과

#### 3.1 연구 대상자의 일반적 특성

여중생을 대상으로 한 본 연구에서 O(다혈질)는 60%, S(우울질)는 18.5%, □(점액질)은 10.8%, △(담즙질)은 10.7%로 나타났다. 13세에서 16세의 나이 분포, 1학년이 35.1%, 2학년이 25.6%, 3학년이 39.3%이며, 가족형태는 부모와 형제가 85.4%, 조부모, 부모, 형제가 4.7%, 조부모와 형제는 0.4%, 형제와 친척은 0.2%, 기타가 9.3%로 나타났다. 스트레스에 잘 대처한다고 생각하는 경우가 32.1%, 그렇지 않다가 15.8%, 잘 모르겠다가 52.1%로 나타났으며, 스트레스를 푸는 방법이 “있다”의 경우가 77.1%이며 방법은 운동 2.3%, 음악듣기 43.3%, 연주 4.4%, 춤추기 5.2%, 이야기하기 13.6%, 영화보기 3.1%, 만들기 1.0%, 혼자 있기 8.9%, 게임하기 3.1%, 기타 14.9%, 방법이 “없다”가 22.9%였다. 자신의 성격이 내성적은 40%, 외향적은 60%로 나타났다[Table 1].

#### 3.2 도형 심리 유형에 따른 스트레스 대처 및 자아정체성 요인의 평균차이 분석

도형 심리 유형에 따른 스트레스 대처 및 자아정체성 요인의 평균 차이를 알아보기 위하여 ANOVA분석을 한 결과, 스트레스 대처 점수는 O(다혈질)는 3.20±0.02, S(우울질)는 3.26±0.04, □(점액질)은 3.24±0.05, △(담즙질)은 3.29±0.05로 나타났다. 또한 자아 정체성 점수는 O(다혈질)는 3.45±0.02, S(우울질)는 3.39±0.04, □(점액질)는 3.42±0.05, △(담즙질)는 3.34±0.05로 나타났으며, 통계적으로 유의한 차이를 나타내지 않았다[Table 2].

#### 3.3 도형심리 유형 및 일반적 특성에 따른 스트레스 대처요인의 하위 항목별 평균차이 분석

스트레스 대처 방식의 하위 항목과 도형심리 유형별 평균차이를 알아보기 위하여 ANOVA, t-tset 분석을 한 결과 “자기비난”에서 △(담즙질)가 3.00±0.09로 O(다혈질)의 2.70±0.03에 비해 유의하게 높게(p=.025)나타났고, “일탈행동”에서도 △(담즙질)가 3.25±0.09로 S(우울질), □(점액질) 및 △(담즙질)에 비해 유의하게 높게 (p=.017) 나타나 △(담즙질)가 “자기비난”과 “일탈행동”을 스트레스 대처 방법으로 많이 사용하는 것으로 나타났다. 그리고 “사회적지지”는 2학년 3.18 ±0.06이 1학년 2.96 ±0.05에 비해 유의하게 높게(p=.038) 나타났다. 또한 스트레스가 생기면 잘 대처하는 경우 그렇지 못한 경우에 비해 유의하게 “적극적 대처(p<.001)”, “긍정적 대처(p<.001)”, “긴장완화(p<.001)”, “소망적 사고(p=.030)”, “사회적지지

(p=.0170)”등을 많이 사용하였고, “자기비난(p<.001)”과 “일탈행동(p<.001)”등을 많이 사용하지 않았다. 스트레스를 대처하는 방법이 “있다”라고 답한 경우 “적극적 대처(p<.001)”, “긍정적 대처(p<.001)” 및 “긴장완화(p<.001)”를 유의하게 많이 사용하였고, “자기비난(p<.001)”과 “일탈행동(p=.046)”을 유의하게 적게 사용하였다. 내성적 성격에 비해 외향적 성격이 유의하게 “적극적 대처(p<.001)”, “긍정적 대처(p=.005)”, “긴장완화(p=.002)” 및 “사회적지지(p<.001)”를 많이 사용하였고, “자기비난(p=.003)”을 낮게 사용하였다. 한편 자아 정체성 값이 높은(3.5이상의 점수) 경우 낮은(3.0미만의 점수) 경우에 비해 “적극적 대처(p<.001)”, “긍정적 대처(p<.001)”, “긴장완화(p<.001)” 및 “사회적지지(p<.001)”를 유의하게 많이 사용하였고, “자기비난(p<.001)”과 “일탈행동(p<.001)”을 유의하게 적게 사용하였다[Table 3].

[Table 1] General Characteristics(N=507)

Variables		N	%
Graphic type	○	304	60.0
	S	94	18.5
	□	55	10.8
	△	54	10.7
Family	parents, brothers	433	85.4
	grand parents, parents, brothers	24	4.7
	grand parents, brothers	2	0.4
	brothers, relation	1	0.2
	etc.	47	9.3
Grade	1	178	35.1
	2	130	25.6
	3	199	39.3
Age	13	110	21.7
	14	152	30.0
	15	171	33.7
	16	74	14.6
The result of stress management	good	163	32.1
	bad	80	15.8
	do not sure	264	52.1
The type of stress management	yes	391	77.1
	no	116	22.9
Stress management solution	exercise	9	2.3
	listening music	166	43.3
	instrument performance	17	4.4
	dancing	20	5.2
	talking	52	13.6
	watching a movie	12	3.1
	making something	4	1.0
	being alone	34	8.9
	playing game	12	3.1
	etc.	57	14.9
personality	introvert character	201	40.0
	extrovert character	301	60.0

[Table 2] The Ego Identity & Stress Management according to Their Graphic types(N=507)

Variables	Graphic type				F	P
	○	S	□	△		
Ego Identity	3.45±0.02	3.39±0.04	3.42±0.05	3.34±0.05	1.350	0.257
Stress Management	3.20±0.02	3.26±0.04	3.24±0.05	3.29±0.05	0.992	0.396

\* p<0.05, \*\* p<0.01

[Table 3] Comparison of Variables associated with Stress Management (N=507)

Variables	Categories	Stress Management(M±SD)						
		active coping	positive coping	the relation of tensions	hopeful thinking	self-reproach	deviant behavior	social support
Graphic types	○	3.47±0.03	3.49±0.04	3.26±0.03	3.55±0.04	a2.70±0.03	a2.93±0.04	3.02±0.04
	S	3.47±0.07	3.49±0.08	3.29±0.07	3.66±0.08	2.79±0.06	a2.96±0.06	3.18±0.07
	□	3.40±0.09	3.64±0.09	3.25±0.08	3.53±0.11	2.79±0.09	a2.93±0.09	3.12±0.09
	△	3.32±0.08	3.38±0.09	3.33±0.08	3.70±0.09	b3.00±0.09	b3.25±0.09	3.03±0.11
	f(ANOVA)	.980	1.096	.198	.895	3.141	3.426	1.167
	p	.402	.350	.898	.444	<b>.025*</b>	<b>.017*</b>	.322
Grade	1	3.49±0.05	3.47±0.05	3.27±0.05	3.55±0.06	2.81±0.05	2.98±0.05	a2.96±0.05
	2	3.48±0.05	3.59±0.06	3.36±0.04	3.59±0.06	2.67±0.05	2.89±0.05	b3.18±0.06
	3	3.39±0.04	3.46±0.05	3.22±0.04	3.62±0.05	2.77±0.04	3.01±0.04	3.08±0.05
	f(ANOVA)	1.143	1.317	1.678	.374	1.578	1.277	3.282
	p	.320	.269	.188	.688	.207	.280	<b>.038*</b>
The result of stress management	good	3.73±0.48	3.88±0.05	3.52±0.04	3.68±0.05	2.43 0.04	2.66 0.04	3.15 0.05
	bad	3.20±0.71	3.00±0.09	3.01±0.06	3.42 0.10	3.20 0.07	3.35 0.08	2.90 0.09
	t(t-test)	6.200	8.353	6.368	2.200	-8.753	-7.435	2.397
	p	<b>.000**</b>	<b>.000**</b>	<b>.000**</b>	<b>.030**</b>	<b>.000**</b>	<b>.000**</b>	<b>.017**</b>
The type of stress management	yes	3.50±0.03	3.59±0.03	3.36±0.03	3.60±0.04	2.69±0.03	2.93±0.03	3.09±0.03
	no	3.26±0.05	3.18±0.06	2.99±.005	3.52±0.07	3.01±0.06	3.08±0.06	2.97±0.07
	t(t-test)	3.853	5.337	5.705	.930	-4.501	-2.000	1.387
	p	<b>.000**</b>	<b>.000**</b>	<b>.000**</b>	.353	<b>.000**</b>	<b>.046*</b>	.166
Personality	introvert	3.30±0.04	3.38±0.05	3.17±0.04	3.52±0.05	2.87±0.04	2.93±0.04	2.89±0.05
	extrovert	3.54±0.03	3.57±0.04	3.34±0.03	3.62±0.04	2.68±0.03	2.99±0.04	3.17±0.04
	t(t-test)	-4.198	-2.830	-3.058	-1.381	3.014	-0.880	-4.000
	p	<b>.000**</b>	<b>.005**</b>	<b>.002**</b>	.168	<b>.003**</b>	.379	<b>.000**</b>
Ego Identity	high	3.75±0.04	3.83±0.04	3.44±0.04	3.63±0.05	2.49±0.04	2.81±0.04	3.21±0.04
	low	2.90±0.06	2.83±0.07	2.99±0.07	3.53±0.01	3.23±0.07	3.32±0.07	2.78±0.08
	t(t-test)	10.113	10.487	5.103	.958	-8.323	-5.232	-5.232
	p	<b>.000**</b>	<b>.000**</b>	<b>.000**</b>	.339	<b>.000**</b>	<b>.000**</b>	<b>.000**</b>

\* p<0.05, \*\* p<0.01

### 3.4 도형심리 유형 및 일반적 특성에 따른 자아 정체성의 요인의 하위 항목별 평균차이 분석

자아정체성 하위 항목과 도형 심리 유형별 평균차이를 알아보기 위하여 ANOVA, t-test 분석을 한 결과 “자기수용”에서 O(다혈질)가 2.78±0.04로 S(우울질) 2.54±0.08과 △(담즙질) 2.53±0.11에 비해 유의하게 높았고(p=.041), “자신감”에서는 2학년 3.67±0.05이 1학년 3.47±0.05에 비해 유의하게 높았고(p=.023), “자기수용”에서 3학년 2.52±0.05에 비해 1,2학년이 유의하게 높았다(p<.001). 스트레스 대처를 잘 한다는 경우에 “자신감”, “자율성”, “독

특성”, “사회성”, 자기수용“, ”가치“(p<.001)와 ”사회적 적응력(p=.001)“ 에서 유의하게 높았고, 스트레스 대처 방법이 ”있다“의 경우 ”없다“에 비해 모든 항목인 ”자신감(p<.001)“, ”미래계획(p<.001)“, ”자율성(p<.001)“, ”독특성(p=.002)“, ”사회성(p=.002)“, ”자기수용(p=.005)“, ”가치(p=.034)“ 및 ”사회적 적응력(p<.001)“에서 유의하게 높았고, 외향적인 성격은 내성적인 성격에 비해 ”자신감(p<.001)“, ”자율성(p<.001)“, ”독특성(p<.001)“, “사회성(p<.001)“ 및 ”사회적 적응력(p=.002)“,에서 유의하게 높은 것으로 나타났다[Table 4].

[Table 4] Comparison of Variables associated with Ego Identity(N=507)

Variables	Categories	Ego Identity(M±SD)							
		self-confidence	future plan	autonomy	uniqueness	sociality	self-acceptance	value	social adaptation ability
Graphic types	○	3.56 ±0.03	3.30 ±0.02	3.20 ±0.03	3.87 ±0.04	3.35 ±0.04	<b>b</b> 2.78 ±0.04	3.28 ±0.03	4.45 ±0.03
	S	3.62 ±0.06	3.30 ±0.05	3.21 ±0.07	3.67 ±0.08	3.24 ±0.08	<b>a</b> 2.54 ±0.08	3.22 ±0.06	4.37 ±0.05
	□	3.50 ±0.09	3.45 ±0.05	3.18 ±0.09	3.78 ±0.11	3.19 ±0.10	2.72 ±0.11	3.35 ±0.09	4.27 ±0.09
	△	3.56 ±0.010	3.25 ±0.06	3.00 ±0.09	3.70 ±0.10	3.23 ±0.10	<b>a</b> 2.53 ±0.11	3.22 ±0.07	4.34 ±0.08
	f(ANOVA)	.402	1.946	1.409	1.993	1.045	2.775	.584	1.991
	p	.752	.121	.239	.114	.372	<b>.041*</b>	.626	.114
Grade	1	<b>a</b> 3.47 ±0.05	3.30 ±0.03	3.18 ±0.05	3.86 ±0.06	3.28 ±0.06	<b>b</b> 2.88 ±0.06	3.22 ±0.05	4.36 ±0.04
	2	<b>b</b> 3.67 ±0.05	3.35 ±0.04	3.22 ±0.05	3.86 ±0.06	3.40 ±0.07	<b>b</b> 2.75 ±0.07	3.33 ±0.05	4.47 ±0.04
	3	3.59 ±0.04	3.30 ±0.03	3.16 ±0.04	3.72 ±0.05	3.26 ±0.05	<b>a</b> 2.52 ±0.05	3.27 ±0.04	4.40 ±0.04
	f(ANOVA)	3.815	.458	.381	1.999	1.322	8.751	1.191	1.394
	p	<b>.023*</b>	.633	.683	.137	.268	<b>.000**</b>	.305	.249
The result of stress management	good	3.84 ±0.04	3.36 ±0.03	3.47 ±0.04	4.03 ±0.06	3.49 ±0.06	3.08 ±0.06	3.44 ±0.04	4.59 ±0.03
	bad	3.35 ±0.07	3.26 ±0.05	2.80 ±0.07	3.63 ±0.10	3.01 ±0.09	2.36 ±0.09	3.13 ±0.07	4.30 ±0.07
	t(t-test)	5.610	1.457	7.609	3.583	4.269	6.365	3.684	4.050
	p	<b>.000**</b>	.147	<b>.000**</b>	<b>.000**</b>	<b>.000**</b>	<b>.000**</b>	<b>.000**</b>	<b>.001**</b>
The type of stress management	yes	3.63 ±0.03	3.36 ±0.02	3.29 ±0.03	3.86 ±0.03	3.35 ±0.04	2.76 ±0.04	3.30 ±0.03	4.46 ±0.02
	no	3.33 ±0.05	3.16 ±0.04	2.81 ±0.06	3.61 ±0.07	3.14 ±0.07	2.51 ±0.07	3.16 ±0.05	4.21 ±0.06
	t(t-test)	4.390	3.904	6.886	3.043	2.340	2.807	2.124	4.272
	p	<b>.000**</b>	<b>.000**</b>	<b>.000**</b>	<b>.002**</b>	<b>.020**</b>	<b>.005**</b>	<b>.034**</b>	<b>.000**</b>
Personality	introvert	3.32 ±0.04	3.26 ±0.03	2.96 ±0.04	3.58 ±0.05	2.85 ±0.05	2.65 ±0.05	3.21 ±0.04	4.31 ±0.04
	extrovert	3.73 ±0.03	3.34 ±0.02	3.33 ±0.03	3.95 ±0.04	3.61 ±0.04	2.74 ±0.04	3.30 ±0.03	4.47 ±0.03
	t(t-test)	-7.172	-1.766	-6.002	-5.261	-11.096	-1.116	-1.631	-3.105
	p	<b>.000**</b>	.078	<b>.000**</b>	<b>.000**</b>	<b>.000**</b>	.265	<b>.103</b>	<b>.002**</b>

\* p<0.05, \*\* p<0.01

## 4. 논의

### 4.1 도형심리 유형에 따른 스트레스 대처 양식과 자아 정체성

도형 심리 유형에서 파악하는 “기질”은 부모에게서 물려받은 유전적 특성을 나타내며 가장 깊은 내면에 자리하고 있는 특별한 상황에서 본능적으로 나타나는 것으로 설명된다. 인간의 기질은 4가지 기질 중에 하나로 표현될 수 있고 그 외 “성격”은 개선가능한 후천적 특성과 학습을 통해 훈련할 수 있는 “성품”을 나타내는데[13, 16], 본 연구의 여중생의 도형심리 유형에서는 O(다혈질)가 60%로 나타나 가장 많고 S(우울질) 18.5%, □(점액질) 10.8%, △(담즙질) 10.7%로 나타났다. 우리나라 사람의 경우 60-70%가 성격이 급하고 말이 앞서는 다혈질의 사람으로 파악되고 있어[17] 한국의 대표적 기질이라 볼 수 있고, 타 집단을 분석하더라도 비슷한 비율로 예측 가능할 것으로 생각된다.

한편 O(다혈질)와 △(담즙질)의 기질을 외향적 성격이라고 파악하는데[13], 본 연구에서 자신의 성격을 외향적이라고 대답한 것은 60%로 두 기질의 합인 70.7%보다 10% 정도가 낮은 것으로 나타났다. 이는 아마도 타고난 기질이 억압되어 제대로 발휘하지 못하거나, 숨겨지거나, 환경에 의해 드러나지 않은 상황들이 반영된 것으로 생각된다.

가장 높은 비율인 O(다혈질)는 대인친화력이 있어 사람을 좋아하고 정이 많고 마음이 따뜻한 사람으로 언제나 지금-여기에서의 자신의 감정에 충실한 사람이다. 환경에 민감하며 사랑을 주고, 받기 원하는 사람으로 설명된다. 이런 장점과 다르게, 대충 일을 하고 일관성이 부족하며 작심삼일로 꾸준하지 못하며 미래에 대한 계획이 부족하다는 단점이 있어[13, 15] 이런 방편을 코치하여 상담하여, 단점을 보완하는 노력을 하는데 도움을 줄 수 있다.

한편, 도형 심리 유형에 따른 자아 정체성의 하위 항목별로 분석한 결과 O(다혈질)가 내향적이며 몸으로 부딪히는 것을 좋아하지 않고 일 중심이며, 신중을 기하고 실패 시 좌절하는 성향의S(우울질)와 매사에 주도하려는 성향의 △(담즙질)에 비해 긍정적인 “자기 수용” 점수가 유의하게 높은 것도 다혈질의 성향이 반영된 것으로 생각된다.

본 연구에서 도형 심리 유형 즉 선천적 기질의 4가지 유형에 따라 스트레스 대처 양식과 자아 정체성 사이에 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다(Table 2). 이미숙[18]은 MBTI 성격 유형에 따른 스트레스 대처 방식을 분

석해 4가지 성격기능에 따라 유의한 차이가 없는 것으로 보고하여 본 연구와 유사한 결과이다. 이는 아마도 사춘기 중학생은 선천적인 1차적 기질이 내세워지기 보다는 사회와 환경의 영향을 받아서 후천적 기질이 발달하는 때이며, 질풍노도의 심리적 상황이 반영되어 타고난 기질의 반영이 가려진 결과로 사료된다.

그러나, 도형 심리 유형에 따른 스트레스 대처 양식의 하위 항목 7가지에 따른 세부 분석 결과(Table 3), △(담즙질)가 O(다혈질), S(우울질), 안정을 추구하며 관계를 중심하고 현실적이지만 때론 냉정함이 내재되어 있는 □(점액질)에 비해 “자기 비난”과 “일탈 행동”을 유의하게 높게 사용해, 부정적 대처 사용 성향이 큰 것으로 파악된다. 중학생은 능동적 대처양식의 가장 많이 사용한다고 보고한 결과[11]도 있으나, 본 논문의 결과는 특징적인 기질의 성향이 우선되는 반영의 결과라 생각된다.

△(담즙질)는 친구, 가족 등 모든 대인관계에서 동일한 행동패턴을 보이고 자칫 갈등을 유발할 가능성이 4기질 중 가장 높다. 과감하고 진취적이며, 이성적이고 미래지향적인 반면 일을 우선시 하고 냉정하며 지나친 경쟁심, 급한 성격, 타인의 감정을 배려 못하고 자기주장이 강한 보완점이 있다[13, 15]. 이 기질은 스트레스를 대처하는데 있어 “자기비난”과 “일탈 행동”의 방법을 많이 사용하여 스트레스에 취약한 것으로 파악되며, △(담즙질)는 갈등유발이 용이한데다 스트레스까지 취약한 경우로 판단되어 미리 성향 파악을 하고, 단점을 보완하여 지도하는데 도움이 될 수 있어 의미 있는 자료라고 생각된다.

### 4.2 스트레스 대처 양식의 하위 항목과 일반적 특성 변수와의 관계

스트레스 대처 양식의 하위 항목별로 일반적 변수와의 관계를 분석한 결과, 스트레스를 잘 대처한다고 대답한 경우, 자기만의 스트레스 대처 방법이 있다고 응답한 경우, 개인의 성격이 “외향적이다”라고 응답한 경우 그렇지 못한 경우에 비해 하위영역 7가지 모두 유의하게 차이가 있어 “자기비난”이나 “일탈행동”인 부정적 대처보다는 “적극적 대처”, “긍정적 대처”, “긴장완화”, “소망적 사고” 및 “사회적지지”등의 대처를 많이 활용하는 것으로 나타났다.

최풍호[19]는 MMTIC의 성격유형에 따라 스트레스 대처 방식의 유의한 차이가 있었고, 김영갑[20]은 A/B 유형 중 A유형에서 스트레스에 대한 적극적인 대처가 유의하게 높다고 했지만, 백송숙[21]은 내, 외향성 성격유형에 따라 스트레스 점수, 방법과의 차이가 유의하지 않았고, 김수미[22]는 A/B 유형에 따른 스트레스 대처 양식에 유

의한 차이가 없어 선행연구 마다 차이를 보이고 있다. 그러나 스트레스는 외향적인 성격과 자신만의 스트레스 대처 방법이 있는 경우에 긍정적인 대처 방법을 활용하고, 비교적 개인의 의지에 따른 스트레스 조절 가능성을 두고 노력하는 것으로 생각된다. 이러한 대처 양상은 높은 자아정체성과 관계가 있는 것으로 생각된다.

한편 자아정체성의 점수가 높은(3.5이상) 경우 낮은 경우(3.0미만)에 비해 “적극적 대처”, “긍정적 대처”, “긴장 완화” 및 “사회적지지” 등의 긍정적 방법을 유의하게 높게 사용하며 “자기비난”이나 “일탈행동”같은 부정적 대처는 유의하게 낮은 사용을 나타냈다. 이는 스트레스 대처가 자아정체성 확립과 정도에 따라 영향이 있고, 중학생 시기의 긍정적인 자아정체성 확립은 긍정적인 스트레스 대처 방법 사용에 유의미한 것으로 생각되어 자아정체성 확립과 스트레스 대처 방법 정립은 개인의 균형적인 발전을 위해서 모색해야 하는 부분이라 사료된다.

### 4.3 자아 정체성의 하위 항목과 일반적 특성 변수와의 관계

자아 정체성의 하위 항목별로 일반적 변수와의 관계를 분석한 결과, 스트레스 대처를 잘한다고 대답한 경우와 실제 방법이 있는 경우, 성격이 외향적인 경우 “자신감”, “자율성”, “독특성”, “사회성”, “자기수용”, “가치” 및 “사회적 적응력”등에서 유의하게 높았다.

최영신[23]은 중학생의 자원봉사활동 만족도가 자아 정체성의 “자기수용”과 “자신감”에 긍정적인 영향을 미친다고 하였고, 자원봉사가 자아정체성을 증가시키는 다른 연구[3,6,24] 결과와 유사한 맥락이라 볼 수 있다. 이것은 자신의 노력의 결과가 개인적 성취감과 연결된 것으로, 긍정적인 자아정체성 형성을 위해 도움이 되는 주기적인 활동이나 인성개발 프로그램 등이 필요하다고 생각되며, 외향적인 성격은 자아정체성을 더 이상적으로 형성하는데 도움이 될 것으로 생각된다.

본 연구는 일개 학교에서 조사하여 전체를 대변하기 어려운 제한점은 있으나, 도형 심리 유형 분석을 통한 첫 시도는 의미 있다 하겠다. 또한 타고난 1차 기질은 사춘기를 거치면서 가려져 있어 오히려 후천적 성격 형성이 더 반영되는 시기 일 수 있고, 미개발된 성격도 존재할 수 있어, 차후 후천적 성격을 반영한 심리 유형과의 관계를 파악하는 연구도 필요 할 듯하다.

## 5. 결론 및 제언

본 연구는 여중생의 도형 심리 유형에 따른 스트레스

대처 양식과 자아 정체성을 알아보고자 시행한 조사연구이다. 연구 대상은 대도시 B학교 여중생 507명이며, 도형 심리 유형을 그림으로 그려 분석하고, 스트레스 대처 방법과 자아 정체성을 조사하였다. O(다혈질)가 60%로 구성, 자아정체성의 “자기수용”이 S(우울질)와 △(담즙질)에 비해 유의하게 높고( $p=.041$ ), △(담즙질)는 스트레스 대처 양식의 “자기비난”을 O(다혈질)에 비해 유의하게 높게, “일탈행동”을 O(다혈질), S(우울질), □(점액질)에 비해 유의하게 높게 사용하였다. 또한 스트레스를 잘 대처하고 해소하는 방법이 있는 경우, 외향적인 성격인 경우에서 긍정적인 스트레스 대처 방법을 유의하게 많이 활용하였고, 자아정체성의 점수가 높을수록 스트레스 대처 양식의 부정적인 방법을 활용하지 않는 것으로 나타났다.

본 연구 결과를 기초로 여중생의 도형 심리 유형의 기질에 따라 사용하는 스트레스 대처 양식이 차이가 일부분 있고, 자아정체성과 스트레스 대처 관계가 파악되어 중학생 때 긍정적인 자아정체성의 확립이 긍정적인 스트레스 대처에 도움이 될 수 있을 것으로 생각된다.

이를 바탕으로 다음과 같이 제언한다.

도형 심리 유형의 편리하고 용이한 분석을 활용하여 인격 형성과 개선 가능한 성격을 형성하기 위해 코칭을 활용할 것, 후천적 성격을 반영한 심리 유형에 따른 추가 분석, 자아 정체성을 확립하는 방법, 심리 변화가 많은 중학생보다 성인이나 다양한 집단에서의 추후 연구를 제언한다.

## References

- [1] Y. S. Yim, S. C. Han. *The understanding of adolescent psychology*, Hakmunsa, Korea, 2000.
- [2] J. D. Kwon, D. B. Kim, *Human behavior & Social influence*, Hakjisa, Korea, 2006.
- [3] S. J. Oh, “Relationship of Volunteer Work to Ego identity in Adolescents,” Unpublished master’s thesis, Baekseok University, 2007.
- [4] H. L. Cho, “A study on the influence of the ego identity and morality development of the volunteer work on the in adolescents,” Unpublished doctor’s thesis, Yonsei University, 1996.
- [5] Allport, G. W. *Pattern and growth in personality*, New York, Nentry Holt, 1961.
- [6] M. H. Kim, “The relationship between self-identity and satisfaction with voluntary activity among the youth,” Keimyung University, 2004.



- [7] Y. G. Lee, "The Impacts of Adolescents' Volunteering Experience upon their Self-Identity and Quality of Life," Unpublished master's thesis, Daegu Catholic University, 2002.
- [8] Folkman, S. Lazarus, R. S, "If it changes it must be a process : Study of emotion and coping during three stages of a college examination," Journal of Personality Social Psychology, Vol 46, pp 150-170, 1985.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.48.1.150>
- [9] J. E. Lee, "The effect of the subjective well on the stress and support," Unpublished master's thesis, Yonsei University, 1996.
- [10] J. S. Sim, K. J. Cho, "The relations between psychological types and cognitive styles," Korean Psychological Association poster, 2008.
- [11] S. Y. Kim, "A Study on the factors of stress and the stress coping style of Middle school students," Unpublished master's thesis, Chonbuk University, 2000.
- [12] J. G. Park, "A study of middle school student's cause of stress and the behaviors which they show to cope with it," Unpublished master's thesis, Kangwon University, 1998.
- [13] Y. H. Chu, *The principle of interpretation with graphic counsel*, Future Education Institute in Korea, 2011.
- [14] Y. W. Jung, "Relationship of Elementary School Children's Stress and Coping Method to Behavior Problem," Unpublished master's thesis, Chongju University, 2001.
- [15] G. C. Song. *Graphic counsel A to Z*, Graphic mission school, Kungkido, 2011.
- [16] Erikson, E. H. *Identity : Youth and Crisis*, New York; W. W. Nort on & Company INC, 1968.
- [17] B. H. Jung, *The theory and analysis of graphic counsel-Seminar*, Korea Graphic Therapy Institute. 2013.
- [18] M. S. Yee, "An Analysis on Differences in the Stress Management of Middle School Students according to Their Personality Style," Unpublished master's thesis, Suwon University, 2003.
- [19] P. H. Choi, "The Differences of Middle School Students' Coping Types according to MMTIC personality Types and Stress level," Unpublished master's thesis, Kongju University, 2004.
- [20] Y. G. Kim, "A study on the relationship among personality type, ego-identity and stress coping of middle school students," Unpublished master's thesis, Chonnam University, 2003.
- [21] S. S. Baek, "Differences in Perceived Stresses, Coping Strategies and School Adjustment according to Introversion-Extroversion Personality Types," Unpublished master's thesis, Chonnam, University, 2003.
- [22] S. M. Kim, "An Analysis of Difference in Patterns of Stress and in ways to Deal with Stress of Middle school Students in cities and Rural Communities according to their Behavior Patterns of A-Type and B-Type," Unpublished master's thesis, Kangwon University, 2006.
- [23] Y. S. Choi, "A study on the influence of the satisfaction measurement of the volunteer work on the ego identity in adolescents," Unpublished master's thesis, Konkuk University, 2012.
- [24] S. M. Han, "Realized family health and self-identity of adolescents who attended family voluntary service," Unpublished master's thesis, Sookmyung University, 2011.

---

이 희 주(Heel-Joo Lee)

[정회원]



- 1997년 2월 : 중앙대학교대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2005년 2월 : 서울대학교대학원 간호학과 (간호학박사)
- 2008년 3월 ~ 2011년 9월 : 상지대학교 간호학과 교수
- 2011년 9월 ~ 현재 : 상명대학교 간호학과 교수

<관심분야>

뇌졸중과 영양, 만성질환 간호, 시뮬레이션 및 간호 교육, 청소년 건강