한국치위생교육학회지: 제3권 제2호, 2003
J Korean Acad Dental Hygiene Education Vol.3, No.2, 2003

치위생과 학생들의 성격유형과 스트레스 대처방식에 관한 연구

김경미, 강재경[1]
수원여자대학 치위생과, 신구대학 치위생과[1]

색인: 성격유형, 스트레스 대처

1. 서 론

1.1. 연구의 필요성

스트레스 연구의 아버지 셀라이(Selye)는 "스트레스 없는 삶은 없다."라는 말로 스트레스가 삶의 한 부분임을 지적하면서 "스트레스로부터의 완전한 자유는 죽음"라고 하였다[1]. 현대사회의 급격한 환경변화와 다양하고 복잡한 생활환경은 인간에게 많은 심적·정신적인 부담을 안겨주고 이는 스트레스로서 작용하여 인간에게 많은 고통과 질병을 유발하고 모든 병의 75~90%는 스트레스와 관련된 병이라고 하였다. 이와 같은 스트레스로 인한 일상생활에서의 부적응은 개인적 수준에서는 단순한 불편감 정도에서 심각한 경우에는 질병 내지 사망으로 이어질 수 있고, 사회적 수준에서는 조직 내의 갈등이나 사회적 긴장을 초래할 수 있다[2].

인간은 복잡하고 다양한 일과 사회생활을 통한 사회·심리학적 스트레스와 흡연과 카페인, 술과 같은 생물·생태학적인 스트레스 그리고 개인의 인성과 특성에 따른 성격적 스트레스를 경험하게 된다. 이는 사회·심리학적 요인, 생물·생태학적 요인 그리고 성격요인[3]을 통하여 스트레스의 원인을 분류할 수 있고 이 중 성격요인은 각자의 스트레스 경험을 파악하는데 중요한 요인으로 작용한다. 사람의 행동양식은 성격, 특질에 따라 일정한 반응 양식을 보이게 되며, 성격은 개인을 환경에 적응시키는 주체가 되므로 모든 환경적 요인이 동일하다고 하더라도 자신의 성격유형에 따라[4] 스트레스에 대처하는 방식이 다르게 나타날 것이다.

모든 스트레스가 나쁜 것은 아니다. 지나친 스트레스는 부정적인 결과를 가져오지만 적당한 스트레스는 오히려 유용하다[5,6]. 인간은 일상적인 생활에서 매일 크고 작은 스트레스를 경험하게 되고 이를 재정립하고 균형을 유지하

연락처: 김경미 우441-748 경기도 수원시 권선구 오목천동 산 1-6 수원여자대학 치위생과
전화: 016-540-8990 E-Mail: kkm2168@hanmail.net

기 위한 대처방법들을 찾게 된다. 이러한 관점에서 스트레스 관리의 중요성이 대두된다. 몇몇 연구자들은 개인의 심리적·신체적 적응에 대한 영향력이 대처행동에 의해 완충되어지는 것 같다고 보고하면서 스트레스 경험보다 스트레스 대처행동이 개인의 사회·정서적 문제를 예측하는 데 더 설명력이 있다고 보고하였다. 여러 학자들의 연구결과를 통하여 나타난 여러 가지의 스트레스의 대처방식 중 물리적 대처방식, 정신적 대처방식, 파괴적 대처방식, 직접적 대처방식 그리고 심리적 대처방식[5]은 인간의 다양한 스트레스 환경에서의 대처방식을 설명해 주고 있다.

이러한 스트레스에 대한 논의는 복잡하고 전문화된 21세기의 치과의료 환경에서 중요한 역할을 차지하게 되었고 치위생과 학생들에게도 예외가 될 수는 없을 것이다. 치위생과에 재학중인 학생들은 현장실습을 통하여 교육현장에서 강조하는 전문직에 대한 의식과 병원의 관료화된 체제 사이에서 갈등하고 스트레스를 경험하게 된다[7]. 그리고 국가시험이라는 당면과제와 졸업 후 취업에 관한 많은 문제들이 치위생과 학생들에게는 스트레스로서 작용하고 있다[8]. 이에 현장실습, 국가시험 그리고 취업이라는 비슷한 환경하에서 각 개인이 가지고 있는 성격유형별로 스트레스에 대처하는 방식이 다르게[8] 나타날 것이다. 따라서 국민의 구강보건의 중요한 역할을 수행하게 될 치위생과 학생들의 성격유형을 진단하고 각기 스트레스에 대처하는 방식을 조사하여 보다 합리적인 대처방식을 찾을 필요가 있다.

이에 본 연구는 일부 대학의 치위생과 학생들의 성격유형을 알아보고 각 성격유형별로 스트레스에 대처하는 방식을 조사하여 보다 합리적인 스트레스 대처방식을 모색하는데 필요한 기초 자료를 제시하고자 한다.

1.2. 연구의 목적

본 연구는 치위생과 학생들의 성격유형과 스트레스 대처방식에 대한 상관관계를 파악하기 위하여 다음과 같은 구체적인 목적을 설정하였다.

1) 치위생과 학생들의 성격유형을 파악한다.
2) 치위생과 학생들의 스트레스 대처방식을 파악한다.
3) 치위생과 학생들의 성격유형과 스트레스 대처방식의 상관관계를 파악한다.

2. 연구대상 및 방법

2.1. 연구대상

2003년 6월에 경기도에 소재하는 4개 대학의 일부 치위생과 3학년 학생들을 대상으로 치위생과의 학업과 국가시험에 대한 부담감 그리고 현장실습을 경험하면서 받게 되는 스트레스를 해소하는데 그들의 성격유형에 따라 다를 것이라는 가설하에 성격유형과 스트레스 대처방식에 관한 상관관계를 연구하기 위한 설문지를 배부하여 조사하였다. 설문의 응답자 수는 354명이었으며 이 중 불성실하게 응답한 4명의 설문지를 제외하고 350명의 설문지를 분석하였다.

2.2. 연구방법

개인의 성격유형 측정에 사용된 도구는 박[4]의 연구에서 사용된 마키아벨리즘 성격유형 10문항, A/B형 성격유형 7문항, 통제위 성격유형 7문항의 설문내용을 이용하여 분석하였고, 스트레스 대처방식으로 물리적 대처, 정신적 대처, 파괴적 대처, 직접적 대처, 심리적 대처방법에 관한 내용으로 구성된 박[5]의 설문지를 이용하여 직접 설문조사 하였으며, 수집된 자료의 분석은 SPSS 10.0 프로그램을 이용하여 각 항목

별 빈도수와 백분율, 그리고 점수화하여 평균과 표준편차를 구하고 성격별 분석방법에 따라 성격을 분류하고 스트레스 대처방식과의 상관관계를 분석하기 위해 ANOVA test를 실시하고 사후 검정으로 Tukey 검정을 실시하였다.

3. 연구성적

3.1. 조사대상자의 성격유형별 분포

3.1.1. 마키아벨리즘 성격

마키아벨리즘 성격 측정은 10문항을 5점 척도화 하여 각각의 질문에 "전혀 그렇지 않다"는 1점, "그렇지 않다"는 2점, "보통이다"는 3점, "그렇다"는 4점, "매우 그렇다"는 5점을 주어 평균을 구하였으며, 부정적인 질문(2, 6, 7, 8)은 반대의 점수를 주었다. 조사대상자의 마키아벨리즘적 성격은 〈표 1〉에 의하면 평균±표준편차가 3.30±0.35로 마키아벨리즘적 성격이 중간적인 성향으로 나타났다.

평균점수가 2.5 이하는 마키아벨리즘 성격이 약한 것으로, 3.5 이상은 마키아벨리즘 성격이 강한 것으로 분류하여 조사대상자의 마키아벨리즘 성격 분석도는 〈그림 1〉에 나타난 바와 같

표 1. 마키아벨리즘 성격 분포(n=350) 단위: 명(%)

문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다	평균 표준편차
사람을 다루는 가장 좋은 방법은 그 사람이 듣기 원하는 말을 해주는 것이다.	5 (1.4)	95 (27.1)	94 (26.9)	136 (38.9)	20 (5.7)	3.20±0.95
자신의 일을 부탁할 때 그 일의 중요성보다는 그 일을 해야 할 실제적인 이유를 말하는 것이 좋다.	2 (0.6)	45 (12.9)	81 (23.1)	199 (56.9)	23 (6.6)	2.44±0.82
사람을 완벽하게 믿는 사람은 문제가 있다.	4 (1.1)	56 (16.0)	101 (28.9)	160 (45.7)	29 (8.3)	3.44±0.90
경쟁자를 물리치지 않고는 앞서기가 힘들다.	8 (2.3)	106 (30.3)	89 (25.4)	128 (36.6)	19 (5.4)	3.13±0.98
모든 사람들은 이기적인 경향을 가지고 있으며 이러한 경향은 그들이 기회를 잡았을 때 나타난다.	4 (1.1)	18 (5.1)	52 (14.9)	211 (60.3)	65 (18.6)	3.90±0.80
사람은 도덕적으로 그것이 옳다고 생각했을 때만 그 일을 해야 한다.	8 (2.3)	162 (46.3)	118 (33.7)	59 (16.9)	3 (0.9)	3.32±0.84
거의 모든 사람은 근본적으로 선하다.	8 (2.3)	50 (14.3)	121 (34.6)	139 (39.7)	32 (9.1)	2.61±0.92
거짓말을 하는 것에 대해서는 변명의 여지가 없다.	14 (4.0)	172 (49.1)	84 (24.0)	66 (18.9)	14 (4.0)	3.30±0.95
대부분의 사람들은 가족의 죽음보다 재산상의 손실을 더 오래 기억한다.	93 (26.6)	170 (48.6)	51 (14.6)	34 (9.7)	2 (0.6)	2.09±0.92
일반적으로 사람들은 강요받아야만 더 열심히 일을 한다.	32 (9.1)	114 (32.6)	85 (24.3)	108 (30.9)	11 (3.1)	2.86±1.05
평균±표준편차			3.30±0.35			

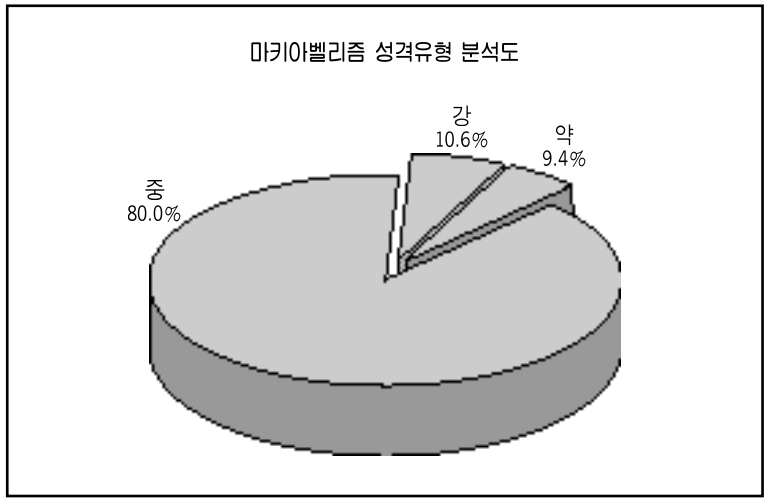

그림 1. 마키아벨리즘 성격 분석도

이 마키아벨리즘 성격이 강한 사람은 10.6%(37명)이었으며, 마키아벨리즘 성격이 약한 사람은 9.4%(33명)이었고, 80.0%(280명)의 대다수가 중간적인 성향으로 나타났다.

3.1.2. A/B형 성격

A/B형 성격은 7문항을 8점 척도화 하여 응답한 점수의 합에 3배수를 하여 값을 얻었고, 그 점수가 99점 이하는 B형 성격으로, 100~119점은 중간적 성격으로 간주하였으며, 120점 이상은 A형의 성격으로 분석하였다. 〈그림 2〉에 의하면 성격이 급하고 참을성 없으며 성취욕구가 매우 다양한 A형이 16%(56명), 인내성은 있으나 위험을 회피하는 성향을 가진 B형은 46.7%(164명), A/B형 중간인 사람이 37.3%(131명)으로 나타났다.

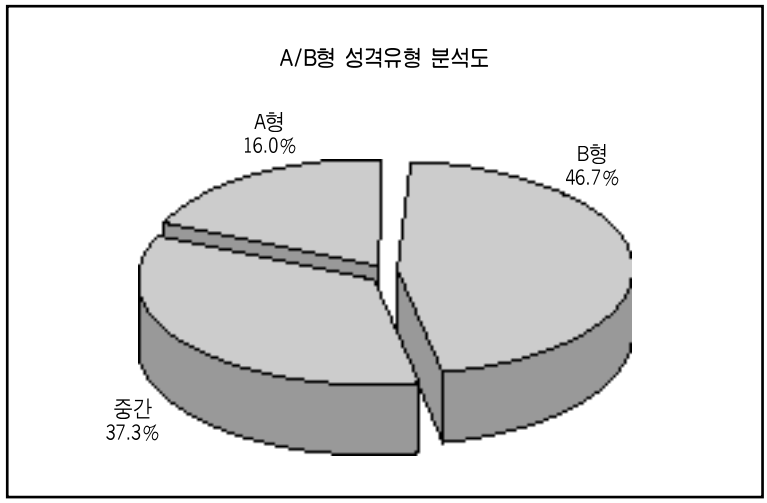

그림 2. A/B형 성격 분석도

표 2. A/B형 성격 분포(n=350) 단위: 명(%)

←	1	2	3	4	5	6	7	8	→	평균 표준편차
	단위: 명(%)									
약속을 잘 지키지 않음	3 (0.9)	5 (1.4)	21 (6.0)	31 (8.9)	49 (14.0)	105 (3.0)	109 (31.1)	27 (7.7)	항상 약속을 지킴	5.87±1.44
경쟁적이지 않음	4 (1.1)	18 (5.1)	48 (13.7)	75 (21.4)	104 (29.7)	64 (18.3)	29 (8.3)	8 (2.3)	매우 경쟁적임	4.73±1.44
바쁘게 느끼지 않음	11 (3.1)	17 (4.9)	29 (8.3)	63 (18.0)	99 (28.3)	75 (21.4)	35 (10.0)	21 (6.0)	항상 바쁘게 느낌	4.98±1.62
한번에 하나를 가짐	11 (3.1)	13 (3.7)	26 (7.4)	44 (12.6)	66 (18.9)	96 (27.4)	59 (16.9)	35 (10.0)	많은 것을 가지려 함	5.40±1.72
행동이 늦은 편임	14 (4.0)	29 (8.13)	42 (12.0)	35 (10.0)	69 (19.7)	69 (19.7)	69 (19.7)	23 (6.6)	행동을 빨리 함	5.04±1.88
감정을 표현함	27 (7.7)	56 (16.0)	40 (11.4)	31 (8.9)	47 (13.4)	67 (19.1)	66 (18.9)	16 (4.6)	감정 표현을 절제함	4.60±2.10
일 외에 관심 많음	49 (14.0)	87 (24.9)	84 (24.0)	37 (10.6)	50 (14.3)	24 (6.9)	12 (3.4)	7 (2.0)	일 외에 관심 없음	3.31±1.75
평균±표준편차				4.85±0.84						

3.1.3. 통제위 성격

통제위 성격은 7문항으로 "A"는 주로 자신의 의지보다는 운에 좌우된다고 믿는 문항으로 0점, "B"는 인생은 운보다는 자신의 노력이나 과오에 달렸다고 믿는 문항으로 1점을 부여하였다. 〈표 3〉과 같이 각 문항별 평균과 표준편차는 문항 1은 0.44, 문항 2는 0.61, 문항 3은 0.75, 문항 4는 0.44, 문항 5는 0.15, 문항 6은 0.25, 문

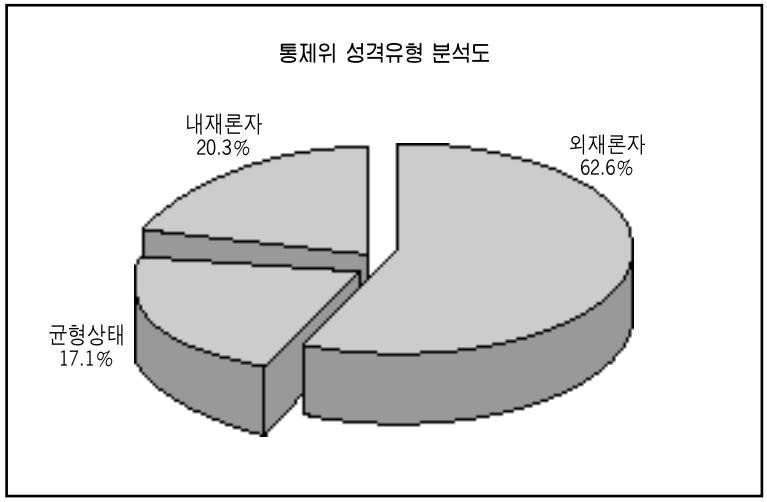

그림 3. 통제위 성격 분석도

표 3. 통제위 성격 분포(n=350) 단위: 명(%)

자신의 생각	점수 0점	점수 1점	평균 표준편차
인생에 있어 불행한 일들은 자신과 관련 없이 일어난다.	197(56.3)		0.44
인생에 있어 불행한 일들은 나 스스로 저지른 과오 때문에 일어난다.		153(43.7)	±0.50
불행하게도 각 개인의 노력보다는 운이 더 많이 작용한다고 생각한다.	138(39.4)		0.61
결국에 사람들은 자신의 노력의 결과에 의해 모든 일이 좌우된다고 생각한다.		212(60.6)	±0.49
훌륭한 지도자가 되기 위해서는 자신의 노력보다는 운이 따라야 한다.	89(25.4)		0.75
지도자가 될 수 있는 자질은 있으나 지도자가 되지 못한 사람들은 자기에게 주어진 능력을 충분히 활용하지 못했기 때문에 자신에게 책임이 있다.		261(74.6)	±0.44
종종 어떤 일은 운명적으로 발생하곤 한다.	196(56.0)		0.44
운명에 맡기는 것보다 자신이 스스로 결정해서 행동을 선택하는 것이 낫다.		154(44.0)	±0.50
사람들은 대부분 그들의 인생이 우연에 좌우된다고 믿는다.	298(85.1)		0.15
실제 운이란 존재하지 않는다.		52(14.9)	±0.36
우리에게 일어나는 일은 운명적으로 일어남으로 나쁜 일이 있으면 좋은 일도 함께 일어난다.	261(74.6)		0.25
대부분의 불운은 자신의 능력 부족, 무지, 게으름 때문에 일어난다.		89(25.4)	±0.44
나는 나에게 일어나는 일들이 기회, 운, 배경 등에 의해서만 좌우된다고 생각한다.	155(44.3)		0.56
기회나 운이 내 삶에서 중요한 영향을 미친다고 생각하지 않는다.		195(55.7)	±0.50
계	1334 (54.5)	1116 (45.5)	0.46 ±0.23

항 7은 0.56으로 나타났으며, 빈도수가 높은 항목은 "사람들은 대부분 그들의 인생이 우연에 좌우된다고 믿는다(85.1%).", "지도자가 될 수 있는 자질은 있으나 지도자가 되지 못한 사람들은 자기에게 주어진 능력을 충분히 활용하지 못했기 때문에 자신에게 책임이 있다(74.6%).", "우리에게 일어나는 일은 운명적으로 일어나므로 나쁜 일이 있으면 좋은 일도 함께 일어난다(74.6%)."이었으며, "실제 운이란 존재하지 않는다(14.9%)."고 믿는 사람이 가장 적었다.

각 문항의 합이 0~3점은 운에 좌우된다고 믿는 외적 통제위를 가진 외재론자, 4점은 내적 통제위와 외적 통제위의 균형상태, 5~7점은 운보다는 자신의 의지력을 믿는 내적 통제위를 가진 내재론자로 구분하였다. 한편, 조사대상자는 〈그림 3〉과 같이 62.6%(219명)이 외재론자로 조사되었으며, 20.3%(71명)이 내재론자이며, 17.1%(60명)이 내적 통제위와 외적 통제위의 균형상태인 것으로 조사되었다. 과반수 이상이 인생이 운명에 좌우된다고 믿는 외재론적 성향이 높은 것으로 나타났다.

3.2. 스트레스 대처방식

3.2.1. 물리적 대처

치위생과 학생들의 물리적 스트레스 대처방식으로 9가지 항목을 5점 척도로 점수화하여 평균과 표준편차를 구한 결과 〈표 4〉와 같이 집에서 휴식을 취하는 경향이 4.01으로 점수가 높았고,

표 4. 물리적 대처 단위: 명(%)

항목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다	평균 표준편차
명상(요가, 단전)을 한다.	180 (51.4)	82 (23.4)	56 (16.0)	21 (6.0)	11 (3.1)	1.86±1.09
운동(조깅, 산책, 수영, 등산)을 한다.	80 (22.9)	87 (24.9)	88 (25.1)	64 (183)	31 (8.9)	2.65±1.26
춤을 춘다.	104 (29.7)	89 (25.4)	77 (2.0)	59 (16.9)	21 (6.0)	2.44±1.24
집에서 휴식을 취한다.	14 (4.0)	20 (5.7)	46 (13.1)	139 (39.7)	131 (37.4)	4.01±1.05
동우회운동(볼링, 인라인, 테니스 등)을 한다.	151 (43.1)	92 (26.3)	58 (16.6)	26 (7.4)	23 (6.6)	2.08±1.22
오락(당구, 컴퓨터게임 등)을 한다.	76 (21.7)	59 (16.9)	72 (20.6)	95 (27.1)	48 (13.7)	2.94±1.36
경마장에 간다	307 (87.7)	20 (5.7)	9 (2.6)	4 (1.1)	10 (2.9)	1.26±0.81
낚시를 한다.	286 (81.7)	31 (8.9)	15 (4.3)	6 (1.7)	12 (3.4)	1.36±0.91
여행을 한다.	79 (22.6)	61 (17.4)	112 (32.0)	62 (17.7)	36 (1.03)	2.76±1.27
계	1277 (40.5)	541 (17.2)	533 (16.9)	476 (6.8)	323 (10.3)	2.37±0.53

오락을 한다(2.94), 여행을 한다(2.76), 운동을 한다(2.65) 순으로 높았으며, 경마장에 간다(1.26), 낚시를 한다(1.36)는 낮은 결과로 조사되었다.

3.2.2. 정신적 대처

정신적 스트레스 대처 방식은 6문항으로 〈표 5〉와 같이 친구를 만나 대화하거나(4.23), TV를 보는 경향이 높았으며(4.21), 다음으로 음악이나 그림을 감상한다(3.69), 독서 및 글쓰기를 한다(2.74), 악기를 연주한다(2.25), 화분이나 화초를 가꾼다(2.01) 순으로 조사되었다.

3.2.3. 파괴적 대처

〈표 6〉에 의하면 파괴적 스트레스 대처방식은 4문항으로 과식이나 폭식을 한다(3.38)가 가장 높았고, 술을 마신다(2.80), 고스톱·포커를 한다(2.20), 담배를 피운다(1.53) 순으로 나타났다.

3.2.4. 직접적 대처

직접적 스트레스 대처방식은 〈표 7〉과 같이 5문항으로 상사나 선배, 동료에게 조언을 구한다(3.40), 서로 타협하고 협상한다(3.37), 활동계획을 수립하고 새로운 행동 실천에 들어간다(3.17), 휴가를 얻어서 휴식한다(3.05), 문제(스트레스)의 원인을 규명한다(3.03) 순으로 조사되었다.

3.2.5. 심리적 대처

심리적 스트레스 대처방식은 〈표 8〉과 같이

표 5. 정신적 대처 단위: 명(%)

항목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다	평균 표준편차
악기를 연주한다.	150 (42.9)	64 (18.3)	61 (17.4)	48 (13.7)	27 (7.7)	2.25±1.34
TV를 본다(영화감상 포함).	13 (3.7)	14 (4.0)	31 (8.9)	119 (34.0)	173 (49.4)	4.21±1.02
음악이나 그림을 감상한다.	26 (7.4)	38 (10.9)	62 (17.1)	118 (33.7)	106 (30.3)	3.69±1.22
화분이나 화초를 가꾼다.	167 (47.4)	80 (22.9)	54 (15.4)	32 (9.1)	17 (4.9)	2.01±1.20
독서 및 글쓰기를 한다.	83 (23.7)	63 (18.0)	104 (29.7)	63 (18.0)	37 (10.6)	2.74±1.29
친구를 만나 대화한다.	9 (2.6)	15 (4.3)	46 (13.1)	97 (27.7)	183 (52.3)	4.23±1.0
계	448 (21.3)	274 (13.0)	358 (17.0)	477 (22.7)	543 (25.9)	3.19±0.58

표 6. 파괴적 대처 단위: 명(%)

항목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다	평균 표준편차
과식이나 폭식을 한다.	38 (109)	50 (14.3)	83 (23.7)	98 (28.0)	81 (23.1)	3.38±1.28
담배를 피운다.	281 (80.3)	13 (3.7)	19 (5.4)	15 (4.3)	22 (6.3)	1.53±1.17
술을 마신다.	101 (28.9)	43 (12.3)	79 (22.6)	79 (22.6)	48 (13.7)	2.80±1.42
고스톱·포커를 한다.	173 (49.4)	48 (13.7)	47 (13.4)	51 (14.6)	31 (8.9)	2.20±1.41
계	593 (42.4)	154 (11.0)	228 (16.3)	243 (17.4)	182 (13.0)	2.48±0.79

6문항으로 공상을 한다(3.36)가 가장 높았고, 현실적인 기대감을 갖는다(3.30), 자신의 자존심을 유지시키면서 흔들리지 않고 지낸다(3.22), 그러한 상황에 대한 생각을 피한다(2.91), 기도를 한다(2.82), 스트레스 받은 일을 가볍게 생각한다(2.81) 순으로 조사되었다.

이상 스트레스 대처방식을 종합해 볼 때 직접적인 대처방식이 가장 높았고(3.21±0.69), 다음이 정신적인 대처(3.21±0.69), 심리적인 대처(3.07±0.62), 파괴적인 대처(2.48±0.79), 물리적인 대처(2.37±0.53) 순으로 조사되었다.

표 7. 직접적 대처 단위: 명(%)

항목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다	평균 표준편차
문제(스트레스)의 원인을 규명한다.	40 (11.4)	61 (17.4)	131 (37.4)	83 (23.7)	35 (10.0)	3.03±1.13
상사나 선배, 동료에게 조언을 구한다.	22 (6.3)	42 (12.0)	103 (29.4)	139 (39.7)	44 (12.6)	3.40±1.05
활동계획을 수립하고 새로운 행동 실천에 들어간다.	18 (5.1)	65 (18.6)	143 (40.9)	86 (24.6)	38 (10.9)	3.17±1.02
휴가를 얻어서 휴식한다.	37 (10.6)	68 (19.4)	120 (34.3)	90 (25.7)	35 (10.0)	3.05±1.13
서로 타협하고 협상한다.	16 (4.6)	36 (10.3)	135 (38.6)	129 (36.9)	34 (9.7)	3.37±0.95
계	133 (9.6)	272 (19.6)	272 (19.6)	527 (37.9)	186 (13.4)	3.21±0.69

표 8. 심리적 대처 단위: 명(%)

항목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다	평균 표준편차
공상을 한다.	43 (12.3)	45 (12.9)	72 (20.6)	123 (35.1)	67 (19.1)	3.36±1.27
기도를 한다.	93 (26.6)	55 (15.7)	76 (21.7)	73 (20.9)	53 (15.1)	2.82±1.42
스트레스 받은 일을 가볍게 생각한다.	57 (16.3)	92 (26.3)	93 (26.6)	78 (22.3)	30 (8.6)	2.81±1.20
그러한 상황에 대한 생각을 피한다.	37 (10.6)	85 (24.3)	127 (36.3)	76 (21.7)	25 (7.1)	2.91±1.08
현실적인 기대감을 갖는다.	15 (4.3)	41 (11.7)	146 (41.7)	121 (34.6)	27 (7.7)	3.30±0.93
자신의 자존심을 유지시키면서 흔들리지 않고 지낸다.	17 (4.9)	55 (15.7)	138 (39.4)	113 (32.3)	27 (7.7)	3.22±0.97
계	262 (12.5)	373 (17.8)	652 (31.0)	584 (27.8)	229 (10.9)	3.07±0.62

3.3. 성격유형과 스트레스 대처방식과 상관관계

마키아벨리즘 성격유형에 따른 스트레스 대처방식에 있어서 물리적 대처, 정신적 대처, 심리적 대처방식은 마키아벨리즘 성격유형에 따라 유의한 차이를 보이지 않았으나 파괴적 스트레스 대처방식과 직접적 스트레스 대처방식은 마키아벨리즘 성격유형에 따라 유의한 차이

표 9. 마키아벨리즘적 성격유형에 따른 스트레스 대처 방식

스트레스 대처방식	마키아벨리즘 성격유형 약(N=33) 평균±표준편차	중(N=280) 평균±표준편차	강(N=37) 평균±표준편차	F	P
물리적 대처	2.54±0.56	2.35±0.53	2.42±0.56	1.986	0.139
정신적 대처	3.36±0.65	3.16±0.55	3.23±0.68	1.981	0.139
파괴적 대처	$2.16±0.71^{A}$	$2.50±0.77^{B}$	2.60±0.95	3.219	0.041*
직접적 대처	$3.55±0.68^{a}$	$3.18±0.65^{b}$	$3.09±0.92^{c}$	4.752	0.009*
심리적 대처	3.02±0.70	30.6±0.61	3.20±0.66	1.002	0.368

A≠B, a≠b, a≠c

를 나타냈다. 마키아벨리즘 성격이 강해질수록 숫자상으로는 파괴적 스트레스 대처를 하는 것으로 보이나 다중비교 결과 마키아벨리즘 성격이 중간적인 사람이 마키아벨리즘 성격이 약한 사람보다 파괴적으로 스트레스를 대처하는 것으로 나타났고(P=0.05), 마키아벨리즘 성격이 강한 사람은 중간이나 약한 사람보다 평균은 높으나 표준편차가 큰 때문인지 통계적으로 차이를 나타내지 않았으며(P=0.054), 마키아벨리즘 성격이 중간인 사람과 강한 사람 사이에도 파괴적 스트레스 대처방식에 차이를 나타내지 않았다.

마키아벨리즘 성격이 약할수록 직접적으로 스트레스를 대처하는 것으로 보이나 다중비교 결과 〈표 9〉와 같이 마키아벨리즘 성격이 약한 사람은 중간적인 사람(P=0.011)이나 강한 사람(P=0.015)보다 직접적으로 스트레스를 대처하는 것으로 나타났으며, 마키아벨리즘 성격이 중간적이거나 강한 사람 사이에는 직접적 스트레스 대처에 차이를 보이지 않았다.

따라서 마키아벨리즘 성격유형과 스트레스 대처방식을 종합해보면 마키아벨리즘 성격이 약한 사람은 직접적인 방법으로 그리고 비파괴적인 방법으로 스트레스 대처를 하는 것으로 분석되었다.

〈표 10〉과 〈표 11〉에 의하면 A/B형 성격유형이나 통제위 성격유형에 따라서는 스트레스 대처방식에 유의한 차이를 나타내지 않았다.

4. 총괄 및 고안

성격은 개인이 가지고 있는 힘이 논리적으로 얼마나 효과 있게 조직되고 있는지의 과정이며,

표 10. A/B형 성격유형에 따른 스트레스 대처방식

스트레스 대처방식	A/B형 성격유형 B형(N=164) 평균±표준편차	중(N=131) 평균±표준편차	A형(N=56) 평균±표준편차	F	P
물리적 대처	2.40±0.58	2.32±0.47	2.44±0.55	1.228	0.294
정신적 대처	3.13±0.55	3.23±0.61	3.26±0.60	1.603	0.203
파괴적 대처	2.54±0.81	2.43±0.81	2.40±0.6	0.882	0.415
직접적 대처	3.15±0.71	3.26±0.70	3.25±0.63	1.067	0.345
심리적 대처	3.09±0.63	3.05±0.63	3.05±0.60	0.181	0.834

표 11. 통제위 성격유형에 따른 스트레스 대처방식

스트레스 대처방식	외재론자(N=219) 평균±표준편차	통제위 성격유형 균형(N=60) 평균±표준편차	내재론자(N=71) 평균±표준편차	F	P
물리적 대처	2.35±0.54	2.42±0.51	2.42±0.55	0.758	0.469
정신적 대처	3.21±0.56	3.18±0.47	3.14±0.65	0.349	0.706
파괴적 대처	2.53±0.77	2.37±0.76	2.40±0.88	1.304	0.273
직접적 대처	3.17±0.72	3.23±0.54	3.31±0.74	1.224	0.295
심리적 대처	3.07±0.66	3.17±0.59	3.00±0.54	1.601	0.203

조정의 원리에 따라 행동을 제지할 수 있는 지속적인 정신, 신체적 성향이라고 정의할 수 있다[4]. 본 연구에서는 박[4]의 연구에서 사용된 마키아벨리즘 성격, A/B형 성격, 통제위 성격을 사용하여 치위생과 3학년 학생들의 성격유형을 조사하였다.

마키아벨리즘은 자신의 목적을 달성하기 위하여 다른 사람을 이용하거나 조절하려는 태도[4),9)]이다. A형 성격은 더 짧은 시간에 더 많은 것을 성취하기 위한 학습적이고도 끊임없는 노력에 적극적으로 몰두하는 사람[4),9)]이며, B형 성격은 A형 성격이 상대적으로 결여된 사람이다. 내적 통제위 성격은 개인이 행동의 결과나 강화를 받아들일 때 자신의 행동, 능력이 영구적인 속성대로 된다고 생각하는 성격으로 본 연구에서는 Rotter[10]의 척도로 측정하여 낮은 점수를 획득할수록 내적 통제위 성격이라고 정의하였고 외적 통제위 성격은 자신의 통제보다는 행운, 운명, 힘이 있는 타자의 지배에 의해 통제된다고 생각하는 성격이다[10),11)].

본 연구에서 마키아벨리즘 성격 측정은 10문항을 5점 척도화 하여 점수로 표시한 결과 조사 대상자의 마키아벨리즘적 성격은 평균이 3.30로 마키아벨리즘적 성격이 중간적인 성향으로 나타났고, 평균점수가 2.5 이하는 마키아벨리즘 성격이 약한 것으로 3.5 이상은 마키아벨리즘 성격이 강한 것으로 분류하여 분석한 결과, 마키아벨리즘 성격이 강한 사람은 10.6%(37명)이었고, 마키아벨리즘 성격이 약한 사람은 9.4%(33명)이었으며, 80.0%(280명)의 대다수가 중간적인 성향으로 나타났다. 박[4]의 연구에서 간호사의 15%가 마키아벨리즘 성격이 강하고 6.2%는 마키아벨리즘 성격이 약한 것으로 그리고 78%의 대다수의 간호사가 중간성향을 보이고 있는 것과는 조금 차이를 보였다.

A/B형 성격유형을 조사한 결과 성격이 급하고 참을성 없으며 성취욕구가 매우 다양한 A형이 16%(56명), 인내성은 있으나 위험을 회피하는 성향을 가진 B형은 46.7%(164명), A/B형 중간인 사람이 37.3%(131명)으로 나타났다. 반면 박[4]의 연구결과에서 A형 성격이 26%, B형 성격은 27%, 중간 상태가 47%로 조사된 것과 비교하면 치위생과 학생들은 성취욕구가 강한 사람보다는 위험을 회피하고 안전한 것을 더 많이 선택하려는 경향을 보였다. 그리고 A형은 적극적이고 성취욕구가 매우 높은 반면에 생리적으로나 심리적으로 스트레스를 많이 받고 있고 여러 논문들에서 심장병과의 관계를 밝히고 있다[2),5)]. 또한 남[12]은 A 성격유형이 B 성격유형보다 문제 중심적 대처와 사회적 지지 추구를 많이 사용한다고 발표하였다. 통제위 성격에서는 조사대상자의 62.6%(219명)가 외재론자이고, 20.3%(71명)는 내재론자이며, 17.1%(60명)가 내적 통제위와 외적 통제위의 균형상태인

것으로 조사되었다. 따라서 과반수 이상이 인생이 운명에 좌우된다고 믿는 외재론적 성향이 높은 것으로 나타났다. 이는 아직 사회생활을 경험해 보지 못한 학생이기에 나온 결과라고 사료되고, 학생들 스스로 좀더 적극적으로 자신의 인생을 개척할 수 있는 용기와 자부심을 가져야 한다. 반면 박[4]의 연구에서는 내재론자가 47.2%로 34.7%인 외재론자보다 많은 것으로 조사되었는데, 이는 간호사들의 높은 자아개념과 직업의식이 자신의 인생항로에 반영된 것이라 사료된다. 이 외에도 많은 선행연구에서 통제위와 스트레스 관계를 살펴보면 스트레스는 개개인의 성격형태에 의해 크게 영향을 받음을 알 수 있다. 통제위와 직무만족에 관한 연구[13]에서 내적 통제위로 나타난 간호사는 외적 통제위로 나타난 간호사보다 높은 직무만족을 나타내었고 이직의사에도 영향을 미침을 알 수 있었다.

스트레스가 삶의 한 부분이고 스트레스로부터의 완전한 자유는 죽음을 의미한다는 셀라이(Selye)의 말처럼 인간은 스트레스를 떠나서는 살 수 없다. 그렇다면 보다 현명하게 살 수 있는 방법은 스트레스에 보다 효율적으로 대처하는 방법을 터득하는 것일 것이다[6]. 또한 스트레스 상황에 대한 대처행동이 개인의 인성특성이나 특질과 유의한 상관관계가 있음이 과학적 연구방법을 통해 보고되고 있다. 대처의 연구 중 가장 대표적이라 할 수 있는 A형 성격에 관한 연구에 의하면 A형 성격인 사람들은 위험을 받거나 좌절될 때 통제력을 강화하기 위하여 과도한 노력을 한다. 그뿐 아니라, 자신의 통제부족에 대한 실망이 커져서 생리적으로 카테콜라민(catecholamine)을 분식시키고, 이것이 심장기능과 관련된 생리 심리적 변화를 유도하게 되어 심장병에 걸릴 확률도 높아진다고 한다[5]. 또한 대처를 기능적인 면에서 볼 때 정서에 초점을 둔 대처는 해롭거나 위협이 되거나, 환경상태를 저해하는 것을 개선시키지 못한다고 판단될 때 발생할 가능성이 높으며, 문제에 초점을 둔 대처는 이러한 상황을 변화시킬 가능성이 있는 것으로 판단될 때 발생할 가능성이 높다[14]. 이와 같이 스트레스 대처방식에 관한 여러 가지 논의가 진행되었고 본 연구에서는 박[5]이 사용한 5가지의 대처방식을 사용하여 조사하였다.

물리적 스트레스 대처방법으로 9가지 항목을 5점 척도로 점수화하여 평균과 표준편차를 구한 결과 집에서 휴식을 취하는 경향이 4.01으로 높은 점수를 나타내었고, 오락을 한다(2.94), 여행을 한다(2.76), 운동을 한다(2.65) 순으로 조사되었으며, 경마장에 간다(1.26)와 낚시를 한다(1.36)는 조사대상자가 모두 여성이므로 낮은 점수를 나타낸 것으로 사료된다.

정신적 스트레스 대처방식은 친구를 만나 대화하거나(4.23), TV를 보는 경향이 높았으며(4.21), 다음으로 음악이나 그림을 감상한다(3.69), 독서 및 글쓰기를 한다(2.74), 악기를 연주한다(2.25), 화분이나 화초를 가꾼다(2.01) 순으로 조사되었다.

파괴적 스트레스 대처방식은 4문항으로 과식이나 폭식을 한다(3.38)가 가장 높은 수치를 보였고, 전체적인 스트레스 방식 중 비교적 높은 대처방식으로 조사되었다. 그리고 술을 마신다(2.80), 고스톱·포커를 한다(2.20), 담배를 피운다(1.53)는 조사대상자가 모두 여대생이기에 낮은 점수를 나타내었다.

직접적 스트레스 대처방법은 5문항으로 상사나 선배, 동료에게 조언을 구한다(3.40), 서로 타협하고 협상한다(3.37), 활동계획을 수립하고 새로운 행동 실천에 들어간다(3.17), 휴가를 얻어서 휴식한다(3.05), 문제(스트레스)의 원인을 규명한다(3.03) 순으로 조사되었다.

심리적 스트레스 대처방법은 6문항으로 공상

을 한다(3.36)가 가장 높았고, 현실적인 기대감을 갖는다(3.30), 자신의 자존심을 유지시키면서 흔들리지 않고 지낸다(3.22), 그러한 상황에 대한 생각을 피한다(2.91), 기도를 한다(2.82), 스트레스 받은 일을 가볍게 생각한다(2.81) 순으로 조사되었다.

이상 스트레스 대처방식을 종합해 볼 때 직접적인 대처방식이 가장 높았고(3.21±0.69), 다음이 정신적인 대처(3.21±0.69), 심리적인 대처(3.07±0.62), 파괴적인 대처(2.48±0.79), 물리적인 대처(2.37±0.53) 순으로 조사된 것으로 보아 스트레스 대처는 매우 건전한 것으로 파악되었다. 이는 조사대상자가 모두 여성이므로 파괴적이거나 물리적인 스트레스 대처는 거리가 있는 것으로 사료되었다.

마키아벨리즘 성격유형에 따른 스트레스 대처방식에 있어서 마키아벨리즘적 성격이 강한 사람은 파괴적 대처와 심리적 대처를 하는 것으로 조사되었으나 유의미한 차이는 아니었다. 마키아벨리즘적 성격이 약한 사람은 물리적 대처와 정신적 대처 그리고 직접적인 대처를 하는 것으로 조사되었으나 직접적 대처만이 통계적으로 유의미한 결과를 나타내었다. 마키아벨리즘 성격이 중간적인 사람이 마키아벨리즘 성격이 약한 사람보다 파괴적으로 스트레스를 대처하는 것으로 나타났고(P=0.05), 마키아벨리즘 성격이 강한 사람은 중간이나 약한 사람보다 평균은 높으나 표준편차가 큰 때문인지 통계적으로 차이를 나타내지 않았으며(P=0.054), 마키아벨리즘 성격이 중간인 사람과 강한 사람 사이에도 파괴적 스트레스 대처방식에 차이를 나타내지 않았다.

마키아벨리즘 성격이 약한 사람은 중간적인 사람(P=0.011)이나 강한 사람(P=0.015)보다 직접적으로 스트레스를 대처하는 것으로 나타났으며, 마키아벨리즘 성격이 중간적이거나 강한 사람 사이에는 직접적 스트레스 대처에 차이를 보이지 않았다. 따라서 마키아벨리즘 성격유형과 스트레스 대처방식을 종합해보면 마키아벨리즘 성격이 약한 사람은 직접적인 방법으로 그리고 비파괴적인 방법으로 스트레스 대처를 하는 것으로 분석되었다. A/B형 성격유형이나 통제위 성격유형에 따라서는 스트레스 대처방식에 유의미한 차이를 나타내지 않았지만, A형 성격유형은 B형과 중간적인 성향을 가진 유형보다 물리적인 대처와 정신적인 대처를 더 많이 하는 것으로 조사되었고, B형 성격유형은 A형과 중간적인 성향을 가진 유형보다 파괴적 대처와 심리적 대처를 더 많이 하는 것으로 나타났다. 또한 통제위 성격유형에서 내재론자는 외재론자와 균형상태보다 물리적인 대처와 직접적인 대처를 더 많이 하고 외재론자는 내재론자와 균형상태보다 정신적인 대처, 파괴적인 대처, 심리적인 대처를 더 많이 하는 것으로 조사되었다.

연구결과에 따른 제안점은 다음과 같다.

1. 표본의 수집을 설문지에 의존하였기 때문에 변수의 속성 파악에 대한 정확도가 떨어질 가능성을 내포하고 있으며 설문내용의 난해성 때문에 조사대상자의 답변내용에 대한 신뢰도를 완전히 보장하기가 어렵다.
2. 조사대상자를 4개의 3년제 치위생과에 국한시켰으므로 모든 치위생과 학생에게 연구결과를 일반화시키는데 한계가 있다.
3. 측정도구로 사용된 설문지는 주로 간호사나 교사를 대상으로 한 도구를 사용하였기에 치위생과 학생에게 적합한 표준문항이 없어 타당도에 문제가 있을 수 있다.
4. 비슷한 환경에 있는 간호학과 학생들 또는 보건계열 학생들의 스트레스 대처방식을

함께 조사하여 비교분석함이 필요하다.

5. 결 론

본 연구는 치위생과 학생들의 성격유형과 스트레스 대처방식에 대한 관계를 알아보기 위해 2003년 6월에 경기도에 소재하는 4개 대학의 일부 치위생과 3학년 학생 354명을 대상으로 설문조사 하였으며, 이 중 불성실하게 응답한 4명의 설문지를 제외하고 350명의 설문지를 SPSS 10.0을 이용하여 분석한 결과 조사대상자의 대다수 치위생과 학생들은 자신의 이기심보다는 도덕과 사랑을 존중하고, 인내심이 강하지만 위험을 회피하려고 하는 경향을 보이며 자신의 운명을 적극적으로 개척하기보다는 운명에 순응하는 경향을 보였다. 그리고 스트레스를 받으면 TV 시청이나 친구와의 대화, 과식이나 폭식 등의 방식으로 스트레스를 해소하는 경향을 보이고 있어 여행, 운동, 명상 등의 물리적인 대처를 좀더 활성화시킬 필요가 있다.

1. 치위생과 학생들의 마키아벨리즘적 성격은 5점 척도에서 평균이 3.30으로 마키아벨리즘적 성격이 중간적인 성향으로 나타났다. 평균점수가 2.5 이하는 마키아벨리즘 성격이 약한 것으로 3.5 이상은 마키아벨리즘 성격이 강한 것으로 분류하여 조사 대상자의 마키아벨리즘 성격 분석도는 마키아벨리즘 성격이 강한 사람은 10.6%(37명)이었으며, 마키아벨리즘 성격이 약한 사람은 9.4%(33명)이었고, 80.0%(280명)의 대다수가 중간적인 성향으로 나타났 다.
2. 치위생과 학생들의 A/B형 성격은 참을성이 없고 성격이 급하며 성취욕구가 매우 다양한 A형이 16%(56명), 인내성은 있으나 위험을 회피하는 성향을 가진 B형은 46.7%(164명), 중간인 사람이 37.3%(131명)으로 나타났다.
3. 치위생과 학생들의 통제위 성격은 62.6%(219명)이 외재론자로 조사되었으며, 20.3%(71명)이 내재론자이며, 17.1%(60명)이 내적 통제위와 외적 통제위의 균형상태인 것으로 조사되었다. 과반수 이상의 학생들이 인생이 자신의 의지와 능력에 의한 것보다 운명에 좌우된다고 믿는 외재론적 성향이 높은 것으로 나타났다.
4. 치위생과 학생들의 스트레스 대처방식을 조사한 결과 직접적인 대처방법이 가장 높았고(3.21), 다음이 정신적인 대처(3.19), 심리적인 대처(3.07), 파괴적인 대처(2.48), 물리적인 대처(2.37) 순으로 조사되었다. 이는 조사대상자가 모두 여성이므로 파괴적이거나 물리적인 스트레스 대처는 거리가 있는 것으로 사료되었다.
5. 성격유형이 스트레스 대처방식에 어느 정도의 설명력을 갖고 있는지를 보기 위해 3가지의 성격유형을 독립변수로 하여 상관관계를 분석한 결과 마키아벨리즘 성격이 약한 사람은 직접적인 방법으로 그리고 비파괴적인 방법으로 스트레스 대처를 하는 것으로 분석되었고 A/B형 성격유형이나 통제위 성격유형에 따라서는 스트레스 대처방법에 유의한 차이를 나타내지 않았다.

이와 같은 결론을 통하여 치위생과 학생 스스로가 예비 치과위생사로서 좀더 전문직에 대한 자부심과 적극성 그리고 성취욕구를 가질 필요가 있다. 또한 자신의 스트레스 대처방식을 인식하고 보다 합리적인 스트레스 관리능력과 해결방안에 적극적인 노력을 기울여야 하며 나아가 치위생과 학생들의 스트레스의 요인과 스

트레스 대처방식에 관한 많은 연구가 이루어져서 스트레스 대처에 보다 효율적인 프로그램 개발이 필요하리라고 사료된다.

참고문헌

1. 이한검, 이수광. 인간관계. 형설출판사, 2001:353-355.
2. 박창훈. 병원의 간호직과 행정직 직원의 스트레스 대처방식에 관한 연구. 경산대학교 보건대학원 석사학위논문. 2000.
3. 강부월, 김정혜, 최옥순. 치과응급처치. 청구문화사, 1999:16-19.
4. 박은주. 간호사의 이직의사에 영향을 미치는 요인. 아주대학교 공공정책대학원 석사학위논문. 2000.
5. 박태철. 교사의 직무 스트레스 요인과 그 대처방안에 관한 연구. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문. 2001.
6. 이형숙, 황미영. D보건대학 치위생과 학생들의 스켈링 실습시 경험하는 스트레스 요인에 관한 연구. 한국위생과 학회지 1998;4(2):15-25.
7. 이선미. 치과위생사의 업무스트레스 및 강인성과 소진에 관한 연구. 한국구강건강증진학회지 2000;1(1):95-109.
8. 이춘선. 치과위생사가 임상활동시 경험하는 스트레스 요인 분석연구. 동남보건대학 논문집 1998;(2):151-160.
9. 김왕동. 성격, 직무특성, 조직문화와 직무만족과의 관계연구. 고려대학교 석사학위논문. 1992.
10. Rotter, J. B. Generalized Expectancies for Internal Versus External control of Reinforcement. Psychological Monographs 1966;80(1):1-27.
11. Friedman, M. and Rosenman R. Type a Behavior and your heart. NY Alfred A. Knopf. 1974.
12. 남지영. 대학생의 성격유형과 자기지각수준, 스트레스 대처의 관계. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문. 1999.
13. Walker, O. Z. Locus of Control as it relates to Nurse's Job Satisfaction & Turnover : An organizational study. 1979.
14. 이선규. 직무스트레스의 유발요인, 대처전략과 조직구성원의 태도에 관한 실증적 연구. 성균관대학교 대학원 박사학위논문. 1990.

Abstract

The Study on the Stress Coping Method of the Dept. Dental Hygiene by the Personality Type

Kyung-Mi Kim, Jae-Kyoung Kang[1]

Department of Dental Hygiene, Suwon Women's College,

[1]Department of Dental Hygiene, Shingu College

Key words: Personality Type, Stress coping

The purpose of this study was to identify the personality type and stress coping method of students of Dept. dental hygiene students and relationship between them. Second purpose of this study was to suggest the good and useful method of stress coping. Data was drawn from a convenient sample of 350 and 3rd year students of the department of dental hygiene, some college located in Kyung-Ki Province.

The results were analyzed with SPSS 10.0 and the conclusion is as follow:

1. The average of Machiavellism type is 3.30, which indicates that most of the students has a middle type(80%). In the A/B type, most of the students has B type(46.7%). In the score of externality and internality, externality(62.6%) is higher than internality(20.3%)
2. As a result of investigating how they coped with stress, the direct coping was utilized most and the physical was utilized least.
3. In the relation between the personality type and stress coping method, non-Machiavellism type has a statistically significant difference. in the direct coping and destructive coping.