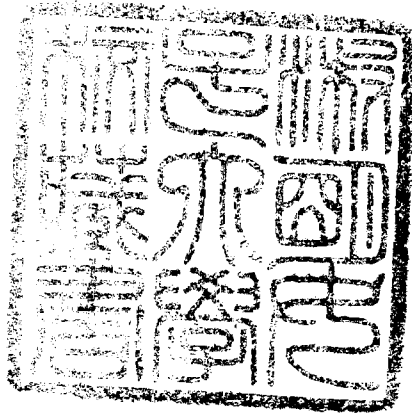


TN
77.01.15
박주영
DR

석사학위논문

A·B 성격유형 · 자아정체감 · 스트레스 대처간의 관계 연구



숙명여자대학교 대학원

교육심리학과 교육심리전공

박 주 영

1995년 12월



457185

석 사 학 위 논 문

A·B 성격유형 · 자아정체감 ·
스트레스 대처간의 관계 연구

지도교수 조 은 숙

이 논문을 교육학 석사 학위 논문으로 제출함.

1995년 12월 일

숙명여자대학교 대학원

교육심리학과 교육심리전공

박 주 영

박주영의 교육학 석사 학위 청구 논문을 인준함.

1995년 12월 일

심사위원장	교수(인)
위 원	교수(인)
위 원	교수(인)

숙명여자대학교 대학원

감사의 글

부족하지만 작은 결실을 맺도록 용기와 건강을 허락하신 하나님께 먼저 감사드립니다.

논문지도 뿐 아니라 저의 모든 생활에 세심하게 관심을 가져 주셨던 조은숙 지도교수님, 그리고 학문적 성숙을 위하여 항상 많은 가르침을 주셨던 송인섭 교수님과 강정구 교수님, 하대현 교수님께도 진심으로 감사드립니다.

바쁘신 와중에도 질문지에 응해 주신 피험자 여러분과 통계분석 과정에 도움을 주신 나은정 님, 은영 언니, 숙희, 그 외 여러 모로 격려를 아끼지 않았던 대학원 친구들 모두께 감사드립니다.

지금까지 아무 부족함 없이 저를 길러 주시고 가장 숭고한 사랑으로 제 모든 것을 채워 주셨던 부산에 계신 아버지, 어머니, 그리고 논문 준비 기간 동안 오른팔 노릇에 부족함 없었던 동생 진경이에게도 깊은 감사를 드립니다.

마지막으로, 친딸 이상으로 사랑해 주시고 늘 기도해 주시는 대전 아버지, 어머님께 이 자리를 빌어 진심으로 감사드리며, 무엇보다도 가장 가까이서 저에게 힘이 되어 주고 든든한 후원자가 되어 주었던 제 남편께도 가슴 가득한 사랑과 감사의 마음을 전합니다.

1995. 12.

박 주 영

목 차

I. 서 론	1
1. 문제의 제기	1
2. 연구 목적	4
II. 이론적 배경	5
1. A형 및 B형 성격유형	5
2. 자아정체감	8
3. 스트레스 및 스트레스 대처	13
(1) 스트레스	13
(2) 스트레스 대처방식	14
4. A·B 성격유형과 자아정체감, 스트레스 대처와의 관계	20
(1) A·B 성격유형과 자아정체감	20
(2) A·B 성격유형과 스트레스 대처	21
(3) 자아정체감과 스트레스 대처	24
5. 연구모형	26
6. 연구가설	27

III. 연구 방법	29
1. 연구의 대상	29
2. 측정도구	30
3. 통계분석	35
IV. 연구 결과 및 논의	36
1. 연구 결과	36
2. 논의	46
V. 요약 및 결론	49
1. 연구의 요약	49
2. 결론	51
참고문헌	54
부 록	63
ABSTRACT	

표 목 차

<표Ⅲ-1> A유형에 해당되는 문항번호	30
<표Ⅲ-2> 자아정체감 발달수준의 하위 영역별 문항 번호	32
<표Ⅲ-3> 자아정체감 척도의 신뢰도	33
<표Ⅲ-4> 스트레스 대처 방법 문항 번호	34
<표Ⅲ-5> 스트레스 대처방식 척도의 신뢰도	34
<표Ⅳ-1> A 유형과 B 유형의 자아정체감 발달수준에 대한 상관계수의 차	36
<표Ⅳ-2> A 유형과 B 유형의 스트레스 대처방식에 대한 상관계수의 차	37
<표Ⅳ-3> 적극적·소극적 대처와 자아정체감 발달수준에 대한 t 검증	38
<표Ⅳ-4> 성격유형에 따른 문제 중심적 대처 양식	39
<표Ⅳ-5> 자아정체감 수준에 따른 문제 중심적 대처 양식	39
<표Ⅳ-6> 성격유형과 자아정체감 수준에 따른 문제 중심적 대처 양식	40
<표Ⅳ-7> 성격유형에 따른 사회적 지지 대처 양식	41
<표Ⅳ-8> 자아정체감 수준에 따른 사회적 지지 대처 양식	41
<표Ⅳ-9> 성격유형과 자아정체감 수준에 따른 사회적 지지 대처 양식	41
<표Ⅳ-10> 성격유형에 따른 정서적 대처 양식	42
<표Ⅳ-11> 자아정체감 수준에 따른 정서적 대처 양식	42
<표Ⅳ-12> 성격유형과 자아정체감 수준에 따른 정서적 대처 양식	43
<표Ⅳ-13> 성격유형에 따른 심미적 대처 양식	43
<표Ⅳ-14> 자아정체감 수준에 따른 심미적 대처 양식	44
<표Ⅳ-15> 성격유형과 자아정체감 수준에 따른 심미적 대처 양식	44
<표Ⅳ-16> 성격유형에 따른 스트레스 대처 양식	45
<표Ⅳ-17> 자아정체감 수준에 따른 스트레스 대처 양식	45
<표Ⅳ-18> 성격유형과 자아정체감 수준에 따른 스트레스 대처 양식	45

그림 목 차

<그림 II-1> Ivancevich와 Metteson의 모델	7
<그림 II-2> 본 연구의 개념 모형	26

I. 서론

1. 문제의 제기

인간의 삶의 과정은 스트레스가 될 수 있는 수많은 생활사건의 연속이라고 볼 수 있다. 더욱이 현대인은 급속히 변화·발전하는 사회현상과 쏟아지는 정보 속에서 더 많은 스트레스를 경험하고 있다. 따라서 이러한 스트레스는 현대인의 생활과정 중에서 피할 수 없는 일부분이 되고 있으며, 적절히 해결하지 못할 경우 신경증이나 정신신체적 장애와 같은 심각한 부적응 행동을 초래하기 쉽다.

그러나 스트레스는 그것을 어떻게 대처하는가에 따라 오히려 성장의 촉진 요인이 되기도 한다(Jounard, 1975). 왜냐하면 스트레스는 개인으로 하여금 부조화감과 불만족을 경험케 하는데, 이러한 경험은 자신과 외부에 대하여 새로운 태도를 취하게 하는 동기가 되기 때문이다.

선행연구들에 의하면 효과적인 스트레스 대처 행동은 유해한 스트레스원으로 부터 개인을 보호한다고 한다. 즉, 스트레스는 대처행동에 따라 그 효과가 달라진다는 것이다(Lazarus & Folkman, 1984; Moos, 1984, 1985).

또한 Holahan(1986)과 Eysenck(1983) 등은 성격특성이 스트레스 대처효과에 영향을 준다고 한다. 특히 성격유형의 하나인 A형, B형 성격유형에서 A형 성격유형은 건강심리학에서 가장 주목받는 요인중의 하나이다. 같은 스트레스 상황이라도 그것을 지각하는 사람에 따라 스트레스로 받아들여 지기도 하고 그렇지 않을 수도 있는데, 유난히 스트레스에 민감하게 지각하는 사람들이 A형 성격유형이며, 그들은 그러한 스트레스를 대처하는 방

법에도 독특한 양상을 보이고 있다.)

예전에는 A형 성격유형에 관한 연구가 심장혈관관계 또는 혈압이나 심리적 반응치에 맞추어져 이루어졌다.

그러나 최근에는 생체-심리-사회모형(Bio-Psycho-Social Model)이 제시되었고 특히 사회심리적 환경요인들이 고려되어져 활발하게 진행되고 있다.

또한 A형 및 B형 성격유형은 자아정체감과의 관계를 연구하는데도 관심이 고조되고 있다(Friedman & Rosenman, 1971; Glass, 1977; Thalma, E.L & Itzak. G., 1987). 일반적으로 (A형 성격유형의 중심특성으로서 공격성, 쉽게 유발되는 적개심, 시간에 대한 조급함 및 경쟁적인 성취추구(Matthews, 1982; Burnam, 1975; Glass, 1977) 등을 들고 있다.)

(이러한 A형 성격유형의 특징은 전통적으로 남성적인 성역할이나 그 기대와 일치한다고 볼 수 있다. 남자들은 경쟁적이고, 공격적이며, 높은 성취자로 사회화되어 있는 반면, 여성은 상대적으로 덜 그런 방향으로 사회화되어 있다고 볼 수 있기 때문이다(Bandura, 1973; Dweck & Bush, 1976; Maccoby & Jacklin, 1974). B유형이란 A유형들이 표출하는 특성들의 상대적 부재를 보이는 사람들을 규정하는 것으로서, 태평하고 여유있게 생활하는 사람들이 이 유형에 속한다고 볼 수 있다(Strube, 1985).

Glass(1977)는 A유형 행동양상의 사람들이 B유형의 사람들보다 자존심 유지에 더 큰 관심을 가진다고 했다. 또한 A유형의 사람들이 B유형의 사람들보다 환경을 통제하고 유지하려는 동기가 더 높으며, 과제 수행을 요구하는 지시에 관계없이 더 몰두하여 스트레스 노출시에도 훨씬 더 과제를 잘 수행한다고 하였다.)

(이것은 A·B 성격유형과 자신의 능력, 욕구, 역할 등을 지각하는 자아정체

감과의 관계성을 시사해 주는 것이다.

자아정체감과 스트레스, 스트레스 대처 사이의 연구는 아직 미흡한 편이다. 그러나 자아지향적인 군인들이 군사훈련으로 인한 스트레스를 더 잘 극복한다는 Royl(1984)의 보고와 자아개념의 긍정성은 스트레스를 감소하는 중요한 요인임을 밝힌 Wallace(1986) 등의 연구로 보아, 이 두가지 변인 사이에도 유의한 관련성이 있을 것이다.

이와 같이 A 및 B형 성격유형과 스트레스, 자아정체감은 서로 어떠한 관련성을 갖고 있음을 유추할 수 있다.

발달단계상 후기 청년기에 속하는 대학생은 사회적 독립, 이성과의 자유로운 교제, 직업선택, 경제적 자립, 정치적·문화적 혼란과 급격히 변화하는 사회 속에서 자신의 위치나 역할을 재인식하고 통합할 때 성인으로서의 자질을 형성하게 된다. Erikson(1968)은 이러한 과정을 '자아정체감 형성'이라 하고 청년기에 이룩해야 할 핵심적 발달과제로 보았다.

그러나 현대 사회의 대학생들은 자신이 짊어져야 할 많은 책임과 역할들 속에서 오히려 자아정체감 혼란에 빠져 있을 뿐 아니라 정신적, 신체적으로 과중한 스트레스와 부적응을 경험하고 있다. 이러한 문제점들을 슬기롭게 대처해 나가는 것은 성숙한 한 인간으로 성장할 것이라는 지름길인 동시에 건전하고 건강한 사회생활을 이루어나가는 데 꼭 필요하리라 본다.

따라서 본 연구에서는 대학생의 스트레스에 영향을 미치는 A·B 성격유형과 자아정체감 변인을 설정하고 그 변인들에 가지는 설명력을 규명함과 동시에 A·B 성격유형이 자아정체감에 어느 정도 영향력이 있는지를 탐색하고 스트레스 대처와 자아정체감의 관계를 밝혀 보고자 한다.

2. 연구 목적

본 연구에서는 대학생들의 행동특성이나 정신건강에도 영향을 미치는 스트레스 대처방식을 중심으로 스트레스 대처능력에 영향을 미칠 것으로 추정되는 A·B 성격유형, 자아정체감 세 변인에 대한 탐색과 A·B 성격유형과 자아정체감, 자아정체감과 스트레스 대처 사이의 관계를 밝히는 데 그 목적이 있다.

이와 같은 연구 목적을 위하여 다음과 같은 구체적인 연구 문제를 제시할 수 있다.

연구 문제 1. A형 및 B형 성격이 자아정체감에 미치는 영향력을 분석한다.

연구 문제 2. A형 및 B형 성격유형이 스트레스 대처에 미치는 영향력을 탐색한다.

연구 문제 3. 자아정체감과 스트레스 대처방식간의 관계를 분석한다.

연구 문제 4. A형 및 B형 성격유형과 자아정체감이 스트레스 대처방식에 미치는 추가적 설명력을 분석한다.

II. 이론적 배경

1. A형 및 B형 성격유형

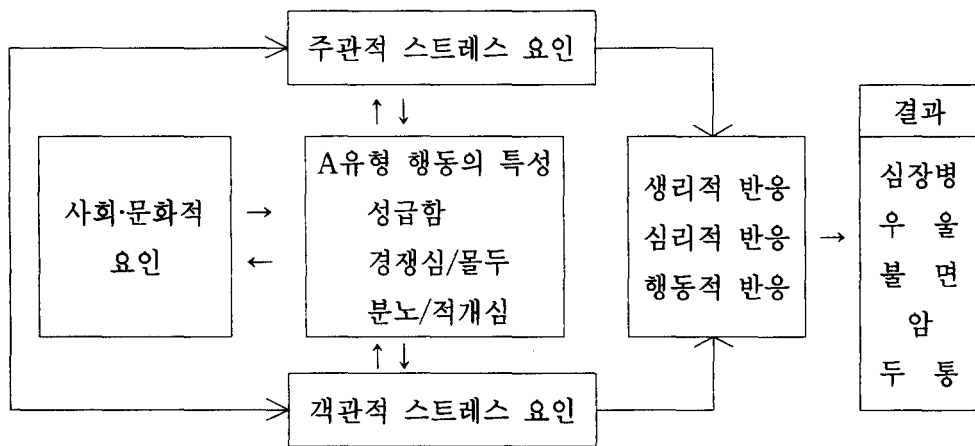
스트레스를 다룬 문헌 중에서 스트레스와 밀접한 관련이 있어서 가장 많이 언급되어지는 성격 특성이 A유형이다. A유형이라는 개념은 1950년대부터 심장병 환자들의 독특한 행동양상을 관찰하여 오던 심장학자인 Friedmann과 Rosenman에 의해서 처음 등장하였다. 이들이 내린 A유형 행동의 정의는 '보다 적은 시간 내에 많은 것을 성취하기 위해서 끊임없이 노력하며 만일 다른 사람이나 일이 방해가 될 때에는 그것에 대해 공격적인 방식으로 대항하는 사람들에게서 관찰될 수 있는 특징적인 행위와 정서의 복합체(Action-Emotion Complex)'라고 했다(Friedman & Rosenman, 1974). A유형의 행동 양상의 주요 요소는 일을 할 때 그것을 도전적인 것으로 받아들여 경쟁적인 성취추구(Competitive achievement strivings), 시간에 대한 조급함과 참을 수 없음(Time urgency & Impatience), 일에 대한 몰두(Job Involvement), 통제할 수 없는 상황에서 공격성과 적대감(Aggressiveness & Hostility)을 A유형의 특징으로 보았다. A유형에 대응되는 B유형이란 A유형들이 표출하는 특성들의 상대적 부재를 보이는 사람들을 규정하는 것으로 태평하고 여유있게 사는 사람들이 여기에 속한다고 기술한다(Strube & Boland, 1986). 어떤 연구자들은 이러한 A·B 유형을 성격특성으로 보는 것에 반대하였다. 예를 들면, Matthews(1982)는 A유형 행동 양식을 성격특성이나 소인이라기보다는 도전적인 환경에 민감한 사람들에게서 유발되는 특징적인 반응스타일로 보았다. 그러나 Eysenck와

Fulker(1983)는 A형 행동유형은 긴장감, 야망, 활동성 그리고 표출 등의 요인과 상관이 깊은 성격차원으로 보았다. 또 다른 연구에서도 A유형 특징이 있는 사람들이 B유형의 사람들보다 신경증적 경향성이 높다고 하였으며 (Lovallo & Pishkin, 1980), A형 행동유형이 외향성과 상관이 깊다는 연구도 있다. 따라서 본 연구에서는 A·B 유형을 스트레스와 관련하여 성격을 분류했다고 볼 수 있는 Framingham 유형론 차원에서 보고자 한다. 이 유형론에서는 성격을 A·B 유형으로 나누어 각각의 행동양식을 스트레스와 관련시켜 설명하고 있다. 스트레스와 성격에 관한 연구 보고들을 보면 A유형이 B유형보다 상황통제가 힘들며 환경적 스트레스에 더 높게 반응한다고 한다(Glass, 1977).

Glass(1977)는 같은 스트레스 상황이라도 그것을 지각하는 사람에 따라 스트레스로 받아들이기도 하고 그렇지 않을 수도 있는데 유난히 민감하게 지각하는 사람들이 A유형이라 하였다. 또 스트레스에 취약한 성격이 있고, 스트레스에 강한 성격이 있는데 A유형 성격은 스트레스에 취약해서 관상성 심장질환에 걸리기 쉽다고 했다. A유형 사람들은 환경에 대한 통제를 유지하는데 매우 큰 욕구를 가지고 있어서 통제감에 대한 위협을 느낄 때 그것을 다시 회복하려는 노력에서 A유형의 반응양상을 보인다고 하였다. 또한 A유형은 사회적 강화와 주관적 성취감이 주는 효과가 매우 크므로 자신들의 행동을 수정해야 할 필요성을 거의 느끼지 않는다. 앞에서 살펴본 A유형 성격특징이 신체질환의 위험요인임은 분명하지만 A형 성격과 신체질환사이를 설명하는 기제는 분명하지 않다.

A유형의 심리적, 행동적 특성과 신체질환사이에 반드시 생리적 기제가 존재할 것이라는 가정하에서 Krantz와 Durell(1983)는 하나의 모델을 설정하였는데, 그들은 도전적 상황에서 A유형들의 행동이나 초기 학습, 기질

등의 영향이 교감신경계의 반응성을 높이고 이것이 신체질환을 일으키는 위험요인이 된다고 하였다. 하지만 이 모델은 기질(Trait)적 요인과 유전 혹은 생물학적 요인을 지나치게 강조했다는 비판을 받고 있다. 최근의 변화된 A유형 모델은 Ivancevich와 Matteson(1988)에 의해서 제기된 모델로 Krantz와 Durell(1983)의 모델에서 보이는 기질적 요인보다는 상황적 요인을 많이 강조하고 있다(그림 II-1).



<그림 II-1> Ivancevich와 Metteson의 모델

이 모델에서는 A 유형 특성이 현대사회의 적응적 모습이기 때문에 사회-문화적 요소를 고려하지 않을 수 없다고 했다. 크게 보아서는 사회-문화적 요인에서 각 개인의 주관적, 객관적 스트레스 요인에 이르기까지 A유형에게 상황적 요인은 매우 중요하다고 할 수 있겠다.

이와 같은 A·B 유형의 특성을 근거로 하여 자아정체감 수준과 스트레스 대처 사이의 관계를 본 연구에서는 분석하고자 한다.

2. 자아정체감

Erikson은 개인을 사회 속에서 바라보는 심리·사회학적 접근을 하여 정체성이란 자기의 연속성, 단일성 또는 독자성이고 이와 같은 '개인의 동일성에 대한 의식적인 감각'이라고 하였다. 또한 성취와 같이 완성되는 것이 아니며 고정적이거나 불변하는 것도 아닌 사회적 현실 속에서 끊임없이 개선되어 나가는 자신에 대한 현실감으로 보았으며 일생동안의 계속적인 발달로 보았다. 그는 또 자아정체감을 주관적인 측면과 객관적인 측면으로 나누어 설명하고 있다. 자아정체감의 주관적 측면은 개인적 정체감(Personal identity)을 의미하는 것으로서 시간의 흐름 속에서 특징되는 자신의 동질성(self-sameness)과 연속성(continuity)을 인지하고 이를 인식하려는 성향이라 할 수 있고, 객관적 측면은 사회·심리학적 정체감(Psychosocial Identity)을 뜻하는 것으로 개인의 집단에 대한 귀속성을 의미한다. 따라서 자아정체감은 내적 자아의 통합과 그가 속한 집단 내에서의 역할의 통합이 서로 보완적으로 잘 이루어지는가에 의한다고 볼 수 있다.

Pignan(1965)는 자아정체감을 자기의식, 독특성, 자기수용, 안전성, 목표지향성, 대인관계를 내포한 개념으로 보았다.

Marcia(1966)는 자아정체감이란 자기구조로 동기나 능력, 신념, 생육사 등의 내적이고 자기 구성적이며 역동적인 조직이라고 하였다. 그러므로 이러한 구조가 잘 발달된 사람일수록 자신의 장·단점과 다른 사람과 자신과의 유사성 및 독특성을 잘 깨닫는 반면, 이러한 구조가 덜 발달된 사람은 다른 사람으로부터 자신을 찾으려 하고, 외적 자원에 의존하여 그들 자신을 평가하는 흥미적인 사람이 된다고 하였다.

이와 같은 이론을 종합하면 자아정체감이 갖는 특징을 다음과 같이 요약

할 수 있다.

- ① 자아정체감은 자아구조, 즉 개인의 욕구, 능력, 흥미, 신념, 개인사를 포함하는 개념이다.
- ② 자아정체감은 개인과 분리된 독특한 개체로서의 동질성과 연속성을 지니는 주관적인 차원을 갖는다.
- ③ 자아정체감은 자아의 동질성과 연속성이 타인의 눈에 비친 자기 동질성과 연속성에 부합된다는 측면에서 볼 때 객관성을 갖는다.

자아정체감의 발달에서는 Erikson은 Freud의 심리·성적발달이론을 성장시켜 자아의 발달에 있어 사회·문화적 요인을 중요시한 심리·사회적 측면에서 성격의 발달을 구분·설명하였다. 즉 한 개인은 출생에서 사망하기까지 사회적인 배경과 성장하는 유기체의 신체·심리적 기능들과의 상호작용 과정을 통하여 발달하게 되는 것을 의미하는 것이다. 또한 그는 성격발달을 여덟 단계로 나누고 각 단계의 긍정적인 발달 특징과 부정적인 발달특징을 기술하고 있다.

김형태(1989)는 Erikson 이론의 각 단계별 특징 및 공통점을 다음과 같이 설명하고 있다.

첫째, 각 단계마다 발달과업과 위기가 있고, 그에 따른 결정적 시기가 있으며, 둘째, 각 단계의 발달과업과 위기는 대립되는 인격특성으로 나타나고, 셋째, 각 단계의 위기해결은 그 단계의 상호대립되는 인격특성의 연속적인 균형을 유지함으로써 해결되는 것으로 각 단계 특성 중 긍정적 측면만 강조하고 부정적 측면을 배제할 때엔 발달 장애가 일어나며, 넷째, 각 단계에서의 발달 위기의 해결은 다음 단계로의 순조로운 이행과 전체적인

발달의 가능성을 뜻하며, 다섯째, 인간은 모두 각 단계의 발달과업을 스스로 성취하려는 동기를 갖는다고 하였다.

Erikson은 자아정체감 형성에 있어 청년기, 특히 후기 청년기가 중요하다고 했는데, 그것은 이 시기가 젊은이들이 신체적 발달, 인지적 기술, 사회적 기대 등을 어린 시절의 동일시와 분별하고 종합할 수 있도록 능력을 양성하여 성인이 되었을 때 살아나갈 수 있는 방법을 구성해야 하는 첫 시기이기 때문이다(Marcia, 1980).

그러나 청년기 자아정체감의 형성은 한 순간 갑자기 형성되는 것은 아니다. Erikson은 청년기를 자아정체감 형성에 있어서 외관적 정체 위기가 나타나는 시기로 보고, 자아정체감 형성은 청년기의 주된 특징이지만, 청년기와 더불어 시작하는 것도 아니고 개인과 그 사회에 의식되지 않은 채 계속되는 일생동안의 발달이라고 하였다.

결국 정체감 형성이란 전체적인 체계가 구조화 내지 분화, 복잡화 되어가는 지속적이고도 일관된 하나의 과정이라고 보아진다(서봉연, 1974).

Marcia(1966)는 자아정체감이 형성되는 시기에 직업적, 이념적 관여가 증가한다는 Erikson의 이론을 바탕으로 청년기 자아정체감 영역을 직업과 이데올로기로 택하였으며 이데올로기는 다시 종교와 정치로 분류하였다. 이 세 영역에 대하여 대학생들이 표현하는 위기(crisis)와 관여(commitment)의 정도에 따라 자아정체감을 정체감 성취(identity achievement), 유예(moratorium), 유실(fore closure), 혼미(diffusion)로 구분된다.

정체감 성취 수준의 사람들은 일정한 위기의 기간을 경험하고 직업과 이데올로기에 깊이 관여하고 있다. 이 수준의 사람들은 스스로의 선택에 대해 확신을 갖고 있으며 환경의 급격한 변화와 예기치 못한 상황에 처해서도 흔들림없이 능동적으로 잘 대응해 나간다.

정체감 유예 수준의 사람들은 현재 위기에 처해 있으나 초점이 없고 모호한 정도로 관여하고 있다. 해결하기 어려운 문제에 적극적으로 관심을 보이며, 내적으로 깊이 몰입되어 있기 때문에 외관상 당혹스러워하는 모습을 보이기도 한다. 자기 선택에 대해 노력한다는 점이 혼미 수준의 사람과 구분이 된다.

정체감 유실 수준의 사람들은 위기는 경험하지 않았으나 관여를 나타내고 있다. 그러나 이들이 표현하는 관여는 스스로의 힘으로 획득한 것이 아니라 부모나 중요한 타인이 제공하는 가치관, 신념, 직업관 등을 그대로 별생각없이 받아들인 것뿐이다. 따라서 자기들이 받아들인 신념체계가 위협받지 않는 상황에서는 적절하게 기능하지만, 그러한 상황이 변화하면 크게 당황하게 된다.

정체감 혼미 수준에 있는 사람들은 위기를 경험했을 수도 있고, 경험하지 않았을 수도 있지만 전혀 관여를 보이지 못하는 상태에 있다. 이들은 직업이나 이데올로기에 관심을 기울이지 않으며, 어떠한 결정도 내리지 못하고 있다. 이들은 목표 의식 없이 표류하며 냉담하다.

전반적으로 고려해 볼 때 제일 진보된 정체감 상태는 성취이며 이 뒤를 유예, 유실, 혼미의 지위가 뒤따른다고 볼 수 있다.

Marcia는 정체감 발달 정도를 분류할 수 있으나 각 요인에 대한 계속적인 측정이 없어 형성 발달의 양식을 제시하지는 못하였는데, Waterman(1982)은 Marcia의 연구 결과를 토대로 다음과 같은 정체감 발달 양상을 제시하고 있다.

첫째, 정체감 혼미인 경우, 여러 종류의 정체감을 추구하기 시작하여 유예형으로 진전될 수도 있고(D-M), 제시된 가능성만을 그대로 따라감으로 유실형이 될 수도 있으며(D-F), 혼미의 상태를 그대로 유지하며 다른 변화

를 시도하지 않을 수도 있다(D-D). 둘째, 유실형의 상태에서는 부모와 사회에 순응하다가 선택과 결정의 고민이 시작됨으로 유예형이 될 수 있고(F-M), 지금까지의 가치관과 인생목적을 계속 유지하려 할 때엔 유실형이 지속되며(F-F), 지금까지 수용하고 지지했던 일들에 대해 의미를 잃고 가치의 혼란을 가져오게 되면 혼미형으로 후퇴한다(F-D). 셋째, 유예형의 상태에서는 분명한 목표가 설정되어 관여하기 시작하면 성취형으로 될 수 있으며(M-A), 여러 시도를 포기하고 혼돈으로 침체되면 혼미형으로 퇴보한다(M-D). 넷째, 성취형의 상태에서는 자신의 목표와 가치관에 흔들림이 없이 계속 성취 상태를 유지할 수도 있고(A-A), 이전의 성취에 대해 재검토와 회의가 생기면 유예 상태로 되돌아가며(A-M), 지금까지의 관여와 성취 및 자기 존재에 대해 확신을 잃고 무력해지면 혼미의 상태로 회귀된다(A-D).

이와 같이 자아정체감은 각 단계별로 특성이 있으며 그 발달에 있어서도 각 양상이 다양하다. Marcia의 이론은 단순히 자아정체감이 성립 또는 미성립의 차원을 넘어서 다양한 모습을 설명하였다는 데에 의의가 있다.

실제로 많은 연구들은 Marcia의 3영역 외에 다른 영역들을 추가시키고 있다. 대표적으로 Adams, Bennion, Huh(1989)는 정체감을 이념적 정체감 영역과 대인관계 영역으로 구분하고 이념적 영역으로는 직업, 정치, 종교와 철학적 삶의 방식을, 그리고 대인관계 영역으로는 우정, 이성교제, 성역할, 여가활동 등을 들고 있으며 이를 바탕으로 자아정체감 측정 도구(EOMEIS-2)를 개발하였다.

본 연구에서는 자아정체감 발달수준을 혼미, 유실, 유예, 성취의 4단계로 보고 A·B 성격유형과의 관계, 스트레스 대처방식간의 영향력을 분석해 보려고 한다.

3. 스트레스 및 스트레스 대처

(1) 스트레스

스트레스라는 용어는 신체질환 및 정신질환과 관련하여 많은 관심의 대상이 되고 있으며 널리 쓰여지고 있으나 아직도 명확하게 정의되고 있지 않으며(Dohrenwend & Sharout, 1985), 시대에 따라 그 정의가 변화되고 있다.

스트레스 연구자들이 스트레스와 적응, 부적응에 관련된 변인들의 관계를 알아보고자 함에 있어서 스트레스를 어떻게 정의하느냐에 따라 그 측정방법이 달라지게 되고, 변인들이 관련되는 양상 등이 달라지기 때문에 스트레스에 대한 개념적 정의가 우선되어야 한다(김정희, 1987).

일반적으로 스트레스는 반응으로서의 스트레스, 자극으로서의 스트레스, 개인과 환경사이의 상호작용으로서의 스트레스로 구분할 수 있다. 반응으로서의 스트레스 개념은 초기 스트레스에 대한 정의로 사용되었는데(Eisdorfer, 1981), Selye(1936)은 어떤 새로운 자극 형태가 나타났을 때 이에 대응하려는 신체적 방어역의 틀, 즉 일반적 적응 증후군(General Adaption Syndrome; GAS)으로 스트레스를 정의하였다 스트레스를 이러한 신체반응으로 정의한다면 아주 심각한 경우를 제외하고는 스트레스 반응과 일상생활에서의 반응을 구별하기 어렵다는 난점이 있다.

자극으로서의 스트레스를 보는 입장에서는 외적인 환경적 조건으로부터 내적인 생리적 현상까지 다양한 자극들을 포함하는데, 반응으로서의 스트레스와 구별하기 위해 긴장원(stressor)이라고 정의하고 있다. Lazarus와 그의 동료들은 일상생활의 문제거리가 긴장원으로서의 가장 중요한 역할을

한다고 보고 있다. 스트레스를 환경자극으로 파악하려는 가장 대표적인 입장이 생활사건(life event)접근법이다.

초기의 생활변화 연구에서는 생활사건을 심리-사회적 적응의 안정된 상태에서부터의 변화라는 차원에서 측정했는데, 이 입장은 생활변화의 사회적 선호도(social desirability)와는 관계없이 그 변화량의 함수로 어떤 사건의 스트레스성 여부를 나타내려고 하는 것이다. 그 결과, 선호도의 관점에서는 정반대의 극에 있는 사건들이 비슷한 정도로 평가되는 경우가 생기게 되었다. 더구나 스트레스 사건에 대한 개인의 주관적 지각을 측정하지 못한다는 어려움도 발생하였다.

스트레스를 역동적 상호작용의 개념으로 정의하는 입장에서는 어떤 환경적 사건도 개인의 지각이나 평가와 독립되어 하나의 긴장원으로 작용할 수 없다는 관계론적인 입장에서 스트레스를 보고 있다. 즉 스트레스는 사상의 긴장성에 대한 개인의 지각, 대처할 수 있는 자신의 능력에 대한 평가 등에 의하여 결정된다.

따라서, 자극의 스트레스성 여부를 결정하는 것은 자극 혹은 반응 그 자체가 아니고 유기체가 환경적 자극을 해석하고 요구에 대해 반응할 수 있는 대처차원을 해석하는 방법이라는 것이다.

(2) 스트레스 대처방식

심리학 분야에서 스트레스가 적응에 주는 영향을 다루기 시작한 것은 1950년경으로, 초기의 연구들은 스트레스 사건이 적응에 미치는 모든 사람에게 동일하다고 가정하였다(Fisher, 1986). 스트레스의 상황에서의 적응에 영향을 미치는 개인의 성격적 특성과 대처양식을 연구하여 왔다(Byrne,

Steinberg & Schwartz, 1968; Kdbasa, Maddi & Khan, 1982; Kobasa & Puccetti, 1983).

이 접근에서는 개인의 성격적 특성이 모든 스트레스 상황에서 안정적이고 지속적으로 작용한다고 가정하거나, 특정 상황에서의 대처양식이 그 사람의 일반적인 대처행동을 대표한다고 가정한다.

Lazarus와 그의 동료들이 제시하는 스트레스에 관한 인지-현상학적인 이론에서는 스트레스 경험에 대한 인지적 평가의 작용과 함께 특히 대처의 중요성을 강조하고 있다(Lazarus, 1981; Lazarus & Folkman, 1984; Lazarus & Launeir, 1978). 이렇게 대처란 용어는 인간의 적응에 있어서 핵심적인 개념이다. 전통적으로 대처는 방어 혹은 자아과정의 관점, 성격특성의 관점, 상황 지향적 관점의 3가지 관점에서 개념화 되고 있다(Forkman & Launier, 1980).

첫째, 방어나 자아과정으로 대처를 파악하려는 입장은 가장 전통적인 입장으로 역동적 심리학의 근간을 이루고 있는 방어기제들은 바로 스트레스를 다루어 나가려는 대처작용으로 파악되고 있는 것이다. 특히, 대처를 긴장해소와 심리적 균형회복의 목적을 갖는 방어체계로 보는 것은 문제해결보다는 긴장 감소에 초점을 맞춘 것으로 대처에 있어서 정서적 균형도 중요하다. 그와 함께 문제 해결 기능을 포함할 필요가 있음을 간과하고 있다는데 문제점이 있다(Folkman & Lazarus, 1980).

둘째, 대처를 성격적 혹은 기질적 특성으로 보는 입장에서는 성격특성을 개인의 긴장 상황에서 드러내는 행동양식으로 간주한다(Lazarus & Folkman, 1984).

Rotter(1966)에 의하면, 개인에게 일어나는 사건이나 결과에 대해서 그 원인을 자신에게 돌리는 내통제와 환경이나 외부에 돌리는 외통제로 성격적

특징을 구분하고 있다.

내통제자는 모든 사건의 원인과 책임이 자신 내부에 있다고 믿는 반면, 외통제자는 우연이나 운명 또는 외부요인에 책임과 원인이 있다고 믿는다. 이렇듯 스트레스에 대처하는 방식에서 내통제자와 외통제자가 크게 차이가 나는 것으로 드러났다. 따라서 내통제자는 어떤 스트레스 상황에서도 정보를 추구하는 등 적극적인 대처를 하는 반면, 외통제자는 스트레스 상황에서 쉽게 위협을 느끼고 무기력 반응을 일으키기 쉽다고 하였다(Rotter, 1966).

이와 같이 대처를 하나의 특성으로 파악하려는 입장을 취할 때, 어떤 한 특성을 가진 사람은 모든 상황에서 일관된 태도나 행동을 보일 것이 가정되므로, 대처가 상황이 변함에 따라 어떤 때는 방어적 전략에 또 어떤 때는 문제 해결적 전략에 크게 의존하여야 하는 하나의 변화하는 과정이라는 점을 간과하게 된다는 문제점이 있다. 그 뿐 아니라 실제로 개인이 한 생활 상황을 다루는데 사용하는 다 차원적 대처과정을 적절하게 반영해 주지 않는다는 지적을 받고 있다(Lazarus & Folkman).

끝으로 대처에 대해 상황 - 지향적 접근을 하는 입장은 특별한 위기를 경험한 사람들이 사용하는 대처의 작용에 관심을 둔다(Lazarus & Cohen, 1977). 이 연구들은 주로 위기상황이 전개되어 가는 과정에서 사용하는 전략들, 즉 대인관계의 재수립, 정보추구, 자존심의 유지, 올바른 의사결정, 좋은 기분의 유지 등으로 대처를 범주화하여 이를 설명하려고 한다(Folkman & Lazarus, 1980).

또한, 이 연구들은 스트레스의 부정적 효과를 완화시키는 대처의 종류를 알아내려고 하였다. 예를 들면, Collins, Baum 및 Singer(1983)는 핵 폭발사고가 일어난 근처에 살고 있는 사람들이 부인(denial)이나 문제 지향적 대

처보다 상황을 재평가하는 대처를 사용하였을 때 심리적, 신체적으로 덜 영향받을 수 있었다는 결과를 보고하였다. 이 접근법은 복합적이고 다 차원적인 대처과정을 위의 두 입장 - 자아과정의 관점 및 특성적 관점 - 보다 더 포괄적이고 종합적으로 설명할 수 있다는 장점을 갖는다. 그러나, 이러한 연구들은 대부분이 혼치않은 상황에서의 적응 결과를 매개하는 대처 전략을 알아보려는 시도였기 때문에 상황간 대처 분석이 되어 있지 않으므로 다른 맥락으로의 일반화가 어렵다는 난점이 있다.

Lazarus & Folkman(1984a)은 전통적으로 대처 이론들이 자동적인 반응간의 중요한 차이를 구분하지 않았음을 단점으로 지적하였다. 그들에 의하면, 모든 적응 과정이 다 대처인 것은 아니며, 대처는 적응활동중의 한 하위 세트로서 노력이 투입되어야 하는 것이다. 즉, 대처는 바로 “스트레스를 다루어 가려는 노력”으로 정의될 수 있다. 이 입장의 특징을 개인의 자원을 요청하는 데는 사람과 환경의 특정한 관계가 있는 것으로 보는 것이다. 즉, 대처 노력은 당면한 사건의 인지적 평가에 대한 반응으로 이루어지고, 이 반응에 의해서 상황이 변하거나 상황에 대한 느낌이 변하여 사람과 환경사이의 관계를 바꾼다면 새로운 평가(재평가)가 이루어져 다시 이에 대한 대처 노력을 하게 된다는 것이다.

Lazarus 등은 대처의 기능을 보는 면에서도 전통적인 대처 이론가들과는 차이가 있다. 방어(혹은 자아)과정의 관점에서는 긴장 감도, 즉 평형의 회복을 대처의 주요기능으로 보고 있다.

일반적으로, 문제중심의 대처가 정서 중심의 대처보다 더 좋은 적응결과를 가져오는 것으로 간주한다(Folkman & Lazarus, 1980). 그러나 인지 현상론적 입장에서는 문제중심적 대처, 정서 집중적 대처의 어떤 전략도 다른 것보다 원래 좋거나 나쁘다고 보지 않는다. 이들은 각각 인지적, 행동적

전략을 모두 포함하는 것으로 초점이 문제 지향적이나, 정서 지향적이냐에 따른 차이일 뿐, 문제 해결적인 대처 노력이라는 점에서는 서로를 촉진시키는 작용을 한다고 본다.

Lazarus & Launier(1978)는 개인이 어떤 상황에 놓였을 때 그것이 스트레스라는 평가를 하게 되면, 이는 대처 노력을 하게 하여 사람과 환경 그 자체를 바꾸게 하거나 정서적 고통을 조절하여 삶과 환경에 변화를 가져오게 한다고 하였다.

이 밖에도 대처 유형을 두 가지 혹은 세 가지 차원으로 나누고 있다.

Pearlin & Schooler(1978)는 대처를 문제지향적, 인지적, 정서 완충적인 세 차원으로, Moos와 그의 동료들(Bilings, 1982)은 노력의 유형에 따라 문제 해결적 대처와 정서 방출적 대처의 두 차원으로, Brown & Health(1984)는 회피와 비회피적 대처의 두 차원으로, Parkes(1986)는 직접적 대처, 억압적 대처와 일반적 대처로 나누었다. 또한 Guttman(1964)은 환경을 조절하고 통제하는 방식에 능동적, 수동적 및 미신적 방식이 있어서 연령 증가에 따라 그 통제의 양상이 달라진다고 하였다.

대처를 둘 혹은 세 차원으로 나누려는 노력을 하고 있다(김정희 & 이장호, 1985; Coyne et al, 1981; Folkman & Lazarus, 1985, Folkman & Lazarus, 1985).

이 연구들에서 공통적으로 나타난 요인들은 문제 집중적 대처, 사회적 지지의 추구, 심미적 사고 등이며, 정서 집중적 대처는 각 연구에서 약간씩의 차이를 보이면서 서로 다른 요인으로 묶이고 있다.

여기에서 알 수 있는 것은 대처는 단지 문제 해결적이거나 정서 방출적인 것 뿐 아니라 사회적 지지의 추구하고 심미적 사고(소망적 사고)가 포함되어야 한다는 것이다.

Lazarus와 그의 동료들은 대처방식이란 다음과 같이 다섯 가지 유형으로 구분된다고 하였다.

첫째, 해로운 환경조건을 바꾸거나 개선하는 것.

둘째, 부정적인 사건이나 현실을 견디는 것이나 그런 상황에 적응하는 것.

셋째, 긍정적인 자기상을 유지하는 것.

넷째, 정서적인 평형을 유지하는 것.

다섯째, 타인과 만족스런 관계를 유지하는 것.

Lazarus & Moos 및 Bilings(1982)는 대처하는 노력이 투여되는 방식에 따라 그 유형을 구분하는데, 대처하는 노력이 외부로 투여되는 문제 중심적 대처와 사회적 지지의 추구를 적극적 대처로, 이 노력이 자신의 감정이나 사고 등 내부로 투여되는 정서 중심적 대처와 심미적 사고를 소극적 대처로 구분하여 대처를 다루어 나가려는 노력에 따라 정의하였다.

적극적 대처행동은 좌절이나 장애요소를 극복하고 적극적으로 문제를 해결하는 행동을 말하며 소극적 대처 행동은 문제를 회피하거나 방어하는 것이다(김정희, 1987; Schuler, 1984). 이런 대처 행동을 보다 정확하게 구분하고 이를 측정하려는 노력들이 그 이후에 많이 시도되었는데 Caver와 Schieier(1985)는 문제에 초점을 둔 대처와 사회적 지지 추구인 적극적 대처가 낙관 성향과 정적인 상관관계가 있음을 보이고 있으며, 반면 부인과 회피하려는 소극적 대처는 비관 성향과 정적인 상관관계가 있음을 보여주고 있다. 이는 적극적 대처와 소극적 대처로서 적응적 측면에 차이를 불러 일으키는 것이며 이런 대처행동에 따라서 적응이나 부적응 반응이 각기 다르게 나타난다고 볼 수 있다.

본 연구에서는 역동적 상호작용의 개념으로 스트레스를 정의하고 그에 따르는 스트레스 대처방식을 적극적 대처방식에 문제중심적 대처, 사회적

지지 추구로, 소극적 대처방식에 정서적 대처, 심미적 대처로 설정하여 성격유형과 자아정체감과의 관계와 영향력을 탐색하도록 하겠다.

4. A·B 성격유형과 자아정체감, 스트레스 대처와의 관계

(1) A·B 성격유형과 자아정체감

Pittner와 Houston(1980)등의 연구에 의하면 A유형인 사람들이 B유형인 사람보다 자존심의 위협을 더 받으며 혈압이 더 높게 상승하는데, 이는 A유형인 사람이 B유형인 사람보다 자존심 유지에 더 큰 관심을 가지고 있음을 시사한다. 이러한 맥락에서 A유형인 사람들에 대한 자아정체감과의 관계를 밝히는 많은 연구들이 진행되어 왔다(Friedman & Rosenman등, 1984).

한편, Brunson과 Mathews(1981)은 A유형인 사람과 B유형인 사람을 부적 피이드백에 노출시켰을 때, A유형이 그들 수행에 대해 더욱 내적 귀인을 하는 반면, B유형들은 자신들의 수행을 지루함과 외적 요소로 돌리는 문제해결 전략을 사용함을 발견하였다.

Glass(1977)는 A유형인 사람이 B유형인 사람보다 ① 과제 수행을 요구하는 지시에 관계없이 더 몰두하며(Burnham, Pennebaker & Glass, 1975), ② 그들이 노력하는데 방해가 될 수 있는 피로나 기타 다른 증상을 더 억제하며(Coleman등, 1976).

③ 통제할 수 없는 중정도의 스트레스에 노출되는 경우 B유형인 사람들보다 과제를 더 잘 수행한다(Krantz, Glass & Snyder, 1974)고 주장했다.

Marcia(1966, 1980)는 자아정체 성취자들은 다른 자아정체 수준의 학생들

보다 긴장조건하에서의 개념학습 과제를 더 잘 수행하며, 덜 권위주의적이고 부정적 정보에 대하여 자기 존중감이 덜 동요되며, 자아개념 지각에 있어서는 성취형이 자신의 지각과 타인의 지각간에 차이가 적은 반면, 혼미형은 지각 차이가 크다는 것을 발견했다. 또한 성취형과 유예형은 유실형과 혼미형보다 자율성이 높고 능동적이며 성취지향적이고, 삶에 대한 개인적 책임감이 보다 강한 경향이 있음을 발견하였다.

이상과 같은 사실을 감안할 때 장기적 목표달성과 관련되고, 자신의 능력이나 욕구, 신념 및 역할 등을 지각하는 자아정체감은 성취욕구, 자존심 및 통제욕구 등 개인의 심리, 사회적 행동양상을 나타내는 A 및 B유형과 서로 어떤 관련성이 있을 것이다.

(2) A·B 성격유형과 스트레스 대처

A형 성격 집단과 B형 성격 집단의 스트레스지각에 관한 연구들을 살펴보면, Caplan 과 Jones(1975)는 작업과적과 불안요인 등에서 A집단이 B집단보다 더 큰 상관을 보인다고 밝혔으며, Dimsadle, Hackett, Block 및 Hutter(1978)는 A유형의 사람들이 높은 수준의 스트레스적 생활사상을 경험하는 경향이 있다고 하였다. 또 Byrne(1981)는 A형 점수와 심장혈관 질환에 관한 상관연구에서 A형 사람이 B형 사람보다 스트레스를 더 많이 경험하는 경향이 있다고 하였는데, Schultz(1982)는 심장병 발생에 관한 연구에서 물리적 요인들(흡연, 비만, 운동부족)이 심장병을 일으키는 경우는 25%를 넘지 못하며 나머지는 스트레스와 관련된 독특한 성격요인이라 하였다. Pittner, Houston 및 Spiridgeglozzi(1983)는 A 유형이 스트레스를 더 많이 겪는 것은 인지적 회피 성향의 결과라 하였으며, Kelly 와

Houston(1985)은 A형인 사람이 B형인 사람보다 일상적인 스트레스를 더 많이 경험하며, 그들은 A형인 사람이 보고한 긴장이 내분비선 각성의 직접적인 측정치는 아닐지라도 각성과 관련된 증상으로 여겨질 수 있다고 보았다. 또 Dearborn과 Hasting(1987)은 여성들의 스트레스 연구에서 A유형의 여성들이 B유형의 여성들보다 스트레스를 더 많이 경험하며 A유형의 여성들이 자신의 직업을 더 스트레스적인 것으로 평정한다고 하였다. 마지막으로 Cooper 와 Baglioni(1988)는 A유형의 사람들이 더 많이 직무 스트레스를 경험하며 이는 A유형의 사람들이 자신의 작업환경에서 실제 존재하는 스트레스 자극에 더 민감하기 때문이라고 하였다.

A유형집단이 B유형집단보다 더 많은 스트레스를 경험하게 되는 이유를 Baron(1986)는 스트레스에 직면하게 되면 부정(denial)과 투사(projection)기제를 많이 사용한다는 것이다. 대처는 스트레스를 주는 환경과의 교류관계에서 내적, 외적 요구를 조절하고 줄이거나 견디려는 인지적이며 행동적인 노력을 말한다(Folkman & Lazarus, 1980). Lazarus(1981)는 적응적 결과에 진정한 차이를 주는 것은 스트레스 보다 대처임을 강조하였다. 대처에는 두가지 기능이 있는데 먼저, 자기 자신의 활동 방향을 바꾸거나 위협을 주는 환경을 변화시키어서 할 수 있다면 상황을 더 좋게 바꾸는 문제집중적 대처(problem-focus coping). 또, 스트레스와 교류 단계에서 유발된 심리적 고통을 조절하고 줄이려는 것으로서 정서 집중적 대처(emotion-focus coping)가 그것이다(Folkman, 1984; Lazarus, 1981).

A·B 성격유형과 대처전략에 관한 연구에서 연구자들은 특정한 대처 양식이 병리생리적(pathophysilogic) 결과를 유발할 수 있으며 A유형의 사람들은 B유형의 사람들보다 부정적인 대처 전략을 사용할 수 있다고 하였다(Meichenbaum & Turk, 1982). A유형의 사람들은 주변 상황을 통제해야하

는 대상으로 보기 때문에 독특한 대응 방법을 보이는데 그에 따라 스트레스 대처 전략도 다르다. Glass(1977)는 A유형의 피험자는 통제 불가능한 스트레스에 직면할 때 과도한 대처 전략을 사용한다고 하였다. 또 A유형 피험자들은 적극적 참여나 수행을 방해할 수 있는 상황의 측면을 부인하거나 억압하기도 한다(Smith & Rhodewalt, 1986). 하지만 이상의 연구들은 실험실이라는 인공적인 상황에서 이루어졌다는 한계점이 있다. 즉 실험실 연구에서 사용되는 스트레스 유발인자들은 사람들이 일상 생활에서 부딪치는 스트레스요인들의 모조품에 지나지 않는다. 대부분 몇 초나 몇 분간의 실험기간으로는 장, 단기적 결과로 일어나는 평가와 대처과정을 충분히 관찰할 수 없다(Lazarus & Folkman, 1984 b). 즉 A유형 사람들의 대처전략과 스트레스지각 측면의 아주 협소한 부분만을 다루었다는 지적이다.

Burke(1982)는 A유형 여성들과 B유형 여성들의 대처 연구에서 A유형의 여성들이 부인이나 억압과 같은 방어기제를 많이 사용한다고 보고하였으며, Vingerhoets 와 Flohr(1984)는 A유형의 사람이 B유형의 사람들보다 더 적극적이고 문제 중심행동을 하며 문제의 원인을 자신있게 귀인하는 경향이 있다고 하였다. Hart(1988)는 현상학적인 스트레스 상황에서 B유형보다 A유형의 사람들이 문제중심적 대처를 많이 한다고 하였다. 그는 또 A유형의 이같은 지나친 문제중심적 대처 태도를 변화시켜주기 위해서는 환경에 대한 자신의 통제능력을 정확히 평가하도록 하면 대처 능력이 향상될 수 있다고 하였다.

스트레스 유발 요인으로 인해 개인은 스트레스를 받고 그 결과 심리적, 행동적, 생리적 증후가 나타나며(House, 1981: Schuler, 1980)이러한 결과적 증상을 심리적 긴장이라 한다. 조직 수준에서 직무스트레스를 연구할 때 측정된 종속변인의 유형들은 이 세가지 증후(심리적, 행동적, 생리적)차원

에서 아주 다양하게 다루어졌다. 스트레스에 대한 반응이 강하거나 너무 빈번히 일어나게 되어 개인이 이에 대한 적절한 출구를 찾아내지 못하게 될 때 개인은 역기능적 스트레스 반응을 일으키게 되는데 이것을 적응질병(disease of adaptation)이라고 한다. 예로써, 관상동맥성 심장병(Coronary heart disease, CHD)의 원인을 스트레스나 성격 특징과 같은 심리적 요인에서 찾으려고 한 사람들은 CHD가 생활에서 받는 스트레스와 깊은 관계가 있다고 주장한다(Rahe & Kind, 1976). 또 Tanner(1976)는 긴장이란 스트레스에 대한 생화학적 반응이며 이는 심리적, 신체적 증후로 나타난다고 하였다. 또 긴장은 신체적 질병을 야기시키거나 불안, 우울 그리고 짜증 같은 신체 증후로 나타난다(Applebaum, 1980; Rabkin & Struening, 1976). 일에 대한 부담과 불안과의 관계에서도 A유형이 더 크다고 보고했다(Caplan & Jones, 1975). A유형 사람들이 육체적, 정서적 긴장을 B유형보다 더 많이 경험하므로 스트레스를 더 많이 받는다고 했다(French & Caplan, 1974). Carver 와 Glass(1978)는 보통 때는 A·B유형간에 공격성에 차이가 없지만 스트레스 상황에서는 A유형이 B유형보다 공격적으로 행동한다고 하였다.

Byrne 와 Rosenman(1986)는 A유형의 주요 요소인 속도감, 시간긴박감과 불안과는 강한 상관이 있다고 보고하였으며, Booth-Kewly와 Friedman (1987)는 A유형인 사람이 경험하는 부정적인 심리적정서가 관상성심장 질환의 소인일 수 있다고 제안하면서 우울과 불안의 심장질환과 관계가 있다고 하였다.

(3) 자아정체감과 스트레스 대처

Stokes(1981)는 20명의 미국흑인 성인 남자를 피험자로 하여 정체감과 스

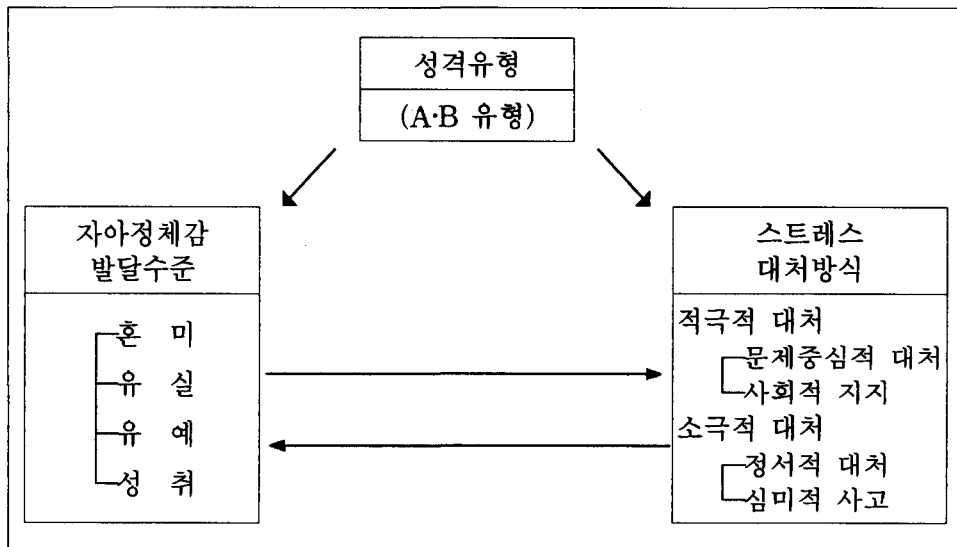
트레스와의 관계를 실험처리 방법으로 연구하였다. 먼저 질문지 도구를 이용하여 정체감 검사를 실시한 후 피험자마다 피부 전위차 측정장치와 심장 박동 기록장치를 단 뒤 스트레스원으로서 인종차별을 묘사한 슬라이드를 관람하게 하였다. 그 결과 정체감이 높은 사람일수록 생리적 반응이 그렇지 않은 사람보다 상대적으로 낮은 것으로 나타났다. 즉 자아정체감이 잘 발달되어 있는 사람은 스트레스에 강하다는 시사를 주고 있다. 이 연구는 정체감과 스트레스와의 관계를 밝히려 했다는 점에서 매우 의의가 크다. 그러나, 피험자의 수가 20명으로서 너무 적기 때문에 연구 결과의 타당성 측면에서 볼 때 문제가 될 수 있다.

자아정체감을 주제로 한 것은 아니지만 이와 상이한 요인을 스트레스와 관련시킨 연구는 Royl(1984)의 연구이다. 그는 113명의 독일 육군 사관학교 생도를 피험자로 한 질문지 조사에서 자기주장(Self-assertion), 자기수양(Self-discipline), 자기참조(Self-reference), 자기이상(Self-ideal)등 자아와 관계된 요인에 높은 점수를 나타낸 자아지향적인 인성을 가진 피험자들은 군사훈련으로 인한 스트레스를 잘 극복하는 것으로 보고하고 있다. 그리고, Wallace(1986) 등은 교사의 스트레스와 자아개념간의 상관 연구에서 자아개념은 스트레스를 줄이는 중요한 요인임을 밝혀냈다. 이들은 스트레스 질문지와 자아개념 척도를 사용하여 자료를 얻은 뒤, 이 두 요인간의 관계를 선형분석한 결과 두 변인 간에는 유의한 차이가 있음을 검증했다. 즉, 자아개념에 강한 교사일수록 스트레스를 덜 느낀다는 것이다. 이 연구는 교사를 대상으로 자아개념과 스트레스의 관계를 규명했으나, 자아개념이 강한 교사가 스트레스 자극을 적게 받아서 스트레스가 적은지, 아니면 내적으로 스트레스에 대한 양성이 강해서 실제 받은 스트레스 자극에 비해 심리적으로 느끼는 스트레스가 적은 지는 명확히 설명하지 못하고 있다.

이와 같은 연구 결과로 미루어 보아, 자아정체감과 스트레스·스트레스 대처와는 상호 연관성이 있는 것으로 추측되며 자아정체감과 스트레스와의 관계를 밝힌 연구는 드물기 때문에 이 분야에 대한 연구와 더 많은 관심이 요망된다.

5. 연구모형

지금까지 열거한 이론적 배경과 선행연구들을 종합하여 A·B 성격유형과 자아정체감 발달수준, 스트레스 대처방식의 관계에 대한 연구 모형을 다음과 같이 설정했다.



<그림 II-2> 본 연구의 개념 모형

6. 연구가설

지금까지 살펴본 연구목적 및 이론적 배경을 토대로 다음과 같은 연구가설을 설정하였다.

<가설 1> A 성격유형과 자아정체감과의 관계는 B 성격유형과 자아정체감과의 관계에서 보다 더 높은 발달수준을 보일 것이다.

Pitter와 Huston 등의 연구에서 A 유형의 사람이 B 유형의 사람보다 자존심 유지에 더 큰 관심을 가진다는 것과 Glass의 연구에서 A 유형의 사람이 과제 수행에 있어 지시에 관계없이 더 몰두하게 된다는 데 근거를 두어 위와 같은 가설을 설정하였다.

<가설 2> A 성격유형은 스트레스 대처방식에서 B 성격유형보다 의미 있는 영향력을 보일 것이다.

Baron은 A 유형이 B 유형보다 스트레스 경험시 부정과 투사 기제를 많이 사용한다고 하였으며 Meichenbaum과 Turk는 A 유형의 사람이 부정적 대처 전략을 많이 사용한다고 하였다. 그러나 Vingerhoets와 Flohr, Hart 등은 A 유형의 사람들은 B 유형의 사람들보다 문제 중심적이고 적극적인 대처 전략을 많이 사용한다고 하였다. 이것으로 보아 A 유형은 B 유형보다 스트레스 대처방식에 있어서 의미있는 차이를 보일 것이다.

<가설 3> 스트레스 대처방식이 적극적인 사람은 스트레스 대처방식이 소극적인 사람보다 자아정체감 발달수준이 더 높을 것이다.

자아정체감과 스트레스 대처 사이의 연구는 아직 미흡한 편이나 적극적인 대처가 낙관적 성향과 정적 상관이 있고, 소극적 대처는 비판 성향과 정적 상관이 있다는 Caver와 Schieier의 연구와 Stokes의 연구에서 피험자가 적긴 하지만 자아정체감이 잘 발달될수록 스트레스에 강하다고 한 결과 등을 근거로 하여 가설을 설정하였다.

<가설 4> A·B 성격유형과 자아정체감의 누가적 영향은 스트레스 대처방식의 설명력을 증가시킬 것이다.

가설 1, 가설 2, 가설 3을 토대로 하여 A·B 성격유형과 자아정체감은 A·B 성격유형과 스트레스 대처와의 관계 또는 자아정체감과 스트레스 대처와의 관계보다 스트레스 대처를 더 의미있게 설명할 것이다.

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구의 대상

(1) 표집

본 연구의 자료는 질문지 방식에 의해 서울 지역에 소재한 5개 대학 남녀 대학생 1~4학년을 대상으로 실시하여 표집되었다. 수집된 자료 중 응답하지 않은 문항이 많거나 성의있게 응답하지 않는 등의 연구에 적합하지 않은 것을 제외시키고 최종적으로 450부, 남자 241부, 여자 209부가 분석 자료로 사용되었다. 질문지는 1995년 10월 2일부터 10월 12일까지 실시·수거되었다. 검사 소요시간은 약 30분 정도였다.

(2) 연구 대상 선정

본 연구를 위해 대학생들을 선정한 이유는 그들은 발달 단계상 학업을 수행하면서 사회적·문화적 변화에 민감한 관심을 기울이는 한편, 이성교제, 취업, 결혼 등의 문제를 해결해야 하는 시기에 처해 있다고 할 수 있다. 따라서 그들은 독립된 성인으로서의 역할 수행과 관련된 문제를 해결하기 위해 노력하는 과정에서 많은 스트레스와 갈등을 겪을 것이다.

또한 Erikson에 의하면 발달 과정상 청년기인 이 시기는 자아정체감이 성립되는 시기이다. 그러나 급격한 생활 속에서 너무나도 큰 생활의 변화를 경험하기 때문에 자아정체감 형성에 많은 어려움이 예상된다.

이러한 점에서 대학생 집단은 본 연구의 목적에 부합되므로 연구 대상으로 선정하였다.

2. 측정도구

(1) Jenkins 활동 척도(JAS)

A 및 B 성격유형으로 분류하기 위한 측정도구로써는 Jenkins 활동척도 (Jenkins Activity Scale: Jenkins, Rosenman & Friedman, 1967; Jenkins, Zyzanski & Rosenman, 1971; Zyzanski & Jenkins, 1970)를 홍미경 (1986)이 번안수정하여 사용한 것으로, 본 검사지는 2개 또는 4개의 서술문 중 하나를 강제로 선택하는 21문항으로 이루어져 있다. 본 검사지의 문항 타당도와 신뢰도는 각각 .75(Thurstone 활동 척도를 사용하여 재 타당도 지수)와 .93(4주 간격의 검사-재검사 신뢰도)으로 보고되고 있다. 이 검사에서 Cronbach $\alpha = 0.65$ 로 측정되었다.

각 문항에 대한 반응에 따라 A유형을 나타내는 서술문을 택한 문항수를 세어 A점수화 하였으므로 A유형 점수는 최고 21점에서 최저 0점이 된다.

각 문항의 진술 내용과 해당 문항 번호는 다음과 같다.

<표 III-1> A유형에 해당되는 문항번호

각 답지에서 ①번이 A 유형으로 채점되는 문항번호	2, 4, 5, 6, 13, 14, 17, 20, 21
각 답지에서 ① 또는 ②번이 A 유형으로 채점되는 문항번호	1, 3, 8, 9, 10
각 답지에서 ③번이 A 유형으로 채점되는 문항번호	7, 11, 15, 16, 18, 19
각 답지에서 ④번이 A 유형으로 채점되는 문항번호	12

(각 답지에서 A유형이 아닌 것은 B유형으로 채점)

여러 선행 연구들(Jenkins 등, 1971; 홍미경, 1986)의 결과에서 대학생의

JAS 점수의 평균은 7점과 8점 사이에 위치함이 밝혀져 8점 이상을 A 유형, 7점 이하를 B 유형으로 간주하였다.

(2) 자아정체감 측정도구

자아정체감을 측정하기 위해 객관적 자아정체감 단계 척도-증보 2판 (Extended Version of objective Measure of Ego Identity Status-2: EOMEIS)을 사용하였다. 이 검사는 Macia의 정체감 단계 모형에 근거하여 Adams와 Bennio(1986)이 객관적 질문지로 정체감 성취정도를 측정한 것이다.

이 검사에서는 자아정체감의 영역을 이념적 영역과 대인 관계적 영역으로 확장하였다. 이념적 영역에는 직업, 정치, 종교 및 철학적 생활방식을, 대인관계영역에서는 우정, 이성교제, 성역할 및 여가활동이 있다.

본 연구에서는 송설희(1994)가 번역한 것을 사용하였다. 그러나 종교 영역은 비종교집단이 불이익을 받을 수 있으며, 정치 영역은 우리나라와 같이 정치적 불안을 안고 있는 상황에서는 내적 요인보다는 외적 요인에 의해 더 많은 영향을 받을 수 있으며, 여가 활동은 정체감 형성 과정의 설명 정도가 낮다는 손해곤(1992)의 연구 결과에 따라 본 연구에서는 이 세가지 영역들은 제외하고 이념영역에서는 직업, 철학적 생활방식을, 대인관계영역에서는 우정, 이성교제, 성역할을 하위영역으로 하여 검사를 실시했다.

각 영역마다 성취, 유예, 유실, 혼미의 문항이 각 2개씩 포함되어 있으며, 자아정체감 발달수준에 대한 하위 영역 및 문항분포가 <표Ⅲ-2>에 제시되어 있다.

채점 방법은 응답자가 각 문항에 대해 대답한 응답 즉, 「거의 그렇다」는 4점, 「조금 그렇다」는 3점, 「별로 그렇지 않다」는 2점, 「전혀 그렇지 않다」는 1점으로 계산하였다.

<표 III-2> 자아정체감 발달수준의 하위 영역별 문항 번호

		혼 미	유 실	유 예	성 취
이념적 영역	직업	1, 16	11, 26	6, 36	21, 31
	생활방식	3, 33	18, 28	8, 23	13, 38
대인 관계 영역	교우관계	19, 34	14, 24	4, 39	9, 29
	이성교제	5, 15	25, 40	20, 30	10, 35
	성역할	12, 37	2, 17	7, 27	22, 32

이 검사에서 정체감 발달수준을 판단하는 기준은 각 영역의 각 문항들의 합이 분할점(cutoff score)이상의 점수를 얻었을 때 그 발달 단계에 속하는 것으로 하였다. 이때의 분할점은 평균+1표준편차($x+sd$)로 정하였다.

총체적인 자아정체감의 경우, 혼미, 유실, 유예, 성취 각각에 대하여 최저 10점(5영역×2문항×1점만 받을 경우)에서 최고 40점(5영역×2문항×4점만 받을 경우)까지 이를 수 있다. 이와 마찬가지로 이념적 영역은 4점에서 16점까지, 대인관계 영역은 6점에서 24점까지, 하위 영역은 각각의 점수를 2점에서 8점까지 받을 수 있다.

이와 같이 각 영역별 자아정체감 수준에 따라 다음과 같은 기준에 따라 분류를 한다.

- ① 4가지 자아정체감 수준 중 분할점 이상에 속하는 것이 1개이고 나머지는 모두 분할점 미만인 경우, 분할점 이상에 속하는 수준을 개인의 자아정체감 수준으로 한다.
- ② 4수준 모두 분할점 미만인 경우는 자아정체의 위기를 겪고 있는 것으로 보아, 유예기로 분류한다.

- ③ 2수준이 분할점 이상인 경우, 2개 중 낮은 수준을 그 사람의 자아정체감 수준으로 정한다.
- ④ 3가지 수준이 분할점 이상에 속하는 경우, 혼미를 그 사람의 자아정체감 수준으로 정한다.
- ⑤ 그리고 4수준 모두 분할점 이상인 경우는 이론상으로는 가능하나 이전 연구들을 살펴보면 검사지에 제대로 응답하지 않은 경우에 나타나므로 통계 처리에서 제외하였다.

본 측정 도구에 대한 신뢰도는 <표 III-3>과 같다.

<표 III-3> 자아정체감 척도의 신뢰도

	문 항 수	Cronbach- α
혼미 영역	10	0.69
유실 영역	10	0.76
유예 영역	10	0.51
성취 영역	10	0.77
EOMEIS-2	40	0.60

(3) 스트레스 대처방식 척도

본 연구에서 제안하였던 스트레스 대처방식은 Folkman & Lazarus(1985)가 개발한 스트레스 대처방식의 척도에 기초하여 김정희(1987)가 요인 분석을 하여 선택 개발한 척도를 사용, 김정희의 척도 중에서 적극적 대처와 소극적 대처로 개념화하였던 문제중심, 사회적 지지 추구, 소망적 사고, 정서적 대처의 문항들에서 연구자가 임의로 6개씩의 문항을 선정하여 최종적

으로 스트레스 대처방식의 척도를 사용하였다. 각 대처 방법별 문항이 <표 III-4>에 제시되었다.

<표III-4> 스트레스 대처 방법 문항 번호

적극적 대처	문제중심 대처문항	1, 2, 9, 10, 17, 18
	사회적 지지 추구문항	5, 6, 15, 16, 23, 24
소극적 대처	정서적 대처 문항	7, 8, 11, 12, 19, 20
	심미적 사고 문항	3, 4, 13, 14, 21, 22

이들 각각의 문항은 ‘전혀 사용하지 않음(1)에서 아주 많이 사용(4)의 4점 척도 중 어느 한 곳에 표시하도록 하였다.

본 측정도구에 대한 신뢰도는 <표 III-5>에 제시되어 있다.

<표III-5> 스트레스 대처방식 척도의 신뢰도

	문 항 수	Cronbach- α
문제중심 대처 문항	6	0.62
사회적 지지추구 문항	6	0.69
정서적 대처 문항	6	0.79
심미적 사고 문항	6	0.84
스트레스 대처방식 척도	24	0.81

3. 통계분석 방법

본 연구에서는 설정된 연구 목적과 가설의 검증을 위해 통계처리 프로그램인 SAS를 이용하여 통계적 분석을 실시하였다.

통계적 방법은 Pearson 상관에 대한 상관계수(r)의 차와 t -test, 중다회귀분석(multiple regression)을 실시하였다.

측정도구의 신뢰도 검증은 Cronbach- α 계수를 산출하였다.

IV. 연구 결과 및 논의

1. 연구 결과

(1) 통계적 분석

본 연구에서 설정한 가설을 통계적으로 분석, 검증한 결과는 다음과 같다.

<가설 1> A 성격유형과 자아정체감과의 관계는 B 성격유형과 자아정체감과의 관계에서 보다 더 높은 발달수준을 보일 것이다.

본 가설을 검증하기 위해서 A·B 성격유형과 자아정체감간의 Pearson 상관계수를 구한 뒤 상관계수의 차를 검증하였다. 검증의 결과는 <표IV-1>에 나타나 있다.

<표IV-1> A 유형과 B 유형의 자아정체감 발달수준에 대한 상관계수의 차

자아정체감 수준	성격유형	r	z
혼 미	A	-0.3002	-0.56
	B	-0.2471	
유 실	A	-0.1822	-1.74
	B	-0.0114	
유 예	A	0.3684	2.41*
	B	0.1524	
성 취	A	0.5373	3.53***
	B	0.2471	

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$ *** $p < 0.001$

<가설 1>은 A 성격유형과 자아정체감의 관계는 B 성격유형과 자아정체감의 관계보다 더 높은 발달수준을 보일 것이라는 것으로 검사의 검증결과는 A 유형이 유예와 성취 수준에서 높은 상관값과 함께 B 유형과 유의있는 차이를 보였다($p<.05$, $p<.001$).

그러므로 A 유형과 자아정체감의 관계는 B 유형과 자아정체감의 관계에서 보다 더 높은 발달수준을 보였으며 <가설 1>은 긍정되었다.

<가설 2> A 유형은 B 유형보다 스트레스 대처방식에서 의미있는 영향력을 보일 것이다.

본 가설을 검증하기 위하여 Pearson 상관계수를 구한 뒤 상관계수의 차를 검증하였다. 검증의 결과가 <표IV-2>에 나타나 있다.

<표IV-2> A 유형과 B 유형의 스트레스 대처방식에 대한 상관계수의 차

스트레스 대처방식	성격유형	r	z
문제 중심 대처	A	0.4868	2.84**
	B	0.2447	
사회적 지지 추구	A	0.3637	2.28*
	B	0.1544	
정서적 대처	A	-0.1615	-0.40
	B	-0.0825	
심미적 대처	A	0.1575	0.30
	B	0.1324	

* $p<0.05$ ** $p<0.01$ *** $p<0.001$

<표IV-2>에 의하면 A 유형은 문제 중심 대처와 사회적 지지 추구에서 B 유형과 유의미한 차이를 보였다($p<.01$, $p<.05$)

이것은 A 유형이 B 유형보다 스트레스 대처 방법이 적극적이라는 것을 알 수 있다. 그러므로 A 유형이 B 유형보다 스트레스 대처방식에서 의미 있는 영향력을 보일 것이라는 <가설 2>는 긍정되었다.

<가설 3> 스트레스 대처방식이 적극적인 사람은 스트레스 대처방식이 소극적인 사람보다 자아정체감 발달수준이 더 높을 것이다.

본 가설을 검증하기 위해서 스트레스 대처방식을 적극적인 대처와 소극적인 대처로 나눈 뒤 상위 30%에 대한 t검증을 실시하였다. 검증의 결과는 <표IV-3>에 나타나 있다.

<표IV-3> 적극적·소극적 대처와 자아정체감 발달수준에 대한 t 검증

자아정체감 수준	스트레스 대처방식	평 균	표준편차	t
혼 미	적극적 대처	16.57	3.79	-4.07***
	소극적 대처	19.30	4.84	
유 실	적극적 대처	19.30	4.85	-0.07
	소극적 대처	19.30	4.66	
유 예	적극적 대처	28.08	3.48	0.64
	소극적 대처	27.70	4.03	
성 취	적극적 대처	28.15	4.92	3.50***
	소극적 대처	25.34	5.32	

* p<0.05 ** p<0.01 *** p<0.001

결과에 의하면 적극적 대처방식을 가진 사람은 성취 수준에서 소극적 대처방식을 가진 사람보다 더 높은 점수를 보였으며, 두 집단의 차는 유의미하게 나타났다.(p<.001) 소극적 대처방식을 가진 사람은 혼미 수준에서 적

극적 대처방식을 가진 사람보다 더 높은 점수를 보였으며 두 집단의 차는 유의미했다.($p<.001$)

유실과 유예 수준에서는 두 집단간 차가 의미가 없었으므로 <가설 3>은 부분적으로 긍정되었다.

<가설 4> A·B 성격유형과 자아정체감의 능가적 영향은 스트레스 대처방식의 설명력을 증가시킬 것이다.

본 가설을 검증하기 위해서 중다회귀분석(multiple regression)을 실시하였다. 검증의 결과는 <표IV-4>에 제시되어 있다.

<표IV-4> 성격유형에 따른 문제 중심적 대처 양식

독립변인 \ 종속 변인	문제 중심적 대처 양식		
	β	R^2	Pr > F
A 유형	0.7370	0.1240	0.0001***
B 유형	0.4400	0.0545	0.0001***

$R^2 = 0.134^{***}$ * $p<0.05$ ** $p<0.01$ *** $p<0.001$

<표IV-5> 자아정체감 수준에 따른 문제 중심적 대처 양식

독립변인 \ 종속 변인	문제 중심적 대처 양식		
	β	R^2	Pr > F
혼 미	-0.1446	0.0944	0.0062**
유 실	0.0105	0.0057	0.7951
유 예	0.0916	0.0007	0.0703
성 취	0.2589	0.1412	0.0001***

$R^2 = 0.162^{***}$ * $p<0.05$ ** $p<0.01$ *** $p<0.001$

<표Ⅳ-6> 성격유형과 자아정체감 수준에 따른 문제 중심적 대처 양식

독립변인 \ 종속 변인	문제 중심적 대처 양식		
	β	R^2	Pr > F
A 유형	0.4948	0.1222	0.0049**
B 유형	0.2977	0.0482	0.0097**
혼 미	-0.1116	0.0944	0.0303*
유 실	0.0228	0.0057	0.5628
유 예	0.0680	0.0007	0.1665
성 취	0.2048	0.1413	0.0001***

$R^2 = 0.216^{***}$ * $p < 0.05$ ** $p < 0.01$ *** $p < 0.001$

<표Ⅳ-4>, <표Ⅳ-5>, <표Ⅳ-6>에서는 성격유형과 자아정체감 그리고 성격유형과 자아정체감이 함께 스트레스 대처방식 중 문제중심적 대처를 설명하는 정도가 나타나 있다. 그 설명력은 각각 13.4%, 16.2%, 21.6%로 성격유형과 자아정체감이 함께 문제중심적 대처를 설명할 때 그 설명 정도가 더 커짐을 알 수 있다.

부분적으로 보면 <표Ⅳ-4>에서는 A 유형이 12.4%, B 유형이 5.5%로 A 유형이 B 유형보다 문제중심적 대처 양식을 설명하는 정도가 더 높았으며, <표Ⅳ-5>에서는 성취 수준일 때 그 설명력이 14.1%로 의의가 있었으며 혼미 수준에서는 9.4%의 부적인 설명력을 나타내었다.

<표Ⅳ-6>에서는 성취, A 유형, 혼미, B 유형이 12.2%, 9.4%, 4.8%의 순으로 설명력이 높았으며, 혼미는 역시 부적인 설명력을 나타내었다.

다음에는 스트레스 대처방식 중 사회적 지지 대처 방법에 대한 분석 결과가 제시되어 있다.

<표IV-7> 성격유형에 따른 사회적 지지 대처 양식

독립변인 \ 종속 변인	사회적 지지 대처 양식		
	β	R^2	Pr > F
A 유형	0.3143	0.0239	0.0510
B 유형	0.1736	0.0092	0.1093

$R^2 = 0.024^{**}$ * $p < 0.05$ ** $p < 0.01$ *** $p < 0.001$

<표IV-8> 자아정체감 수준에 따른 사회적 지지 대처 양식

독립변인 \ 종속 변인	사회적 지지 대처 양식		
	β	R^2	Pr > F
혼 미	-0.0689	0.0333	0.1810
유 실	0.0103	0.0042	0.7945
유 예	0.1231	0.0070	0.0131*
성 취	0.1741	0.0607	0.0003***

$R^2 = 0.078^{**}$ * $p < 0.05$ ** $p < 0.01$ *** $p < 0.001$

<표IV-9> 성격유형과 자아정체감 수준에 따른 사회적 지지 대처 양식

독립변인 \ 종속 변인	사회적 지지 대처 양식		
	β	R^2	Pr > F
A 유형	0.2028	0.0224	0.2768
B 유형	0.2977	0.0482	0.0097**
혼 미	-0.0580	0.0333	0.2621
유 실	0.0144	0.0042	0.7173
유 예	0.1154	0.0070	0.0202*
성 취	0.1564	0.0670	0.0014**

$R^2 = 0.085^{***}$ * $p < 0.05$ ** $p < 0.01$ *** $p < 0.001$

<표IV-7>, <표IV-8>, <표IV-9>에서는 성격유형, 자아정체감, 성격유형

과 자아정체감이 함께 각각 2.4%, 7.8%, 8.5%의 설명력을 나타내어 성격유형과 자아정체감이 함께 고려되어질 때 사회적 지지 대처 양식을 가장 높게 설명하는 것으로 분석되었다.

부분적으로 살펴보면 <표Ⅳ-7>에서는 A 유형, B 유형이 모두 의의가 없었으며, <표Ⅳ-8>에서는 성취, 유예 순으로 6%, 0.7%의 설명력을 나타내었다. <표Ⅳ-9>에서는 성취, 유예, B 유형이 각각 6.7%, 2%, 0.9%로 사회적 지지 대처 방법의 설명력을 나타내었다.

스트레스 대처방식 중 정서적 대처 양식에 대한 분석 결과가 다음에 제시되어 있다.

<표Ⅳ-10> 성격유형에 따른 정서적 대처 양식

독립변인 \ 종속 변인	정서적 대처 양식		
	β	R^2	Pr > F
A 유형	0.0647	0.0014	0.6380
B 유형	-0.0784	0.0020	0.4579

$R^2 = 0.004$ * $p < 0.05$ ** $p < 0.01$ *** $p < 0.001$

<표Ⅳ-11> 자아정체감 수준에 따른 정서적 대처 양식

독립변인 \ 종속 변인	정서적 대처 양식		
	β	R^2	Pr > F
혼 미	0.1576	0.0314	0.0012**
유 실	-0.0068	0.0000	0.8557
유 예	0.0273	0.0022	0.5551
성 취	0.0257	0.0060	0.5648

$R^2 = 0.032^{**}$ * $p < 0.05$ ** $p < 0.01$ *** $p < 0.001$

<표IV-12> 성격유형과 자아정체감 수준에 따른 정서적 대처 양식

독립변인 \ 종속 변인	정서적 대처 양식		
	β	R ²	Pr > F
A 유형	0.1635	0.0007	0.3125
B 유형	0.0011	0.0009	0.9920
혼 미	0.1559	0.0314	0.0014*
유 실	0.0074	0.0000	0.8426
유 예	0.0286	0.0022	0.5396
성 취	0.0285	0.0060	0.5328

R² = 0.033* * p<0.05 ** p<0.01 *** p<0.001

<표IV-10>, <표IV-11>, <표IV-12>를 보면 성격유형, 자아정체감, 성격 유형과 자아정체감이 각각 정서적 대처 양식을 설명하는 설명력이 나타나 있다. 성격유형은 정서적 대처 양식을 설명하는 정도에 의의가 없었으며, 자아정체감은 3.2% 성격유형과 자아정체감은 3.3%로 그 설명력이 자아정체감보다 약간 높게 나타났다.

부분적으로는 <표IV-11>에서 혼미 수준이 3.1%의 설명력을 나타냈으며, <표IV-12> 역시 혼미 수준이 3.1%의 설명력을 나타내었다.

다음에는 성격유형, 자아정체감 수준, 성격유형과 자아정체감 수준에 따른 심미적 대처 양식의 설명력에 대한 분석 결과가 제시되어 있다.

<표IV-13> 성격유형에 따른 심미적 대처 양식

독립변인 \ 종속 변인	심미적 대처 양식		
	β	R ²	Pr > F
A 유형	0.1536	0.0087	0.2404
B 유형	0.2938	0.0289	0.0044**

R² = 0.009 * p<0.05 ** p<0.01 *** p<0.001

<표IV-14> 자아정체감 수준에 따른 심미적 대처 양식

독립변인 \ 종속 변인	심미적 대처 양식		
	β	R ²	Pr > F
혼 미	-0.0413	0.0009	0.3821
유 실	0.0372	0.0036	0.3081
유 예	0.1122	0.0151	0.0137*
성 취	-0.0068	0.0001	0.8759

R² =0.020 * p<0.05 ** p<0.01 *** p<0.001

<표IV-15> 성격유형과 자아정체감 수준에 따른 심미적 대처 양식

독립변인 \ 종속 변인	심미적 대처 양식		
	β	R ²	Pr > F
A 유형	0.1356	0.0064	0.3749
B 유형	0.2930	0.0297	0.0080**
혼 미	-0.0325	0.0009	0.4943
유 실	0.0405	0.0036	0.2676
유 예	0.1059	0.0151	0.0202*
성 취	-0.0213	0.0001	0.6337

R² =0.033 * p<0.05 ** p<0.01 *** p<0.001

<표IV-13>, <표IV-14>, <표IV-15>에서 보는 바와 같이 성격유형, 자아정체감, 성격유형과 자아정체감이 심미적 대처 양식을 설명하는 정도는 0.8%, 1.9%, 3.3%로 나타났으나 그 설명력에 의의가 없었다.

다음은 스트레스 대처 양식 4가지를 모두 합하여 성격유형, 자아정체감, 성격유형과 자아정체감이 스트레스 대처방식을 설명하는 정도를 분석해 보았다.

<표IV-16> 성격유형에 따른 스트레스 대처 양식

독립변인 \ 종속 변인	스트레스 대처 양식		
	β	R ²	Pr > F
A 유형	1.2688	0.0686	0.0008***
B 유형	0.8209	0.0315	0.0029**

R² = 0.052*** * p<0.05 ** p<0.01 *** p<0.001

<표IV-17> 자아정체감 수준에 따른 스트레스 대처 양식

독립변인 \ 종속 변인	스트레스 대처 양식		
	β	R ²	Pr > F
혼 미	-0.0972	0.0227	0.4517
유 실	0.0514	0.0067	0.6069
유 예	0.3543	0.0111	0.0045**
성 취	0.4520	0.0555	0.0002***

R² = 0.076*** * p<0.05 ** p<0.01 *** p<0.001

<표IV-18> 성격유형과 자아정체감 수준에 따른 스트레스 대처 양식

독립변인 \ 종속 변인	스트레스 대처 양식		
	β	R ²	Pr > F
A 유형	0.9966	0.0631	0.0233*
B 유형	0.6341	0.0325	0.0292*
혼 미	-0.0462	0.0227	0.7193
유 실	0.0703	0.0067	0.4770
유 예	0.3179	0.0111	0.0101*
성 취	0.3684	0.0555	0.0024**

R² = 0.100*** * p<0.05 ** p<0.01 *** p<0.001

<표Ⅳ-16>, <표Ⅳ-17>, <표Ⅳ-18>에서 보면 성격유형, 자아정체감, 성격유형과 자아정체감 각각의 설명력이 5.2%, 7.6%, 10.0%로 나타났다. 성격유형과 자아정체감이 함께 스트레스 대처방식을 설명할 때 가장 그 설명력이 높아짐을 알 수 있다.

부분적으로 살펴보면 <표Ⅳ-16>에서는 A 유형과 B 유형의 설명력이 각각 6.9%, 3.2%로 A 유형이 높았으며, <표Ⅳ-17>에서는 5.6%, 0.7%의 성취, 유예 순으로, <표Ⅳ-18>에서는 6.3%, 5.6%, 3.3%, 1.1%의 A 유형, 성취, B 유형, 유예 순으로 설명력이 높았다.

이상에서 <가설 4>는 심미적 대처 양식에서 그 설명력 정도에 의의가 없었으므로 부분적으로 긍정되었다.

2. 논의

본 연구에서는 대학생의 A·B 성격유형과 자아정체감 발달수준, 스트레스 대처 사이의 관계와 영향력 및 성격유형과 자아정체감 발달수준이 스트레스 대처방식을 얼마만큼 설명하고 있는지를 탐색해 보고자 하였다. 이러한 목적에 의하여 연구된 결과를 논하고자 한다.

첫째, <가설 1>인 A 성격유형과 자아정체감 관계는 B 성격유형과 자아정체감 관계보다 더 높은 발달수준을 보일 것이라는 것으로서 그 결과를 알아본 결과 유예와 성취수준일 때 A 유형과 자아정체감과의 상관관계는 B 유형과 자아정체감과의 상관관계보다 높았으며 두 집단간에 유의미한 상관관계수의 차이가 있었다. 이것은 A 유형이 B 유형보다 과제 지향적이며 스트레스에 노출된 경우라도 과제를 더 잘 수행한다는 Krantz와 Glass(1974)의 연구

결과와 사회 현실 참여를 희망하고, 성격이 외향적이고 활동적일수록 자아 정체감 수준이 높다는 Orlofsky(1973) 등과 Fitch, Adams(1983) 및 박영신(1983)의 연구와도 일치한다. 또한 A 유형은 B 유형보다 자신들의 수행을 보다 내적으로 귀인하며, 자존심 유지에 더 큰 관심을 가지고 있으며, (Brunson & Matthews, 1981), 자아정체성취, 유예 집단이 혼미, 유실 집단보다 자아존중감이 높다고 한 선행연구들(Orlofsky, Macia & Lesser, 1973; Cabin, 1966; Bunt, 1968; 배제현, 1985)과도 일치한다.

이것은 A 유형의 성취적이며 도전적인 성격 특성이 자아정체감 발달수준에서 높게 나타나는 것이라 볼 수 있다.

둘째, A 유형이 B 유형보다 스트레스 대처방식에서 의미 있는 영향력을 보일 것이라는 <가설 2>를 살펴본 결과, A 유형 집단은 문제 중심적 대처와 사회적 지지 대처에서 B 유형 집단과 상관계수의 유의한 차이를 나타냈다($p < .01$, $p < .05$). 이것은 A 유형의 사람이 B 유형의 사람들보다 더 적극적이고 문제 중심 행동을 하며 문제의 원인을 자신에게 귀인하는 경향이 있다고 한 Vingerhoets와 Flohr(1984)의 연구와 일치하며 A 유형의 사람이 B 유형 사람보다 문제중심적 대처를 많이 한다고 한 Hart(1988)의 연구 결과와도 일치한다.

이러한 A 유형의 지나친 문제중심적 대처 태도를 변화시켜주기 위해서는 환경에 대한 자신의 통제 능력을 정확히 평가하도록 하면 대처 능력이 향상될 수 있다(Hart, 1988).

이러한 문제중심적이며 적극적 대처는 직접 문제와 부딪쳐 해결하려는 노력과 함께, 활동적인 측면에서는 긍정적이지만, 지나칠 경우 심리적 긴장과 신체적 질환을 조성할 수 있다. 인지현상론자들의 입장처럼 스트레스 대처방식에는 어떤 것이 좋다 나쁘다 할 수 없으므로 적절한 대처방식이

함께 사용될 때 신체·정신적으로 보다 나은 발달을 도모할 수 있는 것이다.

셋째, 스트레스 대처방식이 적극적인 사람은 소극적인 사람보다 자아정체감 수준이 높을 것이라는 <가설 3>을 살펴본 결과, 적극적 대처방식을 많이 사용하는 사람은 성취 수준에서, 소극적 대처방식을 많이 사용하는 사람은 흥미 수준에서 높은 점수를 보였으며 두 집단 간의 유의미한 차이를 보였다($p<.001$). 이것은 적극적 대처를 하는 사람일수록 어떤 일에 있어서 진취적인 성향을 나타낼 뿐 아니라 스스로의 선택에 대해 확신을 가지고 있으며, 환경의 변화나 예기치 못한 상황에 능동적 자세를 갖고 있기 때문이며 소극적 대처를 하는 사람일수록 자신의 상황에 별로 관심을 보이지 않기 때문에 자아정체감 수준에 차이를 보이는 것이라 하겠다.

넷째, 성격유형과 자아정체감의 누가적 영향이 스트레스 대처방식에 대한 설명력을 증대하는지를 알아보기 위해 <가설 4>를 세우고 중다회귀분석(multiple regression)한 결과, 성격유형만으로 스트레스 대처방식을 설명하거나 자아정체감 수준만으로 스트레스 대처방식을 설명하는 것보다 그 설명력이 증대함을 나타냈다.

이와 같은 결과는 결국 스트레스 대처방식은 그 사람이 가지고 있는 성격적인 기질 뿐 아니라 자아에 대한 신념이나 자아 구조 등의 환경적 자극이 함께 받아들여져 설명될 때 그 영향력이 더 증대되는 것을 나타내는 것이다.

A·B 성격유형이 스트레스와 밀접한 관련이 있는 성격특성이라 할지라도 점점 변화, 발전되어가는 자아정체감과 같은 환경적 요소들의 영향력이 함께 고려될 때 개인의 적응능력에 관한 문제를 더욱 의미있게 예언할 수 있는 것을 보여주는 것이라 하겠다.

V. 요약 및 결론

1. 연구의 요약

본 연구의 목적은 A·B 성격유형과 자아정체감 발달수준, 스트레스 대처 방식간의 관계와 성격유형과 자아정체감의 추가적 영향력이 스트레스 대처 방식의 설명력에 어떠한 영향을 미치는가를 탐색하는데 있다.

이러한 연구 목적을 위해서 성격유형과 자아정체감, 스트레스 대처에 관한 문헌과 선행 연구를 분석, 종합하여 이론적 배경을 형성하였으며, 이를 토대로 연구 모형을 형성하였다. 또한 연구 문제에 따른 가설을 형성하였으며, 이에 따라 서울에 소재한 대학생 1~4학년생 450명을 표집하여 A·B 성격유형 검사와 자아정체감 측정 검사, 스트레스 대처방식 검사를 실시하였다. 본 연구에서 자료처리는 SAS 통계처리 프로그램에 의하여 이루어졌다.

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

가설 1. A 성격유형과 자아정체감의 관계는 B 성격유형과 자아정체감 간의 관계에서보다 더 높은 발달수준을 보일 것이다.

위의 가설을 검증하기 위해 두 집단의 Pearson 상관값에 대한 상관계수의 차를 검증한 결과, A 유형은 유예와 성취수준일 때 B 유형보다 높은 상관값과 함께 각각 $p < .05$, $p < .001$ 수준에서 상관계수의 유의있는 차를 나타내었다. 따라서 가설 1은 긍정되었다.

가설 2. A 성격유형은 스트레스 대처방식에서 B 성격유형보다 더 의미 있는 영향력을 보일 것이다.

위의 가설을 검증하기 위해 두 집단의 Pearson 상관값에 대한 상관계수의 차를 검증한 결과, A 유형은 문제 중심적 대처에서 $p < .01$ 수준에서, 사회적 지지 추구에서 $p < .05$ 수준으로 B 유형보다 높은 상관값과 함께 상관계수의 유의있는 차를 나타내어, A 유형이 B 유형보다 적극적인 대처방식을 나타냄이 밝혀졌다. 따라서 가설 2는 긍정되었다.

가설 3. 스트레스 대처방식이 적극적인 사람은 스트레스 대처방식이 소극적인 사람보다 자아정체감 발달수준이 더 높을 것이다.

위의 가설을 검증하기 위해 적극적 대처와 소극적 대처로 나눈 뒤 상위 30%의 t 검증 결과 적극적 대처를 하는 사람은 성취 수준에서 소극적 대처를 하는 사람은 흥미 수준에서 더 높은 점수와 함께 각각 $p < .001$ 수준에서 유의미한 차를 나타내어 가설 3은 부분긍정되었다.

가설 4. 성격유형과 자아정체감의 능가적 영향은 스트레스 대처방식의 설명력을 증대시킬 것이다.

위의 가설을 검증하기 위해 중다회귀분석(multiple regression)한 결과, 문제중심적 대처, 사회적 지지 추구에서 성격유형은 각각 13.4%, 2.4%의 설명력이 유의있게 나타났으며, 정서적 대처와 심미적 사고에서는 그 설명력이 의의가 없었다.

자아정체감 발달수준에서는 문제 중심적 대처, 사회적 지지 추구, 정서적 대처를 각각 16.2%, 7.8%, 3.2%로 유의있는 설명력을 나타냈으며, 심미적

사고에서는 그 설명력에 의의가 없었다.

성격유형과 자아정체감 발달수준의 누가적 영향은 문제중심적 대처, 사회적 지지 추구, 정서적 대처에 대하여 각각 21.6%, 8.5%, 3.3%로 설명력이 의의있게 나타났으며, 심미적 사고에서는 그 설명력에 의의가 없었다.

그러므로 심미적 사고를 제외한 모든 방법에서는 그 설명력이 증대되었다.

또한 스트레스 대처방식을 모두 합한 값에 대한 성격유형, 자아정체감 발달수준, 성격유형과 자아정체감 발달수준의 설명력을 분석하면 각각 5.2%, 7.6%, 10.0%로 나타나서 역시 설명력을 증대시켰다.

그러므로 가설 4는 심미적 사고를 제외한 모든 영역에서 긍정되었다.

2. 결론

본 연구에서는 A·B 성격유형과 자아정체감 발달수준, 스트레스 대처방식 간의 관계 및 영향력을 탐색하는데 목적을 두었다.

그러한 연구목적에 따라 연구된 결과들을 근거로 이론적 측면(theoretical aspect), 실제적 측면(practical aspect)에서 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다.

첫째, 이론적 측면에서는 본 연구가 A·B 성격유형에 대한 이론적 개념을 설정하고 A·B 성격유형과 자아정체감과의 관계, 스트레스 대처와 자아정체감과의 관계를 규명하고 A·B 성격과 관련되는 자아정체감 변인을 통해서 스트레스 대처방식의 설명력을 분석했다는 데 그 의의가 있다.

통계처리를 통하여 나타난 가설의 검증결과는 A 성격유형이 B 성격유형보다 자아정체감과의 관계에서 보다 높은 발달수준을 나타냈으며 스트레스

대처에 있어서도 A 성격유형이 적극적 대처의 방법인 문제 중심적 대처와 사회적 지지 추구에서 유의있는 영향력을 나타냄이 밝혀졌다. 그리고 스트레스 대처방식을 적극적인 방법과 소극적인 방법으로 나눈 뒤 자아정체감 발달수준을 검증한 결과 적극적 대처를 하는 사람이 소극적 대처를 하는 사람보다 높은 자아정체감 수준을 나타내는 것으로 분석되었다. 또한, 성격유형과 자아정체감의 누가적 영향력은 스트레스 대처방식의 설명력을 높였다.

둘째, 실제적 측면에서는 대학생들의 스트레스 대처방식에 영향을 주는 A·B 성격유형과 자아 정체감 두 변인의 탐색과 분석을 통하여 긍정적인 스트레스 대처 방식을 제시해 볼 수 있는 기초를 만들어 보는데 있다. 연구결과, A 성격유형은 B 성격유형보다 자아정체감 수준도 높았으며 스트레스 대처방식도 적극적이었다. 이것은 A 유형의 성취지향적이며 도전적인 성격특성에서 기인하는 것이다. 특히 A 유형의 사람들이 B 유형의 사람들보다 스트레스 대처에 있어서 적극적인 방법을 많이 사용하는 것은 어떤 의미에서는 A 유형의 특성 중 하나인 심리적 긴장과 신체적 질환을 야기하는 역효과를 유발할 수도 있다. 왜냐하면 지나치게 문제 중심적인 대처는 대처과정 중 또 다른 스트레스를 유발할 수 있기 때문이다. 그러므로 이러한 A 유형의 대처 성향은 Hart의 주장처럼 환경에 대한 자신의 통제능력을 정확히 평가할 때 완화되어 질 수 있다. A 유형과 B 유형의 성격적 특성을 비교해 볼 때 태평스럽고 여유있는 B 유형보다 조금하기는 하지만 모든 일에 성취지향적이며 적극적인 A 유형의 사람들이 훨씬 더 사회에서 요구하는 여러 가지 업무를 처리하는 데 적합할 것이다.

그러나 이러한 A 유형이 받는 스트레스의 양이 생활의 활력소가 되는 긴장원이 될 수 있는 정도를 훨씬 초과한다면 여러가지 신체, 정신적 질환의 원인으로 작용하는 것이다. 그러므로 A 유형의 성격은 상황을 통제할 수 있는 능력의 지도가 더욱 필요하며 그러한 지도를 위해서는 여러 가지

프로그램의 개발과 적용이 요구된다.

이상의 연구결과를 토대로 본 연구가 갖는 제한점은 다음과 같다.

첫째, 이 연구는 무작위 표집을 하였지만 지역적으로 한정되었고 대학생만을 피험자로 선정함으로써 일반인 집단으로까지 일반화하기에는 더 많은 연구가 필요하다.

둘째, 자아정체감 측정 도구의 사회적 선호도(Social desirability)와 관련된 문제를 들 수 있다. 자아정체감 수준을 분류하기 위해 Marcia가 제안한 방법은 질문지에 의한 것이 아니라 구조화된 면담에 의한 것이었다. 때문에 면담 과정의 미묘한 변화에 주의를 기울이거나 면담자간의 신뢰도를 구해봄으로써 이러한 문제를 어느 정도 감소시킬 수 있었을 것이다. 본 연구와 같이 질문지에 의존하는 경우에 나타나는 단점을 보완하기 위한 대안으로 사회적 선호도를 측정하는 도구를 사용하는 방법을 고려할 수 있을 것이다. 즉, 사회적 선호도에서 높은 점수를 보이는 사람들의 자료를 제외시킴으로써 어느 정도 보완이 가능할 것이라고 보는 것이다.

마지막으로, 후속연구는 A·B 성격유형을 구분하는 기준을 좀더 타당성있고 명확하게 제시하여 참 A 유형과 B 유형을 선별해 낼 수 있는 방향으로 검토되어야 할 것이다.

참 고 문 헌

- 강수방(1987), “청소년의 성격특성과 스트레스 대처행동과의 관계”, 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김동중(1992), “교사의 자아정체감과 스트레스와의 관계 연구”, 한국교원대학교 대학원 석사학위논문.
- 김동직(1993), “스트레스와 우울 및 불안에 있어서 자아정체감 수준간의 차이”, 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 김정희(1987), “지각된 스트레스, 인지세트 및 대처방식의 우울에 대한 작용—대학 신입생의 스트레스 경험을 중심으로”, 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 김현정(1990), “A/B 유형 집단의 스트레스 지각과 부적 정서”, 전북대학교 대학원 석사학위논문.
- 박수길(1994), “자아정체감에 따른 진로 의사결정 유형과 스트레스 대처방식에 관한 연구”, 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 박아청(1984), 아이덴티티의 탐색, 서울 : 정인사.
- 박아청(1990), 아이덴티티의 세계, 서울 : 교육과학사.
- 서봉연(1988), 청년심리학, 서울 : 중앙적성출판사.
- 손해곤(1992), “대학생의 자아정체감 형성 과정 및 정체감 위기”, 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 송병일(1993), “A/B 성격이 스트레스 지각, 대처 및 심리적 긴장에 미치는 영향”, 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 송설희(1994), “가족유형과 지각된 부모의 수용 거부가 청소년의 자아정체감

- 형성에 미치는 영향”, 충남대학교 대학원 석사학위논문.
- 정일임(1989), “대학생의 자아정체 수준과 성 및 A·B 행동유형과의 관계”, 부산대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 주수현(1994), “우울감, 자아정체감, 사회적 문제 해결 간의 관계 연구”, 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 홍미경(1986), “통제불능 경험 후의 A·B 유형집단의 반응 양상”, 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- Applebaum, S. H.(1980), Managerial organizational stress : Identification of factors and symptoms, *Health Care Management Review*, 5, 7-16.
- Baron, R. A.(1986), *Behavior in organizations*(2nd Ed.), Allyn & Bacon.
- Billings, A. G. & Moos, R. H.(1981), The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events, *Journal of Behavioral Medicine*, 4, 139-157.
- Booth-Kewley, S. & Friedman, H. S.(1987), Psychological predictors of heart disease : A quantitative review, *Psychological Bulletin*, 101, 343-362.
- Burke, R. J.(1982), Interpersonal behavior and coping styles of Type A individuals, *Psychological Report*, 51, 971-977.
- Byrne, D. G. & Roseman, R. H.(1986), Type A behavior and the experience of affective discomfort, *Journal of Psychosomatic Research*, 30, 663-672.
- Byrne, D. G.(1981), Type A behaviour, life-event and myocardial infarction : Independent or related risk factor? *British Journal of Medical Psychology*, 54, 371-377.

- Caplan, R. D. & Jones, K. W.(1975), Effects of work load, role ambiguity and type A personality on anxiety, depression and heart rate, *Journal of Applied Psychology*, 60, 713-719.
- Carver, C. S. & Glass, D. C.(1978), Coronary-prone behavior pattern and interpersonal aggression, *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 361-366.
- Cohen, S. & Hoberman, H.(1983), Positive events and social supports as buffers of life change stress, *Journal of Applied Social Psychology*, 13, 99-125.
- Coleman, R. E.(1975), Manipulation of self-esteem as a determinant of mood of elated and depressed women, *Journal of Abnormal Psychology*, 84(6), 693-700.
- Cooper, C. L. & Baglioni, A. J.(1988), A Structural model approach toward the development of a theory of the link between stress and mental health, *British Journal of Medical Psychology*, 61, 87-102.
- D'Zurilla, T. J. & Goldfried, M. R.(1971), Problem-solving and behavior modification, *Journal of Abnormal Psychology*, 78, 107-126.
- D'Zurilla, T. J. & Neju, A. M.(1982), Social problem solving in Adults, In P.C. Kendall(ed.), *Advances in cognitive-behavioral research and therapy*, New York : Academic Press.
- D'Zurilla, T. J. & Neju, A. M.(1990), Development and preliminary evaluation of the social problem-solving inventory, *Psychological Assessment*, 1, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 82, 156-163.
- Dearborn, M. J. & Hastings. H. E.(1987), Type A personality as a

- mediator of stress and strain in employed women, *Journal of Human Stress*, 13, 53-60.
- Derogatis, L. R.(1977), SCL-90(revised) Manual 1 : Clinical Psychometrics Research Unit, Baltimore : Johns Hopkins University press.
- Dimsdale, J. E., Hackett, T. P., Block, P. C. & Hutter, A. M.(1978), Emotional correlates of Type A behavior pattern, *Psychosomatic Medicine*, 40, 580-583.
- Dohrenwend, B. P. & Shrout, P. E.(1985), "Hassles" in the conceptualization and measurement of life stress variables, *American Psychologist*, 40, 780-785.
- Eisdorfer, C. E.(1981). Introduction to the stress and coping paradigm. In C. E. Eisdorfer, D. Cohen, A. Kleinman & P. Maxim(Eds.). *Models for clinical psychopathology*(pp. 75-176). New York : S. P. Medical & Scientific Books.
- Erikson, E. H.(1968), *Identity : Youth and crisis*, N. Y : W. W Norton & Co.
- Erikson, E. H.(1980), *Identity and the life cycle*, N. Y : W. W Norton & Co.
- Eysenck, H. J. & Fulker, D.(1983). The components of Type A behavior and its genetic determinants. *Personality & Individual Differences*, 4, 499-505.
- Folkman, S. & Lazarus, R. S.(1986). Stress Processes and Symptomatology, *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 150-170.
- Folkman, Susan, and Richard S. Lazarus(1991), "Coping and motion." In

- Stress and Coping : An Anthology, eds. Alan Monat and Richard S, Lazarus, 207-27. New York : Columbia University Press.
- French, J. R. P. & Caplan. P. D.(1974). Organizational Stress and Individual Strain, *The Failure of Success*, A. J. Morrow, ed., A-macom, New York.
- Friedman, M. D. & Rosenman, R. H.(1974). *Type A behavior and your heart*. New York : Knopf.
- Glass, D. C.(1977). *behavior patterns, stress and coronary disease*. New York : Erlbaum.
- Glass, D. C.(1981). Type A Behavior : Mechanisms linking behavioral and pathophydiologic. In J. Siegrist & M. J. Halhuler(eds). *Myocardial Infarction and Psychosocial risk*. New York : Springer-Verlag.
- Hammen, C. L.(1985). Predicting Depression : A cognitive-behavioral perspective. In P. C. Kendall(Ed.). *Advances in cognitive-behavioral research and therapy*(Vol. 4)(pp. 30-71). Orlando : Academic Press Inc.
- Hart, K. E.(1988). Association of Type A behavior and its components to way of coping with stress. *Jounal of psychosomatic Reserarch*. 21. 213-219.
- House, J. S.(1981). Work stress and social support. London : Addison-Wesley.
- Ivancevich, J. M., Matteson, M. T.(1988). Type A Behavior and the Healthy Individual. *British Journal of Medical Psychology*, 61. 39-56.
- Ivancevich, J. M., Matteson, M. T. & Preston, C.(1982) Occupational

- stress, type A behavior, and physical well being. *Academy of Management Journal*, 25, 373-391
- Johnson, J. H. & Sarason, I. G.(1978). life stress, depression, and anxiety : internal-external control as a moderator variable. *Journal of Psychosomatic Research*, 22, 205-208.
- Kelly, J. E. & Houston, B. K.(1985). Type A behavior in employed women : Relation to work, marital, and leisure variables, social support stress, tension, and health. *Journal of Personality and social Psychology*, 48, 1067-1079.
- Kosaba, S. C. O. & Puccetti, M. C.(1983). Personality and social resources in stress resistance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 839-850.
- Krantz, D. S. & Durel, L. A.(1983). Psychobiological substrates of the Type A behavior pattern. *Health Psychology*, 2, 393-411.
- Lazarus, R. S.(1981). Little hassles can be hazardous to health, *Psychology Today*, July.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S.(1984a). *Stress appraisal and coping*. New York : Springer Publishing Company.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S.(1984b). Coping and adaptation. In W. D. Gentry(Ed.), *The handbook of behavioral medicine*(pp.282-325). New York.
- Lazarus, R. S. & Launier, R.(1978). Stress-related transactions between person and environment. In L. A. Pervin & M. Lewis(Eds.). *Perspectives in interactional psychology*.(pp.237-328). New York : Plenum.

- Lovallo, W. R. & Pishkin, V.(1980). Performance of Type A man during and after exposure to uncontrollable noise and task failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 963-971.
- Marcia, J. E.(1966). Development and validation of ego-identity status , *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Marcia, J. E. & Friedman, M. L.(1970). Ego Identity status in college women, *Journal of Personality*, 38, 249-263.
- Matthews, K. A.(1982). Psychological perspective on the Type A behavior pattern. *Psychological Bulletin*, 91, 293-323.
- McGrath, J. E.(1970). *Social and psychological factors in stress*(Eds.). Holt, Rinehart and Winston.
- Meichenbaum, D. & Turk, D.(1982). Stress, coping and diseases : A cognitive behavioral perspective. In W. J. Neufeld(Ed.). *Psychological stress and psychopathology*(pp.289-305). New York : McGraw-Hill.
- Mikhail, A.(1985). Stress : A psychophysiological conception. In A. Monat & R. S. Lazarus(Eds.). *Stress and coping : An anthology*(pp.30-39). New York : Columbia University Press.
- Orlofsky, J. L.(1978). Identity formation achievement and fear of success in college men and women. *Journal of Youth and Adolescence*, 7, 49-62.
- Osborn, A. F.(1963). Applied imagination : *Principles and procedures of creative problem solving*(3rd ed). New York : Charles Scribner's Sons.
- Pitter, M. S., Houston, B. K. & Spiridigliozzi, G.(1983). Control over stress,

- Type A behavior pattern and response to stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 147-157.
- Pittner, M. S., Houston, B. K.(1980). Response to stress, cognitive coping strategies and the Type A behavior pattern. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 147-157.
- Quick, J. C. & Quick, J. D.(1984). *Organizational stress and preventive management*. New York : McGraw-Hill.
- Rabkin, J. G. & Struening, E. L.(1976). Life events, stress and illness. *Science*, 194, 1013-1020.
- Robert, S. K.(1984). *The effects of stress, coping and personality upon employee satisfaction and job performance : An analysis of covariance structures using latent variable modeling*. Unpublished doctoral dissertation. UCLA.
- Rosenberg, Morris.(1965). *Society and the Adolescent Self-image*. Princeton University Press.
- Scholth. D. P.(1982). *Psychology of industry today : An introduction to industrial and organizational psychology(3rd ed)*. Macmillan Publishing Co.
- Schuler, R. S.(1980). Definition and conceptualization of stress in organizations. *Organizational Behavior and Human Performance*, 25, 184-215.
- Selye, H.(1985). History and present status of the stress concept. In A. Monat & R. S. Lazarus(Eds.), *Stress and coping : An anthology*,(pp.17-29). New York : Columbia University Press.
- Smith, T. W. & Rhodewalt, F.(1986). On states, traits, and processes : A

- transactional alternative to the individual difference assumptions in Type A behavior and physiological reactivity. *Journal of Research in Personality*, 20, 229-251.
- Stokes, DeVon Renard.(1981). *Stress and Identity among Black Males*, Maste Thesis. University of Chicago. ERIC. ED. 251-554.
- Strube, M. J. & Boland, S. M.(1986) Postformance attributions and task persistence among Type A and B individuals : A Clarification. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 413-420.
- Tanner, O.(1976). *Stress*. New York : Time-Life Human Behavior Series.
- Taylor, Shelley, E.(1991). *Health Psychology*, In Stress and coping : An Anthology, Eds. Alan Monat and Richard S. Lazarus, 62-80. New York : Columbia University Press.
- Vingerhoests, A. J. J. M. & Flohr, P. J. M.(1984). Type A behavior and self-reports of coping preferences. *British Journal of Medical psychology*, 57. 15-21.
- Wallace, Gaylen R. and Sandura E. Kass(1986). *Teacher Stress and Self Concept*, Paper presented at the Annual Meeting of the American Educational Research Association. SanFrancisco, CA., 16-20. April 1986. Speeches. ERIC. ED 279-626.
- Waterman, A. B. & Waterman, C. K.,(1971). A Longitudinal Study of Changes in Ego Identity Status in Freshman Yeat at College, *Developmental Psychology*, 5(1), 167-173.
- Waterman, A. S.(1982). Identity development from adolescence to adulthood : An extension of theory and review of research, *Developmental Psychology*, 18(3), 341-358.

< 부 록 >

성격유형검사, 자아정체성검사 스트레스 대처방식 검사

이 검사에는 성격유형을 알아보기 위한 검사와 자아정체성, 스트레스 대처방식을 알아보기 위한 검사가 실려 있습니다.

이 검사의 내용을 잘 읽고 여러분이 생각하고 느끼는 그대로 솔직하고 정확하게 대답해 주십시오.

여러분이 응답한 자료는 오로지 연구에만 사용될 것이며, 어떠한 경우에도 개인에게 영향을 끼치는 일은 없을 것입니다.

_____ 대학교 대학 학과 학년

_____ 성별

**** 해당번호 위에 “○”표를 하시오.**

숙명여자대학교 대학원 교육심리학과

박 주 영

제 1 부

Jenkins 활동 척도

※ 다음 질문들의 각각에 대해, 당신에게 가장 적합한 한 개의 답을 골라
응답지의 해당되는 번호에 기재하여 주십시오.

1. 당신의 날마다의 생활은 대부분 어떤 일들로 가득차 있습니까?
① 해결을 요하는 문제들
② 맞서서 넘겨야 할 의무적인 과제들
③ 되풀이되는 일상적인 사건들
④ 항상 되풀이되는 흥미롭지 않은 일들
2. 당신이 압박 또는 긴장 상태에 있을 때, 당신은 대체로 어떻게 하십니까?
① 그러한 상황에 대해 즉각적으로 어떤 조치를 한다.
② 어떤 조치를 취하기 보다는 조심스럽게 계획을 세운다.
3. 당신의 식사 속도는 보통 어느 정도입니까?
① 다른 사람들보다 가장 빨리 먹는 편이다.
② 다른 사람들보다 약간 빨리 먹는 편이다.
③ 다른 사람들과 비슷한 속도로 먹는 편이다.
④ 다른 사람들보다 좀 천천히 먹는 편이다.
4. 당신의 친구들로부터 당신이 너무 빨리 먹는다고 들어본 적이 있습니까?
① 자주 ② 가끔 ③ 결코 없음
5. 요점을 말하는데 너무 오래 끄는 어떤 사람의 말을 듣고 있을 때, 당신은
그에게 요점만 말하라고 재촉하고픈 마음이 드십니까?
① 자주 ② 가끔 ③ 거의 없음

6. 당신은 일을 빨리 처리하기 위해서, 남이 이야기 하는 도중에 끼어들어 이야기 하고픈 마음이 생깁니까?
- ① 자주 ② 가끔 ③ 거의 없음
7. 만일 당신이 친구와 어떤 장소에서 정해진 시각에 만나자고 약속했다면, 약속에 늦을 경우는 얼마나 됩니까?
- ① 자주 ② 가끔 ③ 절대로 늦지 않음
8. 대부분의 사람들은 당신을 어떻다고 여기나요?
- ① 매우 활동적이고 경쟁적이다. ② 비교적 활동적이고 경쟁적이다.
③ 비교적 느긋하고 태평하다. ④ 매우 느긋하고 태평하다.
9. 요사이 당신은 스스로를 어떻다고 여기십니까?
- ① 매우 활동적이고 경쟁적이다. ② 비교적 활동적이고 경쟁적이다.
③ 비교적 느긋하고 태평하다. ④ 매우 느긋하고 태평하다.
10. 당신의 가장 친한 친구는 당신을 어떻다고 평가하나요?
- ① 매우 활동적이고 경쟁적이다. ② 비교적 활동적이고 경쟁적이다.
③ 비교적 느긋하고 태평하다. ④ 매우 느긋하고 태평하다.
11. 당신의 가장 친한 친구는 당신의 일반적 활동 수준을 어떻게 평가할까요?
- ① 아주 느리다. 좀 더 활동적인 되었으면 좋겠다.
② 평균 정도 많은 시간을 바쁘게 보내고 있다.
③ 아주 활동적이다. 좀 더 천천히 행동할 필요가 있다.
12. 당신을 잘 아는 사람들은 당신이 다른 사람들보다 비활동적이라는 말에 동의 할까요?
- ① 확실히 그럴 것이다. ② 아마도 그럴 것이다.
③ 아마도 그렇지 않을 것이다. ④ 확실히 그렇지 않을 것이다.

13. 당신의 어린 시절의 기질은 어떠했나요?

- ① 성격이 격했고 감정 조절이 어려웠다.
- ② 고집이 셋지만 감정 조절은 할 수 있었다.
- ③ 아무런 문제도 없었다.
- ④ 화를 내본 적이 거의 없었다.

14. 당신이 듣고 있는 과목들에는 과제가 많이 주어지는 편입니까?

- ① 매일 또는 좀 더 자주
- ② 가끔
- ③ 학기마다
- ④ 전혀없음

15. 당신은 어떤 과제물이 주어졌을 때, 제출 기한 전에 당신 나름대로 날짜를 정해놓고 그 과제를 미리 처리하는 편입니까?

- ① 아니오, 그렇지 않다.
- ② 아니오, 그러나 가끔은 그렇게 한다.
- ③ 예, 대개 그렇게 하는 편이다.

16. 당신은 학교에서 두 가지 일들을 의욕적으로 관여함으로써 동시에 두 가지 일 모두를 추진시키는 편입니까?

- ① 결코 그렇지 않다.
- ② 다급한 경우에만 그렇다.
- ③ 거의 그렇다.

17. 여름 방학 또는 겨울 방학 동안에, 당신은 규칙적인 공부 계획을 지속해 나갑니까?

- ① 거의 그렇다.
- ② 가끔 그렇다.
- ③ 거의 그렇지 않다

18. 당신은 과제를 빨리 처리하기 위하여 집에 가져가서 자주 밤 늦게까지 붙들고 있는 편입니까?

- ① 거의 그런 일이 없다.
- ② 가끔 그러한 편이다.
- ③ 자주 그러는 편이다.

19. 당신이 어떤 씨클에 가입했을 때, 다른 사람들이 당신에게 지도력을 발휘해 주기를 기대하는 경향이 있습니까?

- ① 거의 없다.
- ② 그들이 다른 누군가에게 기대하는 정도와 비슷하게.
- ③ 그들이 다른 누군가에게 기대하는 정도보다 더욱 자주.

20. 책임감이라는 점에서 당신은 어디에 속합니까?

- ① 책임감이 매우 많다.
- ② 책임감이 약간 있다.
- ③ 책임감이 약간 적다.
- ④ 책임감이 매우 적다.

21. 당신은 일반적으로 삶을 어떻게 살아갑니까?

- ① 매우 진지하게 ② 약간 진지하게
- ③ 약간 진지하지 못하게 ④ 매우 진지하지 못하게

제 2 부

다음의 문항들은 우리가 성인으로 성장해 가는 과정에서 발생하는 여러 물음들입니다. 즉, 정체감 형성과정에서 생기는 의문들입니다. 평소 당신이 자신에 대해서 생각해 보고 평소의 모습 그대로를 응답해 주십시오, 너무 오래 생각할 필요없이 얼른 머리에 떠오른 생각대로 응답하시면 됩니다.

	전혀 그렇지 않다	별로 그렇지 않다	조금 그렇다	거의 그렇다
1. 나는 내가 정말로 원하는 직업을 정하지 못했다. 그래서 보다 나은 일이 생길 때까지 현재 가능한 일을 해나가고 있는 중이다.	①	②	③	④
2. 남자의 역할과 여자의 역할에 대한 나의 의견은 부모님과 같다.	①	②	③	④
3. 나에게는 정해진 생활 방식이 없으며 그냥 되는 대로 산다.	①	②	③	④
4. 세상에는 여러 부류의 사람들이 있다. 그래서 나는 올바른 친구를 발견하기 위해 노력 중이다.	①	②	③	④
5. 나는 이성교제에 관해 별로 생각해 본적도 없고 별 흥미도 없다.	①	②	③	④
6. 나에게 적절한 장래직업은 무엇인지, 그리고 내가 얼마나 능력있는 사람인지 알아보려고 노력 중이다.	①	②	③	④
7. 가정생활에는 역할을 분담하기 위한 많은 방법들이 있는데 나는 내가 해야 할 역할이 무엇인지를 생각해 보고 있는 중이다.	①	②	③	④
8. 그럴듯한 생활방식을 찾기위해 노력하고 있으나 아직 그것을 발견하지 못했다.	①	②	③	④

	전혀 그렇지 않다	별로 그렇지 않다	조금 그렇다	거의 그렇다
9. 나는 친구를 사귄 때 나름대로의 주관에 의해 사귄다.	①	②	③	④
10. 이상적인 이성교제에 대해 생각해 봤으며 지 금은 이상적인 이성교제가 무엇인가를 잘 안 다.	①	②	③	④
11. 나는 부모님이 원하는 직업을 그대로 선택할 것이다.	①	②	③	④
12. 나는 가정생활에 있어서의 남자와 여자의 역 할에 대해 결코 깊이 생각해 본 적이 없다. ..	①	②	③	④
13. 나는 많은 생각 끝에 나에게 이상적인 생활 방식이 무엇인가를 알았다.	①	②	③	④
14. 나의 부모님은 내가 친구를 고를 때의 최선 의 방법을 가르쳐 주시며 나는 별 생각없이 그것에 동의한다.	①	②	③	④
15. 나는 이성교제에 관해 많이 생각하지 않았으 며 이성과 교제를 하게 되면 별 생각없이 그 냥 할 것이다	①	②	③	④
16. 나는 내게 적절한 장래의 직업이 무엇인지에 대해 별 관심이 없으며 내게 주어지는대로 아 무 직업이나 종사할 것이다.	①	②	③	④
17. 가정생활에서의 남자와 여자의 역할에 관한 나의 생각은 부모님과 가족들을 통해 이루어 졌다.	①	②	③	④
18. 바람직한 생활 방식에 관한 나의 생각은 부 모님을 통해 길러졌으며 부모님이 나에게 가 르쳐 주신 바에 대하여 의심한 적이 없다. ..	①	②	③	④
19. 나는 친한 친구도 없으며 현재로서는 친한 친구를 필요로 하지 않는다.	①	②	③	④

	전혀 그렇지 않다	별로 그렇지 않다	조금 그렇다	거의 그렇다
20. 나는 이성교제에 관해 생각해 봤으나 어떻게 하는 것이 좋은지 확실치 않다.	①	②	③	④
21. 장래 직업에 대해 이해하기까지에는 많은 시간이 걸렸으나, 지금은 정말 내가 무슨 직업을 원하는지 잘 알고 있다.	①	②	③	④
22. 나는 가정생활에 있어서의 남자와 여자의 역할에 관해 생각하느라 많은 시간을 보냈다.	①	②	③	④
23. 바람직한 생활방식이 무엇인가 알기 위해 다른 사람들과 많은 토론을 하고 있는 중이다.	①	②	③	④
24. 나는 나의 부모님들이 승낙할 친구들만을 사귈다.	①	②	③	④
25. 나는 나의 부모님께서 원하는 이성교제만 교제할 것이다.	①	②	③	④
26. 나의 부모님은 이미 나의 미래의 직업에 대해 결정 하셨고, 나는 그분들의 계획을 따르고 있는 중이다.	①	②	③	④
27. 나는 가정에서 남편과 아내가 행하는 바람직한 역할 분담에 관해 생각하고 있는 중이다.	①	②	③	④
28. 부모님의 생활방식은 내게 알맞은 것으로 비추어지므로 나는 부모님의 생활 양식을 그대로 따르고자 한다.	①	②	③	④
29. 나는 다양한 친구들이 있으며 그 친구들을 통해 내가 얻고자 하는 바가 무엇인지를 확실히 알고 있다.	①	②	③	④
30. 이성교제시 무엇을 가장 중시해야 하는가에 대해 생각해 보았으나 아직까지 충분히 결정하지 못했다.	①	②	③	④

	전혀 그렇지 않다	별로 그렇지 않다	조금 그렇다	거의 그렇다
31. 나는 많은 생각 끝에 나에게 맞는 장래 직업 이 무엇인지 알았다.	①	②	③	④
32. 가정생활에서 가사 분담에 관한 여러 방법들 에 대해 많은 생각을 했고 지금은 가사 분담 에 관한 방법을 확실히 안다.	①	②	③	④
33. 나는 그냥 하루하루를 보내며 그 점에 대해 어떤 생각도 없다.	①	②	③	④
34. 나는 친한 친구가 없다. 단지 군중 속에서 방 황하길 좋아한다.	①	②	③	④
35. 나는 이성교제시 어떤 타입의 이성과 교제해 야 할 것이기를 안다.	①	②	③	④
36. 나는 장래 무슨 직업을 택할 것인가 결정할 수 없다. 때로는 이 직업이 내게 맞는 것 가고, 때로는 저 직업이 맞는 것 같다.	①	②	③	④
37. 남녀의 역할에 관한 의견이 너무나 분분해서 나는 그 점에 관해 별 생각이 없다.	①	②	③	④
38. 나 자신에 관해 충분히 생각한 후 나는 무슨 생활 방식을 취할 것인가에 관해 분명한 관점 을 수립했다.	①	②	③	④
39. 나는 어떤 친구가 나에게 가장 적합한지 정 말 모른다. 나는 우정이 내게 의미하는 바를 정확히 이해 하기 위해 노력 중이다.	①	②	③	④
40. 나는 나의 부모님이 승낙한 사람하고만 교제 하겠다.	①	②	③	④

제 3 부

* 최근에 가장 스트레스를 받은 사건을 아래에 기록 하시고, 그 일을 다루어 나가기 위하여 어떤 방법을 사용하였는지를 각 항목에서 적당한 번호에 “○”으로 표시하여 주십시오.

** 가장 스트레스를 받은 사건 :

	전혀사용 하지않음	약간 사용	어느정도 사용	아주많이 사용
1. 활동계획을 세우고 그것에 따른다.	①	②	③	④
2. 무엇을 해야 할지를 알기 때문에 일이 잘 되도록 더 열심히 노력한다.	①	②	③	④
3. 일이 어떻게 되었으면 좋겠다는 공상이나 소망을 한다.	①	②	③	④
4. 자신이 처한 지금의 상황보다 더 좋은 경 우를 상상하거나 공상한다.	①	②	③	④
5. 문제를 구체화시킬 수 있는 사람과 이야 기를 한다.	①	②	③	④
6. 존경하는 친척이나 친구에게 조언을 한다. ..	①	②	③	④
7. 모든 것을 잊어버리려고 노력한다.	①	②	③	④
8. 그 일을 무시해 버리거나 그것을 너무 심 각하게 받아 들이지 않는다.	①	②	③	④

	전혀사용 하지않음	약간 사용	어느정도 사용	아주많이 사용
9. 그 일에서 무엇인가 창조적인 일을 할 수 있는 단서를 얻는다.	①	②	③	④
10. 일이 잘 되어 나갈 수 있도록 무엇인가를 변화시킨다.	①	②	③	④
11. 운이 나쁠 때도 있으니까 운으로 돌린다.	①	②	③	④
12. 아무 일도 안 일어나 것처럼 군다.	①	②	③	④
13. 그 일이 사라지거나 끝나버리기를 바란다.	①	②	③	④
14. 일어난 일이나 나의 느낌을 바꿀 수 있기를 바란다.	①	②	③	④
15. 자신이 느끼고 있는 바를 누구에게 말한다.	①	②	③	④
16. 그 일에 대해 좀 더 알아 보려고 누군가와 이야기 한다.	①	②	③	④
17. 그 문제를 더 잘 이해하기 위하여 그것을 자세히 분석해 본다.	①	②	③	④
18. 다음 단계에는 어떻게 해야 할 것인지에 대하여 전념한다.	①	②	③	④
19. 그 일을 잊기 위하여 다른 일을 하거나 다른 활동을 한다.	①	②	③	④
20. 다른 사람에게 분풀이를 한다.	①	②	③	④
21. 그 일이 지금보다 더 나쁠 수도 있었음을 스스로 일깨운다.	①	②	③	④

	전혀사용 하지않음	약간 사용	어느정도 사용	아주많이 사용
22. 그 일이 잘 되게 해 달라고 기도를 한 다.	①	②	③	④
23. 전문적인 도움을 청한다.	①	②	③	④
24. 다른 사람들의 동정과 이해를 받아 들 인다.	①	②	③	④

수고하셨습니다.

ABSTRACT

A Study on the Relationship among Character Type A & B, Ego-identity and Stress Coping

Park Ju-young

Dept. of Educational Psychology

Graduate School of

Sookmyung Women's University

(Directed by Prof. Cho Eun-sook)

The purpose of this study is to investigate into the relationship among character type A & B, ego-identity and stress coping styles and what influence the accumulative effect of character type and ego-identity has on the explanation power of stress coping styles.

For this purpose, I formed the theoretical background by analyzing and synthesizing the related literature and the preceeding studies, and on such basis I structured a research model. In addition, I set up hypotheses according to research questions, and I executed the Character Type Test, the Ego-identity Measurement Test, and the Stress Coping Styles Test with the randomly sampled 450 undergraduates in from the first to the fourth grade of Seoul city. The data were processed with SAS.

The results of this research are summarized as follows.

Hypothesis 1. The relationship between character type A and ego-identity will show higher development level than the relationship between character type B and ego-identity.

When I examined the difference between Pearson's correlation coefficients of two groups to verify the above hypothesis, type A showed a significantly higher correlation coefficient in moratorium and achievement level at the significance level of $p < .05$ and $p < .001$ each. Therefore, hypothesis 1 was affirmed.

Hypothesis 2. Character type A will show more significant influence on stress coping styles than character type B.

As the result of verifying the difference between Pearson's correlation coefficients of two groups, type A showed significantly higher correlation coefficient in problem-focus coping at the level of $p < .01$ and in social support pursuit at the level of $p < .05$ than type B, proving that the coping style of type A is more positive than that of type B. Therefore, hypothesis 2 was affirmed.

Hypothesis 3. Those who are positive in the stress coping style will show higher development level in ego-identity than those who are passive in the stress coping style.

The result of t-test for the 30% high position to verify the above hypothesis was that positively coping individuals showed significantly higher scores in achievement level, and passively coping individuals in diffusion level

at the significance level of $p < .001$ each, partially affirming the hypothesis 3.

Hypothesis 4. The accumulative effect of character type and ego-identity will increase the explanation power of the stress coping style.

As the result of multiple regression to verify the above hypothesis, character type showed significant explanation power of 13.4% and 2.4% each in problem-focus coping and social support pursuit, but the explanation power of emotional coping and aesthetic thinking was not significant.

Ego-identity development level showed significant explanation power of 16.2%, 7.8% and 3.2% each for problem-focus coping, social support pursuit and emotional coping, but for aesthetic thinking the explanation power was not significant.

The accumulative effect of character type and ego-identity development level showed significant explanation power of 21.6%, 8.5% and 3.3% each for problem-focus coping, social support pursuit and emotional coping, but for aesthetic thinking the explanation power was not significant.

So, for the other methods except aesthetic thinking, the explanation power was increased.

In addition, the explanation power of character type, ego-identity development level, and both character type and ego-identity development level for the sum of stress coping styles appeared to be 5.2%, 7.6% and 10.0% each, also increasing the explanation power.

Therefore, the hypothesis 4 was affirmed in all the factors except aesthetic thinking.