

간호대학생의 MBTI 성격유형에 따른 자아존중감, 스트레스 대처방식 및 회복탄력성 영향요인

박정미

영남이공대학교 간호대학 교수

Effects of Self-esteem and Stress Coping Styles on Resilience in Nursing Students according to the MBTI Personality Types

Jeong Mi Park

Professor, School of Nursing, Yeungnam University College, Daegu, Korea

Objectives: This study aimed to identify the effects of self-esteem and stress coping styles on resilience in nursing students according to the Myers-Briggs Type Indicator (MBTI). **Methods:** A descriptive study was conducted. Data were collected from 205 nursing senior students and analyzed using descriptive statistics, t-test, ANOVA, Scheffé test, Pearson correlation coefficient and multiple regression analysis. **Results:** In terms of self-esteem, social support-seeking stress coping style, and resilience, extroversion was significantly higher than introversion in MBTI preference. Among all factors, self-esteem had the greatest effect on resilience ($r=0.53$), followed by the emotion-focused coping style ($r=-0.31$) and the problem-focused coping style ($r=0.23$), with an explanation power of 57.1%. **Conclusions:** The results of this study indicate that self-esteem is an essential factor affecting resilience. Thus, nursing intervention programs for improvement of resilience in nursing students should be considered by the degree of self-esteem based on the MBTI personality preference.

Key words: MBTI, Personality type, Self-esteem, Stress coping, Resilience

서론

대학생은 자기 정체성을 확립하는 시기로 대학생활 적응과 함께 학업성적과 대인관계, 진로문제와 경제적 문제 등으로 많은 스트레스를 경험하고 있다. 특히 간호교육의 특수성으로 인해 간호대학생은 엄격한 교육과정에 따른 과중한 학업량뿐만 아니라 임상실습을 병행해야 하므로 환자 간호에 대한 책임감과 지식 및 경험의 부족 등으로 대학 생활 적응에 많은 어려움을 경험하고 있다[1,2].

이러한 과도한 스트레스는 간호대학생에게 학업성적의 저하, 자존

감 저하 및 정서적인 변화 등으로 대학생활 부적응으로 이어질 수 있으므로[3] 간호교육 현장은 간호대학생들의 스트레스 요인을 파악하고 개인의 적응을 위한 적극적인 노력이 요구되고 있다[4].

한 개인이 느끼는 스트레스 정도는 그 개인차가 뚜렷하여, 스트레스를 어떻게 해결하느냐 하는 것은 각 개인의 경험과 선호, 인지 평가에 따라 그 대처방식에 차이가 있다[5]. 스트레스 인지와 대처에 영향을 주는 요인들은 개인의 특성이나 사회심리적 환경과 같은 다양한 변인들이 있으며, 개인의 특성들에는 성격[6,7], 자아존중감[8-10], 스트레스 대처방식[6,11]과 회복탄력성[12,13] 등이 있다.

Corresponding author: Jeong Mi Park

170 Hyeonchung-ro, Nam-gu, Daegu 42415, Korea
E-mail: emsjm@hanmail.net

Received: December 23, 2021 Accepted: February 3, 2022 Published: February 28, 2022

*This article was supported by the Yeungnam University College Research Grants in 2021.

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

How to cite this article:

Park JM. Effects of self-esteem and stress coping styles on resilience in nursing students according to the MBTI personality types. J Health Info Stat 2022;47(1):20-26. Doi: <https://doi.org/10.21032/jhis.2022.47.1.20>

© It is identical to the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>) which permit unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

© 2022 Journal of Health Informatics and Statistics

Myers-Briggs Type Indicator (MBTI) 성격특성은 개인이 가진 성격의 다양성을 설명해 주는 지표로 자기 인식을 돕는 도구로 활용되고 있다[14]. 성격은 선천적 심리기능과 심리기질의 다양한 표현이므로 심리기능의 역동에 따라 적응방식과 스트레스 대처방식[1]과 학업에서 받는 스트레스 정도[6,7]에도 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자아존중감이 높은 사람은 외부의 부정적 평가에 큰 영향을 받지 않으며 위기 상황에 대처할 수 있는 회복탄력성[8]과 대인관계능력[9]이 높았으며, 적극적인 스트레스 대처방식[7,15]을 사용하였다. 또한 자신이 받을 피해를 최소화하기 위한 대응행동양식인 스트레스 대처방식은 성격 유형에 따라 차이가 있었고[5,6], 적극적인 스트레스 대처방식을 사용하는 경우에는 대학생활도 잘 적응하는 것으로 나타났다[11].

회복탄력성은 힘들고 어려운 상황에 직면하였을 때 이를 극복하고 성장할 수 있는 능력을 말하며, 본질적으로 개인의 고정된 특성이 아니라 발달 단계나 환경에 따라 변화할 수 있는 역동적인 특징을 가지고 있다[14]. 회복탄력성이 높을수록 스트레스 상황에 잘 적응하며, 자아존중감도 높았다[8-10]. 특히 간호학과 학생에게 있어 높은 회복탄력성은 학업 및 임상실습에서 오는 스트레스를 적절히 해결하고 학업을 성공적으로 수행하기 위한 발판이 된다고 하였다[12,13].

현재까지 개인의 성격유형과 회복탄력성에 관한 선행연구들은 MBTI 성격유형에 따른 회복탄력성[1], 스트레스 정도[2]와 스트레스 대처방식[5-7], 자기효능감과 스트레스 대처방식[7] 그리고 대인관계능력[9] 등이 있었으나 성격유형과 자아존중감, 회복탄력성이 모두 부분적인 변인으로 연구되어, 성격유형에 따른 자아존중감, 스트레스 대처방식과 회복탄력성 영향요인들을 함께 분석한 연구는 찾아보기 어려웠다.

따라서 본 연구에서는 간호대학생의 MBTI 성격유형에 따른 자아존중감, 스트레스 대처방식과 회복탄력성을 확인하고, 자아존중감과 스트레스 대처방식이 회복탄력성에 미치는 영향을 확인하여 스트레스에 대처하는 간호대학생의 회복탄력성 증진프로그램 개발을 위한 기초자료를 제공하는데 있다.

연구 방법

연구설계

본 연구는 간호대학생의 MBTI 성격유형에 따른 자아존중감, 스트레스 대처방식과 회복탄력성을 확인하고, 자아존중감과 스트레스 대처방식이 회복탄력성에 미치는 영향을 확인하기 위한 서술적 조사연구이다.

연구대상

연구대상은 대구광역시 소재 간호대 3, 4학년 중 본 연구의 목적을

이해하고 자발적으로 연구에 참여하기로 서면 동의한 자로 하였다. 대상자수는 G-power 3.1.9.2 프로그램을 사용하여 통계방법은 다중회귀 분석으로 유의수준 0.05, 검정력 0.95, 중간수준의 효과크기 0.15와 예측변수를 4로 적용하였을 때 최소 표본수 129명의 연구대상자가 산출되었다. 탈락률을 고려하여 대상자 210명을 조사하였다. 이중에서 불완전하게 작성된 설문지 5부를 제외한 205명(3학년 149명, 4학년 56명)을 최종 자료분석에 사용하였다.

연구도구

MBTI 성격유형

MBTI 성격유형은 Jung의 심리유형론에 근거하여 Myers와 Briggs가 개발한 것을 Kim and Shim [14]이 한국형으로 표준화한 성인용 MBTI GS형 자기체질식 도구를 사용하였다. MBTI는 총 95문항으로 구성되어 있다. MBTI 선호지표는 네 가지가 있으며, 에너지의 방향인 Extroversion-Introversion (EI; 외향-내향), 인식기능인 Sensing-iNtuition (SN; 감각-직관), 판단기능인 Thinking-Feeling (TF; 사고-감정), 그리고 생활양식인 Judgment-Perception (JP; 판단-인식) 지표로 분류된다[11]. 개인이 외부와 상호 작용하는데 있어 그 개인의 고유한 반응양식을 가지게 하는 일관적 내재적 심리경향인 심리기능에는 4가지 유형(ST, SF, NT와 NF)이 있다. 개인의 가시적인 여러 행동 속에 내재하는 패턴의 일관성을 의미하는 심리기질에도 4가지 유형(SJ, SP, NT와 NF)이 있다. 본 연구에서는 MBTI 선호지표, 심리기능 유형과 심리기질 유형의 3가지 측면을 중심으로 보고자 하였다. 표준화 도구의 반분신뢰도는 0.77-0.82이며, 재검사 신뢰도는 0.81-0.88로 나타났다.

자아존중감

자아존중감은 Rosenberg가 개발하고 Baik [16]이 번안한 Rosenberg 자아존중감 척도를 사용하였다. 이 도구는 5개의 긍정 문항과 5개의 부정 문항으로 총 10문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 4점의 4점 Likert 척도로 이루어졌으며 점수가 높을수록 자아존중감이 높다는 것을 의미한다. 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 Baik [16]의 연구에서 0.84이었고, 본 연구에서는 0.87이었다.

스트레스 대처방식

스트레스 대처방식은 Folkman and Lazarus가 개발한 '스트레스 대처방식 척도(The Way of Stress Coping Checklist)'를 수정·보완한 Kim [17]의 도구를 사용하였다. 스트레스 대처방식의 하위영역은 문제 중심적 대처방식, 사회적 지지추구 대처방식, 정서완화적 대처방식 그리고 소망적사고 대처방식이 있다. 총 27문항으로 구성되어 있고 Likert

5점 척도로 평정하며 점수가 높을수록 해당 대처방식을 많이 사용한다는 것을 의미한다. 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 Kim [17]의 연구에서 0.84, 본 연구에서 0.72이었다.

회복탄력성

회복탄력성은 Reivich and Shattee가 개발하고 Kim이 번역하고 한국 실정에 맞게 수정한 한국형 회복탄력성 지수(KRQ)를 사용하였다 [18]. 회복탄력성의 하위요인 구성은 자기조절능력 18문항, 대인관계능력 18문항과 긍정성 17문항으로 총 53개의 문항으로 구성되어 있다. 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 Song [18]의 연구에서 0.93이었고, 본 연구에서는 0.92이었다.

자료수집 방법 및 윤리적 고려

본 연구는 영남이공대학교 생명윤리위원회에서 승인을 받은 후 시행하였으며(IRB No.: 2020-R-0009-0009), 자료수집기간은 2020년 10월부터 12월까지였다. 자료수집을 위해 강의실에서 자료수집 전에 연구의 목적, 설문지의 중도철회 가능, 익명의 보장과 개인 정보의 보호 및 설문소요시간 등을 설명하였다. 연구의 목적을 이해하고 자발적으로 참여에 동의한 경우에 연구 참여 동의서를 작성하고 참여하도록 하였으며, MBTI 성격유형 검사와 설문지 작성으로 나누어 실시하였다.

자료분석

수집된 자료는 SPSS 23.0 (IBM Co., Armonk, NY, USA) 프로그램을 사용하여 분석하였다. 도구의 신뢰도는 Cronbach's α 를 구하였다. 대상자의 일반적 특성과 MBTI 성격유형의 선호지표, 성격유형, 심리기능과 심리기질은 빈도와 백분율로 분석하였고, 성격유형에 따른 자아존중감, 스트레스 대처방식 및 회복탄력성은 t-검정과 분산분석, 사후검정은 Scheffé로 검정하였으며, 변수 간의 상관관계는 Pearson 상관분석, 자아존중감과 스트레스 대처방식이 회복탄력성에 미치는 영향은 다중회귀분석을 실시하였다.

연구 결과

연구 대상자의 MBTI 성격유형

연구대상자의 MBTI 선호지표는 외향형(E)이 52.2%, 감각형(S)이 62.4%, 감정형(F)이 58.0% 그리고 판단형(J)이 56.4%로 상대지표보다 많았다. 심리기능으로는 SF 유형이 33.7%로 가장 많았고 심리기질에서는 SJ 기질이 42.4%로 가장 많았다. MBTI 성격유형은 16가지 유형이 모두 있었으며, ESTJ 유형이 11.2%로 가장 많았으며, 그다음으로는 ISTJ 유형이 10.7%로 많았다(Table 1).

Table 1. MBTI personality type of participants (n=205)

Variables	Categories	n	%	
Preference of MBTI	EI	E	107	52.2
		I	98	47.8
	SN	S	128	62.4
		N	77	37.6
	TP	T	86	42.0
		F	119	58.0
JP	J	116	56.6	
	P	89	43.4	
Function of MBTI	ST	59	28.8	
	SF	69	33.7	
	NF	27	13.2	
	NT	50	24.4	
Temperament of MBTI	SJ	87	42.4	
	SP	41	20.0	
	NT	27	13.2	
	NF	50	24.4	
Type of MBTI	ESTJ	23	11.2	
	ESTP	8	3.9	
	ESFJ	21	10.2	
	ESFP	14	6.8	
	ENTJ	5	2.4	
	ENTP	8	3.9	
	ENFJ	20	9.8	
	ENFP	8	3.9	
	ISTJ	22	10.7	
	ISTP	6	2.9	
	ISFJ	21	10.2	
	ISFP	13	6.3	
	INTJ	7	3.4	
	INTP	7	3.4	
	INFJ	9	4.4	
	INFP	13	6.3	

MBTI, Myers-Briggs type indicator; E, extroversion; I, introversion; S, sensing; N, iNtuition; T, thinking; F, feeling; J, judgment; P, perception.

MBTI 유형에 따른 자아존중감, 스트레스 대처 양식과 회복탄력성

연구대상자의 자아존중감은 3.07점이었고, 스트레스 대처방식은 문제지향적 스트레스 대처방식이 3.79점으로 가장 많이 사용하였고 회복탄력성은 3.7점이었다(Table 2). MBTI 선호지표에 따른 자아존중감 ($p=0.012$), 사회적 지지추구 대처방식($p<0.001$)과 회복탄력성 ($p=0.002$)은 모두 EI 지표에서 유의한 차이가 나타났으며 외향형(E)이 내향형(I)보다 더 높게 나타났다. MBTI 심리기능에 따른 자아존중감, 스트레스 대처방식과 회복탄력성에서는 유의한 차이가 없었으나 MBTI 심리기질에 따른 문제지향적 스트레스 대처방식($p=0.048$)과 회복탄력성($p=0.024$)은 통계적으로 유의한 차이가 있었다. Scheffé test에서는 MBTI 심리기질에 따른 회복탄력성은 SP 유형보다 NT 유형과 SJ

Table 2. Self-esteem, stress coping style and resilience according to MBTI personality type (n=205)

Variables	Cate-gories	Self-esteem		Stress coping style								Resilience	
		M±SD	t/F(p) Scheffé	Problem-focused		Social support-seeking		Emotion-focused		Wishful thinking		M±SD	t/F(p) Scheffé
				M±SD	t/F(p) Scheffé	M±SD	t/F(p) Scheffé	M±SD	t/F(p) Scheffé	M±SD	t/F(p) Scheffé		
Preference of MBTI	E	3.15±0.44	6.48	3.84±0.37	2.87	3.81±0.45	15.03	2.95±0.45	3.69	3.72±0.42	0.16	3.78±0.38	9.80
	I	2.99±0.45	(0.012)*	3.75±0.41	(0.092)	3.53±0.56	(<0.001)*	3.08±0.46	(0.056)	3.69±0.41	(0.689)	3.61±0.39	(0.002)*
	SN	3.05±0.42	1.34	3.78±0.37	0.78	3.66±0.50	0.30	2.97±0.40	2.72	3.67±0.39	2.94	3.69±0.36	0.00
	N	3.12±0.50	(0.248)	3.83±0.42	(0.377)	3.70±0.56	(0.582)	3.08±0.54	(0.101)	3.77±0.44	(0.088)	3.70±0.44	(0.963)
	TP	3.10±0.42	0.51	3.77±0.43	0.4	3.60±0.56	2.89	3.03±0.44	0.28	3.65±0.43	2.98	3.73±0.42	0.84
	F	3.05±0.47	(0.477)	3.81±0.36	(0.528)	3.73±0.49	(0.091)	3.00±0.47	(0.600)	3.75±0.40	(0.086)	3.67±0.38	(0.359)
	JP	3.08±0.44	0.16	3.83±0.40	2.23	3.66±0.54	0.09	2.97±0.40	1.81	3.69±0.37	0.35	3.74±0.37	3.32
Function of MBTI*	P	3.06±0.47	(0.692)	3.75±0.38	(0.137)	3.69±0.51	(0.768)	3.06±0.52	(0.180)	3.72±0.47	(0.558)	3.64±0.42	(0.070)
	ST ^a	3.04±0.42	1.38	3.73±0.45	0.99	3.61±0.58	1.17	3.02±0.42	1.29	3.61±0.43	1.84	3.69±0.42	0.79
	SF ^b	3.05±0.43	(0.249)	3.82±0.28	(0.398)	3.70±0.42	(0.323)	2.93±0.38	(0.280)	3.72±0.35	(0.141)	3.69±0.31	(0.499)
	NF ^c	3.24±0.40		3.87±0.38		3.57±0.54		3.06±0.48		3.73±0.42		3.79±0.41	
Tempera-ments	NT ^d	3.06±0.54		3.80±0.45		3.77±0.56		3.09±0.57		3.79±0.46		3.65±0.46	
	SJ ^a	3.08±0.43	1.87	3.84±0.38	2.673	3.66±0.54	0.90	2.96±0.41	0.95	3.68±0.37	1.17	3.76±0.36	3.20
	SP ^b	2.98±0.40	(0.137)	3.65±0.31	(0.048)*	3.65±0.42	(0.443)	2.99±0.38	(0.418)	3.64±0.45	(0.324)	3.56±0.34	(0.024)*
	NT ^c	3.24±0.40		3.87±0.38		3.57±0.54		3.06±0.48		3.73±0.42		3.79±0.41	b < q,c
	NF ^d	3.06±0.54		3.80±0.45		3.77±0.56		3.09±0.57		3.79±0.46		3.65±0.46	
M±SD		3.07±0.45		3.79±0.39		3.67±0.52		3.01±0.46		3.70±0.41		3.70±0.39	

M±SD, mean±standard deviation; MBTI, Myers-Briggs type indicator; E, extroversion; I, introversion; S, sensing; N, iNtuition; T, thinking; F, feeling; J, judgment; P, perception.
*p < 0.05.

Table 3. Correlation among self-esteem, stress coping style and resilience (n=205)

Variables	Categories	Self-esteem	Stress coping style			
		r (p)	Problem-focused	Social support-seeking	Emotion-focused	Wishful thinking
			r (p)	r (p)	r (p)	r (p)
Self-esteem						
Stress coping style	Problem-focused	0.30 (<0.001)				
	Social support-seeking	0.32 (<0.001)	0.39 (<0.001)			
	Emotion-focused	-0.03 (0.670)	0.22 (0.002)	0.00 (0.997)		
	Wishful thinking	0.18 (0.010)	0.56 (<0.001)	0.21 (0.002)	0.32 (<0.001)	
Resilience		0.65 (<0.001)	0.43 (<0.001)	0.34 (<0.001)	-0.21 (0.002)	0.32 (<0.001)

유형에서 더 높게 나타났다.

자아존중감, 스트레스 대처방식 및 회복탄력성과의 상관관계

연구대상자의 자아존중감, 스트레스 대처방식 및 회복탄력성과의 상관관계를 살펴보면, 회복탄력성은 자아존중감과 유의한 정 상관관계가 있었다(r=0.65, p<0.001). 스트레스 대처방식에서는 문제지향적 대처방식(r=0.43, p<0.001), 사회적 지지추구 대처방식(r=0.34, p<0.001) 과 소망적 사고 대처방식(r=0.32, p<0.001)은 회복탄력성과 유의한 정 상관관계가 있었고, 정서완화적 대처방식은 회복탄력성(r=-0.21, p=0.002)과 유의한 역상관관계가 있었다(Table 3).

회복탄력성에 미치는 영향

회귀분석 모형의 적합도를 검토한 결과, Durbin Watson 통계량은 1.768로 나타나 자기상관이 없었고, 공차한계는 0.585-0.994, 분산팽창 인자는 1.106-1.709로 나타나 변수들 간의 다중 공선성의 문제는 없었 으며 회귀모형은 유의하였다(F=54.31, p<0.001). 회복탄력성에 가장 영향을 미치는 변수는 자아존중감이었고(β=0.53, p<0.001), 그 다음 은 스트레스 대처방식 중 정서완화적 대처방식(β=-0.31, p<0.001), 문 제지향적 대처방식(β=0.23, p<0.001)과 소망적 사고 대처방식(β=0.19, p=0.001) 순으로 나타났으며 모형의 설명력은 57.1%이었다(Table 4).

Table 4. The effect of self-esteem and stress coping style on resilience (n=205)

Variables	Categories	Unstandardized coefficient		Standardized	t	p
		β	SE	β		
(Constant)		1.44	0.23		6.32	<0.001
Self-esteem		0.46	0.04	0.53	10.51	<0.001
Stress coping style	Problem-focused	0.23	0.06	0.23	3.74	<0.001
	Social support-seeking	0.03	0.04	0.04	0.77	0.442
	Emotion-focused	-0.27	0.04	-0.31	-6.32	<0.001
	Wishful thinking	0.18	0.06	0.19	3.29	0.001
Adjust R ² = 0.57 (F = 54.31, p < 0.001)						

SE, standard error.

고찰 및 결론

본 연구는 간호대학생의 MBTI 성격유형에 따른 자아존중감, 스트레스 대처방식과 회복탄력성의 차이를 확인하고 자아존중감과 스트레스 대처방식이 회복탄력성에 미치는 영향을 확인하고자 시도되었다.

연구대상자의 MBTI 성격유형의 선호지표는 외향형(E), 감각형(S), 감정형(F)과 판단형(J)이 많았고 간호대학 신입생의 경우[6]와도 유사하였다. MBTI의 심리기능에서도 SF 유형(33.7%)이 가장 많이 나타났는데 이것 또한 간호대학생[1,9]과 간호사[19]에게 대체로 많은 유형으로 확인되었다. SF 유형은 동정적이고 우호적인 유형으로 간호학과에 지원하는 학생들에게 많이 나타나는 것으로 해석된다. 심리기능은 SJ 기질이 가장 많이 나타났다. SJ 기질은 보호자적 기질이므로[14], 조직에 적응을 잘하고 책임감이 필요한 간호대학생들이 많이 나타나는 기질[1]이라 해석된다.

MBTI 성격유형에 따른 자아존중감은 MBTI 성격유형의 선호지표 중에서 외향-내향(EI) 지표에서 유의한 차이가 나타났으며 간호대학생들의 선호지표가 외향형일 경우 내향형보다 자아존중감이 높다는 결과[4]와도 일치하였다. 외향형은 에너지의 방향성이 외부로 향해 사교성이 있고, 높은 자기 표현력을 가지고 있어서 외부와 떨어져 자신에게 집중하는 내향형에 비해 자아존중감이 높아진 것으로 해석된다. MBTI의 심리기능과 심리기질에 따른 자아존중감에서는 유의한 차이가 없었다.

MBTI 성격유형별 스트레스 대처방식을 살펴보면, 외향형(E)이 내향형(I)에 비해 사회적 지지구구 방식을 유의하게 많이 사용하는 것으로 나타났다. 이는 에너지의 방향이 외부로 향하여 사람들과 만나면서 더 에너지를 얻는 외향형의 특성에 따른 결과로 해석된다. MBTI 심리기질에서는 문제지향적 스트레스 대처양식에서 유의한 차이가 있었으나 사후검증에서는 기질별 차이가 나타나지 않았다. 이는 성격유형의 기질에 따라 스트레스 대처방식의 차이가 없다는 결과[6]와도 유사하였다. MBTI의 선호지표, 심리기능과 심리기질은 선호 지표의 선호성

이 얼마나 잘 발휘하고 있느냐에 따라 다양한 특성으로 발현될 수 있기 때문에[14] 대상자의 선호성의 특성발현 차이에 따라 다양한 대처방식을 사용하는 것으로 해석된다.

MBTI 성격유형에 따른 회복탄력성은 MBTI 성격유형 EI 지표에 따라 유의한 차이가 있었으며 내향형보다 외향형에서 높게 나타났다. MBTI 기능지표별 회복탄력성은 차이가 없었으나, 기질별 회복탄력성에서는 유의한 차이가 있었다. NT 유형과 SJ 유형이 SP 유형보다 높은 것으로 나타났다. 자신감 실현의 욕구, 성취욕이 강하고 합리적 기질인 NT 기질과 의무를 중요시하고 책임감이 강하며 체계적인 문제해결 방식을 통해 조직에 순응하고 빠르게 적응하는 특성을 가진 SJ 기질은 회복탄력성에 긍정적인 영향을 주는 것으로 볼 수 있다.

간호대학생의 회복탄력성에 영향을 미치는 요인으로는 자아존중감이 가장 영향을 미치는 것으로 나타났고($\beta=0.53$), 그 다음은 정서완화적 대처방식($\beta=-0.31$), 문제지향적 대처방식($\beta=0.23$)과 소망적사고 대처방식($\beta=0.19$)순으로 나타났으며 설명력은 57.1%이었다. 상관관계에서도 자아존중감과 회복탄력성은 높은 양의 상관관계($r=0.65$)가 나타났으며 간호대학생의 자아존중감은 회복탄력성에 가장 영향을 미치는 유의한 변인[8,12,20]으로 확인되었다. 자아존중감이 높은 사람은 외부의 부정적 평가에 큰 영향을 받지 않으며, 위기 상황에 대처할 수 있는 회복탄력성이 높은 것으로 해석된다. 또한 정서완화적 스트레스 대처방식을 적게 사용하고, 문제지향적 대처방식과 소망적 대처방식을 많이 사용하도록 하는 중재가 회복탄력성을 높이는 효과적인 방법으로 해석된다.

간호대학생에게 있어서 회복탄력성은 대학생활에 잘 적응하고[21], 전공에 대한 만족도를 높이고[22], 또한 미래의 간호사로 성공적으로 적응하도록 하는 필수적인 역량이 되므로[12] 자아존중감과 회복탄력성을 높이는 것은 간호대학 교육에서 개선해야 할 중요한 당면 과제이다. 회복탄력성을 높이기 위해서는 대학생활에서부터 효과적인 회복탄력성 간호중재 프로그램의 개발과 적용이 필요하며, 프로그램의 효과를 높이기 위해서는 MBTI 성격유형의 선호지표인 에너지 방향을

고려한 대상자의 선정과 적용이 필요할 것이라 사료된다.

본 연구의 결과는 일 대학의 간호대학생을 대상으로 하였으므로 일 반화하여 해석하는 데에는 제한점이 있다. 이상의 결과를 토대로 성격 유형이 사회환경의 요구에 의해 변화할 수 있고[14], 대학생활동안 선 호지표가 변화할 수도 있다는 연구결과[23]도 있으므로, 추후에는 간 호대학생을 대상으로 MBTI 성격유형의 변화를 확인하는 종단 연구 를 실시해 볼 것과 MBTI 성격유형의 선호지표에 따른 회복탄력성 간 호중재 프로그램의 개발과 적용을 제언한다.

ORCID

Jeong Mi Park <https://orcid.org/0000-0002-5948-9782>

REFERENCES

- Han SY, Chung SY. The relationship of clinical practice stress and resilience according to MBTI personality type in nursing college students. *J Korea Soc Comput Info* 2017;22(7):117-123 (Korean). DOI: 10.9708/jksci.2017.22.07.117
- Kang HI, Lee JR. The relation between MBTI personality types and stress, resilience, school adaptation of nursing students. *J Korean Soc Sch Community Health Educ* 2012;13(3):1-12 (Korean).
- Jang HJ. Effects of personality type, academic stress and stress coping methods on college life adjustment among nursing students. *J Korean App Sci Technol* 2020;37(4):969-985 (Korean). DOI: 10.12925/jkocs.2020.37.4.969
- Kim HS. The relationship among personality type, self-esteem and mental health of nursing students. *J Korean Acad Psych Mental Health Nurs* 2003;12(4):385-393 (Korean).
- Folkman S. Stress: Appraisal and coping. *Encyclopedia of Behavioral Medicine*. New York, USA: Springer; 2013, p. 1913-1915.
- Lee YR, Kim SH, Choi MS. Stress, stress coping, and school adaptation according to Myers-Briggs type indicator (MBTI) personality type in freshmen nursing students. *J Korean Acad Soc Nurs Edu* 2013;19(2): 172-182 (Korean).
- Lee JY. MBTI personality type, self-efficacy, and ways of coping in nursing students. *Korean J Str Res* 2010;18(3):219-227 (Korean).
- Kim JK, Yoo KH. Effects of self-esteem on nursing students' resilience. *J Muscle Jt Health* 2019;26(3):261-269 (Korean). DOI: 10.5953/JMJH.2019.26.3.261
- Chung SY, Kang GY. MBTI personality type, self-esteem, and interpersonal relationship ability in nursing students. *JLCCI* 2018;18(11):289-303 (Korean). DOI: 10.22251/jlcci.2018.18.11.289
- Lee YE, Kim EY, Park SY. Effect of self-esteem, emotional intelligence and psychological well-being on resilience in nursing students. *Child Health Nurs Res* 2017;23(3):385-393 (Korean). DOI: 10.4094/chnr.2017.23.3.385
- Han YM, KIM SH. Effect of Myers-Briggs type indicator (MBTI) personality type, emotional intelligence, stress coping strategies on nursing student's adjustment to college life. *J Korea Acad Industr Coop Soc* 2017;18(8):124-134 (Korean). DOI: 10.5762/KAIS.2017.18.8.124
- Ahn EK. The trends of the research on resilience in Korean nursing students-perspectives of convergence. *J Korea Converg Soc* 2019;10(5): 397-405 (Korean). DOI: 10.15207/JKCS.2019.10.5.397
- Kim NH, Park SY. Effect of burnout and stress coping on resilience of student nurses. *J Well* 2019;14(2):295-394 (Korean).
- Kim JT, Sim HS. A study of Korean standardization of Myers-Briggs type indicator (MBTI). *Korean J Counsel Psychother* 1990;3(1):44-72 (Korean).
- Kim SL, Lee JE. Relationship among stress, coping strategies, and self-esteem in nursing students taking clinical experience. *J Korean Acad Soc Nurs Edu* 2005;11(1):98-106 (Korean).
- Baik JS. Attachment to parents: Relationship to self-esteem and adjustment to college. *KRUMA* 2000;18(1):127-137 (Korean).
- Kim YJ. The relationships among communication in parent-child, stress coping and adolescents' school adjustment [dissertation]. Seoul University; Korea, 2006.
- Song HO. A study of the relationship between resilience and organizational commitment in hospital employees [dissertation]. Korea University; Korea, 2014.
- Park YS, Park KM, Park JS, Koh HJ, Kwon YS, Myung A, et al. A study of the relationship of nurses' personality type and job satisfaction level, according to the career. *J Korean Public Health Nurs* 2001;15(2):301-313 (Korean).
- Park SA, Jung SH, Park HS. The effects of stress, self-esteem, and resilience on nursing student's quality of life. *J Hum Soc Sci* 2019;10(6): 883-894 (Korean). DOI: 10.22143/HSS21.10.6.63
- Park JA, Lee EK. Influence of ego-resilience and stress coping styles on college adaptation in nursing students. *J Korean Acad Nurs Adm* 2011; 17(3):267-276 (Korean). DOI: 10.11111/jkana.2011.17.3.267

22. Nam MH, Kim HO. Effect of personality and resilience on satisfaction with major in nursing students. *J Korean Acad Nurs Adm* 2018;24(4): 298-306 (Korean). DOI: 10.11111/jkana.2018.24.4.298
23. Lee JH. A study on the MBTI personality type change of the Korean medical students. *Korean Soc Orient Neuropsychiatr* 2019;30(2):39-45 (Korean). DOI: 10.7231/jon.2019.30.2.039