# 진로스트레스와 빗속의 사람그림(PITR) 반응특성

## - 디자인전공 대학생을 대상으로 -

Career Stress And Responsive Characteristics Of PITR

- Aimed At College Students Majoring In Design -

**주저자 : 차용선**

인덕대학 디자인멀티미디어과

**Cha Yong-Sun**

Dept. of Design Multimedia Design, Induk University

**교신저자 : 박윤미**

한양대학교 응용미술학과

**Park yun-mi**

Dept. of Applied Arts, Hanyang University

* 이 연구는 2009년도 인덕대학 학술연구비 지원에 의한 결과임

1. 서 론

1-1. 연구의 필요성 및 목적
1-2. 선행연구
1-3. 연구문제

2. 이론적 배경

2-1. 디자인 전공 대학생의 진로 스트레스
2-1-1. 스트레스의 개념 및 원인
2-1-2. 디자인 전공 대학생의 진로 스트레스
2-2. 빗속의 사람그림 검사
2-2-1. 투사적 그림검사
2-2-2. 빗속의 사람그림 검사의 성격 및 특성

3. 연구방법

3-1. 연구대상 및 연구절차
3-2. 연구도구
3-2-1. 진로스트레스 척도
3-2-2. 빗속의 사람그림검사
3-3. 분석방법

4. 연구결과

4-1. 디자인 전공 대학생의 진로스트레스 수준
4-2. 디자인 전공 대학생의 빗속의 사람그림 반응 특성
4-3. 디자인 전공 대학생의 빗속의 사람그림 반응 특성에 따른 진로 스트레스 수준 차이검증

5. 논의 및 결론

참고문헌

논문요약

본 연구의 목적은 디자인 전공 대학생의 진로스트레스와 빗속의 사람그림의 반응특성을 살펴봄으로써 진로스트레스의 진단도구로서의 빗속의 사람그림의 유용성을 알아보는데 있다. 연구대상은 서울시 노원구에 위치한 I대학에 재학 중인 디자인 전공 대학생 209명으로, 측정도구는 진로스트레스 척도, 빗속의 사람그림 검사를 사용하였다. 수집된 자료 분석은 SPSS 17.0 프로그램에 의해 수행되었으며, 평균과 표준편차, 빈도분석, 일원변량분석(one-way ANOVA)을 실시하고 사후검증으로 Scheeffe's test를 실시하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 디자인 전공 대학생들의 진로스트레스 수준은 평균 40.18점(5점 만점에 3.63)으로 높은 수준으로 나타났다. 둘째, 디자인 전공 대학생의 빗속의 사람그림 반응특성을 알아본 결과, '비의 양'을 많이 그린 경우, 강하지도 약하지도 않은 '비의 세기'로 그린 경우, 직선의 '비의 모양'으로 표현한 경우, '바람의 세기'를 표현하지 않은 경우가 높은 비율로 나타났다. '비와 사람의 접촉', '웅덩이와 사람의 접촉'은 접촉있음이 많이 나타났고 '안정된 스트로크'를 그린 경우, '흰구름'과 '먹구름', '웅덩이'를 그리지 않은 경우, '웅덩이의 면적'을 5mm이하의 너비로 그린 경우가 많이 나타났다. 셋째, 디자인 전공 대학생의 빗속의 사람그림 반응특성에 따른 진로스트레스 수준은 '비의 양' '스트로크', '먹구름의 유무'에서 유의미한 차이를 나타내었다. 이상의 결과를 통해 빗속의 사람그림의 진로스트레스를 진단하는 도구로서의 유용성을 제시하였다.

주제어
디자인 전공 대학생, 진로스트레스, 빗속의 사람그림

Abstract

The purpose of this study is to investigate the efficacy of PITR (person in the rain test) as a measure of diagnosis for career stress by observing the level of career stress and responsive characteristics of PITR. The subject of the study is 209 college students majoring in design in I university located in Noh-Won-Gu, Seoul, while a measure of career stress and PITR are used as measurement tools. Data analysis was performed using SPSS 17.0 program, and calculation of the mean, standard deviation, frequency analysis, and one-way ANOVA was executed while Scheeffe's test was done for post verification. The results from the study are as follows. Firstly, it turns out that the level of career stress for college students majoring in design is the average value of 40.18 (3.63 on a scale of 5), which is high. Secondly, regarding responsive characteristics of PITR for college students majoring in design, the high proportion is shown in the cases of drawing 'the high quantity of rain' and 'the strength of rain' which is neither heavy nor light and the cases of expressing 'the shape of rain' as straight line and not expressing 'the strength of wind'. It is observed that there is a touch in 'touch in rain and people,' 'touch in puddle and people,' and in a case of drawing with 'stable stroke', it turns out that there are many cases of not drawing 'white and dark clouds' as well as a 'puddle' and drawing with width of no more than 5

mm in 'the area of a puddle'. Thirdly, the level of career stress depending on responsive characteristics of PITR for college students majoring in design showed the meaningful difference in the quantity of rain, validity of stroke, and dark clouds. Based on the above results, we propose the utilization as a tool of analyzing career stress using PITR.

**Keywords**

College students majoring in design, career stress, person in the rain test (PITR)

## 1. 서론

### 1-1. 연구의 필요성 및 목적

대학시기인 청년기는 자아정체감을 형성하고 부모로부터 심리적으로 독립하는 시기로, 진로를 탐색하고 결정하며 취업을 준비하는 시기이다. 개인이 어떠한 직업과 진로를 선택했느냐에 따라 능력발휘의 기회, 거주지, 교우의 유형, 개인의 사회경제적 지위, 가치관, 태도, 정신 및 신체적 건강, 가족 간의 관계 등 생활의 모든 측면에 영향을 받게 되므로(이재창, 1986) 진로결정과 직업선택은 개인의 삶에 커다란 영향을 미치는 중요한 결정이다. 그런데 우리나라의 경우, 중등학교에서의 체계적인 진로지도의 부재와 사회적 고학력화 추세로 인하여 자신의 적성과 장래희망을 고려하기보다는 일단 대학에 들어가야 한다는 사회적 분위기 속에서 자신의 관심영역, 적성 등을 충분히 고려하지 않고 대학에 진학한 경우가 많기 때문에 전공과 적성과의 불일치를 초래하거나 전공학과의 불투명한 취업전망 등의 이유로 진로 및 취업을 결정하는데 있어 많은 좌절과 갈등을 경험하고 있다(황응연, 1992). 대학생 스트레스 요인에 대한 경험적 연구들을 살펴보면 대학생들의 주된 스트레스 요인이 진로임을 확인할 수 있다(손향숙, 김현정, 2006; 이은희, 이주희, 2004; 류진혜, 정은선, 2002; 성명옥, 2001). 김영삼(2004)과 홍지연(2005)의 대학생의 생활스트레스 요인에 대한 연구에서도 대학생이 학업 및 진로 문제로 가장 많이 스트레스를 받는 다는 것을 알 수 있으며, 박현순(1999)의 연구 결과, 지난 10년간 학생생활 연구소를 찾은 대학생들이 호소하는 문제들 중 학업 및 진로문제가 가장 많았고 꾸준히 증가한 것으로 나타나 대학생들에게 진로문제는 시간의 흐름에도 불구하고 꾸준히 발생하는 스트레스의 요인임을 알 수 있다.

수 년 전만해도 디자인계열은 취업의 청정지대였다. 덕분에 디자인에 입문하는 학생들은 증가해 왔고 디자인학과도 갈수록 증가해 왔다. 그러나 80년대 후반 이후로 디자인학과의 수가 10배 이상 증가 하면서, 배출되는 인력이 한해에 30,000여명에 이르게 되었고 디자인을 전공하지 않은 사람들을 취업시키기 위한 직업교육 기관들도 기하급수적으로 생기면서 디자인전공 인력의 적체현상이 갈수록 심각해지는 위기상황을 맞게 되었다. 이에 디자인계열 대학의 지상목표가 '취업'이 되고, 학문추구 보다도 사회에 필요한 전문인 양성을 목표로 졸업생의 진로문제에 고민하며 진로스트레스에 시달리고 있다.

모든 종류의 스트레스가 유해하고, 건강을 위협하는 것은 아니다. 문제가 되는 스트레스는 삶을 위협하고, 성가시게 하고, 당황하게 하는 것들을 적절히 대처하지 못할 때 생긴다. 그러므로 스트레스를 잘 인지하고 미연에 대처해 나가면 스트레스는 삶을 더욱 살찌우고 활기차게 하며, 성장하도록 하는 긍정적인 요소가 될 수 있다(장현갑, 강성군, 1998). 따라서 진단 검사를 실시하여, 체계적인 진로상담 및 지도를 실시하는 것은 중요하며, 디자인 전공 대학생의 진로스트레스를 분석하고 이해하는 것은 디자인 전공 대학생의 진로지도에 많은 도움을 줄 수 있을 것이다.

그림검사와 같은 투사적 검사는 검사에 대한 거부감을 줄여 감정이나 사고가 자신도 모르게 구체화 되는 동시에 자료를 남길 수 있다. 또한, 객관적인 검사는 대상이 자신이 의도하는 방향으로 객관적 조사의 문항에 대해 반응 할 수 있는 여지를 제공할 수 있으나, 그림검사와 같은 투사적 검사는 피검자가 자유롭게 반응하기 때문에 독특하고 다양한 반응을 도출함으로써 피검자의 스트레스 정도와 원인을 규명할 수 있다.

그리하여 본 연구에서는 I 대학 디자인전공 대학생(1학년: 113명, 2학년:102명)을 대상으로 진로스트레스와 빗속의 사람그림의 반응특성을 분석하여 진로스트레스의 진단도구로서의 유용성을 알아봄으로써 대학의 진로상담 현장에서 적절한 상담전략을 구성하는데 도움을 주고자 한다.

### 1-2. 선행연구

지금까지 빗속의 사람그림 검사와 관련한 우리나라의 선행연구를 살펴보면 3~6학년 아동을 대상으로 성별과 학년에 따른 빗속의 사람그림 반응특성을 보고한 김순란(2004)의 연구, 초등학생을 대상으로 스트레스와 대처행동측정에 따른 빗속의 사람그림의 반응특성을 보고한 손무경(2004), 이미경(2006)의 연구, 청

소년을 대상으로 빗속의 사람그림의 반응특성을 보고한 김희선(2006)의 연구, 중학생의 학업스트레스와 빗속의 사람그림의 반응특성을 알아본 정의숙, 김갑숙.(2008)의 연구 등이 있으나 연구대상에 있어 대학생을 대상으로 한 연구는 대학생의 취업스트레스와 별-파도그림과의 관련성을 살펴본 김나현(2007)의 연구에 한정되며, 진로스트레스와 빗속의 사람그림의 반응특성에 대한 연구도 미비하여 후속연구가 필요한 실정이다.

본 연구를 통해 대학생을 연구대상으로 진로스트레스와 빗속의 사람그림의 반응특성을 분석함으로써, 빗속의 사람그림검사의 적용범위를 확대하고, 연구대상을 디자인 전공 분야의 대학생으로 세분화함으로써 상담현장에서 조력이 될 수 있는 보다 구체적인 자료를 제시하고자 한다.

### 1-3. 연구문제

본 연구의 필요성 및 목적에 따른 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 디자인 전공 대학생의 진로스트레스 수준은 어떠한가?

둘째, 디자인 전공 대학생의 빗속의 사람그림의 반응특성은 어떠한가?

셋째, 디자인 전공 대학생의 진로스트레스 수준에 따른 빗속의 사람그림의 반응특성에는 유의미한 차이가 있는가?

## 2. 이론적 배경

### 2-1. 디자인 전공 대학생의 진로 스트레스

#### 2-1-1. 스트레스의 개념 및 원인

스트레스(Stress)라는 용어는 라틴어의 Stringer 즉 '팽팽하게 되다'(Draw Tight)에서 유래되어 14세기 처음으로 사용되기 시작하였으며, 17세기에는 곤경(Hardship), 곤란(Straits), 역경(Adversity) 또는 심신의 고뇌(Affliction)를 의미하는 것으로 사용되어 왔고, 18세기에는 압력(Pressure), 중압감(Force), 긴장(Strain) 또는 수고(Strong Effort)등을 뜻하는 것으로 개인의 유기체 내지 정신력과 관련시켜 주로 생각되어졌으며, 19세기에 들어 힘이 가해진 물체나 인간이 균형을 유지하기 위해 긴장을 불러일으킨다는 의미로 사용하여 왔다.(안현우, 2003) 이와 같이 스트레스는 시대의 흐름과 여러 학자들에 따라 다양하게 정의되고 있으나 심리적인 입장에서 크게 자극으로서의 스트레스(Sturnulus-based), 반응으로서의 스트레스(Response-based), 역동적 상호작용으로서의 스트레스(Transactional)의 세 가지 모형으로 나누어 이해할 수 있다.

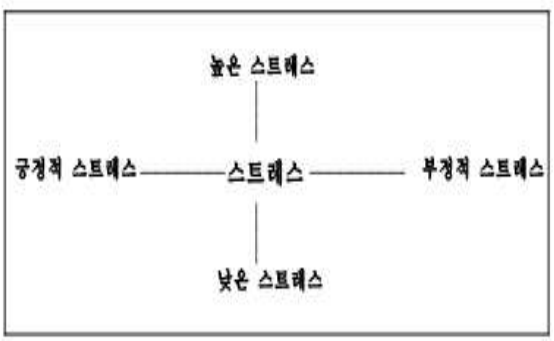
자극으로서의 스트레스(Sturnulus-based)는 개인에게 심리적인 갈등이나 긴장을 주는 환경내의 자극특징을 스트레스로 보는 개념으로 사람들은 어는 정도의 외적 압력에 견뎌낼 수는 있지만 저항 수준은 사람마다 차이가 있기 때문에 어떤 사람에게 가해지는 압력수준이 최적의 조건을 벗어날 때 스트레스가 발생된다는 입장을 채택하고 있다.

반응으로서의 스트레스(Response-based)는 초기 스트레스에 대한 정의로 사용되었으며, 환경적 요구 및 내적 요구에 개인, 사회, 조직체계내의 적응능력이 미치지 못할 때 나타나는 반응을 의미한다. 즉, 어떤 특정한 반응 또는 반응군을 스트레스로 보거나 적어도 스트레스 개념의 변수로 보는 관점이다(1956, Selye).

마지막으로 역동적 상호작용으로서의 스트레스(Transactional)는 환경과 개인의 복잡하고 역동적인 상호작용으로 보고 심리과정에 근거를 둔 관점이다. 개인의 환경적 조건에 의해 자신의 요구와 동기가 위협당하고 있다고 지각하거나 이에 대해 적절히 대처할 수 없을 때 발생한다고 보는 입장이다.

한편, Cooper(1983)는 인간은 결코 불유쾌한 체험에서 벗어날 수 없다고 전제한 후 인간의 모든 생활에서 나타나는 스트레스를 그림 [표 1]과 같이 높은 스트레스, 낮은 스트레스, 긍정적 스트레스, 부정적 스트레스의 네 가지 기본적인 변화로 구분하여 설명하였다. 스트레스의 강도 측면에서 구분된 높은 스트레스와 낮은 스트레스는 똑같은 파괴력을 갖고 있으며, 이에 대한 대처를 능동적으로 할 수 있는 태도가 중요하고, 스트레스의 호재측면에서 구분된 부정적 스트레스를 최소화시키고 긍정적 스트레스를 늘려주는 것이 중요하다 보았다.

[표 1] 스트레스의 기본 변화




*자료출처: Cooper, C, L.(1983). The srress Concept, New York; John Wiley & Sons, P.18.

스트레스란 생활사건에서 생겨나는 압박감으로 적정수준까지는 생활을 하는데 원동력이 되나, 그 수준을 넘어 설 땐 생활을 하는데 효율성이 사라지며 이러한 상태가 돌파구 없이 지속된다면 생리적· 심리적으로 건강에 해를 나타내고 더 나아가서는 생활과 복지에까지 유해한 결과를 나타낸다. 따라서 스트레스를 적절히 조절하여 균형을 유지하도록 노력하는 것이 필요하겠다.

### 2-1-2. 디자인 전공 대학생의 진로 스트레스

진로스트레스는 졸업 후 진학 및 취업과 관련된 문제로 인하여 학교생활에서 신체적, 심리적 평형상태가 파괴되고 위기, 긴장감 또는 불안을 느끼는 상태이다(박선희, 2009). 원호택, 이명선, 김순진(1989)은 대학생의 스트레스 요인을 신체적 조건, 물리적 환경, 사회적 환경, 가정생활 등을 포함하는 환경요인과 일반성격, 자존심, 기술, 사고방식과 가치 등을 포함하는 개인요인, 그리고 공부나 일, 인간관계 등을 포함하는 환경-개인요인의 세 가지 유형으로 구분하였는데, 스트레스 요인으로서의 진로는 환경-개인 요인에 속한다.

스트레스에 취약할 수 있는 대학 시기는 청소년에서 성인으로 넘어가는 중요한 과도기라고 할 수 있다. 대학생들은 대학시절 동안에 자신의 진로를 결정하고 정체성을 확립하는 등의 여러 가지 발달과정을 수행하게 되면서 많은 혼란과 갈등을 경험하게 된다. 특히, 오늘날과 같이 급변하는 사회현실, 불확실한 미래, 치열한 경쟁 속에서 대학을 졸업한 후에 일자리가 별로 없고 취업이 잘 되지 않는 상황은 더욱 더 대학생의 진로스트레스를 높이고 있다.

수년전만 해도 디자인은 매우 유망한 직업으로서 괜찮은 대접을 받아왔다. 디자인이 기술이나 경제, 산업, 상품 등 자본주의사회의 굵직한 흐름과 직접적으로 관계되어 왔다는 점과 디자인의 화려한 외관 등은 디자인에 대한 좋은 환심을 만들었고 이와 함께, 90년대 말부터 등장한 인터넷에 따른 디자인 수요가 대단했기 때문에 인터넷을 중심으로 한 디자인이 가열차게 발전할 수 있었다. 그때까지는 디자인에 대한 수요가 증가하는 상황이었기 때문에 디자인을 하면 적어도 진로걱정은 없었다. 오히려 사회적 수요에 대한 공급이 더 큰 문제였기 때문에 많은 대학에서 디자인학과를 신설하거나 확대하여 많은 디자인 인력을 배출하는데 주력했었다. 그러나 그 결과 80년대 후반 이후로 디자인학과의 수는 10배 이상 증가 하였고, 배출되는 인원이 한해에 30,000여명에 이르게 되어 디자인전공 인력의 적체현상은 갈수록 더욱 심각해졌고, 디자인 전 영역에 걸쳐서 취업의 기회가 턱없이 줄어드는 우려했던 상황이 발생하였다. 한국고용정보원은 지난 2007년 2월에 2~3년제 이상 졸업자 1만8,000명을 상대로 “2007 대졸자 직업이동 경로조사” 결과를 12월9일 발표했다(서울경제,2009). 조사에 따르면 2007년 대졸자들이 첫 일자리를 구하는 데 걸린 기간은 공학계열 출신자들이 3개월로 가장 짧았으며, 이어 의약계열(3.2개월), 예체능계열(3.4개월) 등의 순으로 예체능계열이 가장 낮은 순위를 나타냈고, 월평균 임금(대학졸업 후 약 20개월이 지난 시점)도 공학계열이 202만6,000원으로 가장 많았으며 이어 의약계열(200만원), 사회계열(196만원) 등의 순이었으며, 예체능계열은 146만8,000원으로 가장 낮은 임금 수준을 보였다. 따라서 본 연구에서는 진로스트레스 상황에 노출되어 있는 디자인 전공대학생의 진로상담을 효율적으로 돕는 자료를 마련하고자 한다. 진로스트레스에 관한 선행연구는 진로스트레스에 영향을 미치는 선행변인을 밝히는 연구가 주로 이루어졌으며, 진로스트레스를 예언변인으로 두고 진로스트레스가 높은 집단이 어떠한 특성을 보이는지를 살펴본 연구는 찾기 힘들다. 본 연구를 통해 진로스트레스 문제를 가진 대학생의 그림특성을 살펴봄으로써 진로스트레스의 특성을 확인해 볼 수 있을 것으로 생각된다.

## 2-2. 빗속의 사람그림 검사

본 연구에서 제시한 빗속의 사람그림검사는 투사검사의 일종으로, 지난 40년 동안 상담 및 심리치료와 예술치료에서 환경적 스트레스와 스트레스 대처를 측정하기 위한 그림 심리 진단검사에 주로 사용되었다.

### 2-2-1. 투사적 그림검사

그림은 오래전부터 다양한 문화권에서 의사소통의 도구로 사용되었으며 자기 자신과 자신의 경험을 반영하고 우리 삶의 이야기를 담고 있으며(Malchiodi, 2006), 개인의 심리적 현실 및 주관적 경험을 드러낸다.

1940년을 전후로 그림이 개인의 정서적 측면과 성격을 나타낸다는 주장이 대두되면서 투사적 그림(projective drawing)이라는 용어가 제시되고 투사적 그림검사로 발전하게 되었다(옥금자, 2003).

투사적 그림검사는 신뢰도와 타당도가 낮은 편이나, 일반적으로 임상심리학자들이 개발한 심리검사에서 활용되는 설문지 형식의 검사도구들이 진단하지 못하는 부분에 대한 심층적인 분석을 가능하게 하므로 임상심리학에서 자주 쓰인다. 질문지에 의한 방법

은 언어에 의한 방법이므로, 언어의 의식화 과정에서 이성의 검열을 받게 되며(Brown, 1976), 사회적으로 바람직하게 여기는 방향으로 반응할 가능성이 높아(Paulhus, 1981), 심층까지 파악하지 못할 우려가 있으나, 투사적 그림검사는 그림을 그릴 때 개인의 지각 정도에 따라서 표현하게 되며 내재화된 경험을 투사하므로, 그림에 투사된 것은 자기대상과 관련된 경험의 표상이라고 할 수 있다. 즉, 그림은 내담자가 가장 단순하고 풍부하게 자신을 표현하고, 검사자 또는 치료사와 접촉할 수 있는 가능성을 확장시켜 줄 수 있는 매개체가 되며, 언어적 치료법을 보완해줄 수 있는 도구가 된다(정여주, 2003).

투사적 그림검사의 검사도구로서의 장점을 살펴보면, 다음과 같다.

첫째, 응답자에게 자극의 일정한 의미나 정답이 제시되지 않으므로 방어가 적고 응답의 왜곡이 적다.

둘째, 반응의 자유도가 높아서 개인의 독특한 문제가 제한 없이 반응될 수 있다.

셋째, 성격의 여러 차원에 대한 해석이 가능하므로 다요인적 해석이 가능하다(정아람, 2006; 김나현, 2007에서 재인용).

#### 2-2-2. 빗속의 사람그림 검사의 성격 및 특성

빗속의 사람 그림검사는 '사람 그리기' 검사를 변형한 것으로 Fay(1923,1934)에 의해 개발되었다.

그림 속에 그려진 사람은 자화상과도 같은 역할을 하며, '비'는 어떠한 외부적 곤경이나 스트레스 환경을 상징한다(주리애, 2000). 즉, '비'는 자아가 받은 스트레스의 양을 의미하며, '비의 질'은 그 사람이 느끼는 스트레스 압박감을 나타내다. 또한 스트레스에 대한 방어기제는 비에 대한 방어 즉, '우산이나 비옷', 혹은 '나무'로 상징된다(신민섭 등, 2002).

따라서 빗속의 사람그림 검사는 그린 사람의 자기개념을 알아볼 수 있는, 외부 환경에 대한 지각이 어떠한지를 살펴볼 수 있게 도와준다. 또 그림을 그린 사람이 얼마만큼 외부의 자극이나 스트레스에 유연하게 대처하는지를 알려면 그림 속의 인물이 비에 대해 어떻게 대처하고 있는지를 보면 추측할 수 있다. 그려진 그림을 잘 보면 그 사람이 불쾌한 상황이나 불안한 상황에서 어떤 종류의 방어기제를 사용할 것인지, 혹은 환경을 통제할 수 있는 충분한 심적 역량이 있는지를 알 수 있게 된다(주리애, 2002).

## 3. 연구방법

### 3-1. 연구대상 및 연구절차

본 연구는 서울시 노원구에 위치한 I대학에 재학중인 신체적·인지적으로 손상이 없는 디자인 전공 대학생 215명(1학년: 113명, 2학년: 102명)을 대상으로 실시하였다.

검사는 약 40명으로 구성된 반을 기준으로 강의실에서 집단검사로 2009년 9월 25일부터 10월 1일까지 총 5회 실시하였으며, 본 연구자 2인과 함께 보조 검사자 1인이 함께 참여하여 진행되었다.

빗속의 사람그림 검사 실시 후 이어 진로스트레스 척도 검사를 실시하였으며, 실시 도중 이해가 되지 않는 부분은 개인적으로 다시 질문하도록 하여 불성실한 답변을 최소화하였다.

검사소요 시간은 빗속의 사람그림검사 10~20분, 진로스트레스 척도검사 10분으로 약 20~30분에 걸쳐 진행되었으며, 개인적 성향에 따라 검사시간이 더 필요한 경우 충분히 시간을 주어 검사에 충실히 임할 수 있도록 하였다. 100%전량 회수하였으며, 누락된 답안이 많은 검사지를 제외시킨 최종 209부를 분석자료로 삼았다.

### 3-2. 연구도구

#### 3-2-1. 진로스트레스 척도

본 연구에서는 진로스트레스를 측정하기 위해 황성원(1998)의 '취업스트레스 설문지' 와 김영미(1991)의 대학생을 위한 스트레스 대응 질문지 측정도구에서 학교생활에서 받는 스트레스를 측정하는 문항 중 김동조(2003)가 자신의 연구의도와 부합되는 문항을 선별하고 수정 및 보완해서 척도를 구성한 '진로와 취업스트레스 척도'를 사용하였다.

척도 내용은 진로를 탐색하고 결정하며 준비하는 과정에서, 취업을 준비하는 과정에서 받는 스트레스 정도를 질문하는 문항으로 구성되어 있다. 이 질문지는 총 11문항으로, '전혀 그렇지 않다'(1), '그렇지 않다(2), '보통이다(3)', '그렇다(4)', '매우 그렇다(5)'의 5점 척도를 사용하였고, 점수가 높을수록 진로스트레스가 높은 것을 의미한다. 척도의 신뢰도 계수는 Cronbach'a=.93이었다.

#### 3-2-2. 빗속의 사람 그림검사

빗속의 사람 그림검사는 스트레스 및 스트레스 대처자원을 알아보는 것으로 Fay(1923,1934)에 의해 개발된 것이다. 검사에 사용되는 도구는 도화지(A4) 1장, 연필, 지우개 등이며 "비가 내리고 있습니다. 빗속에 사람을 그려주세요. 만화나 막대기 모양의 사람이 아닌 완전한 사람으로 그려주세요."라고 지시하고 그림을 다 그린 후에는 그림을 그린 순서와 그림속의 인물이 누구이며 그 사람이 무엇을 하고 있는지, 어

떤 생각을 하고 있는지를 적어달라는 지시를 한다.

검사자는 피검자에게 자신이 그리고 싶은 대로 자유롭게 그릴 수 있도록 해야 하며 그림의 모양이나, 크기, 위치, 방법 등에 대해서는 어떠한 단서도 제공하지 않도록 주의해야 한다.

본 연구에서는 빗속이 사람그림검사의 채점기준을 Lack(1996)의 객관화한 PITR-SRC 척도를 우리나라 실정에 맞게 번안한 내용(손무경, 2007)을 바탕으로 정의숙(2008)이 구성한 PTIR의 채점기준을 참고로 하였고 미술치료전문가 1인의 자문을 통해 본 연구의 분석자료에서 빈번하고 특징적으로 나타나는 내용으로 채점 기준에 관한 세부항목을 최종 선정하였다.

디자인 전공 대학생의 진로스트레스와의 관계를 알아보고자 한 것이므로 채점기준에 있어 스트레스 영역에 해당하는 내용으로 채점기준을 제한하고, 스트레스 대처자원영역에 관해서는 다루지 않았다.

또한, 그림 채점은 각 항목에 대한 채점의 신뢰도를 높이기 위하여 본 연구자를 포함하여 미술치료를 전공한 대학원생 1명이 함께 수행하였다

2명의 채점자가 각각 채점한 결과를 상관계수로 산출한 결과 채점자간 일치도는 r=.94로 나타났다.

구체적인 항목 및 채점기준은 [표 2]와 같다.

[표 2] 빗속의 사람그림 검사 채점기준표

| 영역 | 내용 | 채점기준 |
|---|---|---|
| 스트레스 영역 | 비의 양 | 적음 보통 많음 |
| | 비의 세기 | 약함 보통 강함 |
| | 비의 모양 | 원 직선 |
| | 바람의 세기 | 없음 약함 강함 |
| | 비와 사람의 접촉 | 없음 있음 |
| | 비와 구름의 접촉 | 없음 있음 |
| | 웅덩이와 사람의 접촉 | 없음 있음 |
| | 스트로크 | 불안정 안정 |
| | 흰구름 유무 | 없음 있음 |
| | 먹구름 유무 | 없음 있음 |
| | 웅덩이 유무 | 없음 있음 |
| | 웅덩이 면적 | 5mm이하 5mm이상 |

3-3. 분석방법

본 연구의 목적을 달성하기 위해 진로스트레스 척도와 빗속의 사람그림 검사를 사용하여 수집된 자료의 분석은 SPSS 17.0 프로그램에 의해 수행되었으며, 연구문제와 관련한 구체적인 분석방법을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 대학생의 진로스트레스 수준을 알아보기 위하여 평균과 표준편차를 구하였다.

둘째, 디자인과 대학생의 빗속의 사람그림검사의 반응특성을 알아보기 위하여 빈도분석을 실시하였다.

셋째, 디자인과 대학생의 스트레스 수준에 따른 빗속의 사람그림의 반응특성차이를 알아보기 위해 일원변량분석(one-way ANOVA)을 실시하고 사후검증으로 Scheeffe's test를 실시하였다.

## 4. 연구결과

4-1. 디자인 전공 대학생의 진로스트레스 수준

디자인 전공 대학생의 진로스트레스 수준을 알아보기 위하여 평균과 표준편차를 구한 결과는 [표 3]와 같다. [표 3]에 의하면 디자인 전공 대학생들의 진로스트레스 수준은 평균 40.18점(5점 만점에 3.63)으로 높은 수준으로 나타났다.

[표 3] 디자인전공 대학생의 진로스트레스 수준

N=208

| 변인 | 평균 | 표준편차 |
|---|---|---|
| 진로스트레스 수준 | 40.18 | 7.005 |

4-2. 디자인 전공 대학생의 빗속의 사람그림 반응특성

디자인 전공 대학생의 빗속의 사람그림 반응특성을 알아보기 위하여 빈도분석을 한 결과는 [표 4]과 같다.

[표 4]에 의하면, '비의 양'은 '비의 양'이 많은 그림이 45.2%, '비의 양'이 보통인 그림이 40.9%의 순으로 높은 비율을 보였고, '비의세기'는 83.2%의 피검사자가 강하지도 약하지도 않은 '비의 세기'로 그린 것으로 나타났다.

'비의 모양'은 91.3%의 피검사자가 직선의 형태로 표현하였고, '바람의 세기'는 93.8%의 피검사자가 '바람의 세기'를 표현하지 않은 것으로 나타났다.

'비와 사람의 접촉'은 '접촉있음'이 57.2%, '접촉없음'이 42.8%로 나타났고 '웅덩이와 사람의 접촉'은 '접촉있음'이 59.1%, '접촉없음'이 40.9%로 나타났다.

'스트로크'는 안정된 경우가 56.2%, 불안정된 경우가 43.8%의 비율로 나타났다.

'흰구름의 유무'는 흰구름을 그리지 않은 경우가 55.8%, 흰구름을 그린 경우가 44.2%로 나타났으며, '먹구름의 유무'는 먹구름을 그리지 않은 경우가 54.8%, 그린 경우가 45.2%로 나타났다.

'웅덩이 유무'는 그리지 않은 경우가 76%로 많이 나타났으며, '웅덩이의 면적'은 5mm이하의 너비로 그린 경우가 80..8%의 높은 비율을 보였다.

[표 4] 디자인 전공 대학생의 빗속의 사람 그림 반응 특성

N=208

| 반응특성 | | N(%) |
|---|---|---|
| 비의 양 | 적음<br>보통<br>많음 | 29(13.9)<br>85(40.9)<br>94(45.2) |
| 비의 세기 | 약함<br>보통<br>강함 | 17(8.2)<br>173(83.2)<br>18(8.6) |
| 비의 모양 | 원<br>직선 | 18(8.7)<br>190(91.3) |
| 바람의 세기 | 없음<br>약함<br>강함 | 195(93.8)<br>9(4.3)<br>4(1.9) |
| 비와 사람의 접촉 | 없음<br>있음 | 119(57.2)<br>89(42.8) |
| 비와 구름의 접촉 | 없음<br>있음 | 162(77.9)<br>46(22.1) |
| 웅덩이와 사람의 접촉 | 없음<br>있음 | 85(40.9)<br>123(59.1) |
| 스트로크 | 불안정<br>안정 | 91(43.8)<br>117(56.2) |
| 흰구름 유무 | 없음<br>있음 | 116(55.8)<br>92(44.2) |
| 먹구름 유무 | 없음<br>있음 | 114(54.8)<br>94(45.2) |
| 웅덩이 유무 | 없음<br>있음 | 158(76.0)<br>40(24.0) |
| 웅덩이 면적 | 5mm이하<br>5mm이상 | 168(80.8)<br>40(19.2) |

### 4-3. 디자인 전공 대학생의 빗속의 사람그림 반응 특성에 따른 진로스트레스 수준 차이검증

디자인 전공 대학생의 빗속의 사람그림 반응특성에 따른 진로스트레스 수준의 차이 검증을 위해 일원변량분석(one-way ANOVA)을 실시하고 사후검증으로 Scheeffe's test를 실시하였다.

[표 5] 에 의하면 '비의 양', '스트로크', '먹구름의 유무'에서 진로스트레스 수준에 따른 유의미한 차이가 나타났다.

'비의 양'은 p<.001의 수준에서 유의미한 차이가 나타났으며, 비의 양이 많은 경우가 비의 양이 적거나 보통인 경우보다 진로스트레스를 높게 인지하였다.[그림 1].

'스트로크'는 p<.001의 수준에서 유의미한 차이가 나타났으며, 불안정한 스트로크를 그린 경우가 안정된 스트로크를 그린 경우보다 진로스트레스 수준이 높게 타났다.[그림 2]

'먹구름의 유무'는 p<0.05 수준에서 유의미한 차이를 나타냈으며, 먹구름이 있는 경우가 없는 경우보다 높은 진로스트레스 수준을 보였다.[그림 3]

[표 5] 디자인 전공 대학생의 진로스트레스 수준에 따른 빗속의 사람 그림 반응 특성

N=208

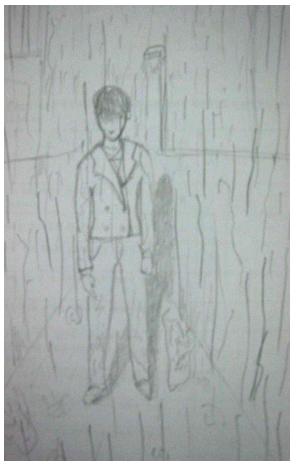
| 변인 | 구분 | 진로스트레스 수준 | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | N | M | SD | F |
| 비의 양 | 적음<br>보통<br>많음 | 29<br>85<br>94 | 35.97<br>36.54<br>44.77 | 6.074 a<br>6.575 a<br>4.490 b | 56.706<br>*** |
| 비의 세기 | 약함<br>보통<br>강함 | 17<br>173<br>18 | 42.71<br>39.83<br>41.17 | 6.223<br>7.094<br>6.564 | 1.511 |
| 비의 모양 | 원<br>직선 | 18<br>190 | 42.44<br>39.96 | 5.327<br>7.117 | 2.074 |
| 바람의 세기 | 없음<br>약함<br>강함 | 195<br>9<br>4 | 40.09<br>40.89<br>42.75 | 7.007<br>7.079<br>7.005 | .328 |
| 비와사람 접촉 | 없음<br>있음 | 119<br>89 | 40.17<br>40.19 | 6.734<br>7.390 | .001 |
| 비와구름 접촉 | 없음<br>있음 | 162<br>46 | 40.25<br>39.93 | 6.930<br>7.335 | .071 |
| 웅덩이와 사람접촉 | 없음<br>있음 | 85<br>123 | 40.42<br>40.01 | 7.213<br>6.881 | .176 |
| 스트로크 | 불안정<br>안정 | 91<br>117 | 43.70<br>37.44 | 6.047<br>6.469 | 50.848<br>*** |
| 흰구름 유무 | 없음<br>있음 | 116<br>92 | 41.01<br>39.52 | 6.424<br>7.394 | 2.348 |
| 먹구름 유무 | 없음<br>있음 | 114<br>94 | 39.04<br>41.55 | 7.417<br>6.235 | 6.797<br>** |
| 웅덩이 유무 | 없음<br>있음 | 158<br>50 | 39.89<br>41.08 | 6.791<br>7.642 | 1.092 |
| 웅덩이 면적 | 5mm이하<br>5mm이상 | 168<br>40 | 40.57<br>38.55 | 6.809<br>7.649 | 2.697 |

1) ** p<.05 *** p<.001

2) a, b: 서로 다른 영문자는 Scheeffe 비교 처리결과 집단 간의 유의미한 차가 있음을 의미함

[그림 1] '비의 양' 그림 사례

* 비의 양 적음
* 진로스트레스점수 28



* 비의 양 많음
* 진로스트레스 점수 49

[그림 2] '스트로크' 그림 사례

*안정된 스트로크
*진로스트레스 점수 31

*불안정된 스트로크
*진로스트레스 점수 54

[그림 3] '먹구름의 유무' 그림 사례

* 먹구름 없음
* 진로스트레스점수 23

* 먹구름 있음
* 진로스트레스 점수 52

## 5. 논의 및 결론

본 연구는 서울시 노원구에 위치한 I대학에 재학중인 디자인 전공 대학생 209명(1학년: 113명, 2학년: 102명)의 진로스트레스와 빗속의 사람그림의 반응특성을 살펴봄으로써 진로스트레스의 진단척도로서의 빗속의 사람그림검사의 유용성을 알아보는 것에 연구의 목적이 있다. 측정도구로는 진로스트레스 척도, 빗속의 사람그림 검사를 사용하였으며, 자료 분석은 SPSS 17.0 프로그램을 사용하여, 평균과 표준편차, 빈도분석, 일원변량분석(one-way ANOVA)을 실시하고 사후검증으로 Scheeffe's test를 실시하였다.

본 연구의 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 디자인 전공 대학생들의 진로스트레스 수준을 알아본 결과, 진로스트레스의 점수는 평균 40.18점(5점 만점에 3.63)로 높은 수준으로 나타났다.

이 결과는 디자인전공 인력의 적체현상이 갈수록 심각해지는 현재의 상황을 시사한다. 스트레스는 생활사건에서 생겨나는 압박감으로 적정수준까지는 생활을 하는데 원동력이 되나, 그 수준을 넘어 설 땐 생활을 하는데 효율성이 사라지며 이러한 상태가 돌파구 없이 지속된다면 신체적 심리적 안정 상태를 위태롭게 하는 유해한 결과를 초래한다. 스트레스를 예방하기 위해서는 상담이 적극적으로 이루어져야 할 것 이며, 이를 위한 대학의 상담기관의 설립 및 확충도 요구된다.

둘째, 디자인 전공 대학생의 빗속의 사람그림 반응특성을 알아본 결과, '비의 양'을 많이 그린 사람이 가장 높은 비율을 보였고, 대다수가 강하지도 약하지도 않은 '비의 세기'로 그린 것으로 나타났다. 또한 대부분의 피검자가 '비의 모양'은 직선으로 표현하였고, '바람의 세기'를 표현하지 않은 것으로 나타났다. '비와 사람의 접촉', '웅덩이와 사람의 접촉'은 접촉있음이 많이 나타났으며 '흰구름'과 '먹구름', '웅덩이'를 그리지 않은 경우가 많이 나타났고, '웅덩이의 면적'은 5mm이하의 너비로 그린 경우가 높은 비율을 보였다. 또한, '안정된 스트로크'를 그린 경우가 많이 나타났다.

이와 같은 결과는 디자인전공 대학생의 교육 및 상담에서 진로 스트레스 수준을 가늠해 볼 수 있는 기초자료로 유용하게 사용 될 수 있을 것이다.

셋째, 디자인 전공 대학생의 빗속의 사람그림 반응특성에 따른 진로스트레스 수준은 '비의 양', '스트로크', '먹구름의 유무'에서 유의미한 차이를 나타내었다. '비의 양'이 많은 경우가 '비의 양'이 적거나 보통인 경우보다 진로스트레스 수준이 높게 나타났으며, '불안정한 스트로크'를 그린 경우가 '안정된 스트로크'를 그린 경우보다, '먹구름'이 있는 경우가 없는 경우보다 진로스트레스 수준이 높게 나타났다.

이 결과는 스트레스 반응과 빗속의 사람 그림반응의 관계에서 유의미한 차이가 나타나지 않았다는 이미경(20

06)의 연구와는 차이를 보였으며, 우산보다 그름을 먼저 그린 아동이 스트레스가 높았다는 김순란과 최외선(2004)의 연구, 학업스트레스가 높은 집단이 불안정한 스트로크를 사용하는 경향이 있다고 밝힌 김희석, 권난희(2006), 정의숙, 김갑숙(2008)의 연구와도 비슷한 결과를 보였다.

'비의 양'이 많은 경우 진로스트레스가 높이 나타난 것은 신경과민증 환자들이 많은 비를 그린다고 밝힌 Verisis와 Lichtenberg, Henrich(1974)의 연구와 같은 맥락으로 이해할 수 있으며, '비의 양'을 많이 표현하는 것은 자아가 받은 스트레스의 양이 많다는 것을 의미하며, '비'는 어떠한 외부적 곤경이나 스트레스 환경을 상징한다는(주리애, 2000) 견해를 뒷받침한다. '스트로크'는 선의 질감을 말하며, 움직임이 있거나 분단되고 흐트러짐이 있는 '불안정한 스트로크'는 내적 혼란과 장애의 징후를 나타낸다고 볼 수 있다.(杉浦京子, 1994) '불안정한 스트로크'로 그린 경우, 진로스트레스 수준이 높게 나타난 점은 일정하지 않은 압력의 선이 히스테리, 불안정하고, 충동적이라는(최외선, 정현희, 2004) 견해와 맥을 같이 한다. 또한 '먹구름'은 심리적 스트레스 또는 피해를 시사하는데(杉浦京子 · 鈴木康明., 1994), '먹구름'이 있는 경우가 없는 경우보다, 진로스트레스가 높이 나타난 것은 빗속의 사람 그림의 일반화된 이론과 일치한다는 점에서 진로스트레스 진단도구로서의 활용가능성을 증명하는 결과로 볼 수 있다.

요즘 우리나라의 대학생들은 충분한 진로탐색을 하지 못한 채 대학에 진학하여 학부제 및 취업난 속에서 진로로 인한 많은 스트레스를 경험하며, 그러한 스트레스를 잘 다루지 못해 진로결정에 어려움을 겪게 된다. 따라서 스트레스 상황에 놓인 학생들을 조기에 발견하여 적절한 도움을 줌으로써 문제가 심각해지는 것을 미리 예방하는 것이 필요하다.

이상의 결과를 통해 빗속의 사람그림은 진로스트레스에 대해 변별력을 가지며, 진로스트레스 문제를 가진 대학생 내담자가 상담기관을 찾았을 때, 내담자가 느끼는 진로스트레스의 정도를 진단 및 평가하는 유용한 도구로 상담을 실시하는 데에 있어 좋은 기초자료가 될 수 있음을 밝혔다. 본 연구는 대학의 진로상담 현장에서 적절한 상담전략을 구성하는데 효과적인 자료로 사용될 수 있을 것이다.

본 연구의 제한점을 보완하여 앞으로 진로와 관련된 후속연구에서 필요한 점을 제언하고자 한다.

첫째, 본 연구는 서울소재 대학의 디자인전공 대학생을 대상으로 하였다. 전공분야별, 지역별 등 다양한 연구대상과의 비교연구가 이루어진다면 더욱 유의미한 결과를 도출할 수 있을 것이다.

둘째, 본 연구에서는 빗속의 사람그림검사를 집단으로 실시하여 보다 다양한 피검자의 표현을 반영할 수 없는 제한점이 있었다. 개별적인 검사를 통한 질적인 연구가 함께 이루어진다면 보다 깊이 있는 연구가 될 것이다.

## 참고문헌


- 김나현. (2007). 대학생의 '빗속의 사람그림' 반응특성과 취업스트레스에 관한 연구. 영남대학교 석사학위논문.
- 김동조. (2002). 신학대학생의 스트레스에 관한 연구-학교생활, 진로와 취업을 중심으로. 명지대학교 석사학위논문.
- 류진혜, 정은선 (2002). 2002학년도 서울캠퍼스 신입생들의 대학생활적응 연구. 한양대학교 대학생활연구, 20.
- 박선희. (2009). 대학생의 진로스트레스와 스트레스 대처방식이 진로결정수준에 미치는 영향. 한국심리학회. 6(1).
- 성명옥 (2001). 선문대생의 생활스트레스에 관한 연구. 선문대학교 학생생활연구. 5.
- 손향숙, 김현정 (2006). 2006학년도 용인대학교 재학생 대학생활 실태 조사연구. 학생생활연구. 14.
- 안현우(2003). 직무스트레스요인과 직무스트레스 반응, 직무만족에 관한 연구. 고려대학교 석사학위논문.
- 원호택, 이명선, 김순진(1989). 서울대생의 스트레스 실태조사. 서울대학교 학생생활연구소 학생연구. 24(1).
- 이은희, 이주희 (2001). 교사의 직무스트레스와 심리적 적응과의 관계 : 문제중심적 대처방식 , 정서중심적 대처방식의 조절효과. 한국심리학회지 건강.
- 신민섭 등. (2002). 그림을 통한 아동의 진단과 이해 - HTP와 KFD를 중심으로-. 서울: 학지사.
- 정아람, (2006). 초등학생의 스트레스와 스트레스 대처, 우울을 측정하기 위한 빗속의 사람그림의 반응특성연구, 대구대학교 석사학위논문.
- 정여주. (2003). 미술치료의 이론과 실제. 서울: 학지사.
- 정의숙, 김갑숙.(2008). 중학생의 학업스트레스와 빗속의 사람 그림 반응특성. 가정관리학회지. 26(2)
- 주리애. (2000). 미술치료는 마술치료. 서울: 학지사.
- 한국고용정보원. (2009). 서울경제.
- Cooper, C, L. etc, al. (1983). The srress Concept, New York; John Wiley & Sons.
- Lazarus, R. S. & Folkman. S. (1984). Coping and adaption. In W. D. Gentry.(Ed.). The handbook of behavioral medicine. New York: Guilford.
- *Selye, H. (1956). The stress og life. New YorkMc Graw Hill.*