

01 | 검사결과와 신뢰성

신뢰도 지표	결 과	해 석
반응 일관성	보통	당신은 문항 반응에서 솔직하고 성실하게 응답하였습니다. 따라서 검사결과를 신뢰할 수 있으며 나타난 검사 결과를 통해 자신의 성격특성을 이해하면서 많은 도움이 되었으면 합니다.
응답성실도	양호	
무응답수	0	

* 반응일관성은 내용이 서로 비슷한 문항에 대해 일관성있게 응답했는지를 나타냅니다. 반응 일관성이 높을수록 검사결과를 신뢰할 수 있습니다.
* 응답성실도는 모든 문항에 대해 신중하고 실수없이 반응했는지를 나타냅니다. 응답 성실도가 양호할 때 검사 결과를 신뢰할 수 있습니다.
* 무응답수가 없거나 낮을수록 검사 결과를 신뢰할 수 있습니다.

단위: T점수

02 | 프로파일 분석

E 외향성(신체심리적 에너지)			매우 낮음	낮음	보통	높음	매우 높음	54.0
E1 사회성	47.9	혼자 지내기를 좋아함/친구가 없는	←					→
E2 지배성	50.9	자기 주장 안하는/나서지 않는	←					→
E3 자극추구	52.5	단조로운/안정 지향적인	←					→
E4 활동성	60.8	신체활동을 안하는/쉽게 피로해지는	←					→

O 개방성(새로운 경험과 변화에 대한 수용력)			매우 낮음	낮음	보통	높음	매우 높음	59.9
O1 창의성	64.9	구체적 또는 실제적인/상상력이 없는	←					→
O2 정서성	57.4	정서적으로 둔감한/미적 관심이 없는	←					→
O3 사교유연성	42.7	호기심이 없는/생각의 융통성이 없는	←					→
O4 행동진취성	60.1	변화를 싫어하는/전통적인	←					→

A 친화성(대인관계 성향)			매우 낮음	낮음	보통	높음	매우 높음	61.0
A1 온정성	46.1	냉정한/사람들과 거리를 두는	←					→
A2 신뢰성	53.7	냉소적인/의심이 많은	←					→
A3 공감성	69.6	자기중심적인/이해심이 적은	←					→
A4 관용성	59.3	엄격한/용서를 잘 하지 않는	←					→

C 성실성(일과 학업을 수행하는 방식)			매우 낮음	낮음	보통	높음	매우 높음	54.6
C1 유능감	45.2	비효율적인/자신감이 없는	←					→
C2 성취동기	50.7	아망이 없는/목표가 없는	←					→
C3 조직성	51.8	충족적인/꼼꼼하지 않은	←					→
C4 책임감	67.7	쉽게 포기하는/책임감이 없는	←					→

N 신경증(정서적인 반응 성향)			매우 낮음	낮음	보통	높음	매우 높음	68.8
N1 불안	72.6	편안하고 침착한/걱정이 적은	←					→
N2 적대감	54.6	화를 잘 내지 않는/참을성이 많은	←					→
N3 우울	81.7	만족하는/낙관적인	←					→
N4 충동성	51.9	지제력이 있는/집중할 수 있는	←					→
N5 사회취향	70.3	사람들과 편안히 어울리는	←					→
N6 정서충격	76.0	트라우마의 가능성 낮은	←					→
N7 심약	65.4	쉽게 상처받지 않는/스트레스 회복력이 높은	←					→
N8 특이성	65.3	현실과 잘 연결된	←					→
N9 반사회성	43.6	법이나 규칙을 잘 지키는/ 윗사람의 의견을 존중하는	←					→
N10 자손감	77.2	자신을 존중하는	←					→

※ T점수: 평균이 50, 표준편차가 10인 표준점수로서 50점을 기준으로 이보다 위의 점수는 평균점보다 높고, 아래의 점수는 평균점보다 낮은 것을 의미합니다.

03 | 성격 프로파일

다음의 결과 해석은 당신의 성격을 확정적으로 진단하려는 것이 아니라 대체적인 경향성을 말하는 것입니다. 경향성으로서 결과를 검토해보고 일상생활에서 본인 자신의 장점과 단점을 잘 살려서 더욱 성장할 수 있도록 해 주는 데 도움이 될 것입니다.

대인관계 스타일

- 주위 사람들은 당신을 마음이 따뜻하고 친절한 사람이라고 느낍니다.
- 사람들을 만나는 것을 즐기고 새로운 사람들을 사귀는 것을 잘할 수 있지만, 혼자서 지내는 것도 즐길 줄 압니다.
- 다툼이 생기면 상대방의 기분을 헤아리고 풀어주려고 노력합니다.
- 남들에게 배꾸는 것을 좋아하고 불쌍한 사람이나 동물을 보면 함께 마음 아파합니다.
- 상대방의 생각과 감정에 공감을 잘하며, 자기 생각과 감정도 표현하기 좋아합니다.
- 사람들과 잘 지내는 것을 중요하게 생각하기 때문에 상대방으로부터 쉽게 상처를 받는 편입니다.
- 누구에게 화가 나가거나 서운하면 그런 마음이 오래 지속됩니다. 하지만 상대방에게 화를 터트리기보다는 자신을 탓하거나 우울해지는 경향이 있습니다.

학습 스타일

- 경쟁하기보다는 상호협력적인 분위기에서 학습하는 것을 선호합니다.
- 사람들과 갈등을 일으키는 것을 싫어하므로 학습 방법이나 학습 환경이 자신에게 맞지 않더라도 불만을 외부로 드러내지 않고 참는 경향이 있습니다.
- 학습에 도움이 되는 자신의 주장과 표현을 하고, 선의의 경쟁에 익숙해지는 노력이 필요합니다.
- 학습할 때 스스로 목표를 세워서 성실히 노력하는 성격입니다.
- 애초 적절한 성취 목표들을 설정하는 것이 중요합니다.
- 일단 정하면 끝까지 도달하기 위해 노력하는 스타일이므로, 목표가 비현실적일 경우 노력에 비해 충분한 성과를 얻지 못할 수 있습니다.
- 구체적인 규칙과 가이드라인이 있는 학습 환경에서 더욱 능력을 발휘할 수 있습니다.
- 성적 점수, 등급, 수상, 지위상승, 기록 깨기, 인센티브 등과 같은 구체적인 성취 지표들이 있을 때 더욱 성취동기가 발휘됩니다.
- 환경적 자극이 많은 곳에서도 잘 참여하고 학습할 수 있지만, 중간중간에 혼자만의 조용한 시간이 필요합니다.
- 너무 시끄럽거나 고요한 환경보다는 적당한 자극이 있는 곳에서 학습 능률이 올라갑니다.
- 그룹 활동에 잘 참여하는 편이지만, 사람들이 너무 많은 것보다는 소집단 활동을 선호하는 편입니다.
- 스트레스를 많이 느끼게 하는 환경에서는 학습에 쉽게 방해를 받습니다.
- 대화, 신체 활동, 글쓰기 등을 통해서 스트레스를 표현하고 마음의 어려움을 먼저 해결하는 것이 중요합니다.
- 구체적인 학습 지침을 제시해주고 정경해주는 사람이 있는 것을 선호합니다.
- 학습 효과가 나타나지 않거나 실패경험을 할 경우 자신의 무능함으로 탓하거나 학습 동기가 떨어지지 않도록 누군가가 함께 원인을 분석해주는 것이 도움됩니다.
- 소리나 온도 등의 환경적 자극에 민감할 수 있으므로 조용한 학습 환경을 만들어주는 것이 필요합니다.
- 추상적인 사고를 잘하므로 다른 사람들보다도 이론적인 개념을 이해하는 것이 빠를 수 있습니다.
- 상상력이 풍부하기에 머릿속에 이미지를 그려보거나 여러 가지 관련된 사례를 생각해 낼 수 있는 장점이 있습니다.
- 호기심이 많고 새로운 것을 배우는 것을 즐기지만 지루하고 반복적인 활동을 오랫동안 지속하기 어려울 수 있습니다.
- 남들보다 독특하고 기발한 공부 방법을 찾는 것을 좋아합니다.
- 자신에게 도움이 되는 학습 방법을 몇 가지 정한 후 바꾸어가면서 시도하는 것이 집중하는 데 도움이 될 수 있습니다.
- 그렇게 하여 집중하는 시간을 조금씩 늘리는 연습을 하는 것이 좋습니다.

과제수행 및 문제대처 스타일

- 문제가 생기면 회피하기보다는 창의적이고 열린 태도로 해결하려 합니다.
- 문제 상황을 예민하게 알아차리고 새로운 방법들로 풀어나가려는 시도를 잘합니다.
- 하지만 생각이 많고 상상력이 높아서 나쁜 결과를 미리 머릿속에 생생히 떠올리기 때문에 쉽게 불안하고 우울해질 수 있습니다.
- 일반적인 사람들과 비슷한 수준의 활기가 있어서 상황에 따라서 외향적으로 보일 수도 있고 내향적으로 보일 수도 있습니다.
- 정서적으로 예민하여 스트레스나 갈등이 있으면 남들보다 더 오랫동안 괴로움을 느끼는 편입니다.
- 일상생활에서 사람들을 만나거나 활동을 피하는 것은 아니지만, 전반적으로 욕구 불만이나 스트레스를 많이 느끼고 있을 수 있습니다.
- 어떤 일을 성취하고자 하는 열망이 크고 열심히 노력하지만 결과가 뜻대로 되지 않을까 봐 불안해하고 전전긍긍하는 편입니다.
- 노력한 목표에 도달하지 못하면 쉽게 좌절하거나 분노하는 경향이 있습니다.
- 겉으로는 완벽주의적이고 자신에 대해 높은 기대를 갖고 있지만, 그 이면에는 자신의 능력이 남들보다 부족하다고 느낄 때가 많습니다.
- 일에 집중을 잘하고 꼼꼼하고 체계적으로 합니다.
- 경쟁적이며 누구에게 지는 것을 싫어합니다.

1 검사점수를 이해하는 방법 02 프로파일 분석의 점수는 당신의 성격이 우리나라의 전체 청소년들과 비교했을 때 어디에 속하는지를 알려줍니다.

매우 낮음(7%) 낮음(24%) 보통(38%) 높음(24%) 매우 높음(7%)

내가 생각하는 나의 성격과 검사의 결과가 일치하나요?

빠진 문항 없이 성실히 응답했는데도 검사 결과가 자신의 성격과 다르다고 생각되는 경우에는 2~4주 후에 다시 검사를 실시해 보길 바랍니다. 검사의 질문을 잘 이해하지 못했을 때, 또는 최근 생활에 큰 변화가 있거나 불안·우울한 일이 있었을 때는 검사 결과가 정확하지 않을 수 있습니다.

위의 경우가 아니라면 주위의 가까운 사람들에게 평소 내 모습이 어떤 성격과 더 가까운지 한 번 물어보고 의견을 들어보세요. 상담자와 만나서 어떤 부분이 자신과 다르다고 생각되는지 이야기 나누어 보고 함께 원인을 찾아보는 것도 좋은 방법입니다. 그 과정에서 자신에 대해 잘 몰랐던 부분들을 새로이 발견할 수도 있습니다.



좋은 성격과 나쁜 성격이 따로 있나요?



사람들마다 각자 다르게 생긴 손가락 지문을 가지고 있듯이 **누구나 자신만의 성격을 가지고 있습니다.** 나의 손가락 지문을 다른 사람의 것과 비교해서 어느 것이 더 좋거나 나쁘다고 말 할 수는 없겠지요? 그러므로 좋은 성격과 나쁜 성격으로 구분하지 말고 나만의 성격을 이해하고 존중하는 것이 가장 첫 번째 해야 할 일입니다.

NEO 성격검사 결과에 있는 **모든 성격 특성은 자신이 어떻게 활용하는가에 따라 강점이 될 수도 있고 취약점이 될 수도 있습니다.** 강점으로 발휘될 수 있는 성격 특성은 최대한 키우고, 취약점이 될 수 있는 성격 특성은 미리미리 보완하는 사람이 심리적으로 가장 건강한 사람입니다. 예를 들면, 신경증 점수가 높은 사람은 어려운 일에 부딪힐 때 남들보다 쉽게 좌절할 가능성은 있습니다. 하지만 이것을 미리 알고 평소 어려운 일에 부딪힐 때 어떻게 극복할 수 있는지 미리 연습하면 누구보다도 현명하게 극복하는 사람이 될 수 있어요.

NEO 성격검사는 여러분이 응답한 대로 점수를 산출한 것입니다. 검사는 여러분의 현재 생활 속에서 어떤 성격 특성이 강점으로 발휘되고 있는지, 또는 취약점으로 작용하고 있는지는 알지는 못합니다. NEO 성격검사의 결과를 잘 활용하기 위하여 아래의 물음에 스스로 답해 보길 바랍니다.

1. NEO 성격검사 결과표에 있는 성격 특성들 가운데 나의 학교생활이나 교우관계에 도움이 되는 강점 특성들은 무엇인가?
2. 나의 성격 특성들은 누구와 있을 때 또는 어떤 상황일 때 강점으로 발휘되는가?
3. NEO 성격검사 결과표에 있는 성격 특성들 가운데 앞으로 보완하거나 개발하고 싶은 취약 특성들은 무엇인가?
4. 나의 성격 특성들은 누구와 있을 때 또는 어떤 상황일 때 취약점이 될 수 있는가?
5. 나의 강점 특성들은 더욱 잘 발휘하고, 취약 특성들은 보완하기 위해 어떤 방법이 도움이 될 수 있는가?

꼭 기억하세요!

NEO 성격검사 검사결과에는 반드시 나의 성격적 강점이 최소 하나는 포함되어 있습니다. 자신의 성격검사 결과를 보면서 예전에 힘든 일을 겪을 때 도움이 되었던 성격 특성, 또는 어떤 상황에서 남들보다 더 유리하게 작용했던 성격 특성을 찾아보세요. 남들과 비교하지 말고 자신의 성격검사 결과 속에서 찾아보세요.

꼭 기억하세요!

지금 당신에게 성격 취약점이라 느껴지는 특성도 상황에 따라서는 자신에게 도움이 되는 성격 특성이 될 수 있습니다. 본래부터 나쁜 성격 특성이 있는 것이 아니라 자신과 맞지 않는 환경 속에 있으면 적응 문제가 생길 수 있는 거예요.



내 성격이 마음에 안들어요. 성격을 바꿀 수 있나요?

성격은 쉽게 바뀌는 것이 아니지만 노력하면 가능하기도 합니다. 하지만 성격을 바꾸어서 다른 사람이 되려고 하기 보다는 자신의 성격을 있는 그대로 이해하고 받아들이고, 자신의 성격이 강점으로 더욱 발휘될 수 있도록 노력하는 것이 훨씬 더 빠르다고 전문가들은 권합니다.

성격 자체를 바꾸는 것은 시간이 많이 걸리지만, 우리가 각자 본받고 싶은 성격의 사람들이 하는 행동들을 따라하고 배울 수는 있어요. 그렇게 하면 **자신의 성격은 있는 그대로 사랑하면서도 어떤 상황에선 잘 적응할 수 있는 여러 가지 행동들을 할 수 있어요.**

혼자서도 해 볼 수 있지만 상담선생님의 도움을 받으면 훨씬 더 잘 배울 수 있습니다.



NEO

NEO Adolescent Personality Assessment System

성격검사 학생용 검사결과표

청소년용

연구개발 | 안현의(이화여대 심리학과 교수)
안창규(홀랜드진로상담연구소 소장)