

CST-A

Character Strengths Test for Adolescents

청소년 성격강점검사

연구개발 | 권석만 · 김지영 · 하승수

해석동영상을 확인하려면
스마트폰으로 스캔하세요.



검사자 _____
검사기관 _____
검사일 2016/10/10

이름 SAMPLE
성별 남
생년월일 만14세11개월 (2001/10/11)

소개

본 검사는 긍정심리학에 근거하여 개인의 성격강점을 측정하는 유용한 검사입니다.

인간은 누구나 나름대로의 성격강점을 지니고 있습니다. 자신의 강점을 분명하게 인식하고 일상생활 속에서 잘 발휘하는 것이 행복하고 성공적인 삶을 위한 비결 중 하나입니다.

· 핵심덕목과 성격강점

본 검사는 긍정심리학자들이 제시하고 있는 6개 핵심덕목과 관련된 24개의 성격강점을 측정하고 있습니다.

핵심덕목	성격강점
1. 지혜 및 지식	1 창의성 2 호기심 3 개방성 4 학구열 5 지혜
2. 인간애	6 사랑 7 이타성 8 사회지능
3. 용기	9 용감성 10 끈기 11 진실성 12 활력
4. 절제	13 관대성 14 겸손 15 신중성 16 자기조절
5. 정의	17 책임감 18 공정성 19 리더십
6. 초월	20 감상력 21 감사 22 낙관성 23 유머감각 24 종교성

검사결과는 원점수를 기준으로 24개 강점 중 상대적으로 높은 점수를 얻은 강점의 순위를 정하는 방식으로 산출됩니다.

· 주관적 행복도

주관적 행복도 점수는 자신이 생각하기에 현재 자신의 삶을 얼마나 행복하고 만족스럽게 생각하고 있는지를 알아보는 지표입니다. 제시된 점수와 해석을 통해 보다 즐겁고 행복이 충만한 삶을 영위해 나갈 수 있도록 노력하시기 바랍니다.

· 일반용 – 종합형 결과 제시

일반용-종합형의 결과보고서에는 가장 높은 점수를 얻은 5개 대표강점과 그에 대한 해석 내용 및 활용방안이 제시될 뿐만 아니라 24개 강점 모두의 평균점수 프로파일이 제시됩니다. 아울러 주관적 행복도의 수준별 해석, 24개 강점을 6개의 영역으로 요약한 핵심덕목별 프로파일과 2차원 구조상 대표강점의 위치, 24개 성격강점에 대한 설명표가 제시됩니다.

· 검사결과의 활용

자신의 대표강점을 구체적으로 인식함으로써 자기이해와 자기개발에 유용한 정보로 활용할 수 있습니다. 자신의 대표강점을 학업이나 직업, 인간관계, 여가활동과 같은 인생의 중요한 영역에서 적극적으로 활용하여 발휘하면, 더욱 행복하고 성공적인 삶을 영위할 수 있습니다.

*** 삶의 진정한 비극은 우리가 충분한 강점을 갖지 못한 데에 있는 것이 아니라 이미 갖고 있는 강점을 충분히 활용하지 못하는 데에 있다.**

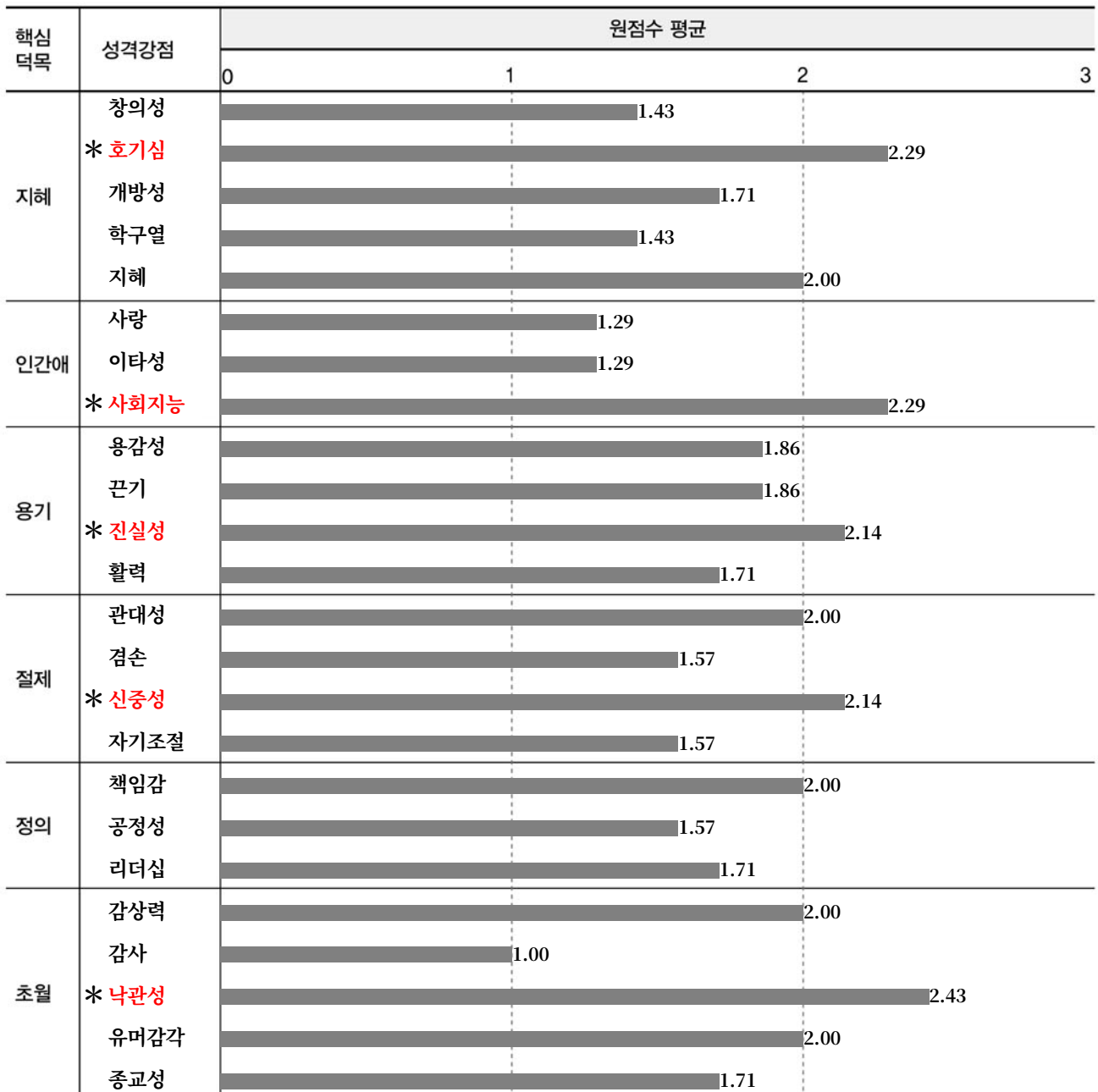
—벤저민 프랭클린(Benjamin Franklin)—

*** 탁월한 수준에 이르는 최고의 비결은 강점에 집중하는 것이다.**

—성격강점 연구의 개척자 도널드 클립턴(Donald O. Clifton)—

강점별 프로파일

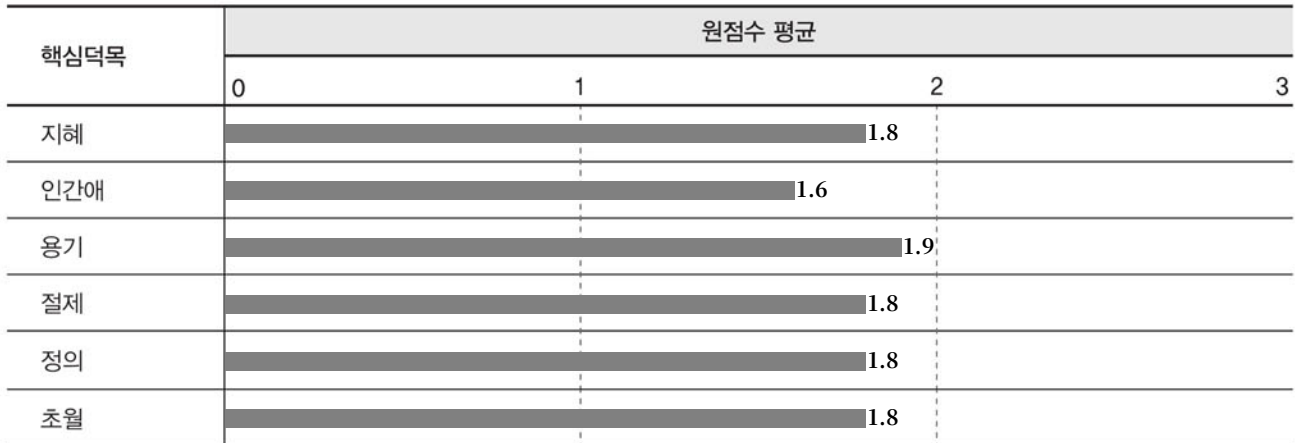
이 그래프는 당신의 24개 강점별 원점수 평균을 나타낸 것입니다. 점수가 높을수록 해당 강점의 특성이 자신에게 많음을 의미합니다. 이 때 점수가 낮은 성격강점을 약점으로 오해하지 않도록 유의하십시오. 중요한 것은 자신의 강점에 주목하여 이를 일상생활에 발휘하는 것입니다.



SAMPLE님의 대표강점 영역은 호기심, 사회지능, 진실성, 신중성, 낙관성 (으)로 나타났습니다.

핵심덕목별 프로파일

24개 성격강점은 6개의 핵심덕목으로 분류됩니다. 이 그래프는 본인의 핵심덕목별 원점수 평균을 나타낸 것입니다.



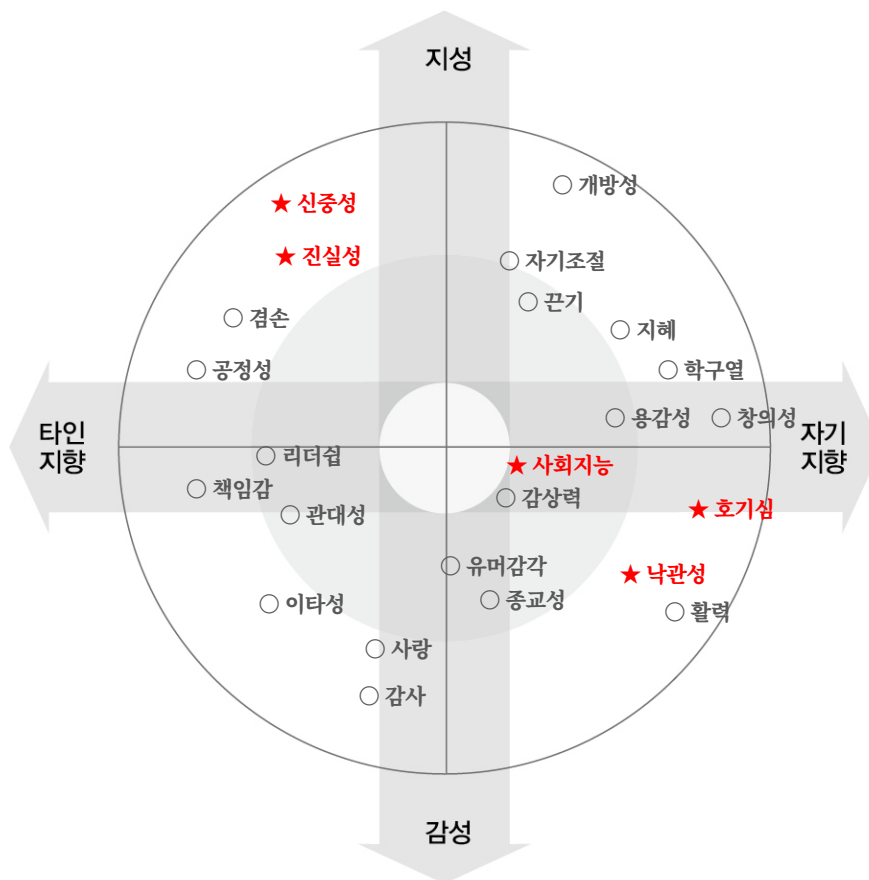
주관적 행복도 점수 및 해석

주관적 행복도	해석
13 점	당신이 현재 자신의 삶에 대해서 느끼는 행복감은 보통 수준입니다. 학업성적, 가족관계, 학교생활 등에 대한 커다란 불만이나 걱정을 지니고 있지는 않지만 일상생활에서 느끼는 즐거움과 의욕도 그다지 높지 않은 상태입니다. 당신은 여러 가지 성격강점을 지니고 있기 때문에 이러한 대표강점을 잘 발휘하며 좀 더 긍정적인 태도를 지닌다면 더욱 즐겁고 행복한 삶을 성취할 수 있습니다.

※ 주관적 행복도 점수 범위 : 0~21점

2차원 구조상 대표강점의 위치

성격강점은 자기지향적 강점 - 타인지향적 강점, 지성적 강점 - 감성적 강점의 2차원 구조로 나타낼 수 있습니다. 이러한 2차원 구조상에서 피검자의 대표강점은 ★로 표시되어 있습니다. 2차원 구조에서 서로 가까이 있는 강점들은 한 사람이 함께 지닐 가능성이 높지만, 거리가 멀수록 함께 지닐 가능성이 낮아집니다.



SAMPLE님의 강점 영역은 호기심, 사회지능, 진실성, 신중성, 낙관성 (으)로 나타났습니다.

대표강점 결과해석

대표강점(signature strengths)은 24개 성격강점 가운데 가장 높은 점수를 얻은 상위 5개 강점을 의미합니다.

순위	대표강점	해석
1	낙관성	당신의 첫 번째 강점은 낙관성입니다. 당신은 미래를 긍정적으로 바라보고 희망 속에서 최선을 예상하며 그것을 성취하기 위해 노력하는 낙관적인 태도를 탁월하게 지니고 있습니다. 낙관성은 행복의 가장 중요한 요소로서 긍정 정서와 활기찬 행동을 통해서 목표를 달성하게 만드는 긍정적인 강점이므로 당신의 대표강점으로 발전시키기 바랍니다.
2	사회지능	당신의 두 번째 강점은 사회지능입니다. 당신은 다른 사람의 마음을 잘 포착하여 적절하게 행동하며 다양한 대인관계 상황에 효과적으로 대응하는 사회적 능력이 탁월합니다. 대인관계를 원활하게 유지하며 다른 사람에게 효과적으로 영향력을 미칠 수 있는 사회적 능력을 당신의 대표강점으로 발전시키기 바랍니다.
3	호기심	당신의 세 번째 강점은 호기심입니다. 당신은 다양한 현상에 대해서 강한 흥미와 관심을 지니며 그것에 매혹되어 자세하게 탐색하고 추구하는 탁월한 강점을 지니고 있습니다. 이러한 호기심은 삶을 활기차게 만들 뿐만 아니라 새로운 것을 배우고 숙달하는 데 커다란 도움을 주는 당신의 대표강점이 될 수 있습니다.
4	신중성	당신의 네 번째 강점은 신중성입니다. 당신은 조심스럽게 행동함으로써 불필요한 위험이나 후회할 일을 초래하지 않는 신중한 태도를 탁월한 강점으로 지니고 있습니다. 성급함과 충동성을 잘 절제하면서 사려 깊은 선택과 행동을 통해 자신의 목표를 점진적으로 이루어가는 신중성을 당신의 대표강점으로 발전시키기 바랍니다.
5	진실성	당신의 다섯 번째 강점은 진실성입니다. 당신은 자신을 거짓 없이 드러내고 솔직하게 행동하며 자신의 감정과 행동에 책임을 지는 탁월한 강점을 지니고 있습니다. 자기 자신뿐만 아니라 다른 사람을 정직하고 진실하게 대하는 긍정적 성품은 인격적 성장과 진실한 인간관계에 도움을 주는 것이므로 당신의 대표강점으로 발전시키기 바랍니다.

대표강점 활용방안

본인의 대표강점을 확인하여 이를 학업(또는 직업), 인간관계, 여가활동과 같은 인생의 중요한 영역에 적극적으로 활용하면, 삶이 더욱 행복하고 성공적인 것으로 변화될 수 있습니다. 아래의 대표강점 활용방안을 참고하여 일상생활에 적용해보시기 바랍니다.

순위	대표강점	활용방안
1	낙관성	- 매주 두 번씩 15분 정도 긍정적이고 낙관적인 사고를 하는 시간을 갖는다. - 나의 성격강점을 되새기며 이를 발휘하여 미래에 성공한 모습을 떠올려본다. - 다음 주, 다음 달 그리고 내년에 이루고 싶은 것들을 적어본다. 그러한 목표를 실현할 수 있는 구체적인 계획을 세워본다. - 나의 부정적이고 비관적인 생각들을 알아차리고 반박한다. - 역경과 좌절을 딛고 성공한 사람들에 관한 책을 읽는다.
2	사회지능	- 다른 사람이 나를 편안해하거나 불편해하는 이유를 곰곰이 생각해본다. - 친구나 가족이 괴로움을 느끼는 때를 알아차리고, 그들을 격려해준다. - 어떤 사람이 나를 화나게 할 때, 그 사람의 속마음을 이해해보려고 노력한다. - 매일 자신이 느낀 감정 3가지를 기록하고 어떤 감정을 자주 느끼는지 살펴본다. - 나와 가까운 사람에게 내가 그들을 이해해주지 못했던 적이 있는지 물어보고 솔직한 대화를 나누어본다.
3	호기심	- 매주 세 차례 30분 정도 책, 잡지, 인터넷을 통해 관심 분야의 지식을 확장시킨다. - 잘 모르는 낯선 주제에 관한 특강이나 행사에 참석한다. - 탐험가나 도전적인 활동으로 유명한 인물에 관한 책을 읽어보고 그들의 특성을 살펴본다. - 다른 문화권에 있는 사람과 연락하고 지내면서 그 문화권에 대해 배워본다. - 매년 적어도 한 번은 새로운 장소를 여행한다.
4	신중성	- 어떤 말을 하기 전에 한 번 더 생각해보는 연습을 해보고 그것의 효과를 생각해본다. - 어떤 선택이나 결정을 내리기 전에 그로 인한 이익과 위험을 생각해본다. - 최종적인 결정을 내리기 전에 중요한 사람들에게 조언을 구한다. - 내가 내릴 결정이 1년, 5년, 10년 뒤에 어떤 결과를 초래할지 상상해본다. - 시간에 쫓겨 조급하게 결정하는 상황이 생기지 않도록 미리 계획하고 준비한다.
5	진실성	- 다른 사람(부모, 교사, 친구)에게 가능하면 거짓말을 하지 않으려고 노력한다. - 설혹 작은 처벌을 받더라도, 나의 생각과 행동을 솔직하게 내보인다. - 나의 생각이나 입장과 일치하는 행동을 매일 실행해본다. - 어떤 사람에게 나의 생각과 의도를 설명할 때 정직하고 진실하게 말한다. - 거짓말을 한 경우, 무엇이 두려워서 그렇게 했는지를 곰곰이 생각해본다.

CST-A 구조 소개

· 지혜 및 지식 관련 강점

지식을 습득하고 활용하는 것과 관련된 인지적인 강점으로서 지적인 성취와 지혜로운 판단을 돕는다.

- 1 창의성** 새롭고 참신하며 생산적인 방식으로 생각하고 만들어내는 독창적 능력
- 2 호기심** 다양한 현상에 대해서 흥미를 느끼고 매혹되어 좀 더 자세하게 탐색하고 추구하는 개방적인 태도
- 3 개방성** 어떤 주제나 현상을 다양한 측면에서 냉철하게 생각하고 객관적으로 검토하는 능력
- 4 학구열** 새로운 지식이나 기술을 배우고 숙달하려는 강렬한 동기와 학구적 태도
- 5 지혜** 어떤 문제 상황을 전체적인 관점에서 파악하고 최선의 해결책을 찾아내어 다른 사람에게 현명한 조언을 제공하는 능력

· 인간에 관련 강점

다른 사람을 보살피고 친밀해지는 것과 관련된 강점으로서 따뜻한 대인관계를 형성하고 심화하는 데 기여한다.

- 6 사랑** 다른 사람과의 친밀한 관계를 소중하게 여기고 실천하며 깊이 있는 애정을 주고받는 능력
- 7 이타성** 다른 사람에게 도움을 베풀고 친절한 행동을 하려는 선한 동기와 실천 능력
- 8 사회지능** 다른 사람의 동기와 감정을 예민하게 잘 포착하여 적절하게 행동하며 다양한 대인관계 상황에 효과적으로 대응하는 사회적 능력

· 용기 관련 강점

고난과 역경에 직면하더라도 자신의 목표와 가치를 추구하는 강렬한 의지와 관련된 성격적 특성으로서 과제 완수와 목표 성취에 기여한다.

- 9 용감성** 위험, 도전, 난관에 위축되지 않고 자신의 신념에 따라 용기 있게 행동하는 능력
- 10 끈기** 근면하게 노력하여 시작한 일을 완성하며 난관에 봉착하더라도 계획된 행동을 인내심 있게 지속하는 능력
- 11 진실성** 자신을 거짓 없이 드러내고 솔직하게 행동하며 자신의 감정과 행동에 책임을 지는 태도
- 12 활력** 어떤 일이든 활기차고 열정적으로 추진하는 의욕적인 적극적 태도

· 절제 관련 강점

지나침으로부터 우리를 보호하는 중용적 강점으로서 절제를 통해 극단에 빠지지 않도록 돕는다.

- 13 관대성** 잘못을 행한 사람을 용서하고 다시 기회를 주며 앙심을 품지 않는 너그럽고 관대한 태도
- 14 겸손** 자신이 이룬 성취에 대해서 불필요하게 과장된 허세를 부리지 않고 다른 사람의 주목을 구하지 않는 겸허한 태도
- 15 신중성** 조심스럽게 행동함으로써 불필요한 위험이나 후회할 일을 초래하지 않는 능력
- 16 자기조절** 다양한 충동, 욕구, 감정, 행동을 적절하게 조절하고 통제하는 능력

· 정의 관련 강점

효과적인 집단적 활동에 기여하는 사회적 강점으로서 개인과 집단 간의 건강한 상호작용을 돕는다.

- 17 책임감** 사회나 조직 속에서 자신에게 주어진 임무와 역할을 인식하고 책임감있게 행동하는 능력과 자세
- 18 공정성** 편향된 개인적 감정의 개입 없이 모든 사람을 동등하게 대하며 공정한 기회를 부여하는 태도
- 19 리더십** 집단 활동을 조직하고 효과적으로 지휘하며 관리하는 능력

· 초월 관련 강점

인생과 세상을 대하는 초월적인 태도와 관련된 것으로서 우리의 삶을 긍정적이고 낙관적으로 바라보게 함으로써 삶에 대한 의미와 희망을 갖도록 돕는다.

- 20 감상력** 세상의 다양한 영역으로부터 아름다움과 탁월함을 섬세하게 인식하고 체감하는 능력
- 21 감사** 자신의 삶에 대하여 긍정적인 면을 잘 알아차리고 감사함과 축복감을 느끼고 표현하는 능력과 태도
- 22 낙관성** 미래를 긍정적으로 바라보고 희망 속에서 최선을 예상하며 그것을 성취하기 위해 노력하는 태도
- 23 유머감각** 인생의 역설적인 측면을 예리하게 포착하여 유쾌한 즐거움으로 전환시키는 능력으로서 웃고 장난치는 것을 좋아하며 타인에게 웃음을 선사하는 태도
- 24 종교성** 인생의 궁극적 의미와 목적을 추구하며 일관된 종교적 신념을 가지고 살아가는 태도

[검사자 종합 소견 및 제언]

--

※ 종합 소견 및 제언 내용은 검사결과에 따른 검사자의 개인 소견으로서 인사이트에서 제공하는 의견이 아닙니다.
