

STS 6요인 기질검사

Six-factor Temperament Scale

연구개발 | 최은실, 윤진영, 최해훈, 김수아

성인용 기본형 결과보고서

검사기관

검 사 기 관	인사이트	검 사 자	
---------	------	-------	--

인적사항

이 름	SAMPLE	성 별	<input checked="" type="radio"/> 남 / <input type="radio"/> 여
검 사 일	2026 년 05 월 29 일	생 년 월 일	2001 년 05 월 01 일





STS 6요인 기질검사

Six-factor Temperament Scale 성인용(기본형) 결과보고서

2026/05/29

SAMPLE

남

만 25세00개월

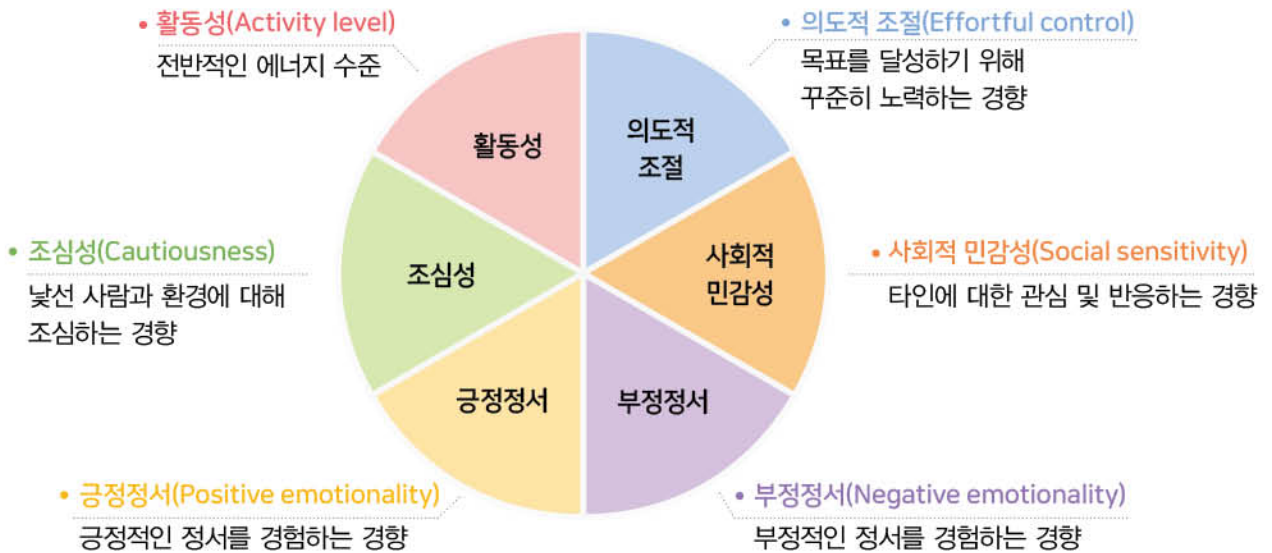
기질(temperament)이란?

생의 초기부터 나타나는 정서, 행동, 주의 반응에 대한 개인차로, 성인기 성격의 토대가 되는 개인적 특성입니다. 환경과의 상호작용을 통해 표현의 범위는 달라질 수 있으나, 시간이나 상황에 걸쳐 비교적 안정적으로 유지됩니다.

본 검사는 최신 기질 이론에 기반하여 6개의 기질 요인

활동성, 조심성, 긍정정서, 부정정서, 사회적 민감성, 의도적 조절을 측정합니다.

STS 6요인 기질검사 구성



각 6개 요인별 수준에 따른 정서·행동 특성은 다음과 같습니다.

낮음		높음
활동량이 적은, 차분한, 침착한, 신중한	활동성	활동량이 많은, 열정적인, 진취적인, 활력 수준이 높은, 에너지가 넘치는
대담한, 도전적인, 주도적인, 적극적인, 겁이 없는, 적응이 빠른, 개방적인	조심성	조심성 많은, 안전을 중시하는, 익숙함을 선호하는, 실수가 적은, 소극적인
긍정적 정서 표현이 적은, 못마땅한, 시큰둥한, 애정표현이 적은, 쉽게 만족하지 않는	긍정정서	낙관적인, 유쾌한, 행복한, 긍정적인, 만족스러운
안정된, 평온한, 이완된, 참을성이 있는	부정정서	예민한, 민감한, 감정에 충실한, 기분 회복에 시간이 걸리는
개인적인, 독립적인, 타인의 영향을 덜 받는, 실리적인, 소신 있는, 외로움을 덜 타는	사회적 민감성	타인의 감정에 민감한, 주변의 영향을 받는, 감수성 높은, 공감적인, 사교적인
자유분방한, 현재에 만족하는, 욕심이 없는, 현실과 타협하는	의도적 조절	인내심이 강한, 책임감이 높은, 끈기 있는, 부지런한, 주의집중력이 높은, 성취지향적인



STS 6요인 기질검사 Six-factor Temperament Scale 성인용(기본형) 결과보고서

2026/05/29

SAMPLE

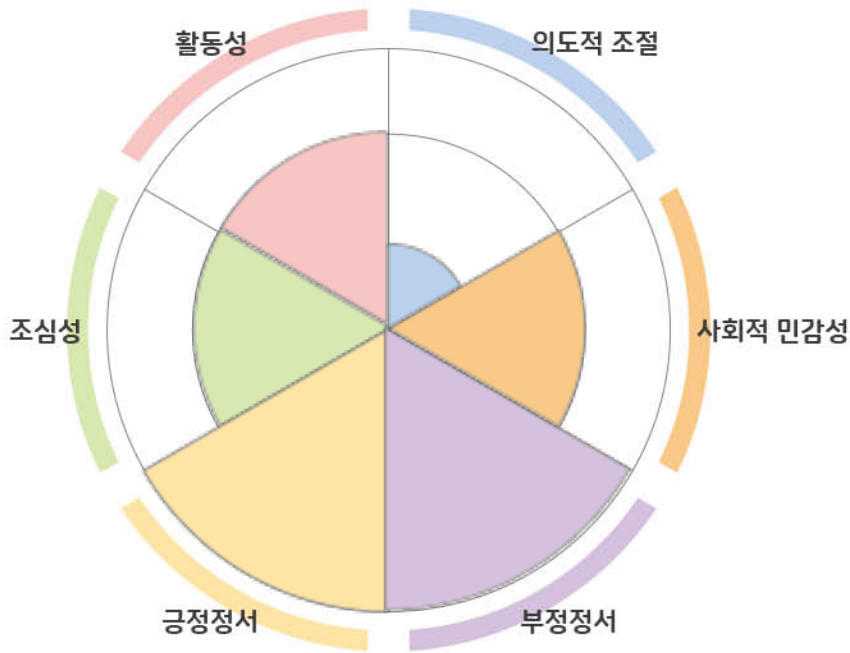
남

만 25세00개월

SAMPLE 님의 기질검사 결과



- 기질이란 타고나는 생물학적 반응/행동의 경향성으로 측정 결과에 좋고 나쁨은 없습니다.
- 아래의 결과를 활용하여 고유한 특질을 있는 그대로 이해할 수 있습니다.



요인명	수준	원점수	T점수	백분위
활동성	중간	21	48.6	51.4
조심성	중간	23	54.5	67.7
긍정정서	높음	26	56.9	77.8
부정정서	높음	25	62.3	90.3
사회적 민감성	중간	29	50.8	55.3
의도적 조절	낮음	23	44.5	35.8

점수에 대한 이해



수준	낮음	중간	높음
T점수 범위	45 미만	45 ~55	55 초과

- **수준**
기질 6요인은 T점수를 기반으로 낮음, 중간, 높음 3개의 수준으로 나누어져 있습니다. 기질 수준에 대한 해석은 최신의 심리학 이론을 기반으로 개발되었지만, 절대적인 것은 아니라는 점을 유념하여 활용해야 합니다.
- **T점수**
평균이 50, 표준편차가 10인 표준점수로서 50점을 기준으로 이보다 위의 점수는 평균점보다 높고, 아래의 점수는 평균점보다 낮은 것을 의미합니다.
- **백분위**
전체 집단을 100으로 보았을 때, 한 개인의 점수가 아래에서부터 몇 번째에 해당하는가를 나타내는 수치입니다. 예를 들어, 백분위 80은 100명 중에서 자기보다 낮은 점수를 받은 사람이 79명, 높은 사람이 20명이 있다는 뜻입니다.



STS 6요인 기질검사 Six-factor Temperament Scale 성인용(기본형) 결과보고서

2026/05/29

SAMPLE

남

만 25세00개월

1. 활동성

SAMPLE 님의 활동성 수준은 '중간' 수준입니다.

자신의 행동이나 에너지 수준을 적절히 조절할 수 있습니다. 따라서 상황에 따라 활발하고 적극적일 때도 있지만 차분함이나 신중함이 요구되는 역할 역시 무리 없이 해낼 수 있습니다.

유연한 편으로 융통성을 발휘하여 업무를 수행하고 안정적으로 일상생활을 영위해 나갈 수 있습니다. 속도를 내야 할 때와 잠시 멈춰야 할 때, 그리고 끈기를 갖고 지속해야 할 때를 잘 분별하여 주변 사람들로 부터 적응력이 높고 성숙한 사람으로 평가되곤 합니다.



[중간]수준의 활동성을 보이는 당신을 위한 Tip

- ① 지금의 유연함과 균형감을 유지할 수 있도록 자신의 몸과 마음을 잘 살피고 관리하는 것이 필요합니다.
- ② 열정과 냉정, 일과 여가, 완벽함과 여유로움, 집중과 분산 간에 조화를 이루고 균형감을 잃지 않도록 잘 지켜나가는 것이 중요합니다.



STS 6요인 기질검사 Six-factor Temperament Scale 성인용(기본형) 결과보고서

2026/05/29

SAMPLE

남

만 25세00개월

2. 조심성

SAMPLE 님의 조심성 수준은 '중간' 수준입니다.

새로운 상황과 위험이 예상되는 상황에서도 적절하고 유연하게 대처할 수 있습니다. 적극적으로 능동적으로 대처해야 할 때와 한걸음 물러서서 거리를 두어야 할 때를 분별하여 적절히 행동할 수 있습니다.

낯설고 새로운 것에 도전하는 것을 즐기는 한 편, 익숙하고 반복적인 활동이나 업무 역시 무리 역시 해낼 수 있습니다. 낯선 사람을 대할 때 일시적으로 긴장감이나 불편감을 느낄 수도 있지만, 금세 적응하여 대인관계 역시 원만하게 유지하는 편입니다. 유연한 정서 및 행동조절 능력이 잘 발달되어 있습니다.



[중간]수준의 조심성을 보이는 당신을 위한 Tip

- ① 지금의 유연함과 균형감을 유지할 수 있도록 자신의 몸과 마음을 잘 살피고 관리하는 것이 필요합니다.
- ② 적절한 수준의 모험과 자극을 추구하면서도 조심성과 신중함을 유지한다면, 만족스럽고 적응적인 생활을 지속해나갈 수 있을 것입니다.



STS 6요인 기질검사 Six-factor Temperament Scale 성인용(기본형) 결과보고서

2026/05/29

SAMPLE

남

만 25세00개월

3. 긍정정서

SAMPLE 님의 긍정정서 수준은 '높음' 수준입니다.

긍정적 정서가 높은 경우, 일상생활에서 높은 수준의 행복감과 만족감을 경험하고 있을 가능성이 높습니다. 또한, 타인에게도 관대하고 우호적인 태도를 보여 대인관계에서 인기가 많을 수 있습니다. 더불어, 곤란하거나 어려운 상황에 처해도 회복이 빠르고 낙관적이어서 밝고 유쾌한 사람으로 비춰질 수 있습니다.

그러나 지나친 낙관성으로 인해 진지함이나 신중함이 부족하고 깊이가 없으며 가볍고 피상적인 사람으로 보일 수 있습니다. 또한, 긍정성 편향으로 인해 상황이나 사람을 객관적이거나 세심하게 살피지 못해 실수를 하거나 일을 그르치는 경우가 발생할 수 있습니다. 혹은 타인에게 긍정적이고 낙관적인 사람으로 비춰지는 것에 과도하게 몰두하여 내면의 솔직한 감정을 소홀히 여길 가능성도 있습니다.



[높음] 수준의 긍정정서를 보이는 당신을 위한 Tip

- ① 민감한 상황이거나 중요한 업무를 처리하는 경우 보다 중립적인 태도를 갖고 객관적이고 사실적인 관점에 기반하여 합리적으로 대응해 나가는 것이 필요할 수 있습니다.
- ② 자신이 경험하는 감정이나 정서가 주변 상황이나 맥락에 적절하지 않다고 느끼고 보다 성숙한 방식으로 정서를 표현하는 것이 도움이 될 수 있습니다.
- ③ 타인에게 좋은 인상을 주기 위해 부정적 정서를 참거나 표현하지 않을 가능성에 대해서도 고려해 볼 필요가 있습니다. 신체적/심리적 건강을 위해서는 부정적 정서 역시 적절히 인식되어야 하며, 따라서 외적인 긍정성에 갇혀 자신이 경험하고 있는 부정적 정서를 억누르거나 표현하지 못하는 것은 아닌지 세심히 점검할 필요가 있습니다.



4. 부정정서

SAMPLE 님의 부정정서 수준은 '높음' 수준입니다.

자신이 경험하는 정서를 통해 여러 가지 곤란하거나 부정적인 상황을 미리 예상하고 검토함으로써 발생할 수 있는 문제를 대비하고 준비할 수 있다는 장점을 가질 수 있습니다. 또한 자신의 느낌이나 생각을 강하게 표현하여 주변 사람으로부터 자신의 감정에 충실하고 솔직하다는 평을 받을 수 있습니다.

그러나 상황에 비해 지나치게 많이 혹은 강하게 부정적 정서를 느끼고 그 지속 시간이 길게 유지되는 때가 있습니다. 즉, 크게 기분이 나빠질 이유가 없음에도 불구하고 다른 사람들에 비해 쉽게 감정이 상하는 경우를 자주 경험할 수 있습니다.

따라서 일상의 사소한 자극에도 과도한 스트레스를 받아 정신적, 신체적인 고통에 취약해질 수 있습니다. 또한, 주어진 상황을 실제보다 더 부정적으로 느끼면서 감정에 휩싸이거나 스스로 위축되어 자신의 능력을 충분히 발휘하지 못하게 될 가능성이 있습니다. 마지막으로, 부정적 경험이나 상황에 예민하기 때문에 대인관계의 형성과 유지에서 어려움을 겪을 수 있습니다. 주변 사람으로부터 까다롭거나 다가가기 어렵다는 평가를 받을 수 있습니다.



[높음] 수준의 부정정서를 보이는 당신을 위한 Tip

- ① 때로는 자기 자신의 장점을 되돌아볼 필요가 있습니다. 내면에 잠재되어 있는 밝고 긍정적인 부분이 활성화된다면, 현재 처한 문제나 갈등상황이 보다 가볍게 여겨질 수도 있습니다.
- ② 타인의 의도와 언행, 주변 상황이나 문제에 대해 객관적이고 합리적으로 평가하고 판단하고 있는지 스스로 성찰해 볼 필요가 있습니다. 즉, 주변 사람이나 상황을 과도하게 부정적으로 지각하고 있는 것은 아닌지 자문하고 점검하는 것이 도움이 될 수 있습니다. 또한, 감정과 상황을 분리하여 문제 중심으로 대처해나가는 것이 필요할 수 있습니다.
- ③ 생각을 긍정적으로 전환하고 부정적 감정을 완화시킬 수 있는 자신만의 방법을 찾아 꾸준히 연습하는 것이 도움이 될 수 있습니다. 구체적으로, 거리 두고 생각해보기, 타인의 관점에서 바라보기, 생각 바꾸기, 주의 전환하기와 같은 인지적 전략이나 음악 듣기, 산책하기, 명상하기 등과 같이 정서적 안정을 회복할 수 있는 자신만의 행동적 전략을 찾는 것이 필요합니다.



STS 6요인 기질검사 Six-factor Temperament Scale 성인용(기본형) 결과보고서

2026/05/29

SAMPLE

남

만 25세00개월

5. 사회적 민감성

SAMPLE 님의 사회적 민감성 수준은 '중간' 수준입니다.

합리적이고 이성적인 측면과 인간적이고 감정적인 측면이 고르게 발달되어 있어 상황이나 분위기에 맞춰 적절하게 행동할 수 있습니다. 자신은 물론 타인의 감정에 관심을 갖고 존중하는 태도를 보입니다.

또한, 객관성을 유지해야 할 때와 따뜻함이나 위로를 제공해야 하는 상황을 적절히 알아채고 민감하게 대응하여 유능한 타협가나 조정자로서 원만한 사회생활을 영위하고 있을 가능성이 높습니다.



[중간]수준의 사회적 민감성을 보이는 당신을 위한 Tip

- ① 자신과 타인의 정서와 욕구, 감정과 이성 간의 적절한 조율과 타협을 이루어가려는 노력이 지속된다면, 향후 자율성과 관계성이 조화를 이루는 성숙한 모습을 만들어나갈 수 있을 것입니다.
- ② 혼자만의 시간도 충만하게 잘 보낼 수 있지만, 다른 사람과 만나 어울리며 교류하는 것 역시 좋아합니다. 균형 잡힌 일상을 잘 유지하는 것이 좋습니다.



6. 의도적 조절

SAMPLE 님의 의도적 조절 수준은 '낮음' 수준입니다.

의도적 조절이 낮은 경우, 책임이나 의무에 얽매이지 않아 자유롭고 여유로우며 유연한 모습을 보이는 경우가 많습니다. 성공과 성취를 위해 자신을 몰아세우기보다 현재의 상황이나 주어진 위치에 나름대로 만족하며 지내고 있을 수 있습니다.

그러나 업무나 과제를 책임져 끝까지 해내는 것이 어렵고, 일을 수행함에 있어 자발적 동기나 목표보다는 외적인 보상에 의해 동기화되어 움직일 수 있습니다. 또한, 참을성이나 인내심이 부족하여 중간에 장애물이나 실패를 경험하면 쉽게 중단하거나 포기한다는 인상을 줄 수 있습니다. 더불어, 주어진 현실에 안주하여 보유한 능력에 비해 높은 성취를 이루어 내기 어려울 수 있습니다.



[낮음] 수준의 의도적 조절을 보이는 당신을 위한 Tip

- ① 지속적인 자기성찰을 통해 내면에 성급하고 충동적인 측면이 있는지 점검할 필요가 있습니다. 너무 쉽게 멈추거나 포기하고 있는 것은 아닌지 고려해 보아야 합니다.
- ② 현재 자신의 위치나 상황에 머물러 안주하려 하고 있는지 살펴볼 필요가 있습니다. 자신의 한계를 넘어서는 경험을 통해 목표 수준을 높이고 내적인 동기를 강화할 수 있습니다.
- ③ 처음부터 어려운 일을 끝까지 해내려 하기보다 작더라도 흥미와 관심에 맞는 일이나 활동을 찾아 좌절을 극복하고 인내하여 맡은 책임을 끝까지 완수해내는 경험을 하는 것이 도움이 될 수 있습니다.



STS 6요인 기질검사 Six-factor Temperament Scale 성인용(기본형) 결과보고서

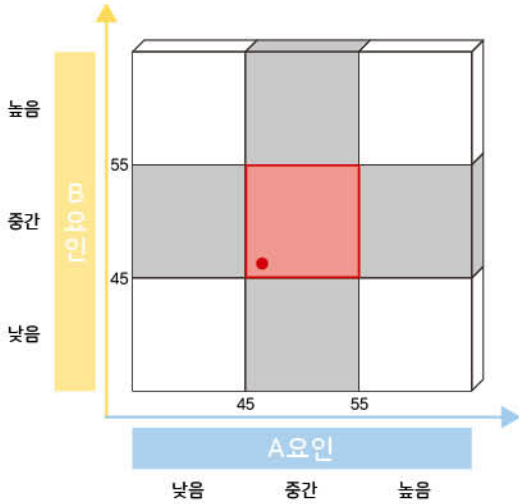
2026/05/29

SAMPLE

남

만 25세00개월

2요인 수준별 결합 해석이란?



- 기질의 6가지 하위요인은 개별적인 특징을 갖고 있지만, 보통 한 가지 기질은 다른 기질과 함께 작용합니다. 기질 하위요인들은 서로 상호작용하여 발달과 적응에 위험 혹은 보호요인이 될 수 있기 때문에 개인 내의 다양한 기질 하위요인을 동시에 고려하는 것이 바람직합니다.
- 기질 요인을 2개씩 조합하여 개인에게 매우 중요한 삶 전반, 대인 관계, 일(학업)의 맥락에서 나타나는 모습을 종합적으로 파악할 수 있습니다.
- 두 가지 요인이 각각 세 개의 수준으로 나누어져, 총 9개의 블록으로 나누어집니다.
- 각 블록을 대표하는 모습으로 해석이 제공되나, 개인의 수준에 따라 정도의 차이가 있을 수 있기 때문에, 자신의 T점수 값을 고려하여 해석 내용을 파악하기를 권고합니다.

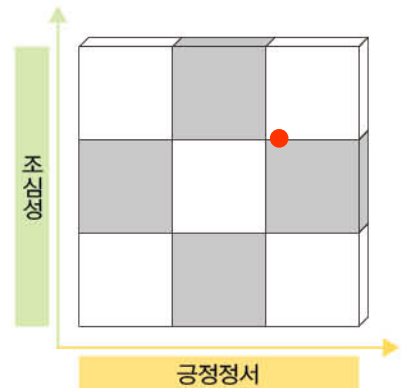
SAMPLE 님의 2요인 수준별 결합 해석 결과

1. 삶 전반

전반적 삶의 안녕감과 적응

긍정정서: 56.9 [높음] × 조심성: 54.5 [중간]

일상생활에서 행복감을 자주 느끼며 삶에 대해 전반적으로 만족하는 편입니다. 어떤 상황에서든 좋은 면을 잘 발견하는 편이며, 따라서 사람들로부터 긍정적이고 밝은 사람이라는 말을 듣습니다. 자신이 진정으로 원하는 일이 무엇인지 심사숙고하는 편입니다. 그러나 일단 결정하고 나면 그것을 시도하고 추진하는 것에 적극이며, 그 과정에서 큰 행복감을 느끼곤 합니다. 서두르거나 충동적이지 않으면서도 자신이 원하는 것을 신중하게 해내기 때문에 스스로에 대해서도 만족해하며 지낼 가능성이 높습니다.



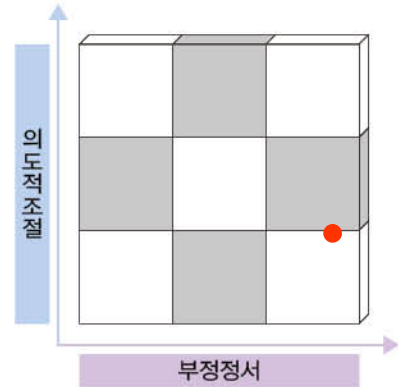


2. 일 / 학업

과제 및 업무 수행태도

부정정서: 62.3 [높음] × 의도적 조절: 44.5 [낮음]

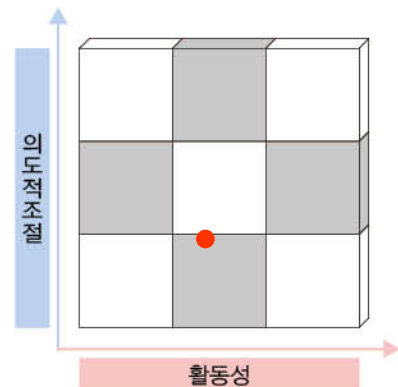
자신의 감정에 솔직한 편으로, 느끼는 대로 표현하며 즉흥적으로 행동할 때가 많습니다. 주변 사람들에게 생기 있고, 자유로운 사람으로 비춰질 수 있습니다. 그러나 작은 일에도 스트레스를 받고, 좌절이나 실패를 견뎌내는 것이 쉽지 않습니다. 따라서 비판을 받거나 장애물에 부딪치게 되면 쉽게 포기하는 경우가 종종 발생합니다. 또한, 신중하게 생각하기보다 감정에 휩쓸려 충동적으로 판단하고 결정하는 때가 있습니다. 감정이 격해졌을 때는 잠시 멈추고 생각할 시간을 갖는 것이 도움이 됩니다. 성급하게 무언가를 선택하거나 충동적으로 행동하게 되면, 이후에 후회하게 될 가능성이 높기 때문입니다. 평소 유연한 감정조절을 위해 자기만의 스트레스 해소법을 찾아보세요. 스트레스를 받거나 감정이 격해졌을 때 마음을 가다듬고 자신이 처한 상황을 객관적이고 합리적으로 바라보고 판단하는 태도를 가질 필요가 있습니다.



관심의 다양성과 에너지 수준

활동성: 48.6 [중간] × 의도적 조절: 44.5 [낮음]

관심과 흥미의 범위가 적절하고 자신에게 적합한 일이나 활동을 잘 선택할 수 있습니다. 또한, 에너지 수준도 적당하여 별다른 어려움 없이 일을 추진하곤 합니다. 다만, 방해 요인이 있을 때, 예를 들어 일이 잘 안 풀린다고 느껴지거나 새로이 관심을 끄는 무언가가 있을 때 인내심을 갖고 끈기를 발휘하는 것이 쉽지 않을 수 있습니다. 목표를 이루기 위해서는 한 방향을 향해 주의를 집중하고 에너지를 모으는 것이 중요합니다. 방해요 인에 의해 주위가 분산되지 않도록 시야 밖으로 미뤄두고 지금 현재에 집중하는 것이 필요합니다.





STS 6요인 기질검사 Six-factor Temperament Scale 성인용(기본형) 결과보고서

2026/05/29

SAMPLE

남

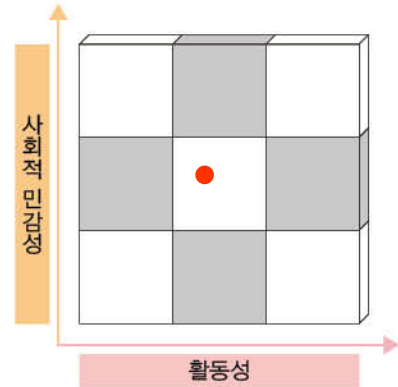
만 25세00개월

3. 대인관계

대인관계 형성 및 유지 패턴

활동성: 48.6 [중간] × 사회적 민감성: 50.8 [중간]

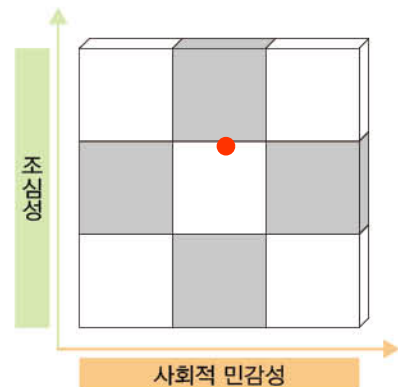
다양한 상황에 유연하게 대처하며 적응력이 좋은 편입니다. 자신의 욕구와 바람을 중시하면서도 타인을 입장을 존중하고 배려할 수 있습니다. 또한 일과 대인관계의 균형을 적절히 맞출 수 있어 스스로도 만족하고 주변 사람들에게도 좋은 평가를 받을 가능성이 높습니다. 에너지를 쏟아 집중해야 할 때와 가벼운 마음으로 임해도 될 때를 분별하여 행동할 수 있습니다. 관계에 있어서는 독립적이고 자율적인 편이지만, 필요에 따라서는 편안한 마음으로 타인에게 기댈 수 있습니다.



대인관계에서 자기 표현

사회적 민감성: 50.8 [중간] × 조심성: 54.5 [중간]

사회적 상황에서 적절하게 자신의 의견을 피력할 수 있고, 타인의 의견도 잘 수용하는 편입니다. 또한 대인관계에서 독립적일 때와 의존해야 할 때, 거리를 둘 때와 다가가야 할 때, 경계해야 할 때와 안심해도 될 때를 적절히 분별할 수 있습니다. 따라서 대인관계가 원만할 가능성이 높습니다. 다른 사람이 도움을 요청하면, 가능한 도움을 제공해주지만, 이 때 손해를 보거나 자신을 희생하는 일은 많지 않습니다.



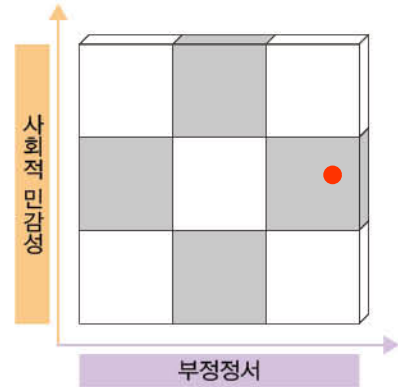


3. 대인관계

대인관계에서 갈등 관리 방식

부정정서: 62.3 [높음] × 사회적 민감성: 50.8 [중간]

대부분의 경우에는 주변 사람의 마음을 잘 헤아리며, 의견이나 요구도 잘 받아들이는 편입니다. 그러나 자신에게 몰두해 있거나 혹은 상대방이 자신의 삶을 침범한다고 느끼게 되면 마음의 여유를 잃고 타인을 배려하는 것이 힘들어지게 됩니다. 이런 경우, 주변 사람에게 상처가 되거나 분위기를 불편하게 만들 정도의 말이나 행동을 하기도 합니다. 보통은 자신의 언행을 후회하며 스트레스를 받기도 하고, 혹은 자신이 이해 받지 못했다고 여기며 속상할 때도 있습니다. 타인에 대한 이해심이나 공감능력은 잘 갖춰져 있습니다. 따라서 평소 스트레스 관리나 감정조절에 조금만 신경을 쓴다면 원만한 대인 관계를 유지할 수 있을 것입니다. 마음의 여유를 갖고 인내심을 기르는 데는 명상이나 마음챙김 등이 도움이 될 수 있습니다.





Q&A STS 6요인 기질검사 만의 특별한 점은 무엇인가요?

💡 최신의 이론을 기반으로 개발되었습니다.

STS 6요인 기질검사는 최신의 발달심리 이론과 연구들에서 공통적이고 안정적으로 제안하고 있는 6개 요인(활동성, 조심성, 긍정정서, 부정정서, 사회적 민감성, 의도적 조절)을 기초로 개발되었습니다.

💡 최신 기준을 제공합니다.

STS 6요인 기질검사는 8년간 전국의 약 1만 4천여 명의 영유아/아동/청소년/성인이 참여하여 영아용, 유아용, 아동용(부모보고형/자기보고형), 청소년용, 성인용(기본형/확장형)이 개발되었습니다. 연구진들은 우리나라의 문화적 특성을 반영하고, 연령과 성별에 따른 기준을 적용하여 신뢰롭고 세밀한 결과 정보를 제공할 수 있도록 개발하였습니다.

💡 정서적 기질을 파악할 수 있습니다.

STS 6요인 기질검사는 인간의 타고난 성향 중 가장 중요한 부분인 정서적 기질을 포함하고 있습니다. 정서는 개인차를 설명하는 주요 요인으로, 개인 내적 차원, 대인관계, 직업 및 학업 적응에 결정적인 영향을 미칩니다. 특히 정서는 단일 차원이 아닌 긍정정서와 부정정서 2개의 차원으로 이루어져 있다는 최신 연구를 기반으로 개발되어 정서적 측면을 더욱 정확하고 풍부하게 이해할 수 있습니다.

💡 기질을 다양한 요인의 조합으로 이해합니다.

인간은 단일한 특성이나 성향으로 설명될 수 없는 복잡하고 다차원적 존재이며, 여러 요인이 상호작용할 때 그 표현 방식은 매우 다양해질 수 있습니다. STS 6요인 기질검사는 6요인의 다양한 조합을 통해 기질적 특성을 설명하고 그에 맞는 맞춤형 코칭을 제공함으로써 구체적이고 실제적인 도움을 제공합니다.



* STS 6요인 기질 검사는 영아용, 유아용, 아동용(부모보고형/자기보고형), 청소년용, 성인용(기본형/확장형)으로 구성되어 있습니다.

[검사자 종합 소견 및 제언]

Blank area for the inspector's comprehensive findings and suggestions.

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