

보건·복지계열대학생의 사회적 지지와 대학생활적응과의 관계에서 학업스트레스의 매개효과

A Study on the Mediation Effects of Academic Stress on College Students' Social Supports and College Adjustment

박순미*, 박정연**, 김판길***

진주보건대학교 사회복지계열*, 진주보건대학교 임상병리과**, 김해대학교 임상병리과***

Soon-Mi Park(pworker@hanmail.net)*, Jung-Yeon Park(park1408jy@hanmail.net)**,
Pan-Gil Kim(wbcrk@hanmail.net)***

요약

본 연구는 보건·복지전공 대학생 사회적 지지가 대학생활적응에 어떠한 영향을 미치는지를 알아보고, 사회적 지지와 대학생활적응 사이에 학업스트레스가 매개역할을 하는지를 검증하는데 목적이 있다. 본 연구를 위해 경상남도 G지역과 J지역 대학에서 보건·복지계열을 전공하는 대학생을 임의표본추출방식을 통해 연구 대상을 선정하였으며, 구조화된 설문지를 활용, 자기기입식 방식을 통해 자료를 수집하였으며, 최종 229명을 분석 대상으로 분석하였다. 그 분석 결과는 다음과 같다. 첫째, 대학생의 사회적지지 요인과 학업스트레스 요인이 대학생활적응에 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 학업스트레스가 사회적 지지 요인과 대학생활적응 간에 부분매개효과 있는 것으로 나타났다. 즉 학업스트레스는 보건·복지전공 대학생의 대학생활적응에 영향을 미치는 사회적 지지 요인에 대해 완충역할을 하고 있는 것으로 나타났으며, 대학생의 친구, 가족, 교수 등의 다양한 사회적 지지 체계의 지지 수준을 향상시킴으로써 학업스트레스 정도를 낮추면 대학생의 대학생활적응 수준이 더욱 향상시킬 수 있는 결과이다.

■ 중심어 : | 대학생활적응 | 사회적 지지 | 학업스트레스 |

Abstract

This study is aim to examine the influence of the social supports factor of the college students who majors in health or social welfare on their college adjustment and whether or not academic stress would perform a mediating role in the relationship between social supports factor and college adjustment. The subjects in this study were the college students who majored in health or social welfare in Gyeongsang Namdo Province. Data were collected through self reported structured questionnaire form using convenient sampling methods. The findings of the study were as follows: First, the social supports factor and academic stress factor of the college students were found to have exerted a statistically significant influence on college adjustment. Second, the academic stress factor was found to have had partial mediating effects on the relationship between the social supports factor and college adjustment. The findings of the study illustrated that the academic stress factor played a buffering role in the social supports factor that affected the college adjustment of the college students.

■ keyword : | College Adjustment | Social Supports | Academic Stress |

I. 서론

대학생활은 청소년 시기를 지나 자신이 선택한 학교에서 자신의 미래를 준비하여 독립적인 성인으로 성장해가는 중요한 시기이며, 향후 건전한 직업인 및 사회인으로 자질을 갖추기 위한 과업이 많은 시기이기도 하다. 이러한 과업 수행을 위해서는 대학생활적응이 매우 중요한데, 대학생활에 적응한다는 것은 대학이라는 낯선 환경 속에서 학업, 대인관계뿐만 아니라 정서적 측면에서도 대학생활의 요구에 능동적이고 적절하게 반응하고 대처하며 자신이 다니는 대학이나 대학생활에 전반적인 애착, 호감, 우대감 등을 갖는 것이라고 볼 수 있다[1]. 일반적으로 대학생활적응은 대학생들이 대학이라는 환경 속에서 생활하면서 부딪치는 변화와 도전에 적절히 반응하고 대처하는 것을 의미하며[2], 개인의 지적 욕구뿐만 아니라 사회적, 심리적 욕구를 충족할 수 있는 기회를 제공하여 바람직한 태도를 지닌 사회구성원으로 살아갈 수 있는 기반을 마련하는 것이라 할 수 있다[3]. 효과적인 대학생활 적응은 대학생활에서 경험하는 복합적인 스트레스나 갈등을 합리적이고 긍정적으로 해결하여 학업 성취뿐만 아니라 사회에 성공적으로 진출하기 위한 중요한 준비과정이 된다[4]. 하지만 급변하는 사회 환경 속에서 미래를 위한 새로운 과제들을 직면하게 되고 다양한 스트레스와 적응의 어려움을 겪을 수 있다[5]. 대학생활에 잘 적응하지 못한 대학생들은 학업수행능력이 저하되고, 사회적 관계에서도 고립감을 경험하며, 이러한 결과는 졸업 후 직업 선택 및 사회적 역량과 연관되어 다양한 문제들을 발생시킬 수 있는 것으로 보고하고 있다[6-8]. 특히 학생의 학업스트레스가 적절하게 조절되지 않으면 자신감과 학습동기의 감소, 학업성적 저하 등과 관련하여 학교생활적응에도 부정적인 영향을 미치게 되므로[9] 효율적인 대처방식을 통한 학업스트레스 관리가 중요하다[10].

한편, 개인 내외적인 자원이 부족 할 경우 사회 적응이 쉽지 않은데, 한 개인이 사회적 관계를 통하여 의미 있는 타인들로부터 제공받는 긍정적인 모든 자원을 의미하는 사회적 지지는 물질적, 정서적으로 필요한 자원과 서비스를 제공하여 심리적 적응을 돕고, 실패로 인

한 좌절을 극복하게 할 수 있으며, 문제해결능력을 강화시켜, 다양한 변화와 스트레스를 극복해 가는 데 많은 도움이 된다[11]. 사회적 지지가 대학생의 심리, 사회적 문제 해결에 도움을 주는 요인으로 작용할 수 있어 대학생의 대학생활적응에 있어서 사회적 지지 수준은 더욱 강조 되고 있다[12]. 많은 선행연구들에서 사회적 지지가 대학생의 대학생활적응에 유의미한 영향을 주는 것으로 나타나고 있다[13-16].

보건·복지계열 대학생의 경우 전문성과 실무역량을 갖춘 인력으로 양성된다. 특히 고령사회 도래로 보건·복지 분야 전문 인력에 대한 요구가 높아지는 현실 속에서 보건·복지 전공 대학생들의 성공인 대학생활적응은 향후 전문 인력의 역량 강화로 이어진다. 하지만 이들 대학생은 입학과 동시에 전공을 위한 이론과 실습교육, 국가고시 준비 등 학업의 부담감과 스트레스를 많이 느끼며 학업스트레스를 많이 경험한다. 따라서 이들에 대한 대학생활적응을 돕는 방안이 매우 필요하다.

이상의 선행연구들을 살펴보면 대학생활적응은 사회적 지지에 직접적 영향을 받을 뿐만 아니라 학업스트레스에도 영향을 받는 변인임을 알 수 있지만 사회적 지지, 학업스트레스 변인 각각 대학생활적응간의 인과 관계들을 설명하고 있고, 이들 변인간의 통합적인 구조적 관계에 대한 연구는 이루어지지 않은 실정이다. 따라서 선행연구 검토를 통한 가설적 관계에 근거하여 변인들간의 구조적 관계를 분석하고자 한다. 이에 본 연구에서는 보건·복지 전공 대학생의 사회적 지지가 대학생활적응에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고자 한다. 또한 학업스트레스요인이 사회적 지지와 대학생활적응간 인과관계에 매개효과가 있는지 검증하고자 한다. 나아가 이런 연구결과를 바탕으로 보건·복지 전공 대학생의 사회적 지지 향상과 학업스트레스 감소를 통해 대학생활적응을 강화할 수 있는 다양한 방안 마련의 이론적 근거를 제공하고, 실천 적용에 도움을 주고자 한다.

II. 이론적 근거

1. 사회적 지지

사회적 지지는 개인의 심리적 적응 및 문제해결 능력을 강화하고 스트레스 해소에 긍정적 영향을 미친다 [17]. 사회적 지지는 한 개인의 발달을 증진시키며 발달 단계에 따른 과업을 성취하도록 돕는다. 이러한 사회적 지지는 자신을 유능하고 성공적이며 적응을 잘한다고 평가하게 만들고 [18], 대학생들의 성숙함에 긍정적 영향을 미치는 것을 알 수 있다 [19]. 또한 사회적 지지는 개인이 스트레스 상황에서 경험하게 되는 심리, 생리적 측면의 부정적 효과를 약화시키고 개인의 환경 적응력을 높이는 요인이 될 수 있다 [20]. 따라서 사회적 지지가 대학생의 심리, 사회적 문제 해결에 도움을 주는 요인으로 작용할 수 있으므로 대학생에게 있어서 사회적 지지 수준은 더욱 중요하다 [13][14][21]. 선행연구들을 살펴보면 개인이 실제적 대인관계에서 지지를 지각하는 정도가 높을수록 심리적 안녕감이 증가하고 지각된 사회적 지지 정도가 낮을수록 부정적인 스트레스와 병리적 문제들을 경험하게 되며 [22][23], 대학생을 대상으로 사회적 지지와 대학생활적응 간의 상관관계를 연구한 선행연구들 [15][16]에서도 사회적 지지와 대학생활적응간에 유의한 정적 상관관계를 설명하고 있다.

사회적지지 하위 요인에 관한 선행연구들을 살펴보면, 첫째, Wilks와 Spivey [24]에 따르면 사회적 지지 중 친구 지지가 학업 스트레스와 회복탄력성 관계를 조절하는 것으로 나타났다. 둘째, 김진희 [25], 김지현 [19], 진원희와 조명주와 나현자 [26] 등의 연구에서는 교수의 지지가 학업 적응도를 향상시켜 대학생활 만족도와 대학생활 적응에 긍정적 영향을 미치고, 부모와 교수의 지지가 높을수록 대학생활에서 사회적 적응이 높으며, 친구의 지지는 정서적 적응과 관련이 있는 것으로 나타났다. 송윤종 [27]의 연구에서는 교수-학생 상호작용의 하위요인인 친밀감, 신뢰감 모두 대학생활적응과 정적 상관관이 있는 것으로 밝혀졌으며, 교수-학생 상호작용의 하위요인인 친밀감과 대학생활적응의 하위요인 중 학업 적응이 가장 높은 정적 상관을 보였다. 셋째, 고경필, 심미영 [28]의 연구에서 가족지지가 대학생활적응에 미치는 직접적 영향을 분석한 결과 가족지지는 대학생활적응에 직접적 효과는 검증되지 않았으나 자기효능감을 매개로 정적인 간접효과가 나타나 가족지지가 높을

수록 대학생의 자기효능감이 높아져 대학생활적응은 높게 나타났다. 하지만 정효주와 정향인 [29]의 연구에서는 간호학생의 지각된 사회 지지와 대학생활적응 간에 유의한 관련성이 없는 것으로 나타나 이들 변인 간의 보다 명확한 관계 규명을 한 추가 연구 필요성을 제기하기도 한다.

2. 대학생활적응

효과적인 대학생활 적응은 대학생활에서 경험하는 복합적인 스트레스나 갈등을 합리적이고 긍정적으로 해결하여 학업 성취뿐만 아니라 사회에 성공적으로 진출하기 위한 중요한 준비과정이 된다 [4]. 최근 대학생들의 적응을 타당성 있는 측정 도구들이 출현함에 따라 대학생활적응에 관한 연구들이 활발하게 나타나고 있으며, 학업적 적응과 사회적 적응 이외에도 개인적, 정서적 적응 및 대학과 목표에 대한 몰입의 측정도구도 개발되었는데, 국내외 대학생활적응 연구의 다수가 Baker와 Siryk [30]의 개념을 이용하여 학업적응, 사회적 적응, 개인-정서적응, 대학환경적응의 네 가지 변인으로 설명하고 있다. 학업적응은 대학에서 요구하는 여러 가지 학업적 요구에 얼마나 성공적으로 적응하고 있는지를 평가하며, 사회적 적응은 대학에서 동료들과 학문적인 부분뿐만 아니라 사회적인 공동체로 얼마나 잘 지내는지 평가한다. 또한 개인-정서적응은 일반적인 심리적 문제와 신체적 건강 문제 등에 대해 측정하고, 대학환경적응은 대학에 대한 애착 정도와 대학의 질에 대한 대학만족도와 학업 목표에 대한 몰입 정도를 나타내는 일반적인 적응이다. 대학생활적응에 대한 선행연구들은 대학생활적응에 영향을 미치는 요소로 학생 개인의 인구사회학적 특성, 개인적 특성, 대인관계, 가족 특성 변인 등을 제시하고 있다. 대학생활적응에 사회적 지지는 스트레스 극복과 대처방식에 영향을 미치는데, 의미 있는 타인으로부터 사회적 지지를 많이 받는다고 지각할수록 정신적 안녕에 도움이 되는 것으로 보고되고 있다 [31][32]. 스트레스와 사회적 지지의 상호작용에서 대학생활적응을 위한 사회적 지지효과는 스트레스가 높은 상태에서 더 크게 나타난다고 볼 수 있다 [13][14][33].

3. 학업스트레스

학생에게 주요하고 특수한 스트레스 중의 하나로 학업스트레스는 다양하게 정의되고 있다. 학업스트레스는 학업과 관련된 스트레스라는 의미로 학업으로 인해 유발되는 부적응 심리 상태를 의미한다[34]. 김용래, 김태은[35]는 학업스트레스를 학업과 관련하여 가정과 학교 또는 사회에서 유발하는 좌절, 갈등, 억압, 불안 등의 부정적인 정서로 개인이 경험하는 심리적인 스트레스라고 정의하였다. 즉 학업스트레스는 개인 및 학업과 관련된 환경 간의 역동적인 상호작용에 의해 발생하는 부정적인 정서라고 정의할 수 있다[36].

대학생활은 새로운 가치관과 다양한 생활방식의 요구와 더불어 새로운 문화와 인간관계 등은 그에 대한 적응의 과정에서 다양한 스트레스를 유발하는 환경을 조성하고 있다[37]. 대학생은 전공에 대한 학업적 스트레스와 각기 다른 환경에서 성장한 동료들과의 새로운 대인관계, 취업 등 여러 가지 스트레스 상황에 노출되는데[38], 그러한 환경 속에서 형성되는 사회적 성숙과 적응은 현재의 발달 뿐 아니라 이후 생활에 까지 영향을 미치기 때문에 학업스트레스 관리가 대학생활적응에 필요한 요인임을 알 수 있다. 스트레스에 대한 대처 행동은 개인의 심리적, 신체적 안녕에 중요한 역할을 하며[39]. 대학생의 학업스트레스가 적절하게 조절되지 않으면 자신감과 학습동기의 감소, 학업성적 저하 등과 관련하여 학교생활적응에도 부정적인 영향을 미치게 되어[40], 효율적인 대처방식을 통한 학업스트레스 관리가 중요하다. 선행연구들을 살펴보면 사회적 지지가 상당히 높은 수준으로 지각되어야만 스트레스를 완충시킨다는 결과가 있으며[41], 사회적 지지가 스트레스 요인이 요구하는 대처에 필요한 것들과 잘 부합될 때 스트레스 완충효과가 잘 일어난다는 연구결과[42]도 있다.

III. 연구방법

1. 연구설계

본 연구는 보건·복지전공대학생의 대학생활적응에 사회적 지지가 미치는 영향 관계에서 학업스트레스의

매개효과를 검증하는 것으로 연구모형은 다음과 같다.

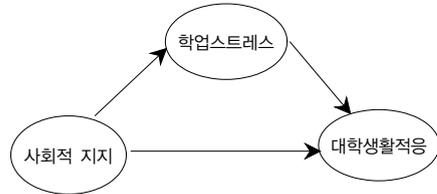


그림 1. 연구모형

2. 연구대상 및 자료수집

본 연구의 대상은 경상남도 G지역과 J지역 대학에서 보건·복지계열을 전공하는 대학생을 대상으로 하였으며, 표본추출방식은 임의표본추출방식을 활용하였다. 이들을 대상으로 2016년 12월 1일부터 16일까지 구조화된 설문지를 배포하고 설문조사의 의도와 목적을 설명한 다음 자기기입방식으로 조사하였다. 조사에 참여한 학생은 249명이었으나 내용의 불성실한 정도를 고려하여 자료 분석이 불가능한 대상자를 제외하고 총 229명을 연구대상으로 분석하였다. 본 연구의 조사대상 특성은 [표 1]과 같으며, 구체적으로 조사대상의 성별은 남성이 37.1%, 여성이 62.9%를 차지하였으며, 학년은 1학년이 27.9%, 2학년이 48.9%, 3학년이 23.1%를 차지하였다.

표 1. 조사대상자 주요 특성

변인	항목	N	%
성별	남	85	37.1
	여	144	62.9
학년	1학년	64	27.9
	2학년	112	48.9
	3학년	53	23.1
연령	평균 21.8세(SD=1.64/최소 20, 최대 29)		

3. 연구도구

3.1 사회적 지지

대학생의 사회적 지지를 측정하기 위해 박희수, 문승연[43]이 사용한 척도를 활용하였다. 이 척도는 총 15문항으로 ‘친구 지지’, ‘가족 지지’, ‘교수 지지’ 등의 3개의

하위요인으로 구성되어 있다. 변수값은 ‘매우 그렇다 5점’에서 ‘전혀 그렇지 않다 1점’으로 5점의 Likert 척도로 구성되어 있는데 점수가 높을수록 사회적 지지 정도가 높은 것을 의미한다.

각각의 하위 영역 척도의 내적 일관성 측정 결과, 친구 지지 Chronbach's $\alpha=0.935$, 가족 지지 Chronbach's $\alpha=0.941$, 교수 지지 Chronbach's $\alpha=0.571$ 로 나타났으며, 전체 사회적 지지는 Chronbach's $\alpha=0.855$ 로 나타났다.

3.2 대학생활적응

대학생활적응 척도(Student Adjustment to College Questionnaire; SACQ)는 Baker와 Siryk [30]가 제작한 것을 박범혁과 정영숙[44]이 사용한 척도를 사용하였다. 이 척도는 대학생활적응 정도를 자기보고식으로 알아보는 검사로 총 67문항으로 구성되어 있다. 전체 문항들은 대학의 교육적, 학업적 요구에 관한 학업적응(24문항), 대인관계 및 사회적 요구와 관련된 사회적응(16문항), 심리적 혹은 신체적 불편감을 나타내는 정서적응(16문항), 대학에 대한 유대정도와 대학의 질에 대한 대학만족도, 그리고 학업적 목표에 대한 몰입정도를 알아보는 대학환경적응(11문항)으로 4개의 하위척도로 구성된다. 변수값은 ‘매우 그렇다 5점’에서 ‘전혀 그렇지 않다 1점’으로 5점의 Likert 척도로 구성되어 있는데 점수가 높을수록 대학생활적응 정도가 높음을 의미한다. 각각의 하위 영역 척도의 내적 일관성 측정 결과, 학업적응 Chronbach's $\alpha=0.869$, 사회적응 Chronbach's $\alpha=0.825$, 정서적응 Chronbach's $\alpha=0.842$, 대학환경적응 Chronbach's $\alpha=0.838$ 로 나타났으며, 전체 대학생활적응은 Chronbach's $\alpha=0.933$ 로 나타났다.

3.3 학업스트레스

학업스트레스는 박병기와 박선미(2012)가 개발한 45개 문항을 김빛누리[45]가 수정, 보완하여 사용한 도구를 활용하였다. 이 도구는 학업스트레스 영역(성적, 수업, 공부)을 원천(부모, 교사, 본인)으로 분류하여 각각 학업스트레스를 받는 생활분야와 인적 자원을 나누어 측정할 수 있도록 개발된 척도이며, 하위 요인으로 부

모님, 교수님으로 인한 스트레스, 성적 관련 스트레스, 과제·수업과 관련된 자가 지각 스트레스 등의 3개의 요인으로 이루어져 있다[36]. 변수값은 ‘매우 그렇다 5점’에서 ‘전혀 그렇지 않다 1점’으로 5점의 Likert 척도로 구성되어 있는데 점수가 높을수록 학업 스트레스 정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구의 각각의 하위 영역 척도의 내적 일관성 측정 결과, 부모님, 교수님으로 인한 스트레스 Chronbach's $\alpha=0.955$, 성적 관련 스트레스 Chronbach's $\alpha=0.946$, 과제·수업과 관련된 자가 지각 스트레스 Chronbach's $\alpha=0.939$ 로 나타났으며, 전체 학업스트레스는 Chronbach's $\alpha=0.972$ 로 나타났다.

4. 분석방법

본 연구의 자료 분석은 SPSS 18.0 통계패키지를 사용하였다. 먼저, 조사 대상자의 인구사회학적 특성 및 주요 변인들의 특성을 파악하기 위해 빈도분석 및 기술통계를 실시하였다. 다음으로 주요 변인별 특성에 따른 대학생활적응 정도 차이를 알아보기 위해 독립표본 t-test, 일원배치분산분석(One-Way ANOVA)을 실시하였다. 마지막으로 사회적 지지와 대학생활적응의 관계에서 학업스트레스의 매개효과를 알아보기 위해 상관관계 분석 및 Baron과 Kenny[46]의 매개역할 검증방법을 적용하여 3단계 매개회귀분석(three-step mediated regression analysis)을 실시했다. 마지막으로 매개효과 검증을 위해 Sobel-test를 실시하였다. 매개효과 검증단계는 아래 [표 2]와 같다.

표 2. 매개효과 검증단계

단계	주요 내용
1단계	대학생의 사회적 지지가 대학생활적응에 미치는 영향 검증 (독립변수→종속변수)
2단계	대학생의 사회적 지지가 학업스트레스에 미치는 영향 검증 (독립변수→매개변수)
3단계	대학생의 사회적 지지와 학업스트레스가 대학생활적응에 미치는 영향 검증 (독립변수, 매개변수→종속변수)
4단계	학업스트레스의 매개효과 검증(Sobel test)

5. 윤리적 고려

연구 대상자에게 연구의 목적과 진행절차를 설명한 후 자발적인 참여하에 참여 동의서에 서명을 받았다. 연구가 진행되는 동안 대상자가 원하지 않으면 연구에 대한 참여의사를 언제든지 철회할 수 있으며 어떠한 불이익도 없다는 것을 설명하였다. 또한 수집된 자료의 내용은 연구의 목적으로만 사용할 것이며 환자의 개인 정보는 비밀로 보장됨을 설명하였다. 이러한 절차를 통하여 대상자의 윤리적인 측면을 고려하고자 최대한 노력하였다.

IV. 연구결과

1. 주요 변수의 기술통계

본 연구의 주요 변수에 대한 기술 분석 결과는 다음과 같다. 독립변수인 사회적 지지는 3.59점(SD=0.507)으로 나타났으며, 하위영역으로 친구 지지는 3.83점(SD=.686), 가족 지지는 3.97점(SD=.799), 교수 지지는 2.95점(SD=.595)으로 나타나 가족 지지가 가장 높게 나타났고, 교수 지지가 가장 낮게 나타났다.

종속변수인 대학생활적응의 평균값은 3.14점으로 보통 수준으로 나타났으며, 대학생활적응 하위영역의 평균값은 학업적응 3.03점(SD=.459), 사회적응 3.21점(SD=.459), 정서적응 3.09점(SD=.558), 대학환경만족 3.26점(SD=.638)로 나타나 대학의 교육적, 학업적 요구에 관한 학업적응이 가장 낮게 나타났고, 대학에 대한 유대정도와 대학의 질에 대한 대학만족도, 그리고 학업적 목표에 대한 몰입정도를 알아보는 대학환경적응이 가장 높게 나타났다.

매개변수인 학업스트레스는 전체 평균값은 2.48점(SD=.755)으로 보통보다 낮게 나타났으며, 하위영역 평균값으로 부모, 교수 스트레스는 2.02점(SD=.783), 성적 스트레스는 2.79점(SD=.965), 과제, 수업 스트레스는 2.72점(SD=.846)으로 성적 스트레스가 가장 높고, 부모, 교수 스트레스가 가장 낮게 나타났다.

표 3. 주요 변수 기술통계

변수		최소	최대	평균	표준 편차
사회적 지지	친구 지지	1	5	3.83	.686
	가족 지지	1	5	3.97	.799
	교수 지지	1	5	2.95	.595
	전체 사회적 지지	2	5	3.59	.507
대학 생활 적응	학업적응	2	4	3.03	.459
	사회적응	2	5	3.21	.459
	정서적응	2	5	3.09	.558
	대학환경적응	1	5	3.26	.638
	전체 대학생활적응	2	4	3.14	.421
학업 스트레스	부모님, 교수님 스트레스	1	4	2.02	.783
	성적 스트레스	1	5	2.79	.965
	과제수업 스트레스	1	5	2.72	.846
	전체 학업스트레스	1	4	2.48	.755

2. 각 변인별 상관관계 분석

대학생의 사회적 지지가 대학생활적응에 미치는 영향에 있어 학업스트레스의 매개효과를 검증하기 위해 우선, 각 변인간의 상관관계 분석을 실시한 결과는 [표 4]와 같다. 먼저 각 변수들 간의 상관관계 절대값이 0.196~0.891로 나타나 다중공선성의 문제는 존재하지 않는 것을 알 수 있다. 그리고 독립변인과 매개변인이 종속변인 간의 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

표 4. 각 변인간 상관관계

	①	②	③	④	⑤	⑥
①사회적 지지	1					
②친구지지	.768**	1				
③가족지지	.809**	.454**	1			
④교수지지	.586**	.201**	.200**	1		
⑤학업스트레스	-.272**	-.143*	-.242**	-.209**	1	
⑥대학생활적응	.391**	.360**	.196**	.320**	-.624**	1

3. 각 변인의 영향 관계

대학생의 사회적 지지와 대학생활적응과의 관계에서 학업스트레스가 매개하는지를 검증하기 위해서 Baron과 Kenny[46]의 3단계 절차에 따라 위계적 회귀분석을 실시하였고 그 결과는 [표 5]와 같다.

표 5. 사회적 지지와 대학생활적응에서 학업스트레스의 매개효과

단계	예측변인	준거변인	1모형			2모형			3모형		
			비표준화계수		t	비표준화계수		t	비표준화계수		t
			B	SE		B	SE		B	SE	
1단계	사회적 지지	대학생활적응	.325	.051	6.378***						
2단계	사회적 지지	학업스트레스				-.405	.095	-4.252***			
3단계	사회적 지지	대학생활적응							.198	.043	4.606***
	학업스트레스								-.313	.029	-10.803***
			R2=.153, Adj.R2=.149, F=40.677***			R2=.074, Adj.R2=.070, F=18.080**			R2=.442, Adj.R2=.437, F=89.106***		

***p<.001

우선, 1단계 분석에서 독립변인인 사회적 지지가 종속변인인 대학생활적응에 미치는 영향을 확인하기 위하여 회귀분석을 실시한 결과 사회적 지지가 대학생활적응에 미치는 영향력은 통계적으로 유의미하였다($\beta = .325, p < .001$). 2단계에서는 독립변인이 매개변인에 미치는 영향을 확인하기 위해 회귀분석을 실시한 결과 사회적 지지가 학업스트레스에 미치는 영향력은 통계적으로 유의미하였다($\beta = -.405, p < .001$). 3단계에서는 독립변인과 매개변인 모두 종속변인에 미치는 영향을 살펴본 결과 독립변인 사회적 지지($\beta = .198, p < .001$)와 매개변인 학업스트레스($\beta = -.313, p < .001$) 모두 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 마지막으로 매개효과의 유의미성을 검증하기 위해서 Sobel의 Z검증을 실시하였다. Sobel의 Z검증은 $p < .05$ 수준에서 1.96보다 크고 -1.96보다 작으면 매개효과가 통계적으로 유의미한 것으로 해석된다. 본 연구의 Sobel Test결과 Z값은 3.96으로 나타나 학업스트레스가 유의미한 매개효과가 있음이 검증되었다. 즉, 대학생의 사회적 지지가 대학생활적응에 미치는 영향력이 있어서 학업스트레스가 매개효과가 있는 것을 의미한다.

이어, 사회적 지지의 하위 영역별(친구 지지 가족 지지, 교수 지지) 대학생활적응과의 관계에서 학업스트레스가 매개하는지를 검증하였고, 그 결과는 [표 6]과 같다. 앞 단계와 동일하게 1단계 분석에서 독립변인인 사회적 지지 하위영역 각 요인이 종속변인인 대학생활적응에 미치는 영향을 확인하기 위하여 회귀분석을 실시한 결과 친구 지지($\beta = .188, p < .001$), 교수 지지($\beta = .183, p < .001$)가 대학생활적응에 미치는 영향력이 통계적으로

유의미하였다. 2단계에서는 독립변인이 매개변인에 미치는 영향을 확인하기 위해 회귀분석을 실시한 결과 가족지지($\beta = -.190, p < .01$), 교수지지($\beta = -.210, p < .05$)가 학업스트레스에 미치는 영향력은 통계적으로 유의미하였다. 3단계에서는 독립변인과 매개변인 모두 종속변인에 미치는 영향을 살펴본 결과 독립변인 친구 지지($\beta = .182, p < .001$), 가족 지지($\beta = -.058, p < .05$), 교수 지지($\beta = .115, p < .01$)와 매개변인 학업스트레스($\beta = -.321, p < .001$) 요인 모두가 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 하지만 사회적 지지 하위 영역 중 친구 지지는 학업스트레스에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났기 때문에 친구 지지를 제외하고 가족 지지, 교수 지지의 대학생활적응에 미치는 영향에서 학업스트레스 매개효과의 유의미성을 검증하기 위해서 Sobel의 Z검증을 실시한 결과 가족 지지와 대학생활적응 간의 영향에서 학업스트레스 매개효과는 Z값은 2.714, 교수 지지와 대학생활적응 간의 영향에서 학업스트레스 매개효과는 Z값은 2.470으로 나타나 학업스트레스가 유의미한 매개효과가 있음이 검증되었다. 즉, 대학생의 사회적 지지가 대학생활적응에 미치는 영향력에 있어서 학업스트레스가 매개효과가 있으며, 더 구체적으로 대학생의 사회적 지지 하위 영역 중 가족 지지와 교수 지지가 대학생활적응에 미치는 영향력에 있어서 학업스트레스의 매개효과가 있음이 검증되었다. 이를 통해 본 연구의 목적인 사회적 지지, 대학생활적응, 학업스트레스 각 변인들 간 구조적 관계 즉, 변인들의 상호작용효과가 있음이 나타났다.

표 6. 사회적 지지 하위영역과 대학생활적응에서 학업스트레스의 매개효과

단계	예측변인	준거변인	1모형			2모형			3모형		
			비표준화계수		t	비표준화계수		t	비표준화계수		t
			B	SE		B	SE		B	SE	
1단계	친구 지지	대학생활적응	.188	.042	4.504***						
	가족 지지		.003	.036		.084					
	교수 지지		.183	.044		4.170***					
2단계	친구 지지	학업스트레스				-.020	.080	-2.254			
	가족 지지					-.190	.068		-2.773**		
	교수 지지					-.210	.083		-2.515*		
3단계	친구 지지	대학생활적응							.182	.033	5.483***
	가족 지지								-.058	.029	-1.999*
	교수 지지								.115	.035	3.273**
	학업스트레스								-.321	.028	-11.544***
			R2=.153, Adj.R2=.149, F=40.677***			R2=.074, Adj.R2=.070, F=18.080**			R2=.442, Adj.R2=.437, F=89.106***		

***p<.001

V. 결과 및 제언

본 연구에서는 보건·복지전공 대학생의 사회적 지지와 대학생활적응, 학업스트레스의 관계를 분석하고, 사회적 지지와 대학생활적응의 인과관계에서 학업스트레스가 매개효과가 있는 것으로 나타났다. 이러한 분석 결과를 바탕으로 본 연구의 주요 결과와 시사점은 다음과 같다.

첫째, 보건·복지전공 대학생의 사회적 지지가 대학생활적응에 미치는 영향력은 통계적으로 유의미하였다 ($\beta=.325, p<.001$). 또한 사회적 지지 하위영역 중 친구 지지($\beta=.188, p<.001$), 교수 지지($\beta=.183, p<.001$)가 대학생활적응에 미치는 영향력이 통계적으로 유의미하게 나타났다.

둘째, 사회적 지지가 학업스트레스에 미치는 영향력도 통계적으로 유의미하였다($\beta=-.405, p<.001$). 또한 사회적 지지 하위영역 중 가족지지($\beta=-.190, p<.01$), 교수 지지($\beta=-.210, p<.05$)가 학업스트레스에 미치는 영향력이 통계적으로 유의미하였다.

셋째, 사회적 지지($\beta=.198, p<.001$), 학업스트레스($\beta=-.313, p<.001$) 모두 통계적으로 대학생활적응에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 사회적 지지 하위영역인 친구 지지($\beta=.182, p<.001$), 가족 지지($\beta=-.058, p<.05$), 교수 지지($\beta=.115, p<.01$)와 매개변인 학업스트레스($\beta=-.321, p<.001$) 모두 통계적으로 유의

미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

마지막으로 Sobel Test결과 학업스트레스가 사회적 지지와 대학생활적응 간의 부분매개효과가 있는 것으로 나타나 대학생의 사회적 지지와 대학생활적응 간의 관계에서 학업스트레스가 일정 부분 영향을 미치고 있으며, 사회적 지지 하위영역 중 가족 지지, 교수 지지의 대학생활적응에 미치는 영향에서 학업스트레스가 매개효과가 있는 것으로 나타났다.

이와 같은 연구결과는 대학생의 사회적 지지가 대학생활적응에 영향을 미친다고 연구한 Crockett[13], Schneider and Ward[14], 김중운, 김지현[15], 박윤경[16], 김지현[19] 등의 선행연구결과와 유사한 결과이다. 또한 학업스트레스와 대학생활적응 간의 관계를 연구한 Wilks and Spivey[24], 오지연[36] 등의 연구에서 규명된 사회적 지지의 효과에 대해서도 유사한 결과이다. 나아가 본 연구는 기존의 선행연구가 대학생활적응 영향요인으로 사회적 지지, 학업스트레스 변인 각각의 단선적 인과관계 규명에 그친 한계를 넘어 사회적 지지와 대학생활적응, 학업스트레스의 관계를 알아보고, 사회적 지지와 대학생활적응의 관계에서 학업스트레스 변인의 매개효과를 검증함으로써 변인들 간의 상호작용관계가 있음을 제시하고 있다. 즉, 사회적 지지가 대학생활적응에 영향을 미칠 뿐만 아니라 학업스트레스 정도가 그 영향관계를 중재하는 요인이라는 결과가 나타났다. 특히 사회적 지지 영역 중 가족 지지와 교수 지

지가 대학생의 대학생활적응에 미치는 영향뿐만 아니라 그 관계에서 학업스트레스의 매개효과가 입증되었다.

마지막으로 본 연구와 관련된 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구를 바탕으로 보건·복지전공 대학생의 사회적 지지 정도를 향상시킴으로써 학업스트레스를 감소할 방안에 대한 지원책이 필요하다. 학생이라는 역할에서 학업스트레스는 당연한 정서 상태일 수 있으나 친구, 가족, 교수 등의 다양한 사회적 지원체계 활용을 통해 학업스트레스를 감소시킬 수 있는 방안 마련이 필요함을 제시할 수 있다. 예를 들어 학교 내에서 학생생활지원센터 등의 기구를 통해 교우관계 향상 프로그램 실시, 인간관계 향상 프로그램, 정기적인 교수-학생 면담 지원 등이 필요하다.

둘째, 학업스트레스와 대학생활적응의 영향 관계에서 사회적 지지 변인이 중재효과가 있음이 입증되었고, 특히 사회적 지지 하위영역 중 가족 지지와 교수 지지의 중재효과가 있음이 입증되었다. 이를 통해 앞서 제시된 제언방향과 더불어 교수의 학생 지도와 관련한 보다 적극적인 지원이 필요하며 학교차원에서도 이 부분을 구체적으로 활용할 수 있는 방안 마련이 필요하다.

마지막, 본 연구에서 사회적 지지가 대학생활적응에 미치는 영향에 대해 사회적 지지를 구성하는 하위영역별(친구, 가족, 교수지지) 영향 관계가 규명되었으나 대학생활적응과 학업스트레스는 그 하위영역별 구체적인 영향관계에 대한 분석이 이루어지지 않아 향후 하위영역별 구체적인 중재효과에 대한 추가 연구가 필요함을 언급할 수 있다. 또한 본 연구는 특정 지역 보건·복지전공 대학생들이 연구 대상이므로 본 연구결과를 전체 보건·복지전공 대학생들에게 일반화시키기에는 한계가 있다.

참 고 문 헌

- [1] 김지현, 도현심, 신나나, 김민정, “어머니의 자녀 관련 스트레스와 청소년의 학교생활적응간의 관계에서 어머니의 심리적 안녕감 및 지지/통제의 매개적 역할,” 한국가정관리학회지, 제29권, 제4호, pp.217-232, 2011.
- [2] 조수진, *대학생의 부모에 대한 애착정도와 대학생 활적응과의 관계*, 동아대학교 대학원, 석사학위논문, 2000.
- [3] H. S. Yoon, Y. M. Hwang, D. B. Kim, and S. H. Jang, “The effects self-differentiation stress coping methods and mental health on life adjustment in university,” *The Journal of Korean Educational Forum*, Vol.10, No.2, pp.1-25, 2011.
- [4] 이숙정, 유지현, “대학생의 학업 및 진로스트레스와 대학생활적응의 관계에 대한 자기효능감의 매개효과,” 한국교육심리학회 교육심리, 제2권, 제3호, pp.589-607, 2008.
- [5] 박효정, 김미영, 정덕유, “여대생의 스트레스, 사회적지지 및 자기효능감이 정신건강에 미치는 영향,” *기본간호학회지*, 제15권, 제4호, pp.513-521, 2008.
- [6] 이희영, “양육 행동과 대학생활적응: 문화성향의 중재효과,” *동북아 문화연구*, 제14권, pp.337-355, 2008.
- [7] 서수균, 김계현, “대학생활적응도테스트 타당화 연구,” *학생연구*, 제36권, 제1호, pp.1-12, 2002.
- [8] J. W. LaBrie, P. J. Ehret, J. F. Hummer, and K. Prenovost, “Poor adjustment to college life mediates the relationship between drinking motives and alcohol consequences: A look at college adjustment, drinking motives, and drinking outcomes,” *Addictive Behaviors*, Vol.37, No.4, pp.379-386, 2012.
- [9] L. Magnussen and M. J. Amundson, “Undergraduate nursing student experience,” *Nursing and Health Sciences*, Vol.5, No.4, pp.261-267, 2003.
- [10] T. R. Ramler, L. R. Tennison, J. Lynch, and P. Murphy, “Mindfulness and the College Transition: The Efficacy of an Adapted Mindfulness-Based Stress Reduction Intervention in Fostering Adjustment among First-Year Students,”

- [1] 김지현, 도현심, 신나나, 김민정, “어머니의 자녀 관련 스트레스와 청소년의 학교생활적응간의 관계에서 어머니의 심리적 안녕감 및 지지/통제의 매개적 역할,” 한국가정관리학회지, 제29권, 제4

- Mindfulness, Vol.7, No.1, pp.179-188, 2016.
- [11] 구승신, 정옥희, 장성화, “청소년의 자아정체감, 사회적 지지와 정신건강과의 관계,” 한국콘텐츠학회논문지, 제11권, 제9호, pp.225-237, 2011.
- [12] 이지연, 위광희, “사회적 지지망에 관한 발달적 연구,” 교육심리연구지, 제14권, 제2호, pp.5-28, 2000.
- [13] L. J. Crockett, M. I. Iturbide, R. A. T. Stone, M. McGinley, M. Raffaelli, and G. Carlo, “Acculturative stress, social support, and coping: Relations to psychological adjustment among Mexican American college students,” Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, Vol.13, No.4, pp.347-355, 2007.
- [14] M. E. Schneider and D. J. Ward, “The Role of Ethnic Identification and Perceived Social Support in Latinos’ Adjustment to College,” Hispanic Journal of Behavioral Sciences, Vol.25, No.4, pp.539-554, 2003.
- [15] 김종운, 김지현, “대학생의 부모애착과 사회적 지지가 대학생활적응에 미치는 영향,” 한국콘텐츠학회논문지, 제13권, 제9호, pp.248-259, 2013.
- [16] 광윤경, “간호대학생의 자존감, 자아탄력성, 사회적 지지가 대학생활에 미치는 영향,” 대한산학기술학회지, 제14권, 제5호, pp.2178-2186, 2013.
- [17] 박지원, “부모의 이혼을 경험한 청소년의 정서, 자아강도 및 사회적 지지가 학교생활 적응에 미치는 영향,” 놀이치료연구, 제15권, 제1호, pp.1-16, 2011.
- [18] G. R. Pierce, I. G. Sarason, and B. R. Sarason, and B. R. Sarason, “General and relationship-based perceptions of social support: are two constructs better than one,” J of Personality and Social Psychology, Vol.61, pp.1028-1039, 1991.
- [19] 김지현, *대학생의 사회적 지지와 정신건강이 대학생생활적응에 미치는 영향*, 배재대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2012.
- [20] 이경완, 문인오, 박숙경, “간호대학생의 사회적 지지가 대학생활 적응과 학업적응에 미치는 영향,” 한국학교보건교육학회지, 제14권, 제2호, pp.15-27, 2013.
- [21] C. Lee, D. A. Dickson, C. S. Conley, and G. Holmbeck, “A Closer Look at Self-Esteem, Perceived Social Support, and Coping Strategy: A Prospective Study of Depressive Symptomatology Across the Transition to College,” J of social and clinical psychology, Vol.33, No.6, pp.560-585, 2014.
- [22] 서미, 최보영 조한외, “생활스트레스, 스트레스 대처 방식, 사회적 지지가 대학생의 정신건강에 미치는 영향,” 상담학 연구, 제7권, 제2호, pp.271-288, 2006.
- [23] 이경완, 문인오, 박숙경, “간호대학생의 사회적 지지가 대학생활 적응과 학업적응에 미치는 영향,” 한국학교보건교육학회지, 제14권, 제2호, pp.15-27, 2013.
- [24] S. E. Wilks and C. A. Spivey, “Resilience in Undergraduate Social Work Students: Social Support and Adjustment to Academic Stress,” Social Work Education, Vol.29, No.3, pp.276-288, 2010.
- [25] 김건희, “간호대학생의 스트레스대처, 유머감각과 대학생활적응의 관계,” 한국콘텐츠학회논문지, 제14권, 제3호, pp.301-313, 2014.
- [26] 전원희, 조명주 나현자, “간호대학생의 분노표현 방식, 사회적 지지 및 대학생활적응의 관계,” 한국콘텐츠학회논문지, 제15권, 제3호, pp.219-228, 2015.
- [27] 송운중, *대학생의 전공선택동기, 전공만족도, 교수-학생 상호작용이 대학생활적응에 미치는 영향*, 동아대학교 대학원, 박사학위논문, 2013.
- [28] 고경필, 심미영, “대학생의 취업스트레스와 대학생활적응과의 관계에서 가족지지, 자기효능감의 매개효과,” 한국콘텐츠학회논문지, 제15권, 제6호, pp.379-391, 2015.
- [29] 정효주, 정향인, “3년제 간호대학 신입생의 자아존중감, 정서지능, 사회적 지지가 대학생활 적응

- 에 미치는 영향,” 정신간호학회지, 제21권, 제3호, pp.188-196, 2012.
- [30] R. W. Baker and B. Siryk, “Measuring adjustment to college,” J of Counseling Psychology, Vol.31, No.2, pp.179-289, 1984.
- [31] 박윤경, “간호대학생의 자존감, 자아탄력성, 사회적 지지가 대학생활적응에 미치는 영향,” 한국산학기술학회논문지, 제14권, 제5호, pp.2178-2186, 2013.
- [32] J. Hefner and D. Eisenberg, “Social support and mental health among college students,” American Journal of Orthopsychiatry, Vol.79, No.4, pp.491-199, 2009.
- [33] 고미숙, “간호대학생의 자아탄력성, 감성지능, 스트레스 대처방식과 대학 생활 적응,” 한국콘텐츠학회논문지, 제15권, 제10호, pp.280-291, 2015.
- [34] 조강래, *고3학생들의 학업스트레스 원에 따른 학업스트레스 증상과 대처방식: 일반계 고등학생 남녀비교를 중심으로*, 경상대학교 석사학위논문, 2007.
- [35] 김용래, 김태은, “학습자스트레스, 학교적응(대처) 및 학업성적,” 교육연구논총, 제21집, pp.5-31, 2004.
- [36] 오지연, *치위생(학)과 학생의 학업스트레스와 대학생활적응의 관계: 자기효능감, 소진과 사회적 지지의 매개효과*, 한서대학교 대학원, 석사학위논문, 2016.
- [37] 권순일, “대학생 스트레스 영향 요인에 대한 연구:S대 경영계열 학생을 중심으로,” 경제경영연구, 제10권, 제1호, pp.1-29, 2009
- [38] H. J. Park and I. S. Jang, “Stress, depression, coping styles and satisfaction of clinical practice in nursing students,” The Korean Academic Society of Nursing Education, Vol.16, No.1, pp.14-23, 2010.
- [39] 신현숙, 구분용, “청소년의 스트레스 대처방식과 적응과의 관계,” 청소년상담연구, 제9권, 제1호, pp.189-225, 2001.
- [40] L. Magnussen and M. J. Amundson, “Undergraduate nursing student experience,” Nursing and Health Sciences, Vol.5, No.4, pp.261-267, 2003.
- [41] J. K. Kiecolt-Glaser and B. Greenberg, “Social support as moderator of after effect of stress in female psychiatric impatients,” J of Abnormal Psychology, Vol.93, No.2, pp.192-199, 1984.
- [42] S. Cohen and H. M. Hoberman, “Positive events and social support as buffers of life change stress,” J of Applied Social Psychology, Vol.13, No.2, pp.99-125, 1983.
- [43] 박희수, 문승연, “대학생의 자아존중감과 사회적 지지가 행복에 미치는 영향-학교생활적응의 매개효과-,” 한국자치행정학보, 제28권 제4호, pp.197-218, 2014.
- [44] 박범혁, 정영숙, “개인의 심리적 특성과 부모와의 애착 및 대학생활적응,” 한국가정관리학회지, 제25권, 제3호, pp.45-57, 2007.
- [45] 김빛누리, *학업스트레스와 스마트폰 중독의 관계: 불안과 경험적 회피의 이중매개 효과*, 가톨릭대학교 일반대학원, 석사학위논문, 2014.
- [46] R. M. Baron and D. A. Kenny, “The moderator - mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations,” J of Personality and Social Psychology, Vol.51, No.6, pp.1173-1182, 1986.

저 자 소개

박 순 미(Soon-Mi Park)

정회원



- 2008년 2월 : 경북대학교 사회복지학과(문학박사)
- 2010년 3월 ~ 현재 :진주보건대학교 사회복지계열 교수

<관심분야> : 사회복지현장실습, 노인주거복지

박 정 연(Jung-Yeon Park)

정회원



- 2009년 2월 : 부산가톨릭대학교
임상병리학(이학석사)
- 2016년 8월 : 경상대학교 융합의
과학과(이학박사)
- 2012년 3월 ~ 현재 : 진주보건대
학교 임상병리과 교수

<관심분야> : 조직학, 병리학, 세포학

김 판 길(Pan-Gil Kim)

정회원



- 2013년 2월 : 경남과학기술대학
교 임상병리학(이학석사)
- 2018년 2월 : 경남과학기술대학
교 임상병리학과(이학박사)
- 2014년 3월 ~ 현재 : 김해대학교
임상병리과 교수

<관심분야> : 임상생리학, 임상화학, 의료관계법규