

여가활동에 참가하는 대학생들의 개인적 특성과 여가참가경력이 취업스트레스에 미치는 영향

서수진
서원대학교 체육교육과 교수

The Personal characteristics of university students participating in leisure activities and the impact of their leisure experience on job-seeking Stress

Soo-Jin Seo
Professor, Dept. of Physical Education, Seowon University

요 약 본 연구는 여가활동에 참가하는 대학생들의 개인적 특성과 여가참가경력이 취업스트레스에 미치는 영향을 규명하는데 연구의 목적이 있다. 2019년 9월 1일부터 10월 30일까지 설문지를 이용하여 C시의 대학생 총 264명을 대상으로 집락무선표집법(stratified clusterrandom sampling)을 이용하여 표본을 추출하였다. 연구결과, 첫째, 성별을 살펴보면, 남성보다 여성이 학업스트레스를 더 많이 받는 것으로 나타났다. 둘째, 학년에 따른 결과를 살펴보면 2학년, 3학년보다 1학년, 4학년이 성격스트레스를 더 많이 받는 것으로 나타났다. 셋째, 전공계열에 따른 결과를 살펴보면 사회계열보다 자연계열 학생이 성격스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다. 또한 자연계열보다 인문계열 학생이 가족환경스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다. 넷째, 용돈에 따른 결과를 살펴보면 40만원~50만원을 받는 학생과 50만원이상을 받는 학생보다 10만원이하, 10만원~20만원을 받는 학생이 가족환경스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다. 다섯째, 여가활동 참가경력에 따른 결과를 살펴보면 여가활동 참가경력이 많을수록 전반적으로 취업스트레스가 낮은 것으로 나타났다. 따라서 대학생들은 취업스트레스를 낮추기 위해서 다양한 여가활동을 통해 자기조절을 할 수 있는 토대를 마련해야 할 것이다.

주제어 : 여가활동, 대학생, 개인적특성, 참가경력, 취업스트레스

Abstract The purpose of this study is to identify the personal characteristics of college students participating in leisure activities and the impact of their leisure experience on job-seeking Stress, To achieve this purpose, subjects of this study were sampled 264 university students participant using purposeful sampling method for 2 months from september to october of 2019. Using questionnaires stratified cluster random sampling in university students in C city. Studies have shown that first, looking at gender, women receive more academic stress than men. Second, looking at the results of the school year, the first and fourth graders received more personality stress than the second and third graders. Third, if you look at the results of the major category, it turns out that students in the natural major receive more personality stress than in the social major category. In addition, students in the humanities major are more stressed out about the Family environment stress than in the natural major. Fourth, if you look at the results of the allowance, students who receive 400,000 won to 500,000 won and those who receive 100,000 won to 200,000 won or less are under stress from the family environment stress than those who receive 500,000 won or more. Fifth, if you look at the results of your experience in leisure activities, the more experience you have in leisure Therefore, college students will have to lay the groundwork for self-control through various leisure activities for job stress. activities, the lower your job-seeking Stress.

Key Words : Leisure Activities, University Students, Personal Characteristics, Participation Period, Job-seeking Stress

*Corresponding Author : Soo-Jin Seo(ssj7525@empas.com)

Received July 31, 2020

Accepted October 20, 2020

Revised August 19, 2020

Published October 28, 2020

1. 서론

대학생은 성인이지만 사회적, 경제적으로 기반을 잡은 상태가 아니기 때문에 현실적으로 부모님께 독립적이지 못하고 정신적으로 매우 혼란스럽고 자신의 정체성이 아직 잡히지 않은 시기에서 인생의 목표를 준비해가는 과정을 거치기 때문에 많은 어려움과 선택의 기로에 놓여 있다. 특히, 거시적인 관점에서 질병 재해와 청년 실업과 같은 사회적인 문제로 인하여 학업이나 생활환경, 학교환경과 같은 다양한 스트레스가 가중된다고 할 수 있다. 통계청이 발표한 20대 청년 실업율을 살펴보면 2019년 11월에 평균 7.1%에서 2020년 4월 9.1%로 몇 개월 사이에 더욱 증가하였으며 전체 실업율 4.2%에 비하여 약 2배 수준이라 할 수 있다[1]. 또한 수도권 대학생보다 지방대학생이 취업하기가 더욱 어려운 것으로 파악되어 취업스트레스가 더욱 크다고 볼 수 있다.

따라서 이러한 다양한 취업 스트레스에 잘 대처하지 않으면 사회에 도태될 수 있고, 자칫 정신건강의 문제로 이어지게 되며 졸업 이후의 미취업 상태는 행동문제, 물질 남용, 정신 질환, 자살 행동에 영향을 미칠 수 있다[2]. 취업스트레스의 정확한 명칭은 '미취업 스트레스 증후군'이며, 취업 실패가 반복되거나 실업이 장기화됨에 따라 나타나는 정신적 스트레스 혹은 신체적 스트레스나 고통을 일컫는다[3].

Kang[4]은 취업 스트레스를 다섯 가지 하위요인으로 분류하였다. 첫째, 취업에 대한 자신감 부족과 같은 성격적인 문제와 관련된 성격스트레스, 둘째, 경제적인 이유로 가족을 부양해야 하는 책임과 같은 가족환경과 관련된 가족환경스트레스, 셋째, 취업에 필요한 학점이나 실력 부족과 같은 학업문제와 관련된 학업 스트레스, 넷째, 자신의 학교 수준이나 지도교수님의 관심 부족과 같은 학교환경으로부터 받는 학교환경스트레스, 다섯째, 개인의 심리적 요인인 불안과 관련된 취업불안스트레스가 있다.

이렇듯 대학생들이 겪고 있는 미래에 대한 취업고민과 스트레스를 해결하기 위한 노력으로 대학생의 취업스트레스에 대한 연구가 매우 활발하게 이루어져 왔다. 취업스트레스에 근본적으로 영향을 미치는 요인의 연구[5]에서는 자기 효능감, 우울 증상, 학년, 전공, 성적, 취업 상태가 확인되었고, Han, Hwang[6]은 대학생들의 전공만족도 향상이 취업스트레스를 줄이는데 영향을 미치는 것으로 보고하여 학교생활이 취업스트레스에 많은 영향을 미치는 것으로 예측할 수 있다.

하지만 대학생들은 대학교에서 학업활동만 하는 것이

아니라 삶의 행복을 위해 여가활동에도 많은 시간을 할애하고 여가의 중요성을 인식하여 정기적으로 여가활동을 하는 대학생들이 계속 증가하고 있다[7].

대학생들에게 여가활동 참가는 또 다른 제 2의 사회화를 형성할 수 있는 기회를 제공하여 대인관계 및 조직생활을 원활하게 해 줄 수 있는 경험을 터득할 수 있으며, 자신의 지적, 정신적, 신체적 능력을 발견하여 자아실현을 할 수 있기 때문에 여가활동 참가는 매우 중요한 의미를 갖는다.

또한 여가참가는 기본적인 욕구를 충족시키고 대학교의 전반적인 생활의 스트레스 및 정신적인 문제를 미리 예방할 수 있고 취업스트레스를 해소하는데도 매우 중요한 역할을 할 것으로 예측할 수 있다. Lee[8]는 여가활동 참여가 대학생들의 심리적 안녕감과 대학생생활만족도에 영향을 미치며, 여가활동을 적극적으로 장려할 필요성을 강조하였다.

하지만 여가에 관한 선행연구들을 살펴보면 여가만족도 및 생활만족도에 영향을 미치는 연구[9]가 주로 이루어졌으며 아쉽게도 대학생을 대상으로 여가활동에 관한 연구는 활발하게 이루어졌으나 여가참가와 취업스트레스에 대한 연구는 전무하다. 이에 여가활동을 즐기는 대학생들의 개인적인 특성 중에서 성별, 학년, 전공, 용돈에 대한 기본적인 요인과 여가참가에 따른 취업스트레스를 밝히는 것은 매우 의미 있는 연구라고 볼 수 있다.

따라서 다양한 여가활동에 참가하는 대학생들의 개인적 특성과 여가활동 참가기간이 취업스트레스에 어떠한 영향을 미치고 있는지 살펴보고 이들 간의 인과관계를 확인하며 영향을 미치는 요인들을 규명함으로써 대학생들에게 취업을 준비하고 효율적으로 여가시간을 관리할 수 있는 학문적 기초자료를 제공하고자 한다. 이러한 연구는 대학생들에게 매우 필요한 연구라 사료된다.

이러한 연구목적을 달성하기 위하여 여가활동에 참가하는 대학생들의 개인적 특성과 여가참가경력이 취업스트레스에 어떠한 영향을 미치는지 알아보하고자 한다.

2. 연구방법

2.1 연구대상

본 연구는 대학생들의 개인적 특성과 여가참가경력에 따른 취업스트레스에 미치는 영향을 알아보기 위해 2019년 현재 대학생을 모집단으로 선정하여 2019년 9월 1일부터 10월 30일까지 C시의 대학생을 대상으로 집

락무선표집법(stratified clusterrandom sampling)을 이용하여 표본을 추출 하였다. 본 연구는 270명을 대상으로 조사하였으며 그 중에서 불성실하게 대답한 6명을 제외하고 남자 110명, 여자 154명, 총 264명을 표집하였다. <Table 1>은 연구대상자의 개인적인 특성이다.

Table 1. Characteristics of Subject

Characteristics	Categories	n	(%)
Gender	male	110	41.7
	female	154	58.3
grade	first year	64	24.2
	second year	53	20.1
	third year	71	26.9
	fourth year	76	28.8
Major	humanities	75	28.4
	society	49	18.6
	service	84	31.8
	natural	56	21.2
The cost of living	Under 100,000 won	36	13.6
	100,000-200,000won	35	13.3
	200,000-300,000won	58	22.0
	300,000-400,000won	70	26.5
	400,000-500,000won	39	14.8
	500,000 won or more	26	9.8
Leisure type	Intellectual leisure activity	28	10.6
	Mental leisure activities	15	5.7
	Social leisure activities	14	5.3
	restful leisure activities	121	45.8
	Recreational leisure activities	86	32.6
Leisure career period	less than a year	92	34.8
	1-2years	57	21.6
	2-3years	115	43.6

학년은 1학년 64명, 2학년 53명, 3학년 71명, 4학년 76명, 전공은 인문계열 75명, 사회계열 49명, 서비스계열 84명, 자연계열 56명, 용돈은 10만원이하 36명, 10만원-20만원은 35명, 20-30만원은 58명, 30만원-40만원은 70명, 40만원-50만원은 39명, 50만원 이상은 26명으로 나타났으며 여가활동 타입은 지적여가활동 28명, 정신적여가활동 15명, 사회적여가활동 14명, 휴식적여가활동 121명, 레크리에이션 여가활동 66명으로 나타났다. 참가경력은 1년 이하 92명, 1년-2년은 57명, 2년-3년은 115명으로 나타났다.

2.2 조사도구

본 연구의 조사도구는 설문지를 사용하였다. 설문내용의 구성은 개인적 특성 6문항으로 성별, 학년, 전공, 용돈, 여가유형, 여가참가 경력기간으로 구성되었고, 취업스트레스 15문항으로 구성되었다. <Table 2>는 조사도구의 신뢰도이다.

Table 2. Major Contents of Questionnaire

Variables	Content	n	Cronbach's α
Job-seeking Stress	Personality stress	6	.864
	Academic stress	3	.834
	Family environment stress	3	.833
	School environment Stress	3	.851
Total		15	.890

2.2.1 취업스트레스

취업스트레스를 측정하기 위해 코넬대학의 스트레스 측정법(Conell Medical Index : CMI)을 바탕으로 [4]가 적용한 취업스트레스 설문지를 사용하였다. 본 설문지는 성격스트레스(6문항), 가족환경스트레스(5문항), 학업스트레스(4문항), 학교환경스트레스(4문항), 취업불안스트레스(3문항) 5요인 Likert 5점 척도의 총 22문항으로 구성되었으나 본 연구에서 성격스트레스와 취업불안스트레스가 중복되어 4요인으로 삭제하고 수정하고 보완하여 15문항으로 구성하여 사용하였다. <Table 3>에 의하면 취업스트레스는 총 15문항으로 4개의 요인이 추출되었다. 하위요인별 요인 부하량을 살펴보면, 성격스트레스 .822~.647, 학업스트레스 .870~.751, 가족환경스트레스 .874~.720, 학교환경스트레스 .842~.764의 분포가 나타났으며, 누적비율은 71.251%를 보여 타당하게 측정된 것을 알 수 있다. 또한 취업스트레스의 요인분석에 적합한가에 대한 KMO(Kaiser Meyer Olkin)를 실시한 결과(KMO=.847/X2=2105.755/Sig=.000)로 적합한 것으로 분석되었다.

Table 3. Factor analysis and reliability about Job-seeking Stress

Num.	Personality stress	Academic stress	Family environment stress	School environment Stress
3	.822	.211	.103	.074
6	.789	.048	.091	.197
5	.778	.010	.058	.154

7	.723	.059	.299	.150
9	.693	.003	.389	.044
2	.647	.363	-.004	.045
21	.126	.870	.212	.108
22	.086	.781	.154	.202
20	.132	.751	.139	.242
12	.169	.066	.874	.085
10	.136	.227	.786	.192
13	.239	.342	.720	.185
16	.247	.030	.155	.842
15	.135	.301	.195	.814
18	.114	.435	.101	.764
eigen value	3.562	2.565	2.322	2.238
%variance	23.746	17.100	15.482	14.922
communality	23.746	40.846	56.328	71.25

2.3 자료 분석

본 연구는 연구문제를 검증하기 위해 SPSS Ver20.0 통계 프로그램을 이용하여 분석하였다. 연구변인의 타당도는 탐색적 요인방법을 사용하였으며, 설문지의 신뢰도 검증은 Cronbach's α 값을 이용하였다. 그리고 각 변인 간 검증은 일원변량분석, t-test를 실시하였으며, 통계적 유의수준은 $p < .05$ 수준을 기준으로 하였다.

3. 연구결과

3.1 여가활동에 참가하는 대학생들의 개인적 특성과 여가참가경력에 따른 취업스트레스

대학생들의 개인적 특성과 여가활동 참가경력에 따른 취업스트레스는 차이가 있는가를 살펴본 결과는 <Table 4>와 같다.

첫째, 성별을 살펴보면, 남성(M=2.26)보다 여성(M=2.66)이 학업스트레스를 더 많이 받는 것으로 분석되어 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

둘째, 학년에 따른 결과를 살펴보면, 2학년(M=1.79), 3학년(M=1.84)보다 1학년(M=2.12), 4학년(M=2.00)이 성격스트레스를 더 많이 받는 것으로 분석되어 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

셋째, 전공계열에 따른 결과를 살펴보면, 사회계열(M=1.73)보다 자연계열(M=2.22) 학생이 성격스트레스를 많이 받는 것으로 분석되었다. 또한 자연계열(M=1.96)보다 인문계열(M=2.42) 학생이 가족환경스트레스를 많이 받는 것으로 분석되어 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

넷째, 용돈에 따른 결과를 살펴보면, 40만원~50만원(M=1.85)을 받는 학생과 50만원 이상(M=1.97)을 받는 학생보다 10만원 이하(M=0.85), 10만원~20만원(M=1.00)을 받는 학생이 가족환경스트레스를 많이 받는 것으로 분석되어 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

다섯째, 여가활동 참가경력에 따른 결과를 살펴보면 학업스트레스에서 2~3년(M=2.23) 참가한 학생보다, 1년 이하(M=2.78) 참가한 학생이 학업스트레스를 많이 받는 것으로 분석되어 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

가족환경스트레스에서는 2~3년(M=2.01) 참가한 학생보다 1~2년(M=2.39) 참가한 학생이 더 높은 것으로 분석되어 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 학교환경스트레스에서는 2~3년(M=2.25) 참가한 학생보다 1년 이하(M=2.66) 참가한 학생이 가족환경스트레스가 높은 것으로 분석되어 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 따라서 여가활동 참가경력이 많을수록 전반적으로 취업스트레스가 낮은 것으로 분석되어 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

4. 논의

본 연구는 여가활동에 참가하는 대학생들이 개인적 특성과 여가참가경력이 취업스트레스에 미치는 영향을 규명하는데 다음과 같은 몇 가지 시사점을 제공하고자 한다.

첫째, 성별을 살펴보면, 남성보다 여성이 학업스트레스를 더 많이 받는 것으로 분석된다. Oh[11]의 연구에 의하면 대학생들이 학업스트레스 증가가 높을수록 상대적으로 취업 불안감이 증가한다는 것을 보고한 바 있다. 이러한 연구결과는 간접적으로 취업스트레스 정도가 남학생보다 여학생이 더 높다는 연구결과 [5, 10]와 일치하며 본 연구결과를 간접적으로 설명하고 있다. 특히, Cho, Jeon[5]는 남학생들이 여학생에 비하여 문제중심의 대처와 사회적 지지추구 대처와 같은 적극적 대처를 더 많이 사용하고 있는 것으로 나타났다.

이를 해결하기 위해서는 대학교에서 운영하는 취업 관리 프로그램에서 남학생과 여학생 각각의 사회심리적 특성에 맞추어 프로그램을 구성하고 취업 및 학업에 관련된 스트레스 상담관리가 필요할 것이다.

둘째, 학년에 따른 결과를 살펴보면 2학년, 3학년보다 1학년, 4학년이 성격스트레스를 더 많이 받는 것으로 나타났다. 이러한 이유는 1학년 학생들은 취업에 대한 막연한 불안감으로 자신감이 부족한 것으로 나타났으며 4학

Table 4. Difference of job-seeking Stress according to university students' individuality

	Characteristics		Job-seeking Stress							
			Personality stress		Academic stress		Family environment stress		School environment Stress	
			M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
Gender	male	110	1.95	0.77	2.26	0.95	2.10	0.92	2.34	0.97
	female	154	1.94	0.70	2.66	0.93	2.22	0.95	2.55	0.90
	t		0.064		-3.351		-1.021		-1.768	
	p		0.949		0.001**		0.308		0.078	
grade	first year(a)	64	2.12	0.76	2.29	0.93	2.01	0.88	2.34	1.02
	second year (b)	53	1.79	0.61	2.61	0.93	2.14	0.85	2.56	0.94
	third year(c)	71	1.84	0.68	2.49	1.00	2.10	1.00	2.40	0.89
	fourth year(d)	76	2.00	0.79	2.58	0.94	2.38	0.97	2.55	0.89
	F		2.821		1.424		2.029		0.881	
	p		0.039*		0.236		0.110		0.451	
	Scheffe		a,d>b,c							
Major	humanities(a)	75	1.93	0.70	2.56	0.95	2.42	1.02	2.52	0.94
	societyr(b)	49	1.73	0.59	2.61	0.94	2.05	0.79	2.42	0.82
	service(c)	84	1.90	0.75	2.51	1.00	2.14	0.98	2.56	0.97
	natural(d)	56	2.22	0.76	2.27	0.90	1.96	0.82	2.27	0.95
	F		4.436		1.431		2.982		1.269	
	p		0.005*		0.234		0.032*		0.285	
	Scheffe		d>b							
The cost of living	Under 100,000 won(a)	36	2.08	0.85	2.69	0.84	2.46	0.85	2.58	0.90
	100,000-200,000won(b)	35	2.10	0.73	2.65	0.84	2.40	1.00	2.62	0.79
	200,000-300,000won(c)	58	1.86	0.73	2.32	0.87	2.25	1.01	2.39	0.94
	300,000-400,000won(d)	70	1.85	0.63	2.63	1.08	2.07	0.94	2.44	1.07
	400,000-500,000won(e)	39	1.88	0.64	2.21	0.96	1.85	0.76	2.25	0.80
	500,000 won or more(f)	26	2.10	0.87	2.42	1.00	1.97	0.90	2.64	0.94
	F		1.261		1.903		2.551		1.010	
	p		.281		.094		.028*		.412	
	Scheffe		a,b>e,f							
Leisure career period	less than a year(a)	75	1.99	0.75	2.78	0.93	2.23	0.99	2.66	0.90
	1-2years(b)	49	1.87	0.68	2.56	0.93	2.39	0.97	2.58	0.95
	2-3years(c)	84	1.95	0.73	2.23	0.93	2.01	0.85	2.25	0.91
	F		0.413		8.832		3.455		5.744	
	p		0.662		0.000***		0.033*		0.004*	
	Scheffe				a>c		b>c		a>c	

년은 현실적으로 취업을 준비하면서 시행착오에 부딪치고 어려움을 겪어서 나타난 것으로 판단된다. 이러한 연구결과는 [3]에서도 4학년이 취업스트레스가 높은 것으로 나타나 부분 일치하는 것으로 판단된다. 추후 1학년의

취업스트레스가 높은 요인에 대하여 심도 있게 연구되어야 할 필요가 있다.

셋째, 전공계열에 따른 결과를 살펴보면 사회계열 학생보다 자연계열 학생이 성격스트레스를 많이 받는 것으로

로 나타났다. 또한 자연계열 학생보다 인문계열 학생이 가족환경스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다. 이에 대한 Kim[5]의 연구 결과에 따르면 전공에 대한 인식이 좋을수록 성격스트레스가 감소하는 것으로 나타났는데, 이를 토대로 본 연구결과는 사회계열 학생들이 전공에 대한 인식만족이 높고 학생들이 자신감을 가지고 긍정적 사고를 한다는 것을 의미한다. 또한 자연계열 학생들이 가족환경스트레스가 낮은 것으로 나타났는데 이러한 이유는 더 많은 취업스펙을 쌓거나 관련 자격증 취득을 준비하는 과정에서 부모님들의 지지와 지원이 높을 가능성이 클 것이다.

넷째, 용돈에 따른 결과를 살펴보면 40만원~50만원을 받는 학생과 50만원 이상을 받는 학생보다 10만원 이하, 10만원~20만원을 받는 학생이 가족환경스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다. Kang[4]은 가정형편이 낮을수록 가족환경스트레스가 많은 것으로 나타나 본 연구결과를 지지해 주고 있다. 물론 가정형편이 좋다고 용돈을 많이 주는 것은 아니지만 대학생들이 한 달 동안 생활할 수 있는 용돈이 40만원 이상일 때 가족환경스트레스가 낮은 것으로 파악되었다.

다섯째, 여가활동 참가경력에 따른 결과를 살펴보면 학업스트레스에서 2~3년 참가한 학생이 가장 적게 나왔고, 1년 이하 참가한 학생 순으로 학업스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다.

가족환경스트레스에서는 2~3년 참가한 학생이 가장 적게 나왔고, 1년 이하 참가한 학생, 1~2년 참가한 학생 순으로 스트레스가 높은 것으로 나타났다. 학교환경스트레스에서는 2~3년 참가한 학생이 가장 적게 나왔고, 1~2년 참가한 학생, 1년 이하 참가한 학생 순으로 스트레스가 높은 것으로 나타났다.

이러한 연구결과는 여가활동 참가경력이 많을수록 전반적으로 취업스트레스가 낮은 것으로 나타나 유의한 차이가 있는 것으로 분석된다. 따라서 여가활동에 오랜 기간 참여한 학생이 취업스트레스를 덜 받는 것으로 해석할 수 있다.

Jin, Jang[12]의 연구결과 여가참가경력이 3년 이상일 때 취업스트레스가 낮아진다는 결과를 보고한 바 있는데 본 연구결과와 부분적으로 일맥상통한다. 여가참가경력은 취업스트레스를 해소하는데 매우 관련성을 가지고 있으므로 취업상담에 여가관련 프로그램을 적용한다면 대학생들의 취업스트레스를 효과적으로 완화할 것이다. 또한 Choi, Lee[13]는 여가활동이 없으면 취업스트레스가 높아진다는 연구결과를 토대로 대학생들이 여가활동

을 저학년때부터 가질수 있도록 학교와 학과차원에서 권장해야 하며 여가 활동에 참여하는 대학생들이 사회적 지지와 여가만족 및 대학생활적응에도 연관성을 가지고 있기 때문에 더욱 중요함을 시사하는 바이다 [14, 15].

따라서 대학생들이 대학생활을 하는 동안에 취업을 준비하면서 여가활동을 통해 효율적인 시간 관리를 터득하고 자신의 목표를 성취할 수 있도록 지속적인 여가참가가 이루어져야 한다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 여가활동에 참가하는 대학생들의 개인적 특성과 여가참가경력이 취업스트레스에 미치는 영향을 규명하는데 연구의 목적이 있으며 연구 대상자는 2019년 9월 1일부터 10월 30일까지 C시의 대학생을 대상으로 집락무선표집법(stratified clusterrandom sampling)을 이용하여 표본을 추출 하였다. 본 연구는 남자 110명, 여자 154명, 총 264명을 표집하였다. 연구문제를 해결하기 위해 SPSS Ver20.0통계 프로그램을 이용하여 탐색적 요인분석을 실시한 후, 일원변량분석, t-test,를 한 후에 다음과 같은 결론을 얻었다.

첫째, 성별을 살펴보면, 남성보다 여성이 학업스트레스를 더 많이 받는 것으로 나타났다. 둘째, 학년에 따른 결과를 살펴보면 2학년, 3학년보다 1학년, 4학년이 성격스트레스를 더 많이 받는 것으로 나타났다. 셋째, 전공계열에 따른 결과를 살펴보면, 사회계열보다 자연계열 학생이 성격스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다. 또한 자연계열보다 인문계열 학생이 가족환경스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다. 넷째, 용돈에 따른 결과를 살펴보면 40만원~50만원을 받는 학생과 50만원 이상을 받는 학생보다 10만원 이하, 10만원~20만원을 받는 학생이 가족환경스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다. 다섯째, 여가활동 참가경력에 따른 결과를 살펴보면 여가활동 참가경력이 많을수록 전반적으로 취업스트레스가 낮은 것으로 나타났다.

대학생들의 취업스트레스를 완화시킬 수 있는 전략으로 저학년부터 체계적으로 여가 관련 프로그램을 권장하고 이를 통해 고학년으로 갈수록 취업스트레스에 대한 부적응을 최소화하고 자기 조절을 할 수 있도록 예방해야 할 것이다.

본 연구결과를 토대로 몇 가지 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구대상자는 한 지역의 대학생으로 선정하

였기 때문에 전국의 대학생들에게 적용하는데 한계를 가지고 있다. 둘째, 취업스트레스와 관련하여 다양한 요인과의 연관성을 다루지 못하였으나 앞으로 취업스트레스와 여가참가의 다양한 변인과의 관계성을 시도하는 학문적인 토대를 마련해 줄 수 있을 것으로 기대한다.

REFERENCES

[1] Korean Statistical Information Service. (2020). <http://kostat.go.kr/wsearch/search.jsp>

[2] R. Catalano, L. Snowden & M. Shumway (2007). Unemployment and civil commitment: A test of the intolerance hypothesis. *Aggressive Behav.* 33, 272-280, <https://doi.org/10.1176/ps.2009.60.12.1664>

[3] M. O. Kim (2010). *The Relationship between Career Preparing Behavior and Jobs Seeking Stress in University students Moderation Effect of Decision-Making Self-Efficacy*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University. http://www.riss.kr/search/detail/DetailView.do?p_mat_type=be54d9b8bc7cdb09&control_no=06e290b242956084ffe0bdc3ef48d419

[4] Y. R. Kang (2006). *The Influence of Job sseeking Stress on Their Career Maturity Dance Majoring Students*. Master's Thesis, Dissertation, Dankook University. http://www.riss.kr/search/detail/DetailView.do?p_mat_type=be54d9b8bc7cdb09&control_no=158e367d2f669851ffe0bdc3ef48d419

[5] S. H. Cho & G. S. Jeon (2015). Influencing Factors of Job-seeking Stress among Korean College Students in West South Area. *The Korean Journal of Stress Research.* 23(2), 79-89. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE06366843>

[6] E. J. Han & B. Y. Hwang(2019). A Study on the Relationship between Major Satisfaction and Employment Stress of University Students: Focusing on Tourism-related and Health-related Majors. *Korea Academic Society of Tourism Management.* 34(.5), 203-222. DOI:<http://dx.doi.org/10.21719/IJTMS.34.5.11>

[7] J. Kim & S. H. Jang(2015). Influences of Enduring Involvement and Leisure Satisfaction of College Students Participating in Leisure Sports toward Stress-Related Growth. *Korean Journal of Sports Science* 24(6), 37-50. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE06590752>

[8] J. H. Lee (2018). *The Effect of University Students' Participation in Soccer Clubs on the Psychological Goodwill and College Life Satisfaction*. Unpublished master's thesis, Korea University,

http://www.riss.kr/search/detail/DetailView.do?p_mat_type=be54d9b8bc7cdb09&control_no=e63773e549a61832ffe0bdc3ef48d419

- [9] Y. S. Park & J. H. Chol (2016). The Influence of Leisure Activity on Leisure Attitude, Leisure Satisfaction of Female University Students. *Journal of Sport and Leisure Studies, Vol. 25*, 635-644.
- [10] H. K. Sin & J. Y. Jang (2003). The relationship among personality characteristics, gender, job-seeking stress and mental health in college seniors. *Korean J. of Clin Psychol.* 22, 815-827.
- [11] W. S. Oh (2001). *Analysis on Leisure Activity Types and Stress from Daily Life*. Unpublished master's thesis, Woosuk University. http://www.riss.kr/search/detail/DetailView.do?p_mat_type=be54d9b8bc7cdb09&control_no=b6046c05c4f38a6b
- [12] C. H. Jin & J. H. Jang(2019). The Influence of Academic Stress of the College Students on Employment Anxiety: Focus on the Moderating Effect of Self-Efficacy and Self-Esteem. *Journal of Digital Convergence, 17(5)*, 109-115. <https://doi.org/10.14400/JDC.2019.17.5.109>
- [13] S. H. Choi & H. Y. Lee (2013). Affecting Factors in Unemployment Stress among College Students -Focused on Physical Symptoms, Depression, Anxiety and Self-esteem. *The Korea Contents Society, 13(12)*, 2808-816. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE02332534>
- [14] S. J. Han & S H. Lee. (2015). A Study on Structural Relations among the Social Support, Self-Esteem, and College Life Adjustment of College Students Participating in Convergence Leisure Sports Activities. *Journal of Digital Convergence, 13(8)*, 515-523. <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2015.13.8.515>
- [15] F. Wang & C. S. Lee (2013). The Effects of Leisure Satisfaction and Hope on Korean University Adjustment of Chinese Students. *Journal of Digital Convergence, 11(3)*, 397-405. <http://dx.doi.org/10.14400/JDPM.2013.11.3.397>

서 수 진(Soo-Jin Seo)

[경력]



- 2002년 8월 : 충남대학교 체육학과(석사)
- 2010년 2월 : 충남대학교 체육학과(박사)
- 2015년 3월 ~ 현재 : 서원대학교 체육교육과 교수
- 관심분야 : 스포츠사회학, 여가 및 레

크리에이션

· E-Mail : ssj7525@empas.com