

지역대학 대학생의 자아존중감이 대학생활 적응에 미치는 영향

- 사회적 지지의 조절효과 -

임광명^a · 박덕병^{b*}

^a평택대학교 피어선칼리지 교수 (경기도 평택시 서동대로 3825)

^b공주대학교 산업과학대학 지역개발학부 교수 (충남 예산군 예산읍 대학로 54)

Self-Esteem Influencing College Students' Adjustment

- Moderating Effects on Social Support -

Kwang-Myeong Lim^a · Duk-Byeong Park^b

^aProfessor, Pierson College, Pyeongtaek University, Korea

^bProfessor, Department of Community Development, College of Industrial Science, Kongju National University, Korea

Abstract

Self-esteem and social supports are important variable influencing adjustment to college life. The study aims to identify the factors influencing college students' adjustment moderating effects on social supports. Data were collected from 265 usable questionnaires among college students in Pyeongtek University. Results of a factor analysis yielded three dimensions of self-esteem which were talent/attitude and capacity/pride. And results of factor analysis also yielded three dimensions of social supports which were family, friends, and professor supports. Hierarchical regression analysis revealed that capacity/pride and all of social support factors affected significantly for adjustment to college life. And female and attitude for students' major had a positive affect on adjustment to college life. It was suggested that self-esteem, social supports, and aptitude for students' major should be considered in college management policy.

Key words: self-esteem, social supports, adjustment, college student

1. 서론

지역대학은 국가 균형발전에 있어서 핵심요소이다. 지역대학은 지역사회와 동반자적 관계 형성을 통해 '지역과 함께 하는 대학'으로서의 역할이 중요하다(류진석, 2007). 최근의 지역대학의 경영상태는 대학교육에 대한 사회적 인식 변화, 입학정원의 감소, 교육시장의 개방 등으로 인해 학생들의 중도탈락률이 높아지면서 어려움에 직면하고 있다(김경민, & 임정하, 2012; 임민아, 2008; 정효주, & 정향인, 2012; Friedlander, Reid, Shupak,

& Cribbie, 2007; Grant-Vallone, Reid, Umali, & Pohlet, 2003; Li, Albert, & Dwelle, 2014; Wetzel, 2009). 이러한 상황에서 지역대학들은 신입생 유치를 위해 경쟁적으로 노력하고 있으나, 중요한 요인은 재학생의 성공적 대학생활 적응을 통한 중도탈락을 감소이다.

대학 입학 후에 대학생활에 적응하지 못하여 중도에 탈락하는 경우에는 대학의 재정적 측면에 부정적 영향을 미치게 된다. 대학알리미 사이트(2018년)에 공시된 바에 의하면, 대학생의 중도탈락률 비율은 전국 평균 2012년에 4.1%, 2016년 4.2%였고

주요어: 자아존중감, 사회적 지지, 적응, 대학생

* 교신자(박덕병) 전화: 041-330-1383, e-mail: parkdb84@kongju.ac.kr

2018년(4월 1일 기준)에는 4.5%로 증가 추세를 보이고 있다. 이러한 추세는 취업난과 경기불황으로 인한 휴학의 영향도 있겠지만 그 밖의 다양한 이유로 인한 대학생활 부적응 학생들이 증가하고 있음을 나타내 준다고 할 수 있다(김중운, & 김지현, 2013). 대학 내의 학생상담소의 보고서에 의하면 대학생활에서 부정적 정서를 느끼는 학생들이 많아지면서 대학생활 부적응 문제를 상담하는 학생 수가 지속적으로 증가하고 있다(구정희, 2017; 백소현, 2013; 변강희, 2009). 이러한 부적응 문제는 대학 졸업 후의 삶까지도 영향을 미칠 수 있으며 다양한 문제를 야기시킬 수 있기 때문에(최효진, & 이은주, 2012; Seo, & Kim, 2002) 중요하게 다루어져야 한다.

대학생 시기는 인간 발달단계에서 학생 또는 청소년기로 분류되거나 때로는 성인기로 분류되어 청소년에서 성인으로 넘어가는 과도기적 특성을 내포하고 있으며 성인기의 준비 단계로써 인지적·정서적·사회적 측면에서 급격한 변화를 경험하게 된다. 대학생들은 대학이라는 새로운 환경에 적응해야 하고 대인관계가 확장되며 학업평가 방식이 변화하는 등 다양한 갈등을 경험하게 된다. 이러한 갈등은 중·고등학교 때의 타율성과 대학의 자율성 사이에서 더욱 절감하게 되며(장휘숙, 1997), 사회적 경험의 미숙으로 적응에 어려움을 경험하게 된다(김경미, 2010). 우리나라 대학생들은 실제로 흥미부족, 자신감 부족, 타인과의 갈등, 경제적 어려움, 정보 부족, 미래에 대한 불안, 대인관계의 어려움 등 수많은 장벽을 지각하고 있는 것으로 나타나고 있다(김은영, 2001).

대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 분석한 선행연구를 살펴보면 다음과 같다. 대학생활 영향요인으로서 자아존중감(박선영, 2003; 박진영, 2012; 양현정, 2003; 이용현, 2015; 이지선, 2010; Li, Albert, & Dwelle, 2014; Mussen, Conger, & Kagan, 1980), 사회적 지지(곽민정, & 서보준, 2011; 김소라, 2003; 김원경, 2013; 조영주, 2015; 문재영, 2013), 자기효능감(강현숙, & 소미현, 2019; 박미정, 2017; 성선진, 2010; 이운조, 2002; 이지선, 2010; 최은실, 2001) 등을 제시하고 있다.

대학생활 적응에 관련된 선행연구는 대학생활 적응을 예측할 수 있는 요인으로 개인·심리적 변인(스트레스, 심리적 안정감, 자아존중감, 자기효능감 등)과 사회적 변인(가족, 친구, 학교, 사회환경 등)으로 크게 분류할 수 있다. 이 중 개인·심리적 요인인 자아존중감은 자신에 대한 긍정적·부정적 태도를 말하는 것으로 자신에 대한 존경과 긍정적으로 느끼는 정도를 나타내며(박선영, 2003; Rosenberg, 1979) 자신의 삶을 살아가는 데 중요한 영향을 미친다. 즉 자아존중감이 높은 사람은 새로운 환경에 적

응하기도 수월하고 자신의 삶에도 만족한다(Doener, 1984). 특히, 대학생활적응과 관련된 연구들에서 자아존중감을 중요한 요인으로 언급하고 있다(박진영, 2012; Mussen, Conger, & Kagan, 1980). 자아존중감의 정도에 따라 대학생활적응이 달라진다는 연구들이 있는데, 대학생활 적응에 자아존중감이 긍정적 영향을 미친다는 연구(김혜수, & 박선영, 2003; 박시은, 2000; 이영희, & 박은민, 2004; 양현정, 2003; 이용현, 2015; 임수경, & 이형실, 2007; Castle, 2004; Grant-Vallone, 2003; Friedlander, Reid, Shupak, & Shupak, 2007, 2014; Mayer, 1991; Wonacott, 2001, 2014; Meyer, 1991; Castle, 2004; Grant-Vallone, 2004; Wonacott, 2001)가 주를 이루고 있다. 이와 유사하게 부정적 영향에 대한 연구결과도 제시되고 있다. 서은선과 정경아(2015)의 연구에서는 자아존중감 저하가 학교생활적응에 부정적 영향을 미친다는 것을 제시하고 있다.

사회적 지지는 대학생활 적응과 관련하여 많이 연구되고 있는 개념으로, 다른 사람에 의해 제공되어 심리적 적응을 예측하는 중요한 요인으로 여겨지고 있다(김수진, 2000; 김은정, 이정운, & 오경자, 1992; Cohen, & Symem, 1985; Thoits, 1986). Thoits(1986)는 사회적 지지가 개인의 적응을 돕고, 적절한 예방과 중재 노력을 시도할 때 적응의 중요한 변인이라고 하였다. 즉 대학생들이 어떤 지지를 받는가에 따라 부적응 또는 적응으로 나뉠 수 있다는 것이다. 특히 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인은 개인적 자원과 안정적이고 지지적인 도움을 줄 수 있는 친구, 가족, 교수 같은 사회적 자원이라 하였다(김은정, 이정운, & 오경자, 1992).

이 연구는 지역대학의 대학생을 대상으로 자아존중감과 사회적 지지가 대학생활 적응에 미치는 영향관계를 분석하는 것을 목적으로 한다. 자아존중감이 대학생활 적응에 영향을 미치는데 사회적 지지가 조절변인으로서 어떠한 영향을 미치는가에 대해 분석하고자 한다.

2. 선행연구

2.1. 자아존중감(Self-Esteem)과 대학생활 적응의 영향 관계

자아존중감(Self-Esteem)은 자신에 대한 부정적, 긍정적 평가와 관련된 주관적 평가로서 자신의 특성을 수용하고 존중하며 자신을 스스로 가치 있는 사람이라고 인식하는 정도를 말한다(Rosenberg, 1965). 또한 개인의 정신건강과 적응에 중요한 역

할을 하는 개인적 자원으로 자신의 능력, 성공여부와 같은 개인의 태도에서 나타나는 개인적 평가나 판단이다(Coopersmith, 1967). 이러한 자아존중감은 자아상, 자기개념, 자기자신감, 자기평가, 자아정체감 등과 혼동되어 사용되고 있다. 특히 자기개념(Self-Concept)은 자아존중감과 더욱 혼동되어 사용되고 있는 개념으로 어떤 학자들은 동일개념으로 취급하기도 하며, 어떤 학자들은 자아개념의 하위개념으로서 자아존중감을 이해하기도 한다.

Damon과 Harter(1982)는 자기개념이 자기 자신에 대해 갖는 자신의 개인적 표현의 상을 말하는 것이라면 자아존중감은 자기 상에 대한 부정적·긍정적 평가와 관련된 자기가치와 존경의 정도를 말하는 것이라 하였다. 즉 자아존중감이 높은 개인은 안정적이고, 행복하고, 에너지가 많고(Rosenberg, 1985), 자기 자신에 대한 만족도가 높으며 자기 능력과 가치를 인정한다(Tafarodi, & Swann, 1995). 박선영(2003)도 자기개념은 자기를 나타내는 전체적 특성이고, 자아존중감은 자아개념에 속한 개념으로 자기 특성에 대한 긍정적·부정적 평가를 강조한 개념이라 하였다.

이러한 자아존중감의 의미는 전체적 자아에 대한 긍정적·부정적 태도로서 미래의 삶에도 영향을 준다. 자아존중감이 높은 사람들은 에너지가 많고, 애정이 많고, 안정적이며 행복감을 많이 느끼며 자아존중감이 낮은 사람들은 우울증, 낮은 학교성적, 폭력 등의 위험요소와 관련이 있는 것으로 나타났다(Donnellan, Trzesniewski, & Robins, 2006). Brown과 Mankowski(1993)는 자아존중감을 자기 자신에 대한 전반적인 평가로 보고 자아존중감의 차이가 각 개인들이 일상적인 생활 문제에 직면했을 때 결정의 방향을 정하는 중요한 역할을 한다고 하였다. 일반적으로 긍정적 사건은 긍정적으로 반응하고, 부정적 사건은 부정적으로 반응하지만 자아존중감이 높은 사람은 다른 양상을 보인다고 하였다. 자아존중감이 높은 사람은 긍정적 사건을 긍정적으로 반응하지만 부정적 사건은 거부, 제한, 상쇄시켜 버린다는 것이다. 즉 긍정적 경험으로부터는 혜택을 받고, 부정적 경험으로부터는 덜 심각하게 반응하여 정신건강 및 적응에 도움이 된다. 또한 Tafarodi와 Swann(1995)은 자아존중감이 높은 사람은 자신이 완전하지 않고 한계가 있음을 인정, 수용하고 앞으로 더욱 성장하고 나아질 것이라 믿지만, 낮은 사람은 자신에 대하여 항상 불만족하고 자기멸시, 자기거부의 경험이 많으며 자신이 가치가 없다고 느끼는 경향이 있다고 하였다.

이러한 대학생의 자아존중감 수준은 대학생활 적응도와 밀접한 관계가 있다. 자아존중감이 대학생활의 중요부분인 학업적응과 관계가 있는데 이는 학습동기 유발이나 학업성취도와 자아존

중감이 관계가 있기 때문이다. 특히 낮은 자아존중감을 가진 대학생은 자신의 시험점수를 평가 잘하 하는 경향이 있고, 시험점수에 대한 기대도 자아존중감이 높은 학생보다 낮았다(Geist, & Boreski, 1982; Morrison, & Morrison, 1978).

우리나라 고등학생들을 대상으로 한 김순희(2002)의 연구에서도 학교성적과 자아존중감, 학교생활적응에서 상관관계를 보였다. 또한 대인관계에서도 낮은 자아존중감이 영향을 미쳤는데 자아존중감이 높은 학생보다 사회적 회피행동을 더 많이 보였고 소외감, 불편감을 더 많이 경험하는 것으로 나타났다(Coopersmith, 1967). 성인을 대상으로 한 김소현(2010)의 연구에서도 자아존중감이 높을수록 대인관계 관련 문제가 적게 나타났으며, 박지연(2008)의 연구에서도 비슷한 결과를 나타냈다. 따라서 자아존중감이 대인관계와 학업적응에 영향을 미치고 대인관계와 학업적응은 대학생활 적응에 중요한 요소이므로 자아존중감이 대학생활 적응에 중요한 요소임을 알 수 있다.

대학생활에 적응하지 못하고 상담을 신청하는 많은 대학생들이 낮은 자아존중감을 가지고 있고 현재와 미래에 대해서도 부정적이었다(이선영, 2004; 계문희, 2012). 또한 상담을 받는 많은 학생들이 자아존중감 저하로 인해 대학생활도 원만하지 않은 것으로 나타났다(박경자, 1994). 자아존중감과 관련된 선행 연구들을 보면, 자아존중감이 높은 사람은 자신의 판단과 지각에 대하여 자신감을 갖고 있어 문제에 직면했을 때 긍정적으로 대처하는 양상을 보인다고 하였다(Coopersmith, 1967). 대학생활 적응과 관련해서는 자아존중감이 중요한 영향을 미친다는 연구들이 많은데 자아존중감이 대학생활 적응에 직접적인 영향을 미친다고 한 김소영(1996)의 연구나 자아존중감이 높은 집단이 대학생활에 잘 적응한다는 이영희와 박은민, (2004)의 연구, 낮은 자아존중감이 대학생활 적응에 문제를 갖게 하고 우울증과도 관련이 있다는 최해림(1999)의 연구가 있다. 양현정(2003)의 연구에서도 자아존중감의 안정성과 수준이 대학생활 적응과 정적 상관을 보인다고 하여 자아존중감에 따라 나타나는 개인의 특성이 대학생활 적응정도와 밀접한 관계가 있음을 알 수 있다(김윤희, 2012; 이영희, & 박은민, 2004; 양현정, 2003; 이용현, 2015; 박희수, & 문승연, 2014). 이외에도 자아존중감이 대학생활 적응에 긍정적인 영향을 미친다는 연구들이 있다(Castle, 2004; Grant-Vallone, 2004; Mayer, 1991; Wonacott, 2001). 따라서 이러한 선행연구들로 보아 자아존중감과 대학생활 적응은 관계가 매우 밀접하고 자아존중감이 대학생활 적응에 긍정적 영향을 미치는 중요한 요인임을 알 수 있다.

2.2. 사회적 지지와 대학생활적응과의 영향관계

대학생 시기에는 심리적 변화뿐 아니라 대학이라는 새로운 환경에 적응해야하는 환경의 변화를 겪게 되어 스트레스 상황을 발생시키기 때문에 개인의 활용가능한 대처자원이 심리적 적응에 중요한 요소가 되고(지선근, 1999) 기준에 가지고 있던 지지자원이 적용되지 못하는 상황에서는 새로운 지지자원을 개발해야 하는 부담감을 안게 된다. 특히 대학생 시기는 이시기에 형성되는 적응양식이 이후 일생동안 이뤄지는 적응체제의 기본을 이루기 때문에 중요하다(서희재, 2005).

사회적 지지는 개인이 심리적 안정감을 갖게 하고 스트레스 상황에서는 적절한 대처자원으로서 사용될 수 있음으로 새로운 환경에 적응하는데 있어서 매우 중요하다. 사회적 지지와 환경적응 간의 관계는 사회적 지지의 직접적 효과와 스트레스 상황의 부정적 영향으로부터 개인을 보호해주는 완충적 효과(간접적 효과)로 나눌 수 있다(Cohen, & Willis, 1985).

사회적 지지는 대규모의 사회적 조직망이 개인에게 안정적 경험과 긍정적 경험을 제공하고 상황에 대한 예측 가능성 및 자기 가치감을 제공해 줌으로써 적응에 직접적인 영향을 미칠 수 있다(김소라, 2003). 또한 사회체계 내에서 개인 간에 상호작용하면서 사회적 지지를 나누고 이러한 사회적 지지는 스트레스로 인해 발생하는 부정적 영향력을 완충, 완화시켜 개인의 변화나 위기에 적용할 수 있도록 도와주는 역할을 하며 정서를 강화시키는(Brownell, & Shumaker, 1984) 간접적 효과를 나타낸다. 이는 가족, 친구, 이웃 등 다른 사람들에 의해서 제공되는 다양한 형태의 도움과 원조를 의미하는 것으로 대인관계를 통해 얻어지는 모든 긍정적 자원이라 할 수 있다(김혜수, 2014; Cohen, & Hoberman, 1983).

사회적 지지는 연구자에 따라서 개념이 조금씩 다르게 정의되었다. House(1981)는 사회적 지지를 정서적 관심, 정보, 도구적 도움, 칭찬, 정보 중 하나 또는 둘 이상이 포함된 대인관계 교류라고 정의하였으며 지지의 근원에는 부모, 친구, 배우자, 친구, 성직자 등이 있다고 하였다. Cohen과 Wills(1985)도 사회적 지지를 감정적 편안함, 문제해결에 대한 도움과 충고, 물질적인 서비스제공 등을 제공하는 대인관계 과정을 말하는 것이라 하였으며 Kahn과 Antonucci(1980)도 애정, 도움, 긍정의 요소 중 하나 이상을 포함한 대인관계라 하였다. Dimond(1979)는 사회적 지지를 정서적 지지, 정보제공, 물질적 도움을 포함한 대인관계 제공 및 상호작용이라 정의하면서 대인관계의 중요성을 강조하였다. 이러한 정의를 종합해보면 사회적 지지는 대인관계를 통해

얻게 되는 지지적 관계라고 할 수 있다.

Wethington과 Kessler(1986)의 연구에서 적응과 관련된 사회적 지지는 실제로 제공된 사회적 지지보다 지각된 사회적 지지가 더 중요하다는 연구결과를 발표하였다. 이는 개인이 누구와 대인관계를 형성하고, 얼마나 많은 사람과 대인관계를 맺고 있는가를 측정하는 실제 제공된 지지보다 다른 사람의 사회적 지지를 어떻게 지각하고 만족하는가를 평가하는 지각된 지지가 더 중요하다는 것을 의미한다. Cohen과 Wills(1985)의 연구에서 사회적 지지를 지각하는 정도가 높을수록 긍정적 사고를 하고 심리적 안녕을 주게 되며, 지각하는 정도가 낮을수록 부정적 스트레스를 경험하는 것으로 나타났다. Barrera(1986)는 사회적 지지가 스트레스, 부적응과 부적 상관을 나타내고, 개인이 사회적 지지를 어떻게 지각하는지가 정서적 적응에 더 중요하다고 강조하였으며 송연수(2009)도 대학생을 대상으로 연구하였는데 개인이 지각하는 사회적 지지에 따라 생활적응정도가 다르게 나타났다. 윤소연(1993)도 지각한 사회적 지지가 객관적 사회적 지지보다 더 중요하다고 하면서 사회적 지지가 주어진다고 하더라도 그것을 지지라고 지각하지 못하면 사회적 지지로서 가치가 없다고 하였다. 이외에 많은 연구에서 객관적 사회적 지지보다 개인이 지각한 사회적 지지가 적응에 더 중요역할을 하고 있음이 밝혀졌다(김소라, & 김현정, 2007; 송중용, 1988; Cohen, & Willis, 1985; Heller, & Swindle, 1983).

사회적 지지는 크게 ‘사회적 지지유형’과 ‘사회적 지지원’으로 나눌 수 있는데 ‘사회적 지지유형’은 정보적 지지, 정서적 지지, 물질적 지지 등을 의미하는 것이고, ‘사회적 지지원’은 부모, 친구, 형제, 이웃, 교사 등을 의미하는 것으로 ‘사회적 지지유형’보다 더 중요하다고 하였다(황희숙, & 주희진, 2011). 이에 ‘사회적 지지원’을 중심으로 살펴보고자 한다. 청소년을 연구대상으로 한 선행연구에서 사회적 지지원으로 직계가족, 친척, 또래, 기타로 나누거나(송선미, 1993) 부모, 교사, 학급동기, 친한 친구로 나누기도 한다(Hauter, 1985). 특히, 사회적 지지원으로 가족, 교사, 또래로 구분한 Dubow와 Ullman(1989)의 연구결과와는 다른 선행연구에서도 일관되게 나타나고 있다(김명숙, 1994; 김수민, 1988; 김원경, 2013; 심미경, 1986; 유정희, 2015; 홍정은, 2006).

청소년기에 들어서면서 친구에게서 받는 지지가 증가하고 부모로부터 받는 지지는 감소하는 경향이 있지만(Furman, & Buhrmester, 1992) 부모의 애정과 관심을 통한 부모의 지지는 사회적 지지의 근거를 이룬다(최영희, 1983). 부모는 유·아동기뿐만 아니라 청소년기에도 가장 많은 영향을 미치는 중요한

사회적 지지체계이며, 부모와의 관계를 통해 가치감 확인, 애정, 물질적·정서적 도움 같은 사회적 지지를 받음으로 우울, 불안을 낮추고 정신건강을 높인다(Kostecky, & Lempers, 1998). 부모애착이 높을수록 학교부적응이 낮아지고(이경상, 2011) 부모와의 관계가 좋을수록 청소년의 학교적응이 높아지는 것으로 나타났다(임수경, & 이형실, 2007; 정규석, 2004; Holanhan, Valentiner, & Moos, 1995). 한 개인과 비슷한 상황에 있는 형제도 동료애를 바탕으로 한 친밀한 유대를 형성하고 사회적 지지를 제공하며 형제와의 평등한 관계를 통한 경험들은 성인의 수평적 사회관계망의 기초가 된다(김혜수, 2014). 청소년기에는 부모로부터 벗어나 자율성, 독립성을 획득하는 시기로 점차 가족과 교사의 지지보다 친구의 지지가 더 중요시되는 경향이 있고(박정민, 2015) 친구와의 애착이 높아질수록 학교적응이 긍정적인 것으로 나타나(이경상, 2011; 임수경, & 이형실, 2007; 정규석, 2004) 학교생활에 전반적으로 만족하는 것으로 보고되었다(최지은, & 신용주, 2003; Legault, Green-Demers, & Pelletier, 2006). 대학생에게 학교는 중요한 사회적 환경이고, 교수는 지적 성숙이나 정서적·사회적 적응에 많은 영향을 미친다. 정규석(2004)의 연구에서는 학교적응에 영향을 미치는 요인 중 가장 영향력 있는 요인은 교사관계인 것으로 나타났으며, 교사에착과 교사지지가 높을수록 청소년들의 학교적응이 긍정적인 것으로 나타났다. 교수는 학업적 영역에서 사회적 지지를 제공하고 학생들에게 인간적 관심을 표현하는 것으로 정서적, 사회적 지지를 제공해준다(황명숙, & 정은희, 2008). 이상의 연구를 통해 가족, 친구, 교수로부터 받는 사회적 지지가 학교생활 적응에 긍정적인 영향을 미치며 부적응을 유발시키는 여러 요인들로부터 보호, 완충하는 역할을 한다.

대학생활 적응에 영향을 미치는 선행 연구들은 개인내적 요인인 자아존중감, 자아효능감, 스트레스와 같은 심리적 특성을 연구하거나 사회적 지지와 같은 환경·사회적 특성을 연구하였다. 심리학자들은 심리적 특성 중에서도 자아존중감을 가장 중요한 영향요인으로 언급하고 있다(Mussen, Conger, & Kagan, 1980). 대학생활 적응에 자아존중감이 긍정적인 영향을 미친다는 연구(김혜수, 2014; 박선영, 2003; 양현정, 2003; Meyer, 1991; Castle, 2004; Grant-Vallone, 2004; Wonacott, 2001)가 있고, 대학생활 적응에 자아존중감 저하가 부정적 영향을 미친다는 연구(서은선, & 정경아, 2015)도 있는 것으로 볼 때 자아존중감에 따라 대학생활 적응의 정도가 달라질 것으로 예측할 수 있다.

환경·사회적 특성인 사회적 지지가 대학생활 적응에 미치는 연구로는 대학생활 적응에 직간접적으로 영향을 미치며(김경미,

2010; 김지현, 2012; 김원경, 2013; 김종운, & 현채수, 2004; 이경완, 문인오, & 박숙경, 2013; Garnefski, 2001), 대학생활 적응을 설명해주는 주요 변인으로 나타났다(옥경희, 2001). 문은식(2002)의 연구에서 청소년과 부모와의 관계가 좋고 지지적일수록 친구와의 관계도 좋다고 하였으며 학교생활 적응에도 직접적인 영향을 미친다고 하였다. 김소라(2003)의 연구에서도 부모에 대한 애착안정성을 바탕으로 한 사회적 지지가 대학생활 적응에 직접적 영향을 미친다고 하였으며 홍정은(2006)의 연구에서도 부모, 친구, 교사 지지가 높을수록 학교생활에 잘 적응한다고 하였다.

이상의 선행연구를 종합해 보면 다음 <표 1>과 같다.

선행연구를 종합해보면 다음과 같다. 대학생활 적응의 영향요인으로서, 자아존중감(김예정, & 서윤경, 2018; 박선영, 2003; 이영희, & 박은민, 2004; 양현정, 2003; 이용현, 2015; 임수경, & 이형실, 2007; 정효주, & 정향인, 2012; Grant-Vallone, 2003; Friedlander, Reid, Shupak, & Shupak, 2007; Lauu, Chann, & Lamm, 2018), 자기효능감(박선영, 2003), 낮은 스트레스(Friedlander, Reid, Shupak, & Shupak, 2007), 높은 스트레스(양현정, 2003), 자아탄력성(곽민경, & 서보준, 2011), 학업탄력성(박진영, 2012), 전공만족감(정효주, & 정향인, 2012), 정서지능(정효주, & 정향인, 2012), 자아정체감(김원경, 2013), 학생상담 참여(Grant-Vallone, 2003)를 제시하였다.

그리고 대학생활 적응의 영향요인으로서 사회적 지지(곽민경, & 서보준, 2011; 김소라, 2003; 김원경, 2013; 김종운, & 김지현, 2013; 박진영, 2012; 이용현, 2015; 홍정은, 2006; Grant-Vallone, 2003; Friedlander, Reid, Shupak, & Shupak, 2007; Lauu, Chann, & Lamm, 2018)를 제시하고 있다. 그리고 사회적 지지를 세부적인 영역별로 구분하여 대학생활 적응의 영향요인으로서 가족지지(김종운, & 김지현, 2013; 임수경, & 이형실, 2007; Lauu, Chann, & Lamm, 2018), 교수지지(정효주, & 정향인, 2012), 친구지지(임수경, & 이형실, 2007; Lauu, Chann, & Lamm, 2018)를 제시하였다.

3. 연구방법

3.1. 자료수집

설문조사는 2018년 4월 중순부터 5월 초까지 평택대학교 1학년에서 4학년 학생들을 대상으로 이루어졌으며 자기기입식 설문

〈표 1〉 선행연구

연구자	연구대상	분석모형		연구결과
		독립변수	종속변수	
문은식 (2002)	중·고등학생	사회·심리적변인(부모관계, 교사관계, 친구관계, 학업동기, 심리적 안녕)		부모, 교사관계는 학교생활적응에 직접적인 영향을 주고 친구관계는 간접적인 영향을 줌
박선영 (2003)	대학생	자아존중감, 자기효능감		자아존중감과 자기효능감이 높을수록 대학생활적응을 잘함
양현정 (2003)	대학생	자아존중감, 일상적 스트레스		자아존중감이 높고 일상적 스트레스가 높은 집단이 대학생활에 더 잘적응
김소라 (2003)	대학생	부모애착, 지각된 사회적 지지		지각된 사회적 지지가 높을수록 대학생활 적응을 잘함
이영희, & 박은민 (2004)	대학생	부모-자녀간 의사소통 유형, 자아존중감		부모와의 의사소통이 개방형으로 인식한 집단, 자아존중감이 높은집단이 대학생활에 잘적응
홍정은 (2006)	중·고등학생	사회적 지지		자아존중감, 자기표현능력, 학교생활적응을 높임
임수경, & 이형실 (2007)	청소년	자아존중감, 친구관계, 부모와의 관계		사회적 지지가 자아존중감, 자기표현능력, 학교생활적응을 높임
곽민경, & 서보준 (2011)	대구광역시 조손가정 청소년	자아탄력성, 사회적 지지		자아존중감이 높은 집단에서, 부모와의 관계가 좋은 집단, 그리고 친구관계가 좋은 집단에서 학교생활적응 수준이 높음
박진영 (2012)	성인대학생	자아존중감, 사회적지원, 학업탄력성		자아탄력성과 사회적 지지가 높을수록 학교생활적응을 잘함
정효주, & 정향인 (2012)	3년제 간호대학 신입생	자아존중감, 정서지능, 사회적 지지		자아존중감과 학업탄력성이 높은 집단이 그리고 사회적지원을 많이 받는 집단의 대학생활적응이 높음
김원경 (2013)	대학생	사회적 지지, 자아정체감		교수와의 접촉 횟수가 많을수록, 전공에 대한 만족감이 클수록, 자아존중감과 정서지능이 높을수록 대학생활 적응도가 높음
김종윤, & 김지현 (2013)	대학생	사회적 지지, 부모애착		사회적 지지와 자아정체감이 높은 학생이 대학생활에 잘 적응
이용현 (2015)	대학생	자아존중감, 사회적 지지		사회적 지지와 부모애착이 높을수록 대학생활적응 수준이 높음
한상준, & 이상행 (2015)	대학생	사회적지지		자아존중감과 사회적 지지가 높은집단이 대학생활에 잘적응
박희수, & 문승연 (2018)	대학생	독립변인 자아존중감, 사회적 지지	매개변인 학교생활적응	사회적지지가 대학생활적응과 긍정적 자아존중감에 정적인 영향을 미침
Cohen, & Hoberman (1983)	대학생	긍정적사건, 사회적 지지		학교생활적응을 매개로 자아존중감과 사회적 지지가 대학생 행복에 정적인 영향을 미침
Cohen, & Hoberman (1983)	대학생	스트레스		학교생활적응을 매개로 자아존중감과 사회적 지지가 대학생 행복에 정적인 영향을 미침
Grant-Vallone (2003)	대학생	자아존중감, 사회적 지지, 학생지원 서비스참여		긍정적 사건과 사회적 지지가 우울증상, 부정적특성과 같은 스트레스와 관련이 있음
Friedlander, Reid, Shupak, & Cribbie (2007)	신입 대학생	자아존중감, 사회적 지지, 스트레스		자아존중감이 높고, 사회적 지지가 높으며 학생지원 서비스 및 상담에 많이 참여한 학생이 잘 적응하고 헌신할 가능성이 높음
Wetzel (2007)	대학생	사회적 지지, 자아존중감, 대학생활적응		낮은 스트레스와 높은 자아존중감, 사회적 지지가 대학생활적응을 높임
Li, Alber, & Dwelle (2014)	대학생	부모와 동료의 지원		부母的 학력이 낮은 그룹에서 학업적응이 심리적 웰빙을 예측할 수 있고 부모의 학력이 높은 그룹에서는 가족의 지지가 심리적 웰빙을 예측할 수 있음
Lau, Chann, & Lamm (2018)	홍콩대학 신입생	독립변인 사회적 지지	매개변인 자아존중감	부母的 지원과 동료의 지원이 우울감과 자아존중감을 예측
Lau, Chann, & Lamm (2018)	홍콩대학 신입생	자아존중감		자아존중감을 매개로 가족과 동료의 지지가 스트레스를 줄이고 학업능력을 높이며 대학생활 적응력을 높임

방법을 사용하였다. 회수한 설문지 269부 중 응답이 불충분한 4부를 제외하고 최종적으로 265부를 분석에 사용하였다.

3.2. 측정도구

3.2.1. 자아존중감

자아존중감 측정도구는 Rosenberg(1986)의 자아존중감 척

도를 김충희(1995)가 표준화한 척도를 기본적으로 활용하였고, Dubow, & Ullman (1989)의 척도를 참고로 하여 수정·보완하였다. 이 척도는 총 10문항으로 구성되어있으며 김충희(1995)의 연구에서 척도의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .83$ 이었다.

3.2.2. 사회적 지지

사회적 지지 측정도구는 박지원(1985)이 개발한 사회적 지지 중 허영선(2009)과, Friedlander, Reid, Shupak, & Cribbie (2007), Grant-Vallone, Reid, Umali, & Pohlet (2003)가 가족 지지, 친구지지, 교수지지로 구분한 후 각 5문항을 선별해서 총 15문항으로 재구성한 척도를 사용하였다. 이 척도의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .95$ 이었다.

3.2.3. 대학생활 적응

대학생활 적응 측정도구는 문은식(2002)의 학교생활적응척도를 최임숙(2004)이 수정 보완한 척도와 Lauu, Chann, & Lamm (2018)의 척도를 수정·보완하여 사용하였다. 이 척도는 총 21문항으로 구성되어 있으며 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .90$ 이었다.

3.3. 조사자료 분석

본 연구는 다음의 2단계 분석과정을 통하여 이루어졌다. 첫째, 대학생의 사회적 지지차원을 규명하기 위하여 요인분석(factor analysis)을 실시하였다. 요인분석은 많은 변인을 상관관계가 없는 소수의 변인으로 차원을 축소하는 분석방법으로 직교회전 방식의 하나인 베리맥스 회전법(varimax rotation)을 적용하였다. 베리맥스 회전법은 요인부하량을 단순화하여 요인들을 비교적 명확하게 분리해 내는 것으로 알려져 있다(Hair, Black, Babin, Anderson, & Tatham, 2006). 요인분석에서 변수와 요인수의 선택에는 Hair et al.(2006)에 의해 제시된 다음과 같은 기준이 적용되었다. 적용 기준은 요인부하량(factor loading) 0.5이상, 요인고유치(eigenvalues) 1이상 그리고 요인분석 결과는 원 변량의 60% 이상을 설명할 것 등이다. 우선 요인분석이 적절한지를 판단하기 위하여 Bartlett의 구형검사(Bartlett test of sphericity)와 Kaiser-Meyer-Olkin의 표본적절성 검사(measure of sampling adequacy)를 실시하였다. Bartlett의 구형검사는 상관계수 행렬이 영행렬(zero matrix)인지에 대한 검정이며, Kaiser-Meyer-Olkin

의 표본적절성 검사는 주어진 자료가 요인분석에 적합한지를 판단하는 도구로 0에서 1사이의 값으로 나타난다. 표본적절성 검사 결과의 적용 기본은 0.7이상인데, 본 연구에서는 0.7이상의 값만 활용하였다. 또한 추출된 요인이 요인범주 내에서 평가항목들의 결합에서 내적 일관성을 갖고 있는지 신뢰도를 분석하기 위하여 크론바흐 알파계수를 이용한 내적 일관성 분석을 하였다. 둘째, 도출된 사회적 지지차원 중에서 대학생활 적응 영향요인을 분석하기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 자료 분석은 SPSS(for window ver. 24) 통계 프로그램을 이용하였다.

4. 연구결과

4.1. 응답자의 일반적 특성

응답자의 일반적 특성을 살펴보면 <표 2>와 같다. 연령은 19

<표 2> 응답자의 일반적 특징

	구 분	빈도(%)
연령	19세 이하	100 (46.0)
	20세	45 (17.1)
	21세	41 (15.6)
	22세	29 (11.0)
	23세	33 (12.5)
	24세	15 (5.7)
학년	1학년	103 (39.5)
	2학년	63 (24.1)
	3학년	59 (22.6)
	4학년	36 (13.8)
전공	IT공과대학	55 (20.9)
	국제물류대학	64 (24.3)
	사회서비스대학	84 (31.9)
	문화예술대학	60 (22.8)
성별	남자	112 (42.6)
	여자	151 (57.4)
전공 적성	매우 맞지 않다	11 (4.2)
	맞지 않다	24 (9.1%)
	보통	110 (41.8)
	맞다	90 (34.2)
숙소	매우 맞다	28 (10.6)
	통학	170 (64.4)
	자취/하숙	40 (15.2)
	기숙사	50 (19.0)
이성 친구	친인척/기타	3 (1.2)
	없다	158 (59.3)
	있다	107 (40.7)

〈표 3〉 자아존중감 평균값

항목	평균(S.D)
긍정적 자아존중감	3.69 (.797)
나는 내가 적어도 다른 사람만큼은 가치있는 사람이라고 느낀다	3.89 (.892)
나는 내가 좋은 자질(장점)을 많이 가지고 있다고 느낀다	3.67 (.990)
나는 남들이 하는 만큼은 일을 할 수 있다	3.76 (.822)
나는 나 자신에 대해 긍정적인 태도를 지니고 있다	3.63 (.959)
대체로 나는 나 자신에 만족한다	3.53 (1.043)
나는 나 자신을 좀 더 존중할 수 있으면 하고 바란다	3.67 (.980)
부정적 자아존중감	2.39 (1.053)
대체로 나는 내가 실패자라고 느끼는 경향이 있다	2.36 (1.048)
나는 내가 자랑스러워할만한 것이 별로 없다고 느낀다	2.49 (1.027)
나는 때때로 나 자신이 쓸모없는 존재라고 느껴진다	2.27 (1.044)
때때로 나는 내가 전혀 유능하지 않다고 생각한다	2.42 (1.092)

세 이하가 100명으로 46.0%로 차지하고 있으며, 20세 45명으로 17.1%, 21세가 41명으로 15.6%를 차지하고 있다. 응답자 중에서 1학년이 103명으로 39.5%를 차지하고 있으며, 2학년이 63명으로 24.1%를 차지하고 있고, 3학년이 59명으로 22.6%를 차지하고 있다. 그리고 응답자의 전공을 살펴보면, IT공과대학 전공이 55명으로 20.9%를 차지하고 있으며, 국제물류대학 64명으로 24.3%, 사회서비스대학 84명으로 31.9%, 문화예술대학 60명으로 22.8%를 차지하고 있다. 성별로는 여자가 151명으로 57.4%를 차지하고 있다. 또한 전공적성은 '보통'이 110명으로 41.8%, '맞다'가 90명으로 34.2%를 차지하고 있다. 숙소는 통학이 가장 많은 170명으로 64.4%, 기숙사가 50명으로 19.0%, 자취/하숙이 40명으로 15.2%를 차지하고 있다. 이성 친구에 대해서는 '없다'가 158명으로 59.3%를 차지하고 있다.

4.2. 자아존중감

자아존중감은 긍정적 자아존중감과 부정적 자아존중감으로 구분하였다. 평균값을 비교해 보면, 긍정적 자아존중감은 3.69이고 부정적 자아존중감은 2.39로 긍정적 자아존중감이 높게 나타났다. 긍정적 자아존중감 측정 항목 중에서는 '나는 내가 적어도 다른 사람만큼은 가치 있는 사람이라고 느낀다' (3.89), '나는 남들이 하는 만큼은 일을 할 수 있다' (3.76), '나는 내가 좋은 자질(장점)을 많이 가지고 있다고 느낀다' (3.67) 순으로 나타났다. 그리고 부정적 자아존중감 측정 항목 중에서는 '나는 내가 자랑스러워 할만한 것이 별로 없다고 느낀다' (2.49), '때때로 나는 내가 전혀 유능하지 않다고 생각한다' (2.42), '대체로 나는 내가 실패자라고 느끼는 경향이 있다' (2.36) 순으로 나타났다.

4.3. 사회적 지지 요인분석

대학생의 사회적 지지 차원을 규명하기 위해 요인분석을 실시하였으며 그 결과를 <표 4>에 제시하였다. 요인분석 과정에서 요인적재치가 낮거나, 다른 요인과 겹쳐 제거된 변수는 없었다. 요인분석이 적절한지를 판별하기 위하여 Bartlett의 구형검사를 실시하였고 Kaiser-Meyer-Olkin(KMO)의 표본적절성 검사도 실시하였다. KMO의 표본적절성 검사는 수집된 자료가 요인분석을 실시하기에 적합한지를 결정하는 도구로서 0에서 1사이의 값을 가지는 지수이다. 일반적으로 이 지수값이 0.7 이상이면 요인분석에 적합한 것으로 생각하는데 본 연구에서는 0.895로 높게 나타나 요인분석이 적절한 것으로 나타났다.

최종적으로 15개의 대학생의 사회적 지지 속성으로 3개 요인이 만들어졌다. 3개 요인은 총 분산의 74.178%를 설명하고 있으며, 각 요인의 부하량은 0.5 이상으로 나타났다. 전체 사회적 지지 속성의 Cronbach α 값은 0.902였으며, 제시된 바와 같이 각 요인의 Cronbach α 값은 내적일관성을 가지고 있었다.

요인 1은 '우리 가족은 나를 잘 이해해준다', '우리 가족은 나의 말을 잘 들어 준다', '우리 가족은 내가 필요로 할 때 힘이 되어 준다', '우리 가족은 나에게 관심이 많다', '우리 가족은 내가 어려울 때 격려해 준다'의 5개의 변인을 포함하고 있으며 전체 변량의 44.163%를 설명하고 있다. 이들 변인은 대학생의 사회적 지지의 가족 지지와 관련되어 있어 '가족 지지'로 명명하였다.

요인 2는 '친구들이 나를 잘 이해해 준다', '나는 내 친구들과 서로 도움을 주고 받는다', '어려울 때 격려해 줄 수 있는 친구들이 있다', '친구들이 나를 좋아한다', '내 생각이나 말을 친구들이

(표 4) 사회적 지지 요인분석

변 수	요인부하량	고유치	분산설명력	Cronbach's α	평균 ^a
요인 1: 가족 지지 (family supports)					
우리 가족은 나를 잘 이해해준다	.905	6.624	44.163	.952	3.90
우리 가족은 나의 말을 잘 들어준다	.897				3.94
우리 가족은 내가 필요로 할 때 힘이 되어준다	.873				3.90
우리 가족은 나에게 관심이 많다	.871				3.98
우리 가족은 내가 어려울 때 격려해준다	.850				3.90
요인 2: 친구 지지 (friend supports)					
친구들이 나를 잘 이해해 준다	.887	2.392	15.949	.926	3.96
나는 내 친구들과 서로 도움을 주고 받는다	.846				3.97
어려울 때 격려해 줄 수 있는 친구들이 있다	.835				4.12
친구들이 나를 좋아한다	.835				3.84
내 생각이나 말을 친구들이 잘 들어 준다	.822				3.94
요인 3: 교수 지지 (professor supports)					
우리 교수님은 나에게 관심이 많다	.807	2.111	14.076	.822	3.08
우리 교수님은 내가 어려울 때 격려해 준다	.799				3.18
나는 교수님과 매우 가깝다	.756				2.77
내가 도움을 요청하면 교수님은 잘 도와준다	.732				3.44
나는 교수님과 이야기하기가 어렵다	.675				3.20

설명분산의 누적값 = 74.178%, KMO = .895
 Bartlett의 구형성 검정 근사 카이제곱 = 2989.546 (df = 105, p < 0.001)

주) 1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다.

잘 들어 준다'의 5개 변인을 포함하고 있으며 전체 변량의 15.949%를 설명하고 있다. 이들 변인은 사회적 지지의 친구 지지와 관련되어 있어 '친구 지지'로 명명하였다.

요인 3은 '우리 교수님은 나에게 관심이 많다', '우리 교수님은 내가 어려울 때 격려해 준다', '나는 교수님과 매우 가깝다', '내가 도움을 요청하면 교수님은 잘 도와준다', '나는 교수님과 이야기하기가 어렵다'의 5개의 변인을 포함하고 있으며 전체 변량의 14.076%를 설명하고 있다. 이들 변인은 사회적 지지 중에서 교수 지지와 관련되어 있어 '교수 지지'로 명명하였다.

대학생의 사회적 지지의 평균값을 살펴보면 '어려울 때 격려해 줄 수 있는 친구가 있다'가 4.12로 가장 높은 값을 가지고 있으며, '우리 가족은 나에게 관심이 많다'(3.98), '나는 내 친구들과 서로 도움을 주고 받는다'(3.97), '우리 가족은 나의 말을 잘 들어 준다'(3.94) 순으로 높게 나타났다. 그러나 '나는 교수님과 매우 가깝다'가 2.77로 가장 낮게 나타났으며, '우리 교수님은 나에게 관심이 많다'가 2.80으로 낮게 나타났다. 요인의 평균값은 '친구 지지'(3.96), '가족 지지'(3.90), '교수 지지'(3.08) 순으로 나타났다.

4.4. 대학생활 적응 영향관계에서 사회적 지지의 조절효과

대학생의 학교생활 적응의 영향요인을 분석하기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였다<표 5>. 대학생의 자아존중감이 대학생활 적응의 영향관계를 분석한 모형 1은 적합한 것으로 나타났다($F=126.777, p<0.01$). 모형의 설명력은 51.1%이다. 모형 2는 모형 1에서 사회적 지지 변수를 투입하여 회귀분석을 실시한 결과이다. 분석결과 대학생활 적응을 종속변수로 하는 회귀모형은 적합한 것으로 나타났으며($F=75.117, p<0.01$), 모형의 설명력은 61.0이다. 모형 2는 모형 1에서 독립변인으로 사회적 지지 변수를 투입하였는데, 설명력의 증가량(ΔR^2)은 .100으로 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 모델3에서는 모델2에서 두가지의 자아존중감 요인과 세 가지의 사회적 지지의 상호작용을 투입하여 회귀분석을 실시하였다. 분석결과, 설명력은 63.3%로 분석모형은 적합한 것으로 나타났다($F=36.751, p<0.01$). 모형 3은 모형2에서 자아존중감과 사회적 지지 변수의 상호작용항을 추가적으로 투입하였는데, 설명력의 증가량(ΔR^2)은 .023으로 유의미한 것으로 나타났다. 잔차의 자기상관을 검증(Durbin-Watson=1.880)한 결과 자기 상관이 없는 것으로 나타났다. 독립변인간의 다중공선

〈표 5〉 대학생 생활 적응 영향요인에 대한 위계적 회귀분석

		모델 1			모델 2			모델 3		
		B	β	t-value	B	β	t-value	B	β	t-value
Constant		3.281		145.892**	3.284		162.551**	3.309		143.012**
자아 존중감	mc긍정적 자아존중감	.309	.493	8.238**	.154	.245	3.764**	.156	.249	3.620**
	mc부정적 자아존중감	-.131	-.285	-4.771**	-.149	-.245	-4.222**	-.142	-.224	-3.722**
사회적 지지	mc가족지지				.078	.136	2.679**	.043	.074	1.418
	mc친구지지				.140	.194	3.741**	.155	.215	4.033**
	mc교수지지				.168	.228	5.061**	.169	.229	4.981**
mc긍정적 자아존중감*mc가족지지								.062	.118	1.555
mc긍정적 자아존중감*mc친구지지								-.113	-.194	-2.757**
mc긍정적 자아존중감*mc교수지지								.028	.032	.494
mc부정적 자아존중감*mc가족지지								.113	.184	2.824**
mc부정적 자아존중감*mc친구지지								-.123	-.162	-2.922**
mc부정적 자아존중감*mc교수지지								.028	.033	.518
F		126.777**			75.117**			36.751**		
R ²		.511			.610			.633		
Adjusted R ²		.507			.602			.616		
ΔR^2		-			.100**			.023*		

* 종속변수: 대학생 생활 적응, 변수투입방법: enter, * p<0.05, ** p<0.01

성을 점검한 결과(VIF=1.012-1.554)로 다중공선성 문제는 없는 것으로 나타났다.

모형1에서는 긍정적 자아존중감이 정적인 영향($\beta=.493, p<0.01$), 부정적 자아존중감이 부적인 영향($\beta=-.285, p<0.01$)을 미치는 것으로 나타났다. 모형2는 조절변인으로서 사회적 지지 요인을 추가적으로 투입한 것으로서, 사회적 지지 세 가지 요인인 가족지지($\beta=.136, p<0.01$), 친구지지($\beta=.194, p<0.01$), 교수지지($\beta=.228, p<0.01$)가 모두 대학생 생활 적응에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 세 가지 사회적 지지요인이 모두 대학생 생활 적응에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

모형3에서는 투입된 독립변수인 긍정적 자아존중감($\beta=.249, p<0.01$)과 부정적 자아존중감($\beta=-.224, p<0.01$)이 모두 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 조절변인으로서 사회적 지지 요인 중에서 친구지지($\beta=.215, p<0.01$)와 교수지지($\beta=.229, p<0.01$)가 대학생 생활 적응에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 모델2에서는 영향을 미쳤던 가족지지는 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다.

조절효과를 분석하기 위하여 자아존중감과 사회적 지지와의 상호작용항을 투입한 결과, ‘긍정적 자아존중감*친구지지’($\beta=-.194, p<0.01$), ‘부정적 자아존중감*가족지지’($\beta=.184, p<0.01$), ‘부정적 자아존중감*친구지지’($\beta=-.162, p<0.01$)가

대학생활 적응에 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 상호작용 효과 중에서 ‘긍정적 자아존중감*친구지지’가 부적인 영향($\beta=-.194, p<0.01$)을 미치고 있다는 의미는 친구지지가 높을수록 긍정적 자아존중감은 대학생 생활 적응을 더 약하게 한다는 것을 의미한다. 그리고 상호작용 중에서 ‘부정적 자아존중감*친구지지’가 부적인 영향($\beta=-.162, p<0.01$)을 미친다는 의미는 친구지지가 높을수록, 부정적 자아존중감이 높을수록 학교생활 적응을 더 감소시킨다는 것을 의미한다.

이상의 내용을 종합적으로 정리하면 다음과 같다. 대학생의 학교생활 적응의 영향요인에서 사회적 지지는 통계적으로 유의미한 조절효과를 가지고 있는 것으로 나타났다. 특히 사회적 지지 중에서 친구지지는 중요한 조절효과 미치는 변수로서 작용하고 있었다. 긍정적 자아존중감이 높은 학생은 친구지지가 높으면 학교생활적응을 더 잘하는 것으로 나타난 반면에, 부정적 자아존중감이 높은 학생은 친구지지가 높으면 학교생활 적응을 더 못하는 것으로 나타났다. 즉, 긍정적 자아존중감을 갖고 있던 혹은 부정적 자아존중감을 갖고 있던 간에 상관없이 친구지지는 부적인 조절효과(하강작용효과)가 발생하는 것으로 나타났다. 특히, 부정적 자아존중감을 갖고 있는 학생일지라도 가족지지가 있으면 대학생 생활 적응을 더 잘하고 있는 반면에 친구지지가 높으면 대학생 생활 적응을 더 잘하지 못하는 것으로 나타났다.

5. 결론

본 연구는 대학생(평택대학생)을 대상으로 자아존중감이 대학생활 적응에 미치는 영향과 조절변인으로서 사회적 지지를 살펴 보았다. 자아존중감의 평균값은 긍정적 자아존중감은 3.69이었고 부정적 자아존중감은 2.64이었으며 사회적 지지를 요인분석한 결과 ‘가족지지’, ‘친구지지’, ‘교수지지’로 나타나 기존의 선행연구(김명숙, 1994; 김수민, 1988; 김원경, 2013; 심미경, 1986; 유정희, 2015; 홍정은, 2006; Dubow, & Ullman, 1989)에서 제시되었던 요인들로 나타났다.

분석결과 모형1에서는 긍정적 자아존중감이 대학생활 적응에 정적인 영향을, 부정적 자아존중감이 대학생활 적응에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이것은 자아존중감이 학교생활 적응에 중요한 요소로 언급되었던 선행연구(박선영, 2003; 박진영, 2012; 양현정, 2003; 이영희, & 박은민, 2004; 이용현, 2015; 임수경, & 이형실, 2007; 정효주, & 정향인, 2012; Castle, 2004; Grant-Vallone, 2003; Friedlander, Reid, Shupak, & Shupak, 2007; Li, Albert, & Dwelle, 2014; Mayer, 1991; Wonacott, 2001)와 비슷한 결과이다.

모형2는 조절변인으로서 사회적 지지 요인을 모형1에 추가적으로 투입한 것으로서, 사회적 지지 세 가지 요인인 가족지지, 친구지지, 교수지지 모두 대학생활 적응에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 세 가지 사회적 지지요인이 모두 대학생활 적응에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

모형3은 모형2에 자아존중감과 사회적 지지 변수의 상호작용을 추가적으로 투입하였는데 투입된 독립변수인 긍정적 자아존중감과 부정적 자아존중감이 모두 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 조절변인으로서 사회적 지지 요인 중에서 친구지지와 교수지지가 대학생활 적응에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 모델2에서는 영향을 미쳤던 가족지지는 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다.

조절효과를 분석하기 위하여 자아존중감과 사회적 지지와의 상호작용항을 투입한 결과, ‘긍정적 자아존중감*친구지지’와 ‘부정적 자아존중감*친구지지’가 대학생활 적응에 부적인 영향을, ‘부정적 자아존중감*가족지지’가 대학생활 적응에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 대학생의 학교생활 적응 영향요인에서 사회적 지지는 통계적으로 유의미한 조절효과를 가지고 있는 것으로 나타났다. 특히 사회적 지지 중에서 친구지지는 중요한 조절효과를 미치는 변수로서 작용하고 있었다. 즉, 긍정적 자아존중감을 갖고 있는 혹은 부정적 자아존중감을 갖고 있는

간에 상관없이 친구지지는 부적인 조절효과(하강작용효과)가 발생하는 것으로 나타났다. 긍정적 자아존중감이 높은 학생은 친구지지가 높으면 학교생활적응을 더 잘하는 것으로 나타난 반면에, 부정적 자아존중감이 높은 학생은 친구지지가 높으면 학교생활적응을 더 못하는 것으로 나타났다. 특히, 부정적 자아존중감을 갖고 있는 학생일지라도 가족지지가 있으면 대학생활 적응을 더 잘하고 있는 반면에 친구지지가 높으면 대학생활 적응을 더 잘하지 못하는 것으로 나타났다.

본 연구의 결과를 바탕으로 제시할 수 있는 논의는 다음과 같다. 첫째, 사회적 지지가 대학생활 적응에 영향을 미치는 것으로 나타났다. ‘가족지지’, ‘친구지지’, ‘교수지지’를 포함하는 사회적 지지가 대학생활 적응에 긍정적 영향을 미친다는 연구결과는 선행연구들(곽민경, & 서보준, 2011; 김소라, 2003; 김원경, 2013; 문은식, 2002; 박진영, 2012; 양현정, 2003; 홍정은, 2006; Cohen, Hoberman, 1983; Grant-Vallone, 2003; Friedlander, Reid, Shupak, & Shupak, 2007; Lauu, Chann, & Lamm, 2018; Wetzel, 2007)과 유사한 연구결과이다. 특히, 사회적 지지 중 ‘친구지지’는 조절효과에 부정적인 영향을 주고 있으므로 학생 지도에 있어서 중요하게 고려되어야 할 것이다. 친구지지가 대학생활 적응에 무조건 정적인 영향을 미치는 것이 아니라, 자아존중감이 어떠한가에 따라서 다르게 나타나므로 이에 대한 지도방안을 강화하여야 한다. 각 대학에서는 자아존중감을 증진시킬 수 있는 인성교육과 관련된 교과, 비교과를 신설, 확충하여 대학생들의 자아존중감을 높이고 학교생활 부적응과 문제행동에 예방할 수 있어야 한다. 또한 학생들의 유대감을 강화시키기 위하여 학생 간 상호지지적 관계를 강화시킬 수 있는 다양한 집단상담 프로그램을 신설하여 고립감, 단절감을 느끼지 않도록 도와주어야 한다. 같은 학과나 같은 학년 학생들끼리 MT, 체육대회, 동아리프로그램 등과 같은 프로그램을 더욱 활성화하여 친구지지 기반구축에 도움을 주어야 한다. 수업방법에서도 PBL수업 같은 상호작용이 가능한 수업방법이나 팀기반 학습법, 토론수업 등을 통해 학생 상호간관계를 향상시킬 수 있을 것이다.

둘째, ‘교수지지’도 대학생활 적응에 영향을 미치는 사회적 지지로 나타나 이에 대한 방안이 필요한 것으로 나타났다. 상담 교수제도, 지도교수 전담제 등을 강화하여 대학생들의 전공과목에 대한 이해도를 높이고 진로상담, 학습상담, 대학생활 적응상담 등을 실시하여 교수가 심리적 지지원으로서 학생들과 긍정적 상호작용을 할 수 있을 것이다. 대학생들이 대학생활 적응에 따른 스트레스로 인해 발생하는 부정적 영향력을 완충, 완화시켜 잘 적응할 수 있도록 도와주는 역할을 할 수 있다(정규석, 2004;

황명숙, & 정은희, 2008). 효율적인 학생상담을 위해서는 전문적 상담기법에 관한 학교차원의 교육프로그램이 제공되어야 하며, 대학 차원의 학생상담센터와 연계하여 필요시 전문적 상담이 이뤄지게 하는 등 교수의 상담과 상담센터간 유기적 협업이 가능한 시스템을 갖추어야 한다.

셋째, 부정적 자아존중감을 갖고 있더라도 가족지지가 있으면 대학생활 적응이 높은 것으로 나타나 이에 대한 학교 차원의 방안이 필요한 것으로 나타났다. 학생상담센터와 연계하여 부모와 학생 간의 친밀하고 긍정적인 관계를 가질 수 있도록 의사소통 기술과 서로를 이해할 수 있는 프로그램을 운영함으로써 학생이 학교생활에 자신감과 신뢰감을 가질 수 있을 것이다. 학생, 부모를 대상으로 한 상담과 교육이 이뤄지도록 대학차원의 관련 프로그램이 구축되어야 하며 필요시 전문적 상담과 교육을 받을 수 있는 시스템을 갖추어야 한다.

이상의 논의에도 불구하고 본 연구는 다음과 같은 한계가 있다. 첫째, 평택대학교를 대상으로 이루어진 연구이기 때문에 다른 대학교의 학생들을 샘플에 포함하여 보다 폭넓은 후속 연구를 통해 대학생들의 대학생활 적응에 관한 연구가 필요할 것이다. 둘째, 대학생들의 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 본 연구에서는 자아존중감과 사회적 지지에 국한하여 이루어졌다. 후속 연구에서는 대학생활 적응과 관련된 변인들에 대한 다양하고 심층적인 연구가 필요하다.

참고 문헌

1. 곽민경, & 서보준. (2011). 청소년이 지각한 자아탄력성 및 사회적 지지가 학교생활적응에 미치는 영향에 관한 연구-대구광역시 초·중·고등학교 청소년을 중심으로-. *복지행정논총*, 21(1), 75-112.
2. 김경민, & 임정하. (2012). 대학생의 낙관성과 행복추구 경향이 심리적 안녕감에 미치는 영향. *대한가정학회지*, 50(1), 89-101.
3. 김명숙. (1995). 아동의 사회적 지지와 부적응과의 관계. 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문.
4. 김소라. (2003). 부모애착과 지각된 사회적 지지 및 대학생활 적응의 관계. 숙명여자대학교 석사학위논문.
5. 김예정, & 서윤경. (2018). 대학생의 자기 존중감과 대학생활 적응과의 관계에서 적응적, 인지적 정서조절전략의 매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 18(22), 847-866.
6. 김원경. (2013). 대학생의 사회적 지지, 자아정체감이 학
7. 김윤희. (2012). 남자간호대학생의 자아존중감과 대학생활 적응간 사회적 지지의 매개효과. 충남대학교 석사학위논문.
8. 김은정, 이정운, & 오경자. (1992). 자기지각, 사회적 지지 및 대처행동이 대학생활 적응에 미치는 영향. *한국심리학회 학술발표논문집*, 525-534. 제92차 한국심리학회 연차대회.
9. 김종운, & 김지현. (2013). 대학생의 부모애착과 사회적 지지가 대학생활 적응에 미치는 영향. *한국콘텐츠학회*, 13(9), 248-259.
10. 김지현. (2012). 대학생의 사회적 지지와 정신건강이 대학생활 적응에 미치는 영향. 배재대학교 석사학위논문.
11. 김충희. (1995). 해외귀국 청소년의 적응과 자아존중감에 관한 연구. 서울여자대학교 석사학위논문.
12. 류진석. (2007). 지역복지거버넌스와 지역대학의 역할. *사회과학연구*, 18(여름호), 27-47.
13. 문은식. (2002). 청소년의 학교생활적응에 미치는 사회, 심리적 변인들의 구조적 분석. *한국교육심리학회지*, 16(2), 219-241.
14. 박지원. (1985). 사회적 지지 척도 개발을 위한 일 연구. 연세대학교 박사학위논문.
15. 박진영. (2012). 지역대학 성인대학생의 대학생활적응에 대한 사회적 지원, 학업탄력성, 자아존중감의 영향력 분석. *한국지방자치연구*, 14(3), 47-75.
16. 박희수, & 문승연. (2012). 대학생의 자아존중감과 사회적 지지가 행복에 미치는 영향-학교생활적응의 매개효과. *한국자치행정학회*, 23(3), 197-218.
17. 이영희, & 박은민. (2004). 대학생활적응과 부모-자녀간 의사소통 유형 및 자아존중감의 관계. *학생생활연구*, 26, 5-36.
18. 박지연. (2008). 자아존중감이 청소년의 대인관계에 미치는 영향. 이화여자대학교 석사학위논문.
19. 박희수, & 문승연. (2014). 대학생의 자아존중감과 사회적 지지가 행복에 미치는 영향: 학교생활적응의 매개효과. *한국자치행정학보*, 28(3), 197-218.
20. 서은선, & 정경아. (2015). 일 대학 안경광학과 재학생의 진로정체감, 전공만족도, 대학생활 적응, 자아존중감이 학업성취도에 미치는 영향. *대한사과학회지*, 17(3), 213-226.
21. 이정완, 문인오, & 박숙경. (2013). 간호대학생의 사회적 지지가 대학생활 적응과 학업적응에 미치는 영향. *한국학교지역보건교육학회지*, 14(2), 15-27.
22. 양현정. (2003). 대학생활적응에 영향을 미치는 일상적

- 스트레스와 자아존중감의 상호작용 효과. 연세대학교 석사학위논문.
23. 유정희. (2015). 대학의 삶에 만족에 미치는 영향요인 연구. 서남대학교 박사학위논문.
 24. 이용현. (2015). 대학생의 자아존중감과 사회적 지지 및 대학생활적응과의 관계성 연구. 한일장신대학교 석사학위논문.
 25. 정효주, & 정향인. (2012). 3년제 간호대학 신입생의 자아존중감, 정서지능, 사회적 지지가 대학생활 적응에 미치는 영향. *정신간호학회지*, 21(3), 188-196.
 26. 최영희. (1983). 지지적 간호중재가 가족 지지행위와 환자 역할 행위에 미치는 영향에 관한 연구. *대한간호* 24(4), 10-20.
 27. 최임숙. (2004). 성역할 정체감과 대인 갈등관리 및 학교 적응 행동의 관계. 충남대학교 박사학위논문.
 28. 한상준, & 이상행. (2015). 융합 여가스포츠 활동에 참여하는 대학생들의 사회적 지지와 자아존중감 및 대학생활 적응의 구조적 관계. *디지털융복합연구*, 13(8), 515-523.
 29. 허영선. (2009). 청소년이 지각한 행복감에 관한 연구. 전남대학교 석사학위논문.
 30. 홍정은. (2006). 사회적 지지와 자아존중감 및 자기표현 능력, 학교생활적응과의 관계: 남녀공학 중·고등학생을 대상으로. 한양대학교 석사학위논문.
 31. Brownell, A., & Shumaker, S. A. (1984). Social support: An introduction to a complex phenomenon. *Journal of Social Issues*, 40(4), 1-9. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1984.tb01104.x>
 32. Castle, J. (2004). Persistence and the adult learner: Factors affecting persistence in open university students. *Active Learning in Higher Education*, 5(2), 166-170. <https://doi.org/10.1177/1469787404043813>
 33. Cohen, S., & Hoberman, H. M. (1983). Positive events and social supports as buffers of life change stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 13(2), 9-125. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1983.tb02325.x>
 34. Cohen, S., & Symem, S. L. (1985). Issues in the study and application of social support. In Cohen, S., & Syms, S. I.(Eds.), *Social Support and Health*, 3, 3-22.
 35. Coopersmith, S. (1967). *The antecedent of self-esteem*. San Francisco, LA: Freeman.
 36. Friedlander, L. J., Reid, G. J., Shupak, N., & Cribbie, R. (2007). Social support, self-esteem, and stress as predictors of adjustment to university among first-year undergraduates. *Journal of College Student Development*, 48(3), 259-274. <https://doi.org/10.1353/csd.2007.0024>
 37. Furman, W., & Buhrmester, D. (1992). Age and sex difference in perception of networks of personal relationship. *Child Development*, 63, 103-115. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1992.tb03599.x>
 38. Geist, C. R., & Borecki, S. (1982). Social avoidance and distress as a predictor of perceived locus of control and level of self-esteem. *Journal of Clinical Psychology*, 38, 611-613.
 39. Grant-Vallone, E., Reid, K. Umali, C., & Pohlet, E. (2003). An analysis of the effects of self-esteem, social support, and participation in student support services on student's adjustment and commitment to college. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, 5(3), 255-274. <https://doi.org/10.2190/C0T7-YX50-F71V-00CW>
 40. Harter, S. (1985). Processes underling the construct, maintenance and enhancement of the self-concept in children. In J. Suts, & A. Greenwald(Eds.), *Psychological perspectives on the self* (Vol. 3). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
 41. House, J. S. (1981). *Work stress and social supports*. Boston, MA: Addison-Wiley Publishing Co.
 42. Lauu, E. Y. H., Chann, K. K. S., & Lamm, C. B. (2018). Social support and adjustment outcomes of first-year university students in Hong Kong: Self-esteem as a mediator. *Journal of College Student Development*, 59(1), 129-134. <https://doi.org/10.1353/csd.2018.0011>
 43. Li, S. T., Albert, A. B., & Dwelle, D. G. (2014). Parental and peer support as predictors of depression and self-esteem among college students. *Journal of College Student Development*, 55(2), 120-138. <https://doi.org/10.1353/csd.2014.0015>
 44. Morrisian, T. L., & Morrison, R. L. (1978). Self-esteem, need for approval, and self-estimates of academic performance. *Psychological Reports*, 43, 503-507.
 45. Rosenberg, M. (1965). *Social and adolescent self-image*. Princeton, NY: Princeton University Press.
 46. Rogenberg, M. (1986). Self concept from middle childhood through adolescence. In J. Suts, & A. Greenwald(Ed.), *Psychological perspectives on the self* (Vol. 3). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
 47. Tafarodi, R. W., & Swan, W. B. Jr. (1995). Self-liking and self-competence as dimension of global self-esteem:

- Initial validation of a measure. *Journal of Assessment*, 65(2), 32-342.
48. Thoits, P. A. (1986). Conceptual, methodological and theoretical problem in studying social support as a buffer against life stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 23, 145-149.
 49. Wetzel, J. L. (2009). The effects of first generation status on the well-being of undergraduate students: A study in the relationship between well-being, perceived social support, self-esteem, and adaptation to college among a unique group of non-traditional students. Ph.D. dissertation, University of Detroit.
 50. Wilson, W. R. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 67(4), 294-306.
 51. Wylie, R. C. (1979). *The self-concept, Vol. 2, theory and research on selected topics* (ed.). Lincoln, NE: University of Nebraska.

Received 15 August 2020; Revised 30 August 2020; Accepted 11 September 2020



Dr. Kwang-Myeong Lim is an Associate Professor at Pierson College, Pyeongtaek University, South Korea. Her research areas focus on sense of community, personality education and personality test
Address: (3825) Pyeongtaek University, 3825 Seodong-daero, Pyeongtaek-si, Gyeonggi-do, Republic of Korea
E-mail: lkm3719@ptu.ac.kr
phone: 82-31-659-8387



Dr. Duk-Byeong Park is a Professor at Department of Community Development, Kongju National University, South Korea. His research interests focus on rural tourism, tourism marketing, and tourism development.
Address: (32439) Department of Community Development, College of Industrial Science, Kongju National University, 54 Daehak-ro, Yesan-eup, Yesan-gun, Chungcheongnam-do, South Korea
E-mail: parkdb84@kongju.ac.kr
phone: 82-41-330-1383