

작업치료학과 대학생들의 자아 탄력성과 사회적 지지가 시험불안에 미치는 영향

주은솔¹ · 방요순^{2*}

¹동아보건대학교 작업치료과 교수, ^{2*}광주대학교 작업치료학과 교수

Effect of Ego Resilience and Social Support on Test Anxiety: Focusing on University Students Majoring in Occupational Therapy

Eun-Sol Ju, OT, Ph.D¹ · Yo-Soon Bang, OT, Ph.D^{2*}

¹*Dept. of Occupational Therapy, Donga University of Health, Professor*

^{2*}*Dept. of Occupational Therapy, Gwangju University, Professor*

Abstract

Purpose : This study aims to examine the effect of ego resilience and social support on test anxiety for university students majoring in occupational therapy and use the results as foundational data for program development that can reduce test anxiety.

Methods : The study's subjects were 173 university students who understood the study's purpose and consented to participate in the study from March 7 to 25 in 2022. These students were in their second, third, and fourth years, majoring in occupational therapy at a four-year B university in A Metropolitan City and a three-year E College in D-gun C Province. Among them, those with missing data or indicated extreme values were excluded, and data from the final 168 students were studied.

Results : The averages of test anxiety, ego resilience, and social support of university students majoring in occupational therapy were 3.06, 3.41, and 3.81, respectively. The factor that affected test anxiety was investigated. It was the school year in which the test anxiety of fourth-year students was significantly higher than that of second-year students. In addition, a positive attitude, which was one of the sub-factors of ego resilience, and support from friends and family, which were the sub-factors of social support, had a negative impact on test anxiety.

Conclusion : The results of this study are as follows: First, it is necessary to conduct a study to verify the level of test anxiety of university students majoring in occupational therapy and the factors influencing them. Second, the operation and consultation of non-curricular programs that improve the ego resilience of university students should be conducted in universities and departments. Third, a measure to recognize support from surrounding environment and to ask for help from people around them should be required for university students majoring in occupational therapy.

Key Words : ego resilience, occupational therapy, social support, test anxiety, university student

*교신저자 : 방요순, ot5bang@gwangju.ac.kr

제출일 : 2022년 4월 14일 | 수정일 : 2022년 4월 29일 | 게재승인일 : 2022년 5월 20일

※ 본 논문은 광주대학교의 2022학년도 학술연구조성비를 지원받았음.

I. 서론

1. 연구의 배경 및 필요성

대학생 시기에는 자신의 진로를 탐색하고 결정하여 구직을 준비한다. 이를 위해 직업에 필요한 다양한 자격증 등을 준비하거나 학업 성취도를 높이면서 취업을 위한 경쟁에 직면한다(Kim, 2018). 더욱이 대학생들은 취업난으로 인해 더 높은 학업 성취와 성과를 내도록 요구받는 실정이다. 특히 학점이나 자격증 합격 등의 좋은 시험 결과가 취업의 당락을 결정하기에 대학생에게 시험의 비중과 부담은 클 수밖에 없는 실정이다(Jeon, 2021).

작업치료사 양성기관이 증가함에 따라 작업치료사 면허 소지자는 매년 늘어나고 있다(Shin 등, 2017). 작업치료사는 2019년도 1,765명, 2020년 1,877명, 2021년 1,905명으로 해마다 증가하고 있으며(Korean Association of Occupational Therapists, 2022), 면허 소지자가 증가하는 만큼 작업치료학과 졸업생들의 취업 경쟁 또한 치열해지고 있다. 작업치료학과 학생들은 작업치료사 면허증을 취득하기 위해 교과목 시험, 모의고사를 포함한 다양한 시험을 통해 국가고시를 준비한다. 이로 인해 성적에 대한 압박을 받으며 시험을 준비하는 과정에서 극심한 스트레스를 겪게 된다. 특히 2022년도 기준 2, 3, 4학년 대학생은 COVID-19의 영향으로 비대면 수업의 비율이 증가한 학습 환경으로 인해 혼란스러운 상황이다. 이에 비대면 수업의 경험이 높은 대학생들은 더 큰 스트레스를 받을 것으로 예상된다(Park, 2022).

시험불안을 경험하는 학생들은 자신의 학업능력에 대해 확신을 갖지 못하고, 학업과 관련된 성취가 낮아지게 된다(Jeon, 2021). 시험을 치르는 동안 호흡곤란, 어지러움 등의 신체적인 불안을 동반하기도 하며, 만성적일 경우 두통, 배탈, 설사 등과 같은 증상이 나타난다. 그 외 학습 동기의 감소, 학습에 대한 부정적 감정 및 태도까지 초래한다(You & Yang, 2014). 스트레스는 심리적 문제, 신체적 문제로도 이어지기에 작업치료학과 대학생들의 국가고시 준비를 위해서는 시험에 대한 불안을 낮추고 학업에 대한 적응도를 높일 필요가 있다.

시험불안을 완화시키는 요인으로는 자아 탄력성(You & Yang, 2014), 자기효능감 및 학업적 자기효능감(Byun & Kang, 2016), 자기통제력(Yeom & Seong, 2016), 자기자비(Back, 2017) 등이 있다. 이 중 자아 탄력성은 개인이 스트레스를 경험하는 상황이나 변화하는 환경에서 융통성 있게 적응하는 능력을 의미한다. 시험 상황과 같이 스트레스가 부가되는 상황에서도 영향을 적게 받거나 상황에 잘 대처할 수 있게 한다(You & Yang, 2014). 자아 탄력성이 높은 학생은 불안에 대한 민감성이 낮고 삶을 긍정적인 태도로 받아들인다고 하였다(Lee & Lee, 2021). 또한 위험하거나 힘든 상황에서도 자신의 감정을 유연하게 조절하고 문제해결능력을 효과적으로 활용하여 상황을 잘 극복하게 한다(Seo, 2018). 또 다른 요인인 사회적 지지는 개인의 환경 안에서 대인관계를 통해 제공되는 긍정적인 자원으로, 애정, 관심, 공감과 같은 심리적 자원을 바탕으로 제공된다. 대학생에게 사회적 지지를 제공하는 자는 주로 부모, 교수, 친구 등으로, 사회적 지지가 높으면 우울과 불안수준이 낮고 생활 만족도와 성취동기를 향상시킨다고 하였다(Noh & Lee, 2016). 또한 학업 학업에 대한 스트레스를 낮추고 시험 불안을 낮추는 효과가 있다(Yang 등, 2014). 이처럼 자아탄력성과 사회적 지지가 높은 대학생들은 보다 적극적인 태도로 문제를 해결하고자 하고 학업 성취도까지 높일 수 있기에, 작업치료학과 대학생들의 시험불안을 해결하는데 도움이 될 것으로 사료된다.

자아 탄력성, 사회적 지지, 시험불안에 대한 선행연구들을 살펴보면, 간호대학생의 사회적 지지와 시험불안의 관계(Noh & Lee, 2016), 대학생의 자아 탄력성과 시험불안의 관계(You & Yang, 2014; Jeon, 2021)가 대부분이었다. 그 외 청소년의 자아 탄력성과 시험불안의 관계(Shin, 2014; Lee & Lee, 2021)가 있었다. 대학생들의 자아 탄력성, 사회적 지지, 시험불안 간의 관계를 알아본 연구는 미흡하였고, 더욱이 국가고시를 보는 작업치료학과 대학생들을 대상으로 한 연구는 없었다.

따라서 본 연구는 작업치료학과 대학생들의 자아 탄력성, 사회적 지지, 시험불안 간의 관계를 확인하고자 한다.

2. 연구의 목적

본 연구는 작업치료학과 대학생들의 자아 탄력성과 사회적 지지가 시험불안에 미치는 영향을 살펴보고, 이를 통해 작업치료학과 대학생들의 시험불안을 감소시킬 수 있는 프로그램 개발의 기초자료로 활용하고자 한다.

II. 연구방법

1. 연구 대상

본 연구의 대상자는 A광역시 4년제 B대학, C도 D군의 3년제 E대학의 작업치료학과 2, 3, 4학년 중 본 연구의 목적을 이해하고 연구의 참여에 동의한 자로 선정하였다. 참여 학생의 설문지 중 응답에 누락이 있거나 불성실하게 응답한 설문지를 제외하고 총 168명의 자료를 대상으로 연구를 진행하였다.

2. 연구 절차

본 연구는 3월 7일부터 3월 25일까지 3주간 설문조사를 진행하였다. 대면 수업을 진행하는 학년에는 수업이 끝난 후 학생들에게 본 연구의 목적과 방법, 익명성 보장 등 참여자에 대한 권리를 안내하고 서면 설문지를 배부하였다. 비대면 수업을 진행하는 학년에는 연구자가 구글 온라인 설문지 링크를 학과장에게 발송하여 진행하였다. 서면 및 온라인 설문지에는 연구 참여에 대한 동의는 원하면 철회가 가능하며, 응답한 내용과 결과는 연구 이외의 목적으로 사용되지 않으며 익명이 보장된다는 문구를 기재하였다. 이에 동의한 학생들에 한해 설문지를 진행하였고, 응답한 설문지는 총 173부였다. 이 중 응답에 누락이 있거나 극단 값을 표기한 설문지 5부를 제외한 168부를 최종 설문지로 선정하였다.

3. 연구 도구

1) 자아 탄력성

자아 탄력성은 Block과 Kremen(1996)이 개발한 자아

탄력성 척도를 Piao(2015)가 수정보완한 설문지를 사용하였다. 평가도구는 호기심 6문항, 긍정적 태도 8문항, 총 14문항이다. 점수는 4점 척도로, 전혀 맞지 않다(1점)~매우 맞다(4점)로 구성되었다. 점수가 높을수록 자아 탄력성이 높음을 의미한다. 신뢰도계수는 .86이었고(Piao, 2015), 본 연구의 신뢰도계수는 .91이었다.

2) 사회적 지지

사회적 지지는 Dubow와 Ulman(1989)이 개발한 사회적 지지 척도를 Han과 Yoo(1996)가 수정 보완한 설문지를 사용하였다. 평가도구는 친구지지 8문항, 가족지지 8문항, 교수지지 8문항, 총 24문항이다. 점수는 5점 척도로, 전혀 그렇지 않다(1점)~매우 그렇다(5점)로 구성되었다. 점수가 높을수록 사회적 지지가 높음을 의미한다. 신뢰도계수는 .94이었고(Jeong, 2019), 본 연구의 신뢰도계수는 .82이었다.

3) 시험불안

시험불안은 Spielberger 등(1980)이 개발한 시험불안검사(Test Anxiety Inventory; TAI)를 Kim(2003)이 수정 보완한 설문지를 사용하였다. 평가도구는 인지적 요인 10문항, 정서적 요인 10문항, 총 20문항이다. 점수는 5점 척도로, 전혀 그렇지 않다(1점)~매우 그렇다(5점)로 구성되었다. 점수가 높을수록 시험불안이 높음을 의미한다. 신뢰도계수는 .91이었고(Kim, 2003), 본 연구의 신뢰도계수는 .89이었다.

4. 분석 방법

본 연구의 자료는 SPSS/WIN 22.0으로 분석하였다. 대상자들의 일반적 특성을 알아보기 위해 빈도 분석 및 기술 통계를 실시하였고, 측정도구의 신뢰도는 Cronbach's α 로 산출하였다. 일반적 특성에 따른 자아 탄력성, 사회적 지지, 시험불안의 차이를 알아보기 위해 independent t-test와 ANOVA로 분석하였고, 사후분석은 Duncan test를 이용하였다. 변인들 간의 관계는 Pearson 상관계수로 분석하였고, 자아 탄력성과 사회적 지지가 시험불안에 미치는 영향을 확인하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 통계학적 유의수준은 .05로 정하였다.

Ⅲ. 결 과

1. 일반적 특성에 따른 자아 탄력성, 사회적 지지, 시험불안의 차이

연구 대상자의 일반적 특성에 따른 자아 탄력성, 사회

적 지지, 시험불안의 차이는 다음과 같다. 자아 탄력성과 사회적 지지는 대상자의 특성에 따른 차이가 나타나지 않았다. 시험불안에 차이를 보이는 특성은 학년으로, 4학년이 2학년에 비해 시험불안이 높게 나타났다($F=3.81, p=.02$)(Table 1).

Table 1. Difference of ego resilience, social support and test anxiety by general characteristics

Characteristics	n (%)	Ego resilience		Social support		Test anxiety		
		M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)	
Sex	Male	67	3.51±.73	1.40	3.75±.43	-1.50	3.08±.60	.17 (.87)
	Female	101	3.35±.76	(.17)	3.85±.43	(.14)	3.06±.79	
Session	2 ^a	53	3.14±.77	.82 (.44)	3.84±.39	.33 (.72)	3.60±.65	3.81 (.02)
	3 ^b	60	3.07±.70		3.78±.44		3.43±.77	
	4 ^c	55	2.97±.70		3.82±.47		3.21±.77	
Grade (Average)	2.5<	4	3.22±.57	.34 (.85)	3.84±.34	.05 (1.00)	2.83±.63	.19 (.95)
	2.5≤~<3.0	28	3.50±.72		3.80±.46		3.13±.66	
	3.0≤~<3.5	50	3.46±.71		3.80±.37		3.07±.73	
	3.5≤~<4.0	33	3.41±.71		3.83±.48		3.03±.75	
	4.0≤	53	3.34±.85		3.82±.47		3.06±.72	

2. 자아탄력성, 사회적지지, 시험불안 수준

연구 대상자의 자아 탄력성, 사회적 지지, 시험불안 수준은 다음과 같다. 자아 탄력성의 평균 점수는 3.41점이었었다. 하위 요인 중 흥미가 3.45점으로 가장 높았고, 긍정적 태도가 3.36점으로 가장 낮게 나타났다. 사회적 지

지의 평균 점수는 3.81점이었었다. 하위 요인 중 가족지지가 4.06점으로 가장 높았고, 교수지지가 3.42점으로 가장 낮게 나타났다. 시험불안의 평균 점수는 3.06점이었었다. 하위 요인 중 정서적 요인이 3.07점으로 가장 높았고, 인지적 요인이 3.04점으로 가장 낮게 나타났다(Table 2).

Table 2. Level of ego resilience, social support and test anxiety

Variable	M±SD	
Ego resilience	Interest	3.45±1.01
	Positiveness	3.36±.83
	Total	3.41±.75
Social support	Friend support	3.96±.56
	Family support	4.06±.71
	Teacher support	3.42±.64
	Total	3.81±.43
Test anxiety	Cognition	3.04±1.16
	Emotionality	3.07±1.16
	Total	3.06±.72

3. 자아 탄력성, 사회적 지지, 시험불안 간의 상관관계

연구 대상자의 자아 탄력성, 사회적 지지, 시험불안 간의 상관관계를 분석한 결과는 다음과 같다. 자아 탄력성

과 사회적 지지($r=.241, p<.05$)는 유의한 정적 상관관계를 나타내었고, 자아 탄력성과 시험불안($r=-.172, p<.05$), 사회적 지지와 시험불안($r=-.466, p<.05$)은 유의한 부적 상관관계를 보였다(Table 3).

Table 3. Correlation among ego resilience, social support and test anxiety

	Ego resilience	Social support	Test anxiety
Ego resilience	1		
Social support	.241**	1	
Test anxiety	-.172*	-.466**	1

* $p<.05$, ** $p<.01$

4. 시험불안에 영향을 미치는 자아 탄력성 요인

시험불안에 영향을 미치는 자아 탄력성 요인에 대해 분석한 결과는 다음과 같다. 자아 탄력성은 시험불안에

부분적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자아 탄력성의 하위 요인 중 긍정적 태도는 시험불안에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 수정된 설명력은 5.2 %이었다(Table 4).

Table 4. Ego resilience factors affecting test anxiety

	B	S.E	β	t (sig)
(Constant)	3.011	.228		13.201 (.00)**
Interest	.211	.070	.297	3.016
Positiveness	-.169	.085	-.196	-.1984 (.04)*

$R=.229, R^2=.052, F=4.552(.01)^*$

* $p<.05$, ** $p<.01$

5. 시험불안에 영향을 미치는 사회적지지 요인

시험불안에 영향을 미치는 사회적 지지 요인에 대해 분석한 결과는 다음과 같다. 사회적 지지는 시험불안에

부분적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 사회적 지지의 하위 요인을 살펴보면, 가족지지, 친구지지 순으로 시험불안에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 수정된 설명력은 27.1 %이었다(Table 5).

Table 5. Social support factors affecting test anxiety

	B	S.E	β	t (sig)
(Constant)	5.917	.433		13.674 (.00)**
Friend support	-.254	.091	-.197	-2.792 (.01)*
Family support	-.422	.071	-.417	-5.905 (.00)**
Teacher support	-.039	.076	-.035	-.512 (.61)

$R=.520, R^2=.271, F=20.290(.00)^*$

* $p<.05$, ** $p<.01$

IV. 고찰

본 연구는 작업치료학과 대학생들의 자아 탄력성과 사회적 지지가 시험불안에 미치는 영향을 살펴보고, 이를 통해 작업치료학과 대학생들의 시험불안을 감소시킬 수 있는 프로그램 개발의 기초자료로 활용하고자 하였다.

작업치료학과 대학생들의 시험불안 평균은 3.06점으로 일반 계열 대학생들을 대상으로 한 Lee와 Kang(2017)의 연구결과(2.53)와 Jeon(2021)의 연구결과(2.38)보다 높은 수준이었다. 보건계열 대학생들은 국가고시 면허 시험이 있기에 시험불안의 수준이 높은 것으로 확인할 수 있다. 또한 인문사회·자연공학·예체능 계열 등의 대학생들을 대상으로 한 Ha(2022)의 연구결과(2.37)보다도 높은 것으로 나타났다. 이는 코로나19가 시작된 2020년도부터 온라인 수업이 진행되면서 집중력 및 학업 동기 감소, 학습시간 저하, 교수자의 수업의 질 저하 등의 다양한 요인으로 인해 작업치료학과 대학생들의 시험불안의 점수가 더 높아졌을 것으로 본다. 대학 및 학과에서는 지속적인 상담 및 심리 프로그램, 학업 프로그램 등을 운영하여 시험에 대한 신체적, 심리적 부담을 줄일 수 있는 환경의 모색이 필요하다. 또한 온라인 수업에서는 교과목 특성에 맞는 다양한 교수·학습법 개발, 온라인의 특성을 살린 다양한 웹 콘텐츠 활용 등으로 학생들의 학습동기 및 참여를 유도하는 것이 요구된다.

작업치료학과 대학생들의 자아 탄력성 평균은 3.41점으로, 대학생을 대상으로 한 You와 Yang(2014)의 연구결과(2.77)와 Jung(2016)의 연구결과(3.22)보다 높은 수준으로 나타났다. 자아 탄력성은 새로운 환경에서 유연하게 반응할 수 있는 개인적 성향으로, 상황의 맥락에 따라 자아 통제 수준을 수정하게 한다(Park, 2013; Chen 등, 2021). 작업치료학과 대학생들은 학교 내 전공이론수업 외에도 현장실습을 위해 임상기관 환경에도 적응해야 한다. 또한 면허증 취득을 위해 국가고시를 준비하는 과정에서 교과목 시험, 국가고시 모의시험 등의 시험 횟수가 빈번하기에 대학생활의 적응을 위해서는 자아 탄력성의 향상이 요구된다. 이에 학과에서는 입학부터 자아 탄력성을 측정하여 이를 강화시킬 수 있는 교내·외 활동

의 개설 및 운영이 요구된다.

작업치료학과 대학생들의 사회적 지지 평균은 3.81점으로, 보건복지계열 대학생들을 대상으로 한 Park과 Park(2017)의 연구결과(3.59)와 간호 대학생들을 대상으로 한 Lee(2018)의 연구결과(3.78)보다 높은 수준으로 나타났다. 사회적 지지는 대인 관계에서 얻을 수 있는 애정, 관심과 같은 심리적 자원이 바탕이 되는 긍정적인 자원으로, 삶에서 일어나는 사건들에 대한 부정적인 심리적 영향을 감소시킨다(Park & Park, 2017; Liu 등, 2021). 사회적 지지 수준이 높을수록 상황 적응력 및 정신적 안녕에 도움을 주고, 내외적인 환경의 스트레스 상황에 대한 완충효과를 나타낸다. 따라서 국가고시를 준비하는 작업치료학과 대학생들의 시험불안을 낮추기 위해서는 사회적 지지를 향상시키는 것이 하나의 방안이라 할 수 있다. 이에 대학이나 학과에서는 대학생 개인이 주위 환경 및 대인관계로부터 지지를 받고 있음을 인식시켜야 한다. 또한 대인관계를 강화시킬 수 있는 프로그램 및 상담이 지속적으로 개발·운영되어야 할 것이다.

본 연구에서 작업치료학과 4학년 대학생의 시험불안은 2학년보다 유의하게 높았다. 국가고시를 합격하면 졸업과 동시에 작업치료사로 취업할 수 있다. 이를 준비하는 과정에서 4학년은 전공 시험과 모의고사를 응시하면서 부담감이 생긴다. 국가고시를 불합격한다면 취업이 어렵고 1년간 다시 준비하는 해야 한다는 부담 및 압박감이 가중된다. 그렇기에 취업 및 국가고시의 현실에 직면하게 된 4학년이 시험불안이 더 높을 것으로 사료된다. Yeom과 Seong(2016)의 연구에서도 고학년이 저학년에 비해 시험불안이 높다고 하였다. 그러나 작업치료학과 대학생의 시험불안에 대한 선행연구가 충분하지 못하였기에, 작업치료학과 대학생들의 시험불안 수준과 영향을 미치는 요인들을 확인하는 지속적인 연구가 필요하다.

자아 탄력성이 시험불안에 미치는 영향을 분석한 결과, 자아탄력성은 시험불안에 부분적으로 유의미한 영향을 나타내었다. 하위 요인 중 긍정적 태도가 시험불안에 부적인 영향을 미쳤다. 자아 탄력성이 높은 대학생은 새로운 환경에서도 긍정적인 태도로 유연한 적응력을 보였다. 또한 문제 상황에서도 이를 잘 극복해내려고 노력하는 것으로 나타났다. Jeon(2021), You와 Yang(2014)은

자아 탄력성이 높은 대학생은 시험을 보는 상황에서도 불안해하지 않으며 어려운 상황에서 해결 방안을 찾고 추구하는 노력이 불안감을 줄여준다고 하였다. 또한 Shin(2014)은 긍정적 태도가 높을수록 시험불안이 낮아진다고 하여, 본 연구의 결과를 지지하였다. 이처럼 자아 탄력성은 개인을 긍정적으로 보호할 수 있는 능력으로, 시험과 같은 스트레스 상황을 대처하는 과정에서 행동의 통제 수준을 증감시킨다. 특히 긍정적 태도는 시험 등의 외적인 위협에도 효과적으로 대처할 수 있어 시험 불안에 영향을 미침을 확인할 수 있었다. 이에 대학 및 학과에서는 대학생들의 자아탄력성을 높일 수 있는 비교과프로그램 운영 및 상담 등이 이루어져야 할 것으로 사료된다.

사회적 지지가 시험불안에 미치는 영향을 분석한 결과, 사회적 지지는 시험불안에 부분적으로 유의미한 영향을 나타내었다. 하위 요인 중 친구지지, 가족지지가 시험불안에 부적인 영향을 미쳤으며 설명력이 높은 요인은 가족지지($\beta = -.417$)였다. 사회적 지지가 높은 대학생은 주변 사람들에게 인정과 긍정적 지지를 받고 있다고 하였다. 또한 대인관계를 잘 형성하고 있다고 생각하여 개인의 환경에 안정감을 느끼고 있었다. 특히 부모는 가족지지의 주체로, 부모의 태도나 양육 방법이 대학생 개인의 발달의 전 과정에 가장 영향을 미쳤을 것으로 본다. Noh와 Lee(2016)는 간호대학생의 사회적 지지가 높을수록 시험을 준비하는 대학생에게 긍정적인 자원으로 작용하여 시험불안이 낮아진다고 하였고, 특히 가족지지가 시험불안을 낮추는 중요한 요인이라고 하였다. Seo와 Oh(2021)도 사회적 지지가 높을수록 대학생의 학업 스트레스를 낮추고 대학생활의 적응을 높인다고 하여, 본 연구의 결과를 지지하였다. 사회적 지지가 시험불안에 긍정적인 영향을 주는 요인임을 확인하였기에, 어려운 상황에서 주위의 사람에게 도움을 요청할 수 있도록 다양한 교류 및 지지가 이루어질 수 있는 방안이 필요하다.

본 연구는 작업치료학과 대학생의 자아 탄력성과 사회적 지지가 시험불안에 미치는 영향을 확인하여, 시험불안을 감소시킬 수 있는 기초 방안을 마련하고 교육 환경의 측면에서 개선방안을 제시하였다는 점에서 의의가 있다고 본다. 그러나 본 연구는 다음과 같은 제한점을 가진다. 일부 지역, 학과의 학생들을 대상으로 얻은 결과

이므로 일반화에 어려움이 있다. 또한 대학생들의 시험 불안에 영향을 미칠 다양한 외적 변인에 대해 고려하지 않고 개인적 변인에만 중점을 두었다. 추후에는 지역과 대학의 범위를 확장시킬 뿐만 아니라 개인적 변인 외 다양한 외적 변인들을 포괄적으로 포함한 연구가 이루어져야 할 것으로 본다.

V. 결론

본 연구는 작업치료학과 대학생들의 자아 탄력성과 사회적 지지가 시험불안에 미치는 영향을 살펴보고, 이를 통해 작업치료학과 대학생들의 시험불안을 감소시킬 수 있는 프로그램 개발의 기초자료로 활용하고자 하였다. 연구 결과, 작업치료학과 대학생의 시험불안은 4학년이 2학년보다 높았다. 또한 자아 탄력성의 긍정적 태도와 사회적 지지의 친구지지, 가족지지 요인이 시험불안에 부적인 영향을 나타내었다. 본 연구결과에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 작업치료학과 대학생들의 시험불안 수준과 영향을 미치는 요인들을 확인하는 연구가 필요하다. 둘째, 대학 및 학과에서는 대학생들의 자아 탄력성을 높일 수 있는 비교과 프로그램 운영 및 상담 등이 이루어져야 한다. 셋째, 작업치료학과 대학생들이 주위 환경으로부터 지지를 받고 있음을 인식시키고, 어려운 상황에서 주위의 사람에게 도움을 요청할 수 있는 방안이 필요하다.

참고문헌

- Baek DH(2017). The relationship between perceived authoritarian parenting and test anxiety: the mediating effect of self-compassion. Graduate school of Daegu University, Republic of Korea, Master's thesis.
- Block J, Kremen AM(1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *J Pers Soc Psychol*, 70(2), 349-361. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.2.349>.

- Byun JY, Kang MJ(2016). Effect of parental achievement pressure, need for approval, academic self-efficacy on the middle and high school students' test anxiety: path analysis comparing boys and girls. *Korean J Youth Stud*, 23(12), 277-302. <https://doi.org/10.21509/KJYS.2016.12.23.12.277>.
- Chen Q, Gao W, Chen B-B, et al(2021). Ego-resiliency and perceived social support in late childhood: a latent growth modeling approach. *Int J Environ Res Public Health*, 18(6). <https://doi.org/10.3390/IJERPH18062978>.
- Dubow EF, Ulman DG(1989). Assessing social support in elementary school children: The survey of children's social support. *J Clin Child Psychol*, 18(1), 52-64.
- Ha JJ(2022). The effect of socially prescribed perfectionism on academic procrastination behavior: Mediating effects of academic stress and test anxiety. Graduate school of Daejeon University, Republic of Korea, Master's thesis.
- Han MH, Yoo AJ(1996). The relation of stress and perceived social support to problem behavior. *Korean J Child Stud*, 17(1), 173-188.
- Jeon SY(2021). The relationship between ego-resilience and test anxiety in university students: The mediation effect of failure tolerance moderated by self-compassion. Graduate school of Hanyang University, Republic of Korea, Doctoral dissertation.
- Jeong GM(2019). The effect of social support of middle school students on subjective happiness: Mediation effect of self-encouragement. Graduate school of Gwangju University, Republic of Korea, Master's thesis.
- Jung HY(2016). The convergence influence of life stress, depression and ego resiliency on college life adaptation in nursing students. *J Digit Converg*, 14(7), 259-268. <https://doi.org/10.14400/JDC.2016.14.7.259>.
- Kim SJ(2018). Response characteristics of person-in-the-rain (PITR) test based on a university student's level of stress over their job search and level of career decision-making self-efficacy. Graduate school of Ewha Womans University, Republic of Korea, Master's thesis.
- Kim YR(2003). A study of the relationships among the social support, academic self-concept, and the test anxiety of the high school students. Graduate school of Yonsei University, Republic of Korea, Master's thesis.
- Korean Association of Occupational Therapists. National occupational therapist emissions. Available at <https://www.kaot.org/pds/definition.jsp/> Accessed March 20, 2022.
- Lee KS, Lee Y(2021). Investigation on the relationship between ego-resilience, parenting behavior, peer attachment and test anxiety. *J Hum Soc Sci*, 29(2), 159-179. <https://doi.org/10.22924/jhss.29.2.202108.007>.
- Lee MH(2018). The relationship between social support, department satisfaction, self-esteem, and ego-resilience of nursing students. *HSS21*, 9(4), 1605-1620. <https://doi.org/10.22143/HSS21.9.4.111>.
- Lee SH, Kang MK(2017). The coping and the high-caffeinated drink consumption according to test anxiety in college students. *Asia-Pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, 7(8), 727-739. <https://doi.org/10.35873/ajmahs.2017.7.8.068>.
- Liu C, Huang N, Fu M, et al(2021). Relationship between risk perception, social support, and mental health among general chinese population during the COVID-19 pandemic. *Risk Management and Healthcare Policy*, 14, 1843-1853. <https://doi.org/10.2147/RMHP.S302521>.
- Noh YG, Lee YS(2016). Influence of self-efficacy and social support on test anxiety among nursing students taking the national examination for registered nurses. *J Korea Cont Assoc*, 16(11), 633-643. <https://doi.org/10.5392/JKCA.2016.16.11.633>.
- Park JH(2022). The effects of negative experiences and stress caused by COVID-19 on career compromise and career preparation behavior of college students. Graduate school of Yeungnam University, Republic of Korea, Master's thesis.
- Park JY, Park SM(2017). Influence of college adjustment and social support on career development level of

- college students who majors in health or social welfare. Korean J Clin Lab Sci, 49(2), 180-186. <https://doi.org/10.15324/kjcls.2017.49.2.180>.
- Park YA(2013). The influences of ego-resiliency on stress level in children: the mediating effects of affects. Korean J Child Stud, 34(3), 179-190. <https://doi.org/10.5723/KJCS.2013.34.3.179>.
- Piao LJ(2015). The effects of adult attachment and ego-resilience on interpersonal conflict coping behaviors of Korean college students and Chinese international students in Korea. Graduate school of Kyung Hee University, Republic of Korea, Doctoral dissertation.
- Seo JA(2018). The effects of positive psychology group counseling program on test anxiety, learning motivation and ego-resilience of middle school freshmen. Graduate school of Dong-A University, Republic of Korea, Master's thesis.
- Seo MJ, Oh JJ(2021). The mediating effect of social support on academic stress of nursing students and adjustment to college life. J Korea Cont Assoc, 21(4), 815-824. <https://doi.org/10.5392/JKCA.2021.21.04.815>.
- Shin GI, Woo YS, Park HY, et al(2017). A study on career selection status and career confidence in occupational therapy students in Korea. Korean J Occup Ther, 25(3), 153-169. <https://doi.org/10.14519/jksot.2017.25.3.12>.
- Shin YS(2014). The effect of adolescents' academic stress, resilience, coping strategies on the test anxiety. Graduate school of Gangnam University, Republic of Korea, Master's thesis.
- Spielberger CD, Gonzalez HP, Taylor CJ, et al(1980). Preliminary manual for the test anxiety inventory. Palo Alto, Calif: Consulting Psychologist Press, pp.1-12.
- Yang YK, Han KS, Bae MH, et al(2014). Social support, academic stress, clinical practice stress in college student of nursing. Korean J Stress Res, 22(1), 23-34. <https://doi.org/10.17547/kjsr.2014.22.1.23>.
- Yeom EY, Seong JA(2016). The influence of career identity, job-seeking stress, self control on test anxiety in nursing students. J Korean Soc School Commu Health Educ, 17(2), 57-69.
- You HS, Yang YK(2014). The influence of self-resilience and academic self-concept on test anxiety in undergraduates. J Korean Acad Fundam Nurs, 21(3), 275-282. <https://doi.org/10.7739/jkafn.2014.21.3.275>.