

# 대학생 시간관리 측정용 척도개발

두 경 자(상명대학교 교수) · 한 성 희(상명대학교 강사)

본 연구의 목적은 대학생의 균형있는 시간관리 행동을 측정할 수 있는 질적 시간관리 척도를 개발하는데 있다. 시간관리행동은 건강, 노동, 여가관리시간을 중심으로 하여 균형상의 시간관리 수준을 측정할 수 있도록 하였으며 개인적으로 시간관리행동을 보완·수정하여 스스로 시간관리를 할 수 있도록 하고자 하였다. 연구대상은 수도권 지역에 위치한 4년제 대학교 대학생을 대상으로 설문조사를 실시하여 총 600부를 수집하여 부실기재한 것을 제외하고 총 573부를 대상으로 하였다. 대학생 시간관리를 측정하기 위하여 문헌고찰을 통해 건강관리 7문항, 노동관리 13문항, 여가관리 14문항을 추출하여 총 34문항으로 이루어진 척도를 구성하였다. 소비자학 전공자 3인으로부터 안면타당도(face validity)를 검증받고 이를 설문지화하여 예비조사를 실시하고 내용을 수정·보완하여 척도를 구성하였다. 자료 분석방법은 SPSS 15.0 프로그램을 이용하였으며, 척도의 구성을 위하여 탐색적 요인분석(EFA), 문항분석, 신뢰도분석을 실시하였고, 척도의 구성타당도를 확인하기 위하여 AMOS 7.0을 이용하여 확인적 요인분석(CFA)을 실시하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다.

첫째, 1차적으로 실시한 문항분석을 통해 30개의 항목을 탐색적 요인분석한 결과, 건강관리, 노동관리, 여가관리로 유목화되었으며, 각각의 하위요인으로 건강관리는 섭생 및 수면, 목욕 및 운동으로, 노동관리는 학습, 아르바이트, 가사노동으로, 여가관리는 가족 및 친구와의 관계증진, 독서, 종교 및 봉사활동으로 구성되었다. 측정항목의 정제과정을 거쳐 대학생 시간관리를 위한 측정 척도는 23개 항목 8개 요인으로 구성되었다. 탐색적 요인분석에 따른 확인적 요인분석 결과, 각각의 영역별 모형은 모델의 기준부합지수(GFI, AGFI, RMR, NFI)를 모두 충족하는 것으로 나타나 탐색적 요인분석에 따른 결과를 재검증하였다.

둘째, 확인적 요인분석결과에 따른 각 영역별 시간관리를 살펴보면, 건강관리에서 운동(.39)에 대한 요인부하치가 가장 낮게 나타났으며 노동관리에서 시험준비(.69)에 대한 요인부하치가 가장 높게 나타났다. 이는 대학생들이 건강관리를 위한 운동에 시간을 적게 할애하고 있으며 학습관련 시간관리 중 시험준비에 가장 많은 시간을 할애하고 있음을 의미한다. 여가관리에서는 친구와의 관계증진(.41)이 가족과의 관계증진에 비해 낮게 나타났으며 전공서적 이외의 독서나 신문읽기에 대한 요인부하치가 낮게 나타났고 종교생활(.33)의 요인부하치도 낮게 나타났다. 이러한 결과는 대학생들에게 보다 윤택하고 균형잡힌 여가시간관리행동이 필요함을 시사하는 것이다.

셋째, 건강관리, 노동관리, 여가관리 세영역을 확인적 요인분석한 결과, 노동관리 중 아르바이트(.01)의 요인부하치가 가장 낮게 나타났으며 노동관리 중 학습(.69)의 요인부하치가 가장 높게 나타났다. 각각의 하위영역에서도 균형잡힌 시간관리행동을 하지 못하고 있는 것으로 나타났다.

본 연구결과는 대학생의 질적인 시간관리 측정을 위한 보다 타당한 척도를 개발하기 위한 기초자료를 제공하였다. 또한 시간관리행동을 건강, 노동, 여가관리로 나누어 각 영역별 균형잡힌 시간관리를 가능하게 하는 척도를 개발하였다는데 의의가 있다.