

치위생과 학생의 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인: 경기지역 일부 학생을 중심으로

강현숙[†] · 소미현
수원여자대학교 치위생과 부교수

The Influential Factors on Dental Hygiene Students' Adaptation to College Life

Hyun-Sook Kang[†] · Mi-Hyun So
Associate Professor, Department of Dental Hygiene, Suwon Women's University

ABSTRACT

Objectives: Reportedly, the main influential factors on students' adaptation to their college life were social support, stress, adaptation resilience, self-esteem, and satisfaction with their major. This study tried to find the actual influence of these factors on dental hygiene students, and to find an intervention plan for improving their adaptation to college life and preventing their dropout.

Methods: An online questionnaire survey had been conducted with 270 dental hygiene students from June 21 to July 2, 2021. The collected data were analyzed with the use of SPSS Program Version 22.0.

Results: Firstly, students living together with their family, those satisfied with their major, and those doing a club activity related to their major scored high points in terms of the adaptation to college life. In addition, the adaptation points were high in those whose school entrance motivation was arbitrary, and in those who entered in the dental hygiene department in consideration of their aptitude.

Secondly, college life stress was high in those whose entrance motivation was in other persons' will, those who entered in the department due to their school record and occupation, rather than aptitude, those who were also doing a part-time job, and those whose economic level was low.

Thirdly, adaptation resilience, social support, and self-esteem were high in those who were highly satisfied with their major, those who entered in the department in consideration of

* 본 연구는 2021년도 수원여자대학교 순수연구과제 지원에 의해 수행되었음.

접수일 : 2021년 10월 26일, 수정일 : 2021년 11월 16일, 채택일 : 2021년 11월 17일

교신저자 : 강현숙(16632, 경기도 수원시 권선구 오목천동 온정로 72)

Tel: 031-290-8254, Fax: 031-290-8248, E-mail: khsook@swc.ac.kr

apptitude, and those whose economic level was high.

Fourthly, the biggest influential factor on their adaptation to college life was college life stress, followed by self-esteem, satisfaction with major, and adaptation resilience in order.

Conclusion: Given all the results, it is necessary to analyze dental hygiene students' levels of stress, self-esteem, social support, and adaptation resilience from the beginning of their entrance, and to operate a school life adaptation program in line with school years. If any customized support and training are given to these students to deal with a variety of stress situations resiliently and wisely and achieve their jobs successfully, it is expected to improve their self-esteem and adaptation resilience, and thereby increase their adaptation to college life.

Key words: Adaptation to college life, College life stress, Resilience, Social support, Self esteem

I. 서론

저출산 및 학령인구 감소 영향으로 인해 매년 입학자원은 감소하는 추세를 보여, 2021학년도 입학자원은 428,930명, 입학정원 497,218명으로 입학정원 대비 입학자원이 13.7%가 부족한 결과를 보였고 향후 5년 뒤에는 현재보다 약 2배 감소할 것으로 예측이 되고 있다(교육통계서비스, 2021). 이렇듯 학령인구의 감소로 앞으로 대학은 학생 선발과 함께 보유 학생수를 유지하기 위해 중도탈락을 예방할 수 있는 다양한 방안을 마련해야 하는 시점이라 할 수 있다.

실제로 최근 3개년 전국 대학생의 중도탈락률 평균은 8.3%로 보고되었고, 치위생과 신입생의 중도탈락률은 2018년 5%에서 2020년 14.8%로 약 10% 이상 증가한 것으로 보고되고 있어 이들의 중도탈락을 방지하기 위해 대학생활 적응을 높일 수 있는 방안 마련이 시급하다(대학알리미, 2021).

대학생활 적응이란 학교수업, 학교생활, 학교 내의 스트레스에 대처하는 일련의 노력으로 학교 상황 내의 여러 가지 요구에 학생 스스로 잘 조절하고 현실적인 가능성을 신중하게 고려하여 상황에 맞춰 대처하려고 하는 개인적 시도라 할 수 있다(김진희와 도재우, 2012). 대학생활 적응에 대하여 이재명(2009)은 대학생들이 대학이라는 새로운 환경안에서

부딪히게 되는 변화와 도전에 대처하는 적절한 반응이라고 하였으며, 정은이와 박용한(2009)은 대학생들이 학교 구성원 및 환경과 능동적인 상호작용을 통하여 성공적인 대학생활을 영위하고 스스로 높은 만족감을 느끼는 과정과 결과라고 정의하였다. 즉, 대학생활에 적응하기 위해서는 대학생활 중 발생하는 다양한 상황과 스트레스에 대한 적절한 대처와 자신감, 대인관계를 통한 상호작용과 만족감을 필요로 한다고 볼 수 있다.

그러나, 우리나라 대부분의 청소년들은 자신의 결정보다는 학교 성적, 취업의 효율성에 의해 대학에 진학하는 경우가 많고 사회적 역할에 있어 불안정한 시기이므로, 다양한 과제와 도전을 수행하는 과정에서 대인관계나 대학생활 적응의 어려움, 학업 및 진로 문제로 심리적 부담감을 느끼게 된다(이경완 외, 2013; 이영미 외, 2004). 또한, 교수와의 갈등, 동성 및 이성 친구와의 관계 문제, 성인으로서의 새로운 가치관과 자아정체감 확립 문제 등 다양한 요인들에 의하여 스트레스를 경험하게 된다(이은희와 박상준, 2012).

치위생과 학생들은 입학과 동시에 전공교과목 수업이 시작되므로 전공학습에 대한 부담이 크고, 다양한 실습교육이 수반되는 교육과정으로 심리적, 육체적 부담감이 매우 높기 때문에 이들이 겪고 있는 스트레스를 이해하고 건강한 대학생활을 유지할 수 있

는 효율적인 지원이 필요하다(유자혜와 김정희, 2016). 특히, 치위생과 학생들은 졸업 후 치과위생사로 활동하며 구강보건교육, 예방처치, 치과진료 협조 및 경영관리 등의 업무를 지원하고 국민의 구강건강 증진의 일익을 담당하는 주도적인 역할을 하게 되며, 이를 위해 치위생(학) 교육기관에서는 연평균 5천 여 명의 치과위생사들을 배출하고 있으나 치과계에서 치과위생사의 직업이탈과 이직은 심각한 수준이다. 따라서, 치위생과 학생들을 사회의 요구에 맞춘 전문 직업인으로 배출해 내기 위해서는 초석이 될 수 있는 대학생활에 잘 적응할 수 있는 적극적인 지원이 필요하다 하겠다.

대학생활 적응과 관련한 선행연구에 의하면, 교수, 선·후배, 동급생 등 학교의 구성원뿐 아니라, 가족 등 주변인의 역할이 이들에게 도움이 될 수 있다고 하였으며, 이들로부터 제공받게 되는 다양한 도움과 원조를 사회적 지지로 정의하였다. 사회적 지지는 개인이 스트레스 상황에서 경험하게 되는 심리적, 생리적 측면의 부정적 효과를 약화시켜 개인의 환경 적응력을 높이는 요인으로 작용하게 되는데(이옥형, 2012). 실제로 자신이 타인으로부터 사회적 지원을 많이 받는다고 인식할수록 문제적 상황에 보다 적극적인 방법으로 대처하고, 심리적 만족도의 증가와 스트레스로 인한 고통이 감소하는 것으로 나타났다(전소연, 2012).

이외에도 환경 적응과 관련하여 적응 유연성을 꼽을 수 있는데, 적응 유연성은 다양한 스트레스에도 불구하고 예기치 않은 높은 성취를 보이는 능력으로, 자신이 처한 부정적인 상황에 대해 좌절하기보다 긍정적인 자세로 도전하고 극복해 나가는 탄력적인 삶의 태도라 할 수 있다(한상철, 2014). 적응 유연성은 위협요인에 노출된 개인에게 보호요인이 긍정적으로 작용함으로써 부정적인 결과를 감소시키고 상황에 유연하게 대처하고 적응을 잘 이루어내는 것으로, 적응 유연성이 높은 대학생이 대학생활에 더 잘 적응한다고 보고되었다(Garmezy, 1993; Masten, 2001;

최바울, 2006).

한편, 자아존중감은 한 개인의 발달과 성격에 영향을 미치는 요인으로 인간 행동의 중요한 동기이자 사회 적응에 영향을 미치는 주요한 요인으로 간주된다. 개념에는 다소 차이가 있으나 개인이 자신의 성취를 평가하고 판단하는 것, 혹은 개인의 심리적 특성에 영향을 주는 요인으로 설명되고 있다(김혜미 외, 2015). 대학생 시기는 사회, 심리적 발달이 여전히 진행되고 학업과 취업 등의 과업을 완수해야 하는 시기로(정인희, 2012), 정효주와 정향인(2012), 이정희와 정경연(2007)은 개인이 지닌 개인적 가치를 인식하는 것으로 자아존중감이 높을수록 자신의 성공에 대해 자랑스러워하고, 전공 만족도가 높은 것으로 나타났으며 대학생활 적응에 가장 큰 영향을 미친다고 하였다.

이처럼 대학생활 적응과 관련하여 대학생활 스트레스, 적응유연성, 사회적 지지, 자아존중감, 전공 만족도 등이 영향을 미치는 주요 요인으로 보고되고 있기에, 치위생과 학생을 대상으로 관련 요인들이 어떠한 영향을 미치는지 국내 기존 문헌을 고찰하였다. 고찰 결과, 그간 진행된 연구들은 앞서 언급한 각 요인들에 관한 관련성이나 영향요인에 관한 단편적인 연구들로 치위생과 학생의 대학생활 적응을 통합적으로 이해할 수 있는 접근은 매우 부족한 편이다. 특히, 적응유연성 요인은 간호대생을 대상으로 주된 연구가 진행되었으나, 치위생과 학생을 대상으로 한 연구는 미비한 실정이다. 따라서, 적응유연성 요인까지도 포함하여 실질적으로 치위생과 학생의 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 포괄적으로 파악할 필요가 있다.

이에 본 연구에서는 치위생과 학생을 대상으로 대학생활 적응과 관련된 주요 요인들이 실제로 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고 이들의 대학생활 적응을 높이기 위한 방안을 모색해보고자 본 연구를 실시하였다.

II. 연구방법

1. 연구대상 및 윤리적 고려

본 연구는 경기 일부 지역에 소재한 3개 치위생과 재학생 중 만 19세 이상인 학생을 대상으로 2021년 06월 21일부터 07월 02일까지 편의 표본 추출하여 온라인 설문조사를 통해 진행되었다. 본 연구에 참여를 희망한 학생은 1학년 107명, 2학년 71명, 3학년 92명으로 총 270명이 설문조사에 응답하였으며 모든 응답 결과를 본 연구결과 분석에 활용하였다. 연구대상자 수는 G*power 프로그램을 이용하여 산출하였고, 다중 회귀분석에서 유의수준 $\alpha=.05$ 과 중간 수준효과 0.15, power $1-\beta=.95$ 를 유지하는데 필요한 최소 표본 수 194명을 충족하였다. 본 연구의 설문 내용을 확인하고 연구에 자발적으로 참여 의사를 밝힌 대학생을 최종 연구대상자로 선정하였다. 설문지를 작성하는 도중이라도 참여를 원치 않는 경우에는 언제든지 철회가 가능함과 수집된 정보는 본 연구목적 이외의 용도로 활용되지 않을 것을 설명하였다. 또한, 수집된 정보는 개인정보의 비밀보장을 위해 암호화시켜 연구자의 컴퓨터에 보관되고, 연구가 끝나고 3년 후에 모든 자료가 폐기됨을 충분히 명시함으로써 연구 윤리를 준수하고자 하였다.

2. 연구도구

1) 일반적인 특성

연구대상자의 일반적인 특성은 연령, 학년, 주거 형태(가족동거, 독거), 치위생과 지원동기(자발적 선택, 타인의 권유), 치위생과 지원 사유(적성고려, 성적·취업·이미지고려 등), 전공만족도, 전공동아리 활동 유무, 주관적 경제적 수준 및 현재 아르바이트 유무에 대해 묻는 9개 문항으로 구성하였다.

2) 대학생활 적응도

대학생활 적응도는 대학생활 적응 정도를 수치화한 것으로, Baker 등(1989)이 제작한 대학생적응도 검사(Student Adaptation to College Questionnaire: SACQ) 도구를, 수정·보완하여 사용한 이윤정(2000)의 도구를 활용하여 측정하였다. 학문적 적응, 사회적 적응, 정서적 적응, 신체적 적응, 대학 애착에 대한 각 5개 문항을 세부 문항으로 구성하여 총 25개 문항, '매우 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다'의 5점 리커트 척도로 구성하여 측정하였다. 부정적인 질문은 역 채점하여 합산하였으며, 합산 총점의 점수가 높을수록 대학생활 적응이 긍정적임을 의미한다. 본 연구에서 측정도구의 Cronbach's α 는 0.891이었다.

3) 대학생활 스트레스

대학생활 스트레스는 전경우 등(2000)이 개발한 대학생용 생활 스트레스 척도를 수정·보완하여 사용하였다. 대학생활을 하는 동안 일상생활에서 최근 경험하고 있는 당면과제(학업, 경제, 장애, 가치관)와 대인관계(이성, 친구, 교수, 가족)에 대한 생각을 묻는 총 25개 문항으로 구성하였으며 전체 문항의 합산 점수가 높을수록 스트레스가 심함을 의미하는데, 본 연구에서 측정도구의 Cronbach's α 는 0.905이었다.

4) 적응 유연성

적응 유연성 척도는 Block과 Letzring, Funder(2004)의 원 도구를 번안, 수정·보완하여 사용한 임순선(2013)의 도구를 활용하여 측정하였다. 자신에 대한 긍정적인 평가 5개 문항, 사람에 대한 태도에 관한 5개 문항, 낙관성에 관한 4개 문항으로 구성되어 총 14개 문항의 합산 점수가 높을수록 적응 유연성이 높음을 의미한다. 리커트 5점 척도로 구성하여 측정하였으며, 본 연구에서 측정도구의 Cronbach's α 는 0.895이었다.

5) 사회적 지지

사회적 지지는 박지원(1985)이 개발한 사회적 지지 척도를 수정·보완하여 사용하였다. 연구대상자의 가족, 친구, 학과 교수 및 선후배 등 주변 사람들로 부터 받게 되는 정서적, 정보적, 물질적, 평가적 지지를 묻는 20개 문항으로 구성되어 측정하였다. 각 문항 점수를 합산한 후 총점의 점수가 높을수록 사회적 지지가 높음을 의미하며, 본 연구에서 측정 도구의 Cronbach's α 는 0.974이었다.

6) 자아존중감

자아존중감 척도는(The Rosenberg Self-Esteem Scale) 개인의 자아존중감을 측정하는 도구로(Rosenberg, 1979), 정지은(2013)이 사용한 도구를 활용하여 총 10개의 문항으로 구성되어 측정하였다. 원 조사도구는 4점 리커트 척도로 구성되어 있으나 본 연구 설문지 구성 상 일관성을 유지하기 위하여 5점 척도로 구성되어 측정하였다. 총 10개 문항의 점수를 합산하여 점수가 높을수록 자아존중감의 정도가 높음을 의미한다. 본 연구에서 측정도구의 Cronbach's α 는 0.887이었다.

3. 자료분석

본 연구를 위해 수집된 자료의 통계처리는 SPSS 22.0을 이용하여 분석하였다. 연구대상자의 일반적 특성에 따른 대학생활 적응, 대학생활 스트레스, 적응 유연성, 사회적 지지와 자아존중감의 차이를 비교하기 위해 t-test, ANOVA test 후 집단 간 차이 검증을 위해 scheffe의 사후 검정을 시행하였다.

대상자의 대학생활 적응과 주요 하위요인과의 관련성은 상관관계 분석을 이용하여 분석하였으며, 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 다중 회귀분석을 실시하였다.

III. 연구결과

1. 연구대상자의 일반적 특성에 따른 대학생활적응 및 대학생활 스트레스 차이

일반적 특성에 따른 대학생활 적응과 대학생활 스트레스 차이를 분석한 결과는 <Table 1>과 같다. 대학생활 적응은 학생의 거주형태, 전공 만족도, 전공 동아리 활동 유무, 지원동기, 지원사유와 경제적 수준에 따른 차이를 보였다($p < .05$). 사후 검정결과 홀로 생활하는 학생보다는 가족과 함께 생활하는 학생이, 전공에 불만족하는 학생보다 만족하는 학생과 전공 동아리 활동을 하는 학생의 대학생활 적응이 높은 결과를 보였다. 또한, 입학동기가 자의적이며 적성에 맞춰 치위생과에 입학한 학생과 경제적 수준이 높을수록 대학생활 적응 점수가 높았으며 유의미한 차이를 보였다. 대학생활 스트레스는 홀로 생활하는 학생이, 전공에 불만족할수록, 아르바이트를 하는 학생이 높은 결과를 보였으며, 입학 동기가 타의적이며 입학 사유가 성적과 취업 등을 고려하여 입학하고 경제적 수준이 낮은 학생이 높았으며 유의미한 차이를 보였다($p < .05$).

2. 연구대상자의 일반적 특성에 따른 적응 유연성, 사회적 지지 및 자아존중감의 차이

일반적 특성에 따른 적응 유연성, 사회적 지지 및 자아존중감의 차이를 분석한 결과는 <Table 2>와 같다. 적응 유연성은 전공에 만족할수록, 치위생과 입학 사유가 적성을 고려한 학생이, 경제적 수준이 높은 학생이 높은 결과를 보였으며 유의미한 차이를 보였다($p < .05$). 사회적 지지는 홀로 생활하는 학생보다는 가족과 함께 생활하는 학생이 높았고, 전공만족도가 보통인 학생보다는 만족하는 학생이, 입학 사유가 적성을 고려한 학생이 높았고, 경제적 수준이 높을수록 사회적 지지도 높은 결과를 보였으며 유의미한 차이를 보였다($p < .05$). 자아존중감은 전공만족도

가 보통인 학생보다 만족하는 학생이 높았고, 지원 사유가 적성을 고려하여 입학한 학생이 취업, 성적 등을 고려하여 입학한 학생보다 높았다. 또한, 경제적 수준이 높을수록 자아존중감이 높은 결과를 보였으며 유의미한 차이를 보였다($p < .05$).

<Table 1> Adaptation to College life, college life stress according to sociodemographic characteristics
n=270

	Division	n	Adaptation to College life		College life stress	
			M±SD	t/f	M±SD	t/f
Age	<21	133	88.24±12.96	1.378	58.79±12.60	-.229
	21≤	134	86.00±13.58		59.19±15.58	
Grade	1 st grade	107	89.33±12.57	2.844	56.90±12.97	2.789
	2 nd grade	71	85.19±12.69		61.91±11.78	
	3 rd grade	92	85.59±14.32		56.70±16.76	
Cohabitation type	Live with family	241	87.61±13.17	2.279*	58.41±13.55	-2.585*
	live alone	29	81.68±13.56		65.55±17.72	
Major satisfaction	Dissatisfaction	9	74.33±18.50 ^a	36.584*	66.55±14.77 ^a	32.101*
	Moderate	80	78.68±10.00		68.23±10.74 ^{ab}	
	Satisfaction	181	91.26±12.20 ^b		54.80±13.51 ^c	
Part-time job	Yes	142	86.12±13.75	-1.101	61.18±15.19	2.467*
	No	128	87.91±12.80		56.95±12.69	
Major club activities	Yes	70	90.61±13.82	2.687*	57.42±14.07	-1.198
	No	200	85.70±12.93		59.79±14.22	
Reason for application	Voluntary selection	195	87.97±12.90	2.001*	58.00±13.02	-2.213*
	Recommendation of others	75	84.37±14.08		62.24±16.59	
Reason for admission	Consider aptitude	31	92.41±14.47	2.442*	53.06±14.22	-2.574*
	considering grades and employment	239	86.26±13.02		59.97±14.03	
Economic level	Low	89	83.82±12.39 ^a	7.804*	64.24±12.93 ^a	12.626*
	Moderate	139	87.04±12.87 ^{ab}		58.14±12.75 ^b	
	High	42	93.42±14.57 ^c		51.85±17.36 ^c	

* Statistically significant differences by the independent t-test & one-way ANOVA test at $\alpha=.05$

〈Table 2〉 Resilience, social support and self esteem according to sociodemographic characteristics

		n=270						
Division	n	Resilience		Social support		Self esteem		
		M±SD	t/f	M±SD	t/f	M±SD	t/f	
Age	<21	133	49.57±7.94	1.746	78.81±13.10	.409	34.62±6.63	.345
	21≤	134	47.84±8.28		78.14±13.68		34.33±6.99	
Grade	1 st grade	107	49.66±8.23		78.47±13.41		34.68±6.97	
	2 nd grade	71	48.67±7.70	2.037	77.15±12.94	.436	33.95±6.62	.242
	3 rd grade	92	48.60±8.18		79.11±13.84		34.41±6.81	
Cohabitation type	Live with family	241	48.70±8.11	.591	79.04±13.35	2.487*	34.63±6.90	1.503
	live alone	29	47.75±8.82		72.55±12.71		32.62±5.81	
Major satisfaction	Dissatisfaction	9	47.33±13.32		80.11±13.04		31.33±11.06	
	Moderate	80	46.07±7.59 ^a	6.050*	72.28±13.39 ^a	12.625*	31.61±5.57 ^a	12.417*
	Satisfaction	181	49.79±7.90 ^b		80.93±12.62 ^b		35.80±6.66 ^b	
Part-time job	Yes	142	49.18±9.12	1.219	78.60±13.41	.332	34.11±7.13	-.748
	No	128	47.96±6.97		78.06±13.45		34.74±6.46	
Major club activities	Yes	70	49.24±8.58	.754	79.97±13.05	1.177	34.71±7.17	.426
	No	200	48.38±8.04		77.78±13.52		34.31±6.70	
Reason for application	Voluntary selection	195	48.72±7.91	.391	78.56±13.20	.436	34.65±6.64	.939
	Recommendation of others	75	48.29±8.87		77.77±14.02		33.78±7.27	
Reason for admission	Consider aptitude	31	54.29±8.43	4.238*	85.35±12.17	3.142*	38.09±7.52	3.252*
	considering grades and employment	239	47.87±7.87		77.43±13.32		33.93±6.59	
Economic level	Low	89	46.83±7.17 ^a		74.94±12.32 ^a		32.50±6.17 ^a	
	Moderate	139	47.64±7.66 ^{ab}	20.839*	77.72±13.11 ^{ab}	14.342*	34.30±6.80 ^{ab}	13.351*
	High	42	55.54±8.49 ^c		87.61±12.69 ^c		38.80±6.29 ^c	

* Statistically significant differences by the independent t-test & one-way ANOVA test at $\alpha=.05$

3. 대학생활 적응과 전공 만족도, 대학생활 스트레스, 적응 유연성, 사회적 지지 및 자아존중감과의 관련성

연구대상자의 대학생활 적응과 주요 하위변수인 전공 만족도, 대학생활 스트레스, 적응 유연성, 사회

적 지지 및 자아존중감과의 관련성을 분석한 결과는 〈Table 3〉과 같다. 대학생활 적응과 대학생활 스트레스($r=-.791$, $p<.01$)가 가장 큰 관련성을 보였으며, 다음으로 자아존중감($r=.692$, $p<.01$), 사회적 지지($r=.544$, $p<.01$), 적응 유연성($r=.530$, $p<.01$), 전공 만족도($r=.455$, $p<.01$)순으로 분석되었다.

〈Table 3〉 Correlation among adaptation to college life and major satisfaction, college life stress, resilience, social support and self esteem

n=270

Variable	Adaptation to college life	Major satisfaction	college life stress	Resilience	Social support	Self esteem
college life adjustment	1					
Major satisfaction	.455**	1				
college life stress	-.791**	-.411**	1			
Resilience	.530**	.187**	-.412**	1		
Social support	.544**	.230**	-.501**	.638**	1	
Self esteem	.692**	.279**	-.644**	.689**	.641**	1

** Statistically significant differences by the correlation coefficient at $\alpha=.01$

즉, 대학생활 적응과 대학생활 스트레스는 음(-)의 관련성을 보였으며, 자아존중감, 사회적 지지, 적응 유연성과 전공만족도는 정(+)의 관련성이 있는 것으로 분석되었다. 이는 치위생과 학생의 대학생활 스트레스는 낮을수록, 자아존중감, 사회적 지지, 적응 유연성과 전공 만족도는 높아질수록 대학생활 적응도가 높은 것을 의미한다.

4. 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인

〈Table 4〉는 연구대상자의 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인이 무엇인지 검정하기 위하여 대학생

활 적응과 관련성이 있는 전공 만족도, 대학생활 스트레스, 적응 유연성, 사회적 지지, 자아존중감 변수를 회귀분석한 결과이다. Dubin-Watson을 이용하여 오차의 자기 상관을 검정한 결과, 2.089로 검정통계량(1.799)보다 크기 때문에 자기 상관이 없다고 할 수 있다. 다음으로 공차한계와 VIF값을 이용하여 다중공선성을 검정한 결과 공차한계가 0.1이하이거나 VIF값이 10보다 크지 않으므로 모든 변수는 다중공선성의 문제는 없는 것으로 분석되었다. 다음으로 영향력 분석을 Cook's D 통계량을 이용하여 분석한 결과 270개 중 1.0이상인 개체는 없었으며, 잔차 분석결과 모형의 선형성, 오차항의 정규성, 등분산성이

〈Table 4〉 Factors affected the adaptation to college life

n=270

Independent variable	B	S.E.	β	t	p	VIF	R2	ADJ R2	F
(Constant)	80.978	6.108		13.258	.000				
Major satisfaction	3.625	.883	.149	4.105	.000	1.204			
college life stress	-.499	.043	-.532	-11.516	.000	1.958	.712	.706	130.410
Resilience	.198	.282	.121	2.474	.014	2.207			
Social support	.038	.046	.038	.820	.413	2.004			
Self esteem	.389	.109	.199	3.570	.000	2.853			

* Statistically significant differences by the Regression analysis at $\alpha=.05$

확인되었다. 회귀모형을 분석한 결과 회귀모형은 유의미한 것으로 분석되었다($F=130.410$, $p<(0.001)$). 치위생과 학생의 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인은 대학생활 스트레스($\beta=-.532$), 자아존중감($\beta=.199$), 전공만족도($\beta=.149$), 적응 유연성($\beta=.121$) 순으로 분석되었다. 최종 모형의 설명력은 71.2%이며, 수정된 설명력은 70.6%로 분석되었다.

IV. 논의

치위생과 학생을 대상으로 대학생활 적응과 관련하여 사회적 지지, 스트레스, 적응 유연성, 자아존중감, 전공 만족도 등 관련 요인들이 실제로 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고 이들의 대학생활 적응을 높이기 위한 방안을 모색해보고자 본 연구를 실시하였으며, 본 연구를 통해 도출된 결과 및 논의는 다음과 같다.

대학생활 적응은 대학이라는 환경 속에서 학업 및 진로선택, 대인관계 등 자기 자신에게 당면한 심리적, 사회적, 개인적 문제 등을 스스로 대처해 나갈 수 있는 능력을 필요로 한다(Baker와 Siryk, 1984). 그러나 대다수의 학생들에게 대학생활은 성장의 기회인 동시에 정신적으로는 큰 부담이 되기도 하기에, 대학생들이 겪고 있는 어려움이 무엇인지 주의 깊게 살펴보고 대학생활 적응에 긍정적인 영향을 주는 요인들을 찾아 관심을 기울이는 것이 필요하다.

본 연구결과에 의하면 치위생과 학생의 대학생활 적응에 대학생활 스트레스가 가장 큰 상관성과 영향력을 미치는 요인으로 분석되어($r=-.791$, $\beta=-.532$, $p<.05$), 김설환과 손정락(2018)의 생활 스트레스가 대학생활 적응에 직접적으로 영향을 미친다는 결과와 일치한 결과를 보였다. 또한, 연구대상자의 일반적인 특성에 따른 대학생활 스트레스 차이 분석결과에서는 전공에 불만족할수록, 입학 동기가 타의적이고, 입학 사유가 적성보다는 성적과 취업 등을 고려

하여 입학한 학생일수록 대학생활 스트레스가 높았으며 유의미한 차이를 보였다($p<.05$). 대학 생활에서 경험하는 정서적인 어려움, 심리적인 혼란과 갈등이 지속되면 학업을 중단하게 되거나 부정적인 사고로 이어질 수 있으며, 자신의 삶에 대해 만족하지 못하는 상황에 이를 수도 있다(김예정, 2017). 그러므로 대학생이 겪고 있는 대학생활 스트레스의 근본적인 요인이 무엇인지 알아보고, 그들에게 직접적인 도움을 줄 수 있는 적극적인 대처방법을 찾는 것이 중요하다. 가령, 전공에 대한 만족도가 낮다면 그 원인이 적성과의 불일치 또는 부적응 문제, 전공교과목에 대한 이해 부족 등 어떤 문제가 있는지 구체적인 원인을 파악하여 그에 적합한 지도와 지원이 이루어져야 한다.

대학생활 적응 점수는 입학 동기가 자의적이며, 적성을 고려하여 입학한 학생이 높은 결과를 보였는데, 이 결과는 성적에 맞추어 입학하거나 졸업 후 취업을 위해 입학한 학생보다 대학생활 적응 점수가 높았던 한미현(2017)의 연구결과와 일치하였다. 그러나, 입학동기가 타의적인 학생의 비율도 27.8%를 차지하였으며, 적성보다 성적과 취업을 고려하여 입학한 학생의 비율도 88.6%로 큰 비중을 차지하는 것으로 조사되었다. 특히, 통계적으로 유의미하지는 않았으나 학년이 올라갈수록 대학생활 적응 점수는 1학년(89.33 ± 12.57)에 비해서 3학년 때(85.59 ± 14.32) 낮아지는 것으로 분석되었는데 이는 학년이 올라갈수록 전공 이수 교과목이 많아지고 그에 따른 학습 과제 및 교내·외 임상실습, 그리고 국가시험에 대한 부담감으로 스트레스가 가중되어 그로 인해 대학생활 적응 점수도 낮아진 결과로 여겨진다. 따라서 전공선택의 동기와 사유, 학년의 특성을 고려한 대학생활 적응 방안이 마련되어야 할 것으로 생각된다. 많은 학생들이 적성을 고려하지 않고 치위생과에 진학을 했더라도, 입학 이후 진로에 대한 다양한 정보를 제공함으로써 전공학습에 대한 동기를 강화하고, 대학생활에 대한 긍정적 경험을 심어 주는 것이 중요

하다. 또한 졸업 후 미래 비전 제시 및 사회인으로서의 치과위생사의 역할 등 전공 교수의 면밀한 지도와 지원은 미래에 대한 불확실성과 막연한 두려움을 가지고 있는 대학생에게 자신감과 자긍심 향상에 큰 도움이 될 것으로 생각한다. 특히 최근 코로나 시대의 사회적 거리두기 및 비대면 상황에서 대학생과의 접촉이 제한되어 있고, 다양한 정보제공에 어려움이 있어 지금의 시대에 적합한 방법을 적용하는 것이 필요하다. 이경아와 손희원(2021)의 연구에서도 포스트 코로나 시대에 발맞추어 대학 차원의 비대면 교류를 촉진하는 전략이 마련되어야 하며, 비대면을 통해 학생들의 교류 역량을 강화하기 위한 프로그램이 운영되어야 함을 강조하였다.

자아존중감은 대학생활 적응에 영향을 미치는 두 번째 요인으로 분석되었는데($\beta=.199, p<.05$), 자아존중감이 높을수록 학업성취가 높아지고 학업성취도가 높은 학생은 전공 만족도가 높았으며(양영옥과 이선옥, 2012), 자아존중감이 높을수록 생활 스트레스에 대한 대처능력과 적응능력이 좋아져 정신건강에 긍정적인 영향을 미친다고 보고된 선행 연구결과(전민경과 김민숙, 2013)와 유사한 결과를 보였다. 학교 생활에 적응을 잘하는 대학생은 자존감이 높고, 소속과 조직이 주는 동기를 긍정적으로 받아들여 대인관계나 학업성적이 무난하며 이것은 개인과 학교 발전에 도움을 주기도 하고, 또 받기도 한다(김진희와 도재우, 2012). 자존감이 부족하여 불안과 우울에 시달리는 등 어려움에 처한 학생들에게 새로운 시각으로 자신을 볼 수 있도록 하는 독서치료 프로그램이 자아존중감 향상에 영향을 미친다고 보고되었고(서기자, 2012), 이외에도 강점기반 진로교과 운영을 통해 자신에 대한 강점을 인식하고 강점을 활용시킬 수 있는 능력을 향상시켜 주는 것이 대학생의 자아존중감 향상에 긍정적인 영향을 미친다고 보고되었다(조영아, 2021). 따라서 치위생과 학생들을 대상으로 자신에 대한 시각을 새롭게 하고, 본인의 강점을 더욱 강화시킬 수 있는 프로그램을 개발하여 운영하는 것

이 자아존중감을 높여줄 수 있으며, 이후 대학생활 적응을 높이는데 도움이 될 것이라 생각된다.

한편, 적응 유연성은 다양한 환경에 적응하면서 살아가는 유연한 삶의 방법으로 초기의 연구에서는 심각한 역경 상황에서도 적응을 잘 이루어낸 특성을 적응 유연성이라는 용어로 표현했으나(Rak과 Patterson, 1996), 최근에는 개인이 가지고 있는 자원을 강화시켜주고 그들의 유연성을 북돋아 줌으로써 긍정적 발달을 이루어내는데 초점을 둔 용어로 사용되고 있다(한상철과 김판희, 2012). 선행 연구 결과 적응 유연성이 높을수록 공감능력과 문제 해결능력이 우수하고 스트레스 상황에 유연하게 대처할 수 있으며(노소영, 2017), 적응 유연성은 수동적으로 상황에 맞서 방어할 뿐 아니라 도전에 직면할 수 있는 자신감과 성취감을 형성하는데 도움이 된다고 하였다(Stephens, 2013). 본 연구결과에서 적응 유연성은 전공에 만족하고 적성을 고려하여 입학한 학생이 높았으며, 적응 유연성이 높을수록 대학생활 적응이 높은 결과를 보였는데($r=.530, p<.05$), 앞서 선행연구에서 언급된 바와 같이 적성에 맞춰 치위생과에 입학한 학생들은 당면한 문제를 주도적으로 해결하려는 의지가 강하고, 해결하는 과정에서의 성취감이 높아지면서 적응 유연성이 높아지고 그로 인해 대학생활 적응 점수도 높은 결과로 해석된다. 대학생의 학교생활 적응 유연성을 높이기 위해서 고수현과 이지영(2013)은 대학생의 동아리 활동이 적응 유연성과 관련이 있다고 하였다. 동아리 활동을 통해 학생들 스스로 특기 개발, 진로 탐색, 구성원간의 연대의식, 봉사 등을 경험할 수 있기에 정책적인 측면에서도 동아리 활동 독려 및 지원 확대는 중요하다고 볼 수 있다.

본 연구에서도 사회적 지지는 대학생활 적응과 관련성을 보였으며($r=.544, p<.05$), 전공동아리 활동을 하는 학생의 대학생활 적응이 높음을 확인할 수 있었다($p<.05$). 전원희, 조명주, 나현주(2015)의 사회적 지지가 높으면 대학생활 적응이 높았으며, 학과

교수와의 접촉 횟수와(정효주와 정향인, 2012), 부모님의 사회적 지지가 높을수록 대학생활 적응이 높아지고 진로 정체감 형성에 영향을 준다는 김재희 외(2015)의 연구와 일치한 결과를 보였다. 사회적 지지는 전반적인 대학생활 적응과 더불어 학업과 현장임상실습, 엄격한 행동규범, 그리고 개인 외적인 요인으로 발생하는 스트레스 상황에 완충효과로 긍정적인 작용을 하게 된다(오지연, 2016). 즉 치위생과 학생들 스스로 주위 환경으로부터 지지를 받고 있음을 인식하고, 대학생활에 적응하기 어려운 시기에 도움을 요청할 수 있는 주변 사람들의 역할이 중요하다고 할 수 있다.

이상의 결과를 종합하여 보면, 입학 초기부터 치위생과 학생들의 학년별 스트레스, 자아존중감, 사회적 지지 및 적응 유연성에 대한 수준을 진단하고, 각 요인별 수준과 학년별 특성에 맞춰진 대학생활 적응 프로그램 운영이 요구된다. 대학생활에서 부딪히게 될 다양한 스트레스 상황에 유연하고 슬기롭게 대처하고 본인에게 주어진 과업을 성공적으로 수행해낼 수 있는 맞춤 지원과 훈련을 통해 치위생과 학생들의 대학생활 적응도 더욱 높아질 것이라 기대한다.

본 연구는 일부 지역 대학의 치위생과 학생들을 대상으로 진행된 것으로 연구결과를 일반화하는 것에 제한점이 있다. 그러나 치위생과 학생들을 대상으로 적응 유연성 요인을 포함하여 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 포괄적으로 알아보기 위한 시도가 이루어졌다는 점에서는 의의가 있다고 생각된다.

V. 결론

본 연구는 치위생과 학생의 대학생활 적응과 관련하여 사회적 지지, 스트레스, 적응 유연성, 자아존중감, 전공만족도 등이 실제로 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고 이들의 대학생활 적응에 도움을 줄

수 있는 방안을 모색하고자 실시하였다.

치위생과 학생들은 미래 치과위생사로서의 역량을 갖추고, 졸업 후 구강보건전문가로서 보건의료 분야의 중요한 일익을 담당하게 된다. 이들이 미래 사회의 요구에 맞춘 전문직업인으로 성장하기 위해서는 새로운 학문에 대한 적응력 향상과 직업정신 및 문제해결능력 등을 포함한 통합적인 능력을 키워나가게 되는 대학 시절이 중요하므로, 대학생활에 잘 적응할 수 있도록 다각적인 지원과 도움이 이루어져야 한다.

이러한 치위생과 학생의 대학생활 적응에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 대학생활 스트레스 요인으로 분석되었는데, 대학생활 스트레스는 입학동기가 타의적이며 적성보다는 성적과 취업 등을 고려하여 입학한 학생이 높은 결과를 보였다. 따라서, 입학 이후 진로에 대한 다양한 정보를 제공함으로써 전공 학습에 대한 동기를 강화하고, 졸업 후 치과위생사로서 미래의 비전 제시, 직업의식을 강화할 수 있는 전공 및 진로탐색 프로그램 개발과 운영이 이들의 대학생활 적응력을 높이는데 도움이 될 것이라 사료된다. 이와 함께, 본인의 특기를 개발하고 강점을 더욱 강화할 수 있는 전공동아리 활동을 확대하거나 강점기반의 치위생 진로교과 운영을 통해 자아존중감과 적응 유연성을 높이고, 결과적으로 이를 통해 치위생과 학생들의 대학생활 적응도 더욱 높아질 것이라 기대한다.

참고문헌

1. 김진희, 도재우. (2012). 대학생활적응을 위한 플래너 활용 사례 연구. *교육문화연구*, 18(1), 111-131.
2. 김혜미, 문혜진, 장혜림. (2015). 성인기 자아존중감 변화와 영향요인에 대한 연구. *한국사회복지학*, 67(1), 83-107.

3. 김설환, 손정락. (2018). 대학생의 생활스트레스와 대학생활 적응 간의 관계에서 심리적 유연성과 속박감의 매개효과. 디지털융복합연구, 16(8), 331-339.
4. 김예정. (2017). 대학생의 대학생활 적응과 심리적 안녕감과과의 관계에서 인지적 정서조절의 매개효과 [석사학위논문]. 서울: 경희대학교 대학원.
5. 김재희, 정숙량, 지현진, 정경주, 서유진, 김진현. (2015). 간호대학생 부모의 사회적지지가 대학생 활적응 및 진로정체감에 미치는 영향. 한국산학기술학회지, 16(9), 6027-6035.
6. 고수현, 이지영. (2013). 대학생의 동아리활동이 학교생활적응유연성에 미치는 영향. 한국복지상담 교육학회, 2(1), 35-51.
7. 노소영. (2017). 간호대학생의 학업스트레스와 대학생활 적응과의 관계에서 적응유연성의 매개효과. 한국발육발달학회, 25(2), 203-209.
8. 대학알리미. 2021. <https://www.academyinfo.go.kr/index.do>
9. 박지원. (1985). 사회적지지 척도 개발을 위한 연구[박사학위논문]. 서울: 연세대학교 대학원.
10. 서기자. (2012). 대학생의 자아존중감 향상을 위한 독서치료적 적용. 문학치료연구, 25, 75-101.
11. 이재명. (2009). 정서표현갈등과 자기효능감 및 대학생활적응의 관계, 한국상담평가학회, 2(1), 1-18.
12. 이경완, 문인오, 박숙경. (2013). 간호대학생의 사회적 지지가 대학생활 적응과 학업적응에 미치는 영향. 한국학교지역보건교육학회지, 14(2), 15-27.
13. 이영미, 민하영, 이윤주. (2004). 부모간의 갈등 및 성인애착에 따른 대학생의 자아탄력성, 한국 가정관리학회지, 22(4), 63-72.
14. 이경아, 손희원. (2021). 포스트 코로나 시대 대학생들의 대학생활적응과 핵심역량에 대한 연구. 한국융합학회논문지, 12(5), 239-254.
15. 이은희, 박상준. (2012). 대학생의 생활 스트레스 척도의 타당성과 활용. 교육종합연구, 10(2), 69-93.
16. 이옥형. (2012). 대학생의 생활스트레스, 자아탄력성 및 사회적 지지가 심리적 안녕감에 미치는 영향. 청소년학연구, 19(1), 29-57.
17. 이정희, 정경연. (2007). 세대간 가족관계와 자아분화 및 자아존중감이 대학생활 적응에 미치는 영향. 청소년학연구, 14(5), 407-429.
18. 이윤정. (2000). 지방출신 서울유학생의 대학생활 적응과 진로계획[석사학위논문]. 서울: 이화여자대학교 교육대학원.
19. 임순선. (2013). 청소년의 적응유연성과 긍정적 발달의 통합모형개발[박사학위논문]. 대구: 대구한의대학교 대학원.
20. 오지연. (2016). 치위생(학)과 학생의 학업스트레스와 대학생활적응의 관계: 자기 효능감, 소진과 사회적지지의 매개효과[석사학위논문]. 서산: 한서대학교 대학원.
21. 양영옥, 이선옥. (2012). 간호대학생의 자아존중감, 전공만족도 및 진로정체감간의 관계. 한국자료분석학회지, 12(2B), 979-989.
22. 유자혜, 김정희. (2016). 일부 치위생학과 학생들의 병원실습 만족도와 스트레스 요인에 관한 연구. 한국치위생학회지, 16(1), 62-69.
23. 정은이, 박용한. (2009). 대학 적응 척도의 개발 및 타당화 연구. 한국교육방법학회, 21(2), 69-92.
24. 전소연. (2010). 대학생들의 사회적 지지와 건강상태, 대학생활 적응 및 학업성취도와의 관계. 한국학교·지역보건교육학회지, 11(1), 93-115.
25. 전미경, 김민숙. (2013). 일 간호 대학생의 부모-자녀 간 의사소통, 자아분화, 자아존중감 및 생활스트레스. 디지털융복합연구, 11(4), 293-302.
26. 전경구·김교현·이준석. (2000). “개정판 대학생용 생활 스트레스 척도 개발 연구. 한국심리학회지: 건강, 5(2), 316-335.
27. 전원희, 조명주, 나현주. (2015). 간호대학생의

- 분노표현방식, 사회적지지 및 대학생활적응의 관계. 한국콘텐츠학회, 15(3), 219-228.
28. 정효주, 정향인. (2012). 3년제 간호대학 신입생의 자아 존중감, 정서지능, 사회적 지지가 대학생활 적응에 미치는 영향. 정신간호학회지, 21(3), 188-196.
 29. 정지은. (2013). 대학생의 진로적응성과 사회적 지지, 자아존중감 및 자기주도학습의 인과적 관계[석사학위논문]. 서울: 서울대학교 대학원.
 30. 정인희. (2012). 성인 생애주기별 자아존중감 영향요인 연구: 청년, 중년, 노년층의 비교. 한국위기관리논집, 8(6), 231-247.
 31. 정효주, 정향인. (2012). 3년제 간호대학 신입생의 자아존중감, 정서지능, 사회적 지지가 대학생활 적응에 미치는 영향. 정신간호학회지, 21(3), 188-196.
 32. 조영아. (2021). 강점기반 진로교과가 대학생의 강점인식, 강점활용, 자아존중감, 진로적응력에 미치는 효과. 학습자중심교과교육학회, 21(13), 247-262.
 33. 최바울. (2006). 대학생의 적응유연성신념이 대 학생들의 적응과 스트레스 조절에 미치는 영향 [석사학위논문]. 서울: 연세대학교 대학원.
 34. 학령인구추이. 교육통계서비스, 2021. <https://kess.kedi.re.kr>
 35. 한상철. (2014). 청소년 위험행동의 기능과 지도. 청소년행동연구, 19, 5-33.
 36. 한상철, 김판희. (2012). 유해환경에 대한 청소년의 자정능력 향상방안-적응유연성을 중심으로. 청소년문화포럼, 31, 121-145.
 37. 한미현. (2017). 간호대학생의 대학생활적응과 학업성취도에 영향을 미치는 요인. 한국보건정보 통계학회, 42(1), 36-43.
 38. Baker RW, Siryk B. (1979). SACQ: Student Adaptation to College Questionnaire Manual Western Psychological Services.
 39. Block, J., Letzring, T. D., & Funder, D. C. (2004). Ego-control and ego-resiliency: Generalization of self-report scales based on personality descriptions from acquaintances, clinicians, and the self. Journal of Research in Personality. Department of Psychology, of California, Riverside, CA 92521, USA. University of California, Berkeley, USA.
 40. Garmezy, N. (1993). Children in poverty: resilience despite risk. Psychiatry, 56(1), 127-36.
 41. Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. American Psychologist, 56(3), 227-238.
 42. R. W. Baker, B. Siryk. (1984), Measuring adjustment to college. Journal of Counseling Psychology, 31(2), 179-189.
 43. Rosenberg, M. (1979). Conceiving the Self. New York: Basic Books
 44. Rak, C. F., Patterson, L. E. (1996). Promoting resilience in at-risk children. Journal of Counseling and Development, 74, 368-373.
 45. T. M. Stephens. (2013). Nursing student resilience: a concept clarification. Nursing forum, 48(2), 125-133.