

SOC 전략과 대학생활적응

유 정 이[†]

안양대학교

김 수 리

홍익대학교 학생생활상담실

본 연구는 대학생의 선택·보상·최적화 전략과 대학생활 적응의 관계를 탐색하고자 하였다. 이를 위하여 수도권 소재 대학생 463명을 대상으로 대학생활 적응과 SOC 전략 간의 관계를 분석하였다. 연구결과, 첫째, 대학생활 적응은 남학생이 여학생보다 적응 수준이 높은 것으로 나타난 반면, SOC 전략의 성별차이는 없었다. 둘째, 대학생활적응 중 대학환경적응에서 1학년의 적응수준이 3, 4학년보다 높은 것으로 나타났으며, SOC 전략에서는 3, 4학년보다 1학년의 보상전략 사용이 높은 것으로 나타났다. 셋째, 대학생활적응에 대한 SOC 전략의 영향력을 알아보기 위한 분석의 결과, 여학생의 대학생활 적응에 영향을 미치는 것은 보상, 최적화, 의도적 선택인 것으로 드러난 반면, 남학생의 대학생활 적응에는 최적화, 보상 전략이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 학년별로 살펴보았을 때 1, 2, 3학년의 대학생활적응에 보상과 최적화가 영향을 미치는 반면 4학년의 경우, 최적화, 보상뿐만 아니라 상실에 기반한 선택이 영향을 미치는 것으로 나타났다.

주요어 : 대학생, 대학생활적응, SOC

[†] 교신저자 : 유정이, 안양대학교 교육대학원, (430-714) 경기도 안양시 만안구 안양5동 708-113
Tel : 031-467-0995, E-mail : jiryu@anyang.ac.kr

대학생활은 분명 중고등학교 생활과는 많은 차이가 있다. 중고등학생시기의 생활양식은 성인의 생활양식으로 이행해가는 과정으로서 생활의 자율성이 증대되는 동시에 결과에 대한 책임 또한 증가한다. 고등학교 때까지는 대학입학을 위한 가정, 학교 사회의 엄격한 통제를 받지만 대학생이 되면 그런 억압이나 통제가 훨씬 느슨해지면서 많은 자유를 경험하게 된다. 더불어 대학에 입학하면서부터 중고등학교 때 경험하지 못한 여러 가지 역할기대와 책임을 요구받음으로써 역할갈등과 혼란에 빠질 가능성도 높다고 할 수 있는데, 이러한 변화에 적응하는 대학생의 적응과정과 적응 전략에 대한 연구가 요청된다.

적응이란 일반적으로 개인과 환경 사이의 조절과정으로, 대학생의 학교적응(college adjustment)은 대학 환경과 대학생 사이에 이루어지는 상호교환을 통해 개인이 자신의 욕구에 적합하도록 환경을 변화시키며 이러한 환경의 변화에 또한 맞춰나가는 다차원적인 현상으로 설명되고 있다(한덕웅 전경구, 이창호, 1991).

대학생활적응에 관한 기존연구들에 따르면, 개인의 성향과 행동방식에 따라 대학생활적응의 정도에 차이가 있는 것으로 보고되고 있고(권혜진, 2007; 정민, 2001), 학업적 적응은 성적과, 학교환경에 대한 적응은 학업의 중도탈락과 높은 상관성이 있는 것으로, 그리고 개인의 정서적 적응은 상담요청정도와 상관을 보이는 것으로 나타나는 등(Baker & Siryk, 1984), 대학생활적응에 관한 연구가 대학생 발달에 대한 유용한 정보를 줄 수 있는 것으로 알려져 있다.

대학생의 학교적응에 영향을 미치는 요인들에 대한 선행연구들 중 개인적 특성 변인들을 다룬 연구는 다음 같다. 성별에 따른 대학생

활 적응에 관한 연구를 보면, 여학생이 학업적 적응을 비롯한 대부분의 영역에서 남학생보다 적응수준이 낮은 것으로 나타났다(김은정, 1992; 전경구, 1998; 옥경희 2001). 여학생이 학업동기가 높지만 남학생에 비해 학업불만족도가 높은 것으로 나타났다(김은정, 1992). 재수경험이 있는 대학생이 경험이 없는 학생에 비해 대학생활만족도가 높은 것으로 나타났다. 이는 학생들이 재수시절 동료 재수생들과 깊은 인간관계를 맺거나 재수경험이 현재 대학생활 적응에서 나타난 문제들에 대한 불만을 낮추는 중재효과를 일으키기 때문으로 설명되었다. 남학생과 여학생의 적응수준에 차이가 있는 것이 어떤 요인에서 비롯되는지에 대한 연구가 필요하며, 이는 그들이 사용하는 적응전략에서 어떤 차이가 있는지를 살펴볼 필요가 있음을 시사한다.

학년별로는 신입생의 스트레스 수준이 높고 적응수준은 낮은 것으로 조사되었다. 황상하(1995)는 대학생 459명을 대상으로 학년별 스트레스 및 대처방식과 대학생활 적응수준을 조사하였는데, 신입생의 스트레스 수준은 다른 학년에 비해 월등히 높은 것으로 나타났다. 신입생의 적응이 낮은 것으로 보고되는 연구로 이지혜(2006)는 대학신입생들이 대학에 입학 후 대학생이라는 새로운 역할을 수행하면서 자아존중감이 낮아졌다가, 2학년부턴 자아존중감이 회복되는 연구결과를 밝히며, 대학생들은 대학입학 후 시간이 지나면서 긍정적인 자아상을 발달시켜 적응수준이 높아지는 것으로 설명하였다. Baker, McNeil와 Siryk(1985)는 '신입생 신화'를 대학생활 적응에 영향을 미치는 중요한 요인으로 지적하였다. 신입생은 대부분 대학과 대학생활에 대해 신화적인

기대를 갖고 입학하지만, 입학 후 대학과 대학생활에 대해 현실적으로 인지하며 기대와 현실 간의 차이에 따라 대학생활 적응에 영향을 미치게 된다는 것이다. 최근 대학생들은 치열한 대학입시만큼이나 어려운 취업준비 때문에 대학생활의 어려움을 호소한다. 이런 사회적 변화가 대학생활적응에서 반영되고 있지 않은지 확인하고 대학생활적응을 위한 학생지원에 반영되어야 할 것이다.

대학생활적응에 관련된 개인내적 요인으로 정서요인인 우울, 그리고 자아존중감이나 자기효능감, 그리고 심리적 독립 등의 요인이 연구되어 왔다. 대학생의 우울은 대학생활 적응을 가로막는 가장 중요한 정서적 문제로 드러났고(한덕웅 외, 1993), 성정체감(최익숙, 김충희, 2004), 자아존중감은 적응에 밀접한 영향을 주는 요인으로 확인되었으며, 학업적 자기효능감과 진로미결정(탁진국, 1996) 또한 적응에 큰 영향을 주는 것으로 드러났다. 인지적 요인으로 적응기대는 대학생의 적응을 예언하는 주요변인으로 비현실적인 높은 기대를 하는 학생들의 중도탈락률이 높다는 연구(조화진, 2004)가 있다. 부모와의 심리적 독립 또한 주요한 적응예언 변인인데, 부모와의 갈등으로부터 독립된 정도가 대학생활적응의 유의미한 예언변인으로 나타났다(정은희, 1992). 환경적 요인중에서는 대학생활적응과 관련된 사회적 지지(옥경희, 2001) 요인이 적응을 설명하는 주요변인으로 검증되었다.

적응에 관한 연구는 스트레스와 대처전략이라는 맥락에서 논의되어 온 주제이기도 하다. 동일한 스트레스 상황에서 개인이 경험하는 스트레스의 정도와 그 결과로 보이는 적응의 정도는 각각 다르게 나타난다(Folkman, 1984;

Lazarus & Folkman, 1984). 이는 스트레스와 적응을 중재하는 중재변인의 존재를 시사하는 것이라 할 수 있다. 스트레스의 주관적 특징을 강조한 Lazarus & Folkman(1985)은 중재변수로 개인적 자원과 사회적 자원을 제시하였다. 개인적 자원으로는 통제소재, 자기존중감, 스트레스 대처전략등이 있으며, 사회적 자원으로는 자율성, 사회적 지지, 응집력 등을 제시하였다. 여기에서 스트레스 대처전략에 주목하여 Lazarus 등(1985)은 문제중심대처와 사회적 지지추구, 정서중심대처와 소망사고의 대처방식을 제안하였다. 대처전략이 스트레스 완화를 위해 개인이 사용하는 인지적, 행동적 전략으로 개인에 내재할 수 있는 자원이라고 할 수 있으며, 스트레스 상황에 개인이 적용하는 대처전략에 따라 적응에 차이가 있으므로 다양한 대처 전략의 개발과 발견이 적응을 돕는데 사용될 수 있을 것이다.

대학생의 스트레스와 학교적응에 대한 연구로 Baker 등(1985)이 대학신입생 대상으로 실시한 조사에서 시험과 평가, 학점은 대학생에게 가장 심각한 스트레스요인이며, 대인관계 또한 적지 않은 스트레스로 확인되었다. 한국 대학생의 경우에는 학업에 대한 좌절위험, 물리적 환경, 대인관계기술 등이 높은 스트레스로 나타나고, 이러한 스트레스들은 학교적응에 영향력이 있는 것으로 나타났다(이혜성, 손영숙, 김미경, 1989). 특히 전경구(1998)는 대학생 생활스트레스 척도를 개발하면서 전국의 대학생을 조사하였는데, 우리나라 대학생들은 이성 친구 관계 스트레스, 동성친구 관계 스트레스, 가족관계 스트레스, 교수와의 관계 스트레스, 경제 문제, 장래문제, 가치관 문제 등으로 스트레스를 경험하고 있으며, 대학생의

정신병리 및 신체병리 간에는 정적인 상관관계를 보이는 것으로 나타났다.

대학생활적응은 개인이 처한 개별적, 상황적, 발달시기 맥락에서 논의되어야 한다는 생태체계론적 관점(Baker & Siryk, 1984)과 더불어, 개인이 사용하는 인지행동적 대처양식에 따라 적응의 방식과 질에 어떤 차이가 있는지가 확인될 필요가 있다. 대학생활의 적응을 연구한 기존의 연구들은 대학생의 심리적 정서적 인지적 요인들에 초점을 두거나 부모나 학교내 자원과 같은 환경적인 요인에 초점을 두고 진행되어 왔으나, 정작 적응의 당사자인 학생의 인지행동적 측면에 대해서는 구체적인 탐색이 이루어지지 못했다. 인지행동적 측면이란, 개인이 주어진 환경을 수동적으로 받아들이는 존재가 아니라 환경에 대응하는 방식에 따라 부분적으로 환경을 조절할 수 있는 존재로 보고, 개인이 환경에 대해 해석하고 그에 따라 대처하는 방식을 확인하는 것이다.

개인의 적응을 위한 인지행동적 대처전략으로 최근 주목받고 있는 개념으로 선택-최적화-보상 모형(selection-optimization-compensation model, 이하 SOC 전략)을 들 수 있다. 개인 내적 요구와 환경적 요구들 사이의 갈등을 다루는 인지적 및 행동적 노력의 과정을 다룬 Baltes와 Baltes(1990)는 발달적 관점에서 SOC 전략을 제안하고, 전생애 발달관점에서 삶의 변화에 적응해 가는 성공적인 노화의 대처전략임을 확인하였다. SOC 모형은 상실되어지는 부분을 효율적인 삶으로 바꾸어 놓는 대처전략으로, 노화와 더불어 신체, 인지, 사회적 영역에서 잠재능력이 쇠퇴하는 것을 경험하지만 선택, 최적화, 보상이라는 대처전략을 통해 감소, 또는 변형되었지만 효율적인 삶을 영위해 나갈

수 있다는 관점에서 구안되었다.

여기서 선택(selection)이란 발달목표를 향해 나아가는 개인의 기능인데, 선택에는 두 가지 기능이 있다. 하나는 의도적 선택(elective selection: ES)이며 다른 하나는 상실에 기반한 선택(loss based selection: LBS)이다. 의도적 선택은 바라는 것을 얻는데 초점을 둔다. 반면 상실에 기반한 선택은 바라는 목표가 자신이 가진 수단으로는 달성할 수 없을 때 다른 새로운 목표를 찾는 것을 말한다. 따라서 상실에 기반한 선택은 새로운 목표를 개발하여 목표체계를 재구성하고, 가용한 자원을 얻을 수 있는 새로운 기준을 적용하는 행동전략이다. 이것은 삶에서 일어나는 자원상실에 대해 성공가능성을 높이는 중요한 역할을 한다. 최적화(optimization)란 바라는 목표를 향해 자신의 능력을 적응적이며 긍정적인 방향으로 변화시키는 것이다. 최적화는 지식의 축적, 목표에 몰입하기, 성공적인 모델에 대한 모델링, 최대한 노력하기와 같은 행동으로, 목표와 관련된 수단들의 획득, 정교화, 적용하는데 시간과 에너지를 투자하는 것이다. 또한 목표에 대해 오랜 시간 동안 노력하고, 당장의 만족을 지연시키는 것 등을 포함한다. 보상(compensation)은 바라는 목표를 달성하는데 필요한 수단을 더 이상 사용할 수 없을 때, 대안적 수단을 사용하는 것이다. 다른 사람에게 도움을 청하거나 보조적인 기계, 자료 등을 활용하여 시간과 에너지의 제약과 상실에 대처하는 행동이다. 대처전략으로서의 SOC는 문제중심대처와 유사한 측면이 있으나 적응방향의 선택을 포함한 적극적 측면과 보상, 최적화의 포괄적 개념을 포함한다는 측면에서 주목할 필요가 있다.

SOC 모델을 다양한 주제에 적용한 연구들

이 이루어져 왔다. Freund와 Balties(2002), Wiese, Freund, 그리고 Balties(2002)는 젊은 전문직 종사자들로 구성된 표본을 이용하여 SOC 모델의 적용 가능성을 시험하여 직장가 가정 영역에서 발생하는 직무스트레스 원을 줄이는데 SOC전략이 효과적임을 증명하였다. 국내에서는 안지연(1997)이 SOC 모델을 적용하여 성공적인 노화의 전략인 SOC와 삶의 만족도 간의 관계를 밝히는 연구를 하였다. Balties와 그의 동료들은 인간의 노화뿐 아니라 모든 선천적인 발달과정에도 SOC모델을 적용해서 자신들의 견해를 확장시켰다.

이외에도 Savickas(2001)는 SOC모델에서 어떻게 선택이 이루어지고 수단화 되는가에 관한 개념적 체계를 제시함으로써 이 모델이 경력개발영역에 특히 유용할 것으로 제안하였다. Savickas와 Super(1996)는 직업선택 결정사항을 인식하고, 직업상황 개선 가능성을 탐색하고, 자신이 행동계획에 관여하고 있다고 인식하는 것을 성공적 경력개발을 육성하는데 핵심적인 전략이라고 지적하였다. SOC가 조직에서의 리더십에도 적용되는가에 관한 사례로서 Balties와 Dickson(2001)은 자원이 제한된 상황에서 성공적 관리자는 가장 성과가 많은 부하를 명확하게 선택해서 보상함으로써 조직의 최적화를 이룬다고 해석하였다.

이러한 SOC 전략은 대학생의 적응전략에도 활용할 수 있다. 최근 대학생들의 취업경쟁이 치열해지면서 대학생활적응은 학업적 적응이나 사회적, 정서적 적응을 넘어서서 보다 목표지향적인 삶의 방식을 요구하고 있다. 일반 대학생들은 대학생활에서 낭만과 여유를 즐기기도 하는 학업과 진로 그리고 취업준비에 시간과 에너지가 절대적으로 부족함을 호소한다.

이런 생활에 어려움을 보이는 학생들은 중도 탈락하거나 학업부진을 보이는 등 부적응의 양상을 보이는 경우가 많아지고 있다. 대학생 적응지원을 위한 대학의 정책 방향도 뚜렷한 지침을 가지지 못하고 있다. 이에 본 연구는 최근 대학생의 삶의 양식을 반영한 인지행동적 적응전략인 SOC가 대학생활 적응을 어느 정도 설명할 수 있는지 확인하고자 하였다. 그러기 위해서는 우선 인구학적 변인인 성별과 학년에 따라 SOC 전략 사용의 정도를 확인하고, SOC전략이 대학생활적응에 어떤 영향을 미치는지를 확인하고자 하였다. 본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

1. 성별에 따라 대학생활적응과 SOC 전략에 차이가 있는가?
2. 학년에 따라 대학생활적응과 SOC 전략에 차이가 있는가?
3. SOC전략의 사용이 대학생활적응에 영향을 미치는가?

방 법

연구대상

SOC척도 타당화를 위하여 수도권 소재 4년제 종합대학교 2개교 총7개 수업 수강생을 대상으로 하였다. 응답이 지나치게 누락되거나 모호한 경우를 제외하여 최종적으로 391부를 분석하였다. 1학년 108명(27.6%), 2학년 76명(19.4%), 3학년 86명(22.0%), 4학년 121명(30.9%), 여학생 228명(58.3%), 남학생 163명(41.7%)이었다.

대학생활적응과 SOC 전략 간의 관계를 알아보기 위하여 수도권 소재 4년제 종합대학교

2개교, 교육대학교 1개교 총 9개 교양수업 수강생을 연구 대상으로 하였다. 대학생활적응은 학기 중 어느 시기인가에 따라 차이가 나기 때문에 학생들의 적응이 어느정도 이루어진 상황에서 자료수집이 이루어져야 했다. 새학년이 시작되어 적응기인 3, 4월이 지난 후 1학기 말인 5월~6월 사이에 자료수집이 이루어졌다. 총500부의 질문지를 배부 회수하였으며 응답이 지나치게 누락되거나 모호한 경우를 제외하여 최종적으로 463부를 분석하였다. 1학년 108명(23.3%), 2학년 76명(16.4%), 3학년 86명(18.6%), 4학년 193명(41.6%), 여학생 271명(58.5%), 남학생 192명(41.5%)이었다. 전공별로는 인문사회계열 157명(33.9%), 이공계열 62명(13.4%), 사범·교육계열 104명(22.5%), 예체능계열 81명(17.5%), 경영계열 56명(12.1%)으로 모두 463명이었다.

연구도구

대학생활적응

본 척도는 Baker와 Siryk(1984)이 자기보고를 통해 대학생활 적응 정도를 알아볼 수 있도록 고안한 대학생활적응척도(Student Adaption to College Questionnaire: SACQ)를 현진원(1992)이 번역하여 양혜선(2004)이 사용한 척도를 이용하였다. 이 척도는 67문항의 4개 하위척도로 구성되어 있고 2개의 문항은 어느 하위척도에도 포함되지 않으며 몇몇 문항은 2개의 하위척도에 중복 포함되어 있다. 4개의 하위척도는 학업적응척도 24문항, 사회적응척도 20문항, 개인-정서적응척도 15문항, 대학환경적응척도 15문항으로 구성되어 있다. 응답자들은 '전혀 그렇지 않다(1)'에서 '매우 그렇다(9)'까지 9점 척도로 응답

하도록 되어 있다. 점수가 높을수록 대학생활적응을 잘 하고 있음을 의미한다. 양혜선(2004)은 대학생활적응의 하위요인 척도인 학업적응 요인, 사회적응 요인, 개인-정서적응 요인, 대학환경적응 요인(일반적응)의 Cronbach- α 를 .78, .76, .80, .78로 보고하였으며, 본 연구에서 각 하위 척도의 Cronbach- α 는 .84, .85, .79, .77, 대학생활 부적응 전체 Cronbach- α 는 .92로 나타났다.

SOC 척도

SOC 전략을 측정하기 위하여 하미옥 등(2006)이 22-60세 성인을 대상으로 개발한 질문지를 타당화하여 사용하였다. 하미옥 등(2006)은 Batles, Baltes, Freund 및 Lang(1999)이 노인의 적응전략 척도로 개발한 SOC 전략 척도를 문화적 차이를 고려하여 수정하였으며, 강제선택형이었던 원척도를 Likert식 5점 평정 척도로 바꾸었다. SOC 척도는 노인과 성인을 대상으로 사용된 바 있으나 아직 다양한 대상 집단에 적합하게 사용될 수 있는지에 대한 충분한 검증이 이루어지지 않았다고 판단되었다. 대학생을 대상으로 하는 본 연구에서 척도를 검토 선정하는 과정에서 직장인이나 성인을 대상으로 타당화된 기존 척도에서 대학생에게 사용하기에 부적합한 것으로 우려되는 문항이 있다는 지적에 따라, 대학생임을 고려하여 척도의 적합성을 검증할 필요가 있다고 판단하여 탐색적 요인분석과 문항분석을 실시하였다.

탐색적 요인분석 결과, 하미옥 등(2006)의 연구와 일치하는 4개 요인, 즉 최적화, 상실선택, 보상, 의도적 선택의 하위요인이 확인되었으며 31개 문항을 최종 확정할 수 있었다. 4개 요인은 전체 변량의 49.75%를 설명하는 것

으로 나타났다. 최종 삭제된 문항은 ‘20. 정해진 시간 안에 일을 해낼 수 없는 상황에서도 그 일에 끝까지 매달린다’, ‘21. 어떤 일을 잘 해결할 수 없는 상황에서도 그 일을 떨쳐버리지 못하고 계속 고민한다’, ‘24. 목표를 달성하는 것이 어렵더라도 다른 사람의 의견이나 충고를 들으려하지 않는다’ 등 3문항이었다.

최적화는 12개 문항, 의도적 선택은 6문항, 상실에 기반한 선택은 7문항, 그리고 보상은 6문항으로 구성되었다. 본 연구에서 측정된 하위요인 각각의 Cronbach α 는 최적화는 .8915, 의도적 선택은 .8690, 상실에 기반한 선택은 .7884, 그리고 보상은 .7912였다.

분석방법

하미옥과 김정남(2006)의 연구에서 사용한 SOC 척도를 대학생 대상으로 실시, 분석하기 위하여 각 문항이 SOC 하위 구성개념을 대표적으로 측정하고 있는지 확인하는 탐색적 요인분석을 실시하였다. 요인분석을 위하여 SPSS 12.0을 사용하였다. 주축분해법(Principal Axis Factoring)과 베리믹스회전(Varimax)을 사용하여 요인을 확인하였다.

대학생활적응과 SOC 전략 간의 관계를 알아보기 위하여 성별 차이검증, 학년별 분산분석 및 사후검정을 실시하였다. 대학생활적응에 대한 SOC 하위영역의 관계를 알아보기 위하여 다중회기 분석을 하였다.

결 과

대학생활적응과 SOC 전략의 성별 차이

대학생활적응과 SOC 전략의 여자 대학생, 남자 대학생간의 성별 차이는 표 1과 같다.

대학생활적응과 SOC 전략의 하위변인들에 대한 남자 대학생, 여자 대학생 집단간의 차이를 분석한 결과, 학업적응($t=2.033, p<.05$)과 개인정서적응($t=2.795, p<.01$), 대학생활적응 전체($t=1.980, p<.05$)에 대해서 성별에 따른 유의미한 차이를 보였으며, 남자 대학生的 적응이 여학생 보다 높은 것으로 나타났다. 한편 선택-보상-최적화의 경우 성별 차이가 없는 것으로 나타났다.

대학생활적응과 SOC 전략의 학년별 차이

대학생활적응과 SOC 전략의 학년별 차이는 표 2와 같다. 1학년(평균 89.49, 표준편차 16.35)이 3학년(평균 82.69, 표준편차 14.94)과 4학년(평균 84.66, 표준편차 14.92)보다 유의미하게 대학환경적응이 높은 것으로 나타났다. 또한 SOC 전략중 보상에서 1학년(평균 21.91, 표준편차 3.98)이 3학년(평균 20.50, 표준편차 4.63)과 4학년(평균 20.70, 표준편차 4.22)보다 유의미하게 높은 점수를 나타냈다.

대학생활적응에 대한 SOC 전략의 관계

대학생활적응의 하위요인과 SOC 전략의 하위요인간 관련성을 확인하기 위해서 각각의 상관분석을 실시하였고 그 결과는 표 3과 같다.

SOC 전체 점수와 최적화는 .61, 상실에 기초한 선택은 .26, 보상은 .57, 그리고 의도적 선택은 .78의 상관을 보이는 것으로 나타났다.

표 1. 대학생활적응과 SOC 전략의 평균과 성별 차이

	성별	사례수	평균	표준편차	t
학업적응	남자	192	126.10	23.90	2.03 *
	여자	271	121.55	23.57	
사회적응	남자	192	110.93	22.02	1.04
	여자	271	108.75	22.34	
개인정서적응	남자	192	81.37	18.40	2.79 **
	여자	271	76.93	15.64	
대학환경적응	남자	192	85.60	15.02	-.11
	여자	271	85.77	16.44	
대학생활적응 전체	남자	192	365.27	57.91	1.98 *
	여자	271	354.59	56.56	
최적화	남자	192	43.61	7.33	1.34
	여자	271	42.70	7.18	
의도적 선택	남자	192	20.02	5.09	-.49
	여자	271	20.26	5.26	
상실에 기반한 선택	남자	192	19.86	4.63	-1.18
	여자	271	20.39	4.85	
보상	남자	192	20.97	4.61	-.48
	여자	271	21.17	4.06	
선택-보상-최적화 전체	남자	192	104.46	13.3	-.04
	여자	271	104.52	11.8	

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

최적화 전략과 상실에 기초한 선택 간에는 부적의 상관성이 있었다.

대학생활적응과 SOC 하위요인들간 상호상관을 확인하고, 대학생활적응에 대한 설명력을 확인하기 위한 회귀분석을 실시하였다. 대학생활적응에 대한 SOC 전략의 관계를 집단별로 분석한 결과는 표 4와 같다. 여학생의 대학생활 적응을 예언하는데 있어 SOC 전략의 하위영역 중 보상($\beta=.412$), 최적화($\beta=.308$),

의도적 선택($\beta=.139$) 순으로 기여도가 높은 것으로 나타난 반면, 남학생의 대학생활 적응에는 최적화($\beta=.425$), 보상($\beta=.301$)이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 학년별로 살펴보면 1학년의 대학생활적응을 예언하는데 SOC 전략 중 보상($\beta=.521$), 최적화($\beta=.335$)의 영향력이 큰 반면, 2학년의 경우 보상($\beta=.421$)이 대학생활적응을 예언하는데 유의미한 변수인 것으로 나타났다. 3학년의 대학생활적응을

표 2. 대학생활적응과 SOC 전략의 학년별 분산분석, Duncan 검증 결과

	학년	사례수	평균	표준편차	F값	Duncan 결과
학업적응	1	108	122.27	22.29	.22	
	2	76	124.57	23.51		
	3	86	124.63	22.77		
	4	193	123.11	25.24		
사회적응	1	108	110.40	22.42	.52	
	2	76	111.22	21.44		
	3	86	107.15	20.54		
	4	193	109.72	23.16		
개인정서적응	1	108	78.92	15.96	.00	
	2	76	78.73	18.52		
	3	86	78.59	15.85		
	4	193	78.78	17.47		
대학환경적응	1	108	89.49	16.35	3.44*	1≠3 1≠4 1=2 2=3 2=4 3=4
	2	76	86.31	17.57		
	3	86	82.69	14.94		
	4	193	84.66	14.92		
대학생활적응 전체	1	108	360.52	52.56	.16	
	2	76	361.78	59.44		
	3	86	356.20	55.29		
	4	193	358.35	60.15		
최적화	1	108	41.77	7.30	2.01	
	2	76	42.82	8.38		
	3	86	43.15	6.80		
	4	193	43.88	6.87		
의도적 선택	1	108	19.39	5.38	1.46	
	2	76	19.96	5.39		
	3	86	20.87	4.84		
	4	193	20.35	5.11		
상실에 기반한 선택	1	108	20.47	5.06	.32	
	2	76	20.18	4.21		
	3	86	20.31	4.89		
	4	193	19.93	4.76		
보상	1	108	21.94	3.98	2.77*	1=2 1=4 2=3 2=4 3=4 1≠3
	2	76	21.54	4.35		
	3	86	20.50	4.63		
	4	193	20.70	4.22		
선택-보상-최적화 전체	1	108	103.56	12.58	.27	
	2	76	104.50	12.70		
	3	86	104.84	12.56		
	4	193	104.86	12.33		

주. * $p < .05$

표 3. 대학생활적응과 선택-보상-최적화 전략 하위요인의 상관관계

	최적화	상실 선택	보상	의도적 선택	SOC 총합	학업 적응	사회적 적응	정서 적응	일반 적응	대학적응 총합
최적화	1									
상실선택	-.39**	1								
보상	.06	.26**	1							
의도적 선택	.39**	.01	.39**	1						
SOC총합	.61**	.21**	.57**	.78*	1					
학업적응	.47**	-.09**	.19**	.41**	.47**	1				
사회적 적응	.25**	-.04	.17**	.20**	.29**	.47**	1			
정서적응	.18**	.07	.25**	.41**	.39**	.52**	.34**	1		
일반적응	.21**	.00	.23**	.27**	.36**	.53**	.79**	.41**	1	
대학적응 총합	.32**	-.02	.26**	.42**	.49**	.84**	.78**	.72**	.80**	1

** $p < 0.01$ * $p < 0.05$

표 4. 대학생활적응에 대한 SOC 전략의 중다회귀분석결과

집단	변인	B	표준오차	베타	F값	R ²
전체	보상	5.21	.57	.39***	56.85***	.27
	최적화	2.62	.32	.33***		
	의도적 선택	1.28	.51	.11*		
여자	보상	5.74	.77	.41***	34.23***	.27
	최적화	2.42	.41	.30***		
	의도적 선택	1.49	.64	.13*		
남자	최적화	3.35	.51	.42***	34.43***	.26
	보상	3.77	.79	.30***		
1학년	보상	6.87	1.09	.52***	32.38***	.38
	최적화	2.41	.55	.33***		
2학년	보상	5.73	1.43	.42***	15.89***	.17
	최적화	3.25	.81	.40***		
3학년	보상	4.02	1.13	.33**	15.35***	.27
	최적화	3.68	.57	.42***		
4학년	보상	3.96	.89	.27***	23.40***	.27
	상실에 기반한 선택	1.91	.89	.15*		
	최적화	3.68	.57	.42***		

주. * $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

예언하는데 최적화($\beta=.400$), 보상($\beta=.338$)의 영향력이 유의미한 것으로 나타난 반면, 4학년의 경우 대학생활적응에 최적화($\beta=.421$), 보상($\beta=.279$)뿐만 아니라 상실에 기반한 선택($\beta=.152$)이 유의미한 변수인 것으로 나타났다.

논 의

본 연구에서는 각 개인이 사용하는 SOC 전략이 대학생활적응에 어떤 영향을 미치는지를 확인하고자 하였다. 이를 위해서 SOC 모델의 세 가지 원칙인 나이 들에 따른 선택의 감소, 문화적 욕구 증가, 지지 및 보상 욕구 증가를 감안하여 만들어진 SOC 척도를 대학생 대상으로 적용하기 위하여 각 문항이 SOC 하위 구성개념을 대표적으로 측정하고 있는지 확인하였다. 물론 하미옥등(2006)에 의해 탐색적 요인분석이 이루어진 바가 있으나 이는 대학생 집단과는 다른 집단으로서 같은 요인이나 문항에 대해 같은 해석을 내릴 것이라는 점을 확신하기 어려웠기 때문이다. 탐색적 요인분석 결과, SOC 척도는 요인의 내용, 문항들의 내적일관성, 문항들의 동질성 및 차별성을 기준으로 고려하여 최종적으로 4가지 요인, 총 31문항을 확정지었다. 이는 하미옥 등(2006), Batles 등(1999), 그리고 Freund 등(2002)의 연구와 일치하는 결과로 SOC 척도가 4가지 하위 요인으로 구성되어 있다는 것을 확인함으로써 노인과 성인을 대상으로 개발된 본 척도는 대학생 집단에게도 타당한 척도로 볼 수 있었다.

하지만 SOC 전체 점수와 각 하위 척도들간의 상관관계를 분석했을 경우, 상실에 기초한 선택의 상관정도가 매우 낮은 점은 주목할 만하다. 상실에 기초한 선택이란 개인의 부족한

점을 인지하고 이의 부작용을 최소화하기 위하여 목표의 구조조정 과정을 선택하는 전략이다. 개념적으로 볼 때, 최적화 전략과 상실에 기초한 선택 간에는 부적인 상관관계가 있을 수 있다. 이런 점들을 고려할 때 SOC 전략을 측정하는 질문지의 요인구조를 확인하는 과정이 필요하다고 하겠다. 추후 연구를 통해서 확인적 요인분석 과정을 거친다면 개념구성의 타당성을 확보할 수 있을 것으로 본다.

제1요인인 ‘최적화’는 12개 문항으로, 제2요인인 ‘의도적 선택’은 6문항으로, 제3요인 ‘상실에 기반한 선택’은 7문항으로, 그리고 제4요인 ‘보상’은 7문항으로 확정되었다. 하미옥 등(2006)의 연구결과는 최종 34개 문항, 4개 요인으로 타당화 되었다. 1요인으로 최적화, 2요인으로 상실에 기반한 선택, 3요인으로 보상, 4요인으로 의도적 선택이 채택되었다. 1요인의 최적화 문항은 동일하지만 2, 3, 4요인 문항에는 차이가 있었다. 이는 대학생 집단으로 구성된 본 연구의 대상 특성으로 인한 것으로 해석된다. 대학생 집단에게는 의도적 선택요인이 상실에 기반한 선택 요인보다 설명력이 높은 요인이라고 할 수 있었다.

대학생활 적응에 관련하여 남학생의 적응이 여학생의 적응보다 높게 나타났다. 이는 기존 연구와 일치되는 결과이다. 1980년대 이후 여학생이 지각하는 대학생활적응이 남학생의 적응에 비해 낮다는 일관된 결과는 지속되고 있는데 어떤 측면에서 적응이 떨어지는지를 확인할 필요가 있다. 환경적응을 제외한 학업, 사회, 개인정서 영역에 걸쳐 적응하고 있지 못하다고 느끼는 것으로 확인된다. 학년간 차이를 살펴보면 1학년의 적응이 3, 4학년의 적응에 비해 오히려 높은 것으로 확인되고 있다. 이는 기존 연구결과와 다른 것으로 볼 수 있

다. 신입생이 대학생활에 대한 기대치가 높고 신입생 신화를 가짐으로서 부적응할 수 있다는 관점이 있지만, 최근 대학 3, 4학년의 취업 압력이 높아짐에 따라 신입생보다 오히려 3, 4학년의 대학생활의 적응도가 낮아진 것으로 응답한 것이 아닌지 추후의 연구가 요청된다.

OC전략의 활용에 대해서 3, 4학년의 전략 사용이 부진한 것으로 나타나고 있다. 학교생활에서의 학업성취는 물론 취업 준비를 위한 노력이 동시에 이루어져야 한다고 느끼는 3, 4학년이 선택과 최적화 전략을 적절히 사용하지 못하며 오히려 1학년이 보상전략을 많이 사용하고 있는 것으로 드러났다. 이를 통해 3, 4학년에 대한 적응지원활동이 요청됨을 확인할 수 있었다. SOC전략의 활용은 성별에 따라, 학년에 따라 차이가 있는 것으로 드러났다.

적응을 설명하는 SOC 전략의 하위요인에 대한 분석에서, 보상과 최적화 그리고 의도적 선택의 순으로 설명력이 많았다. 즉 대학생활의 적응에는 타인으로부터 도움을 받는 보상 전략이 가장 좋은 행동전략일 수 있음을 알 수 있었고, 다음으로는 타인의 모델링, 시간의 배분 등 바라는 목표를 달성하기 위해 스스로 수단을 개발해내는 최적화 전략이 그리고 마지막으로 바라는 것을 얻는데 최선을 두는 의도적 선택이 도움이 되는 것으로 나타났다. 성별로는 여학생은 보상전략이, 남학생은 최적화 전략이 대학생활 적응에 가장 설명력이 높은 요인으로 확인되었다. 이는 기존에 대학생의 스트레스 대처 방식 중 지지를 얻는 것이 효과적인 대처가 될 수 있다는 연구결과들(정은희, 1992, 옥경희, 2001)과 일치하는 결과라 볼 수 있다.

학년별로는 1, 2, 3학년의 경우 보상과 최적화 전략이 도움이 되었지만 4학년의 경우는

유일하게 상실에 기반한 선택 요인이 대학생 활적응을 설명해주는 요인으로 부각되었다. 상실에 의한 선택이란 원하는 목표의 달성이 어렵다고 느낄 때 대안이 되는 목표를 개발하는 행동방식을 말한다. 졸업과 취업을 앞둔 상황에서 목표를 수정하거나 대안을 개발하는 것이 적응에 도움이 된다고 볼 수 있겠다. 흔히 목표를 변경하는 것은 실패 혹은 부적응으로 평가되기 쉽다. 하지만 4학년의 경우 상실, 혹은 부족을 인정하고 그를 토대로 새로운 목표를 수립하는 행동방식이 좋은 적응전략이 될 수 있다는 발견은 본 연구의 의의라고 할 수 있다.

4가지 적응전략은 서로 배타적인 것이 아니며, 4가지를 동시에 사용할 수 있는 것인바, 학생 개개인이 적응을 위한 전략으로 어떻게 이 전략을 활용하고 있는지 등 기술적 분석도 가능하다고 할 수 있다. 4가지 적응전략을 사용하는 어떤 패턴 또는 프로파일 분석도 가능할 수 있으며 이를 통해서 대학생들의 적응전략의 유형화까지도 가능할 수 있다는 가능성을 발견할 수 있어 이를 차후 연구과제로 남겨 두기로 한다.

국내에서 대학생을 대상으로 한 SOC 전략 연구인 장휘숙의 연구(2003)에서 밝힌 것과 같이 SOC전략은 연령과 전략의 맥락, 그리고 발달과업 등에 따라 다르게 적용될 것임을 유의하여 해석되어야 할 것이다. 왜냐하면 개인의 목표선택과 목표추구방식은 상황과 맥락에 의존하기 때문이다. 본 연구에서 이공계열 학생의 표집이 적은 것등을 감안할 때 향후 후속 연구에서는 학과나 전공 등 학생들의 생활맥락에 따른 차이나 양상에 대한 연구가 이루어지는 것이 필요할 것으로 사료된다.

본 연구를 통하여, 대학생활의 4년 남짓의

기간 동안에 개인이 선택하는 목표수립과 추구전략이 이론적 가정과 일치하게 드러났다는 것은 흥미로운 결과라고 하겠다. 4학년의 상실에 기반한 선택 전략과 대학생활적응의 관련성이 그것인데, 신입생 보다 더 적응에 실패하고 있는 집단으로서의 4학년에 대한 집중적인 연구와 지원이 요청된다고 하겠다.

본 연구는 몇가지 한계점을 가진다. 대학생활의 적응전략은 성, 학년 요인뿐 아니라 전공, 성적, 가족이나 학교와 같은 맥락적 요인에 영향을 받는다. 이런 점들이 세부적으로 고려되거나 통제되지 못했다는 점이다. 또한 SOC 질문지에 대한 요인분석이 좀 더 적극적으로 이루어져야 할 필요가 충족되지 못했다는 과제를 안고 있다. 추후 연구에서 이루어지기를 기대한다.

참고문헌

권혜진 (2007). 대학생의 대학환경풍토 지각과 대학생활적응 및 학업성취도와의 관계연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.

김은정 (1992). 대학생들의 학업적 적응과 심리적 적응. 연세상담연구, 8, 85-114.

안지연 (1997). 성공적 노화를 위한 선택 적정화 보상전략과 대처행동양식 및 삶의 만족도의 관계. 연세대학교 대학원 석사학위논문.

양혜선 (2004). 애착유형과 스트레스 대처방식이 대학생활적응에 미치는 효과. 연세대학교 대학원 석사학위논문.

옥경희 (2001). 대학생들의 사회적 지지와 대학생활적응. 광주대학교 학생생활연구소 學生生活研究, 8, 21-39.

이지혜 (2006). 대학교 신입생을 위한 인지행동진로집단상담의 효과: 사회적지지, 진로자기효능감, 진로의사결정을 중심으로. 대구대학교 대학원 석사학위논문.

이혜성, 손영숙, 김미경 (1989). 대학생 문제진단 및 해결행동 체크리스트. 학생생활연구, 25, 45-57.

장휘숙 (2003). 애착과 SOC전략과의 관계. 한국심리학회지: 발달, 16(3), 103-117.

전경구 (1998). 대학생용 생활 스트레스 척도 개발 연구 II. 재활과학연구, 14(1), 111-129.

정민 (2001). 생활양식과 대학생활 적응과의 관계. 전남대학교 대학원 석사학위논문.

정은희 (1992). 부모로부터의 독립과 대학생활적응과의 상관 연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.

조화진 (2004). 부모와의 애착 및 분리-개별화가 대학생활적응에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위논문.

최임숙, 김충희 (2004). 성역할 정체감 유형에 따른 학교적응행동의 차이. 敎育心理研究, 18(1), 131-143.

탁진국 (1996). 경력미결정과 부적응간의 관계. 한국심리학회지: 산업 및 조직 9(2), 81-94.

하미옥, 김정남 (2006). 선택-최적화-보상 척도의 타당성에 관한 연구. 한국심리학회지: 산업 및 조직, 19(4), 597-615.

하정연, 오윤자 (2003). 성공적인 노화를 위한 선택, 적정화, 보상전략 관련 변인 연구 -중산층 노인을 중심으로-. 한국가정관리학회지, 21(2), 131-144.

한덕웅, 전경구, 이창호 (1991). 한국 대학의 생활환경 변화와 대학생활 적응. 한국심리학회 연차학술발표대회 논문집, 259-266.

- 현진원 (1992). 완벽주의 성향과 평가수준이 과제 수행에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 황상하 (1995). 대학생의 스트레스 및 대처방식과 대학생활적응과의 관계. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- Baker, R. W., McNeil, N., & Siryk, B. (1985). An assessment of international college student adjustment, *International Journal for the Advancement of Counselling*, 17(4), 241-247.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 179-189.
- Baltes, B. B., & Dickson, M. W. (2001). Using life-span models in industrial-organizational psychology: The theory of selective optimization with compensation. *Applied Developmental Science*, 5, 51-62.
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In P. B. Baltes & M. M. Baltes(Eds.), *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences*(pp.1 - 34). New York: Cambridge University Press.
- Baltes, P. B., Baltes, M. M., Freund, A. M., & Lang, F. R. (1999). *The measure of selective, optimization, and compensation*. Berlin: Max Plank Institute for Human Development.
- Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping process; A theoretical analysis. *Journal of personality and social psychology*, 46, 839-852.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process; A Study of emotion and coping during three stage of college examination. *Journal of personality and social psychology*, 48, 150-170.
- Freund, A. M., & Batles, P. B. (2002). Life Management Strategies of Selection, Optimization, and Compensation: Measurement by Self-Report and Construct Validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(4), 642-662.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Savickas, M. L. (2001). Toward a comprehensive theory of career development: Dispositions, concerns, and narratives. In Frderik, Leong, Barak(Eds). *Contemporary models in vocational psychology*, 295-320.
- Savickas, M. L., & Super, D. E. (1996). The life-span, life-space approach to careers. *Career choice and development*, 117-221.
- Wiese, B. S., Freund, A. M., & Batles, P. B. (2002). Selection, Optimization, and Compensation: An action related approach to work and partnership. *Journal of Vocational Behavior*, 57, 237-300.

원 고 접 수 일 : 2008. 8. 6

수정원고접수일 : 2008. 11. 13

게 재 결 정 일 : 2008. 11. 10

The Relationship Between Adjustment and SOC Strategies of College Students

Jeong Yi Ryu

Anyang University

Su Ri Kim

Hongik University

The purpose of this study is to investigate the relationship between college students adjustment and SOC strategies. Data were collected through surveys undertaken with 463 college students. SOC questionnaires created by Baltes et al. (1999) had an adequate degree of reliability and construct validity. The results were as follows. First, male students adjusted better than female students, but there were no differences in terms of the SOC strategy. Second, the adaptation level of freshmen was higher than 3,4 grade students, and freshmen used compensation strategies more than others. Third, compensation, optimization, and selection strategies affected female students adaptation, whereas Optimization and compensation strategies affected male students adaptation. Compensation and optimization strategies affected 1,2,3 grade students adaptation, whereas selection strategies affected 4 grade students adaptation.

Key words : college students adjustment, SOC strategy