

외향성이 대학생활적응에 미치는 영향 - 사회적 지지를 매개변인으로 -

이 보 라[†] 김 미 애 이 기 학
연세대학교 심리학과

본 연구는 외향성의 하위변인인 온정, 사교성, 긍정적 정서가 대학생활적응에 미치는 영향을 사회적 지지를 매개변인으로 하여 살펴보았다. 이를 위하여 대학생 130명을 대상으로 대학생활적응, 외향성, 사회적 지지를 측정하여 그 결과를 분석하였다. 연구 결과 온정, 사교성, 긍정적 정서, 사회적 지지는 대학생활적응과 유의미한 정적 상관이 있었다. 그러나 사회적 지지를 매개로 하였을 때 온정과 긍정적 정서만이 대학생활적응을 유의미하게 예측하였다. 본 연구는 외향성의 여러 요인 중 대학생활에 영향을 미치는 요인과 사회적 지지의 매개효과를 밝혔다는 점에 그 의의가 있다. 이러한 결과들의 함의와 추후 연구를 위한 제언들을 논의하였다.

주요어 : 외향성, 대학생활적응, 사회적 지지, 온정, 사교성, 긍정적 정서

이보라, 김미애는 연세대학교 심리학과 석사 과정에 있고, 이기학은 연세대학교 심리학과에 근무하고 있음.

† 교신저자 : 이보라, (120-749) 서울시 서대문구 신촌동 134번지, 연세대학교 심리학과

전화 : 02)2123-4899, E-mail : luvbora@magicn.com

개인은 인생의 발달 단계에 따라 적응을 해 나가야 한다. 청년기는 개인의 발달 단계에 있어 독립적인 인격체로 형성되는 과도기로, 부모로부터 심리적으로 독립하여 자아정체감을 확립해야 하는 시기이다. 이 시기에 독립적인 인격체로 성장하면 이후의 단계에서 부딪치는 발달 과제들도 무난히 넘길 수 있게 되지만, 그렇지 못하면 다음 단계의 발달이 지연되게 된다. 청년들이 외부의 요구에서 일시적으로 해방되어 자유롭게 자신의 역할을 탐색해 보는 이 시기를 심리사회적 유예기간이라고 하는데, 심리사회적 유예기간은 사회에 따라 다르다. 미국의 경우 중·고등학교 시절이 심리사회적 유예기간인 반면, 우리나라의 경우 대학 시절이 유예기간에 해당된다. 따라서 우리나라의 경우 대학 시절이 개인의 발달 단계에 있어 무척 중요한 시기로, 학생들이 이 시기에 잘 적응하지 못하면 이후 독립된 성인으로서의 행복한 삶을 살아가기 힘들게 된다. 이러한 우리나라의 현실에서 대학생활의 적응과 관련된 연구는 매우 중요하다고 볼 수 있다. 따라서 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 알아내어 상대적으로 적응에 어려움을 보일 가능성이 있는 학생들을 미리 발견하여 그들에게 관심을 보일 필요가 있다.

일반적으로 적응이란 개인이 주변 환경과 능동적인 상호작용을 하는 것을 의미한다(Schaffer, 1956; Adams, 1972; Lazarus, 1976). Schaffer(1956)는 적응한다는 것을 첫째, 신체적·정신적으로 받는 실제 위기에 대처할 수 있고, 둘째, 환경과 개인의 전체적인 요구를 살피고 조화시켜서 보다 높은 만족을 가져오게 하며, 셋째, 사회의 규범에 합치되게 행동할 수 있는

것이라고 하였다. 즉, 적응을 잘하면 한 사회의 구성원으로서의 역할을 잘 수행하며 원만한 대인관계를 유지할 수 있지만, 적응 과정에서 개인이 균형과 조화를 잃으면 불만족, 좌절 등의 부정적인 정서를 경험하게 된다.

대학생활적응이란 적응에서 고려되는 요소인 개인과 개인을 둘러싼 환경을 대학생과 대학환경으로 구체적으로 표현한 것이다(신지영, 2000). Baker와 Siryk(1984)은 개인 내적인 적응과 개인을 둘러싼 환경과의 적응을 모두 포함하여 대학생활적응을 크게 네 가지로 나누었다. 첫째, 대학에서 요구하는 여러 가지 학업적 요구에 얼마나 성공적으로 적응하고 있는지를 평가하는 학업적 적응이다. 이는 인지적 학습능력 이상을 포함하고 있는데, 학업에 대한 동기, 요구에 부딪쳤을 때의 행동, 학업환경과 관련된 일반적인 만족감, 시간관리, 분명한 목적의식이 중요한 구성요소가 된다. 둘째, 대학이라는 사회적 삶에 적응하는 정도, 안정적이고 지지적인 도움을 줄 수 있는 친구나 부모와 같은 사회적 관계의 지원조직의 형성, 새로운 사회적 관계의 관리능력, 교수·교수들과의 원활한 의사소통 등을 포함하는 사회적 적응이다. 셋째, 대학에서 대학생들의 상호관계성, 삶의 방향, 자기가치 등 개인의 인성형성에 있어서 핵심이 되는 자기존재의 본질, 위치, 역할 등 자기탐색과정을 통한 정서적 적응을 의미하는 개인-정서적 적응이다. 넷째, 대학에 대한 애착도와 대학의 질에 대한 만족도 그리고 학업적 목표에 대한 몰입 정도를 나타내는 대학환경에의 적응이다.

대학생활적응에 영향을 미치는 변인들을 살펴보면 성격변인(김은정, 1992), 사회적 지지(정현욱, 1996), 부모와의 애착(최은실, 2001),

자기주장성(Gambrill, Florian, & Splavor, 1986; 김은정, 이정윤, 오경자, 1992에서 재인용), 자기효능감과 낙관적 사고(Chemers, Hu & Garcia, 2001) 등 매우 다양하다. 본 연구에서는 성격 변인에 속하는 외향성과 사회적 지지를 중심으로 대학생활적응을 살펴보고자 한다.

성격에 대한 정의는 다양하나 성격에 대한 대표적 정의를 내린 Allport(1961)에 따르면, 성격은 각 개인의 정신적, 신체적 체계 안에서 그의 특징적 사고와 행동을 결정하는 역동적 조직이라 할 수 있다. 여러 연구자들이 성격 특성을 나타내는 언어들에 광범위하게 검토하여 요인 분석한 결과, 성격의 5요인(Big Five)이라는 5가지의 성격 요인을 발견하였다(McCrae & Costa, 1987). 5요인 중 하나인 외향성(Extraversion)은 타인과의 교제나 상호작용을 원하고 타인의 관심을 끌고자 하는 정도를 나타낸다. Chioqueta와 Stiles(2005)는 외향성은 사교성, 활동성으로 특징지을 수 있는 성격 요인으로 긍정적 정서의 독립된 차원을 나타낸다고 하였다. 차경호(2001)는 적극성, 사교성, 자기주장성, 활동성, 주도성, 집단 성향성 등이 외향성과 관련된 특성들이라고 하였다. 따라서 외향성은 개인의 사회생활 전반에 비교적 큰 영향을 미치는 성격 요인이라 할 수 있다.

Stewart, Ebmeier와 Deary(2005)는 외향성이 행복감과는 정적 상관을, 부정적 정서와는 부적 상관을 이루고 있다고 하였고, Chioqueta와 Stiles(2005) 또한 외향성이 우울, 무망감과 유의한 부적 상관을 보여주었다. Gershuny와 Sher(1998)는 낮은 외향성이 불안과 우울을 예측한다고 하였다. 즉, 외향성이 낮은 사람들은 그렇지 않은 사람보다 더 높은 불안, 우울 경

향을 보이므로 사회적으로 부적응을 초래할 수 있다. 이처럼 외향성과 관련된 연구들을 살펴보면, 대체적으로 외향성이 높은 사람들이 주관적 안녕감이 높거나 적응을 잘 하는 것으로 나타났다.

Cooper, Okamura와 McNeil(1995)의 외향성과 심리적 안녕감에 관한 연구를 살펴보면, 타인의 인정을 강하게 필요로 하는 외향적인 사람들이 심리적으로 적응을 잘 한다고 하였다. 이는 외향적인 사람이 외부와의 접촉이 더 잦고 관계를 이루는 기술이 훨씬 뛰어나기 때문이다. 따라서 외향성과 관련된 특성 중 다른 사람들과의 교제를 선호하는 사교성이 적응에 많은 영향을 미칠 것으로 보인다.

외향성과 관련된 또 다른 특성인 긍정적 정서 또한 적응과 관련해 주목할 필요가 있다. 몇몇 연구들에 따르면 기쁨, 흥분, 사랑과 같은 긍정적 정서는 접근행동이나 지속행동을 촉진시킨다고 한다(Cacioppo, Gardner, & Berntson, 1999; Davidson, 1993). 즉, 긍정적 정서를 경험하는 개인은 그들의 외부 세계에 적극적으로 참여하고 여러 가지 활동을 더불어 함으로써 그 사회에 적응을 잘 하게 된다는 것이다. 또한 즐거운 감정의 경험은 대인 관계에서 개방성을 증가시켜 사회적 관계가 강화된다. 뿐만 아니라 기쁨 감정의 표현은 자신의 행복감을 증가시키고 주위 환경까지 행복하게 만든다(Izard, 1993). 따라서 긍정적 정서가 높은 사람은 더 많은 사회관계 속에서 더 많은 정서 경험을 하고 이를 통해 환경에 잘 적응해 나갈 것으로 보인다.

이처럼 많은 선행연구에서 외향성의 여러 가지 특성이 적응에 영향을 미칠 수 있음을 보여주고 있다. 그런데 외향성이라는 성격변

인은 여러 가지 요인을 포함한 광범위한 개념이다. 사람 사귀기를 좋아하는 사람도 외향적이라 칭하고, 다른 사람들을 주도적으로 이끌어 가는 사람들도 우리는 외향적이라고 말한다. 기존의 연구들에서는 외향적인 사람들이 적응을 잘한다고는 보고하고 있지만 이것이 외향성의 어떤 하위요인의 특성이 적응에 영향을 주는 것인지에 대해서는 구체적으로 살펴보고 있지 않다. 그런데 Lu, Shih, Lin과 Ju(1997)는 외향성이 행복에 직접적인 영향을 주지 않고, 그 영향이 사회적 지지에 의해 매개된다고 하였다. 그것은 외향적인 사람들이 더 나은 사회적 기술을 가지고 있으며(Lu & Argyle, 1991), 외향성은 사회적 지지를 얻는데 중요한 요소이기 때문이다(Goldsmith & Parks, 1990).

사회적 지지에 대해 Cohen과 Hoberman(1983)은 한 개인이 그가 가진 대인관계로부터 얻을 수 있는 모든 긍정적인 자원이라고 정의한 바 있다. 사회적 지지는 스트레스가 적응에 미치는 영향을 연구하면서 매개변인으로 많이 연구되었는데, 많은 연구에서 사회적 지지가 심리적·신체적 적응에 도움이 된다는 것이 밝혀졌다. 예를 들어, 대학생활적응에 있어서 사회적 지지가 영향을 미치는데, 대학신입생들을 대상으로 적응에 영향을 미치는 요인에 대해 6개월간의 추적연구를 실시한 결과에서는 자기지각과 지각된 사회적 지지가 전반적인 심리적 적응 수준과 대학생활 적응수준을 예측해주었다(김은정, 이정운, 오경자, 1992). 구체적으로는 자기지각이 적극적 대처행동을 증가시켜줌으로써 간접적으로 적응수준에 영향을 주었고 지각된 사회적 지지는 적응수준에 직접적으로 영향을 주었다. 또한, Halamandaris

와 Power(1999)는 개인의 성격과 사회적 지지가 대학생들의 심리사회적 적응을 예측한다고 하였다. 그들의 연구에 의하면, 대학생활에 적응을 잘한 학생들은 그렇지 못한 학생들보다 외향성 성향이 높고 지각한 사회적지지도 높았다고 하였다. 외향성이 사회적 활동과 사회적 지지와 상관이 있다고 하고, 외향성이 높은 사람들이 스트레스 사건에 직면했을 때 사회적 지지를 추구할 가능성이 증가한다고 하였다(Von Dras & Siegler, 1997).

많은 연구들을 살펴보았을 때 외향성 성격을 지닌 사람들이 적응을 더 잘할 것이라고 예측해볼 수 있다. 그러나 외향성은 너무 광범위한 개념이어서 외향성 성격을 가진 사람들의 어떠한 특성이 구체적으로 적응을 미치는지에 대해서는 명확하게 드러나 있지 않다. 특히, 사회적 지지를 매개로 한 외향성의 적응에 관한 영향은 구체적으로 외향성의 어떤 요인이 사회적 지지에 영향을 끼쳐 최종적으로 적응을 예측하게 되는지에 대해서는 거의 연구가 없다. 위에서 살펴본 바와 같이, 외향성의 요인 중에서 온정, 사교성, 긍정적 정서가 적응에 많은 영향을 미치는 것으로 보인다. 따라서 본 연구에서는 온정, 사교성, 긍정적 정서가 사회적 지지를 매개로 하여 대학생활적응에 미치는 영향에 대해 알아보려고 한다.

가설 1. 온정은 사회적 지지를 매개로 대학생활적응에 영향을 미칠 것이다.

가설 2. 사교성은 사회적 지지를 매개로 대학생활적응에 영향을 미칠 것이다.

가설 3. 긍정적 정서는 사회적 지지를 매개로 대학생활적응에 영향을 미칠 것이다.

방 법

연구대상

서울 시내에 위치한 Y대학교 학생 146명을 대상으로 설문을 실시하였다. 회수된 설문지 중 무성의하게 답변했거나 무응답이 있는 자료는 분석에서 제외하였다. 단, 본 연구에서는 성별, 학년 등의 인구학적 변인은 고려하지 않았으므로 그에 대한 무응답자는 분석에 포함시켰다. 최종적으로 분석에 포함된 참여자는 130명(남 56명, 여 68명, 무응답 6명)이었고, 평균 연령은 20.33세($SD=1.86$)였다.

측정도구

외향성

외향성을 측정하기 위해 Costa와 McCrae(1992)가 개발하고 이경임과 안창규(1996)가 번역한 NEO 인성검사(NEO PI-R)를 사용하였다. 이 도구는 성격의 5요인 구조에 대한 이론을 바탕으로 개발된 검사로서 한 개인의 성격을 기술하고 설명하는데 있어 매우 유용한 정보를 제공하고 있으며 그 활용성 또한 정상인 뿐 아니라 정신질환을 지닌 사람들에게도 그 활용성이 인정되고 있어 우리나라에서도 진로지도나 상담과 같은 목적으로 널리 사용되고 있는 검사이다(안창규, 1997). 이 검사는 총 240문항으로 신경증, 외향성, 경험에 대한 개방성, 친화성, 성실성의 5요인과 이 5요인에 대한 6개의 하위요인으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 외향성 요인 48문항을 사용하였다. 외향성은 온정, 사교성, 주장, 활동성, 자극추구, 긍정적 정서의 6개 하위요인으로 구성되

어 있다. 온정은 대인관계의 친밀감을, 사교성은 다른 사람들과의 교제에 대한 선호도를, 주장성은 사회적 우세함과 지배력을, 활동성은 빠른 템포나 정력적인 움직임, 에너지를, 자극추구성은 자극과 흥분에 대한 갈망을, 긍정적인 정서는 기쁨, 행복, 사랑, 흥분과 같은 긍정적인 정서를 의미한다. 각 하위요인은 8문항으로 구성되어 있고, Likert 5점 척도로 응답할 수 있도록 되어있다. 본 연구에서 산출된 척도의 Cronbach's alpha는 온정이 .87, 사교성이 .84, 주장성이 .81, 활동성 .79, 자극추구성 .73, 긍정적 정서 .84, 전체척도는 .94였다.

대학생활적응

대학생활의 적응을 측정하기 위해 Baker와 Siryk(1984)이 개발한 대학생활적응 척도(Student Adjustment to College Questionnaire; SACQ)를 현진원(1992)이 번역한 것을 사용하였다. 이 척도는 네 개의 하위척도로 구성되어 있다. 학업적응척도(24문항)는 대학생들이 학교 내에서 학업과 관련된 생활에 적응하는 수준을 측정하는 것이고, 사회적응 척도(20문항)는 대학 내에서 대인관계나 과외활동과 같은 생활에 적응하는 정도, 개인정서적응 척도(15문항)는 대학생들이 일반적으로 겪는 심리적 스트레스 및 신체화 장애정도, 대학환경적응 척도(15문항)는 대학생들이 자신이 다니고 있는 대학에 대한 전반적인 애착이나 호감의 정도로서 대학과 학생간의 유대감 정도를 측정한다. 이 도구는 총 67문항으로 이루어져있으며 이 중 2개의 문항은 어느 하위척도에도 포함되지 않으며 몇몇 문항은 2개의 하위척도에 중복 포함되어 있다. 번역된 척도의 Cronbach's alpha는 전체척도가 .92였고 하위척도는 .73에서 .83사

이었다(현진원, 1992). 본 연구에서 산출된 전체척도의 Cronbach's alpha는 .92였다.

사회적 지지

지각된 사회적 지지는 Cohen과 Hoberman (1983)이 개발한 ISEL(Interpersonal Support Evaluation List)을 김정희(1987)가 번역한 척도를 사용하였다. 이 척도는 자존감 지지, 소속감 지지, 유형적 지지, 평가적 지지의 네 개의 하위척도로 구성된 총 48문항의 척도이다. Cohen과 Hoberman(1983)의 연구에서는 각 하위척도별 신뢰도가 .60에서 .77이었고, 김정희(1987)의 연구에서는 요인분석을 통하여 세 개의 하위척도로 재구성한 후의 하위척도별 신뢰도가 .69에서 .84였다. 본 연구에서의 Cronbach's alpha는 전체척도가 .88, 하위척도는 .66에서 .79이었다.

분석방법

각 변인들 간의 관계를 알아보기 위하여 Pearson 상관분석을 실시하였다. 온정, 사교성, 긍정적 정서의 영향력 검증과 매개모형 검증을 위해서는 회귀분석을 실시하였다. 통계처리는 SPSS 프로그램(Ver. 12.0)을 이용하였다.

결 과

온정, 사교성, 긍정적 정서와 사회적 지지, 대학생활적응 간의 상관을 Pearson 상관계수를 통해 알아본 결과, 모든 변인들 간에는 유의미한 정적 상관이 있었다(표 1). 대학생활적응과 가장 상관이 높은 변인은 온정이었고($r=$

표 1. 독립변인과 매개변인, 종속변인 간의 단순상관

변인	1	2	3	4
1. 온정				
2. 사교성	.721*			
3. 긍정적정서	.726*	.606*		
4. 사회적지지	.622*	.524*	.549*	
5. 대학생활적응	.661*	.485*	.609*	.642*

* $p < .01$

.661, $p < .01$), 사회적 지지와 가장 상관이 높은 변인은 대학생활적응이었다($r = .642$, $p < .01$). 독립변인과 가정된 매개변인, 종속변인 간의 상관이 매우 높은 것으로 보아 서로 간에 어떠한 영향력이 있을 수 있음을 예상할 수 있었다.

각각의 독립변인이 대학생활적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 온정, 사교성, 긍정적 정서를 각각 예언변인으로 하고 대학생활적응을 종속변인으로 단순회귀분석을 실시한 결과, 온정은 대학생활적응을 유의미하게 예측하였으며($\beta = .661$, $F(1, 128) = 99.337$, $p < .001$), 대학생활적응의 43.7%를 설명하였다. 사교성과 긍정적 정서도 대학생활적응을 유의미하게 예측하였으며($\beta = .485$, $F(1, 128) = 39.340$, $p < .001$; $\beta = .609$, $F(1, 128) = 75.526$, $p < .001$), 각각의 설명량은 사교성이 23.5%, 긍정적 정서가 37.1%였다. 동일한 방법으로 온정, 사교성, 긍정적 정서가 사회적 지지에 미치는 영향을 단순회귀분석으로 알아본 결과, 세 변인 모두 사회적 지지를 유의미하게 예측하였다($\beta = .622$, $F(1, 128) = 80.804$, $p < .001$; $\beta = .529$, $F(1, 128) = 48.503$, $p < .001$; $\beta = .549$, $F(1, 128) = 55.213$, $p < .001$). 사회적 지지에 대한 설명량은 온정이 38.7%, 사

교성이 27.5%, 긍정적 정서가 30.1%를 가진 것으로 나타났다. 이로써 독립변인인 온정, 사교성, 긍정적 정서는 각각 대학생활적응과 사회적 지지를 유의미하게 설명하는 것을 알 수 있었다. 그러나 온정, 사교성, 긍정적 정서의 상대적인 설명량을 알아보기 위해 표준 중다회귀분석(standard multiple regression)을 실시하였다. 표준 중다회귀분석을 통해서는 하나의 회귀식에 세 변인이 모두 포함되므로 각각의 독립변인이 종속변인을 설명하는 고유한 부분을 알 수 있다. 그리하여 표준 중다회귀분석을 실시한 결과, 온정($\beta=.481$, $t(126)=4.387$, $p<.001$)과 긍정적 정서($\beta=.279$, $t(126)=2.922$, $p<.01$)만이 대학생활적응을 유의미하게 설명하는 변인으로 나타났다. 세 변인이 대학생활적응을 설명하는 부분은 47.3%였다.

일반적으로 중다회귀분석을 통해 보고하는 R^2 의 값은 종속변인에 대한 독립변인의 설명량을 말하는데, 이는 독립변인의 순수한 설명량과 다른 변인과 상관이 있는 설명량을 모두 포함한 값이다. 그러므로 본 연구와 같이 상

관이 높은 변인들의 관계를 설명함에 있어 R^2 의 값은 실제 독립변인의 설명량보다 과장된 값이라는 문제가 있다. 중다회귀분석에 포함되는 변인들 간의 부분상관(part correlation)으로 구할 수 있는 sr^2 (squared semipartial correlation)은 독립변인의 순수한 설명량을 측정할 수 있는 값으로 이러한 문제를 피할 수 있다. 따라서 본 연구는 종속변인을 설명함에 있어 다른 변인과는 상관없는 독립변인만의 고유한 설명량을 보고하기로 하였다. 이에 따라 표준 중다회귀분석 결과, 온정만의 고유한 설명량은 8.1%, 긍정적 정서만의 고유한 설명량은 3.6%였다.

온정, 사교성, 긍정적 정서가 대학생활적응에 영향을 미치는 과정에서 사회적 지지가 매개변인의 역할을 하는지 알아보기 위하여 위계적 중다회귀분석(hierarchical multiple regression)을 실시하였다. 매개변수로 고려되기 위해서는 다음 네 가지 조건을 충족시켜야 한다 (Baron & Kenny, 1986). 첫째, 예측변인은 가정된 매개변인과 유의한 관계가 있어야 한다. 둘째, 예측변인은 종속변인과 유의한 관계가

표 2. 온정, 사교성, 긍정적 정서가 사회적 지지를 매개로 대학생활적응에 미치는 영향을 알아보기 위한 위계적 중다회귀분석

종속변인	위계적/변인	B	β	sr^2	F
대학생활적응	1. 온정	4.715	.481**	.081	37.671**(3, 126)
	2. 사교성	-.307	-.031	.000	
	3. 긍정적 정서	2.782	.279*	.036	
사회적 지지	1. 온정	3.346	.341*	.037	37.447**(4, 125)
	2. 사교성	-.742	-.075	.003	
	3. 긍정적 정서	2.136	.214*	.020	
	사회적 지지	2.752	.351**	.072	

* $p<.05$, ** $p<.001$

있어야 한다. 셋째, 매개변인은 종속변인과 유의한 관계가 있어야 한다. 넷째, 종속변인에 대한 예측변인의 영향은 매개변인을 통제한 후에 줄어든다.

본 연구의 예언변인인 온정, 사교성, 긍정적 정서는 사회적 지지와 유의미한 관계가 있었고, 종속변인인 대학생활적응과도 유의미한 관계가 있었다. 또한, 매개변인인 사회적 지지와 종속변인인 대학생활 적응 간에도 유의미한 관계가 있었다. 따라서 넷째 조건을 검증하기 위해 첫 번째 단계에서는 온정, 사교성, 긍정적 정서를, 두 번째 단계에서는 온정, 사교성, 긍정적 정서와 사회적 지지를 독립변인으로 하고 대학생활적응을 종속변인으로 하여 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 예언변인만 포함했을 때와 가정된 매개변인을 포함했을 때의 종속변인에 대한 예측변인의 효과크기를 비교하여 매개효과를 검증하였다.

위계적 중다회귀분석 결과, 대학생활적응에 있어 온정, 사교성, 긍정적 정서의 효과는 이 세 변인과 사회적 지지를 모두 포함한 모델에서의 각각의 효과보다 컸다. 그러므로 사회적 지지의 매개효과는 검증되었으나, 사교성은 대학생활적응을 설명하는 유의한 변인이 아닌 것으로 나타났다. 즉, 온정과 긍정적 정서는 사회적 지지를 매개로 대학생활 적응에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 위의 결과들을 종합하면, 종속변인에 대한 온정과 긍정적 정서의 고유한 설명량은 온정이 8.1%, 긍정적 정서가 3.6%였다. 사회적 지지를 매개로 했을 때는 온정과 긍정적 정서의 설명량은 각각 3.7%, 2%였다. 이 때, 사회적 지지의 대학생활적응에 대한 설명량은 7.2%로 나타나 사회적 지지의 매개효과가 있음을 확인할 수

있었다.

논 의

본 연구의 목적은 대학생들을 대상으로 외향성의 하위요인인 온정, 사교성, 긍정적 정서가 대학생활적응에 미치는 영향에 있어 사회적 지지의 매개효과를 알아보고자 하는 것이었다. 구체적인 결과에 대한 시사점을 논의하면 다음과 같다.

첫째, 온정, 사교성, 긍정적 정서가 사회적 지지, 대학생활적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 상관분석과 단순회귀분석을 실시하였다. 상관분석을 실시한 결과, 온정, 사교성, 긍정적 정서는 사회적 지지, 대학생활적응과 유의미한 정적 상관을 보였다. 즉, 각 변인들 간에 유의한 관계가 있음을 예측할 수 있었다. 단순회귀분석 결과, 온정, 사교성, 긍정적 정서 모두 대학생활적응을 설명하는 데 유의한 변인임을 알 수 있었고, 이는 온정, 사교성, 긍정적정서가 높을수록 대학생활에 더 잘 적응함을 의미한다. 또한 온정, 사교성, 긍정적 정서는 사회적 지지를 설명하는 데도 유의한 변인으로 나타났다. 또한, 온정, 사교성, 긍정적 정서를 모두 포함하여 표준 중다회귀분석을 실시한 결과 온정과 긍정적 정서만이 대학생활적응을 예측하는 유의미한 변인임을 알 수 있었다. 이는 의외의 결과였는데, 상관분석 결과에서도 세 개의 변인 간에 상관이 매우 높게 나타난 점으로 보아 온정과 사교성 그리고 긍정적 정서의 특성이 서로 중복되기 때문인 것으로 보인다. 그렇기 때문에 본 연구에서는 독립변인의 설명량을 R^2 가 아닌 β^2 를 보

고하였다. 따라서 독립변인의 설명량인 r^2 의 값이 비록 미미하게 나타났지만, 다른 변인과의 중복되는 부분을 제외한 고유한 설명량을 측정했다는 데에 그 의의가 있다.

둘째, 온정, 사교성, 긍정적 정서가 사회적 지지를 매개로 대학생활적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 위계적 중다회귀분석을 실시한 결과, 온정과 긍정적 정서만이 사회적 지지를 매개로 대학생활적응을 유의하게 예측하는 것으로 나타났다. 이는 사회적 지지가 심리적·신체적 적응에 영향을 미치는데 있어서 매개변인으로서의 기능을 한다는 연구들(김은정 등, 1992; DuBois, Burk-Braxton, Swenson, Tevendale, Lockerd & Moran, 2002; Kaplan, Robbins & Martin, 1983)과 일치한다. 그리고 외향성이 행복에 직접적인 영향을 주지 않고, 그 영향이 사회적 지지에 의해 매개된다는 연구결과와도 일맥상통한다고 볼 수 있다(Lu, Shih, Lin, & Ju, 1997).

본 연구를 통해 검증된 사회적 지지의 매개 모형은 적응에 영향을 미치는 사회적 지지가 양적인 면보다는 질적인 면이 중요하다는 면과 관련지어 설명할 수 있다. 사회적 지지에 대한 연구는 질적 접근(혹은 기능적 분석)과 양적 접근(혹은 구조적 분석)이 있는데, 사회적 지지의 구조는 개인이 교류하고 있는 모든 사람들과 그들과의 교류 빈도로 나타낼 수 있고, 지지의 기능(혹은 질)은 교류하는 사람들이 무엇을 해주는지를 본다. 그런데, 대체로 지지란 그 구조보다는 기능이 훨씬 중요하기 때문에(Henderson, 1981) 사회적 지지를 변인으로 삼는 연구는 대개 지각된 사회적 지지를 측정한다.

사회적 지지를 통제된 후에 온정과 긍정적

정서는 대학생활적응을 예측하는 유의한 변인이었으나, 사교성은 유의하지 않았다. 대인관계 측면에서 볼 때 온정과 사교성은 다소 관련 있지만 사교성은 다른 사람들과 함께 있는 것, 교체하는 것을 좋아하는 경향성을 의미하고, 온정은 대인관계에서 친밀감을 갖는 정도를 나타낸다. 즉, 개념상의 차이로 볼 때 온정은 사회적 지지의 질적인 면에 더 가깝고, 사교성은 사회적 지지의 양적인 면에 더 가깝다고 할 수 있다. 본 연구에서 사용된 사회적 지지의 측정도구는 지각된 사회적 지지, 즉 질적인 면을 측정한 것으로서 질적인 면과 더 가까운 온정의 설명량이 유의하게 나타난 것으로 보인다.

사회적 지지를 매개로 했을 때 대학생활적응에 온정 다음으로 많은 설명량을 가진 변인은 긍정적정서로 나타났다. 이는 기존에 Cacioppo, Gardner와 Berntson(1999), Davidson(1993)이 주장한 바와 같이 긍정적 정서를 지닌 사람이 사회에 더 참여하려 하고 여러 가지 활동을 더 붙여 함으로써 좀더 적응을 잘한다는 연구 결과와 일치한다. 긍정적 정서는 기쁨, 행복, 사랑과 같은 정서를 경험하는 정도를 의미하는데, 긍정적 정서가 높은 사람은 대인관계에서 타인이 자신에게 한 행동이나 말 등에 대해서 다른 사람들에 비해 긍정적으로 받아들일 가능성이 높다. 또한 그렇게 함으로써 자신이 지니는 긍정적 정서를 계속 유지하려고 노력할 것이다. 다른 사람들로부터 지지를 많이 지각하는 것은 그만큼 적응을 잘해나갈 수 있는 자원이 될 수 있다. 따라서 긍정적 정서가 높은 대학생은 더 지지적인 사회관계 속에서 대학생활에 잘 적응해 나갈 것으로 보인다.

한편, 본 연구에서는 대학생들을 대상으로

학교생활 적응에 영향을 미치는 요인을 알아 보았으나, 청소년층에게도 충분히 적용 가능할 것으로 보인다. 그동안의 연구들을 살펴보면, 적응에 영향을 미치는 요인으로 자아존중감이거나 문제대처양식 등이 고려되어왔는데 공통적으로 아동, 청소년, 대학생들에게 영향이 있음을 알 수 있다. Allen, Hauser, Bell과 O'Conner (1994)는 초등학교 아동의 자기존중감과 학교 적응 간에는 유의미한 정적 상관이 있다고 하였으며 차유림(2000) 또한 학교적응에 자아존중감이 미치는 영향력이 유의미하다고 하였다. Harter(1990)는 청소년들의 자아존중감이 심리적 안녕과 성공적인 적응에 영향을 미친다고 하였다. 특히, 사회적 지지가 적응에 영향을 주는 연구들 또한 청소년 대상(Windle, 1992; 심희옥, 1995), 아동 대상(강성희, 1992)에서 비슷한 양상으로 나타났다. 이와 같은 연구를 볼 때, 대학생들의 적응에 영향을 미치는 요인이 아동이나 청소년에게도 적용될 수 있음을 알 수 있다. 또한, 이 연구에서 다루고 있는 독립변인인 외향성은 하나의 성격특징인데 Costa와 McCrae(1997)에 따르면, 성격특질은 대체로 일생동안 지속된다고 여겨지기 때문에 본 연구는 대학생을 대상으로 한 연구이지만 아동 및 청소년에게까지 적용될 수 있을 것으로 보인다.

본 연구의 제한점은 연구대상의 수가 130명 밖에 되지 않아 실증연구로는 표본수가 적어 일반화하기 어렵다는 것이다. 추후 연구에서는 좀 더 큰 표본수를 가지고 연구를 진행할 필요가 있겠다.

또한, 이 연구에서 사용한 외향성 척도 NEO-PI-R은 외향성의 정도를 측정하는 것이어서 외향성 점수가 낮다고 해서 내향성을 의미

하지는 않는다. 따라서 내향적인 사람과 외향적인 사람의 사회적 지지나 적응을 비교하기 위해서는 내향성과 외향성을 구분하여 측정하는 도구를 사용하는 것이 나을 것이다.

마지막으로 본 연구에서는 온정, 사교성, 긍정적 정서가 대학생생활적응에 미치는 영향에 있어 사회적지지의 매개효과를 살펴보았다. 그러나 사회적 지지 외에도 자기효능감이나 낙관적 사고(Chemers, Hu & Garcia, 2001) 등이 매개변인으로서 기능할 수 있다. 따라서 기타 변인에 대해서는 다양한 이론적 배경을 토대로 더 많은 연구가 필요할 것으로 보인다.

참고문헌

- 강성희 (1992). 아동의 스트레스, 생활사건과 적응에서 사회적지지의 역할. 대한가정학회지, 30(2), 335-336.
- 김은정 (1992). 대학생들의 학업적 적응과 심리적 적응. 연세상담연구, 8, 85-14.
- 김은정, 이정운, 오경자 (1992). 자기지각, 사회적 지지 및 대처행동이 대학생들의 적응에 미치는 영향: 6개월간 추적 연구. 한국심리학회 연차대회 학술발표논문집. 525-534.
- 김정희 (1987). 지각된 스트레스, 인지세트 및 대처방식의 우울에 대한 작용. 서울대학교 박사학위 논문.
- 신지영 (2000). 부모와의 갈등적 독립 및 가족응집력과 대학생활적응과의 관계. 연세대학교 석사학위 논문.
- 심희옥 (1995). 청소년의 스트레스와 사회적 지원 및 부적응. 아동학회지, 16(1), 89-100.

- 안창규 (1997). NEO-PI-R의 한국표준화를 위한 연구. *한국심리학회지: 상담과 심리치료*, 9(1), 443-473.
- 이경임, 안창규 (1996). NEO-PI-R의 임상적 활용. *한국심리학회지: 상담과 심리치료*, 8(1), 65-79.
- 정현욱 (1996). 대학생의 학교적응에 영향을 미치는 요소에 관한 연구-사회심리적 요소를 중심으로. *한국청소년연구*, 25, 83-101.
- 차경호. (2001). 대학생들의 성격특성과 삶의 만족도. *청소년상담연구*, 9, 7-26.
- 차유림 (2000). 아동 학교적응에 관한 연구. *연세대학교 석사학위 논문*.
- 최은실. (2001). 애착과 일반적 자기효능감이 대학생생활적응에 미치는 영향. *이화여자대학교 석사학위논문*.
- 현진원 (1992). '완벽주의' 성향과 평가수준이 과제수행에 미치는 영향. *연세대학교 석사학위 논문*.
- Adams, H. E. (1972). *Psychology of adjustment*. NY: The Ronald Press Company.
- Allen, J. P., Hauser, S. T., Bell, K. L., & O'Conner, T. G. (1994). Longitudinal assessment of autonomy and relatedness in adolescent-family interaction as predictors of adolescent ego development and self-esteem. *Child Development*, 65(1), 179-194.
- Allport, G. W. (1961). *Patterns and growth in personality*. NY: Halt Rinheart.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measurify Adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 179-189.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, Strategic, and Statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 1173-1182.
- Cacioppo, J. T., Gardner, W. L., & Berntson, G. G. (1999). The affect system has parallel and integrative processing components: Form follows function. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 839-855.
- Chemers, M. M., Hu, L. & Garcia, B. F. (2001). Academic Self-Efficacy and First-Year College Student Performance and Adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93, 55-64
- Chioqueta, A. P., & Stiles, T. C. (2005). Personality traits and the development of depression, hopelessness, and suicide ideation. *Personality and individual differences*, 38(6), 1283- 1291.
- Cohen, S., & Hoberman, H. M. (1983). Positive Events and Social Supports as Buffers of Life Change Stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 13(2), 99-125.
- Cooper H., Okamura L., and McNeil P. (1995) Situation and Personality Correlates of Psychosocial Well-Being: Social Activity and Personal Control. *Journal of Research in Personality*, 29, 395-417.
- Costa, P. T. Jr., & McCrae, R. R. (1992). Four ways five factors are basic. *Personality and Individual Differences*, 13(6), 653-665.
- Costa, P. T. Jr., & McCrae, R. R. (1997). Longitudinal stability of adult personality. In Hogan, R., Johnson, J. A., & Briggs, S. R.

- (Eds), *Handbook of personality psychology*. San Diego: Academic Press.
- Davidson, R. J. (1993). The neuropsychology of emotion and affective style. In: Lewis, M. and Haviland, J. (Eds.), *Handbook of emotion* (pp. 143-154). NY; Guilford.
- DuBois, D. K., Burk-Braxton, C., Swenson, L. P., Tevendale, H. D., Lockerd, E. M., Moran, B. L. (2002). Getting by with a little help from self and others: Self-Esteem and Social Support as Resources during Early Adolescence. *Developmental Psychology*, 38(5), 822-839.
- Gershuny, B. S & Sher, K. J. (1998). The Relation Between Personality and Anxiety: Findings From a 3-Year Prospective Study. *Journal of Abnormal Psychology*, 107, 252-262.
- Goldsmith, D. & Parks. M. R. (1990). Communicative strategies for managing the risks of seeking social support. In S. Duck(Ed.), *Personal relationships and social support*. London: Sage.
- Halanmandaris, K. F., and Power, K. G. (1999) Individual differences, social support and coping with the examination stress: A study of psychosocial and academic adjustment of first year home students. *Personality and Individual Differences*, 26, 665-685.
- Harter. S. (1990). Self and identity development. In S. Feldman & G. Elliot (Eds.), *At the Threshold: The developing adolescent* (pp. 147-170). Cambridge, Mass: Harvard University Press.
- Henderson, S. (1981). Social relationships, adversity and neurosis: An analysis of prospective observations. *British Journal of Psychiatry*, 138, 391-398.
- Izard, C. E. (1993). 'Organizational and motivational functions of discrete emotions' In Lewis, M. and Haviland, J. (Eds.), *Handbook of Emotions* (pp.631-642). NY: Guilford.
- Kaplan, H. B., Robbins, C., & Martin, S. S. (1983). Antecedents of Psychological Distress in Young Adults: Self-Rejection, Deprivation of Social Support, and Life Events. *Journal of Health & Social Behavior*, 24(3), 230-244.
- Lazarus, R. S. (1976). *Patterns of adjustment*. NY: International Universities Press.
- Lu, L., Shih, J. B., Lin, Y. Y., & Ju, L. S. (1997). Personal and Environmental Correlates of Happiness. *Personality and Individual Differences*, 23, 453-462.
- Lu, L., & Argyle, M. (1991). Happiness and cooperation. *Personality and Individual Differences*, 12, 1019-1030.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. Jr. (1987). Validation of the Five-Factor Model of Personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 81-90.
- Schaffer, H. F. (1956). *The Psychology of Adjustment*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Stewart, M. E., Ebmeier, K. P., & Deary, I. J. (2005). Personality correlates of happiness and sadness: EPQ-R and TPQ compared. *Personality and Individual Differences*, 38, 1085-1096.
- Von Dras, D. D., & Siegler, I. C. (1997). Stability

in extraversion and aspects of social support at midlife. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 233-334.

원 고 접 수 일 : 2005. 3. 31.

수정원고접수일 : 2005. 6. 7.

게 재 결 정 일 : 2005. 6. 10.

Windle, M. (1992). Temperament and social support in adolescence: Interrelations with depressive symptoms and delinquent behaviors. *Journal of Youth and Adolescence*, 21(1), 1-21.

The Effect of Extraversion on Adjustment to College - Mediated by Social Support -

Bora Lee Miae Kim Ki-hak Lee

Department of Psychology, Yonsei University

This study examined the effect of warmth, gregariousness, and positive emotion of extraversion's subvariables on adjustment to college. A survey was conducted on 130 college students with questions on adjustment to college, extraversion, and social support. The results revealed that warmth, gregariousness, positive emotion, and social support significantly correlated with adjustment to college. However, when social support was mediated only warmth and positive emotion predicted adjustment to college. The results of this study are significant for discovering that warmth and positive emotion among many characteristics of extraversion affect adjustment to college, and for the mediating effect of social support. The implication of the results and suggestions for further research are discussed.

Keywords : extraversion, adjustment to college, social support, warmth, gregariousness, positive emotion