

대학생의 사회경험과 자아탄력성 간의 관계

정재은* · 정슬기** · 권송이** · 최혜린*** · 배윤진****

요 약

본 연구는 대학생의 사회경험과 자아탄력성 간의 관계를 알아보고자 하였다. 이를 위해 대구에 위치한 대학교에 재학 중인 대학생 643명을 대상으로 사회경험(아르바이트활동, 봉사활동, 동아리 활동)과 관련된 문항과 자아탄력성 척도 문항에 응답하도록 하였다. 주요 연구결과는 다음과 같다. 1) 남학생이 여학생보다 자아탄력성이 높았고, 연령이 높은 집단일수록 자아탄력성이 높았다. 2) 아르바이트활동 및 봉사활동의 참여 동기에 따라 자아탄력성 점수에 유의미한 차이는 없었다. 3) 아르바이트활동에 적극적으로 임하는 경우 자아탄력성의 하위영역 중 대인관계에 긍정적 영향을 미쳤고 봉사활동의 적극성은 활력성에 긍정적 영향을, 봉사활동에서 느끼는 도움정도는 활력성과 낙관성에 긍정적 영향을 치는 것으로 나타났다.

주제어 : 자아탄력성, 사회경험, 대학생

논문투고일 : 2011. 11. 21

최종심사일 : 2011. 12. 13

게재확정일: 2011. 12. 17

* 경북대학교 아동가족학과 학사과정, 주저자

** 경북대학교 아동가족학과 학사과정

*** 경북대학교 행정학과 학사과정

**** 경북대학교 아동가족학과 강사

Corresponding Author : Jung, jae-eun, Department of Child & Family Studies, Kyungpook National University, 1370 Sankyuk-dong, Buk-gu, Daegu 702-701, Korea, E-mail: myhoi04@hanmail.net

I. 서론

긍정적인 정서는 주어진 자극 또는 환경에 대해 긍정적으로 평가하는 의식 상태를 의미하는데(Fredrickson, 1998), 탄력성(resilience)을 지닌 사람들은 이러한 긍정적 정서를 스트레스적인 환경적 자극이 주어졌을 때 대처 행동과 함께 이끌어 내어, 자극에 대한 심리적 고통을 줄이고 또한 쉽게 회복하는 경향이 있다(Tugade & Fredrickson, 2007, 김초록, 2010 재인용). 이러한 탄력성은 변화하는 환경이나 상황적 사건에 대해 저항할 수 있는 내적 능력이며, 문제를 해결하는 과정에서 융통성 있게 대처하는 능력이다(Block & Block, 1980). 또한 Klohnen(1996)은 낙관성, 생산적이고 자율적인 활동 능력, 대인관계에서의 통찰과 온화함, 자기표현 능력이 자아탄력성을 구성하고 있는 요소이며 또 그러한 요소들이 동반되는 성격적 특성을 자아탄력성이라고 정의하였다. 따라서 자아탄력적인 사람은 높은 삶의 의미수준을 가지고 있을 뿐 아니라, 스트레스 상황 속에서도 삶의 의미 또는 자신에게 도움이 되는 부분을 발견하는 경향을 보인다(Kobasa, Meddi, & Kahn, 1982, 조은향, 2009 재인용).

‘긍정 심리학’이 최근 대중의 관심사로 떠오를 만큼 많은 사람들이 ‘행복한 삶’을 사는 데 큰 관심을 기울이고 있으며, 행복한 삶을 살기 위해 좋은 직장과 높은 연봉 그리고 넓은 집 등 물질적 풍요를 추구하지만 물질적으로 풍요로워지는 것은 ‘행복한 삶’과 상관관계가 없는 것으로 보인다. 대표적인 예로 우리나라는 정부 수립 당시 세계에서 가장 가난한 나라에 속하였으나, 지금은 국내총생산(GDP)이 세계 15위이고, 국민 1인당 소득이 2만 달러가 넘는 풍족한 나라가 되었다(안재욱, 2011). 그러나 어린이·청소년 행복지수는 OECD 국가 중 최하 점수를 기록하였으며, 자살률은 매해 증가하여 2010년은 OECD 회원국 중 1위를 기록했다(강인규, 2011). 이를 통해 물질적 풍요가 행복을 가져다주는 주요인이 아님을 알 수 있으며 심리적 건강이 성공적인 삶을 살아가는 데 필수적이라는 것을 알 수 있다. 따라서 본 연구에서는 이러한 심리적 건강을 위해, 그리고 질 높은 삶의 수준을 영위하기 위해 반드시 필요한 내적요소로 여겨지는 자아탄력성에 초점을 두고자 한다.

국내 선행연구들에 따르면, 자아탄력성은 자기효능감, 자기조절성, 정서적 안정성 등의 개념과 관련 있는 개념으로 여겨지며, 변화하는 상황의 요구에 대해 좌절하지 않고 스트레스적 상황에서 유연하게 반응하는 경향능력(이하나, 정현주, 이기학, 이학주, 2006) 혹은 자신에 대한 긍정적인 인식을 나타내는 변수로 자신이 처한 어려운 상황이나 불확실한 조건에서 자

신의 통제수준을 조절하고 역경에 대처하는 능력(고은미, 2010) 등으로 정의된다. 이러한 선행연구들의 정의를 바탕으로 본 연구에서는 자아탄력성을 ‘자신에 대한 긍정적인 인식과 정서적 안정성을 바탕으로 변화하는 상황의 요구와 환경적 스트레스에 유연하게 반응하고 대처하는 능력’으로 정의하고자 한다.

한 개인의 삶의 질은 어떠한 상황에 처했느냐보다 그 상황에 어떻게 반응하고 대처하는지에 따라 결정될 수 있으며(유영주, 이창숙, 2002), 특히 스트레스적 상황에서 스트레스의 정도를 낮게 지각하거나 적극적으로 긍정적인 대처를 할수록 삶에서 행복감을 느낀다(이하나 외, 2006). 이와 관련하여 선행연구(고은정, 1996, 이하나 외, 2006 재인용)에 따르면 자아탄력성이 높을수록 스트레스 대처에 적극적이며, 부정적 정서를 낮게 지각하고, 같은 상황에서 더 낮은 스트레스 지수를 느끼는 것으로 나타났다. 이러한 이유로 개인의 자아탄력성을 증진시키기 위한 많은 프로그램들이 개발되어 있으나 성인을 대상으로 하는 프로그램은 그 수가 훨씬 미약하다. 많은 사람들이 청소년기까지 성격이 형성되며 성인이 되어서는 특별한 경험 없이 있는 성격이 거의 변하지 않는다고 생각한다. 그러나 성인이 되면 학교생활에 국한되었던 청소년기보다 다양한 경험을 겪을 기회가 많으며, 자신의 판단이나 행동에 대한 책임이 커지는 만큼 자아탄력성이 변화하거나 재조정될 사건도 많다. 특히, 성인초기에 해당하는 대학생들은 다양한 환경의 변화와 발달적·사회적 변화를 겪고 있기 때문에 그만큼 전반적 생활영역에서 여러 문제를 겪을 가능성이 크며, 만약 문제해결에 실패한다면 지나친 열등감을 느끼거나 자아존중감의 하락으로 남은 인생 전반에 부정적 영향을 미치게 된다(한영민, 2010). 또한 20대의 경우 사망원인의 44.9%가 자살일 정도로 자살이 심각한 문제로 대두되고 있기 때문에(최원석, 2011) 대학생의 자아탄력성 증진이 매우 필요하며, 따라서 이를 연구하는 것이 중요하다 여겨진다.

대학생들의 대학 생활에 있어 교과 외의 활동은 자기 나름대로의 삶을 영위해 나가고 환경적, 상황적 스트레스로부터 탈출할 수 있는 유일한 시간이라고 볼 수 있다(김동진, 김재운, 2000). 또한 공동체의 일원으로 참여하는 성공적인 여가활동은 지나친 지식위주 교육으로 인한 폐해를 막고 전인적인 풍토에서 소외감, 고독감, 좌절 등을 치유하고 협동적인 삶과 공동체 의식을 경험할 수 있게 해 준다(송희숙, 2002). 뿐만 아니라 다양한 사회경험은 개인의 인내심을 길러주며 적응능력을 높여줄 수 있다. ‘사회경험’이라는 단어는 ‘사회’와 ‘경험’이 합쳐진 말이다. ‘사회’의 사전적 정의를 살펴보면 같은 무리끼리 모여 이루는 집단을 뜻하며, ‘경험’은 직접 해봄과 겪음으로써 지식과 기술을 배워나가는 것을 의미한다. 공동생활을 영위하는 모든 형태의 인간 집단인 사회에서 인간은 사회 공동체의 일원으로서 해야 할 것들을

배워나간다. 이를 종합해보면 사회경험이란 오늘날 모든 개인이 공동체의 일원으로서 존재하고, 공동체의 일원으로서 참여하는 경제, 사회, 문화 등 모든 분야에서의 활동이라고 정의할 수 있다.

실제로 학교에 재학 중인 학생들이 보수를 받고 일하는 것을 통념적으로 이르는 말인 아르바이트활동(백지숙, 2006)과 같은 사회경험은 직업에 대한 적응성을 높여 주며, 학생들이 아르바이트활동을 통해 자기효능감을 점검해 볼 수 있고 자신의 아르바이트활동에 만족할 경우 자아존중감이 높아지는 효과도 가져온다(Markus & Wurf, 1990). 또한 아르바이트는 자립심과 책임감을 길러주며 대인관계나 사회생활의 어려움을 극복하는 방법을 깨닫게 해줌으로써(서울 YMCA, 1994, 조혜정, 1996, 이민경, 2001 재인용) 자아탄력성 증진에 기여하는 것으로 여겨진다. 봉사활동 역시 자신이 선택한 자원복지 기관에서 활동하고, 창조하고, 실험하며, 새로운 목표를 달성하려고 노력하고, 최대한의 자유와 민주적 과정 속에서 독특한 역할을 수행하고, 공익의 어떤 요소를 증진 혹은 촉진시키기 위한 자발적이고 사적인 활동으로써(김현숙, 2000) 대학생들이 그들의 자아탄력성 등의 심리적 건강을 향상시키는 기회로 삼을 수 있을 것이다. 또한 대학생들에서 가장 쉽게 접근할 수 있는 모임인 동아리활동은 공통의 목적과 관심사에 의해 형성 및 운영되는 작은 모둠으로써 최근 이러한 동아리활동이 청소년의 자아정체감 형성에 기여하고(문성훈, 2000), 자아개념 수준과 자아존중감에 영향을 주는 것으로 나타났다(김지연, 2000). 이뿐만 아니라 동아리를 통해 자아를 발견할 수 있고 원만한 대인관계를 형성할 수 있는 능력이 향상되므로(김대일, 2006) 자아탄력성의 증진에 영향을 미칠 것으로 생각된다. 이와 같은 선행연구들에 따르면 대학생들의 사회경험과 자아탄력성 간에 밀접한 관계가 있을 것으로 여겨지지만, 이들의 관계를 직접적으로 다룬 연구는 부족한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 대학생들이 일반적으로 가장 많이 참여하는 사회활동인 아르바이트활동, 봉사활동 그리고 동아리활동을 살펴보고 이러한 사회경험과 자아탄력성 간의 관계를 알아보고자 한다.

본 연구에서는 위험한 상황 속에서도 긍정적 결과를 이끌어 내거나 스트레스적인 사건에 대해 잘 대처하는 능력인 자아탄력성(Masten, Best, & Garmezy, 1990, 조은향, 2009 재인용)을 아르바이트활동, 봉사활동 및 동아리활동과 같은 사회경험을 통해 높일 수 있을 것이라 여기고, 대학생들을 대상으로 성별과 연령, 그리고 사회경험의 동기에 따라 자아탄력성에 차이가 있는지를 알아보고 사회경험의 적극성 및 도움정도와 자아탄력성 간의 관계를 살펴보고자 한다.

이러한 연구목적에 따른 본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

1. 대학생의 성별과 연령에 따라 자아탄력성에 차이가 있는가?
2. 아르바이트활동 및 봉사활동의 참여 동기에 따라 자아탄력성에 차이가 있는가?
3. 아르바이트활동, 봉사활동 및 동아리활동의 적극성 및 도움정도는 자아탄력성에 영향을 미치는가?
 - 3-1) 아르바이트활동, 봉사활동 및 동아리활동의 적극성은 자아탄력성에 영향을 미치는가?
 - 3-2) 아르바이트활동, 봉사활동 및 동아리활동의 도움정도는 자아탄력성에 영향을 미치는가?

II. 연구방법

1. 연구 대상

본 연구는 대구시 소재 대학교에 재학 중인 대학생 643명을 대상으로 하였다. 연구 대상의 평균 연령은 22.35세($SD=1.94$)이었으며, 남자는 358명(55.7%), 여자는 285명(44.3%)이었다. 학년별로는 1학년 159명(24.6%), 2학년 209명(32.6%), 3학년 151명(23.6%), 4학년 123명(19.2%)으로 2학년이 가장 많았다. 연구대상의 인구통계학적 특성은 <표 1>과 같다.

<표 1> 인구통계학적 특성

(N=643)

	구분	빈도(명)	백분율(%)
성별	남자	358	55.7
	여자	285	44.3
연령	22세 이하	349	54.3
	23세 이상	294	45.7
학년	1학년	158	24.6
	2학년	209	32.6
	3학년	151	23.6
	4학년	123	19.2
평점	2.3미만	20	3.1
	2.3이상~3.3미만	238	37.0
	3.3이상~3.7미만	269	41.8
	3.7이상	107	16.6
한 달 용돈	10만원 미만	44	6.8
	10만원 이상~20만원 미만	76	11.8
	20만원 이상~30만원 미만	222	34.5
	30만원 이상~40만원 미만	200	31.1
	40만원 이상	98	15.2

2. 측정 도구

1) 아르바이트활동

본 연구에서는 대학생들의 아르바이트활동 특성을 알아보기 위해 임혜원(2006)이 사용한 아르바이트활동에 관한 문항 중 일부를 수정하여 사용하였다. 본 설문은 대학 진학 이후 아르바이트활동 경험이 있는 학생들을 대상으로 현재 참여하고 있거나 참여하였던 경험을 회고하여 작성하도록 하였으며, 문항은 아르바이트활동 경험여부, 내용, 경력, 참여 동기 그리고 평가(만족도, 도움정도)의 단일 문항으로 구성되었다. 또한 아르바이트활동 참여 동기 문항의 응답은 그 내용에 따라 도구적 동기와 활동적 동기로 나누어서 분석하였다. 도구적 동기에 해당하는 응답은 '용돈이 부족해서', '꼭 사야하거나 쓸 곳이 생겨서', '생활비와 학비를

위해서'이며, 활동적 동기는 '친구의 권유에 의해서', '남는 시간 활용을 위해서', '사회적 경험을 위해서'가 해당된다.

2) 봉사활동

본 연구에서는 대학생들의 봉사활동 특성을 알아보기 위해 박주희(2010)가 사용한 자원봉사활동 특성에 관한 문항 중 일부를 수정하여 사용하였다. 본 설문은 대학 진학 이후봉사활동 경험이 있는 학생들을 대상으로 현재 참여하고 있거나 참여하였던 경험을 회고하여 작성하도록 하였으며, 문항은 봉사활동 경험여부, 내용, 경력, 참여 동기 그리고 평가(만족도, 도움정도)의 단일 문항으로 구성되었다. 또한 봉사활동 참여 동기 문항의 응답은 그 내용에 따라 자율적 동기와 필요적 동기로 나누었다. 자율적 동기에 해당하는 응답은 '다른 사람들을 돕기 위해서', '다양한 삶을 접하기 위해서', '사회 문제에 대한 관심에서', '여가를 보람 있게 보내기 위해서', '종교적인 소신에 의해서'이며, 필요적 동기에 해당하는 응답은 '학점을 취득하기 위해서'와 '기타(스펙을 위해)'이다.

3) 동아리활동

본 연구에서는 대학생들의 동아리활동 특성을 알아보기 위해 '한국교육종단연구(2005)'와 '한국청소년개발원 연구보고서(2003)'의 설문지 문항을 참고하여 조성희(2007)가 수정한 것을 재수정하여 사용하였다. 본 설문은 대학 진학 이후 동아리활동 경험이 있는 학생들을 대상으로 현재 참여하고 있거나 참여하였던 경험을 회고하여 작성하도록 하였으며, 문항은 동아리활동 경험여부, 내용, 동아리 유형, 평가(만족도, 도움정도) 등의 단일 문항으로 구성되었다. 앞서 아르바이트활동과 봉사활동의 경우 외부적 필요에 의한 참여와 자발적 필요에 의한 참여로 참여 동기가 나뉠 수 있으나 동아리활동의 경우 자발적 참여로 이루어지는 경우가 대부분으로 여겨져 참여 동기를 구분하여 분석하지 않았다.

4) 자아탄력성

본 연구에서는 대학생들의 자아탄력성을 측정하기 위해서 박현진(1996)이 번안한 자아탄

력성 척도를 사용하였다. 이 척도는 Block(1961, 1978)에 의해 개념화·개발되었으며, 이후 Klogenn(1996)이 CPI(California Personality Inventory)상의 자아탄력성 관련 문항과 상관이 높은 29개의 문항을 선별하여 자아탄력성 척도(Ego-Resiliency Scale:ER)로 개발·타당화한 것이다.

본 연구에서는 자아탄력성의 하위요인을 세부적으로 살펴보기 위해 총 29개 문항으로 탐색적 요인분석을 실시한 후 선행연구들을 기반으로 하여 5개의 하위요인으로 나누었으며, 요인에 포함되지 않거나 전체 신뢰도 수준을 떨어뜨리는 3개의 문항을 제외한 후 총 26개의 문항을 사용하였다. 본 척도는 ‘전혀 아니다(1점)’에서 ‘항상 그렇다(5점)’로 응답하는 5점 Likert 척도이며, 점수가 높을수록 자아탄력성이 높은 것을 의미한다. 각 하위 요인에 해당하는 문항 수와 신뢰도는 <표 2>와 같다.

<표 2> 자아탄력성 척도에 대한 신뢰도

하위요인	문항 수	Cronbach α
대인관계	8	.90
낙관성	9	.88
지속성	4	.77
활력성	3	.65
감정통제	2	.62
전체	26	.93

3. 연구 절차

본 연구는 대구시 소재 대학교에서 대학생들을 대상으로 설문을 실시하였으며, 각 단과대학의 학생회장에게 연구의 목적과 취지를 설명하고 설문조사에 대한 협조를 구하여서 진행되었다. 본 설문지는 아르바이트활동, 봉사활동, 동아리활동 경험을 회고하여 기재하도록 하였으며, 경험이 없으면 해당 경험의 세부내용에는 응답 하지 않도록 하였다. 1인당 응답에 소요된 시간은 약 10-15분이었다. 총 675부의 설문지 중 각각의 활동 경험 문항에서 결측량이 20% 이상일 경우 해당 경험이 없는 것으로 처리하였으며, 전체의 결측량이 20% 이상인

32부는 분석에서 제외하여 총 643부가 분석에 사용되었다.

4. 분석 방법

수집된 자료는 IBM SPSS Statistics version 19를 이용하여 분석하였다. 첫째, 대상자의 인구학적 특성을 살펴보기 위해 기술통계 분석(Descriptive analysis)을 실시하였다. 둘째, 자아탄력성 척도의 하위요인을 나누기 위해 요인분석을 실시하였다. 셋째, 성별과 연령, 그리고 아르바이트활동과 봉사활동 각각의 참여 동기에 따라 자아탄력성에 차이가 있는지 알아보기 위해 독립표본 t검정을 실시하였다. 넷째, 아르바이트활동, 봉사활동, 동아리활동 각각의 적극성 및 도움정도와 자아탄력성 간의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시하였으며, 아르바이트활동, 봉사활동, 동아리활동 각각의 적극성 및 도움정도가 자아탄력성에 미치는 영향을 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다.

Ⅲ. 연구결과

1. 성별과 연령에 따른 자아탄력성의 차이

1) 성별에 따른 자아탄력성의 차이

성별에 따른 자아탄력성의 차이를 알아보기 위해 독립표본 t검증을 실시한 결과는 <표 3>과 같다. 남학생들의 자아탄력성 평균은 3.71($SD=.65$)이며 여학생들의 자아탄력성 평균은 3.48($SD=.51$)이다. 남녀 학생들의 자아탄력성에 차이가 있는지에 대한 t통계값은 4.98($p<.001$)로 성별에 따라 자아탄력성에 유의한 차이가 있는 것으로 분석되었다. 즉, 남학생들이 여학생들보다 자아탄력성이 높다는 것을 의미한다.

<표 3> 성별에 따른 자아탄력성의 차이에 대한 독립표본 t검정 결과 (N=643)

	성별	<i>n</i>	평균	표준편차	<i>t</i>
자아탄력성 (총점)	남	358	3.71	.65	4.98***
	여	285	3.48	.51	
대인관계	남	358	3.53	.88	3.46**
	여	285	3.31	.72	
낙관성	남	358	4.05	.69	3.35**
	여	285	3.87	.63	
지속성	남	358	3.61	.81	6.35***
	여	285	3.23	.70	
활력성	남	358	3.49	.74	1.87
	여	285	3.38	.68	
감정통제	남	358	3.48	.97	5.50***
	여	285	3.08	.86	

** $p < .01$, *** $p < .001$

하위 요인별로는 대인관계($t=3.38$, $p < .01$), 낙관성($t=3.31$, $p < .01$), 지속성($t=6.25$, $p < .001$), 감정통제($t=5.50$, $p < .001$)에서 유의한 차이가 나타났으며, 활력성($t=1.89$, ns)에서는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 즉, 남학생들이 여학생들보다 대인관계, 낙관성, 지속성 그리고 감정통제 점수가 높은 것으로 나타났다.

2) 연령에 따른 자아탄력성의 차이

연령에 따른 자아탄력성의 차이를 알아보기 위해 평균 나이 22.35세를 기준으로 22세 이하와 23세 이상의 두 집단으로 나누었다. 연령에 따른 자아탄력성의 차이를 알아보기 위해 독립표본 t검증을 실시한 결과는 <표 4>와 같다.

<표 4> 연령에 따른 자아탄력성의 차이에 대한 독립표본 t검정 결과

(N=643)

	연령집단	<i>n</i>	평균	표준편차	<i>t</i>
자아탄력성 (총점)	22세 이하	349	3.46	.57	-6.90***
	23세 이상	294	3.78	.60	
대인관계	22세 이하	349	3.27	.77	-5.52***
	23세 이상	294	3.62	.83	
낙관성	22세 이하	349	3.82	.69	-6.28***
	23세 이상	294	4.14	.61	
지속성	22세 이하	349	3.25	.74	-7.09***
	23세 이상	294	3.67	.78	
활력성	22세 이하	349	3.38	.73	-2.37*
	23세 이상	294	3.51	.70	
감정통제	22세 이하	349	3.18	.92	-3.49**
	23세 이상	294	3.44	.95	

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

22세 이하의 자아탄력성 평균은 3.46($SD=.57$)이며, 23세 이상의 자아탄력성 평균은 3.78($SD=.60$)이었다. 연령에 따른 자아탄력성에 차이가 있는지에 대한 t통계값은 -6.90($p<.001$)으로 연령에 따라 자아탄력성에 유의한 차이가 있는 것으로 분석되었다. 즉, 23세 이상의 학생들이 22세 이하의 학생들보다 자아탄력성이 높다는 것을 의미한다.

하위 요인별로는 대인관계($t=-5.52$, $p<.001$), 낙관성($t=-6.28$, $p<.001$), 지속성($t=-7.09$, $p<.001$), 활력성($t=-2.37$, $p<.05$), 감정통제($t=-3.49$, $p<.01$) 모두에서 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉, 23세 이상의 학생들이 22세 이하의 학생들보다 대인관계, 낙관성, 지속성, 활력성 그리고 감정통제의 점수가 높았다.

2. 아르바이트활동 및 봉사활동의 참여 동기에 따른 자아탄력성의 차이

1) 아르바이트활동의 참여 동기에 따른 자아탄력성의 차이

아르바이트활동 참여 동기 즉, 도구적 동기와 활동적 동기에 따른 자아탄력성의 차이를 알아보기 위해 독립표본 t검정을 실시한 결과는 <표 5>와 같다.

<표 5> 아르바이트활동 참여 동기에 따른 자아탄력성간의 차이에 대한 독립표본 t검정 결과 (N=643)

	참여 동기	<i>n</i>	평균	표준편차	<i>t</i>
자아탄력성	활동적 동기	286	3.61	.59	-.91
	도구적 동기	183	3.66	.55	

<표 5>에서 볼 수 있듯이, 활동적 동기의 자아탄력성은 평균 3.61($SD=.59$), 도구적 동기의 자아탄력성은 평균 3.66($SD=.55$)이었으며, 아르바이트활동 동기에 따라서는 자아탄력성에서 유의한 차이가 나타나지 않았다($t=-.91, ns$). 또한 자아탄력성의 하위요인별로 살펴보면, 대인관계($t=-.39, ns$), 낙관성($t=-1.56, ns$), 지속성($t=-1.33, ns$), 활력성($t=-.22, ns$), 감정통제($t=1.08, ns$)에서 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다.

2) 봉사활동 참여 동기에 따른 자아탄력성의 차이

봉사활동의 참여 동기 즉, 자율적 동기와 필요적 동기에 따른 자아탄력성의 차이를 알아보기 위해 독립표본 t검정을 실시한 결과는 <표 6>과 같다. <표 6>에서 볼 수 있듯이, 봉사활동이 자율적 동기로 이루어지는 경우 자아탄력성의 평균은 3.74($SD=.56$), 봉사활동이 필요적 동기로 이루어지는 경우 자아탄력성의 평균은 3.60($SD=.62$)이었으며, 봉사활동 참여 동기에 따라 자아탄력성에 차이가 있는지에 대한 *t*통계값은 -1.87(ns)로서 봉사활동 참여 동기에 따라 자아탄력성에 유의한 차이가 나타나지 않았다. 또한 자아탄력성의 하위요인별로 살펴보면, 대인관계($t=-1.46, ns$), 낙관성($t=-1.42, ns$), 지속성($t=-1.34, ns$), 활력성($t=-1.60, ns$), 감정통제($t=-1.59, ns$)에서 유의한 차이가 나타나지 않았다.

<표 6> 봉사활동 참여 동기와 자아탄력성간의 차이에 대한 독립표본 t검정 결과 (N=643)

	참여 동기	N	평균	표준편차	t
자아탄력성	자율적 동기	257	3.74	.56	-1.87
	필요적 동기	71	3.60	.62	

3. 아르바이트활동, 봉사활동, 동아리활동의 적극성 및 도움정도가 자아탄력성에 미치는 영향

아르바이트활동, 봉사활동, 동아리활동에서 각각의 적극성과 도움정도가 자아탄력성에 미치는 영향을 알아보기 전 먼저 이들 간의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 그 결과는 <표 7>과 같다.

<표 7> 아르바이트활동, 봉사활동, 동아리활동에서 각각의 적극성 및 도움정도와 자아탄력성과의 관계에 대한 상관분석 (N=643)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	1											
2	.44***	1										
3	.33***	.17**	1									
4	.18**	.29***	.56***	1								
5	.08	-.02	.14	.03	1							
6	.03	.15*	.08	.21**	.67***	1						
7	.15**	.12*	.15**	.20***	.22***	.24***	1					
8	.17***	.11*	.16**	.16**	.18**	.22***	.85***	1				
9	.12**	.10*	.09	.18**	.17**	.20***	.90***	.61***	1			
10	.09	.03	.07	.07	.18**	.17**	.80***	.58***	.68***	1		
11	.13**	.13**	.23***	.25***	.25**	.21***	.65***	.44***	.59***	.41***	1	
12	-.05	.05	-.02	.08	.06	.12*	.45***	.23***	.36***	.38***	.17***	1

주. 1=아르바이트활동 적극성, 2=아르바이트활동 도움정도, 3=봉사활동 적극성, 4=봉사활동 도움정도, 5=동아리활동 적극성, 6=동아리활동 도움정도, 7=자아탄력성(총점), 8=대인관계, 9=낙관성, 10=지속성, 11=활력성, 12=감정통제

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

자아탄력성은 아르바이트활동($r=.15, p<.01$; $r=.12, p<.05$), 봉사활동($r=.15, p<.01$; $r=.20, p<.001$), 동아리활동($r=.22, p<.001$; $r=.24, p<.001$)의 적극성 및 도움정도와 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 즉, 아르바이트활동, 봉사활동, 동아리활동의 적극성 및 도움정도가 높을수록 자아탄력성 점수도 높은 것으로 나타났다. 또한 하위요인 중 대인관계와 활력성은 모든 독립변수와 정적상관이 있는 것으로 나타났으며, 낙관성은 아르바이트활동·동아리활동의 적극성 및 도움정도와 봉사활동 도움정도, 지속성은 동아리활동의 적극성 및 도움정도, 감정통제는 동아리활동의 도움정도와 정적 상관이 있었다.

한편, 독립변수들 간의 다중공선성을 확인하기 위해 독립변수들 간의 상관관계를 살펴본 결과, 각 활동의 적극성 및 도움정도 간에 비교적 높은 정적상관이 나타나(아르바이트활동 $r=.44, p<.001$; 봉사활동 $r=.56, p<.001$; $r=.67, p<.001$) 자아탄력성에 각 활동의 적극성과 도움정도가 미치는 영향을 각각 분석하였다.

1) 아르바이트활동, 봉사활동, 동아리활동의 적극성이 자아탄력성에 미치는 영향

아르바이트활동, 봉사활동, 동아리활동의 적극성이 자아탄력성에 미치는 영향을 알아보기 위해 통제변수인 연령 및 성별과 독립변수를 순차적으로 투입하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 이때 연령변인은 연령집단이 아닌 연속적 변인으로써 연령 전체를 분석에 사용하였다. 앞선 연구 결과에서 연령과 성별에 따라 자아탄력성에 차이가 있는 것으로 나타났으므로 모델 1에서 이들을 투입하였고, 모델 2에서는 아르바이트활동, 봉사활동, 동아리활동에서 각각의 적극성을 추가하여 분석하였다. 한편, 변수간의 다중공선성은 VIF값을 통해 살펴보았는데 모든 변수의 VIF값이 1.34를 넘지 않아 변수간의 다중공선성은 문제가 없는 것으로 나타났다. 최종모델인 모델 2의 분석결과는 <표 8>과 같다.

<표 8>과 같이 모델 2는 모델 1보다 2.5% 증가한 자아탄력성의 14.4%를 설명하는 것으로 나타났으며($F=4.83, p<.001$) 모델 1에서와 마찬가지로 성별($\beta=-.28, p<.01$)만이 자아탄력성에 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 남학생이 여학생보다 자아탄력성 수준이 높은 것으로 나타났다.

<표 8> 아르바이트활동, 봉사활동, 동아리활동에서 각각의 적극성이 자아탄력성에 미치는 영향에 대한 위계적 회귀분석 (N=643)

	최종모델(모델2)																	
	자아탄력성			대인관계			낙관성			지속성			활력성			감정통제		
	B	SE	β	B	SE	β	B	SE	β	B	SE	β	B	SE	β	B	SE	β
성별	-.30	.10	-.28*	-.15	.13	-.10	-.33	.11	-.27*	-.48	.14	-.30**	-.15	.12	-.12	-.63	.19	-.31**
연령	.05	.03	.15	.09	.04	.22*	.04	.03	.11	.07	.04	.15	-.03	.03	-.08	-.01	.05	-.02
아르바이트활동	.07	.06	.17	.17	.08	.18*	.08	.07	.10	.06	.09	.06	-.06	.07	-.08	-.10	.11	-.08
봉사활동	.05	.05	.10	.06	.07	.08	.03	.06	.05	.03	.07	.03	.14	.06	.20*	.03	.10	.02
동아리활동	.00	.04	.00	.01	.05	.01	-.03	.05	-.06	.02	.06	.03	.05	.05	.10	-.00	.08	-.00
F	4.83***			3.22**			3.12*			5.25*			2.25			3.36**		
R ²	.144			.101			.098			.155			.073			.105		
R ² 증가량	.025			.046			.016			.007			.050			.005		

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

구체적으로 자아탄력성의 하위요인을 살펴보면, 대인관계에 대한 모델 2는 모델 1보다 4.6% 증가한 10.1%를 설명하고($F=3.22$, $p<.01$) 연령($\beta=.22$, $p<.05$)과 아르바이트활동의 적극성($\beta=.18$, $p<.05$)이 대인관계에 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 이는 연령이 높고, 아르바이트를 적극적으로 할수록 대인관계 능력이 좋다는 것을 의미한다. 또한, 낙관성, 지속성, 감정통제 각각에 대해서 모델 2는 9.8%($F=3.12$, $p<.05$), 15.5%($F=5.25$, $p<.05$), 10.5%($F=3.36$, $p<.01$)를 설명하였으며, 모델 1에서와 마찬가지로 성별만이 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta=-.27$, $p<.01$; $\beta=-.30$, $p<.01$; $\beta=-.31$, $p<.01$). 즉, 남학생이 여학생보다 낙관적이고 지속적이며 감정통제를 잘하는 것으로 나타났다. 반면 활력성에 대한 모델 2는 활력성을 유의미하게 설명하지 않는 것으로 나타났지만($F=2.25$, ns) 봉사활동의 적극성($\beta=.20$, $p<.05$)이 활력성에 영향을 미치는 것으로 나타나 봉사활동에 적극적으로 임할수록 활력적인 것으로 나타났다.

2) 아르바이트활동, 봉사활동, 동아리활동의 도움정도가 자아탄력성에 미치는 영향

아르바이트활동, 봉사활동, 동아리활동의 도움정도가 자아탄력성에 미치는 영향을 알아보기 위해 통제변수인 연령 및 성별과 독립변수를 순차적으로 투입하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 이때 연령변인은 연령집단이 아닌 연속적 변인으로써 연령 전체를 분석에 사용하였다. 앞선 연구 결과에서 연령과 성별에 따라 자아탄력성에 차이가 있는 것으로 나타났으므로 이를 모델 1에서 투입하였고, 모델 2에서는 아르바이트활동, 봉사활동, 동아리활동에서 각각의 도움정도를 추가하여 분석하였다. 한편, 변수간의 다중공선성은 VIF값을 통해 살펴 보았는데 모든 변수의 VIF값이 1.29를 넘지 않아 변수간의 다중공선성은 문제가 없는 것으로 나타났다. 최종모델인 모델 2의 분석결과는 <표 9>와 같다.

**<표 9> 아르바이트활동, 봉사활동, 동아리활동에서
각각의 도움정도가 자아탄력성에 미치는 영향에 대한 위계적 회귀분석 (N=643)**

	최종모델(모델2)																	
	자아탄력성			대인관계			낙관성			지속성			활력성			감정통제		
	B	SE	β	B	SE	β	B	SE	β	B	SE	β	B	SE	β	B	SE	β
성별	-.23	.10	-.21*	-.05	.13	-.04	-.26	.11	-.21*	-.43	.14	-.27**	-.12	.12	-.09	-.62	.18	-.30**
연령	.05	.03	.15	.08	.04	.19*	.04	.03	.12	.07	.04	.15	-.01	.03	-.03	.00	.05	.00
아르바이트활동	-.02	.06	-.03	.06	.08	.06	-.03	.07	-.03	-.13	.08	-.13	-.05	.07	-.06	-.07	.11	-.05
봉사활동	.10	.06	.15	.05	.08	.06	.14	.07	.17*	.06	.08	.06	.19	.07	.23**	.13	.11	.10
동아리활동	.03	.05	.06	.06	.07	.08	-.03	.06	-.04	.06	.07	.06	.07	.06	.10	.10	.10	.09
F	4.21**			2.12			2.91*			5.18***			2.42*			4.12**		
R ²	.126			.068			.091			.151			.077			.124		
R ² 증가량	.027			.019			.025			.017			.065			.019		

* p<.05, **p<.01, ***p<.001

<표 9>에서 볼 수 있듯이, 모델 2는 모델 1보다 2.7% 증가한 자아탄력성의 12.6%를 설명하는 것으로 나타났으며($F=4.21$, $p<.01$) 모델 1과 마찬가지로 성별($\beta=-.21$, $p<.05$)만이 자아

탄력성에 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 남학생이 여학생보다 자아탄력성 수준이 높은 것으로 나타났다.

구체적으로 자아탄력성의 하위요인을 살펴보면, 낙관성에 대한 모델 2는 모델 1보다 2.5% 증가한 9.1%를 설명하며($F=2.91, p<.05$) 연령($\beta=.21, p<.05$)과 아르바이트활동의 도움정도($\beta=.17, p<.05$)가 낙관성에 유의미하게 영향을 미쳤다. 또한 활력성에 대해서는 모델 1보다 6.5% 증가한 7.7%를 설명하며($F=2.42, p<.05$) 봉사활동의 도움정도($\beta=.23, p<.01$)가 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 연령이 높고, 아르바이트활동에 대해 도움정도를 많이 느낄수록 낙관적이며, 봉사활동에 대해 도움정도를 많이 느낄수록 활력적인 것으로 나타났다. 한편 모델 2는 지속성과 감정통제를 각각 15.1%($F=5.18, p<.001$), 12.4%($F=4.12, p<.01$)를 설명하였으며, 모델 1과 마찬가지로 성별만이 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta=-.27, p<.01$; $\beta=-.30, p<.01$). 다시 말해, 남학생이 여학생보다 지속적이며 감정통제를 더 잘하는 것으로 나타났다. 반면 대인관계에 대한 모델 2는 대인관계를 유의미하게 설명하지 않는 것으로 나타났지만($F=2.12, ns$) 모델 1과 마찬가지로 연령($\beta=.19, p<.05$)이 대인관계에 영향을 미치는 것으로 나타나 연령이 높을수록 대인관계 능력이 좋은 것으로 나타났다.

IV. 논의 및 결론

본 연구에서는 개인의 행복을 위해 필요한 긍정적 정서를 유발시키는 자아탄력성이 성인기로의 전환단계에서 다양한 환경적 변화를 경험하는 대학생들에게 꼭 필요함으로 이에 자아탄력성에 영향을 미칠 것으로 예상되는 사회경험 참여와 자아탄력성 간의 관계를 살펴보고자 하였다. 이러한 연구 목적에 의해 먼저 성별과 연령 및 아르바이트활동, 봉사활동의 참여 동기에 따라 자아탄력성에 차이가 있는지 알아보았으며, 아르바이트활동, 봉사활동, 동아리활동의 적극성 및 도움정도와 자아탄력성 간의 관계와 이들이 자아탄력성에 미치는 영향도 살펴보았다.

그 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다. 첫째, 인구학적 특성인 성별과 연령에 따라 자아탄력성에 차이가 있는 것으로 나타났다. 먼저 성별에 따른 차이에서는 남학생이 여학생보

다 더 자아탄력성이 높은 것으로 나타났으며, 이는 청소년을 대상으로 한 연구에서 남학생집단이 여학생집단보다 자아탄력성이 높다는 정지영(2011)의 연구와 성인을 대상으로 한 문희복, 박준석, 이현희(2009)의 연구 결과와 일치한다. 반면 청소년을 대상으로 한 연구(권지은, 2002)와 아동을 대상으로 한 연구(이은미, 박인전, 2002; 강희경, 2005)에서는 성별에 따른 자아탄력성의 차이가 나타나지 않아 연구가 일치되지 않고 있다. 이렇듯 성인에 가까워질수록 성차가 발견되는 것에 대해 일부 선행연구(이윤주, 민하영, 이영미, 2004; 박연성, 현은민, 2009)에서는 나이가 들면서 사회화되어 가는 과정이 남학생보다 여학생의 자아탄력성이 낮아지는 쪽으로 작용하기 때문으로 제시하고 있다.

또한 연령에 따른 차이를 살펴본 결과, 23세 이상 집단이 22세 이하보다 자아탄력성이 높은 것을 알 수 있었다. 이러한 결과는 20~50대를 대상으로 한 김나영(2011)의 연구에서 인구학적 통계 요인 중 연령에 따라 자아탄력성의 하위변인이 차이가 없다는 결과와는 상반되지만, 20~40대를 대상으로 한 문희복 등(2010)의 연구에서 20대 중후반과 30대 초의 자아탄력성이 가장 높다고 보고한 것과 유사하다. 이처럼 23세 이상 집단이 연령이 낮은 집단보다 자아탄력성이 비교적 높게 나타난 것은 대학 1-2학년생은 3-4학년에 비해 대학환경에 적응하면서 더 많은 어려움을 경험하며(이윤주 외, 2004), 23세 이상(3-4학년 이상)의 학생들은 1-2학년에서의 어려움을 극복하는 과정을 경험하고, 다양한 사회경험에 참여하면서 자아탄력성이 높아졌기 때문으로 사료된다.

둘째, 사회경험의 동기에 따른 자아탄력성의 차이를 살펴본 결과, 아르바이트활동, 봉사활동 각각의 참여 동기에 따라 자아탄력성에 차이가 없는 것으로 나타났다. 본 연구결과와는 달리, 개인 삶의 질, 자아정체감, 자아존중감 등을 다룬 선행 연구에 따르면, 봉사활동에서 이타성을 많이 지닐수록 삶의 질이 높은 것으로 나타났으며(박주희, 2010), 자원봉사 활동에 참여한 경로가 피동적인 경우보다 자발적으로 참여한 경우 삶의 질이 유의하게 높게 나타났다(이상화, 2003). 또한 청소년의 봉사활동 참여 동기에 따라 참여 전후 자아정체성에 미치는 영향을 살펴보았을 때 이타적 동기로 참여한 경우가 생활기록부 때문에 참여한 경우보다 자아정체성이 높았으며(윤미라, 2002), 봉사활동에 자발적으로 참여할수록 자아존중감이 높은 것으로 나타났다(김영진, 2009). 이를 통해 각각의 참여 동기에서 자아탄력성 수준이 높은 개인이 얼마나 더 긍정적인 결과를 이끌어낼 수 있는지를 살펴보는 것이 필요하다고 여겨진다. 따라서 후속연구에서는 사회경험의 참여 동기와 자아탄력성 그리고 삶의 질 등의 심리적 건강 간의 관계를 함께 살펴봄으로써 자아탄력성의 역할을 이해하는 것이 필요하다고 여겨진다.

마지막으로 아르바이트활동, 봉사활동 그리고 동아리활동 각각의 적극성 및 도움정도가 자아탄력성에 미치는 영향을 살펴보았다. 그 결과 아르바이트활동에 적극적일수록 대인관계가 좋으며, 봉사활동에 적극적일수록 활력성이 높은 것으로 나타났다. 이는 긍정적인 대인관계가 아르바이트활동 여부와 관련이 있다는 선행연구(곽윤영, 2008)와 아르바이트활동 이후 대인관계 측면에서 향상되었다는 선행연구(한연숙, 2002)와 일치하는 결과이다. 최근 SK그룹에서 신입사원을 대상으로 실시한 설문조사(김주현, 2007)에서 직장에서 성공하기 위한 능력으로 대인관계를 가장 중요하게 여기는 것으로 나타난 만큼 현대 사회에서는 대인관계를 중요시하고 있다. 따라서 본 연구 결과는 대인관계 능력 등의 현대 사회에서 요구하는 사회적 능력을 기르기 위해 대학 시기 동안 아르바이트 등의 사회경험에 참여하는 것이 중요함을 시사한다.

또한 봉사활동의 도움정도를 많이 느낄수록 낙관적이며 활력성이 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 봉사활동에 참여하지 않는 응답자일수록 우울지수가 높았으며, 봉사활동에 보람을 느끼게 되면서 우울정도에 긍정적 영향을 미친다(윤미영, 2010)는 선행연구를 뒷받침한다. 특히 봉사활동 경험이 있는 학생이 없는 학생보다 자신의 삶에 대해 긍정적으로 생각하고 있으며 생활의 만족도가 높다는 김이영과 진복수(2002)의 연구는 본 연구의 결과와 맥락을 같이 한다. 이러한 결과를 통해 다양한 사회경험이 개인의 자아탄력성 뿐만 아니라 사회적 적응 및 만족도에도 긍정적 영향을 미침을 짐작할 수 있어 후속연구에서 이들 간의 관계를 포괄적으로 살펴보는 것도 의미가 있을 것으로 여겨진다. 또한 이러한 연구 결과를 통해 다양한 사회활동 경험이 자아탄력성을 향상시키기 위한 프로그램 개발 시 고려될 수 있음을 시사한다.

본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언점은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 대구시 소재 대학교에 재학 중인 대학생만을 대상으로 조사하였으므로 본 연구의 결과를 전체 대학생을 대상으로 일반화하는데 어려움이 있다. 따라서 후속 연구에서 연구 대상을 좀 더 확대하여 조사한다면 우리나라 대학생들의 자아탄력성에 대해 좀 더 명확하게 이해할 수 있을 것이다. 둘째, 인구사회학적 특성에 대해 좀 더 세부적인 조사가 필요하다. 본 연구에서는 연령, 성별, 학년, 학점, 용돈에 대한 조사를 진행하였으나 좀 더 나아가 남학생의 군복무 여부, 가구 월 소득, 가족관계, 결혼여부, 부모님의 학력 등을 함께 고려하는 것이 사회경험에 참여하는 동기나 적극성, 그리고 자아탄력성에 미치는 영향을 더 면밀히 밝혀내는 데 도움이 될 것이다. 셋째, 자아탄력성의 하위요인 중 활력성과 감정통제의 신뢰도가 다소 낮아 그 해석에 있어 한계점을 지닐 수 있다. 넷째, 자아탄력성을 높일 수 있는 다양한 요소 중 대학생이 대부분

경험하는 세 가지 사회경험만을 살펴보았다는 점에서 제한점이 있다. 따라서 앞으로 자아탄력성을 향상시킬 수 있는 또 다른 사회경험들을 연구하여 보는 것이 필요할 것이라 생각한다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 다음과 같은 의의를 가진다. 첫째, 청소년기까지의 자아탄력성에 대한 연구는 많이 이루어지고 있으나, 대학생을 대상으로 한 자아탄력성 연구는 소수에 불과한 실정이다. 따라서 본 연구에서 사회에 처음 발을 내딛게 되어 많은 스트레스 상황에 노출되어 있을 것으로 예상되는 성인초기의 대학생을 대상으로 자아탄력성에 관한 연구를 한 것에 의의가 있다고 본다.

둘째, 자아탄력성을 다룬 선행연구들 중에는 자아탄력성이 개인의 타 영역에 어떠한 영향을 미치는 가를 조사한 연구가 대부분인 상황에서 본 연구는 자아탄력성에 영향을 미치는 요소를 연구했다는 점에서 의의를 가진다. 한국의 학생들이 공부에 투자하는 시간이 압도적 세계 1위이며(송민수, 2010), 한국의 학부모가 교육에 투자하는 비용도 세계 최고라는 통계 결과가 보고된바 있다(박성휴, 2006). 이러한 보고를 통해 부모들이 자녀들의 성적을 올리기 위한 교육에만 관심을 쏟기 때문에 상대적으로 자녀들은 다양한 경험에 참여할 시간이 없다는 것을 미루어 짐작해 볼 수 있으며, 이러한 교육관이 자녀의 자아탄력성에 부정적인 영향을 미쳐 위기에 취약한 성인으로 성장시킬 수 있음을 예상할 수 있다. 선행연구들(서미화, 2007; 임상희, 2005)에 따르면, 자아탄력성은 정서지능, 긍정적 대처 등 인간의 내적 힘의 다양한 영역에 긍정적 영향을 미침으로 자아탄력성을 향상시키는 것은 중요하다고 보고된 바 있다. 따라서 본 연구는 사회경험이 자아탄력성 증진에 영향을 주는 요소임을 밝힘으로써 사회경험의 중요성과 자아탄력성의 가치를 생각해 보게 하였으며 대학생들이 자아탄력성을 향상시킬 수 있는 방안을 모색하는 데 기초자료를 제공하였다는 점에서 시사점을 갖는다.

참 고 문 헌

- 강인규(2011/07/31). 경쟁만능주의가 몰락을 부른다. 중앙일보.
- 강희경(2005). 가족의 건강성과 학령기 아동의 자아탄력성. 한국가정관리학회지, 23(3), 93-102.
- 고은미(2011). 고등학생의 자아탄력성과 스트레스 대처방식이 학교생활적응에 미치는 영향. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 곽운영(2008). 부모의 양육태도 및 대학생의 경제적 자립도가 대학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 권지은(2002). 부모 및 또래 애착, 문제해결방식과 자아탄력성의 관계. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김나영(2011). 미술치료사의 자아탄력성과 사회적지지에 따른 심리적 소진. 동의대학교 대학원 석사학위논문.
- 김대일(2006). 고등학생의 동아리 활동과 정서발달 사이의 관계. 금오공과대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김동진·김재운(2000). 대학생의 동아리 활동 참여가 여가만족에 미치는 영향. 서울대학교 체육연구소 논집, 21(2), 61-70.
- 김영진(2009). 청소년의 자원봉사활동이 개인적 성장에 미치는 영향. 백석대학교 기독교전문대학원 박사학위논문.
- 김이영, 진복수(2002). 대학생의 자원봉사활동이 주관적 삶의 질에 미치는 영향. 金龜論叢, 9(1), 189-194.
- 김주현(2007/02/19). 회사 이미지가 입사 결정 1순위. 뉴스와이어.
- 김지연(2000). 청소년기 동아리 활동에 따른 정의적 행동특성 연구. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김초록(2010). 자아탄력성과 긍정적 정서가 긍정적 대처에 미치는 영향. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 김현숙(2000). 대학 사회봉사의 활성화 방안에 관한 연구: 경기대학교 학생의 의식조사를 중심으로. 경기대학교 대학원 석사학위논문.
- 문성훈(2000). 자원봉사동아리 활동이 청소년의 자아정체감에 미치는 효과. 제주대학교 대학원 석사학위논문.
- 문희복, 박준석, 이현희(2009). 민간경비원의 경호무도 수련유형이 자아탄력성과 직무수행 만족도에 미치는 영향. 무도연구소지, 20(1), 147-156.
- 박성휴(2006/3/28). 한국 OECD 국가 중 사교육비 '1위' 문화지출 '꼴찌'. 경향신문.
- 박연성, 현은민(2009). 남녀청소년의 자아탄력성과 스트레스 대처방식. 가정관리학회지, 27(1), 221-234.
- 박주희(2010). 대학생 자원봉사활동이 삶의 질에 미치는 영향에 관한 연구: 대구지역 대학생을 중심으로

로. 계명대학교 대학원 석사학위논문.

박현진(1996). 자아탄력성에 따른 지각된 스트레스, 대처 및 우울. 고려대학교 대학원 석사학위논문.

백지숙(2006). 대학생의 아르바이트 경험이 대학적응에 미치는 영향. 청소년시설환경, 4(1), 3-17.

서미화(2007). 아동의 자아탄력성과 정서지능이 학교생활적응에 미치는 영향. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.

송민수(2010/10/8). OECD기준 공부시간 1위, 우리나라는 공부잘하는 나라?. 한국경제.

송희숙(2002). 동아리 활동이 고등학생의 학교 생활 만족도에 미치는 영향에 관한 연구. 인하대학교 교육대학원 석사학위논문.

안재욱(2011/12/8). 자유무역이 이룬 대한민국의 경제奇蹟, 문화일보.

유영주, 이창숙(2002). 인지적-행동적 스트레스 대처훈련이 고등학생의 스트레스 감소에 미치는 영향. 경성대학교 대학원 석사학위논문.

윤미라(2002). 청소년 자원봉사활동의 효과성 연구: 자아정체성과 도덕성을 중심으로. 호남대학교 행정대학원 석사학위논문.

윤미영(2010). 노인자원봉사 활동의 효과 연구: 우울과 생활만족도 중심으로. 한양대학교 행정자치대학원 석사학위논문.

이민경(2001). 고등학생의 아르바이트에 관한 연구. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.

이상화(2003). 병원 자원봉사 활동과 삶의 질에 관한 연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.

이윤주, 민하영, 이영미(2004). 대학생의 성인애착유형, 자아탄력성수준과 대학생활적응의 관계. 아시아교육연구, 5(4), 125-144.

이은미, 박인전(2002). 부모-자녀 유대관계와 아동의 자아탄력성과의 관계. 한국가족복지학회, 7(1), 3-24.

이하나, 정현주, 이기학, 이학주 (2006). 대학생의 자아탄력성, 행복감과 스트레스 지각 및 대처와의 관계. 상담학연구, 7(3), 701-713.

임상희(2005). 어린이들의 등급제 프로그램 시청행태 결정요인 연구. 한양대학교 대학원 석사학위논문.

임혜원(2006). 아르바이트 활동 경험이 청소년의 직업가치관에 미치는 영향: 용인시 고등학생을 중심으로. 강남대학교 사회복지전문대학원 석사학위논문.

정지영(2011). 청소년의 기질, 가족건강성, 사회적 지지가 자아탄력성에 미치는 영향. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.

조성희(2007). 대학생의 동아리 활동과 사회적지지, 학업적응도 및 대학생활만족도와와의 관계연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.

조은향(2009). 삶의 의미추구와 의미발견에서 긍정 및 부정정서와 자아탄력성의 매개효과 검증. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.

최원석(2011/12/2). 한국 자살율은 급증...정부 대책은 '뒷걸음질'. 메디컬투데이.

한연숙(2002). 아르바이트 활동 경험과 청소년의 의식 및 행태에 관한 연구: 경기북부 실업계 고등학생을 중심으로. 국민대학교 행정대학원 석사학위논문.

한영민(2010). 대학생의 가족건강성, 자아탄력성과 우울의 관계에서 적극적 스트레스 대처의 매개효

과. 홍익대학교 대학원 석사학위논문.

- Block, J. H. m & Block, J. (1980). The role of ega-control and ega-resiliency in the organization of behavior. In W.A. Collines(Ed.), *The Minnesota Symposia on Child Psychology*, 13, 39-101. Hilsdale, Nj: Erlbaum.
- Fredrickson, B. L. (1998). What good are positive emotions?. *Review of General Psychology*, 2, 300-319.
- Markus, J. C. and Wurf, E. (1990). *The role of the self-system in competence*. In R. Steinberg and J. Koligan Jr.(Eds). New Haven CT: Yale University Press. 205-226.
- Klohn, E. C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego-resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1067-1079.

Abstract

The Relationships Between Social Experiences and Ego-resilience of University Students

Jung, Jae-Eun* · Jung, Seul-Ki* · Kwon, Song-Yi ·

Choi, Hye-Rin** · Bae, Yun-Jin***

This study investigated the relationships between social experiences and ego-resilience of university students. Subjects of the present study were 643 students. The main results of this study is as follows. 1) Ego-resilience of male students was higher than that of female students and ego-resilience of a group of the older was higher than that of a group of the younger. 2) There were not significant differences in ego-resilience by the motive for participation in part-time job or volunteer work. 3) Enthusiasm for part-time job and volunteer work had a positive effect on interpersonal relationships and energy respectively. And helpfulness of volunteer work had a positive effect on optimism and energy.

Key Words : Ego-resilience, Social experiences, University students

* Undergraduate student, Department of Child & Family, Kyungpook National University

** Undergraduate student, Department of Public Administration, Kyungpook National University

*** Lecturer, Department of Child & Family, Kyungpook National University