

## A Study on the Factors Affecting the Adaptation to College Life

Jung-Hwa Jung\*

\*Assistant Professor, Dept. of Dental Hygiene, Choonhae College of Health Science, Ulsan, Korea

## [Abstract]

This study aimed to explore the factors having effects on the students' adaptation to college life at C college, and also to establish the measures for helping their successful adaptation to college life. Using the structured questionnaire, students' major satisfaction, learning motivation, time management behavior, core self-evaluation, and ADHD for adults were researched. Using the SPSS 21.0 Program for data analysis, this study conducted the descriptive statistics, t-test, ANOVA for analyzing the factors having effects on the adaptation to college life, and Scheffe for post-test. In the results of study, the major satisfaction, learning motivation, time management behavior, and core self-evaluation were significant on the adaptation to college life. Thus, in order to prevent the drop-out of college students by increasing their adaptation to college life, it is necessary to develop and implement college coping program which are increased the major satisfaction and core self-evaluation.

▶ **Key words:** Adaptation to College life, Major satisfaction, Learning motivation, Time management behavior, Core self-evaluation, ADHD in Adult

## [요 약]

본 연구는 C대학을 중심으로 재학생들의 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 분석하고, 학생들이 성공적인 대학생활 적응을 돕기 위한 방안을 마련하기 위해 시행되었다. 학생들의 전공 만족도, 학습 동기, 시간 관리 행동, 핵심 자기 평가, 성인 ADHD를 구조화된 설문지를 이용하여 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인의 정도를 파악하였다. 자료 분석은 SPSS 21.0 Program을 이용하여 기술통계, T-test, ANOVA로 분석 후 Scheffe로 사후검증을 하였다. 분석한 결과 전공 만족도, 학습 동기, 시간 관리 행동, 핵심 자기 평가가 대학생활 적응에 통계적으로 유의미하게 나타났다. 따라서 대학생활 적응을 높여 대학생들의 중도탈락을 예방하기 위해 학습 동기와 시간 관리 행동을 높일 수 있는 구체적인 학습 기술에 대한 방법을 모색하여 지원하고, 전공 만족도, 핵심 자기 평가 요인을 높여주는 차별화된 프로그램 개발 및 적용하여 성공적인 대학생활 적응을 도와야 할 것을 제언한다.

▶ **주제어:** 대학생활 적응, 전공 만족도, 학습 동기, 시간 관리 행동, 핵심 자기 평가, 성인 ADHD

- 
- First Author: Jung-Hwa Jung, Corresponding Author: Jung-Hwa Jung
  - Jung-Hwa Jung (jjh@ch.ac.kr), Dept. of Dental Hygiene, Choonhae College of Health Science
  - Received: 2020. 07. 31, Revised: 2020. 09. 04, Accepted: 2020. 09. 09.

## I. Introduction

우리나라의 심각한 저출산 문제로 학령인구의 감소는 새로운 사회 문제로 대두되고 있고, 대학들은 이러한 환경 변화에 생존을 위한 대비책 마련을 위해 꾸준히 노력하고 있다. 2019년 3월 통계청[1] 발표 자료에 따르면, 2017년 7,183천명에서 2035년 4,881천명으로 학령인구 큰 폭의 감소로 2020년부터는 입학 절벽 현상으로 입시의 어려움을 경험했다. 이에 대학의 입학 정원을 감소해야 할 필요성이 대두되기 시작하면서 대학의 구조 조정이 불가피해졌고, 교육부[2]에서는 2015년부터 대학구조 개혁평가를 도입 하면서 현재 대한민국의 대학들은 평가 결과에 따라 등급화 되어 입학정원 감축, 학과-대학 간의 통폐합, 지원 축소, 낮은 등급의 일부 대학은 폐교 및 폐교 위기까지 구조 개혁이 진행되고 있다. 이런 현실에서의 대학들은 돌파구로 재학생의 성적 부진으로 인한 유급, 휴학 및 자퇴, 타 대학의 편입 등 중도 탈락을 방지하고, 재학생 등록률과 신입생 충원율을 높이기 위한 문제에 직면해 있다[3]. 학령인구 감소는 학업 성적이 높은 학생들뿐만 아니라 학업 성적이 낮은 학생들도 대학에 입학할 수 있게 되었고, 이렇게 대중화 된 대학교육은 학생들의 학업수준 차이가 발생되어 중도 탈락되거나 학업 저성취로 대학생활 적응에 어려움을 겪게 된다[4]. 대학생은 새로운 환경 변화로 혼란을 겪으며, 시간 및 학점관리 등 주도적인 학업 생활과 대인 관계, 취업에 대한 고민 등 고등학교의 생활과는 다른 새로운 대학생활에서의 압박감으로 많은 스트레스를 받으며, 이로 인해 대학생활 적응의 문제를 야기하고 있다[5]. 대학에서의 학업은 중요함에도 불구하고, 학업 성적이 낮아 학사경고를 받는 대학생들이 해마다 증가하고 있고, 학업 저성취도 대학생들의 원인 분석 및 학업 지원 방안 모색을 위한 학습 습관 개선·변화, 학습의 기술 습득 등의 학업 지원 프로그램 개발 연구들이 다양하게 이루어지고 있다. 이러한 연구들의 결과를 보면 학습태도, 학업 동기나 흥미, 전공만족, 대학만족, 시간 관리 부족, 시험 관련 행동 등이 학업 저성취의 주된 원인인 것으로 나타났대[6]. 학업 성취가 낮은 학생들은 학업 성취가 우수한 학생들에 비해 수업에 대한 흥미 및 전공학과의 활동이 부족하고, 지각과 결석이 자주 발생되어 학업 성적이 낮은 것으로 나타났으며[7], 학업 준비 부족, 학업에 대한 집중의 어려움, 학습 기술 문제 등으로 나타났다. 또한 학업 분량 조절, 장기 목표 불명확, 잘못된 대학 및 전공 선택, 학점 기준 이해 부족, 언어력 부족, 학업 능력 부족을 지적 하였다[8]. 최근 많

은 대학들은 '왜 학업 성취가 낮은 학생들에게 대학들이 관심을 갖고 관여하는가?'라는 질문을 던졌고, 이에 대한 대답으로 학업 성취가 낮은 학생들은 중도 탈락 가능성이 크기 때문이라는 결과를 얻었다. 학령인구 감소로 입시가 어려워지고 있고, 이에 재학생들의 중도 탈락 최소화를 위한 예방적 차원에서 재학생 충원율을 높이기 위한 학업 지원의 프로그램 개발을 하기 위함이고[9], 대학에서 학업 성취를 높이기 위한 자기 주도 학습 프로그램 중 노트 필기 훈련[10]과 시간관리 훈련[11]의 연구에서는 학업 성취에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 대학생활에서 어려움을 겪는 재학생들은 전공 만족도, 학과 및 대학 생활 만족도가 떨어지고, 학습 동기가 저하됨으로써 대학생활 부적응과 진로에 대한 목표 부재로 나타났다[12]. 대학생활 적응은 학생 개인이 대학이라는 교육 환경에서 생활하고 부딪치면서 겪는 변화 및 도전에 적절하게 반응하고, 지식인으로서 올바르게 의사를 결정하고 대처해 나가는 것이다[13]. 대학 생활에 부적응을 보이는 대학생들을 조기 발견하여 적절한 도움을 제공하는 것은 사회적으로나 개인적으로나 매우 중요한 의미를 지닌다[14]. 대학은 단순히 지식만을 교육하는 것이 아니라, 동료 간의 협동심과 성취감을 높이고, 올바른 가치관을 형성하며, 지속적으로 변화해가는 사회에서 서로 잘 어울리며, 적응해 나가는 역량을 키우는 곳이다. 따라서 전공만족도, 학습 동기, 시간 관리, 핵심자기 평가는 대학생들에게 대학적응과 밀접하게 연결되는 중요한 부분이다.

본 연구는 C대학을 중심으로 학생들의 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 파악하고, 성공적인 대학생활 적응을 돕기 위한 방안을 마련하기 위해, 전공 만족도, 학습동기, 시간 관리 행동, 핵심 자기 평가, 성인 ADHD의 정도를 알 수 있는 구조화된 설문지를 활용하여 대학생활 적응의 정도를 파악하고, 학생들의 대학적응을 높여 중도 탈락 및 휴·자퇴를 예방하고, 학생들에게 대학적응 향상을 돕기 위한 개선방안을 마련을 위한 참고자료를 제공하기 위해 시행되었다.

## II. Research Method

### 1. Research subject and period

본 연구는 대학생들의 대학생활 적응에 미치는 영향 요인을 파악하기 위해 C대학 재학생 1, 2, 3, 4 학년들 중 616명을 대상으로 2019년 12월 4일부터 2019년 12월 13일 까지 설문조사 하여 약 2주간에 걸쳐 자료를 수집

하였다. 일반적인 특성으로 성별, 학년, 학과를 선택한 이유, 학점, 학점 만족도, 학습 시간을 확인하였다. 전공 만족도, 학습 동기, 시간 관리 행동, 핵심 자기 평가, 성인 ADHD 변수를 사용하여 학생들의 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 다음과 같이 연구모형을 설정하였다.

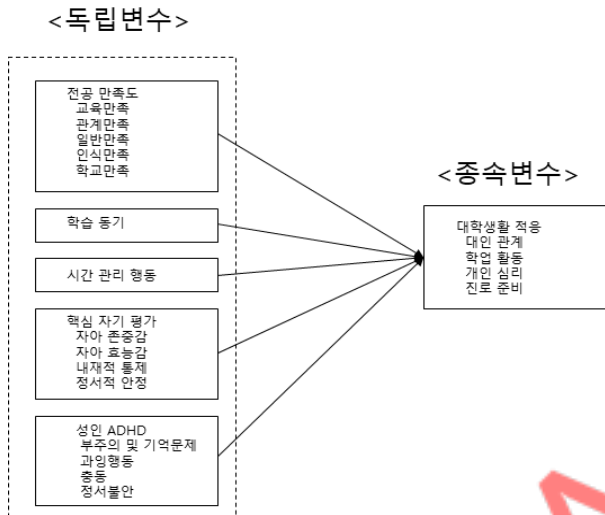


Fig. 1. Research model

대상자들은 연구자로부터 연구의 취지에 대한 설명을 듣고, 연구참가 동의서에 서명한 후 설문지를 작성하였다.

## 2. Research Instruments

### 2.1 Major satisfaction

대학생활에서의 전공만족도를 측정하기 위해 하혜숙 [15]이 제작한 교육만족 5개 문항, 관계만족 4개 문항, 일반만족 5개 문항, 인식만족 7개 문항, 학교만족 7개 문항으로 전공만족도에 관련된 총 28개 문항을 사용하였다. 각문항은 Likert 5점 척도로 1=전혀 그렇지 않다, 5=아주 그렇다로 체크 하도록 하였고, 19번 문항과 32번 문항은 역코딩을 하였다. 점수가 높을수록 전공만족도가 높다는 것을 의미한다. [7]의 연구에서는 Cronbach's alpha=.92였고, [16]의 연구에서는 Cronbach's alpha=.949이었으며, 본 연구는 Cronbach's alpha=.956이었다.

### 2.2 Learning motivation

Schaufeli, Salanova Gonzalez-Roma와 Bakker가 제작하고, 이자영과 이상민[17]이 타당화한 한국형 학습 동기 16개 문항을 사용하였다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 1=전혀 그렇지 않다, 5=아주 그렇다로 체크 하도록 하였고, 점수가 높을수록 학습동기가 높다는 것을 의미한

다. [7]의 연구에서는 Cronbach's alpha=.86이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's alpha=.948이었다.

### 2.3 Time management behavior

대학생활에서의 시간관리 행동을 측정하기 위해 채화영, 이기영[18]이 개발한 32개 문항을 사용하였다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 1=전혀 그렇지 않다, 5=아주 그렇다로 체크 하도록 하였고, 70번, 72번, 74번~80번 문항은 역코딩을 하였다. 점수가 높을수록 자신의 목표를 위해 시간 관리를 잘 한다는 것을 의미한다. [7]의 연구에서는 Cronbach's alpha=.76이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's alpha=.822이었다.

### 2.4 Adaptation to College life

대학생활 적응 척도는 정은이와 박용한[19]이 개발하고, 타당화한 대학 적응 척도를 사용하였다. 대인 관계 4개 문항, 학업 활동 6개 문항, 개인 심리 6개 문항, 진로 준비 3개 문항으로 대학적응도에 관련된 총 19개 문항을 사용하였다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 1=전혀 그렇지 않다, 5=아주 그렇다로 체크 하도록 하였고, 점수가 높을수록 대학생활에 잘 적응하고 있다는 것을 의미한다. [7]의 연구에서는 Cronbach's alpha=.86이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's alpha=.921이었다.

### 2.5 Core self-evaluation

Judge, Erez, Bono와 Thoresen이 개발하고, 이동하와 탈진국[20]이 번안한 핵심자기 평가척도를 사용하였다. 자아 존중감 6개 문항, 자아 효능감 4개 문항, 내재적 통제 6개 문항, 정서적 안정 6개 문항으로 핵심자기 평가에 관련된 총 22개 문항을 사용하였다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 1=전혀 그렇지 않다, 5=아주 그렇다로 체크 하도록 하였고, 109번, 112번, 114번, 116번, 118번, 120번, 122번 문항은 역코딩을 하였다. 점수가 높을수록 자신감이 있고, 긍정적이며, 자아 효능감이 있고, 자신의 능력에 신뢰감이 높다는 것을 의미한다. [7]의 연구에서는 Cronbach's alpha=.84이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's alpha=.845이었다.

### 2.6 ADHD for adult

Conners 성인 ADHD 평정척도(CAARS) 단축형을 장문선[21]이 타당화한 부주의 및 기억문제 8개 문항, 과잉행동 및 초조함 8개 문항, 충동 및 정서불안 4개 문항으로 성인 ADHD에 관련된 총 20개 문항을 사용하였다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 1=전혀 그렇지 않다, 5=아주

그렇다로 체크 하도록 하였고, 점수가 높을수록 부주의하고 기억에 문제가 있으며, 과잉행동 및 초초함이 강하고, 충동적이며 정서적으로 불안정하다는 것을 의미한다. [7]의 연구에서는 Cronbach's alpha=.88이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's alpha=.949이었다.

### 3. Data Analysis

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 21.0 Program을 이용하여 일반적 특성은 빈도분석과 백분율의 기술통계를 이용 하였고<Table 2>, 학점 3.0미만의 그룹과 3.0이상의 그룹 간의 차이 검정은 T-test를 통해 분석하였다<Table 3>. 전공 만족도, 학습 동기, 시간 관리 행동, 핵심 자기 평가, 성인 ADHD의 요인이 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인분석은 ANOVA로 분석 후 Scheffe로 사후검증을 하였고<Table 4>, 연구결과 판정 시 유의수준은 0.05로 하였다. 신뢰도 검증은 Cronbach's alpha=.862로 분석되어 높은 신뢰도를 보였다.

## III. Results

### 1. General characteristics of adaptation to college life

학생들의 일반적 특성은 Table 1. 와 같다. 성별은 보건대학의 특성으로 여학생이 수가 많아 여학생이 509명(82.6%), 남학생은 107명(17.4%)이었고, 학년은 1학년이 243명(39.4%), 2학년 209명(33.9%), 3학년 143명(23.2%), 4학년 21명(3.5%) 순으로 조사 되었다. 학과를 선택한 이유로 취업 용이성이 260명(42.2%), 자발적 동기 227명(36.9%), 주위의 권유 81명(13.1%), 점수에 맞춰서 45명(7.3%)로 조사 되었다. 학점은 3.0기준과 상중하로 분류하여 분석한 결과 3.0이상 418명(67.9%), 3.0미만 198명(32.1%) 이었고, 학점 만족도는 보통으로 생각하는 학생이 231명(37.5%), 다소 불만족 147명(23.9%), 만족 139명(22.5%), 매우 불만족 62명(10.1%), 매우 만족 37명(6.0%) 순이었다. 학습 시간은 30분미만 178명(28.9%) 30분 이상 1시간미만 167명(27.1%), 1시간 이상 1시간 30분미만 102명(16.6%)순이었다.

### 2. Differences between groups with grades less than 3.0 and groups with 3.0 or higher

본 연구에서는 대학적응에 영향을 주는 요인을 분석에 앞서, 전공만족도, 학습 동기, 시간관리 행동, 핵심자기평

가, 성인 ADHD, 대학생활 적응을 학점 3.0미만의 그룹과 3.0이상 그룹으로 나누어 차이 검정을 통해 분석한 결과 성인 ADHD를 제외하고, 전공 만족도, 학습 동기, 시간 관리 행동, 핵심 자기 평가, 대학생활 적응에서는 두 그룹 간에 통계적으로 유의한 수준의 차이가 있는 것으로 Table 2.와 같이 나타났다.( $p < .05$ )

### 3. Correlations of major satisfaction, learning motivation, time management behavior, core self-evaluation, ADHD for adult, adaptation to College life

조사 대상자의 대학생활 적응, 전공 만족도, 학습 동기, 시간 관리 행동, 핵심 자기 평가, 성인 ADHD 등 본 연구의 주요 변수 간 관련성을 살펴보고자 상관분석을 실시한 결과 Table 3.과 같이 대학생활 적응에 성인 ADHD에서는 유의미한 차이가 없었고, 전공 만족도, 학습동기, 시간 관리 행동, 핵심 자기 평가에서는 연관성이 있게 통계적으로 유의미하게 나타났다.

### 4. Factors affecting adaptation to College life

전공 만족도, 학습 동기, 시간 관리 행동, 핵심 자기 평가, ADHD를 독립변수로 하여 학생들의 대학생활 적응에 영향을 미치는 관련 요인을 다중회귀 분석한 결과 통계적으로 Table 4.와 같이 유의하게 나타났다. 분석결과 대학 생활 적응에 학습 동기 ( $\beta=.394, p<.001$ ), 핵심 자기 평가 ( $\beta=.261, p<.001$ ), 전공 만족 ( $\beta=.189, p<.001$ ), 시간 관리 행동 ( $\beta=.175, p<.001$ ) 순으로 나타났다.

## IV. Conclusion

본 연구는 교육환경 변화를 주도하고 학생적응도를 높여 미래 선도형 인재를 양성하고자 대학생활 적응에 영향을 미치는 전공 만족도와 학습 동기, 시간 관리 행동, 핵심 자기 평가, 성인 ADHD의 요인 분석을 실시하였다. [5]에서는 대학생들에게 전공과목의 학업은 바람직한 사회생활을 해나가는데 기본이 되며, 자아 정체감을 형성하고, 졸업 후에는 진로와 직장 생활에 필요한 기초적 지식과 전문적 지식을 습득할 수 있기 때문에 학습 동기와 학업성취는 중요한 관심의 대상이 되며 대학생활 적응에 영향을 미친다고 하였다. 학업은 중요함에도 불구하고, 학업 성적이 낮아 학사경고를 받는 대학생들이 해마다 증가하고 있고, [5, 12]의 연구에서와 같이 학습 동기, 자아존중감은 대학생활 적응을 설명하는 중요한 변수라고 주장



Table 1. General characteristics of adaptation to college life

Variable		N	Ratio(%)	$\chi^2$
Gender	Male	107	17.4	70.182 (.151)
	Female	509	82.6	
Grade	1st grade	243	39.4	263.236* (.000)
	2nd grade	209	33.9	
	3rd grade	143	23.2	
	4th grade	21	3.5	
Reasons for choosing major	Easy to get jobs	260	42.2	312.546* (.001)
	Due to grades	45	7.3	
	Recommend from others	81	13.1	
	Willingly	227	36.9	
	Etc	5	0.5	
Grades	Less than 3.0	198	32.1	181.086* (.000)
	3.0 or higher	418	67.9	
Grades satisfaction	very unsatisfied	62	10.1	308.733* (.001)
	dissatisfied	147	23.9	
	Middle	231	37.5	
	Satisfied	139	22.5	
	very satisfied	37	6.0	
Study time	Less than 30minutes	178	28.9	365.133 (.330)
	30minutes ~ 60minutes	167	27.1	
	61minutes~90minutes	102	16.6	
	91minutes~120minutes	72	11.7	
	121minutes~150minutes	23	3.7	
	151minutes~180minutes	19	3.1	
	More than 181minutes	55	8.9	
Total		616	100	

Table 2. Differences between groups with grades less than 3.0 and groups with 3.0 or higher

Variable		N	Mean $\pm$ SD	t/F	p
Adaptation to college life	3.0미만	198	3.1451 $\pm$ .03792	40.994	.000
	3.0이상	418	3.5005 $\pm$ .03371		
Major satisfaction	3.0미만	198	3.5841 $\pm$ .04081	33.426	.000
	3.0이상	418	3.8874 $\pm$ .03049		
Learning motivation	3.0미만	198	2.8447 $\pm$ .04827	35.251	.000
	3.0이상	418	3.2389 $\pm$ .03956		
Time management behavior	3.0미만	198	3.1853 $\pm$ .02442	18.618	.000
	3.0이상	418	3.3288 $\pm$ .01975		
Core self-evaluation	3.0미만	198	3.2456 $\pm$ .02805	21.019	.000
	3.0이상	418	3.4243 $\pm$ .02330		
ADHD for Adult	3.0미만	198	2.4871 $\pm$ .05034	1.156	.283
	3.0이상	418	2.4129 $\pm$ .04107		

한 연구결과처럼 본 연구에서도 핵심 자기 평가 낮으면 (자아 존중감, 자아 효능감, 내재적 통제, 정서적 안정) 대학생 적응을 잘 못하는 유사한 결과가 통계적으로 유의하게 나타났다. 본 연구에서는 학습동기와 전공 만족도, 시간 관리 행동이 높은 경우 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인으로 통계적으로 유의하게 나타났으며, [5]의 연구에서도 학습 동기가 저하되면 대학생활 및 전공학문에 적응을 못한 본 연구와 유사한 결과가 나왔다. 또 [6] 연구에서는 학업 저성취도 대학생들의 원인 분석 및 학업

지원 방안 모색을 위한 학습 습관 개선·변화, 학습의 기술 습득 등의 학업 지원 프로그램 개발 연구들이 다양하게 이루어지고 있고, 이러한 연구들의 결과를 보면 학습 태도, 학습 동기나 흥미, 전공 만족, 대학 만족, 시관 관리 부족, 시험 관련 행동 등이 학업 저성취의 주된 원인으로 대학생활 적응에 영향을 주는 본 연구와 유사한 결과가 나타났다. 선행연구 [22] 연구에서도 전공 만족도와 학교 성적, 친구 관계가 대학 적응에 영향을 준다는 유사한 결과로 대학생활 적응에 인간관계와 전공 만족이 중요한 요

Table 3. Correlations of major satisfaction, learning motivation, time management behavior, core self-evaluation, ADHD for adult, adaptation to College life

	Adaptation to college life	Major satisfaction	Learning motivation	Time management behavior	Core self-evaluation	ADHD for adult
Adaptation to college life	1.					
Major satisfaction	.628***					
Learning motivation	.724***	.554***				
Time management behavior	.618***	.518***	.523***			
Core self-evaluation	.659***	.538***	.539***	.589***		
ADHD for adult	-.197	-.194	-.141	-.301	-.391	1.

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

Table 4. Factors affecting adaptation to College life

Independent Variable	B	S.E	$\beta$	t	p
(Constant)	-.749	.180		-4.169	.000
Major satisfaction	.201	.032	.189	6.248	.000
Learning motivation	.331	.026	.394	12.923	.000
Time management behavior	.297	.053	.175	5.653	.000
Core self-evaluation	.377	.047	.261	7.968	.000
ADHD for adult	.041	.021	.049	1.936	.053

R(.821), R2(.671), Drubin-Watton(1.979)

인임을 알 수 있었다. [7]의 학습 동기가 낮아 학업 성취가 낮은 학생들은 학업 성취가 우수한 학생들에 비해 전공 수업에 대한 흥미 및 전공 학과의 활동이 부족하고, 지각 및 결석이 자주 발생되어 학업 성적 또한 낮아 학교 생활에 적응하지 못하는 것으로 타나났으며, 본 연구는 선행 연구와 유사하게 학점이 3.0 미만의 그룹에서 학습 동기, 전공 만족이 3.0이상의 그룹보다 낮았으며, 대학생활 적응도 통계적으로 유의미하게 낮게 나타났다. [11]의 연구에서는 시간 관리에 대한 중요성은 학습 시간을 계획하면서 높은 학업 성취를 나타냈고, 시간관리 전략 프로그램에 참여한 학생들이 자아존중감과 자기 조절 효능감이 긍정적으로 변화하고 학업 성취도 긍정적인 영향을 미치는 결과를 보였다. 본 연구에도 선행 연구와 유사하게 시간 관리 행동, 자기 핵심 평가가 높은 학생들은 낮은 학생들에 비해 대학생활 적응을 잘하는 것으로 통계적으로 유의하게 높게 나타났다. [7]의 선행연구에서는 ADHD-부주의 및 기억문제가 낮을 경우 학사 경고 발생이 9.1% 감소하였고, 높게 나타날 경우 일반 학생들에 비해 학업과 관련된 스트레스를 많이 받았으며, 학사경고 발생률이 20.3% 증가하여 학습 활동 및 대학 부적응의 결정 요인이라 하였다. 그러나 본 연구에서는 다른 선행 연구결과와 다르게 ADHD가 학업 성취 및 대학생활 적응

에 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다. 이는 일개 학교에서 대상자를 선정하여 조사하였기 때문에 연구 결과 분석에 대한 한계점으로 생각된다.

본 연구는 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 전공 만족도, 학습동기, 시간 관리 행동, 핵심 자기 평가, ADHD의 구조화된 설문지를 활용하여 대학생활 적응의 정도를 파악하였고, 학생들의 대학생활 적응을 높여 중도 탈락 및 휴·자퇴를 예방하고, 학생들에게 대학적응 향상을 돕기 위한 개선 방안 마련을 위한 참고 자료를 제공하기 위해 시행되었다. 따라서 전공 만족도, 학습 동기, 시간 관리 행동, 핵심 자기 평가의 요인 등은 대학생활 적응을 돕기 위한 방안이 대학차원에서 적극적으로 개선 방안을 마련할 필요가 있음을 확인할 수 있었고, 본 연구의 분석 결과는 다음과 같다.

1. 성인 ADHD를 제외하고, 전공 만족도, 학습 동기, 시간 관리 행동, 핵심 자기 평가, 대학생활 적응에서는 학점 3.0미만과 3.0이상의 두 그룹 간에 통계적으로 유의한 수준의 차이가 있는 것으로 타나났다( $p < 0.001$ ).

2. 대학생활 적응, 전공 만족도, 학습 동기, 시간 관리 행동, 핵심 자기 평가, 성인 ADHD 본 연구의 주요 변수 간 관련성을 살펴보고자 상관분석을 실시한 결과 대학생활 적응에 성인 ADHD를 제외한 전공 만족도, 학습동기,

시간 관리 행동, 핵심 자기 평가에서는 연관성이 있게 통계적으로 유의미하게 나타났다( $p < 0.001$ ).

3. 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인으로는 전공 만족도, 학습 동기, 시간 관리 행동, 핵심 자기 평가, ADHD를 독립변수로 하여 학생들의 대학생활 적응에 영향을 미치는 관련 요인을 다중회귀 분석한 결과 통계적으로 유의하게 나타났다. 분석결과 대학생활 적응에 학습 동기 ( $\beta = .394$ ,  $p < .001$ ), 핵심 자기 평가 ( $\beta = .261$ ,  $p < .001$ ), 전공 만족 ( $\beta = .189$ ,  $p < .001$ ), 시간 관리 행동 ( $\beta = .175$ ,  $p < .001$ ) 순으로 나타났다.

본 연구와 선행연구를 토대로 학습 동기, 핵심 자기 평가, 전공 만족을 높이고, 시간 관리를 잘 하여 학업 성취를 높여 학생들의 대학생활 적응을 향상시키고, 중도 탈락을 방지 할 수 있는 구체적인 프로그램 개발과 적용이 가장 효과적인 방법이라고 사료된다. 본 연구의 제한점으로는 일개의 대학에서 대상자를 선정하여 조사를 하였기 때문에 대학생활 적응을 폭 넓게 평가하는 것에는 제한 있고, 연구 결과를 일반화하여 해석하기에는 한계가 있다. 그러나 선행 연구들과 비교 했을 때 본 연구 결과가 유사하게 나타나 의미가 있었다고 생각한다. 이에 후속 연구에서는 대학생활 적응에 영향을 미치는 양적 연구뿐만 아니라 질적 연구 분석도 함께 추가적으로 진행되어야 할 것이다.

## REFERENCES

- [1] Statistics Korea(2019) [http://www.index.go.kr/potal/main/EachDt1PageDetail.do?idx\\_cd=1519](http://www.index.go.kr/potal/main/EachDt1PageDetail.do?idx_cd=1519)
- [2] Ministry of Education(2015) <https://www.moe.go.kr/newsearch/searchTst.jsp>
- [3] N. H. Park, J. Y. Jeong, and B. S. Jin, "University Organizational Communication, University-Student Relationship, and University Student Satisfaction", Korean Academic Society For Public Relations, Vol. 21, No. 6, pp. 131-151, December 2017. DOI: 10.15814/jpr.2017.21.6.131
- [4] S. H. Hwang, and S. W. Kim, "The Effects of Program to Improve Academic Performance for College Students with a Bachelor's Warning on Academic Achievement and Academic Resilience", Teacher Education Research, Vol. 58, No. 1, pp. 131-147, March 2019. DOI: 10.15812/ter.58.1.201903.131
- [5] S. M. Kim, and K. E. Chung, "Effects of Mentoring Program on Adjustment to College and Academic Self-Efficacy in University Freshman", Korea Institute of Youth Facility & Environment, Vol. 11, No. 4, pp. 201-210, November 2013.
- [6] J. Y. Lee, B. M. Kim and E. J. Jang, "Development of Program(Exploring Myself) for Unsuccessful College Students in Academic Achievement", Korean Counseling Association, Vol. 14, No. 1, pp. 359-384, February 2013. DOI : 10.15703/kjc.14.1.201302.359
- [7] H. S. Kweon, "An Analysis to Identify Factors Associated with Academic Probation: A Data Mining Approach", Student Counseling Center of Sogang University, Vol. 37, No. 2, pp. 29-46, February 2016.
- [8] S. M. Shin, and H. R. LEE, "The Efficacy of MI-CBT Group Therapy for College Students under Academic Probation", Korean Counseling Association, Vol. 18, No. 1, pp. 57-81, October 2012. DOI : 10.15703/kjccsp.1.1.201610.57
- [9] Y. S. Park, and K. Y. Kim, "Effects of Peer Tutoring Program for Underachievers in College : Focused on Academic Performance and Learning Competencies", The Korean Journal Of Educational Methodology Studies, Vol. 31, No. 3, pp.503-525, August 2019. DOI : 10.17927/tkjems.2019.31.3.503
- [10] E. Y. Kim, and S. H. Park, "The Effect of Note-taking Strategies Training on Women University Students' Learning Strategies, Attentional Control and Academic Achievement", The Korean Society Of Educational Psychology, Vol. 24, No. 3, pp. 525-543, September 2010.
- [11] E. Y. Kim, "The Effect of Time-management Training on Women University Students' Time Management Behavior, Academic Procrastination, Volitional Control and Academic Achievement", Korean Association For Learner-Centered Curriculum And Instruction, Vol. 15, No. 1, pp. 351-371, January 2015.
- [12] H. Y. Jang, and M. J. Noh, "An Effect of Mentoring Functions on the Undergraduate Involvement and Adaptation: Focused on the Moderating Effect of Trust and Fairness", Korean Association Of Business Education, Vol. 26, No. 4, pp. 23-52, August 2011.
- [13] B. C. Kim, " (The) Study on Junior College Students' Adaptation to Their College Lives", Master's thesis, Hongik University, Seoul, pp. 1-101, August 2003.
- [14] M. J. Park, Y. L. Ham, and D. N. Oh, "Levels and Their Correlations of Decision-Making-Competency, Adjustment to College Life, Satisfaction to College Life in Freshmen", The Korea Contents Association, Vol. 12, No. 4, pp. 327-337, April 2012. DOI : 10.5392/JKCA.2012.12.04.327
- [15] H. S. Ha, "A Study Department Satisfaction and School Satisfaction of Undergraduate Students", Master's thesis, Seoul University, Seoul, pp. 1-87, February 2000.
- [16] J. A. Kim, J. S. Kang, and G. S. Soe, "A Convergence Comparison of the Stress, Major Satisfaction, Career Identity, and College Adjustment of Nursing Students according to College Admission process and Grade", Korea Convergence Society, Vol. 8, No. 2, pp. 99-112, February 2017. DOI :

10.15207/JKCS.2017.8.2.099

- [17] J. Y. Lee, and S. M. Lee, "The Development and validation of Korean Academic Engagement Inventory(KAEI)", The Korean Journal Of Educational Methodology Studies, Vol. 24, No. 1, pp. 131-147, February 2012. DOI : 10.17927/tkjems.2012.24.1.131
- [18] H. Y. Chae, and K. Y. Lee, "A Typology on Time Management Behaviors of Workers", Korean Home Economic Association, Vol. 43, No. 11, pp. 211-224, November 2005.
- [19] E. I. Jeong, and Y. H. Park, "Development and Validation of the College Adjustment Scale", The Korean Journal Of Educational Methodology Studies, Vol. 21, No. 2, pp. 69-92, October 2009. DOI : 10.17927/tkjems.2009.21.2.69
- [20] D. H. Lee, and J. K. Tak, "A Study on the Influence of Proactive Personality and Core Self-evaluation on Career Success: Mediating Roles of Career Planning", Korean Society for Industrial and Organizational Psychology, Vol. 21, No. 1, pp. 83-103, February 2008 DOI : 10.24230/ksiop.21.1.200802.83
- [21] M. S. Chang, "The Validation of Conners' Adult ADHD Scale-Korean(Short Version) ", Korean Clinical Psychology Association, Vol. 27, No. 2, pp. 501-515, May 2008. DOI : 10.15842/kjcp.2008.27.2.009009
- [22] N. J. Je, and M. R. Park, "Impact on Department Adaptation of Field Practice Adaptation, College Adaptation, and Awareness of Death of Nursing Students", The Korea Academia-Industrial cooperation Society, Vol. 19, No. 10, pp. 300-312, November 2018. DOI : 10.5762/KAIS.2018.19.10.300

## Authors



Jung-Hwa Jung received master's degree in Oral Health from Dankook University in 2005, and Ph.D. degrees in dentistry from Kyung Hee University in 2016. Dr. Jung is currently assistant professor in the Dental

Hygiene at Choonhae College of Health Sciences. She is interested in dental prosthetics, clinical practice and basic sciences.