

대학생의 통제소재가 취업스트레스에 미치는 영향

윤성원^{1*}, 김기승¹

¹경기대학교 대학원 직업학과

The Influence of University Students' Locus of Control on Stress towards Employment

Sung-Won Yun^{1*} and Ki-Seung Kim¹

¹The Graduate School of Vocational, Kyonggi University

요 약 글로벌경제의 경기침체 우려가 현실로 나타나면서 대졸자의 취업난이 그 어느 때보다도 심각한 상황이다. 이러한 현실 속에서 취업을 해야 하는 대학생들은 고민과 갈등으로 많은 스트레스에 시달리고 있다. 이에 본 연구는 과연 대학생들이 자신의 운명을 무엇이 통제한다고 믿는지에 기인된 내적 통제소재와 외적 통제소재에 따라 취업스트레스의 하위요인 환경적, 신체적, 심리적, 예민 행동에 어떠한 영향을 미치는지 알아보고자 한다. 본 연구를 위한 설문조사는 2011. 10. 5~10. 20까지 15일 동안 서울과 수도권 및 지방의 4년제 대학생을 대상으로 총 550부의 설문지를 배포하여 480부가 회수되었고 이 중 유효한 430명을 연구대상으로 하였다. 연구 결과 첫째, 취업스트레스에서 환경적인 영향이 49%로 높게 나타나는 반면 신체적 영향은 7%로 나타났다. 둘째, 취업스트레스와 통제소재의 상관분석을 실시한 결과, 외적 통제소재는 환경과 신체, 심리, 예민 행동에서 정적인 영향을 보이고 있으며, 내적 통제소재에서는 모두 부정적인 상관을 보이고 있어 보다 다양한 진로정보가 제공되어야 하겠다. 청년실업률과 직결되는 대학생들의 침체된 진로효능감을 높이고 취업스트레스를 감소시킬 수 있는 다양하고 적극적인 방안이 모색되어야 한다.

Abstract With rising concerns on downturn of global economy, college graduates are experiencing a serious unemployment crisis. In this reality, undergraduates preparing for employment face much stress from worries and conflicts. Accordingly, the purpose of this study is to examine the influence of university student's belief of destiny on sub factors of employment stress such as environmental, physical, psychological and keen behaviors according to internal and external locus of control. 550 surveys were distributed to four-year university students in Seoul, capital area and rural area for 15 days from October 5 until October 20, 2011. 480 surveys were returned, among which 430 were effective as study subjects. As a result of this study, first, environmental influence on employment stress was high at 49% while physical influence was 7%. Second, as a result of performing correlation analysis on employment stress and locus of control, external locus of control showed positive influence in environmental, physical, psychological and keen behaviors. Internal locus of control showed negative influence in all behaviors, suggesting that more diverse career information must be provided. Since increase in career efficacy and reduction of employment stress in university students are directly linked to unemployment rate of youths, diverse and active methods are deemed necessary.

Key Words : Locus of Control, Stress towards Employment

1. 서론

1.1 연구문제 및 연구목적

최근 청년층의 실업, 특히 대졸 청년층의 실업이 심각

한 사회문제가 되고 있다. 2011년 7월 통계청 조사에 따르면, 전체 고용지표는 점차 호조세를 보이고 있음에도 불구하고, 대졸 청년층의 실업률은 6.8%로 금융위기 여파로 실업률이 상승했던 2009년 6.9% 이후 가장 높은 수

*교신저자 : 윤성원(install007@paran.com)

접수일 12년 01월 05일

수정일 (1차 12년 01월 16일, 2차 12년 01월 27일)

게재확정일 12년 02월 10일

치를 나타냈다.

한국경제연구원 2011년 10월 17일 'KERI 칼럼'에 따르면, 글로벌 경제위기 규모와 심각성을 볼 때, 세계 경제의 향후 진로에 대한 불확실성은 매우 높으며 우리 경제는 국제 금융위기의 확산에 따른 부정적 영향이 파급되면서 경기둔화 추세가 빠르게 진행되고 있는 것으로 판단했다. 이러한 전망 하에서 경기 불황으로 대졸자의 취업난이 그 어느 때보다도 심각한 상황이며 당분간은 더욱 심화될 전망이다. 이러한 사회 현상 속에서 진로결정을 직면한 현실 문제로 받아들이며 거의 강박적인 수준에서 고민하거나 자포자기 상태로 취업에 대한 여러 가지 고민과 갈등을 가지게 된다. 취업스트레스에 관한 연구를 살펴보면 학위를 받은 후에도 취업이 잘 되지 않는 상황이 깊어지면서 취업스트레스가 청년층의 심리적·정서적 적응에 부정적 영향을 미치는 것으로 연구되었으며[5,18], 미취업 20대 청년들은 취업한 청년에 비해 신체적 증상, 강박증, 대인예민성, 우울, 적대감 및 불안 등의 취약한 정신 건강 상태를 보여 문제가 되었다.

동일한 환경적 자극에 개인이 어떻게 인지하고 반응하는가에 따라 개인이 느끼는 스트레스 또한 다르다. 개인마다 특유한 상호작용의 양식에 따라 같은 환경에 속한 사람들일지라도 저마다의 독특한 방식으로 세상을 살게 된다. 이것이 성격을 형성하게 되며 이러한 인간 내·외의 상호작용으로 성격의 발달과 그 틀이 이루어진다. 이러한 성격특성을 대별해주는 것으로, 통제소재를 들고 있다. 통제소재는 성격과 사회적 행동의 여러 면에서 차이를 보여 준다[6].

스트레스란 적응하기 어려운 상태에 처할 때 느끼는 심리적 또는 신체적인 긴장 상태를 말한다[18]. 그러므로 스트레스는 새로운 상태에 맞게 신체적으로나 심리적으로 조화를 이루려는 적응의 한 과정으로 나타나는 현상이라고 할 수 있다. 오늘날 많은 사람들이 정도의 차이는 있으나, 각종 스트레스의 영향에 의하여 정신적 부조화, 정서적 갈등, 심리적 부적응 상태에서 살아가고 있다. 이러한 스트레스는 취업의 압박감을 받고 있는 대학생들에게도 예외 없이 나타난다. 이러한 취업에 대한 고민과 갈등을 취업스트레스라고 할 수 있다.

지금까지의 선행연구를 보면 취업스트레스와 관련해서는 자아존중감, 자아탄력성, 우울, 사회적지지, 자기효능감, 성격특성, 그 외 정신건강과 신체적 증상 등에 대한 연구가 주를 이루고 있다.

국내에서 대학생의 취업스트레스에 대한 연구가 일부 보고 되었으나[7-9,18], 통제소재와 취업스트레스에 관한 연구는 부족한 실정이다.

지금까지 통제소재와 스트레스대처양식에 대한 연구

는 주로 아동이나 사춘기이후의 청소년에 관한 연구가 대부분[5,10,11,13,14]이었고, 대학생의 통제소재와 취업스트레스의 실증적인 연구는 없었다.

이에 본 연구에서는 대학생들이 자신의 운명을 그들이 자신이 통제한다고 믿는 사람과 외부의 존재인 운이나 강력한 타인에 의해 통제된다고 믿는 사람들이 취업스트레스에 어떤 영향을 미치는지 분석해 보고, 직업생활에 진입하기 전에 자신의 취업스트레스를 이해하고 자신의 성격특성이라 할 수 있는 통제소재의 중재를 통해 취업스트레스를 줄이고자 실증적인 연구를 하는데 의의가 있다고 할 것이다.

1.2 이론적 배경

1.2.1 통제소재

개인은 행동의 결과에 따르는 원인을 자신의 노력이나, 동기, 태도 등 내적인 것으로 지각하기도 하지만, 운이나 과제의 어려움, 환경 등 외적인 것으로 지각하기도 하며 또한 이는 개인의 성향으로도 해석된다.

자신의 행동이 원하는 결과를 가져올 수 있다는 믿음인 통제감은 목표 지향적인 행동을 중재하므로, 통제감 수준은 직접적 문제해결 행동의 주요 동기요인이라 할 수 있다. 내·외 통제소재는 행동을 결정하는 주요 심리적 성향으로 개인을 내적 통제소재 또는 외적 통제소재로 구분하는 지표가 된다.

행동의 결과에 대한 원인을 재수, 운이나 타인 등의 압력과 같은 외적요인으로 지각하는 사람은 외적 통제소재를 지닌 사람이라 분류된다.

반면 행동의 결과에 대한 원인을 자신의 노력 또는 능력에 의한 것이라고 지각하는 사람을 내적 통제소재를 지닌 것으로 분류된다.

Blanchard-Fields[17]는 내적 통제소재의 특성을 지닌 사람은 성패의 원인을 능력과 노력으로 지각하고 외적 통제소재의 특성을 지닌 사람은 과제의 곤란도와 운으로 지각하고 불안정한 특성을 보인다고 하였다.

일반적으로 내적 통제소재를 지닌 사람은 외적 통제소재를 지닌 사람에 비해, 문제해결에 있어 더욱 적극적이고 건설적인 방향으로 반응하려는 성격이 강한 것으로 알려져 있다. 이는 내적 통제소재자의 높은 일반적 통제감 또는 통제기대가 목적 지향적인 문제해결 행동을 동기화시키는 심리적 성향으로 작용했기 때문이라고 볼 수 있다. 결국 통제소재는 개인적 성향으로서, 인간의 여러 행동 특성을 결정하는 중요한 요인으로 해석된다.

1.2.2 취업스트레스

초기 스트레스 연구는 이혼, 만성적 질병, 은퇴 등 중

대한 생활 사건을 중심으로 스트레스와 적응간의 관계를 연구하였다.

그러나 Lazarus[15]와 Folkman[16]은 중대한 생활 사건보다 일상생활에서 경험하는 문젯거리들이 심리적·정서적 적응을 예측하는데 훨씬 우수하다고 지적하였는데 일상생활에서 경험하는 문젯거리들이 중대한 생활 사건보다 건강이나 사회적 적응을 예측하는데 높은 설명력이 있음을 지지하였다.

대졸자들이 경험하는 스트레스에 관한 연구로는 김봉민[1]의 연구에서 순천향대학교 학생들을 대상으로 한 연구에서는 대학생들 중에서 성격, 취업과 진로, 사회정의, 이성교제, 가정경제, 성, 가치관, 전공, 부모, 대학생활 환경, 종교, 그리고 신체적인 건강과 관련된 문제 등으로 스트레스를 겪고 있는 것으로 나타났다. 이 중 문항평균이 높은 요인들은 사회정의, 가치관, 취업 및 진로, 대학생활 환경 등의 순서로 나타났다. 이러한 현상은 정치·사회적 상황과 최근에 나타나고 있는 대학 졸업자들의 심각한 구직난을 그대로 반영하는 것이다.

이와 같이 현대 사회의 대학생은 사회·문화적 환경에 의해 또는 일상에서 크고 작은 스트레스를 경험하며 생활하고 있지만 임상이나 학문분야에서 대학생의 취업스트레스에 대해 관심을 갖기 시작한 것은 매우 최근의 일이라 본 연구에서는 양적연구를 중심으로 대학생의 취업스트레스를 이해하고 이에 대한 해결방안을 모색해보고자 한다.

가설 1 : 외적 통제소재를 가진 대학생은 취업스트레스에 많은 영향을 받을 것이다.

가설 2 : 내적 통제소재를 가진 대학생은 취업스트레스에 적은 영향을 받을 것이다.

1.3 선행연구 분석

1.3.1 통제소재

통제소재의 모형에 관한 연구에서 황미구[22]는 Rotter의 내외 통제소재와 개념구조를 내외의 단일 차원으로 규정하고 개인을 내적 통제소재나 외적 통제소재 중 어느 하나를 가지되 정도의 차이는 인정하지만, 어느 한 개인이 내적성향과 외적성향을 동시에 가진다는 것은 논리적으로 성립할 수 없는 내·외 갈등모형을 제시하였다.

이에 반해 내적 통제성과 외적 통제성을 갈등하는 구조로 규정하지 않고 서로 양존할 수 있는 개별의 차원으로 생각하는 다면적 개념구조 모형을 제시하는 학자들이 나타나고 있다. 이러한 학자중의 한사람인 Levenson[27]은 통제소재를 내·외 단일 차원의 개념으로 규정하지 않고, 내적 통제성향과 외적 통제성향을 서로 독립적인

차원으로 분리하고 있다고 연구하였다. 같은 맥락으로 Rotter의 이론에 따른 김옥주[14]의 연구가 내적 통제소재와 외적 통제소재가 유형적으로 명확히 구분되는 것이 아니라 모든 사람이 내적 통제소재와 외적 통제소재가 양극에 둔 연속선상에서 그 정도에 따라 임의적으로 규정되어 어느 한 점 위에 놓이게 되면서 변화, 발달해 가는 것이라고 하였다.

마찬가지로 이선주[11]의 연구에서는 내적 통제소재와 외적 통제소재는 성격과 사회적 행동에 여러 면에서 차이를 보여주는데 내적 통제소재는 성격의 통합정도가 높고, 지배성, 인내성, 사회성, 협조성, 관용성 등과 같은 성격과 긍정적 자아개념과 관련되며, 외적 통제소재는 적대적이며 공격적이라고 하였다.

1.3.2 취업스트레스

황성원[18]과 이미경[23]은 일반적 특성에 따른 취업스트레스 분석에서 개인특성변인에 따른 연구결과는 성별에 따라서는 유의미한 차이가 없다는 연구결과도 있지만, 김봉민[1]의 연구에 의하면, 스트레스 현황의 남녀간 차이는 대학생활에서 남학생이 여학생보다 더 많은 스트레스를 경험하는 것으로 나타났는데, 이는 남학생들이 대학생활에서 진로문제, 학사문제, 군대문제 등으로 인한 휴학과 복학의 변화에서 오는 것으로 보여 졌다.

4년제 대학생과 2년제 대학생을 비교 분석한 선행연구로는 전문대학생들이 직업세계로 진입하는 데에는 학력에 대한 장벽, 잘못된 기업의 채용관행, 직업상담 시스템의 결여, 임금에 대한 차별, 중간 기술인 수요의 감소 등의 환경적 진로장벽이 4년제 대학교를 졸업한 학생보다 많은 장벽을 만난다는 정태욱[24]의 주장이나 전문대학생들이 4년제 대학생들보다 진로결정에 더 어려움을 느끼고 있다는 김정태[25]의 연구결과가 있다.

한정신[30]에 의하면, 한국 대학생들이 경험하는 스트레스 근원과 장애는 환경에서 오는 것이 가장 높았으며, 환경 다음은 본인, 친구·대인관계, 학교생활, 가정생활 등의 순서로 나타났다. 특히 학교생활의 영역에서는 진로문제, 학사문제, 적응 등의 순으로 스트레스가 높은 것으로 보였으며 여기에서 진로문제는 졸업 후 미래의 불안 등을 의미한다.

2. 연구방법

2.1 자료 수집 및 분석방법

본 연구는 대학생의 통제소재 및 취업스트레스를 중심

으로 관련 선행연구를 고찰, 사전조사를 실시하여 이를 토대로 설문지를 제작하였다. 표본추출방법 비확률표본추출법(nonprobability sampling)의 유형 중 편의표본추출(convenience sampling)을 하였다.

이 연구를 위한 설문조사는 2011. 10. 5~10. 20까지 15일 동안 실시하였으며 설문대상은 서울과 수도권 및 지방의 4년제 대학생을 대상으로 하였다. 총 550부의 설문지를 배포하여 480부가 회수되었고 이 중에서 누락된 응답이 많은 경우와 부적절한 대상을 제외한 나머지 총 430명의 데이터를 분석하였다.

수집된 자료는 SPSSWIN 18.0을 이용하여 분석하였으며, 각 변수에 대한 분석방법은 다음과 같다. 조사 대상자의 일반적 특성에 대하여 빈도와 백분율을 구하는 빈도 분석을 실시하였다. 측정도구의 구성개념 타당성을 검토하기 위하여 Varimax 회전방법에 의한 요인분석을 실시하였고, 통제소재와 취업스트레스 요인의 신뢰도를 검증하기 위하여 문항내적 일치도를 측정하는 Cronbach's α 계수를 이용한 신뢰도 분석을 실시하였다. 취업스트레스에 대한 제 변수들의 상대적인 영향력을 알아보기 위하여 회귀분석(regression analysis)을 실시하였으며, 통제소재와 취업스트레스의 상관관계를 알아보기 위해 상관관계(correlation)분석을 실시하였다.

2.2 변수의 조작적 정의

가설검증을 위한 각 연구변수들의 조작적 정의와 측정 항목을 살펴보면 다음과 같다.

통제소재를 측정하는 연구에 사용된 도구는 Rotter[12]가 제작한 Internal-External Control Scale을 우리나라 현실에 맞게 수정하여[2, 19, 20, 21] 다시 제작한 것을 연구자가 연구목적에 맞게 수정·보완하여 사용하였으며, 취업스트레스는 황성원[18]의 취업스트레스 척도를 수정한 [3, 4] 취업스트레스 척도 및 구성요인을 재해석하여 연구목적에 맞춰 재구성하여 사용하였다.

본 연구에서 설문지는 조사 대상자의 통제소재와 취업스트레스를 측정하는 부분으로 문항은 ‘전혀 아니다’ 1점에서부터 ‘매우 그렇다’의 5점까지 Likert 5점 척도로 구성되었으며, 인구통계학적 변인을 확인하는 문항으로 만들었다.

3. 실증분석결과

3.1 표본의 특성

분석에 사용된 일반적인 특성은 표 1과 같다.

[표 1] 일반적인 특성

[Table 1] Characteristics of the sample

구 분		표집수	%
성별	남	213	49.5
	여	217	50.5
학년	1학년	58	13.5
	2학년	125	29.1
	3학년	87	20.2
	4학년	160	37.2
전공계열	인문사회계열	133	30.9
	경상계열	151	35.1
	이·공과계열	118	27.4
	예체능계열	28	6.5
적성과 전공일치	일치	292	67.9
	불일치	138	32.1
전공과 취업준비 직장일치	일치	263	61.2
	불일치	167	38.8
아버지학력	중졸이하	35	8.1
	고졸	173	40.2
	전문대졸	49	11.4
	대졸이상	173	40.2
어머니학력	중졸이하	61	14.2
	고졸	233	54.2
	전문대졸	37	8.6
	대졸이상	99	23.0
학교 소재지	서울 및 수도권	253	58.8
	비수도권	177	41.2

3.2 측정도구의 신뢰성 및 타당성 검증

대학생의 통제소재와 취업스트레스에 대한 50문항을 만들어 30명을 대상으로 pre-test를 실시하여 타당성 검증을 거친 47개의 문항으로 설문지의 문항은 표 2와 표 3 같이 설문지를 구성하였다.

대학생의 통제소재를 측정하기 위한 변인은 외적 통제소재 6문항, 내적 통제소재 7문항 등으로 구성하였다. 또한 취업스트레스를 측정하기 위한 변인은 환경적 스트레스 9문항, 신체적 스트레스 7문항, 심리적 스트레스 6문항, 예민 행동 스트레스 4문항 등으로 구성하였다. 그리고 개인특성변인 8문항으로 구성하였다.

본 연구에서는 측정도구의 구성개념 타당성을 확보하기 위하여 요인분석(factor analysis)을 사용하였는데, 본 연구에서는 요인회전 방법으로는 요인들 간의 상호독립성을 유지하여 회전하는 방법인 직각회전(varimax rotation)방식을 택하였다.

[표 2] 통제소재 요인분석

[Table 2] Locus of Control Factor analysis

문항	외적	내적
취업 시 학교수준과 인맥의 영향력	.72	
경력자 선호	.72	
청년실업은 장기적인 현상	.72	
면접 시 호감 가는 외모 선호	.67	
경기가 나빠 안정적인 직장취업이 불투명	.60	
운이 중요함	.57	
노력만하면 원하는 직장에 취업가능		.74
계획을 잘짜서 실천하면 취업에 도움이 됨		.66
잘 사느나는 열심히 일한 정도		.63
전공과 취업관련 교육의 도움		.59
준비하면 곧 취업이 된다		.54
어학연수를 안가도 노력하면 가능		.51
자책감이 있어 취업에 도움이 됨		.44

주: 요인 부하량이 높은 문항의 순으로 제시함.

[표 3] 취업스트레스 요인분석

[Table 3] Stress towards Employment Factor analysis

문항	환경	신체	심리	예민행동
다른 학교에 비해 서류전형 불리	.66			
취업하기 어려운 현실	.65			
다른 학교에 비해 취업정보 부족	.65			
취업경쟁에 불편	.64			
취업경쟁을 벗어나고 싶다	.63			
취업문제에 예민	.60			
취업문제로 변해감	.59			
좋은배경 가진사람만 취업문이 열림	.54			
가족들 실망할까 적성상관없이 취업	.52			
입맛의 정도		.75		
취업경쟁에 얼굴에 열이 남		.74		
음식물 소화의 정도		.69		
발이나 다리를 땀		.69		
취업경쟁에 눈물이 남		.63		
압박감		.50		
안절부절		.49		
취업을 못할 경우 모멸감			.74	
남에게 비웃음을 느낌			.60	
모임에도 기피함			.60	
두려움			.59	
거칠어짐			.44	
비난			.44	
부모님 얼굴 뵈기도 민망함				.71
생각하기도 싫다				.64
끔찍함				.63
초초함				.50

주: 요인 부하량이 높은 문항의 순으로 제시함.

[표 4] 신뢰도 분석

[Table 4] Reliability analysis

변인	인	문항수	Cronbach's α
통제소재	외적 통제소재	6	.75
	내적 통제소재	7	.70
취업스트레스	환경적	9	.88
	신체적	7	.82
	심리적	6	.82
	예민 행동	4	.74

3.3 통제소재가 취업스트레스에 미치는 영향력

취업스트레스에 대한 제 변수들의 상대적인 영향력을 분석하기 위하여 회귀분석(regression analysis)을 실시하였다.

회귀분석 결과 외적 통제소재의 특성을 가진 대학생은 환경적, 신체적, 심리적, 예민 행동 등 모든 요인에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 내적 통제소재의 특성을 가진 대학생은 환경적요인과 심리적인 요인에서만 영향을 받는 것으로 확인되었다.

[표 5] 통제소재가 취업스트레스에 미치는 영향

[Table 5] Results of the analysis on whether the locus of control has effect on stress

변인	변수	B	SE	β	t(p)
환경적 스트레스	(상수)	.47	.28		1.65
	외적통제소재	.94	.05	.65***	18.31
	내적통제소재	-.23	.05	-.17***	-4.74
	Adj R ² =.49 F=201.79 p<.001				
신체적 스트레스	(상수)	1.32	.36		3.68
	외적통제소재	.35	.07	.26***	5.47
	내적통제소재	.05	.06	.04	.76
	Adj R ² =.07 F=14.98 p<.001				
심리적 스트레스	(상수)	1.20	.33		3.68
	외적통제소재	.70	.06	.49***	11.85
	내적통제소재	-.19	.06	-.14**	-3.39
	Adj R ² =.29 F=86.28 p<.001, p<.01				
예민행동 스트레스	(상수)	2.37	.26		9.04
	외적통제소재	.56	.05	.50***	11.76
	내적통제소재	-.07	.05	-.07	-1.60
	Adj R ² =.26 F=76.52 p<.001				

외적 통제소재의 대학생은 외부조건인 영향을 많이 받아서 경기불황이나 기업의 채용여건, 학교 취업률 등에 영향을 많이 받기에 이러한 결과가 나타난 것으로 보여

지며, 내적 통제소재를 가진 대학생은 주변의 여건보다는 자신의 노력 여하에 취업의 결과가 달라진다고 생각하기 에 취업스트레스의 영향을 덜 받는 것으로 드러났다.

이와 같은 연구결과는 [17]의 내적 통제소재의 특성을 지닌 사람은 원인을 능력과 노력으로 지각하고 외적 통제소재의 특성을 가진 사람은 원인을 운으로 지각하는 연구결과와 같게 나타났다. 외적 통제소재와 내적 통제소재 중 외적 통제소재의 대학생이 취업스트레스를 더 많이 받는 것으로 확인되어, 그 결과 가설1과 가설2 모두 채택되었다.

3.4 통제소재와 취업스트레스의 상관분석

외적 통제소재를 가진 대학생은 환경적·신체적·심리적·예민 행동 스트레스에 정적인 영향력을 나타내고 있으며, 반면 내적 통제소재를 가진 대학생은 환경적·신체적·심리적·예민 행동에서 부적인 영향력을 보여주고 있다.

[표 6] 통제소재와 취업스트레스의 상관관계
[Table 6] Correlation of the analysis on the locus of control has effect on stress

	외적	내적	환경	신체	심리	예민 행동
외적	1.00	-.19**	.68**	.25**	.52**	.51**
내적		1.00	-.29**	-.01	-.23**	-.16**
환경			1.00	.53**	.72**	.57**
신체				1.00	.54**	.38**
심리					1.00	.56**
예민 행동						1.00

**p<.01

그 결과 외적 통제소재를 가진 대학생이 내적 통제소재를 가진 대학생보다 스트레스를 더 많이 받는 것으로 Davis·Phares·Ducette·Wolk [28, 29]의 연구결과와 같은 결과를 얻었다. 내적 통제소재를 지닌 사람은 외적 통제소재를 지닌 사람에 비하여 문제를 해결하기 위한 정보를 능동적이며 효율적으로 추구하고 나아가 모호한 상황에서부터 정보법칙을 빨리 알아내어 이를 문제 해결에 이용한다.

Blanchard-Fields[17]는, 내적 통제소재를 지닌 사람은 외적 통제소재를 지닌 사람보다 욕구가 좌절된 상황에서 도 건설적으로 반응하고 의사결정에 더 많은 시간을 소요하며 곤란을 극복하려는 경향을 나타낸다.

일반적으로 내적 통제소재를 지닌 대학생은 외적 통제

소재를 지닌 대학생보다 성취 수준이 높고, 자기 강도가 높으며 욕구 불만을 참을 줄 아는 능력이 크다고 하겠다.

4. 결론 및 논의

지금까지의 연구가 취업스트레스와 관련해서 자아존중감, 사회적지지, 자기효능감, 성격특성, 그 외 정신건강과 신체적 증상 등에 초점을 맞춘데 반해 본 연구는 통제소재가 취업스트레스에 미치는 영향력을 실증적으로 구명했다는 점에서 의의가 있다. 그 결과는 다음과 같다.

첫째, 외적 통제소재의 특성을 가진 대학생은 환경적, 신체적, 심리적, 예민 행동 등 모든 요인에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 내적 통제소재의 특성을 가진 대학생은 환경적요인과 심리적인 요인에서만 영향을 받는 것으로 확인되었다.

둘째, 외적 통제소재를 가진 대학생은 환경적·신체적·심리적·예민 행동 스트레스에 정적인 영향력을 나타내고 있으며, 반면 내적 통제소재를 가진 대학생은 환경적·신체적·심리적·예민 행동에서 부적인 영향력을 보여주고 있다.

Levenson[27]의 내적 통제소재를 가진 사람은 외적 통제소재를 가진 사람보다 스트레스를 느끼는 정도가 낮아서 보다 적극적인 과업지향 행동을 한다는 연구결과를 반영한다는 연구결과와도 부합되었다.

본 연구에서도 외적 통제소재를 가진 대학생이 취업스트레스를 더 많이 받는 것으로 나타나 통제소재가 취업스트레스를 줄이는 중재적 역할을 하는 것임을 알 수 있었다.

내적 통제소재가 높은 대학생은 취업을 준비할 시간이 부족하다는 것에 취업스트레스를 많이 느꼈고, 외적 통제소재가 높은 대학생은 취업할 때 자신이 믿고 의지할 선배나 지인이 자신이 원하는 직무에 종사하지 않아서 정확한 정보를 줄 수 없다는 것과 자신이 원하는 관련 직무에 종사하는 멘토의 부재에서 취업스트레스를 많이 받았다.

내적 통제소재가 높은 대학생은 취업 준비기간을 늘리기 위해 휴학과 졸업유예라는 방법을 통하여 졸업을 늦추고 있다. 학교를 졸업하면 취업시장에서 불리하다는 생각에 일부러 졸업학점을 채우지 않고 낙제를 받으려고 교수님을 찾아가는 상황이다. 이러한 현상은 통계청 자료로 확인되는데 2011년 5월 경제활동인구조사 청년층 및 고령층의 부가조사[26]를 보면 4년제 대학 재학생만 놓고 보면 졸업까지 필요한 기간이 5년 3개월로 조사됐다. 남학생은 6년5개월(군복무기간 포함), 여학생은 4년5개월이었다. 남학생과 여학생 모두 한 학기 정도 늦춰서 졸업

을 한다는 결과이다.

현재 우리 대학 4학년 100명을 대상으로 설문조사를 실시한 결과 78%의 학우들이 취업으로 인해 스트레스를 받는다고 한다. 또한, 54%는 스펙중후군까지 앓고 있다. 스펙중후군이란 취업에 도움이 되는 학력, 외국어 점수, 학점, 자격증 등의 조건이 좋으면 취업에 성공할 수 있다는 강박관념 증상이다. 뿐만 아니라 자신의 스펙이 부족해 취업에 실패한다는 생각을 가지고 더 좋은 스펙을 얻기 위해 몰두하는 사람도 있다. 그 예로 편입학을 통해 학벌을 높이려고 하는 ‘에스컬레이터족’과 토익이나 취업 등 유명강좌를 찾아다니는 ‘강의 노마드족’을 들 수 있다.

20대 청년들이 그들의 열정을 마음껏 펼쳐야 할 시기임에도 불구하고 사회로 나가지 못하고 있다는 것은 한창 일을 해서 사회의 원동력이 되어야 할 때에 자신의 역할을 제대로 수행하지 못한다는 스스로의 자괴감에 빠지기 쉽다. 뿐만 아니라 주위에서 직·간접적으로 압박을 가하기 때문에 취업으로 인한 스트레스는 좀처럼 줄어들지 않는 게 현실이다. 또한, 대부분의 취업준비생들은 약간의 우울증을 겪고 있으며 쉽게 숙면을 취하지 못하고 심하면 자살 충동도 느끼게 된다.

날이 갈수록 어려워지는 취업환경에 벅장 끝에 내몰린 젊은이들이 최근 잇따라 자살이라는 극단적 선택을 하고 있다. 구직 실패로 인한 좌절감에서 비롯된 ‘미취업 스트레스 증후군’을 극복하지 못한 경우가 대부분이다. 하지만 뾰족한 해결책을 내놓지 못하는 정부와 미취업자를 실패자로 낙인찍는 사회적 풍토가 맞물려 빚은 ‘사회적 타살’이라는 분석도 나온다. 미취업자를 대상으로 하는 스트레스 예방 프로그램 등 대책 마련이 절실하다는 지적이 높다.

적당한 양의 스트레스를 관리하기 위해서는 우선 심리적 여유를 가지고 자신감을 회복해야 한다. 자신의 실패에 우울해져 있지만 말고 부족한 점을 냉정하게 분석해 보완하는 것이 좋다. 또한, 무작정 도서관에서 공부하기 보다는 미리 직장인의 소양과 능력을 갖추기 위해 인턴 프로그램에 참여하면 대인관계와 직무경험에서 도움 받을 수 있다. 점점 길어지는 구직기간에 초조해 하지 말고 인재가 되기 위해 노력하는 시간이라고 당당하게 여긴다면 어느 정도 심적으로 안정감을 찾을 수 있을 것이다.

취업 스트레스를 완벽하게 해결할 수 있는 방법은 딱한 가지 취업하는 길뿐이다. 그러므로 취업에 성공하기 전까지 최소한의 스트레스를 받는 것이 관건이며 스트레스를 잘 관리하도록 하여, 대학에서는 학생들의 취업준비를 체계적으로 할 수 있도록 학생들의 요구에 발맞추어 실무와 관련된 전문 자격증 취득 강좌 개설 및 직장체험

프로그램 운영, 해외 문화 체험단 파견, 봉사활동 학점 이수제 등 다양한 취업지원 프로그램을 지원해야 한다.

학생들의 참여도를 높이려면 취업지원 프로그램을 통하여 막연하게 자신의 진로를 생각하는 학생들에게 적성, 흥미, 직업선호도, 성격유형, 가치관 등의 검사 및 상담을 통해 자신이 원하는 직업이나 잘 할 수 있는 직업의 종류를 알아보도록 한다. 입사 서류전형 준비, 이력서와 자기소개서 작성 클리닉을 받도록 하고 선배와의 대화를 통한 멘토링 활동을 육성 지원하며, 기업의 채용설명회와 취업동아리 지원, 창의적인 대외활동, 공모전, 인턴 등의 지원방향을 모색하는 것이 바람직하다.

본 연구에서 통제소재가 취업스트레스에 중재자 역할을 할 수 있다고 언급하였다. 이를 바탕으로 앞으로 취업스트레스를 적절히 조절할 수 있는 관련 연구가 양적·질적으로 다양하게 이루어져야 할 것이다.

References

- [1] Kim, Bong Min, "Stress Factor with College Students and Relation Analysis between Relevant Variables", *Journal of Student Guidance*, vol. 10, No. 1991.
- [2] Ha, Yoo Jin, "(The) relationship among self-esteem, internal locus of control, and psychological well-being : focusing on males and females in their 20s and 30s", MA. Thesi, Education Yonsei University, 2007.
- [3] Kang Yoo Ri, "The Influence of Jobs seeking Stress on Their Career Maturity Dance Majoring Students", MA. Thesi, Dankook University, 2006.
- [4] Lee, Mi Sook, "A Study on the Employment Stress Scale", MA. Thesi, Education Kyungpook National University, 2011.
- [5] Lee, Hoon Koo & Chun, Woo Young, "The Determinants of the Subjects' Evaluation and Perception of Groups in Illusory Correlation Paradigms", *Journal of Social and Personality Psychology*, vol. 6 pp. 58-72, 1991.
- [6] Lee, Seoung Hee & Chang, Im Won, "Study on Anxiety and Control-locus of Vocational Girls' Highschool Students", *Chung-Ang journal of medicine*, vol. 15, No.3, 1990.
- [7] Cheong, Hae Eun, "A survey on the Employment Stress of the Osan College Studen", *Journal of Student Guidance*, vol. 9, 2000.
- [8] Shin, Hyun Kyun & Chang, Jae Yoon, "The relationship among personality characteristics, gender, job-seeking

- stress and mental health in college seniors", *The Korean Journal of Clinical Psychology*, vol. 22, No.4, pp 815-827, 2003.
- [9] Park, Kyung Ran, "Employment Stress and Depression in College and University Seniors", MA. Thesis, Catholic University, 2006.
- [10] Min, Ha Young & Yoo, An Jin, "The Effects of Perceived Parental Behavior and Coping Behaviors on Parent - Related Stress in School Aged Children", *Journal of the Korean Home Economics Association*, vol. 37, No. 9, pp. 1-12, 1998.
- [11] Lee, Sun Joo, "Study on the Relationship between Trait-Anxiety, Locus of Control and Stress Coping Style : A focus on High School Student", MA. Thesis, Ewha Womans University, 1995.
- [12] Rotter, J. B. "Internal versus external control reinforcement", *American Psychologist*, 45(4), pp. 489-493, 1966.
- [13] Song, Dal Ho, "Study on the effect of self-esteem, locus of control, and failure tolerance for stress coping behavior", Education Ewha Womans University, 2002.
- [14] Kim, Ok Ju, "The Influence of the Collective Counsel Program by The Realistic Cure on The Degree of Internal and External Control and The Degree of Self-Respect in Junior High School Unadaptive Girls", Catholic University of Daegu, 2003.
- [15] Lazarus, R. S., & Folkman, S. "Stress, appraisal, and coping". NY: Springer, 1984.
- [16] Folkman, S. "Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis". *J. of Personality and Social Psychology*, 46(4), pp. 839-852, 1984.
- [17] Blanchard-Fields, F., & Irion, J. C. "The relation between locus of control and coping in two contexts: Age as a moderator variable" *Psychology and Aging*, 3, pp. 197-203, 1988.
- [18] Hwang, Seong Won, "A Study on Employment Stress of University Students", MA. Thesis, Dong-A University, 1988.
- [19] Chee, Yeon Kyung, "(The) Locus of Control, Perceptions of Stress in Retirement and Life Satisfaction among the Retirees", MA. Thesis, Ewha Womans University, 1990.
- [20] Kim, Soon Ja, "(A) Study on the Relationship Between the Locus of Control and Degree of Job Satisfaction", MA. Thesis, Education Dong-Guk University, 1999.
- [21] Oh, Seong Man, "A study on the effect on Self-concept and Internal-External Control According to Psychological Environment of Adolescence", MA. Thesis, Education Kyonggi University, 2002.
- [22] Hwang, Mi Goo, "effect of locus of control, job stress and coping strategies on job Satisfaction", PhD Thesis, Hongik University, 2001.
- [23] Lee, Mi Kyong, "Study on the Job stress and career self-efficacy of college students", MA. Thesis, Asia Pacific Graduate School of Theological Studies, 2004.
- [24] Jung, Tae Wook, "Effect analyses on the employment efficacy promoting programme for junior college students", MA. Thesis, Government Kyonggi University, 2004.
- [25] Kim, Kyong Tae, "Comparison between the 4-year college students and the 2-year-college students: The influence of the trait anxiety and the Irrational beliefs on the career decision and the career preparation behavior", MA. Thesis, Chonbuk University, 2003.
- [26] Statistics Korea, Add the Economically Active Population Survey : Youth, Seniors, 2011. 5
- [27] Levenson, H. "Differentiating among internality, powerful other and chance", In Lefcourt ed. *Research with the Control Construct*. 1(1), pp. 15-16, 1981
- [28] Davis, W. L., & Phares, E. J, "Parental Antecedents of Internal-External Control of Reinforcement", *Psychological Report*, Vol.24, pp. 427-436, 1969.
- [29] Duccette, J., & Wolk, s., "Situational Constraint as a moderator of the locus of control adjustment relationship. *Journal of consulting and clinical psychology*, Vol 44, pp. 420-427, 1976.
- [30] Han Jung Sin, "Studies from other regions of college students adjusting to college life", *Sookmyung Women's University Journal of Student Guidance*, vol. 17, pp. 55-76, 1991.

윤성원(Sung-Won Yun)

[정회원]



- 2009년 2월 : 경기대학교 대학원 직업학전공 (직업학석사)
- 2010년 3월 ~ 현재 : 경기대학교 교양학부 외래강사
- 2010년 3월 ~ 현재 : 경기대학교 Kup Dream Team 연구원
- 2010년 3월 ~ 현재 : 경기대학교 직업학과 박사과정

<관심분야>

성격심리, 비교심리, 직업발달사

김 기 승(Ki-Seung Kim)

[정회원]



- 2009년 2월 : 경기대학교 대학원
직업학전공 (직업학석사)
- 2011년 2월 : 국제문화대학원대
학교 미래사회교육전공 (교육학
박사)
- 2003년 3월 ~ 현재 : 한국선천
적성평가원 책임연구원
- 2011년 3월 ~ 현재 : 국제문화
대학원대학교 선천적성상담교육
전공 전임교수

<관심분야>

직업정보, 직무분석, 선천적성,