

# 대학 신입생의 대인관계 형성, 우울, 학업 적응 간의 관계

김진영\*

\*목원대학교 교수학습센터 교수 jykewha@hanmail.net

## The Relationships Among Interpersonal Relationship Formation, Depression, and Academic Adjustment in College Freshmen

Jin-Young Kim\*

\*Dept. of Center for Teaching & Learning, Mokwon University

### 요약

본 논문에서는 대학 신입생들의 대학에서 대인관계 형성, 우울, 학업 적응과의 관계를 분석하여 신입생 지도를 위한 시사점을 제공하고자 한다. A대학 신입생 601명의 자료를 분석한 결과 대학에서 대인관계 형성과 우울은 부적 상관( $r=-.346, p<.01$ ), 대인관계 형성과 학업 적응은 정적 상관( $r=.586, p<.01$ )을 보이는 것으로 나타났다. 대학 신입생들이 대학에서 대인관계 유대를 잘 맺고 있다고 느끼는 정도나 대인관계 형성 기술 정도는 그들의 학업 적응에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났으며 34.3%의 설명력을 보였다. 대인관계 형성과 우울이 학업 적응에 대한 설명력은 42.9%로 나타나 우울 또한 학업 적응에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 대학 신입생들의 대학에서 대인관계 형성과 학업 적응의 관계에서 우울은 부분매개효과를 가지는 것으로 나타났다. 코로나 팬데믹을 거치면서 대인관계 형성에 어려움과 우울감을 느끼는 학생들이 증가하고, 이는 학업 적응에 영향을 미치게 되고 학업에 적응하지 못하는 학생들은 중도 탈락의 가능성이 높은 것이 현실이다. 이에 대한 방안으로 학생들이 동료, 선후배, 교수자와 가까운 유대관계를 형성할 수 있는 기회를 제공하는 것이 필요하다. 학생들이 동료와 유대관계 형성을 위한 교수 방법을 활용할 경우, 교수자는 도출될 수 있는 동료 간의 갈등 상황에 대한 이해와 해결 방안을 고려해야 한다. 신입생들에게 비교과 프로그램 등을 통해 대인관계 기술을 익히고 연습할 수 있는 기회를 제공하는 것이 필요하다. 본 연구를 통해 확인한 우울과 학업 적응과의 관련성을 고려할 때 대학에서 입학 초기부터 학생들의 우울에 더 적극적으로 관심을 가질 필요성을 시사한다.

방소재 대학이 더 심각하다. 지방 소재 국립대학의 중도 탈락률을 조사한 연구에서 2017년 5.4%에서 2021년 6.0%로 증가하였다[3]. 같은 연구에서 대학생의 중도 탈락 집단과 학업 유지 집단의 학업 성취는 집단 간에 유의미한 차이를 보이는 것으로 나타났다. 대학 신입생의 대학 생활 적응에 관한 연구에서 전공선택 동기, 자기주도 학습능력, 학업적 자기효능감 중 학업적 자기효능감이 가장 큰 영향을 미치는 변인으로 나타났다[4]. 이러한 연구 결과는 대학생의 학업 적응이 중도 탈락을 설명하는 유의미한 변인이 될 수 있음을 시사한다. 중도 탈락을 예방해야 하는 대학에서는 학생들의 학업 적응과 관련된 변인에 관심을 집중해야 하는 상황이다.

대학에서 학업 적응에 영향을 미치는 학습자 변인 중 우울은 학업 적응에 영향을 미치는 중요한 변인으로 지적되고 있다. 우울 수준이 높은 집단의 학업 성취도가 우울 수준이 낮은 집단보다 유의하게 낮은 것으로 나타났다[5]. 우울은 학업 적응을 포함한 대학 생활 적응에 부적적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다[6]. 또한 우울은 정의적 학습행동이 학업 적응과의 관계

### 1. 서론

최근 대학의 주요 관심사 중 하나는 재학생의 중도 탈락을 방지하는 것이다. 대학교육협의회 분석에 따르면 2022년 사립대학 정원내 입학자 수는 232,159명으로 2012년 264,729명 대비 32,570명이 감소되었으며, 2021년 사립대학 중도 탈락 학생 수는 2011년 대비 0.7% 증가한 것으로 나타났다[1]. 저출산으로 인한 입학생 감소가 현실로 나타나고 있으며 대학에 입학한 학생들이 학교에 적응하지 못하고 중도에 이탈하는 현상이 증가하고 있음을 보여주고 있다. 중등교육에서 자신의 적성과 진로에 대해서 충분히 고민하고 탐색하여 대학을 결정하기 어려운 현실은 대학 입학 이후 학업 지속에 부정적인 영향을 미치고 편입이나 재수 등으로 이어지고 있다[2].

대학생의 중도 탈락률 증가는 서울 및 수도권 대학에 비해 지

에서 매개적 변인으로 작용하는 것으로 나타났다[7].

고등학교와는 전혀 다른 학습환경에 적응해야 하는 대학 신입생의 경우 사회적인 관계에 어려움을 겪을 가능성이 높다. 특히 코로나 19를 거치면서 LMS를 통해 동료 및 교수자와 대면 상호작용 없이 원격교육을 받아온 학생들은 대학에서의 관계 맺기에 어려움이 예측되고 이러한 대인관계 형성이 학업 적응에 영향을 미칠 것이 예상된다. 입학자원의 감소와 학교 이동 등으로 재학생의 중도 탈락이 증가하는 상황에서 대학은 입학생 확보와 더불어 재학생이 학업을 지속할 수 있도록 적극적인 지원이 필요한 상황이다. 특히 신입생인 1학년 때부터 학교와 학업에 잘 적응할 수 있도록 지원하는 것이 무엇보다 중요하다. 따라서 본 연구에서는 대학 신입생의 학업 적응 지원을 위한 변인을 확인하고 이를 통해 중도 탈락 방지와 학업 지원을 위한 시사점을 얻고자 한다.

구체적인 연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 대학 신입생의 대인관계 형성, 우울, 학업 적응의 관계는 어떠한가?

둘째, 대학 신입생의 대인관계 형성, 우울은 학업 적응에 영향을 미치는가?

셋째, 대학 신입생의 대인관계 형성과 학업 적응에서 우울은 매개적 역할을 하는가?

## 2. 연구 결과

### 2.1 대학 신입생의 대인관계 형성, 우울 및 학업 적응 간의 상관관계

주요 변인들의 상관관계는 <표 1>과 같다. 대학 신입생의 대인관계 형성과 우울은 부적 상관( $r = -.346, p < .01$ )을 보였다. 즉 대학에서 가까운 대인관계 유대를 맺고 있거나 대학에서 잘 어울려 지낼 만큼 대인관계 기술을 가지고 있다고 느끼는 것과 우울은 부적 상관을 가지는 것으로 나타났다. 우울과 학업 적응 또한 부적 상관( $r = -.486, p < .01$ )을 보여서 대학에서 공부하는 것이 즐겁다거나 공부를 열심히 하는 등의 학업 적응과 우울은 부적 상관을 보이는 것으로 나타났다.

표 1. 측정 변인 간 상관관계수 및 기술 통계 n=601

	대인관계 형성	우울	학업 적응
대인관계 형성	1		
우울	-.364**	1	
학업 적응	.586**	-.486**	1
M	7.23	16.33	36.42
SD	2.09	7.54	6.03

\*\* $p < .01$

### 2.2 대학 신입생의 대인관계 형성과 우울이 학업 적

### 응에 미치는 영향

대학 신입생의 대인관계 형성과 우울이 학업 적응에 미치는 영향을 확인하기 위해 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 독립변인 간의 다중공선성을 확인하기 위한 분산팽창계수(VIF), Durbin-Watson 계수를 확인 한 결과, 다중공선성 기준인  $r = .08$ 미만, VIF는 1.000~1.153 Durbin-Watson 계수 2.027로 자기회귀현상이 존재하지 않음을 확인하였다. 대학 신입생의 대인관계 형성, 우울이 학업 적응에 미치는 영향력을 확인한 결과는 <표 2>와 같다. 먼저, 대학 신입생의 대인관계 형성이 학업 적응에 미치는 영향력은 유의미한 것으로 나타났고 그 설명력은 34.3%였다( $F = 313.275, p = .001$ ). 다음으로 대인관계 형성과 우울이 학업 적응에 대한 설명력을 살펴본 결과 42.9%로 증가하였다( $F = 224.653, p < .001$ ).

표 2. 대인관계 형성, 우울이 학업 적응에 미치는 영향 n=601

구분	학업 적응			
	Model 1		Model 2	
	B	$\beta$	B	$\beta$
대인관계 형성	1.769	.586***	1.424	.472***
우울			-.263	-.314***
F	313.275***		224.653***	
R <sup>2</sup>	.343		.429	
$\Delta R^2$	.342		.427	

\*\*\* $p < .001$

### 2.3 대학 신입생의 대인관계 형성과 학업 적응의 관계에서 우울의 매개효과

대학 신입생의 대인관계 형성과 학업 적응의 관계에서 우울의 매개효과 검증 결과는 [그림 1]과 같다. 대학 신입생이 대학에서 대인관계 형성이 학업 적응에 미치는 영향이 통계적으로 유의하였으며( $\beta = .586, p < .001$ ), 대인관계 형성과 매개변인인 우울의 회귀계수가 통계적으로 유의하였다( $\beta = -.486, p < .001$ ). 신입생의 대인관계 형성과 우울을 동시에 투입한 결과 대인관계 형성  $\beta$ 값이 .586에서 .472로 감소하여 부분매개효과를 확인하였다. 대학 신입생의 대학에서 대인관계 형성이 학업 적응에 직접 영향을 미치기도 하지만 우울을 통해 간접적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

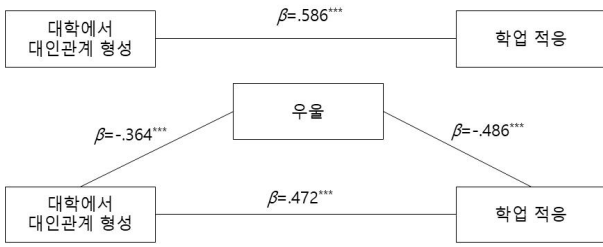


그림 1. 대인관계 형성과 학업 적응에서 우울의 매개효과

### 3. 결론 및 논의

코로나 팬데믹을 거치면서 대인관계 형성의 어려움과 우울감을 느끼는 학생이 증가하고 있어서 각 대학의 학생상담센터 등에서 이에 대해 관심과 상담프로그램을 운영하고 있다. 실제로 수업 중 휴식 시간에 학생들은 동료와 이야기를 나누기보다는 각자 핸드폰을 보면서 시간을 보내는 것을 강의실에서 확인할 수 있다. 이러한 현상은 중등교육과는 전혀 다른 교육 환경과 동료나 선후배, 교수자와 유대감이 형성되기 어려운 대학 신입생들에게 더 심각한 결과를 초래할 수 있다. 즉, 대학에서 대인관계 형성이 학업 적응 더 나아가 학교적응에 어려움을 줄 수 있고, 이는 중도 이탈로 연결될 수 있기 때문이다.

본 연구를 통해 확인한 결과를 보면, 대학 신입생이 대학에서 대인관계를 잘 형성하는 것은 학업 적응에 유의미한 영향을 미칠 수 있고 그 설명력은 34.3%였다. 대인관계 형성에 우울을 더한 결과 학업 적응에 대한 설명력은 42.9%로 증가하였다. 대학 신입생의 대인관계 형성, 우울, 학업 적응의 관계에서, 대학에서 대인관계 형성이 학업 적응에 직접 영향을 미치기도 하지만 우울을 통해 간접적인 영향을 미치는 것을 확인할 수 있다. 따라서, 대학 신입생의 학업 적응을 도와 줄 수 있는 방안으로 그들이 동료, 선후배, 교수자와 유대관계를 잘 형성할 수 있도록 다양한 기회를 제공해 주는 것이 필요함을 알 수 있다.

대학 수업에서 동료관계 형성과 의사소통역량 강화를 위해서 팀과제 등 동료와 함께하는 교수방법을 활용할 때, 의도하지 않은 결과를 초래할 수 있다. 학생들은 팀과제를 통해 동료와 갈등이 생기고 그 갈등으로 인해 오히려 동료와 멀어지고 유대감을 형성하지 못하는 경우가 발생할 수 있음을 고려해야 한다. 무임승차 등 갈등이 발생할 수 있는 부분에 대해 교수자가 해결책을 제시하는 등 교수자의 세심한 수업설계가 필요하다. 또한 신입생들에게 비교과 프로그램 등을 통해 대인관계 기술을 익히고 연습할 수 있는 기회를 제공하는 것이 필요하다.

대학입시에 시달리는 청소년과 신입생인 1학년부턴 취업 스트레스를 느끼는 대학생의 우울은 우리나라에서 더 이상 뉴스거리도 아닌 상황이 되었다. 본 연구를 통해 확인한 우울과 학업 적응과의 관련성을 고려할 때 대학에서는 입학 초기부터 학생들의 우

울에 더 적극적으로 관심을 가져야 함을 시사한다.

#### 참고문헌

- [1] 대학교육협의회(2023). 대교협, 학생 미충원에 따른 사립대학 재정 손실 분석. <https://www.kcue.or.kr/news/sub02/sub01.php?at=view&idx=24128>
- [2] 김성식(2008). 대학생들의 학업중단 및 학교이동에 대한 탐색적 분석: 대학선택 요인과 대학생활 만족도 영향. *교육연구*, 35(1), 227-249.
- [3] 최윤희(2023). 대학생의 중도탈락 예측 요인 탐색. *한국콘텐츠학회논문지*, 23(6), 377-387.
- [4] 원주연(2022). 대학 신입생들의 전공선택 동기, 자기주도 학습능력, 학업적 자기효능감이 대학생활적응에 미치는 영향. *학습자중심교과교육연구*, 22(2), 89-104.
- [5] 김경령, 서은희(2018). 대학생의 우울수준에 따라 학업성취도에 영향을 미치는 학업적 정의적 특성의 차이 연구. *학습자중심교과교육연구*, 18(21), 237-257.
- [6] 서명옥, 강운심, 최보영(2020). 사회적지지, 자기격려, 우울, 학업소진에 대학생활적응에 미치는 영향: 국내 대학생과 한국인 해외유학생의 비교. *학습자중심교과교육연구*, 20(20), 537-557.
- [7] 김진영(2022). 코로나19 상황에서 대학생의 정의적 학습행동, 우울과 학업적 적응과의 관계: 우울의 매개효과를 중심으로. *지식과교양*, 9, 29-45.