

대학교 신입생의 삶의 만족도에 대한 영향요인

도은영¹, 홍연란²

¹광주여자대학교 간호학과 교수, ²순천대학교 간호학과 교수

Factors Influencing Life Satisfaction of First Year University Students

Eun Young Do¹, Yeon Ran Hong²

¹Professor, Department of Nursing, Gwangju Woman's University, Gwangju; ²Professor, Department of Nursing, Suncheon National University, Suncheon, Korea

Objectives: The purpose of this study was to investigate the influence of psychosocial factors and addiction-related factors on the life satisfaction of college freshmen. **Methods:** This study used the data of 212 first-year college students from the survey on the actual condition of addiction conducted by the B Addiction Management Integrated Support Center in G Metropolitan City in 2017. **Results:** Life satisfaction of college students was found to have an inverse correlation with smartphone addiction and depression, and there was a correlation between life satisfaction and social support. As a result of analyzing the variables affecting the life satisfaction of freshmen in college, social support, school life satisfaction, depression, economic level, and smartphone addiction were in the following order. **Conclusions:** It is necessary to develop various interventions and related programs for the prevention of problems related to psychosocial and addiction issues in order to improve life satisfaction of university freshmen.

Key words: Universities, Freshmen, Life, Satisfaction

서론

대학생활은 미래의 사회인으로서 진로와 삶의 방향을 고민하고 모색하는 아주 중요한 시기이다[1]. 하지만 우리나라의 경우 고등학교 때 대입 중심의 교육으로 인해 대학생활 적응에 어려움을 겪거나 여러 가지 변화에 스스로 대처하기 힘든 점들이 있다[2]. 또한 이 시기에 정서적 독립과 주변 환경의 변화로 인한 갈등 및 학업의 어려움이 있을 경우 대학생의 삶의 질이나 만족도에 부정적인 영향을 주게 된다[3]. 특히 대학교 신입생 시기의 삶의 만족도는 대학생활의 질뿐만 아니라 취업에도 영향을 미칠 수 있어서 매우 중요하다. 삶의 만족도는 삶의 질에 대한 종합적인 평가로 삶에 대해서 행복감이나 심리적인 만족감을 얼마나 느끼는지에 대한 인지적인 판단과정인데 행복한 상태나 주관

적 안정감이 높은 상태에서는 삶에 대한 만족감이 높고, 정적 정서를 많이 느끼게 된다[4].

대학교 신입생의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인으로는 우울, 사회지도 등의 심리사회적 변인, 성별, 경제수준, 가정생활 만족도, 학교생활 만족도 등의 일반적 특성, 음주, 도박 및 스마트폰 중독 등의 중독 관련 변인들이 있다.

그동안 국내연구에서 대학생을 대상으로 한 삶의 만족도 혹은 삶의 질에 대한 영향요인과 관련된 연구를 살펴보면, 일반적 특성으로는 성별, 학교생활 만족도, 학업능력, 경제 관련 연구가 있었고, 심리사회 변인 중에는 가족생활 스트레스, 대인관계, 생활스트레스, 우울, 자아존중감, 자기효능감, 가족 건강성, 자아탄력성, 사회적 지지관련 연구가 있었다[3,5-8]. 하지만 중독관련 변인 중에는 스마트폰 중독[9] 등으로

Corresponding author: Yeon Ran Hong

255 Jungang-ro, Suncheon 57922, Korea
E-mail: yrhong@suncheon.ac.kr

Received: October 6, 2021 Revised: November 26, 2021 Accepted: November 27, 2021

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

How to cite this article:

Do EY, Hong YR. Factors influencing life satisfaction of first year university students. J Health Info Stat 2021;46(4):442-449. Doi: <https://doi.org/10.21032/jhis.2021.46.4.442>

© It is identical to the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permit unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

© 2021 Journal of Health Informatics and Statistics

연구 방법

매우 제한적이다. 우리나라의 경우 중독문제는 지속적으로 증가하고 있고 상당히 심각한 수준임에도 삶의 만족도와 중독관련 변인과의 관련성에 대한 연구는 거의 없다. 또한 이러한 삶의 만족도 영향요인과 관련된 연구는 지금까지 주로 대학 재학생을 대상으로 이루어졌다. 최근 대학 신입생 모집 및 학생 유지율의 어려움 등으로 대학교 신입생들의 삶의 만족도가 중요시되고 있는데 반해 대학 신입생을 위한 삶의 만족도 관련 연구는 매우 부족한 실정이다.

삶의 만족도에 영향을 미치는 주요인으로 선행연구에 의하면 우울로 파악되었는데 대학생 시기의 우울은 성인기까지 지속될 가능성이 높고 인터넷중독, 알코올 남용과 흡연 등 건강하지 못한 생활습관으로 이어질 수 있다[9]. 심지어는 대학교 신입생의 우울을 조사한 결과에서 새로운 환경 변화에 의한 스트레스, 학비부담, 대학생활 불만족 등으로 인해 전체의 1/3 정도가 평소 우울을 경험하는 것으로 나타났다[5]. 우울 외에 정신건강과도 밀접한 관련을 보이는 사회적 지지는 가족, 친구, 이웃, 이외의 다른 사람에 의해 제공된 다양한 형태의 도움으로 사회적 지지가 높을수록 삶의 만족도가 높은 것으로 나타났다[6,10].

삶의 만족도에 영향을 미치는 심리사회 요인 외에도 중독관련 요소 중 문제음주가 삶의 만족도에 직접적인 영향을 미친다고 하였다[11]. 우리나라의 경우 음주가 빈번한 대학문화와 잘못된 음주관행으로 인해서 매년 대학생 음주사망사고가 발생하고 있고[12], 미국에서도 과도한 알코올 소비가 대학 캠퍼스에서 만연하고 자살행동과도 관련이 있는 공중보건의 문제로 알려져 있다[13].

중독 관련 요소로 문제음주 외에도 스마트폰 중독이 영향을 줄 수 있는 것으로 나타났다[5]. 대학 신입생의 경우 고등학교 때까지는 정해진 틀 안에서 생활하였고 스마트폰 사용에 대한 어른들의 규제가 있었으나 대학 입학 후에는 이러한 규제로부터 자유롭고 쉽게 스마트폰 중독에 노출될 수 있고 과도한 스마트폰 사용은 삶의 질에 영향을 줄 수 있다.

뿐만 아니라 도박을 하기 위해 사행산업시설을 이용하는 대상자와 단도박 전문상담센터, 병원, 단도박자조모임 이용자를 대상으로 한 선행연구에 의하면 도박이 심각할수록 삶의 만족도가 낮아지는 것으로 나타났다[14]. 대학생의 경우 인터넷 접근성과 활용성이 높아 불법 도박을 하는 사례가 증가하고 있고 신체적, 정신적으로 부정적인 영향을 미치고 가족과 사회 전반에 악영향을 줄 수 있음에도 불구하고 대학생 도박 문제가 소홀히 다루어지고 있는 실정이다[7]. 실제 전국 남녀 대학생을 대상으로 조사한 결과에서도 도박중독 유병률이 14.3%로 나타나 문제 도박 수준이 상당히 심각한 것으로 나타났다[15].

이에 본 연구는 대학신입생의 일반적 특성, 심리사회적 변인인 우울, 사회적 지지와 중독관련 변인인 음주, 도박 및 스마트폰 중독과 삶의 만족도와의 관련성을 파악하여 향후 대학교 신입생을 대상으로 한 삶의 만족도 향상을 위한 프로그램 개발시 기초자료로 활용하고자 한다.

연구설계

본 연구는 대학교 신입생의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

연구대상

본 연구대상자는 2017년 광주광역시 북구 중독관리통합지원센터 지원 하에 주민들의 중독실태를 파악하기 위해서 수행된 중독실태조사 자료 중 일부를 활용하였다. 표본크기는 G*power 3.1.9 프로그램을 이용하여 연구분석에 사용될 통계적 검정법에 따라 산출하였다. 그 결과 회귀분석에 필요한 적정표본크기는 significance level α 0.05, power 95% medium effect size 0.15로 두고 predictor 12개를 고려하여 산출하였을 때 최소 표본크기가 184명으로 2017년 연구대상이었던 대학생 212명의 코딩자료를 모두 연구자료로 활용하였다.

연구도구

삶의 만족도

삶의 만족도는 Diener et al. [16]이 개발하고, Hong et al. [17]이 변안한 삶의 만족도 척도(Satisfaction With Life Scale, SWLS)로 문항 5개에 7점 척도이며 총점은 35점으로 점수가 높을수록 삶의 만족도가 높다는 것을 의미한다. 도구 개발당시 신뢰도(Cronbach's α)는 0.87, 도구 변역당시 신뢰도는 0.84, 실태조사 시 신뢰도는 0.89이었다.

문제음주

문제음주는 1989년 WHO에서 개발된 알코올사용장애검사(Alcohol Use Disorder Identification Test, AUDIT)를 국내에서 Lee et al. [18]이 변안한 도구로 총 10문항으로, 지난 1년간 개인이 경험한 음주의 빈도와 양을 측정하기 위한 해로움 음주에 관한 질문 3문항, 알코올의존 증상인 내성 및 금단의 유해성 사용에 관한 질문 3문항, 위험한 음주와 관련된 4문항으로 구성되어있다. 점수 범위는 0-40점으로 1-8번 문항은 5점 Likert 척도(0-4점), 9-10번 문항은 3점 Likert 척도(0, 2, 4점)이며, 점수가 높을수록 문제음주가 심각해짐을 의미한다. AUDIT 검사의 문제음주의 절단값은 서양의 경우 8점 미만이고, 한국중독정신의학회에서 제시한 기준에 의하면 정상 음주군(남성 0-9점, 여성 0-5점), 문제 음주군(남성 10-19점, 여성 6-9점), 알코올 사용장애 추정군(남성 20-40점, 여성 10-40점)으로 분류된다. 도구 개발당시 신뢰도는 0.85이었고, 실태조사시 신뢰도는 0.83이었다.

사회적 지지

Zimet et al. [19]이 개발하고 Shin and Lee [20]가 변안한 지각된 사회적 지지 척도(Multidimensional Scale of Perceived Social Support, MSPSS) 5점 척도의 12문항으로 총점은 12-60점까지이다. 가족지지, 친구지지, 특별지지의 세 하위척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 사회적지지 수준이 높은 것을 의미한다. 도구 번역당시 신뢰도는 0.82, 실태조사시 신뢰도는 0.85이었다.

우울

우울은 Radloff [21]가 개발하고 Chon and Lee [22]에 의해 변안된 한국판 역학연구 우울척도(Center for Epidemiology Studies Depression Scale, CES-D)를 측정도구로 총 20문항으로 구성되어 있으며 총점은 0-60점까지이다. 점수가 높을수록 우울의 정도가 높은 것을 의미하는데 0-16점 미만은 정상, 16-20점 보통 우울, 21-24점 우울 심함, 25점 이상을 매우 심한 우울상태이다. 도구 개발당시 신뢰도는 0.89이었고, 실태조사시 신뢰도는 0.72이었다.

스마트폰 중독

스마트폰 중독은 한국정보화진흥원[23]에서 개발된 성인 스마트폰 중독 자가진단 척도로 인터넷 사용 정도를 4점 척도로 일상생활장애, 가상세계지향성, 금단, 내성에 대한 총 15문항으로 총점은 15-60점까지이다. 일반사용군은 총점이 39점 이하이면서 요인별(1요인 13점 이하, 3요인 12점 이하, 4요인 12점 이하) 조건이 모두 해당되는 경우이며, 잠재적 위험군은 총점이 40점 이상-43점 이하이거나 요인별(1요인 14점 이상) 조건 중 한 가지라도 해당되는 경우, 고위험군은 총점이 44점 이상에 해당되거나 요인별(1요인 15점 이상, 3요인 13점 이상, 4요인 13점 이상) 조건 모두에 해당되는 경우이다. 도구 개발 당시 신뢰도는 0.81, 실태조사시 신뢰도는 0.85이었다.

도박 중독

도박 중독은 도박으로 인한 피해를 중심으로 일반인의 도박중독 위험률을 측정하기 위해 Ferris and Wynne [24]가 개발한 캐나다 문제도박척도(Canadian Problem Gambling Index, CPGI)를 Lee [25]가 변안한 한국어판 문제도박 선별척도(Problem Gambling Severity Index, PGSI)로 총 9문항으로 이 도구는 Likert식 4점 척도(0-3점)상에서 평정하고 0-27점의 분포를 가지며, 0점은 사교성, 1-2점은 저위험, 3-7점은 중위험, 8점 이상은 문제성 도박 상태로 분류한다. 도구의 신뢰도는 0.92 이었고, 실태조사시 신뢰도는 0.93이었다.

분석방법

수집된 자료는 SPSS 23.0 (IBM Corp., Armonk, NY, USA) 프로그램을 사용하여 분석하였다. 일반적 특성, 문제음주, 스마트폰 중독, 도박 중독, 우울, 사회적 지지, 삶의 만족도는 빈도, 백분율, 평균과 표준편차를 이용하여 분석하였다. 일반적 특성에 따른 삶의 만족도 차이는 t-검정과 분산분석을 이용하여 분석하였고 사후 검정은 Scheffe 검정으로 분석하였다. 변수 간의 상관관계는 Pearson 상관계수로 분석하였고, 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인은 위계적 회귀분석을 이용하였다. 즉, 일반적 특성이 삶의 만족도에 미치는 영향을 먼저 분석하고(모형 1), 일반적 특성에 중독관련 변인이 삶의 만족도에 미치는 영향을 분석하였으며(모형 2), 일반적 특성, 중독관련 변인에 심리사회적 변인을 추가하여 삶의 만족도 정도에 미치는 영향을 분석하였다(모형 3).

윤리적 고려 사항

본 연구에 활용된 자료는 연구자가 2017년 광주광역시 북구 중독관리통합지원센터 지원 하에 광주광역시 북구를 대상으로 주민들의 중독실태를 파악하기 위해서 수행된 중독실태조사 자료 중 대학교 신입생과 관련된 212개의 자료로 본 연구의 진행을 위해서 광주여자대학교 생명윤리위원회의 승인을 받은 후(IRB No.: 1041465-202105-HR-002-26)실시하였다.

연구 결과

일반적 특성에 따른 삶의 만족도

일반적 특성에 따라 삶의 만족도 정도가 통계적으로 유의한 차이를 보인 특성은 성별($p=0.004$), 가정생활 만족도($p<0.001$), 학교생활 만족도($p<0.001$)와 경제수준($p=0.001$)이었다. 따라서 남성이고, 가정생활 만족도와 학교생활 만족도가 높고, 경제 수준이 높을 때 삶의 만족도는 높은 것으로 나타났다(Table 1).

삶의 만족도, 문제음주, 스마트폰 중독, 도박 중독, 우울, 사회적 지지정도

대상자의 삶의 만족도, 문제음주, 스마트폰 중독, 도박 중독, 우울, 사회적 지지 정도를 분석한 결과 삶의 만족도는 20.63 ± 5.18 점인 것으로 나타났다. 중독관련 변인 중 문제음주는 8.55 ± 6.96 점으로 나타났으며 문제음주군은 29.3%, 알콜사용장애 추정군은 18.7%로 나타났다. 스마트폰 중독은 30.08 ± 6.45 점으로 잠재적 위험이 6.6%, 고위험이 0.5%인 것으로 나타났다. 도박중독은 0.92 ± 3.06 점으로 나타났고 5.7%는 중위험 도박, 4.2%는 문제성 도박, 3.3%는 저위험 도박상태인 것으로 나타

났다. 심리사회요소인 우울은 13.19 ± 8.53 점이었고, 우울정도를 살펴보면 정상인 71.7%이고 매우 심한 우울 상태가 11.3%, 보통 우울이 10.4%, 심한 우울이 6.6%인 것으로 나타났고 사회적 지지는 48.53 ± 7.65 점으로 나타났다(Table 2).

변수들 간의 상관관계

연구대상의 삶의 만족도 정도는 스마트폰 중독과 우울($r = -0.41$, $p < 0.001$)과는 유의한 역상관관계($r = -0.33$, $p < 0.001$)가 있는 것으로 나타났다. 즉 스마트폰 중독 점수가 낮고, 우울점수가 낮을수록 삶의 만족도가 높은 것으로 나타났다. 삶의 만족도와 사회적 지지($r = 0.42$,

Table 1. Life satisfaction according to general characteristics (n=212)

Variables	Characteristics	n (%)	Mean \pm SD	t/F	p
Gender	Male	104 (49.1)	21.66 \pm 5.48	2.88	0.004
	Female	108 (50.9)	19.64 \pm 4.68		
Major	Natural science/Engineering	94 (44.3)	20.32 \pm 5.31	2.92	0.056
	Humanities/Social science	64 (30.2)			
	Health science	54 (25.5)			
Religion	Yes	81 (38.2)	20.32 \pm 5.31	-1.10	0.271
	No	131 (61.8)	21.13 \pm 4.95		
Family life satisfaction	Satisfaction	156 (73.5)	21.67 \pm 5.19	5.91	<0.001
	Mediocre/Dissatisfaction	56 (26.5)	17.73 \pm 3.91		
Satisfaction with school life	Good	113 (53.3)	22.24 \pm 4.91	5.11	<0.001
	Mediocre/Poor	99 (46.7)	18.79 \pm 4.87		
School achievement	High	18 (8.4)	19.16 \pm 4.44	2.04	0.131
	Middle	157 (74.1)	21.05 \pm 5.46		
	Low	37 (17.5)	19.56 \pm 5.18		
Economic status	Wealthy ^a	14 (6.6)	22.42 \pm 7.01	7.57	0.001 (a,b < c)*
	Middle class ^b	168 (79.2)	21.05 \pm 5.02		
	Poor ^c	30 (14.2)	20.63 \pm 5.18		

SD, standard deviation.

*Scheffe test.

Table 2. Problem drinking, smartphone addiction, gambling addiction, depression, social support and life satisfaction (n=212)

Variables	Categories	n (%)	Mean \pm SD	Mean of each item	
Life satisfaction (5 items)			20.63 \pm 5.18	4.13	
Addiction-related factor	Problem drinking (10 items)	Normal	110 (52.0)	8.55 \pm 6.96	0.86
		Problem drinking	62 (29.3)		
		Alcoholic disorder	40 (18.7)		
Smartphone addiction (15 items)	Smartphone addiction (15 items)	Normal	197 (92.9)	30.08 \pm 6.45	2.01
		Potential hazard	14 (6.6)		
		High risk	1 (0.5)		
Gambling addiction (9 items)	Gambling addiction (9 items)	Normal	184 (86.8)	0.92 \pm 3.06	0.10
		Low risk	7 (3.3)		
		Moderate risk	12 (5.7)		
		Problematic	9 (4.2)		
Psycho social factor	Depression (10 items)	Normal	152 (71.7)	13.19 \pm 8.53	0.66
		Moderate	22 (10.4)		
		Severe	14 (6.6)		
		Very severe	24 (11.3)		
Social support (12 items)			48.53 \pm 7.65	4.04	

SD, standard deviation.

$p < 0.001$)와는 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타나 사회적지지가 높을수록 삶의 만족도가 높은 것으로 나타났다(Table 3).

삶의 만족도에 영향을 미치는 요인

삶의 만족도 정도에 영향을 미치는 예측 요인들을 파악하기 위하여 성별, 가정생활 만족, 학교생활 만족도는 더미처리 하였으며, 경제수준의 경우, 상 2점, 중 1점, 하 0점으로 처리하였다.

일반적 특성을 투입한 Model 1에서는 성별, 학교생활 만족도, 경제수준이 삶의 만족도에 유의한 영향을 미쳤으며 설명력은 22%이었다

($F = 16.14, p < 0.001$), 일반적 특성과 중독관련 변인을 투입한 Model 2에서는 학교생활 만족도, 경제수준, 스마트폰 중독이 유의한 영향을 미쳤고 설명력은 27% ($F = 16.46, p < 0.001$), 일반적 특성과 중독관련 변인 및 심리사회 변인을 추가한 Model 3에서는 사회적 지지($\beta = -0.22, p < 0.001$), 학교생활 만족도($\beta = 0.22, p = 0.001$), 우울($\beta = -0.22, p < 0.001$), 경제수준($\beta = 0.19, p = 0.001$), 스마트폰 중독($\beta = -0.18, p = 0.002$)의 순으로 나타났으며 설명력은 39%로 나타났다($F = 20.00, p < 0.001$). 모든 모형에서 공차한계 0.1 이상, 분산팽창지수 10 이하를 나타내었고, Durbin-Watson을 조사한 결과 1.8로 1.5 이상 2.5 이하의 상태로 나타나 다중공선성과 자기상관 문제는 없는 것으로 파악되었다(Table 4).

Table 3. Correlation between variables and life satisfaction (n=212)

Variables	Life satisfaction	
	r	p
Problematic drinking	-0.03	0.697
Smartphone addiction	-0.33	<0.001
Gambling addiction	-0.05	0.473
Depression	-0.41	<0.001
Social support	0.42	<0.001

고찰

본 연구는 대학교 신입생의 삶의 만족도 정도를 파악하고 삶의 만족도와 관련 있는 일반적 특성, 심리사회적 변인인 우울, 사회적 지지와 중독관련 변인인 문제음주, 도박 및 스마트폰 중독이 삶의 만족도 정도에 영향을 미치는지를 파악하고자 시도되었다.

Table 4. Factors affecting life satisfaction (n=212)

Variables	B	SE	β	t	p
Model 1					
Constant	34.10	1.88		18.16	0.000
Gender	-1.72	0.63	-0.17	-2.71	0.007
Family life satisfaction	-1.38	0.70	-0.13	-1.96	0.051
Satisfaction with school life	2.86	0.62	0.31	4.59	<0.001
Economic status	2.32	0.71	0.20	3.26	0.001
$F = 16.14 (p < 0.001), \text{Adjusted } R^2 = 0.22$					
Model 2					
Constant	38.33	2.15		17.84	0.000
Gender	-1.10	0.64	-0.11	-1.73	0.085
Family life satisfaction	-1.13	0.68	-0.11	-1.65	0.101
Satisfaction with school life	2.56	0.61	0.28	4.20	<0.001
Economic status	2.48	0.69	0.22	3.59	<0.001
Smartphone addiction	-0.19	0.05	-0.23	-3.71	<0.001
$F = 16.46 (p < 0.001), \text{Adjusted } R^2 = 0.27$					
Model 3					
Constant	26.15	3.25		8.05	0.000
Gender	-0.74	0.60	-0.07	-1.23	0.221
Family life satisfaction	0.04	0.67	0.00	0.06	0.956
Satisfaction with school life	2.01	0.58	0.22	3.45	0.001
Economic status	2.19	0.65	0.19	3.39	0.001
Smartphone addiction	-0.14	0.05	-0.18	-3.11	0.002
Depression	-0.13	0.04	-0.22	-3.56	<0.001
Social support	0.19	0.04	0.28	4.59	<0.001
$F = 20.00 (p < 0.001), \text{Adjusted } R^2 = 0.39$					

SE, standard error.

본 연구대상자의 삶의 만족도 점수는 35점 만점에 평균 20.63점으로 국내에서 2003년부터 2008년 사이에 본 연구와 동일한 삶의 만족도 도구로 다양한 연령층을 대상으로 한 19개 연구결과 삶의 만족도 평균이 21.16점으로 나타나 본 연구 결과가 조금 더 낮은 것으로 나타났다[4]. 그 외에도 충청지역 대학교 신입생을 대상으로 한 2015년 조사에서도 20.00점(남학생은 20.65점, 여학생은 19.35점)으로 나타나[3] 대체로 대학교 신입생의 삶의 만족도가 높은 편은 아닌 것을 알 수 있다.

최종 확인한 대학교 신입생의 삶의 만족도에 영향을 미치는 변수들은 사회적 지지, 학교생활 만족도, 우울, 경제수준, 스마트폰 중독 순으로 나타났다. 이들 요인 중에서도 삶의 만족도 주요 영향 요인으로 나타난 사회적 지지는 4년제 대학 여대생을 대상으로 한 연구[6]와 수도권 및 2년제 부티 전공 대학생을 대상으로 한 연구에서도 사회적 지지가 높을수록 삶의 질과 만족도가 높은 것으로 나타나[10,26] 본 연구결과와 일치하였다. 따라서 대학교 신입생들의 삶의 만족도를 높이기 위해서는 가족지지, 친구지지 그리고 특별지지가 필요하며 대학 입학 후 동료나 선후배 간의 다양한 교류활동 등을 통해 유대관계를 강화하고 학과 지도교수로부터의 지지를 받을 수 있도록 하는 것도 도움이 될 것으로 사료된다.

심리사회변수로 사회적 지지 외에 우울도 삶의 만족도에 영향을 주는 변수로 나타났는데 대학교 재학생을 대상으로 한 연구에서도 우울이 삶의 질에 영향을 미치는 주요 요인으로 나타났고[9], 신입생은 아니지만 중년기 성인남성을 대상으로 한 연구에서도 우울이 높을수록 삶의 만족도가 낮게 나타나 본 연구결과와 일치한 것으로 나타났다[27]. 우울점수는 13.19점이고, 보통 우울이 10.4%, 심한 우울이 6.6%, 매우 심한 우울이 11.3%나 되는 것으로 나타났다. 수도권 지역 4년제 대학생을 대상으로 한 연구에서도 17.98점[28]으로 나타나 우리나라 대학생들의 우울문제가 심각함을 알 수 있다. 우울의 경우 알코올 및 도박중독을 비롯한 여러 중독문제와의 공존율이 높고 이러한 정신건강 문제가 중독의 원인 혹은 결과가 되고 있어서[29,30] 사전에 우울 고위험군을 선별하여 조기에 관리를 하는 것이 필요할 것으로 보인다.

우울 외에 본 연구에서 주관적으로 인지한 경제수준이 삶의 만족도에 영향을 주는 것으로 나타났는데 이러한 결과는 우리나라 국민환경 의식조사를 분석한 연구결과에서도 삶의 만족도는 경제적, 사회적, 개인적, 환경적 요인 중에서 경제적 요인에 의한 영향을 가장 크게 받는 것으로 나타나[31] 일치한 결과를 보였다. 그 외에도 경제수준이 낮을 때 삶의 만족도가 낮은 것으로 나타나 Choi [32]의 경제상태가 낮은 경우 삶의 질이 낮은 것으로 나타난 결과와 일치하였다. 현재 우리나라의 경우 소득수준에 연계하여 경제적으로 어려운 학생들에게 보다 많은 혜택이 주어지도록 되어 있는 한국장학재단의 국가장학금제도와 부모의 실직, 폐업 등으로 인해 갑자기 경제적으로 어려워진 대학생들

대상으로 특별근로장학금 지원 등의 제도가 있지만 사각지대에 놓인 학생들이 이러한 수혜를 받지 못하고 있어서 제도 개선 및 대학차원의 지원 노력이 요구된다.

그 외에 학교생활 만족도가 삶의 만족도에 영향을 주는 변수로 나타났는데 이러한 결과는 일 지역에 위치한 대학교 재학생을 대상으로 한 연구에서도 학교생활 만족도 향상이 대학생의 삶의 만족도를 높여 주는데 도움이 되는 것으로 나타났다[7].

가정생활 만족도는 삶의 만족도에 영향을 주는 요소는 아니지만 가정생활 만족도에 따라 삶의 만족도의 차이를 보였다. 이러한 결과는 대학생을 대상으로 한 선행연구에서도 현재 가정생활 전반에 만족할수록 삶의 질이 높아진 것으로 나타난 결과[30]와 일치하는 연구결과이다.

성별은 삶의 만족도에 영향을 주는 변수는 아닌 것으로 나타났는데 이러한 결과는 대만 대학생[33]과 지역소재 대학생을 대상으로 한 연구에서는 삶의 만족도에서 성별에 따른 차이가 없는 것으로 나타나[7] 본 연구결과와 일치하였다. 하지만 Baek and Cho [9]의 연구에서는 삶의 질이 성별에 따라 유의한 차이를 보였다.

중독요인 중에서는 스마트폰 중독이 삶의 만족도에 영향을 주는 것으로 나타났는데 대학교 재학생을 대상으로 조사한 연구에서도 스마트폰 중독 수준이 낮을수록 삶의 질이 높게 나타나[9] 본 연구와 일치한 결과를 보였다. 스마트폰 중독 점수는 총점 60점에 평균 30.08점으로 본 연구 도구의 스마트폰 중독 기준은 40점 이상으로 본 연구 대상자군의 스마트폰 중독 수준이 일반적으로 사용하는 정도로 볼 수 있다. 도구는 다르지만 대학교 신입생을 대상으로 한 스마트폰 중독에 대한 다른 선행연구에서도 대상자군의 스마트폰 중독수준이 일반사용군에 해당하는 것으로 나타나[34] 본 연구와 일치하였다. 하지만 본 연구결과 스마트폰 잠재적 위험군이 6.6%이고, 고위험군이 0.5%로 나타나 대학교 신입생들의 스마트폰 중독 위험성에 대한 관심과 함께 대책 마련도 필요하다고 생각된다.

문제음주는 삶의 만족도에 영향을 주지 않는 것으로 나타났으나 중년기 성인남성을 대상으로 한 연구에서는 문제음주가 삶의 만족도에 영향을 미치는 것으로 나타나[11] 대학교 신입생 시기에 형성된 음주습관이 향후 중년 혹은 노년의 음주습관으로 이어져서 삶의 만족도에 영향을 미칠 수도 있을 것으로 사료된다. 본 연구 대상자의 문제음주 점수는 8.55점으로 대학교 재학생을 대상으로 측정한 결과에서 보고된 9.10점 보다는 낮으나 문제음주 선별기준인 8점 보다 높게 나타났다[31]. 뿐만 아니라 문제음주군이 29.3%, 알코올사용장애군 추정군이 18.7%나 되는 것으로 나타나 신입생들을 대상으로 한 음주관련 교육과 캠퍼스 내 건전한 음주 문화 정착이 필요할 것으로 보인다.

도박 중독은 삶의 만족도에 영향을 주지 않는 것으로 나타났는데 기존 선행연구에서 관련 연구는 없어서 비교는 어렵지만 단도박과 도

박을 지속하는 집단을 대상으로 조사한 결과 도박심각도가 높을수록 삶의 만족도가 낮아지는 것으로 나타나[13] 추후 대학생 관련 도박 중독 실태를 포함해서 이러한 도박의 정도가 삶의 만족도에 영향을 미치는지에 대한 연구도 필요할 것으로 사료된다. 본 연구에서는 중위험 도박이 5.5%, 문제성 도박이 4.1%이고 2016년 사행산업 이용 실태조사시 우리나라 20세 이상 인구 중 중위험이 3.8%, 문제성 도박이 1.3%로[35] 본 연구 대상자의 도박 중독 문제가 더 심한 것을 알 수 있다. 대학생의 경우 부모의 통제에서 벗어나게 되고 인터넷과 스마트폰의 사용증가로 인해 온라인상에서의 불법도박에 대한 접근성이 용이해지고 있어서 이에 대한 대책도 필요하다.

따라서 대학교 신입생의 삶의 만족도 증진을 위해서는 우울예방 및 사회적 지지 향상을 포함한 사회심리적인 측면과 중독 문제 예방을 위한 다양한 측면의 개입과 관련 프로그램 개발이 필요할 것으로 보인다.

결론

본 연구는 대학교 신입생의 삶의 만족도 정도와 심리사회 변인인 우울과 사회적 지지 그리고 중독관련 변인인 문제음주, 스마트폰 중독, 도박중독이 삶의 만족도에 미치는 영향을 확인하고, 이를 바탕으로 대학교 신입생의 삶의 만족도 향상을 위한 프로그램 개발을 위한 기초자료로 활용하고자 시도되었다.

본 연구의 제한점은 광주광역시 1개 지방대학교의 신입생 중 소수의 전공이나 학과만을 대상으로 수집한 자료를 활용하였기 때문에 연구결과의 일반화에는 어려움이 있다. 이상과 같은 연구의 제한점에도 불구하고 최근 대학생 중독문제가 심각함에도 기존에 거의 연구되지 않았던 중독변인이 대학교 신입생의 삶의 만족도에 영향을 미친점을 살펴본다는 점에서는 연구의 의의가 있다. 따라서 향후 전국의 타 시도 지역과 전공 분야를 확대하여 폭넓게 자료를 수집하여 분석할 필요성이 있고 다양한 중독 및 심리사회 변인들이 대학교 신입생들에게 삶의 만족도에 영향을 미치는지에 대한 추가 연구를 제안한다. 또한 본 연구에서는 가족, 친구 및 특별지지를 모두 포함한 사회적 지지가 삶의 만족도에 미치는 영향을 살펴보았으나 추후 연구에서는 세부 항목 별로 대학교 신입생의 삶의 만족도에 미치는 영향에 대해서도 구체적으로 알아볼 필요가 있을 것으로 사료된다.

REFERENCES

1. Lim KH, Lee JH. A study on satisfaction with college life; Focusing on the survey on the actual condition of college life at Gongju University. Korean Proceedings of the conference of the Korea Management Education Association 2009;1-11 (Korean).
2. Park SJ, Park SJ. The latent classes of adjustment to university and the differences of the academic plan of freshmen. Korean J Educ Adm 2016;34(2):75-95 (Korean).
3. Hong SH. Life satisfaction of first year Korean university students: In relation to self-esteem and self-efficacy. J Life Span Stud 2015;5(3):17-27 (Korean).
4. Lim NY, Lee HR, Suh EK. Review of the satisfaction with life scale (SWLS) findings in Korea. Korean J Psychol Gen 2010;29(1):21-47 (Korean).
5. Kim YH, Koo JY, Kim HK. Longitudinal effects on depressive symptoms in college freshmen: Predictions from early adolescence and gender differences. Korean J Youth Stud 2018;25(7):67-92 (Korean). DOI: 10.21509/KJYS.2018.07.25.7.67
6. Kang DY. Effect of family resilience and social support on the satisfaction level of quality of life in the adult women university students. J Hum Soc Sci 2016;7(3):485-507 (Korean).
7. Shin HJ. The study on the current status of gambling addiction and policy responses of late adolescence undergraduate. Korean Assoc Addiction Crime Rev 2016;6(1):19-37 (Korean).
8. Jo NH, Kwon RW. The factors affecting life satisfaction of college students. J Converg Inf Technol 2021;11(7):155-163 (Korean). DOI: 10.22156/CS4SMB.2021.11.07.155
9. Baek SS, Cho JY. The influence of life stress, depression, smart-phone addiction on quality of life among college students. J Korea Acad Industr Coop Soc 2017;18(8):248-256 (Korean). DOI: 10.5762/KAIS.2017.18.8.248
10. Son BY, Yoon SR. The relationship between social support and life satisfaction among Korean college students: Mediated effects of resiliency and mental health. J Hum Understanding Counseling 2018;39(2):149-166 (Korean).
11. Kim HT, Yun ME, Chun SS, Kim MK. Alcohol policy support by socio-demographic characteristics, life satisfaction, and problem drinking. Health Soc Welf Rev 2013;33(3):86-103 (Korean).
12. Lee SS. College freshman OT will this year be different? Available at <https://www.insight.co.kr/news/148904> [accessed on September 23, 2021].
13. Lamis DA, Ellis JB, Chumney FL, Dula CS. Reasons for living and alcohol use among college students. Death Stud 2009;33(3):277-286. DOI: 10.1080/07481180802672017

14. Shim SH. A study on the relation among gambling severity, life satisfaction, an spirituality. *Korean J Counseling* 2012;13(3):1065-1081 (Korean).
15. Kim DJ, Lee SK. The mediating effect of self-efficacy on the relationship between social support and gambling behaviors of college students. *Soc Sci Res Rev* 2016;32(4):231-255 (Korean). DOI: 10.18859/ssrr.2016.11.32.4.231
16. Diener E, Emmons RA, Larsen RJ, Griffin S. The satisfaction with life scale. *J Pers Assess* 1985;49:71-75. DOI: 10.1207/s15327752jpa4901_13
17. Hong YL, Yi GE, Park HS. A structural model for health promotion and life satisfaction of life in college students in Korea. *J Korean Community Nurs* 2000;11(2):333-346 (Korean).
18. Lee BO, Lee CH, Lee PG, Choi JM, Nam KG. Development of Korean version of Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT-K): It's reliability and validity. *J Korean Acad Addiction Psychiatr* 2000;4(2): 83-92 (Korean).
19. Zimet GD, Dahlem NW, Zimet SG, Farley GK. The multidimensional scale of perceived social support. *J Pers Assess* 1988;52(1):30-41. DOI: 10.1207/s15327752jpa5201_2
20. Shin JS, Lee YB. The effects of social supports on psychosocial well-being of the unemployed. *Korean J Soc Welf* 1999;37:241-269 (Korean).
21. Radloff L. The CES-D scale: a new self-report depression scale for research in the general population. *Appl Psychol Meas* 1977;1(3):385-401. DOI: 10.1177/014662167700100306
22. Chon KK, Lee MK. Preliminary development of Korean version of CES-D. *Korean J Clin Psychol* 1992;11(1):65-76 (Korean).
23. National Information Society Agency (NIA). Development of Korean smartphone addiction proneness scale for youth and adults. Daegu: National Information Society Agency; 2011, p. 81 (Korean).
24. Ferris J, Wynne H. The Canadian Problem Gambling Index. Final report. Canadian Consortium for Gambling Research; 2001, p. 43-50.
25. Lee KH. Preliminary study for validation of Korean Canadian Problem Gambling Index. *Korean J Health Psychol* 2009;14(3):667-675 (Korean).
26. Park JW. The effects of self-resilience, social support and self-esteem on life satisfaction among college students from beauty-related departments -focusing on the mediating effects of the quality of life and modulating effects of the academic year. *J Basic Design Art* 2017;18(5):197-209 (Korean). DOI: 10.9728/dcs.2019.20.4.807
27. Park JH. The influence of depression on the life satisfaction of the middle aged males: a moderating effect of problem drinking. *Korean J Soc Welf Res* 2012;33:1-20 (Korean).
28. Kim GY, Park JH. Perceived helicopter parenting and depression among Korean university students: the mediating effect of assertiveness. *Korean J Child Stud* 2019;40(4):165-177 (Korean). DOI: 10.5723/kjcs.2019.40.4.165
29. Rush BR, Bassani DG, Urbanoski KA, Castelet S. Influence of co-occurring mental and substance use disorders in the prevalence of problem gambling in Canada. *Addiction* 2008;103(11):847-1856. DOI: 10.1111/j.1360-0443.2008.02338.x
30. Lorain FK, Cowlishaw S, Thomas SA. Prevalence of comorbid disorders in problem and pathological gambling: systematic review and meta-analysis of population surveys. *Addiction* 2011;106(3):490-598. DOI: 10.1111/j.1360-0443.2010.03300.x
31. Lee MS, Jin HG. The effect of environmental factors on quality of life in Korea. *Innov Stud* 2018;13(4):227-251 (Korean). DOI: 10.46251/INNOS.2018.11.13.4.227
32. Choi SK. Relationship between life stress and quality of life of a nursing student. *J Dig Contents Soc* 2019;20(4):807-815 (Korean). DOI: 10.9728/dcs.2019.20.4.807
33. Kuang-Tsan C, Fu-Yuan H. Study on relationship among university students' life stress, smart mobile phone addiction, and life satisfaction. *J Adult Dev* 2017;24:109-118. DOI: 10.1007/s10804-016-9250-9
34. Gang MH, Oh EJ, Kim SH, Park HG. Factors influencing of smartphone addiction among university freshmen. *J Korea Contents Assoc* 2020; 20(10):488-495 (Korean). DOI: 10.5392/JKCA.2020.20.10.488
35. The National Gaming Control Commission. Survey on the usage status of the gambling industry in 2016. Gwacheon: The National Gaming Control Commission; 2016, p. 34-48 (Korean).