



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

김 미 숙 교수지도
석사학위 청구논문

대학 오케스트라 동아리 활동이
심리적 안녕감 및 대학생활적응에
미치는 영향

2020

성신여자대학교 교육대학원
교육학과 음악교육전공
이 주 원

대학 오케스트라 동아리 활동이
심리적 안녕감 및 대학생활적응에
미치는 영향

김 미 숙 교수 지도

이 논문을 석사학위 논문으로 제출함

2020년 5월

성신여자대학교 교육대학원

교육학과 음악교육전공

이 주 원

인 준 서

이주원의 석사학위 논문으로 인준함

2020년 5월

심사위원장 _____ (인)

심사위원 _____ (인)

심사위원 _____ (인)

성신여자대학교 교육대학원

논문개요

이 연구는 대학 오케스트라 동아리 활동이 대학생의 심리적 안녕감과 대학생활적응에 미치는 영향의 수준을 알아보고, 두 요소의 관계성을 분석하여 대학 오케스트라 동아리 활성화에 도움이 되고자 하는 데 그 목적이 있다.

이를 위해서 2020년 2월부터 3월까지 약 2개월간에 걸쳐 서울, 경기 지역의 4년제 대학교 중 7개 학교의 오케스트라 동아리 구성원 170명을 대상으로 인터넷 설문조사를 하였다. 수집된 자료는 SPSS Ver.24.0 통계 프로그램을 통해 빈도분석, 기술통계, 독립표본 t검정, 일원배치분산분석(one-way anova), 상관분석을 실시하여 결과를 도출하였다.

이 연구의 분석결과는 다음과 같다.

첫째, 심리적 안녕감과 대학생활적응의 수준은 심리적 안녕감의 개인적 성장(3.89)과 대학생활적응의 대학환경적응(4.18)이 가장 높게 나타났다.

둘째, 성별에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응 차이에서는 남자가 여자보다 상대적으로 높은 학업적응(3.12) 점수를 보인 것으로 나타났다. 학년에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응 차이에서는 긍정적 대인관계, 삶의 목적, 사회적응에서 4학년이 가장 높았고, 개인-정서적응에서 2학년이 가장 높은 점수를 나타냈다. 악기군에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응 차이에서는 환경지배력, 학업적응, 개인-정서적응에서 타악기군이 가장 높은 점수를 나타냈다.

셋째, 참여기간에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응은 삶의 목적, 대학환경적응에서 2년 이상 활동한 경우, 2년 미만 활동한 경우보다 낮은 점수를 보였다. 연습시간에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응은 사회적응과

대학환경적응에서 2시간 이상 연습한 경우, 2시간 미만 연습을 한 경우보다 높은 점수를 보였다.

넷째, 심리적 안녕감과 대학생활적응의 상관관계는 개인적 성장과 환경지배력, 자아수용과 환경지배력, 자아수용과 개인적 성장, 긍정적 대인관계와 환경지배력, 삶의 목적과 환경지배력, 삶의 목적과 개인적 성장 등 총 33개 항목에 있어서 정적인 상관관계가 있음을 알 수 있었다. 그중에서도 대학환경적응과 긍정적 대인관계 간의 상관계수(0.588)가 가장 높았으며, 개인-정서적응과 개인적 성장이 가장 낮은 상관관계(0.186)를 보인 것을 확인할 수 있다.

상관관계에서는 ‘오케스트라’의 단체 활동이라는 특성으로 인해 심리적 안녕감의 긍정적 대인관계와 대학생활적응의 대학환경적응 요인이 가장 높은 관계성을 나타낸 것으로 이해할 수 있다. 환경지배력, 개인적 성장, 삶의 목적, 학업, 사회, 개인-정서 적응 등 다양한 요인에 있어서도 유의미한 결과를 확인할 수 있었다.

따라서 이 연구를 통하여 서울, 경기 소재의 한정된 지역의 대학 오케스트라 동아리뿐만 아니라 확대된 지역 범위에서, 다양한 집단을 대상으로 한 오케스트라 동아리 단체들이 생성 및 활성화되는 방안이 마련되기를 바란다.

목 차

논문개요

I. 서론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구문제	4
II. 이론적 배경	5
1. 대학 오케스트라 동아리	5
2. 심리적 안녕감	10
3. 대학생활적응	13
4. 선행연구의 고찰	18
III. 연구방법	22
1. 연구대상	22
2. 연구절차	22
3. 연구도구	24
4. 자료처리	37
IV. 연구결과 및 분석	38
1. 일반적 특성에 따른 인구통계학적 분석	38
2. 일반적 특성에 따른 심리적 안녕감과 대학생활적응의 차이	43
3. 심리적 안녕감과 대학생활적응의 상관관계	53

V. 결론 및 제언55

참고문헌

Abstract

부록

표 목 차

<표Ⅱ-1> 전국 4년제 대학교 오케스트라 동아리 지역, 단대별 현황	9
<표Ⅱ-2> 적응에 대한 정의	14
<표Ⅲ-1> 연구 내용 및 연구 기간	23
<표Ⅲ-2> 설문지 구성사항	24
<표Ⅲ-3> 심리적 안녕감 척도 신뢰도 검토	27
<표Ⅲ-4> 표본 적합도 및 구형성 검정 결과	29
<표Ⅲ-5> 심리적 안녕감 요인구조행렬	31
<표Ⅲ-6> 대학생활적응 척도 신뢰도 검토	32
<표Ⅲ-7> 표본 적합도 및 구형성 검정 결과	35
<표Ⅲ-8> 대학생활적응 요인구조행렬	36
<표Ⅳ-1> 연구 대상자의 일반적 특성에 대한 빈도 분석	39
<표Ⅳ-2> 심리적 안녕감 수준	41
<표Ⅳ-3> 대학생활적응 수준	42
<표Ⅳ-4> 성별에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응의 차이	43
<표Ⅳ-5> 학년에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응의 차이	45
<표Ⅳ-6> 악기군에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응의 차이	48
<표Ⅳ-7> 참여기간에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응의 차이	50
<표Ⅳ-8> 연습시간에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응의 차이	52
<표Ⅳ-9> 심리적 안녕감과 대학생활적응 간의 상관관계	54

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

발달주기 중 청년 후기 혹은 성인 초기라고 할 수 있는 대학생 시기는 청소년기와 성인기의 과도기로 정신적 및 사회적, 경제적으로 아직 미숙한 단계이며, 사회적, 정서적으로 많은 것을 배우고 변화를 경험하게 되는 시기이다.¹⁾ 독일 출신의 미국 심리학자 에릭 홈버거 에릭슨(Erik Homburger Erikson, 1902-1994)은 성인 초기를 부모로부터 독립하면서 타인과의 관계 맺음을 통해 자신의 정체감을 확립하고 발달시켜 성장해 나가는 시기라고 하였다.²⁾ 이 시기에 해당하는 대학생들은 독립된 성인으로서 본인에게 주어지는 권리와 책임을 이해함과 동시에 사회 초년생으로서 다양한 사회적 요구에 직면하고 변화에 적응해야 하는 과제를 부여받게 된다.

이처럼 대학생들은 대학이라는 새로운 환경에 대한 적응, 확장된 대인관계, 변화하는 학업평가, 심각한 취업난 등 다양한 문제 속에서 과거 중·고등학교 시절의 자율성과 현재의 자율성 사이의 과도기를 더욱 절감하게 된다.³⁾ 이는 고등학교 때까지 치열한 입시 경쟁에서 수동적으로 주어진 것들만을 수행했던 학생들이 자율적이고 주도적인 대학 생활의 적응 과정에서 현실과 이상의 괴리감, 불안, 갈등을 겪는다는 말이다. 만약 대학생들이 대학 생활에 잘 적응하지 못한다면, 즐거움, 만족, 희망, 자신감과 같은 긍정적인 정서 대신 불안, 후회, 불만족, 적대감과 같은 부정적인 정서를 가지게

1) 이미림, 박찬숙(2013). “대학생의 심리적 스트레스, 사회적지지 및 마음 건강이 삶의 질에 미치는 영향”. **사회과학연구**, 22, p.1.

2) 신명희, 박명순, 권영심, 강소연 공저(2007). **교육심리학의 이해**. 서울: 학지사, p.73

3) 장휘숙(1997). “청년기의 애착과 자기 존중감 및 자기효능감과 관계”. **인간발달연구**, 41, pp.1-2.

되며 이는 당사자 개인의 삶의 질을 낮출 뿐 아니라 학교, 더 나아가서 국가적으로 유능한 인재 계발을 방해하는 비생산적인 결과를 초래하게 된다.⁴⁾

대학은 학문적 지식뿐만 아니라 도덕적 인격완성을 목적으로 한다. 이러한 대학에서 학생들은 정규 교과목 이외에 여가를 활용한 활동에 참여함으로써 다양한 전공의 사람들과 인간적인 만남의 교류를 갖고 객관적인 자기 의식을 함양한다. 이 과정을 실생활에 적용시켜 전인을 형성해 나가는 것은 무엇보다 중요하다.⁵⁾ 대학생들에게 있어 여가활동은 여러 가지 형태로 존재한다. 그중에서도 동아리 활동은 교내에서 이루어져 접근성이 높아 가장 활발하게 이루어진다. 다양한 분야의 동아리 중 문화 예술 영역에 해당하는 오케스트라 동아리 활동은 서로 다른 개성을 가진 다수의 구성원과 소통하며 합주하는 과정을 통해 다양한 의견을 받아들이는 자세를 갖게 한다. 이로써 바람직한 사회성과 인성 형성에 긍정적인 영향을 미치며,⁶⁾ 공동체에 대한 소속감 등을 갖게 하여 심리적인 안정을 가질 수 있는 등의 많은 가치를 지닌다. 이처럼 집단을 통한 음악활동은 다양한 음악적 체험을 제공하며 비경쟁적인 상황에서 자아실현 및 성취를 가질 수 있도록 한다.⁷⁾ 특히 악기 연주는 미적인 즐거움에 대한 경험뿐만 아니라 이를 통해 동기 부여, 자신의 내면을 표현, 스트레스 해소 및 대처능력을 기를 수 있다.⁸⁾

현재까지 오케스트라 동아리 활동에 대한 연구는 다양한 대상으로 많은 연구가 이루어졌다. 특히 청소년을 대상으로 오케스트라 활동이 사회적, 심리적 측면 등 다방면에서 긍정적인 교육 효과가 있다는 것을 입증하였다.

4) 한덕웅, 전경구, 이창호(1991). “한국대학의 생활환경 변화와 대학생활적응”. 성균관대학교 학생생활연구소: **학생생활연구**, 9(1), pp.1-7.

5) 김동진, 김재운(2000). “대학생들의 동아리활동 참여가 여가만족에 미치는 영향”. **서울대학교 체육연구소논집**, 21(2), p.1.

6) 최수이, 김경호(2015). “오케스트라 동아리 참여 대학생의 성취도 및 만족도 조사”. **한국융합학회논문지**, 6(4), p.1.

7) 문지영(2010). “음악치료 프로그램이 입원 정신질환자의 스트레스 감소에 미치는 효과”. **재활복지지**, 14(2), pp.1-16.

8) 조민근, 이지열, 이철원(2018). “국내 아마추어 오케스트라 참여자의 여가몰입에 관한 현상학적 분석”. **여가학연구**, 16(2), p.3

그러나 대학생을 대상으로 한 오케스트라 활동에 대한 연구는 현황, 인식 조사와 같은 실태에 관한 조사가 대부분을 차지하고 있고, 심리적 안녕감, 대학생활적응에 관한 연구는 미흡한 실정이다.⁹⁾

따라서 이 연구는 대학 오케스트라 동아리 활동이 대학생의 심리적 안녕감과 대학생활적응에 미치는 영향의 수준을 알아보고, 두 요소의 관계성을 분석하여 대학 오케스트라 동아리 활성화에 도움이 되고자 하는 데 그 목적이 있다.

9) 김현진(2018). 대학 아마추어 오케스트라 활동을 하는 대학생의 심리적 안녕감과 학업 스트레스 간의 관계 분석. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문. 김찬혜(2019). 오케스트라 동아리에 참여하는 의대생의 심리적 안녕감과 의사소통능력에 대한 연구. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.

2. 연구문제

이 연구는 다음과 같은 연구 문제를 갖는다.

첫째, 대학 오케스트라 동아리 활동에 참여하는 대학생의 심리적 안녕감은 어떠한가?

둘째, 대학 오케스트라 동아리 활동에 참여하는 대학생의 대학생활적응은 어떠한가?

셋째, 대학 오케스트라 동아리 활동에 참여하는 대학생의 심리적 안녕감과 대학생활적응의 상관관계는 어떠한가?

Ⅱ. 이론적 배경

이 장에서는 대학 오케스트라 동아리의 특징과 역사 및 현황에 대해 알아보고, 심리적 안녕감의 개념 및 구성요소, 대학생활적응의 개념 및 구성요소에 대해 서술하고자 한다.

1. 대학 오케스트라 동아리

가. 대학 오케스트라 동아리 특징

‘동아리’ 또는 ‘씨클’의 어원은 라틴어의 ‘circlus’에서 찾을 수 있는데 이것은 사전적 의미로 활동, 세력, 사상 등의 ‘범위’를 의미한다. 또한 ‘동아리’란 대학생활에서 공통의 목적과 관심사에 의해 형성, 운영되는 작은 모임이란 의미를 가지고 있다. 즉 대학 동아리는 관심사, 가치관, 취미, 소질 등 공통점을 가진 대학생들이 모인 자발적 모임으로 정의될 수 있다.¹⁰⁾ 이처럼 동아리 활동은 학교 내에서 학생들의 자발적인 참여를 통해 운영되므로 학생들에게 소속감을 느끼게 하며 동아리 단원 간의 상호작용 및 소통을 통해 동료의식과 협동 정신을 체험할 수 있는 수단이 된다.¹¹⁾

대학 동아리 유형은 활동 내용에 따라 건강 및 스포츠, 문화 및 예술, 학술 및 교육, 봉사, 종교 등 다양한 영역에 걸쳐 나타나는데 그중에서도 문화 예술적 동아리로는 사진, 영화, 미술 등 다양한 분야의 동아리가 있으며 음

10) 김동진, 김재운(2000). “대학생들의 동아리활동 참여가 여가만족에 미치는 영향”. **서울대학교체육연구소논집**, 21(2), p.2.

11) 오세복(2009). “교대생들의 동아리활동 참여에 따른 동아리활동 만족과 대학생활 만족 간의 관계”. **한국초등체육학회지**, 15(3), pp.81-93.

악 분야에는 합창, 밴드, 풍물패, 뮤지컬, 오케스트라 등의 동아리가 있다.

음악 동아리 중 오케스트라 동아리는 단원들이 지휘자의 지휘에 맞추어 서로 다른 악기를 연주하며 음악의 조화를 형성해내는 공동체 조직으로서 사회적인 성격을 가지고 있다. 특히 교육현장에서 동아리 형태로 운영되는 오케스트라는 구성원들의 목표와 경험을 공유하고 공통의 음악적인 성과를 위해 노력하게 되므로 오케스트라 동아리가 가지는 사회적 의미는 매우 크다고 할 수 있다.¹²⁾ 연주회를 목표로 하는 오케스트라 동아리 단원들은 오케스트라 조직 속에서 프로그램을 구성하고 많은 시간과 노력을 투자하여 즐거움과 성취를 얻는다. 또한, 음악을 완성해가는 과정 속에서 오케스트라 동아리 단원들은 단순히 악기를 연주하는 단순한 취미 수준의 범주를 넘어 공통의 목표를 달성한다는 의미를 갖기 때문에 대표적인 문화예술 여가 활동으로 볼 수 있다.¹³⁾

따라서 대학 오케스트라 동아리 활동은 그 자체로 심미적이고, 높은 성취감을 제공하며 사회적 관계에 있어서도 긍정적인 의의를 갖는다.

나. 대학 오케스트라 동아리 역사 및 현황

우리나라 최초의 대학 오케스트라 동아리는 1928년에 창단한 경성제국대학 관현악단이며 우리나라 학생보다 일본인 학생이 더 많게 구성되어있었고, 현재 서울대학교 의과대학 오케스트라 동아리 ‘SNUMO’로 존속되고 있다. 1929년에는 현재명이 우리나라 학생들을 주축으로 연희 전문학교 관현악단을 조직하였고, 현재 연세대학교 오케스트라 동아리 ‘Euphonia’로 존속되고 있다.¹⁴⁾

12) 조아영(2017). “고등학교 오케스트라 내의 사회적 관계 연구”. *음악교육연구*. 46(2), p.132.

13) 조민근, 이지열, 이철원(2018). “국내 아마추어 오케스트라 참여자의 여가몰입에 관한 현상학적 분석”. *여가학연구*, 16(2), p.2.

14) 민경찬(2006). *청소년을 위한 한국음악사[양악편]*. 서울: 도서출판 두리미디어. p.68.

이와 같이 우리나라의 아마추어 오케스트라의 시작은 대학 내 동아리의 형태로 시작되었으며, 그 후 학교뿐만 아니라 지역 중심의 청소년, 동호인 오케스트라가 생겨나 그 범위가 넓어지고 있다. 현재 우리나라 아마추어 오케스트라는 대학 동아리 형태의 오케스트라가 가장 활발하게 활동하고 있다.

이 연구에서 2020년 4월을 기준으로 우리나라에서 활동하고 있는 대학 오케스트라 동아리는 전국의 4년제 대학교 중 71개 대학교에서 97개가 운영 중이다. 지역과 단대별로 나누어 살펴보면, 서울특별시에는 28개의 대학교에 41개의 오케스트라 동아리가 있으며 학부 재학생으로 구성된 동아리는 25개, 그 외 의·한·치·약대 재학생으로 구성된 동아리는 16개가 있다.

부산광역시에는 3개의 대학교에 3개의 오케스트라 동아리가 있으며 학부 재학생으로 구성된 동아리는 1개와 의대 재학생으로 구성된 동아리 2개가 있다. 인천광역시에는 4개의 대학교에 5개의 오케스트라 동아리가 있으며 학부 재학생으로 구성된 동아리는 3개, 의·간호대 재학생으로 구성된 동아리는 2개가 있다. 대구광역시에는 4개의 대학교에 5개의 오케스트라 동아리가 있으며 학부 재학생으로 구성된 동아리는 2개, 의대 재학생으로 구성된 동아리는 3개가 있다. 대전광역시에는 3개의 대학교에 4개의 오케스트라 동아리가 있으며 학부 재학생으로 구성된 동아리는 2개, 의대 재학생으로 구성된 동아리는 2개가 있다. 광주광역시에는 1개의 대학교에 1개의 오케스트라 동아리가 있으며 학부 재학생으로 구성된 동아리 1개가 있다. 울산광역시에는 1개의 대학교에 1개의 오케스트라 동아리가 있으며 의대 재학생으로 구성된 동아리 1개가 있다.

경기도는 9개의 대학교에 12개의 오케스트라 동아리가 있으며 학부 재학생으로 구성된 동아리는 9개, 의·치대 재학생으로 구성된 동아리는 3개가 있다. 경상남도는 2개의 대학교에 2개의 오케스트라 동아리가 있으며 학부

재학생으로 구성된 동아리 2개가 있다. 경상북도는 3개의 대학교에 3개의 오케스트라 동아리가 있으며 학부 재학생으로 구성된 동아리 3개가 있다. 전라남도는 1개의 대학교에 1개의 오케스트라 동아리가 있으며 학부 재학생으로 구성된 동아리 1개가 있다. 전라북도는 2개의 대학교에 5개의 오케스트라 동아리가 있으며 학부 재학생으로 구성된 동아리는 1개, 의·치·약대 재학생으로 구성된 동아리는 4개가 있다. 충청남도는 5개의 대학교에 7개의 오케스트라 동아리가 있으며 학부 재학생으로 구성된 동아리는 3개, 의대 재학생으로 구성된 동아리는 4개가 있다. 충청북도는 1개의 대학교에 1개의 오케스트라 동아리가 있으며 학부 재학생으로 구성된 동아리 1개가 있다. 강원도는 4개의 대학교에 6개의 오케스트라 동아리가 있으며 학부 재학생으로 구성된 동아리는 2개, 의·치대 재학생으로 구성된 동아리는 3개 학부·교수 및 교직원으로 구성된 동아리 1개가 있다.

단대별 오케스트라는 의대 재학생을 구성으로 하는 오케스트라가 29개로 가장 많았고, 치대 재학생을 구성으로 하는 오케스트라가 6개, 약대 재학생을 구성으로 하는 오케스트라가 4개, 한의대 재학생을 구성으로 하는 오케스트라가 1개로 나타났다. 지역과 단대별로 정리한 오케스트라 동아리의 현황은 김현진(2018)¹⁵⁾ 논문을 참고하였고 변경된 사항은 수정하였으며 <표 II-1>과 같다.

15) 김현진(2018). 대학 아마추어 오케스트라 활동을 하는 대학생의 심리적 안녕감과 학업 스트레스 간의 관계 분석. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문. p.12

<표Ⅱ-1> 전국 4년제 대학교 오케스트라 동아리 지역, 단대별 현황

지역	학교 수	오케스트라 동아리 수	단대별 수
서울특별시	28	41	학부 재학생 16 의·치·한·약대 재학생 25
부산광역시	3	3	학부 재학생 1 의대 재학생 2
인천광역시	4	5	학부 재학생 3 의대 재학생 2
대구광역시	4	5	학부 재학생 2 의대 재학생 3
대전광역시	3	4	학부 재학생 2 의대 재학생 2
광주광역시	1	1	학부 재학생 1
울산광역시	1	1	의대 재학생 1
경기도	9	12	학부 재학생 9 의·치대 재학생 3
경상남도	2	2	학부 재학생 2
경상북도	3	3	학부 재학생 3
전라남도	1	1	학부 재학생 1
전라북도	2	5	학부 재학생 1 의·치·약대 재학생 4
충청남도	5	7	학부 재학생 3 의대 재학생 4
충청북도	1	1	학부 재학생 1
강원도	4	6	학부 재학생, 교수, 교직원 1 학부 재학생 2 의·치대 재학생 3

2. 심리적 안녕감

가. 심리적 안녕감의 개념

우리는 일생을 살면서 행복 추구하고 삶의 질을 중요하게 생각하며 살아간다. 그리스 시대 이후 수많은 철학자들은 인간의 행동의 궁극적인 동기는 행복의 추구라고 여겼으며, 국가와 사회는 구성원의 행복과 삶의 질을 증진시키는 것을 중요한 목표로 삼았다.¹⁶⁾ 이러한 개인의 행복 여부를 평가하기 위해서 개인의 삶의 질에 대한 평가는 매우 주관적인 개념을 가지며 ‘쾌락주의적 관점’과 ‘행복론적 관점’으로 학자마다 다르게 정의된다.

‘쾌락주의적 관점’에서 행복한 삶이란 인간이 긍정적인 정서를 느끼고 더불어 자신의 삶에 대한 만족감을 느낄 때 나타난다고 보았다. 이처럼 쾌락주의 전통의 학자인 에드워드 디너 (Edward F. Diener, 1946-)는 주관적 안녕감(Subjective Well-being: SWB)의 관점으로 행복을 바라보았다. 또한, 이것은 개인의 삶에 대한 기준을 외부가 아닌 개인의 내부에서 주관적으로 평가하는 것으로 삶의 만족도, 정서 경험의 정도를 측정한다고 주장하였다.¹⁷⁾

반면에 ‘행복론적 관점’에서 아리스토텔레스 (Aristotle, B.C. 384-322)는 덕(virtue)있는 삶을 통해서만 인간의 행복을 얻을 수 있다고 하였다. 즉 진정한 행복이란 단순히 욕구 충족의 쾌락적 행복이 아닌 가치가 있는 삶, 행복추구의 방식이 진정한 자아와 일치할 때 나타난다고 보았다. 이러한 ‘행복론적 관점’을 지지하는 캐럴 리프 (Carol D. Ryff, 1950-)는 쾌락적 입장에서 자신의 인생이 기쁘고 즐거운 지에 대해 스스로 평가하는 삶의 만족도가 아닌 자기수용, 긍정적인 대인관계, 자율성, 환경 통제력, 삶의 목적, 개인적

16) 김명소, 김혜원, 차경호(2001). “심리적 안녕감의 구성개념 분석”. **한국심리학회지사회및성격**, 15(2), p.1.

17) Diener, E.(1984). “Subjective well-being”, *Psychological Bulletin*, 95, pp.2-3.

성장, 총 6개의 영역을 바탕으로 삶의 질을 판단해야 한다는 이론을 제시하였으며, 이를 주관적 안녕감에 대비하여 심리적 안녕감(Psychological Well-Being)으로 명명하였다.¹⁸⁾ 그가 정의한 삶의 질이 높은 사람은 자신이 지닌 장·단점을 있는 그대로 수용하고, 타인과의 관계를 긍정적으로 유지한다. 또한 자신의 행동에 대해 자율적으로 조절 가능하며, 주변 상황에 대한 통제력을 지니고, 삶에 대한 방향성을 잃지 않으면서 자신의 능력에 대한 실현 의지가 있는 사람을 뜻한다.¹⁹⁾

결론적으로, 심리적 안녕감은 자신의 삶에 대해 만족하는 동시에 행복감 느끼는지에 대한 개인의 평가 이상으로, 개인이 사회 구성원으로서 기능을 잘 수행하고 있는가에 따라 달라진다는 것을 의미한다.

나. 심리적 안녕감의 구성요소

캐럴 리프는 아브라함 매슬로 (Abraham H. Maslow, 1908-1970)의 자아실현(self-actualization), 칼 로저스(Carl Ransom Rogers, 1902-1987)의 완전히 기능하는 개인(fully functioning person), 칼 구스타프 융 (Carl Gustav Jung, 1875-1961)의 개성화(individuation), 고든 올포트 (Gordon Allport, 1897-1967)의 성숙(maturity), 에릭 홈버거 에릭슨(Erik Homburger Erikson, 1902-1994)의 기본적 삶의 경향(basic life tendencies), 버니스 뉴가튼 (Bernice Neugarten, 1916-2001)의 성격의 변화(personality changes) 등의 심리학적 이론들을 기초로 한 6개 차원으로 이루어진 개인의 삶의 질을 측정할 수 있는 척도를 개발하였다. 이것을 삶의 질을 측정하는 심리적 안녕감(Psychological Well-Being)이라 하였다.²⁰⁾

18) 김명소, 임지영(2003). “대학생의 ‘바람직한 삶’ 구성요인 및 주관적 안녕감과 관계분석: 남녀 차이를 중심으로”. **한국심리학회지여성**, 8(1), p.2

19) 김혜원, 김명소(2000). “심리적 안녕감의 구성개념 타당도에 관한 연구”. **한국심리학회지**, 2000(1), pp.1-2.

심리적 안녕감의 척도 6가지 요인은 자아수용(self acceptance), 긍정적 대인관계(positive relations with other), 자율성(autonomy), 환경 통제력(environmental mastery), 삶의 목적(purpose in life), 개인적 성장(personal growth)으로 이루어져 있으며, 구체적으로 설명하면 다음과 같다.

첫째, 자아수용은 자신의 현재와 과거의 삶에 대한 수용을 의미하고 이를 통한 자아실현과 성숙을 말한다.²¹⁾ 자아수용 능력이 높으면 스스로에 대하여 긍정적으로 평가하며, 자신의 장·단점을 모두 인지하고 수용할 수 있다. 자아수용 능력이 낮으면 자신에 대해 불만족하고, 자신의 단점과 과거의 삶에 대해 실망하고 괴로워한다.

둘째, 긍정적 대인관계는 타인과의 관계에서 신뢰를 쌓고 애정을 느낌으로써 만족스러운 관계를 맺을 수 있는 지를 측정할 수 있는 척도이다. 긍정적인 대인관계 능력이 좋은 사람은 타인과 친밀한 유대관계를 형성하고 타인의 행복에 관심을 기울이고 공감하는 능력을 갖추며 서로를 신뢰하는 인간관계를 중요시한다.

셋째, 자율성은 자율성이란 자기 주도적으로 의사결정하고, 자신의 행동을 내적 조절하며, 개인적 기준에 의해 자신을 스스로 평가하는 태도를 의미한다. 자율성이 높은 사람은 독립적이며 자신의 행동에 대해 스스로 판단력을 가지고 행동하고 평가할 수 있다. 반면 자율성이 낮은 사람은 자신을 타인의 기준에 의해 행동, 평가하며 걱정한다.

넷째, 환경 통제력은 자신에게 적합한 환경을 심리상태에 따라 선택하고, 통제할 수 있는 능력이다. 즉, 자신을 둘러싼 주변 환경을 자신에게 적합하게 조절, 관리하고 변화시킬 수 있다.²²⁾

20) 유진, 김석일(2004). “운동 참여자들의 신체적 자기개념이 심리적 웰빙에 미치는 영향”. **스포츠 심리학회**, 15(4), p.3.

21) 이수정, 안신호(2005). “행복이란 무엇인가? 행복에 관한 연구 개관”. **심리과학연구**, 4, p.10.

22) Baumgardner, S. R. & Crothers, M. K.(2009). Positive psychology, **긍정심리학** (안신호, 이진환, 신현정, 홍창희, 정영숙, 이재식, 서수균, 김비아 옮김). 서울: 시그마프레스 (원판 2009), p.50.

다섯째, 삶의 목적은 삶에 대한 목표와 방향성을 의미한다. 삶의 목적이 뚜렷한 사람은 자신의 삶에 신념체계를 지니고 목표와 방향을 설정하며 삶에 의미를 부여한다. 그러나 삶의 목적이 뚜렷하지 않은 사람은 자기 삶의 목표와 방향에 대한 감각이 없으므로 삶의 의미에 대한 신념도 갖고 있지 않다.

여섯째, 개인적 성장은 개인 스스로가 지속해서 성장하고 있다는 느낌을 가진다. 자신의 잠재력을 발전, 확장, 실현시켜 개인이 심리적으로 발달하는 것뿐만 아니라 사회구성원으로서 기능할 수 있도록 성숙한다는 것을 의미한다.²³⁾ 개인적 성장의 수준이 높은 사람은 새로운 경험에 도전적이고 자신의 잠재력을 실현, 발달시키려고 노력한다. 반면 개인적 성장의 수준이 낮은 사람은 새로운 환경, 태도를 받아들이지 못하므로 이를 통한 발달과 성장도 이루기 힘들다.

3. 대학생활적응

가. 대학생활적응의 개념

인간은 삶을 살아가며 인생에 여러 가지 문제를 겪게 된다. 문제를 해결하기 위해 상황에 맞추어 살아가기도 하고, 문제를 극복하기 위해 환경을 변화시키기도 한다. 이처럼 개인이 환경으로부터 다양한 상황에 대처하는 심리적 과정을 적응이라고 할 수 있으며, 주어진 환경에 맞추어 자신을 변화시키는 ‘순응’과 자신의 욕구에 맞추어 환경을 변화시키는 ‘동화’, 2가지의 과정을 통해 이루어진다.²⁴⁾

일반적으로 학자들은 적응에 대해 <표Ⅱ-2>와 같이 정리하였다.

23) 권석만(2017). **젊은이를 위한 인간관계의 심리학**. 서울: 학지사. p.427.

24) 앞의 책. p.65.

<표 II-2> 적응에 대한 정의

연구자	정의
Lazarus	주어진 환경에 자신을 맞추는 과정, 자신의 욕구 충족을 위해 환경을 변화시키는 과정 두 가지 종류의 과정으로 구성되어 있음. 심리학적 차원에서는 적응을 주위 환경 속에서 살아남기 위한 개인의 투쟁이라 하고 이를 개인과 환경 사이의 능동적인 상호관계로 이해함.
Allport	환경에 대한 자발적·창조적인 인간의 행동으로 그 결과가 개인에게 안정감을 줌으로써 사회의 질서·규범·가치에 부합되어 일치하는 상태.
Adams	환경의 변화와 같은 다양한 상황에 효과적으로 대응하는 개인의 능력으로 이 능력에 따라 생존여부가 결정됨.
Shaffer	신체적, 정신적으로 겪게 되는 실제 위기에 대처할 수 있음. 환경과 개인의 종합적이고 전체적인 요구를 살피고 조화시켜 만족감을 높임. 사회의 규범에 적합하도록 행동할 수 있는 것.
Maslow, Rogers	자아실현의 성취로서 인간이 지닌 최고의 잠재능력을 가능한 성공적으로 구현하는 것.
Gates	개인적으로는 충분한 행복감을 가지는 것이며 사회적으로는 효과적이고 능률 있게 당면한 문제를 해결해내는 것. 내적 적응 - 개인적 행복감 외적 적응 - 사회적 효율성

적응의 종류를 ‘주어진 환경에 자신을 맞추는 과정’과 ‘자신의 욕구 충족을 위해 환경을 변화시키는 과정’, 두 가지로 구성되어 있다고 이야기한 리처드 라자루스 (Richard S. Lazarus, 1922-2002)는 심리학적 차원에서의 적응이란 주위 환경 속에서 살아남기 위한 개인의 투쟁이라고 하고 이를 개인과 환경 사이의 능동적인 상호관계로 이해하려고 하였다.²⁵⁾

적응이란 환경에 대한 자발적·창조적인 인간의 행동이라 정의한 고든 올포트는 그 행동의 결과가 개인에게 안정감을 줌으로써 사회의 질서·규범·가치에 부합되어 일치하는 상태라고 보았다.²⁶⁾

적응을 환경의 변화와 같은 다양한 상황에 효과적으로 대응하는 개인의 능력으로 본 헨리 애덤스 (Henry E. Adams, 1931-)는 이 능력에 따라 생존 여부가 결정된다고 하였다.²⁷⁾

적응한다는 것은 신체적, 정신적으로 겪게 되는 실제 위기에 대처하는 것이며, 환경과 개인의 종합적이고 전체적인 요구를 살피고 조화시켜 만족감을 높이고, 사회의 규범에 적합하도록 행동할 수 있는 것이라고 로런스 F. 샤퍼 (Laurance F. Shaffer, 1903-1976)가 정의하였다.

아브라함 매슬로와 칼 로저스 등의 성격 이론가들은 성공적인 적응이란 자아실현의 성취로서 인간이 지닌 최고의 잠재능력을 가능한 성공적으로 구현하는 것이라고 보았다.

적응을 개인적으로는 충분한 행복감을 가지는 것이자 사회적으로는 효과적이고 능률 있게 당면한 문제를 해결해내는 것이라고 이야기 한 아서 어빙 게이츠 (Arthur Irving Gates, 1890-1972)는 내적 적응을 개인적 행복감으로 외적 적응을 사회적 효율성으로 보았다.

이와 같이 적응은 과정으로 보는 입장과 성취, 결과의 형태로 보는 두 가지의 입장으로 정의할 수 있다. 바람직한 적응이란 주어진 환경에 있어서 수동적인 태도로 잘 적응해가는 과정과 성취가 아니라 능동적인 행동의 주체가 되어 관계 유지, 갈등을 합리적으로 해결해나가는 행동 과정, 자아실현을 추구하는 성취의 과정까지 의미한다고 할 수 있다.

25) Lazarus, R. S.(1976). *Patterns of adjustment(3rd)*. New York: McGraw-Hill Book Company. p.30.

26) 김광현, 강성배(2016). “대학 신입생의 대학생활적응 척도 개발 및 타당화”. **교양교육연구**, 10(3), p.7.

27) 나동석, 강석화(2010). “중국유학생의 문화적응 스트레스가 문화적응 능력에 미치는 영향-사회적 지지의 매개효과 및 조절효과 중심으로”. **청소년학연구**, 17(7), p.6.

인생의 중요한 시기 중 하나인 청소년 후기의 대학생들은 신체적으로 성장이 끝난 성인과 다를 바 없지만 그 외의 심리적·사회적·경제적인 부분에서는 미성숙한 부분이 존재한다.²⁸⁾

에릭슨의 관점에서 그 이유에 대해 살펴보면, 대다수 학생들은 역할혼미의 상태이거나 나름의 자아 정체감을 형성하고 있더라도 충분한 역할을 감당하는 사회인이기보다는 사회인이 되기 위한 준비과정에 있다는 것이다. 어떤 연구자들은 이 시기를 ‘폭풍과 노도의 시기’ 또는 ‘정체감 위기’의 징표로 볼지 모르겠으나, 그런 결론은 정당화되기 어려우며, 관계상황에 따라 변화되는 생산적인 발달과정의 시기라고 볼 수 있다는 것이다.²⁹⁾ 그러므로 이 시기의 대학생들은 대학이라는 새로운 도전과 변화의 환경에 대한 적응 양식을 통해 청년기 이후 성인기에 있어 적응체계의 기초를 쌓게 된다고 볼 수 있다.

이처럼 대학생활적응은 혼돈의 시기인 청년 후기의 학생들이 대학이라는 새로운 환경의 변화에 효과적으로 대응하고, 상호적으로 관계를 이루며 그 속에서 주체적으로 자아를 실현, 성취하는 것을 의미한다.

2) 대학생활적응의 구성요소

로버트 베이커(Robert W. Baker)와 보단 시릭(Bohdan Siryk.)은 대학생활적응을 크게 네 요소로 나누었다.

첫째, 학업적 적응은 인지적 학습능력 이상을 바탕으로 학업 동기, 요구에 부딪혔을 때의 대처 행동, 학업환경과 연관된 일반적인 만족감, 시간 관리, 목적의식이 중요한 구성요소가 되며, 대학에서 요구하는 다양한 학업적 요

28) 김용국, 주현(2014). “대학생의 스트레스, 건강상태가 대학생활적응에 미치는 영향”. **한국사회체육학회지**, 56. pp.749-757.

29) 김기정(1995). **자아의 발달**. 서울: 문음사. p.227.

구에 대한 적응 정도를 의미한다.

둘째, 사회적 적응은 대학에서의 사회적 삶과 대인관계 형성, 새로운 사회적 관계에 대한 관리능력, 교수 및 교우들과의 의사소통 능력 등의 적응 정도를 의미한다.

셋째, 개인-정서적 적응은 삶의 방향, 상호관계성, 자기가치 등과 같은 대학생 개인의 인성 형성 과정에 있어 핵심이 되는 자기 탐색을 통하여 이루어지는 정서적, 신체적 건강 문제 등에 대한 적응 정도를 의미한다.

넷째, 대학환경적응은 대학에 대한 애착 정도, 교육 환경에 대한 만족도에 대한 적응 정도를 의미한다.³⁰⁾

30) 이보라, 김미애, 이기학(2005). “외향성이 대학생활적응에 미치는 영향- 사회적 지지를 매개 변인으로”. **한국심리학회**, 2(1), p.2.

4. 선행연구 고찰

대학생의 동아리활동 경험과 사회적 지지, 학업적응도, 대학생활만족도에 어떠한 관계가 있는지 파악하고자 한 조성희³¹⁾는 서울의 3개 대학교의 대학생을 대상으로 연구를 진행하였다. 동아리활동 경험에 따른 사회적 지지 및 학업적응도, 대학생활만족도를 살펴보고 관계성에 대해 분석하였으며, 동아리 활동에 참여하고 있는 대학생들의 사회적 지지, 대학생활 만족도가 비교적 높은 것으로 나타났다. 특히 대학생활만족도에서 현재 동아리 가입 및 활동 여부가 중요한 요인이라는 결론을 도출하였다.

고등학교 음악 동아리활동이 학교생활 만족도와 자기효능감에 어떠한 영향을 미치는지 알아보하고자 한 정혜진³²⁾은 서울과 경기도에 있는 고등학교 중 지역 학생교육문화회관에서 추천한 학교의 고등학생을 대상으로 연구하였으며 학교생활 만족도와 자기효능감에 관한 연구를 통해 음악동아리 활동 참여 여부와 일반적 특성에 따른 학교생활 만족도와 자기효능감을 살펴보고 그 관계성에 대해 분석하였다. 연구결과 음악 동아리 활동에 참여하고 있는 학생의 학교생활만족도와 자기효능감이 참여하지 않은 학생보다 더 높았으며, 일반적 특성인 성별, 학년, 참여 기간, 참여 동기에 따라 남자가 여자에 비해 자기효능감이 높은 것으로 나타난 것 외에 대체적으로 집단 간 통계적으로 유의미한 차이는 없는 것으로 나타났다. 학교생활만족도와 자기효능감은 정적인 상관관계를 나타냈다. 즉, 만족도가 높은 학생이 자기효능감도 높은 것으로 나타났다. 이를 통해 고등학교 음악 동아리 활동이 학생들의 음악적 능력 발달, 학교생활만족도, 자기효능감에 긍정적인 영향을 미친다는

31) 조성희(2006). 대학생의 동아리활동과 사회적지지, 학업적응도 및 대학생활만족도와의 관계 연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.

32) 정혜진(2016). 고등학교 음악 동아리 활동이 학교생활 만족도와 자기효능감에 미치는 영향. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.

결과를 도출하였다.

청소년 시기의 오케스트라 활동경험과 심리적 안녕감 사이에 어떠한 관계가 있는지 파악하고자 한 유지형³³⁾은 서울, 경기 지역의 초·중학교 및 청소년 수련관의 오케스트라 활동에 참여하는 초등학교 고학년과 중학교 전 학년을 대상으로 진행하였다. 또한, 연주악기, 참여 동기, 참여 기간, 참여 횟수, 개인레슨 경험, 대회 참여 경험, 다른 음악 활동 여부에 따른 오케스트라 활동 경험과 심리적 안녕감의 관계성에 대해 분석하였으며 연구결과 참여 동기, 참여기간 등의 조건 여부에 따라 심리적 안녕감의 차이를 보였다. 자기 주도적으로 오케스트라를 참여하는 학생일수록, 대회 경험이 많을수록, 2년 이상 기간 활동, 개인레슨 경험이 1회 이상에 해당하는 학생들이 전체 심리적 안녕감과 그 하위요인에 있어서 높은 결과를 나타냈다. 학생들은 오케스트라 활동을 통해 음악적 영역에서 ‘연주 실력의 향상’과 일상생활에서 ‘긍정적인 정서 함양’을 경험한다고 하였으며, ‘오케스트라 동료’를 통해 활동에 관심이나 흥미를 갖게 됐다는 응답이 가장 많았다. 또한, 활동의 어려움 여부에 대한 문항에서 ‘어렵지 않다’라는 응답이 높은 것으로 나타나 오케스트라 활동의 참여, 대회 경험 등의 지속적이고 다양한 음악 활동이 학생들에게 긍정적인 영향을 줄 수 있다는 것을 보여주는 결과를 도출하였다.

오케스트라 활동 만족도와 학업스트레스 감소에 대해 연구한 허한나³⁴⁾는 부산지역의 2개의 의과대학의 예과생을 대상으로 설문 조사를 실시, 분석하였다. 연구 결과 오케스트라 활동 만족도에서 ‘연주 후의 성취감’과 ‘학업 스트레스 감소’에 대한 점수가 매우 높게 나왔다. 또한, 학업 스트레스에서는 오케스트라 활동을 하지 않는 학생에 비해 하는 학생이 학업 스트레스가 더

33) 유지형(2016). 청소년기 오케스트라 활동경험과 심리적 안녕감의 관계. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.

34) 허한나(2016). 오케스트라 활동이 의대생의 학업 스트레스 감소에 미치는 영향. 동아대학교 교육대학원 석사학위논문.

낮은 것을 알 수 있었으며 이에 따라 오케스트라 활동이 학업 스트레스 감소에 영향을 미친다는 연구결과를 도출하였다.

대학 아마추어 오케스트라 동아리 구성원의 인식 조사를 한 양초혜³⁵⁾는 대학 아마추어 오케스트라 동아리 5개의 구성원을 대상으로 설문 및 면담조사를 하였다. 연구 결과 오케스트라 동아리 구성원들은 오케스트라 활동에 대하여 대체적으로 만족감과 흥미를 느끼고 있었으며, 활동을 통하여 연주 실력 향상과 음악의 심미적 체험을 하고 있다는 결과를 나타냈었다.

대학 아마추어 오케스트라 활동에 참여하는 대학생의 심리적 안녕감과 학업 스트레스 관계성에 대해 조사한 김현진³⁶⁾은 서울, 경기 지역 7개의 대학 아마추어 오케스트라 동아리 구성원을 대상으로 심리적 안녕감과 학업 스트레스에 대해 설문 및 면담 조사를 진행하였다. 연구 결과 오케스트라 활동을 하는 대학생들은 활동을 참여하는 동안 심리적 안녕감이 평균보다 높았으며, 학업 스트레스를 해소하게 하는데 영향을 미치고 있음을 알 수 있었다. 공연 횟수가 많은 학생일수록 취업에 대한 스트레스가 더 높게 나타났다. 심리적 안녕감과 학업스트레스 간의 하위요인 중 4개의 요인 모두 부적인 상관관계가 있음의 결과를 도출하였다. 이는 심리적 안녕감이 높아질수록 학업 스트레스는 낮아짐을 의미한다.

지금까지 선행연구를 종합해보면 고등학교와 대학교 음악 동아리 활동이 자기효능감, 심리적 안녕감, 학업 스트레스를 해소하는데 도움을 주는 것을 알 수 있었다. 또한, 대학교 동아리 활동과 고등학교의 오케스트라 활동이 학교만족도에 전체적으로 도움이 되는 것으로 알 수 있었다. 하지만 대학교의 동아리 중 오케스트라 활동과 대학생활적응 간에 관련된 연구는 거의 이루어지지 않았다.

35) 양초혜(2017). 대학 아마추어 오케스트라 동아리 구성원의 인식 조사. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.

36) 김현진(2018). 대학 아마추어 오케스트라 활동을 하는 대학생의 심리적 안녕감과 학업 스트레스 간의 관계 분석. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.

따라서 이 연구에서는 심리적 안녕감, 대학생활적응 척도를 바탕으로 구성된 설문지를 통해 대학 오케스트라 동아리 활동에 참여하는 대학생의 심리적 안녕감과 대학생활적응에 미치는 영향에 대하여 연구하고자 한다.

Ⅲ. 연구방법

이 연구는 대학 오케스트라 동아리 활동이 대학생의 심리적 안녕감과 대학생활적응에 미치는 영향이 있는지 분석하고 그에 대한 상관관계를 알기 위한 것으로 설문을 통해 자료를 수집하고 분석하였다.

1. 연구대상

이 연구에서는 서울, 경기 지역의 4년제 대학교 중 7개 학교의 오케스트라 동아리를 섭외하여 활동에 참여하고 있는 대학생들을 대상으로 인터넷 설문조사를 하였다. 설문에 참여한 인원은 총 170명으로 이 중 자료처리에 부적합한 설문지 1개를 제외한 169부를 분석에 사용하였다.

2. 연구절차

이 연구는 2019년 6월부터 2020년 5월에 걸쳐 약 12개월 동안 진행되었으며, 연구목적 달성을 위해 준비, 설계, 실행, 분석, 정리 다섯 단계에 따라 실시하였다. 연구절차에 관한 구체적인 내용은 아래와 같다.

2019년 6월부터 11월까지 연구주제를 선정하고 선행연구 고찰, 문헌연구를 하였다. 2019년 9월부터 10월까지는 연구목적과 연구문제를 설정하고 이를 기준으로 연구계획을 수립하였다. 2019년 11월부터 2020년 3월까지 연구대상을 섭외하였으며, 대학 오케스트라 동아리 활동에 참여하는 대학생의 심리적 안녕감과 대학생활적응을 측정하기 위해 설문지를 제작하였다. 2020년 3~4월까지 응답한 자료를 통계 분석하고 결과를 도출하였으며, 2020년 5월

에 연구결과를 해석 및 정리하여 연구결과를 작성하고 최종 수정 및 보완하였다.

<표Ⅲ-1> 연구내용 및 연구기간

연구절차	연구내용	연구기간
준비	<ul style="list-style-type: none"> · 연구주제 선정 · 선행연구 및 문헌연구 조사 	2019년 6월~11월
설계	<ul style="list-style-type: none"> · 연구목적 설정 · 연구계획 수립 	2019년 9월~10월
실행	<ul style="list-style-type: none"> · 연구대상 섭외 · 설문지 제작 · 설문지 배포 및 회수 	2019년 11월~3월
분석	<ul style="list-style-type: none"> · 자료처리 및 통계분석 · 결과 도출 	2020년 3월~4월
정리	<ul style="list-style-type: none"> · 연구결과 해석 및 정리 · 결과에 따른 논문 작성 · 논문 최종 수정 및 보완 	2020년 5월

3. 연구도구

이 연구에서 수립한 연구 문제를 규명하기 위하여 인터넷 설문조사를 실시하였다. 설문지는 대학교 오케스트라 동아리 활동이 대학생의 심리적 안녕감과 대학생활적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 캐럴 리프 (Carol D. Ryff, 1950-)가 만든 심리적 안녕감척도(Psychological Well-Being Scale: **PWBS**)를 김명소, 김혜원, 차경호 (2001)가 번안한 것과 로버트 베이커(R. W. Baker)와 보단 시릭(Bohdan Siryk)이 제작한 것으로 대학생적응도검사 (Student Adaptation to College Questionnaire: **SACQ**)를 정은희(1993)가 번안한 대학생활척도 문항을 수정·보완하여 사용하였고, 이후 신뢰도·타당도 검증을 통해 최종 수정하여 제작하였다. 사용된 설문지의 구성사항은 <표Ⅲ-2>와 같다.

표 <Ⅲ-2> 설문지 구성사항

분류	하위영역	문항 수	문항번호	합계
일반적 특성	성별	8	1	8
	학년		2	
	전공		3	
	악기군		4	
	참여계기		5	
	참여기간		6	
	연습시간		7	
	레슨여부		8	
심리적 안녕감	환경지배력(EM)	27	1~4	27
	개인적 성장 (PG)		5~9	
	자아수용(SA)		10~13	

	긍정적 대인관계(PR)		14~18	
	자율성(AU)		19~22	
	삶의 목적(PL)		23~27	
대학생활적응	학업적응(AA)	30	1~9	30
	사회적응(SA)		10~16	
	개인-정서적응(PEA)		17~27	
	대학환경적응(EA)		28~30	
총 문항				65

표<Ⅲ-2>와 같이 연구 도구는 일반적인 특성 8문항, 심리적 안녕감 27 문항, 대학생활적응 30문항으로 총 65문항으로 구성하였다. 이후 신뢰도 검사를 통해 개별항목과 전체 항목의 상관관계 (CITC)가 기준치인 0.30에 미달하는 15문항을 제거하여 최종적으로 총 50문항을 결과 분석하였다. 연구 도구에 대한 자세한 설명은 다음과 같다.

가. 일반적 특성

일반적 특성에 대한 문항은 총 8문항으로 성별, 학년, 전공, 악기군, 참여 계기, 참여기간, 연습시간, 레슨 여부를 알아보는 것으로 구성하였다. 일반적 특성은 대학 오케스트라 동아리 활동에 참여하는 대학생의 심리적 안녕감 및 대학생활적응의 수준에 영향을 미칠 것이라는 가설을 검증하기 위해 구성하였다.

나. 심리적 안녕감 척도

이 연구는 대학생의 심리적 안녕감을 측정하기 위해 캐럴 리프가 개발한 심리적 안녕감척도(Psychological Well-Being Scale: **PWBS**)를 김명소, 김혜원, 차경호 (2001)가 번안한 것을 사용하였다. 이 척도의 하위영역으로는 환경지배력(EM) 4문항, 개인적 성장(PG) 5문항, 자아수용(SA) 4문항, 긍정적 대인관계(PR) 5문항, 자율성(AU) 4문항, 삶의 목적(PL) 5문항으로 문항수를 27문항으로 변경하여 사용하였다. 각 문항의 응답 방식은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’, ‘그렇지 않다(2점)’, ‘보통이다(3점)’, ‘그렇다(4점)’, ‘매우 그렇다(5점)’의 리커트(Likert)식 5점 척도로 평가하도록 하였고 높은 점수일수록 심리적 안녕감이 높은 것을 의미한다.

이 연구에서 사용할 척도의 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's α 계수와 해당 문항 제거 시 α 계수를 검토하였으며, 각각의 개별 지표와 그 지표를 제외하고 나머지 지표로 구성되어있는 척도의 상관관계를 검토하고자 수정된 부분과 전체 항목의 상관관계(Corrected Item Total Correlation, CITC)를 알아보았다. CITC는 개별문항과 나머지 문항 간의 상관관계를 의미하는 것으로, 만약 CITC가 낮다면 해당 문항은 다른 문항과 상관관계가 낮으므로 제거할 필요가 있다. CITC는 0.30 이상을 기준으로 본다. 이 연구에서 사용된 대학생활적응 척도의 신뢰도는 <표Ⅲ-3>과 같다

<표Ⅲ-3> 심리적 안녕감 척도³⁷⁾ 신뢰도 검토

	항목	신뢰도	
		CITC	제거시 α 계수
심리적 안녕감	1)나에게 주어진 상황은 내게 책임이 있다고 생각한다.	.372	.857
	2)내가 해야 할 일들이 힘겹게 느껴질 때가 있다.*	.315	.859
	3)나는 시간을 잘 활용하여 해야 할 모든 일을 제 때에 잘 처리해 나갈 수 있다.	.436	.855
	4)생활을 만족스럽게 꾸려 나가는 것이 쉽지 않다.*	.556	.852
	5)현재의 내 활동반경(생활영역)을 넓힐 생각이 없다.*	.243	.863
	6)나 자신과 인생살이에 자극을 줄 만한 새로운 경험을 하는 것이 중요하다고 생각한다.	.322	.859
	7)지난 세월을 되돌아보면, 내 자신이 크게 발전하지 못했다고 생각했다. *	.690	.846
	8)현재의 생활방식을 바꿔야 할 새로운 상황에 처하는 것을 싫어한다.*	.342	.859
	9)나에게 있어서 삶은 끊임없이 배우고 변화하고, 성장하는 과정이었다.	.446	.855
	10)살아 온 내 인생을 돌이켜 볼 때 현재의 결과에 만족한다.	.524	.853
	11)나 자신에 대해 자부심과 자신감을 갖고 있다.	.622	.850
	12)내가 아는 많은 사람들은 인생에서 나보다 더 많은 것을 성취하는 것 같다.*	.286	.860
	13)내 성격의 거의 모든 면을 좋아한다.	.484	.854

37) 김명소, 김혜원, 차경호(2001). “심리적 안녕감의 구성개념 분석: 한국 성인 남녀를 대상으로”. *한국심리학회지사회및성격*, 15(2), pp.19-39.

심리적 안녕감	14)남들과 친밀한 인간관계를 유지하는 것이 어렵고 힘들다.*	.494	.854
	15)나의 고민을 털어놓을 만한 가까운 친구가 별로 없어 가끔 외로움을 느낀다.*	.470	.854
	16)가족이나 친구들과 친밀한 대화를 나누는 것을 즐긴다.	.448	.856
	17)대부분의 사람들이 나보다 친구를 더 많이 갖고 있는 것 같다.*	.305	.860
	18)다른 사람들과 다정하고 신뢰 깊은 관계를 별로 경험하지 못했다.*	.476	.855
	19)대다수의 사람들과 의견이 다를 경우에도, 내 의견을 분명히 말하는 편이다.	.262	.860
	20)나는 무슨 일을 결정하는 데 있어 다른 사람들의 영향을 받지 않는 편이다.	.143	.864
	21)나는 강한 의견을 가진 사람으로부터 영향을 받는 편이다.	-.246	.874
	22)내 스스로 정한 기준에 의해 나 자신을 평가하지, 남들의 기준에 의해 평가하지 않는다.	.386	.857
	23)그저 하루하루를 살아가고 있을 뿐 장래에 대해서는 별로 생각하지 않는다.*	.507	.853
	24)과거에는 나 자신이 혼자 목표를 세우곤 했으나 돌이켜보면 그것이 시간낭비였던 것 같다.*	.345	.858
	25)가끔 매일 하는 일들이 사소하고 중요하지 않은 것처럼 느껴진다.*	.556	.852
	26)내 인생에서 무엇을 성취하려고 하는지 잘 모르겠다.*	.661	.847
	27)내가 세운 계획을 어떻게 해서라도 실천하려고 노력한다.	.426	.856

※ *는 역문항

심리적 안녕감 Cronbach's α 계수가 0.861로 높은 신뢰도가 확보되었다. 그러나 심리적 안녕감 척도에서 '5)현재의 내 활동반경(생활영역)을 넓힐 생각이 없다.*'(0.243), '12)내가 아는 많은 사람들은 인생에서 나보다 더 많은 것을 성취하는 것 같다.*'(0.286), '19)대다수의 사람들과 의견이 다를 경우에도, 내 의견을 분명히 말하는 편이다'(0.262), '20)나는 무슨 일을 결정하는데 있어 다른 사람들의 영향을 받지 않는 편이다.'(0.143), '21)나는 강한 의견을 가진 사람으로부터 영향을 받는 편이다.'(-0.246)의 문항이 다른 문항과의 상관관계 기준치 0.30에 미달하여 다른 문항과의 상관성을 보이지 못하므로 제거하였다.

심리적 안녕감의 신뢰도가 부족한 문항을 제외한 후, 22문항을 탐색적 요인분석(EFA)을 통해 잠재요인을 추출하였으며 그 결과는 <표Ⅲ-4>와 같다.

<표Ⅲ-4> 표본 적합도 및 구형성 검정 결과

구분		심리적 안녕감
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of sampling Adequacy [KMO의 표본적합도 (MSA)검정]		.837
Bartlett's Test of Sphericity[Bartlett의 단위행렬 검정]	Approx. x^2	1326.241
	df	231
	p	.000***

먼저 표본적합도(Measure of Sampling Adequacy, MSA)는 0.837로서, 꽤 높은 편인 값(Meritorious)'의 기준을 부합하고 있었다. 표본적합도 기준은 0.90이상은 믿기 어려울 만큼 높은 값, 0.80이상 0.90미만은 꽤 높은 편의 값, 0.70이상 0.80미만은 괜찮다고 볼 수 있는 값, 0.60이상 0.70미만은 보통

정도의 값, 0.50이상 0.60미만은 약하지만 불가피하게 사용하는 값, 0.40이상 0.50미만은 받아들이기 힘든 수준의 값으로 해석할 수 있다. Bartlett의 구형성 검정 결과, $\chi^2=1326.241$, $p=0.000$ 으로 유의수준 0.05에서 측정변수 간의 상관성이 인정되었다. 따라서 전반적으로 요인분석이 가능한 것으로 사료되었다.

심리적 안녕감 탐색적 요인 분석 결과 대학생활적응 척도는 6개의 하위요인이 추출되었으나 성분 4의 문항이 2개뿐이므로 요인의 대표성을 갖지 못한다고 판단하여 제거하였다. 따라서 4개의 하위요인 ‘삶의 목적’, ‘긍정적 대인관계’, ‘자아수용’, ‘개인적 성장’, ‘환경지배력’으로 명명하였다. 심리적 안녕감의 요인구조행렬은 <표Ⅲ-5>와 같다.

<표Ⅲ-5> 심리적 안녕감 요인구조행렬

심리적 안녕감							
항목	공통성	성분					
		1	2	3	4	5	6
(27)	.759	.824					
(3)	.626	.684					
(23)	.645	.641					
(26)	.639	.580					
(7)	.619	.441					
(13)	.671		.783				
(11)	.712		.752				
(10)	.615		.708				
(22)	.414		.595				
(17)	.757		.	.858			
(14)	.607			.706			
(24)	.576				.710		
(15)	.655				.578		
(25)	.636				.551		
(18)	.668				.547		
(16)	.474				.459		
(1)	.628					.720	
(6)	.551					.716	
(9)	.592					.675	
(8)	.603						.659
(2)	.557						.603
(4)	.596						.560
요인명		삶의 목적	자아수용	제거	긍정적 대인관계	개인적 성장	환경 지배력
고유탄값		2.786	2.694	2.184	2.112	2.053	1.772
분산비율		12.666	12.247	9.926	9.599	9.334	8.054
누적분산비		12.666	24.912	34.838	44.437	53.771	61.825

다. 대학생활적응 척도

이 연구는 대학생의 대학생활적응을 측정하기 위해 로버트 베이커와 보단 시릭이 제작한 것으로 대학생적응도검사(Student Adaptation to College Questionnaire: SACQ)를 정은희(1993)가 번안한 것으로 학업, 사회, 개인-정서, 대학환경적응 네 요인으로 구성되어 있다. 이 척도는 Likert 5점 척도로 높은 점수일수록 대학생활적응이 높음을 의미한다.

이 연구에서 사용할 척도의 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's α 계수와 해당 문항 제거 시 α 계수를 검토하였으며, 이 연구에서 사용된 대학생활적응 척도의 신뢰도는 <표Ⅲ-6>과 같다.

<표Ⅲ-6> 대학생활적응 척도³⁸⁾ 신뢰도 검토

	항목	신뢰도	
		CITC	제거시 α 계수
대학 생활 적응	1)나는 대학공부가 어렵게 느껴진다.*	.239	.771
	2)나는 시험기간 중에 잘 지내지 못한다.*	.394	.763
	3)나는 나의 학업수준에 만족하고 있다. *	-.336	.797
	4)나의 학업적 목적과 목표는 뚜렷하게 정해져있다.*	-.391	.800
	5)나는 최근에 공부하려는 의욕이 별로 생기지 않는다.*	.344	.766
	6)나는 최근에 대학교육의 가치에 대해 회의를 가지고 있다.*	.250	.771
	7)나는 대학에서 들을 수 있는 강의가 많고 다양하다는 데에 만족한다.*	-.171	.790

38) 정은희(1993). 부모로부터의 독립과 대학생활적응과의 상관연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.

대학 생활 적응	8)나는 최근에 공부하려고 할 때 주의집중이 안되어 어려움을 겪고 있다.*	.312	.767
	9)나는 규칙적으로 강의에 출석한다.*	-.372	.798
	10)나는 대학환경에 잘 적응하고 있다.	.406	.765
	11)나는 학교에서 충분히 많은 사람들을 만나고 마음껏 친구들을 사귀고 있다.	.401	.765
	12)나는 대학활동(동문회, 동아리 등)에 잘 참여하고 있다.	.324	.767
	13)나는 대학에서 사람들과 잘 어울려 지낼 수 있는 사회적 기술을 충분히 가지고 있다고 생각한다.	.298	.769
	14)나는 최근에 대학에서 생활하면서 외로움을 많이 느낀다.*	.475	.760
	15)나는 다른 학생들과 스스로 많이 다르다고 느끼는데, 난 그것이 싫다.*	.474	.762
	16)나는 무슨 문제든지 함께 이야기할 수 있는 좋은 친구나 아는 사람이 대학에 몇 명 있다.	.381	.765
	17)최근 나는 긴장감을 느끼거나 신경이 예민해져 있다.*	.496	.757
	18)나는 최근에 기분이 매우 우울하고 울적하다.*	.637	.750
	19)나는 최근에 피곤할 때가 많다.*	.517	.757
	20)홀로 선다는 것, 내 자신에 대해 책임을 진다는 것이 쉽지가 않다.*	.383	.764
	21)나는 최근에 식욕이 좋다.	.102	.777
	22)나는 최근에 머리가 아플 때가 많다.*	.474	.759
	23)나는 최근에 체중이 많이 늘었다(혹은 줄었다).*	.360	.765
	24)나는 최근에 너무 쉽게 화가 나곤 한다.*	.500	.757
	25)나는 잠을 잘 자지 못한다.*	.472	.758
	26)나는 최근에 건강상태가 좋다고 느낀다.	.513	.759

27)나는 대학생활에서 닥치는 스트레스에 대처하는데 어려움이 많다.*	.555	.756
28)나는 대학에 다니기로 한 결정에 대해서 만족한다.	.331	.767
29)나는 학사학위를 받을 때까지 계속 학교에 다닐 것이다.	.223	.772
30)나는 휴학을 했다가 나중에 공부를 마칠까 하는 생각을 많이 하고 있다.*	.142	.778

※ *는 역문항

대학생활적응 Cronbach's α 계수가 0.775로 높은 신뢰도가 확보되었다. 그러나 대학생활적응 척도에서 '1)나는 대학공부가 어렵게 느껴진다.*'(0.239), '3)나는 나의 학업수준에 만족하고 있다. *'(-0.336), '4)나의 학업적 목적과 목표는 뚜렷하게 정해져있다.*'(-0.391), '6)나는 최근에 대학교육의 가치에 대해 회의를 가지고 있다.*'(0.250), '7)나는 대학에서 들을 수 있는 강의가 많고 다양하다는 데에 만족한다.*'(-0.171), '9)나는 규칙적으로 강의에 출석한다.*'(-0.372), '13)나는 대학에서 사람들과 잘 어울려 지낼 수 있는 사회적 기술을 충분히 가지고 있다고 생각한다.'(0.298), '21)나는 최근에 식욕이 좋다.'(0.102), '29)나는 학사학위를 받을 때까지 계속 학교에 다닐 것이다.'(0.223), '30)나는 휴학을 했다가 나중에 공부를 마칠까 하는 생각을 많이 하고 있다.*'(0.142) 의 문항이 다른 문항과의 상관관계 기준치 0.30에 미달하여 다른 문항과의 상관성을 보이지 못하므로 제거하였다.

대학생활적응의 신뢰도가 부족한 문항을 제외한 20문항을 탐색적 요인분석(EFA)을 통해 잠재요인을 추출하였으며 그 결과는 <표Ⅲ-7>과 같다.

<표Ⅲ-7> 표본 적합도 및 구형성 검정 결과

구분	대학생활적응	
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of sampling Adequacy [KMO의 표본적합도 (MSA)검정]	.813	
Bartlett's Test of Sphericity[Bartlett의 단위행렬 검정]	Approx. x^2	1117.441
	df	190
	p	.000***

먼저 표본적합도(Measure of Sampling Adequacy, MSA)는 0.813로서, ‘꽤 높은 편인 값(Meritorious)’의 기준을 부합하고 있었다. Bartlett의 구형성 검정 결과, $x^2 = 1117.441$, $p = 0.000$ 으로 유의수준 0.05에서 측정변수 간의 상관성이 인정되었다. 따라서 전반적으로 요인분석이 가능한 것으로 사료되었다.

대학생활적응 탐색적 요인 분석 결과 대학생활적응 척도는 5개의 하위요인이 추출되었으나 성분 5의 문항이 1개뿐이므로 요인의 대표성을 갖지 못한다고 판단하여 제거하였다. 따라서 4개의 하위요인 ‘개인-정서적응’, ‘사회적응’, ‘학업적응’, ‘대학환경적응’으로 명명하였다. 대학생활적응의 요인구조 행렬은 <표Ⅲ-8>과 같다.

<표Ⅲ-8>대학생활적응 요인구조행렬

대학생활적응						
항목	공통성	성분				
		1	2	3	4	5
(22)	.579	.748				
(23)	.581	.726				
(25)	.576	.673				
(24)	.563	.654				
(26)	.464	.556				
(11)	.693		.794			
(10)	.708		.733			
(12)	.571		.697			
(16)	.557		.608			
(27)	.433		.383			
(8)	.624			.785		
(5)	.680			.764		
(20)	.385			.540		
(2)	.596			.520		
(19)	.505			.472		
(14)	.590				.693	
(17)	.665				.642	
(18)	.690				.602	
(15)	.556				.575	
(28)	.755					.794
요인명		개인-정서 적응	사회적응	학업적응	대학환경 적응	체거
고유향값		3.292	2.755	2.286	2.137	1.302
분산비율		16.459	13.774	11.428	10.684	6.510
누적분산비		16.459	30.233	41.661	52.346	58.856

4. 자료처리

수집된 자료는 통계 패키지 프로그램인 SPSS Ver 24.0을 이용하여 전산 통계처리 하였다. 측정도구인 심리적 안녕감 척도와 대학생활적응 척도는 Cronbach's α 계수를 통해 신뢰도를 검증하였다. 개별항목과 전체항목의 상관관계 (CITC)를 근거로 신뢰도가 부족한 항목을 제외 후 탐색적 요인분석을 실시하여 요인을 추출하였고, 표본적합도 및 Bartlett의 단위행렬 검정을 통해 요인을 분석하였다. 또한, 연구문제 규명을 위해 빈도분석, 기술통계, 독립 표본 t-test, 일원분산분석(one-way anova), 상관분석을 실시하였고, $p^* < 0.1, 0.05, 0.01$ 의 유의수준에서 분석하였다.

첫째, 빈도분석을 실시하여 연구 대상자의 일반적인 특성을 알아보았으며, 기술통계를 실시하여 심리적 안녕감과 대학생활적응의 일반적인 수준을 알아보았다.

둘째, 독립표본 t-test와 일원분산분석, Scheffe 사후검정을 실시하여 성별, 학년, 악기, 참여기간, 연습시간에 따른 심리적 안녕감과 대학생활적응의 차이를 살펴보았다.

셋째, Pearson 상관분석을 실시하여 심리적 안녕감과 대학생활적응의 관련성을 살펴보았다.

IV. 연구결과 및 분석

1. 일반적 특성에 따른 인구통계학적 분석

가. 연구대상의 일반적 특성에 따른 빈도분석

대학 오케스트라 동아리 활동에 참여하는 대학생의 일반적 특성을 알아보기 위해 빈도분석을 실시한 결과는 <표IV-1>과 같다.

성별을 살펴보면, 남자는 65명, 여자는 104명으로 나타났다. 학년에는는 1학년 8명, 2학년 61명, 3학년 41명, 4학년 59명으로 나타났다.

전공을 살펴보면, 인문사회 42명, 자연공학 85명, 의약학 5명, 예체능 24명, 기타 13명으로 나타났다.

악기군에서는 현악기군 97명, 목관악기군 39명, 금관악기군 14명, 타악기군 6명, 건반악기군 13명으로 나타났다.

참여계기에서는 ‘주변의 권유로’ 15명, ‘평소에 관심이 많아서’ 93명, ‘악기를 배우기 위해’ 22명, ‘대학생활에 활력을 얻기 위해’ 38명, ‘기타’ 1명으로 나타났다.

참여기간에서는 ‘1년 미만’이 33명, ‘1년 이상 2년 미만’이 50명, ‘2년 이상 3년 미만’이 28명, ‘3년 이상 4년 미만’이 22명, ‘4년 이상’이 36명으로 나타났다.

연습시간을 살펴보면 ‘1시간 미만’ 7명, ‘1시간 이상 2시간 미만’ 40명, ‘2시간 이상 3시간 미만’ 86명, ‘3시간 이상’ 36명으로 나타났다.

개인레슨유무를 살펴보면 유는 39명, 무는 130명으로 나타났다.

<표IV-1> 연구 대상자의 일반적 특성에 대한 빈도분석

변수	항목	빈도	%
성별	남	65	38.5
	여	104	61.5
학년	1학년	8	4.7
	2학년	61	36.1
	3학년	41	24.3
	4학년	59	34.9
전공	인문사회	42	24.9
	자연공학	85	50.3
	의약학	5	3.0
	예체능	24	14.2
	기타	13	7.7
악기군	현악기군	97	57.4
	목관악기군	39	23.1
	금관악기군	14	8.3
	타악기군	6	3.6
	건반악기군	13	7.7
참여계기	주변의 권유로	15	8.9
	평소에 관심이 많아서	93	55.0
	악기를 배우기 위해	22	13.0
	대학생활에 활력을 얻기 위해	38	22.5
	기타(어렸을 때부터 자연스럽게 접함)	1	0.6
참여기간	1년 미만	33	19.5
	1년 이상 ~ 2년 미만	50	29.6
	2년 이상 ~ 3년 미만	28	16.6
	3년 이상 ~ 4년 미만	22	13.0
	4년 이상	36	21.3

연습시간	1시간 미만	7	4.1
	1시간 이상 ~ 2시간 미만	40	23.7
	2시간 이상 ~ 3시간 미만	86	50.9
	3시간 이상	36	21.3
개인레슨유무	유	39	23.1
	무	13	76.9

나. 연구대상의 심리적 안녕감 수준

대학 오케스트라 동아리 활동에 참여하는 대학생의 심리적 안녕감과 하위 요인의 수준을 알아보기 위한 기술통계를 실시하였다. 환경지배력을 살펴보면 평균 3.53, 표준편차 .585로 나타났다. 개인적 성장을 살펴보면 평균 3.89, 표준편차 .648로 가장 높게 나타났다. 자아수용을 살펴보면 평균 3.64, 표준편차 .767로 나타났다. 긍정적 대인관계를 살펴보면 평균 3.80, 표준편차 .673로 나타났다. 자율성을 살펴보면 평균 3.43, 표준편차 .924로 나타났다. 삶의 목적을 살펴보면 평균 3.77, 표준편차 .710로 나타났다. 전체 심리적 안녕감은 평균 3.72, 표준편차 .501로 나타났다.

이를 통해 심리적 안녕감에서 개인적 성장 요인이 가장 높고, 자율성 요인이 가장 낮게 나타난 것을 파악할 수 있었다. 따라서 오케스트라 활동을 통해 상대적으로 높은 개인적 성장 수준의 심리적 안녕감을 경험하게 되는 것으로 이해할 수 있으며 그 결과는 <표IV-2>와 같다.

<표 IV-2> 심리적 안녕감 수준

(N=169)

	최솟값	최댓값	평균	표준편차	왜도	첨도
환경지배력	1	5	3.53	.585	-.108	.267
개인적 성장	1	5	3.89	.648	-.406	-.273
자아수용	1	5	3.64	.767	-.723	.366
긍정적 대인관계	1	5	3.80	.673	-.346	-.144
자율성	1	5	3.43	.924	-.416	.048
삶의 목적	1	5	3.77	.710	-.490	-.130
심리적 안녕감	1	5	3.72	.501	-.351	-.324

다. 연구대상의 대학생활적응 수준

대학 오케스트라 동아리 활동에 참여하는 대학생의 대학생활적응과 하위 요인의 수준을 알아보기 위한 기술통계를 실시하였다. 학업적응을 살펴보면 평균 3.04, 표준편차 .857로 나타났다. 사회적응을 살펴보면 평균 4.02, 표준편차 .604로 나타났다. 개인-정서적응을 살펴보면 평균 3.36, 표준편차 .704로 나타났다. 대학환경적응을 살펴보면 평균 4.18, 표준편차 .904로 가장 높게 나타났다. 전체 대학생활적응은 평균 3.55, 표준편차 .539로 나타났다.

이를 통해 대학생활적응에서 대학환경적응 요인이 가장 높고, 학업적응

요인이 가장 낮게 나타난 것을 파악할 수 있었다. 따라서 오케스트라 활동을 통해 상대적으로 높은 대학환경적응 수준의 대학생활적응을 경험하게 되는 것으로 이해할 수 있으며 그 결과는 <표 IV-3>과 같다.

<표 IV-3> 대학생활적응 수준

(N=169)

	최솟값	최댓값	평균	표준편차	왜도	첨도
학업적응	1	5	3.04	.857	-.118	-.328
사회적응	1	5	4.02	.604	-.353	-.250
개인-정서적응	1	5	3.36	.704	-.095	.251
대학환경적응	1	5	4.18	.904	-1.154	1.406
대학생활적응	1	5	3.55	.539	.118	-.148

2. 일반적 특성에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응 차이

가. 성별에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응 차이

이 연구에서 대학 오케스트라 동아리 활동에 참여하는 대학생 169명을 대상으로 성별에 따라 심리적 안녕감 및 대학생활적응에 차이가 있는지 알아보기 위하여 독립표본 t검정을 실시하였으며, 그 결과는 <표IV-4>와 같다. 탐색적 요인 결과에 따라 심리적 안녕감은 환경 지배력, 개인적 성장, 자아수용, 긍정적 대인관계, 삶의 목적, 대학생활적응은 학업적응, 사회적응, 개인-정서적응, 대학환경적응 하위요인으로 나누어 분석하였다.

그 결과, 학업적응은 $t=2.644$, $p=0.009$ 로 유의수준 0.01에서 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다. 남자(3.12)가 여자(2.81)에 비해 높은 평균을 보이므로 보다 높은 유의미한 차이를 나타내고 있다. 따라서 성별에 따른 차이에서는 남자가 상대적으로 높은 학업적응을 나타낸다고 알 수 있다.

그 외의 요인인 환경지배력, 개인적 성장, 자아수용, 긍정적 대인관계, 삶의 목적, 사회적응, 개인-정서적응, 대학환경적응은 유의미한 차이를 나타내지 못하고 있다.

<표IV-4> 성별에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응의 차이

(n=169)

구분	기술통계량			t(p)
	N	평균(M)	표준편차(SD)	
환경지배력	남자	65	3.24	0.034(0.973)
	여자	104	3.24	
개인적 성장	남자	65	4.26	0.021(0.984)
	여자	104	4.26	

자아수용	남자	65	3.58	0.78	0.000(1.000)
	여자	104	3.58	0.65	
긍정적 대인관계	남자	65	3.91	0.70	-1.517(0.132)
	여자	104	4.06	0.53	
삶의 목적	남자	65	3.67	0.83	0.491(0.624)
	여자	104	3.61	0.75	
학업적응	남자	65	3.12	0.74	2.644(0.009 ^{***})
	여자	104	2.81	0.73	
사회적응	남자	65	4.10	0.77	0.013(0.990)
	여자	104	4.10	0.59	
개인-정서적응	남자	65	3.54	0.85	0.605(0.546)
	여자	104	3.47	0.76	
대학환경적응	남자	65	3.74	0.87	-0.234(0.777)
	여자	104	3.70	0.71	

p* < 0.1, p** < 0.05, p*** < 0.01

나. 학년에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응 차이

169명을 대상으로 학년에 따라 심리적 안녕감 및 대학생활적응에 차이가 있는지 알아보기 위하여 일원배치분산분석(one-way anova)을 실시하였으며, 그 결과표는 <표IV-5>와 같다. 탐색적 요인 결과에 따라 심리적 안녕감은 환경 지배력, 개인적 성장, 자아수용, 긍정적 대인관계, 삶의 목적, 대학생활적응은 학업적응, 사회적응, 개인-정서적응, 대학환경적응 하위요인으로 나누어 분석하였다.

그 결과, 긍정적 대인관계는 $F=3.078$ $p=0.013$ 으로 유의수준 0.05에서 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다. 4학년(4.11)이 가장 높은 긍정적 대인관계를 보였으며, 1학년(3.38)이 가장 낮은 긍정적 대인관계 점수를 나타냈다.

삶의 목적은 $F=4.897$, $p=0.003$ 으로 유의수준 0.01로 통계적으로 유의한 차

이를 보였다. 4학년(3.81)이 가장 높은 삶의 목적을 보였으며, 1학년(2.75)이 가장 낮은 삶의 목적 점수를 나타냈다.

사회적응은 $F=3.133$, $p=0.027$ 로 유의수준 0.05로 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 4학년(4.27)이 가장 높은 사회적응을 보였으며, 1학년(3.63)이 가장 낮은 사회적응 점수를 나타냈다.

개인-정서적응은 $F=2.327$, $p=0.077$ 로 유의수준 0.1로 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 2학년(3.63)이 가장 높은 개인-정서적응을 보였으며, 1학년(2.88)이 가장 낮은 개인-정서적응 점수를 나타냈다.

이처럼 학년에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응의 차이의 요인에서 긍정적 대인관계, 삶의 목적, 사회적응, 개인-정서적응이 유의미한 결과로 나온 것을 확인할 수 있었다. 이 네 가지 요인에서 1학년의 평균이 가장 낮았으며, 개인-정서적응을 제외한 나머지 세 요인에서 4학년의 평균 점수가 가장 높았다.

따라서 학년이 높아질수록 상대적으로 높은 긍정적 대인관계, 삶의 목적, 사회적응, 개인-정서적응을 나타낸 것으로 이해할 수 있다.

그 외의 요인인 환경지배력, 개인적 성장, 자아수용, 삶의 목적, 사회적응, 학업적응, 대학환경적응은 유의미한 차이를 나타내지 못하고 있다.

<표IV-5> 학년에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응의 차이

(n=169)

구분	만족도						
	n	평균	표준편차	F	p	scheffe	
환경지배력	1학년 ^a	8	2.96	0.84	1.033	0.379	n/a
	2학년 ^b	61	3.18	0.75			
	3학년 ^c	41	3.22	0.76			
	4학년 ^d	59	3.35	0.62			

개인적 성장	1학년 ^a	8	3.96	0.63	1.197	0.313	n/a
	2학년 ^b	61	4.21	0.69			
	3학년 ^c	41	4.35	0.44			
	4학년 ^d	59	4.29	0.55			
자아수용	1학년 ^a	8	3.25	1.09	1.064	0.366	n/a
	2학년 ^b	61	3.66	0.63			
	3학년 ^c	41	3.49	0.71			
	4학년 ^d	59	3.59	0.71			
긍정적 대인관계	1학년 ^a	8	3.38	0.49	3.708	0.013**	a < d
	2학년 ^b	61	3.99	0.56			
	3학년 ^c	41	3.98	0.61			
	4학년 ^d	59	4.11	0.62			
삶의 목적	1학년 ^a	8	2.75	0.57	4.897	0.003***	a < d
	2학년 ^b	61	3.61	0.75			
	3학년 ^c	41	3.59	0.78			
	4학년 ^d	59	3.81	0.75			
학업적응	1학년 ^a	8	2.68	0.82	0.660	0.578	n/a
	2학년 ^b	61	2.87	0.83			
	3학년 ^c	41	2.97	0.67			
	4학년 ^d	59	3.00	0.70			
사회적응	1학년 ^a	8	3.63	0.91	3.133	0.027**	a < d
	2학년 ^b	61	4.01	0.68			
	3학년 ^c	41	4.08	0.61			
	4학년 ^d	59	4.27	0.59			
개인-정서적응	1학년 ^a	8	2.88	0.28	2.327	0.077*	a < b
	2학년 ^b	61	3.63	0.75			
	3학년 ^c	41	3.50	0.71			
	4학년 ^d	59	3.44	0.90			

대학환경적응	1학년 ^a	8	3.16	0.71	1.582	0.196	n/a
	2학년 ^b	61	3.78	0.77			
	3학년 ^c	41	3.75	0.72			
	4학년 ^d	59	3.70	0.80			

p* < 0.1, p** < 0.05, p*** < 0.01

다. 약기군에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응 차이

약기군에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응에 차이는 <표IV-6>과 같다.

환경지배력은 F=2.088, p=0.085로 유의수준 0.1에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 타약기군(3.89)이 가장 높은 환경지배력을 보였으며, 현약기군(3.14)이 가장 낮은 환경지배력 점수를 나타냈다.

학업적응은 F=1.991 p=0.098로 유의수준 0.1에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 타약기군(3.60)이 가장 높은 학업적응을 보였으며, 목관약기군(2.83)이 가장 낮은 학업적응 점수를 나타냈다.

개인-정서적응은 F=2.672, p=0.034로 유의수준 0.1로 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 타약기군(4.00)이 가장 높은 개인정서적응을 보였으며, 건반약기군(2.89)이 가장 낮은 개인-정서적응 점수를 나타냈다.

따라서 약기군에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응의 차이의 요인에서 환경지배력, 학업적응, 개인-정서적응이 유의미한 결과로 나온 것을 알 수 있었다. 타약기군이 상대적으로 다른 약기군들에 비해 높은 환경지배력, 학업적응, 개인-정서적응을 나타낸다고 할 수 있다.

그 외의 요인인 개인적 성장, 자아수용, 긍정적 대인관계, 삶의 목적, 사회적응, 대학환경적응은 유의미한 차이를 나타내지 못하고 있다.

<표IV-6> 악기군에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응의 차이

(n=169)

구분	만족도						
	n	평균	표준편차	F	p	scheffe	
환경지배력	현악기군 ^a	97	3.14	0.74	2.088	0.085*	n/a
	목관악기군 ^b	39	3.28	0.56			
	금관악기군 ^c	14	3.33	0.85			
	타악기군 ^d	6	3.89	0.54			
	건반악기군 ^e	13	3.44	0.75			
개인적 성장	현악기군 ^a	97	4.25	0.58	0.228	0.923	n/a
	목관악기군 ^b	39	4.30	0.48			
	금관악기군 ^c	14	4.26	0.63			
	타악기군 ^d	6	4.06	1.14			
	건반악기군 ^e	13	4.28	0.65			
자아수용	현악기군 ^a	97	3.58	0.72	0.657	0.623	n/a
	목관악기군 ^b	39	3.68	0.55			
	금관악기군 ^c	14	3.57	0.77			
	타악기군 ^d	6	3.46	0.80			
	건반악기군 ^e	13	3.33	0.90			
긍정적 대인관계	현악기군 ^a	97	3.99	0.61	0.176	0.951	n/a
	목관악기군 ^b	39	3.99	0.57			
	금관악기군 ^c	14	4.11	0.77			
	타악기군 ^d	6	4.07	0.37			
	건반악기군 ^e	13	3.94	0.61			
삶의 목적	현악기군 ^a	97	3.56	0.76	0.951	0.436	n/a
	목관악기군 ^b	39	3.68	0.74			
	금관악기군 ^c	14	3.84	0.82			
	타악기군 ^d	6	4.07	0.39			
	건반악기군 ^e	13	3.62	1.04			

학업적응	현악기군 ^a	97	2.88	0.70	1.991	0.098*	n/a
	목관악기군 ^b	39	2.83	0.76			
	금관악기군 ^c	14	3.20	0.87			
	타악기군 ^d	6	3.60	0.70			
	건반악기군 ^e	13	2.97	0.84			
사회적응	현악기군 ^a	97	4.10	0.66	0.063	0.993	n/a
	목관악기군 ^b	39	4.07	0.63			
	금관악기군 ^c	14	4.16	0.73			
	타악기군 ^d	6	4.17	1.09			
	건반악기군 ^e	13	4.10	0.55			
개인-정서적응	현악기군 ^a	97	3.53	0.72	2.672	0.034*	e < d
	목관악기군 ^b	39	3.49	0.85			
	금관악기군 ^c	14	3.57	0.86			
	타악기군 ^d	6	4.00	0.52			
	건반악기군 ^e	13	2.89	0.99			
대학환경적응	현악기군 ^a	97	3.69	0.77	0.838	0.503	n/a
	목관악기군 ^b	39	3.65	0.75			
	금관악기군 ^c	14	3.91	0.89			
	타악기군 ^d	6	4.17	0.79			
	건반악기군 ^e	13	3.71	0.71			

p* < 0.1, p** < 0.05, p*** < 0.01

라. 참여기간에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응 차이

참여기간에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응에 차이는 <표IV-7>과 같다.

삶의 목적은 t=-2.003, p=0.047로 0.05 수준에서 유의한 차이가 났으며, 2년 미만(3.76)이 2년 이상(3.52)보다 삶의 목적에 대한 점수가 높게 나타났

다.

대학환경적응은 $t=-1.667$, $p=0.097$ 로 0.1 수준에서 유의한 차이가 났으며, 2년 미만(3.82)이 2년 이상(3.62)보다 대학환경적응에 대한 점수가 높게 나타났다.

이처럼 참여기간에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응의 차이의 요인에서 삶의 목적, 대학환경적응이 유의미한 결과로 나온 것을 알 수 있었다. 2년 미만이 상대적으로 높은 삶의 목적과 대학환경적응을 나타낸다고 할 수 있다.

그 외의 요인인 환경지배력, 개인적 성장, 자아수용, 긍정적 대인관계, 학업적응, 사회적응, 개인-정서적응, 대학환경적응은 유의미한 차이를 나타내지 못하고 있다.

<표 IV-7> 참여기간에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응의 차이

(n=169)

구분	기술통계량			t(p)	
	N	평균(M)	표준편차(SD)		
환경지배력	2년 미만	83	3.28	0.76	-0.757(0.450)
	2년 이상	86	3.20	0.67	
개인적 성장	2년 미만	83	4.31	0.59	-1.150(0.252)
	2년 이상	86	4.21	0.59	
자아수용	2년 미만	83	3.66	0.67	-1.454(0.148)
	2년 이상	86	3.50	0.73	
긍정적 대인관계	2년 미만	83	4.07	0.58	-1.379(0.170)
	2년 이상	86	3.94	0.63	
삶의 목적	2년 미만	83	3.76	0.64	-2.003(0.047**)
	2년 이상	86	3.52	0.87	
학업적응	2년 미만	83	2.93	0.80	0.043(0.966)
	2년 이상	86	2.93	0.70	

사회적응	2년 미만	83	4.07	0.63	0.635(0.526)
	2년 이상	86	4.13	0.68	
개인-정서적응	2년 미만	83	3.60	0.80	-1.624(0.106)
	2년 이상	86	3.40	0.78	
대학환경적응	2년 미만	83	3.82	0.71	-1.667(0.097*)
	2년 이상	86	3.62	0.82	

p* < 0.1, p** < 0.05, p*** < 0.01

마. 연습시간에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응 차이

연습시간에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응에 차이는 <표IV-8>과 같다.

사회적응은 t=2.283, p=0.024로 0.05 수준에서 유의한 차이가 났으며, 2시간 이상(4.17)이 2시간 미만(3.91)보다 사회적응에 대한 점수가 높게 나타났다.

대학환경적응은 t=1.767, p=0.079로 0.1 수준에서 유의한 차이가 났으며, 2시간 이상(3.78)이 2시간 미만(3.55)보다 대학환경적응에 대한 점수가 높게 나타났다.

이처럼 연습시간에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응의 차이의 요인에서 사회적응, 대학환경적응이 유의미한 결과로 나온 것을 알 수 있었다. 2시간 이상이 상대적으로 높은 사회적응과 대학환경적응을 나타낸다고 할 수 있다.

그 외의 요인인 환경지배력, 개인적 성장, 자아수용, 긍정적 대인관계, 삶의 목적, 학업적응, 개인-정서적응은 유의미한 차이를 나타내지 못하고 있다.

<표 IV-8> 연습시간에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응의 차이

(n=169)

구분	기술통계량			t(p)
	N	평균(M)	표준편차(SD)	
환경지배력	2시간 미만	47	3.21	0.291(0.771)
	2시간 이상	122	3.25	
개인적 성장	2시간 미만	47	4.21	0.749(0.455)
	2시간 이상	122	4.28	
자아수용	2시간 미만	47	3.47	1.191(0.235)
	2시간 이상	122	3.62	
긍정적 대인관계	2시간 미만	47	3.88	1.629(0.105)
	2시간 이상	122	4.05	
삶의 목적	2시간 미만	47	3.58	0.602(0.548)
	2시간 이상	122	3.66	
학업적응	2시간 미만	47	3.03	-1.100(0.273)
	2시간 이상	122	2.89	
사회적응	2시간 미만	47	3.91	2.283(0.024 ^{**})
	2시간 이상	122	4.17	
개인-정서적응	2시간 미만	47	3.34	1.327(0.189)
	2시간 이상	122	3.55	
대학환경적응	2시간 미만	47	3.55	1.767(0.079 [*])
	2시간 이상	122	3.78	

p^{*}<0.1, p^{**}<0.05, p^{***}<0.01

3. 심리적 안녕감과 대학생활적응의 상관관계

대학 오케스트라 동아리 활동에 참여하는 대학생의 심리적 안녕감과 대학생활적응 간의 상관관계를 알아보기 위해 pearson 상관분석을 시행하였으며, 그 결과는 <표Ⅳ-9>와 같다.

심리적 안녕감과 대학생활적응 상관관계에서 환경지배력과 개인-정서적응, 개인적 성장과 대학환경적응을 제외한 34개의 상관관계가 유의수준 0.05에서 유의미한 상관관계를 나타냈다.

그중 대학환경적응과 긍정적 대인관계 간의 상관계수가 0.588로 가장 높은 상관관계를 나타냈으며 개인-정서적응과 개인적 성장이 0.186으로 가장 낮은 상관관계를 보였다.

이러한 결과로 심리적 안녕감과 대학생활적응은 대체적으로 서로 상관관계가 있음을 알 수 있었으며, 특히 대학환경적응이 높으면 긍정적 대인관계가 높음을 알 수 있었다.

<표IV-9> 심리적 안녕감과 대학생활적응 간의 상관관계

	환경 지배력	개인적 성장	자아 수용	긍정적 대인 관계	삶의 목적	학업 적응	사회 적응	개인 정서 적응	대학 환경 적응
환경 지배력	1								
개인적 성장	.233**	1							
자아 수용	.339**	.340**	1						
긍정적 대인 관계	.378**	.384**	.482**	1					
삶의 목적	.528**	.398**	.456**	.555**	1				
학업 적응	.430**	.093	.266**	.268**	.482**	1			
사회 적응	.247**	.520**	.483**	.500**	.448**	.237**	1		
개인- 정서 적응	.123	.186*	.247**	.442**	.301**	.396**	.226**	1	
대학 환경 적응	.325**	.138	.416**	.588**	.417**	.370**	.436**	.566**	1

p* < 0.1, p** < 0.05, p*** < 0.01

V. 결론 및 제언

이 연구는 대학 오케스트라 동아리 활동에 관한 구성원들의 심리적 안녕감과 대학생활적응에 대한 수준을 알아보고 그들의 상관관계를 알아보는 것을 목적으로 한다.

이를 위해서 2020년 2월부터 3월까지 약 2개월간에 걸쳐 서울, 경기 지역의 4년제 대학교 중 7개 학교의 오케스트라 동아리 구성원 170명을 대상으로 인터넷 설문조사를 하였다. 이 설문지는 참여자의 일반적 특성, 심리적 안녕감, 대학생활적응으로 구성하였다. 이 중 자료처리에 부적합한 설문지 1개를 제외한 169부를 분석에 사용하였다. 이 설문지는 참여자의 일반적 특성, 심리적 안녕감, 대학생활적응으로 구성하였다.

첫째, 심리적 안녕감의 수준을 알아본 결과, 심리적 안녕감의 하위요인 중 개인적 성장이 3.89로 가장 높게 나타났다. 이러한 결과는 오케스트라 동아리 활동이 심리적으로 개인적인 자존감을 성장시켜 안녕감을 형성하는데 영향을 준다고 이해할 수 있다.

둘째, 대학생활적응의 수준을 알아본 결과, 대학생활적응의 하위요인 중 대학환경 적응이 4.18로 가장 높게 나타났다. 이러한 결과는 오케스트라 동아리 활동을 통해 단원 간의 상호교류 등이 학교 생활환경에 적응하는데 영향을 준다는 것으로 볼 수 있다.

셋째, 성별에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응 차이에서 대학생활적응의 하위요인 학업적응이 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 남자가 3.12로 여자보다 높은 평균을 나타내고 있다. 이는 오케스트라 활동을 하며 남자가 여자보다 대학 생활 중 학업에 더 적응을 잘한다고 이해할 수 있다.

넷째, 학년에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응 차이에서 심리적 안녕

감의 하위요인인 긍정적 대인관계와 삶의 목적이 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 4학년이 4.11과 3.81로 가장 높은 긍정적 대인관계와 삶의 목적을 보였으며, 1학년이 가장 낮은 점수를 나타냈다. 또한 대학생활적응의 하위요인인 사회적응과 개인-정서적응에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 4학년이 4.27로 가장 높은 사회적응을 보였으며 1학년이 가장 낮은 점수를 나타냈다. 개인-정서적응에서는 2학년이 3.63으로 가장 높은 개인-정서적응을 보였으며 1학년이 가장 낮은 점수를 나타냈다.

이는 학년이 높아질수록 대인관계를 긍정적으로 받아들이고 삶에 대한 목적을 뚜렷하게 가지므로 심리적으로 안녕감을 더 느낀다고 이해할 수 있다. 이와 같이 대학 생활 적응에 있어서도 학년이 높아질수록 다양한 대인관계와 함께 사회적응력이 높아지고 개인과 정서 적응에 있어서도 영향을 준다고 이해할 수 있다.

다섯째, 악기군에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응 차이에서 심리적 안녕감의 하위요인인 환경지배력과 대학생활적응의 하위요인인 학업적응, 개인-정서적응이 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 타악기군이 3.89, 3.60, 4.00으로 각 요인에서 가장 높은 평균을 나타냈다. 이러한 결과는 오케스트라 동아리 활동에 참여하는 대학생 중에서 타악기 연주자가 가장 높은 심리적 안녕감과 대학생활적응 수준을 보였다는 것을 해석할 수 있다.

여섯째, 참여기간에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응 차이에서 심리적 안녕감의 하위요인인 삶의 목적과 대학생활적응의 하위요인인 대학환경적응에서 통계적으로 유의미했다. 각 요인에서 2년 이상의 단원들이 3.52, 3.62로 2년 미만 활동한 경우보다 삶의 목적과 대학환경적응이 낮았다. 이러한 결과는 오케스트라와 학업을 병행하면서 취업 등 미래에 대한 심리적으로 갈등과 불안을 보인다고 이해할 수 있다.

일곱째, 연습시간에 따른 심리적 안녕감 및 대학생활적응 차이에서는 대

학생활적응의 하위요인인 사회적응과 대학환경적응이 통계적으로 유의미했다. 2시간 이상이 4.17, 3.78로 각 요인에서 높은 평균을 나타냈다. 이러한 결과는 연습시간이 길수록 대학생활적응에 더 큰 영향을 주는 것으로 해석할 수 있다.

여덟째, 심리적 안녕감과 대학생활적응의 상관관계는 개인적 성장과 환경지배력, 자아수용과 환경지배력, 자아수용과 개인적 성장, 긍정적 대인관계와 환경지배력, 삶의 목적과 환경지배력, 삶의 목적과 개인적 성장 등 총 33개가 정적인 상관관계가 있음을 알 수 있었다. 대학환경적응과 긍정적 대인관계 간의 상관계수가 0.588로 가장 높은 상관관계를 나타냈으며 개인-정서적응과 개인적 성장이 0.186으로 가장 낮은 상관관계를 보였다. 오케스트라'의 단체 활동이라는 특성으로 인해 심리적 안녕감의 긍정적 대인관계와 대학생활적응의 대학환경적응 요인이 가장 높은 관계성을 나타낸 것으로 이해할 수 있다.

이 연구의 결론으로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 이 연구는 서울, 경기 지역의 4년제 대학 오케스트라 동아리 7개를 대상으로 실시하였다. 따라서 연구 결과를 전국의 대학 오케스트라 동아리를 하는 학생들에게 일반화하기가 어려우므로, 후속연구에서는 지역 확대 및 다양한 집단을 대상으로 연구해볼 필요가 있다.

둘째, 이 연구의 학년은 1학년 8명, 2학년 61명, 3학년 41명, 4학년 59명으로 표본의 불균등이 나타났다. 학년별로 심리적 안녕감과 대학생활적응의 수준을 정확하게 파악하기 위해서 후속연구에서는 대학 오케스트라 동아리의 학생 표본의 균형을 고려하여 연구대상을 선정해볼 필요가 있다.

셋째, 이 연구는 대학 오케스트라 동아리 활동에 참여하는 대학생을 대상으로 심리적 안녕감과 대학생활적응의 수준과 관계성에 대해 연구하였다. 후속 연구에서는 동아리 활동에 참여하는 집단과 하지 않는 집단을 비교 연

구하여 두 집단의 심리적 안녕감과 대학생활적응의 차이에 대한 연구로 접근해볼 필요가 있다.

참고문헌

- 고명주, 최보영(2017). “대학생의 학업스트레스와 대학생활적응과의 관계에서 자기조절능력의 매개효과”. **한국청소년학회**, 24(6), pp.81-104.
- 권석만(2017). **젊은이를 위한 인간관계의 심리학**. 서울: 학지사.
- 권혜진(2007). 대학생의 대학환경풍토지각과 대학생활적응 및 학업성취도 간의 관계 연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 김기정(1995). **자아의 발달**. 서울: 문음사.
- 김광현, 강성배(2016). “대학 신입생의 대학생활적응 척도 개발 및 타당화”. **교양교육연구**, 10(3), pp.253-293.
- 김동진, 김재운(2000). “대학생들의 동아리활동 참여가 여가만족에 미치는 영향”. **서울대학교체육연구소논집**, 21(2), pp.61-70.
- 김명소, 김혜원, 차경호(2001). “심리적 안녕감의 구성개념 분석: 한국 성인 남녀를 대상으로”. **한국심리학회지사회및성격**, 15(2), pp.19-39.
- 김명소, 임지영(2003). “대학생의 ‘바람직한 삶’ 구성요인 및 주관적 안녕감과 의 관계분석: 남녀 차이를 중심으로”. **한국심리학회지여성**, 8(1), pp.83-97.
- 김용국, 주현(2014). “대학생의 스트레스, 건강상태가 대학생활적응에 미치는 영향”. **한국사회체육학회지**, 56. pp.749-757.
- 김은정, 이정윤, 오경자(1992). “자기 지각, 사회적 지지 및 대처 행동이 대학생활의 적응에 미치는 영향”, **한국심리학회**, 1992(1), pp.525-534.
- 김찬혜(2019). 오케스트라 동아리에 참여하는 의대생의 심리적 안녕감과 의 사소통능력에 대한 연구. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 김현진(2018). 대학 아마추어 오케스트라 활동을 하는 대학생의 심리적 안녕

- 감과 학업 스트레스 간의 관계 분석. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 김혜원, 김명소(2000). “심리적 안녕감의 구성개념 타당도에 관한 연구”. **한국심리학회**, 2000(1), pp.210-211.
- 나동석, 강성화(2010). “중국유학생의 문화적응 스트레스가 문화적응 능력에 미치는 영향 - 사회적 지지의 매개효과 및 조절효과 중심으로”. **청소년학연구**, 17(7), pp.21-46.
- 문지영(2010). “음악치료 프로그램이 입원 정신질환자의 스트레스 감소에 미치는 효과”. **재활복지**, 14(2), pp.199-221.
- 민경찬(2006). **청소년을 위한 한국음악사[양악편]**. 서울: 도서출판 두리미디어.
- 박선영(2014). 오케스트라 활동이 초등학생의 사회성에 미치는 영향. 부산대학교 교육학석사학위논문.
- 신명희, 박명순, 권영심, 강소연 공저(2007). **교육심리학의 이해**. 서울: 학지사.
- 양초혜(2017). 대학 아마추어 오케스트라 동아리 구성원의 인식 조사. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 양희수(2010). 대학생의 스포츠동아리 참여가 대학생활적응에 미치는 영향. 관동대학교교육대학원. 석사학위논문.
- 오세복(2009). “교대생들의 동아리활동 참여에 따른 동아리활동 만족과 대학생활 만족 간의 관계”. **한국초등체육학회지**, 15(3), pp.81-93.
- 유순화(2014). “대학생의 인지적 정서조절과 심리적 안녕감 간의 관계”. **청소년복지연구**, 16(2), pp.183-202.
- 유지형(2016). “청소년기 오케스트라 활동경험과 심리적 안녕감의 관계”. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.

- 유진, 김석일 (2004). “운동 참여자들의 신체적 자기개념이 심리적 웰빙에 미치는 영향”. **스포츠 심리학회**, 15(4), pp.85-106.
- 윤형환(1999). 대학생의 의사결정유형에 따른 진로결정유형과 적응의 관계. 홍익대학교 대학원 미간행 석사학위논문.
- 이미림, 박찬숙(2013). “대학생의 심리적 스트레스, 사회적지지 및 마음 건강이 삶의 질에 미치는 영향”. **사회과학연구**, 22, pp.66-87.
- 이보라, 김미애, 이기학(2005). “외향성이 대학생활적응에 미치는 영향- 사회적 지지를 매개변인으로”. **한국심리학회**, 2(1), pp.99-112.
- 이수정, 안신호(2005). “행복이란 무엇인가? 행복에 관한 연구 개관”. **심리과학연구**, 4, pp.123-143.
- 장휘숙(1997). “청소년기의 애착과 자기 존중감 및 자기 효능감과 관계”. **인간발달연구**, 41, pp.88-106.
- 정은희(1993). 부모로부터의 독립과 대학생활적응과의 상관연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 정한나(2016). 대학 아마추어 오케스트라 운영 현황: 광주광역시 소재 대학교를 중심으로. 조선대학교 대학원 석사학위 논문.
- 정혜진(2016). 고등학교 음악 동아리 활동이 학교생활 만족도와 자기효능감에 미치는 영향. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 조민근, 이지열, 이철원(2018). “국내 아마추어 오케스트라 참여자의 여가몰입에 관한 현상학적 분석”. **여가학연구**, 16(2), pp.1-22.
- 조성희(2006). 대학생의 동아리활동과 사회적지지, 학업적응도 및 대학생활만족도와 관계 연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 조아영(2017). “고등학교 오케스트라 내의 사회적 관계 연구”. **음악교육연구**, 46(2), pp.131-156.
- 최수이, 김경호(2015). “오케스트라 동아리 참여 대학생의 성취도 및 만족도

- 조사”. **한국융합학회논문지**, 6(4), pp.25-31.
- 한덕용, 전점구, 이창호(1991). “한국대학의 생활환경 변화와 대학생활적응”.
성균관대학교 학생생활연구소: 학생생활연구, 1991(1), pp.259-266.
- 허한나(2016). 오케스트라 활동이 의대생의 학업 스트레스 감소에 미치는 영향. 동아대학교 교육대학원 석사학위논문.
- Baumgardner, S. R. & Crothers, M. K. (2009). Positive psychology, **긍정 심리학** (안신호, 이진환, 신현정, 홍창희, 정영숙, 이재식, 서수균, 김비아 옮김). 서울: 시그마프레스 (원판 2009).
- Baker, R. W. & Siryk, B.(1984). “Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*”, 31, 179-189
- Diener, E.(1984). “Subjective well-being”, *Psychological Bulletin*, 95, pp.542-575.
- Lazarus, R. S.(1976). *Patterns of adjustment(3rd)*. New York: McGraw-Hil Book Company.
- Ryff, C. D.(1989). “Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being”. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, pp.1069-1081.

ABSTRACT

Analysis of Relationship between Psychological Well-Being and
adaptation to College Life of College Students Playing in College
Amateur Orchestra

Lee, Juwon

Music Education Major

Graduate School of Education

Sungshin Women's University

The purpose of this study is to investigate the relationship between the psychological well-being and adaptation in the campus life of college students who participate in the college orchestra club, and to assist in the activation of college orchestra clubs.

To this end, a total of 170 students from 7 college orchestra clubs of Seoul and Gyeonggi Province participated in the survey. The collected data were analyzed using statistical package software SPSS Ver.24.0, and frequency analysis, technical statistics, independent sample t-tests and one-way analysis, correlations analysis, and the analysis results were summarized as follows.

First, the level of psychological well-being and college student adaptation were highest in the personal growth of psychological

well-being (3.89) and adaptation to the university environment (4.18).

Second, in the difference in psychological well-being and college life adaptation by gender, males showed higher academic adaptation (3.12) scores than females. In the difference in psychological well-being and college life adaptation according to grade level, the fourth grade was the highest in positive interpersonal relationships, the purpose of life, and the social adaptation, and the second grade was the highest in personal-emotional adaptation. In the difference in psychological well-being and college life adaptation according to the instrument group, the percussion group showed the highest score in environmental dominance, academic adaptation, and personal-emotional adaptation.

Third, In psychological well-being and college life adaptation according to the participation, members with more than 2 years of experience showed lower scores than those with less than 2 years in the purpose of life and the college environment adaptation. In psychological well-being and college life adaptation according to practice time, members who practiced more than 2 hours showed higher scores than those with less than 2 hours in social adaptation and the college environment adaptation.

Fourth, there were total of 33 positive correlations found, which include personal growth and environmental dominance, self-acceptance and environmental dominance, self-acceptance and personal growth, positive interpersonal and environmental dominance, purpose of life and environmental dominance, purpose of life and personal growth, and etc. Among them, it was found that the correlation coefficient (0.588) between college adaptation and the positive interpersonal relationship was

the highest, and the correlation between personal-emotional adaptation and personal growth was the lowest (0.186).

This study showed significant research results by analyzing the correlation between psychological well-being and college life adaptation of college students participating in university orchestra club activities. In correlation, it can be understood that the positive interpersonal relationship of psychological well-being and the college environment adaptation factor of college life adaptation showed the highest relationship due to the nature of the group activity of the 'orchestra'. In addition, it was possible to confirm each meaningful result in various factors such as environmental dominance, personal growth, the purpose of life, academic, social, and personal-emotional adaptation.

Hopefully, this study contributes to the preparation of a plan for regional expansion and various groups for creating and activating orchestra clubs.

부 록

안녕하십니까? 저는 성신여자대학교 교육대학원에서 음악교육을 전공하고 있는 이주원입니다.

저는 ‘대학 오케스트라 동아리 활동이 심리적안녕감 및 대학생활적응에 미치는 영향’에 대하여 석사학위 논문을 준비하고 있습니다. 이 연구를 위해 여러분의 도움이 절대적으로 필요합니다.

본 설문지는 익명으로 이루어지며 여러분들께서 작성해주신 결과는 정답이 없습니다. 학술적인 연구목적 이외에는 사용하지 않을 것을 약속드리며, 각 문항을 꼼꼼히 읽으신 후 솔직하게 작성해 주시길 부탁드립니다.

본 설문의 응답시간은 15분정도 소요됩니다. 바쁜 시간을 내어 협조해 주심에 감사드리며, 결과는 연구 자료로 소중히 사용하겠습니다.

성신여자대학교 교육대학원 음악교육 전공

연구자: 이주원

E-mail: joan01105@naver.com

6. 오케스트라 활동에 참여한지 얼마나 되었습니까?

- ①1년 미만
- ②1년 이상 ~ 2년 미만
- ③2년 이상 ~ 3년 미만
- ④3년 이상 ~ 4년 미만
- ⑤4년 이상

7. 오케스트라 활동은 1회 연습 시, 몇 시간 동안 진행됩니까?

- ①1시간 미만
- ②1시간 이상 ~ 2시간 미만
- ③2시간 이상 ~ 3시간 미만
- ④3시간 이상

8. 오케스트라에서 연주하는 악기의 레슨을 현재 받고 있습니까?

- ①예 ②아니오

※ 다음은 귀하의 심리적 안녕감에 관련된 질문입니다. 자신의 생각과 가장 가까운 것에 “V” 해주세요. (27문항)

번호	문항내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	나에게 주어진 상황은 내게 책임이 있다고 생각한다.					
2	내가 해야 할 일들이 힘겹게 느껴질 때가 있다.*					
3	나는 시간을 잘 활용하여 해야 할 모든 일을 제 때에 잘 처리해 나갈 수 있다.					
4	생활을 만족스럽게 꾸려 나가는 것이 쉽지 않다.*					
5	현재의 내 활동반경(생활영역)을 넓힐 생각이 없다.*					
6	나 자신과 인생살이에 자극을 줄 만한 새로운 경험을 하는 것이 중요하다고 생각한다.					
7	지난 세월을 되돌아보면, 내 자신이 크게 발전하지 못했다고 생각했다. *					
8	현재의 생활방식을 바꿔야 할 새로운 상황에 처하는 것을 싫어한다.*					
9	나에게 있어서 삶은 끊임없이 배우고 변화하고, 성장하는 과정이었다.					
10	살아 온 내 인생을 돌이켜 볼 때 현재의 결과에 만족한다.					
11	나 자신에 대해 자부심과 자신감을 갖고 있다.					
12	내가 아는 많은 사람들은 인생에서 나보다 더 많은 것을 성취하는 것 같다.*					
13	내 성격의 거의 모든 면을 좋아한다.					
14	남들과 친밀한 인간관계를 유지하는 것이 어렵고 힘들다.*					

15	나의 고민을 털어놓을 만한 가까운 친구가 별로 없어 가끔 외로움을 느낀다.*					
16	가족이나 친구들과 친밀한 대화를 나누는 것을 즐긴다.					
17	대부분의 사람들이 나보다 친구를 더 많이 갖고 있는 것 같다.*					
18	다른 사람들과 다정하고 신뢰 깊은 관계를 별로 경험하지 못했다.*					
19	대다수의 사람들과 의견이 다를 경우에도, 내 의견을 분명히 말하는 편이다.					
20	나는 무슨 일을 결정하는 데 있어 다른 사람들의 영향을 받지 않는 편이다.					
21	나는 강한 의견을 가진 사람으로부터 영향을 받는 편이다.					
22	내 스스로 정한 기준에 의해 나 자신을 평가하지, 남들의 기준에 의해 평가하지 않는다.					
23	그저 하루하루를 살아가고 있을 뿐 장래에 대해서는 별로 생각하지 않는다.*					
24	과거에는 나 자신이 혼자 목표를 세우곤 했으나 돌이켜보면 그것이 시간낭비였던 것 같다.*					
25	가끔 매일 하는 일들이 사소하고 중요하지 않은 것처럼 느껴진다.*					
26	내 인생에서 무엇을 성취하려고 하는지 잘 모르겠다.*					
27	내가 세운 계획을 어떻게 해서라도 실천하려고 노력한다.					

※ 다음은 귀하의 **대학생활적응**에 관련된 질문입니다. 자신의 생각과 가장 가까운 것에 “V” 해주세요. (30문항)

번호	문항내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	나는 대학공부가 어렵게 느껴진다.*					
2	나는 시험기간 중에 잘 지내지 못한다.*					
3	나는 나의 학업수준에 만족하고 있다. *					
4	나의 학업적 목적과 목표는 뚜렷하게 정해져있다.*					
5	나는 최근에 공부하려는 의욕이 별로 생기지 않는다.*					
6	나는 최근에 대학교육의 가치에 대해 회의를 가지고 있다.*					
7	나는 대학에서 들을 수 있는 강의가 많고 다양하다는 데에 만족한다.*					
8	나는 최근에 공부하려고 할 때 주의집중이 안되어 어려움을 겪고 있다.*					
9	나는 규칙적으로 강의에 출석한다.*					
10	나는 대학환경에 잘 적응하고 있다.					
11	나는 학교에서 충분히 많은 사람들을 만나고 마음껏 친구들을 사귀고 있다.					
12	나는 대학활동(동문회, 동아리 등)에 잘 참여하고 있다.					
13	나는 대학에서 사람들과 잘 어울려 지낼 수 있는 사회적 기술을 충분히 가지고 있다고 생각한다.					
14	나는 최근에 대학에서 생활하면서 외로움을 많이 느낀다.*					
15	나는 다른 학생들과 스스로 많이 다르다고 느끼는데, 난 그것이 싫다.*					
16	나는 무슨 문제든지 함께 이야기할 수 있는 좋은 친구나 아는 사람이 대학에 몇					

	명 있다.					
17	최근 나는 긴장감을 느끼거나 신경이 예민해져 있다.*					
18	나는 최근에 기분이 매우 우울하고 울적하다.*					
19	나는 최근에 피곤할 때가 많다.*					
20	홀로 선다는 것, 내 자신에 대해 책임을 진다는 것이 쉽지가 않다.*					
21	나는 최근에 식욕이 좋다.					
22	나는 최근에 머리가 아플 때가 많다.*					
23	나는 최근에 체중이 많이 늘었다(혹은 줄었다).*					
24	나는 최근에 너무 쉽게 화가 나곤 한다.*					
25	나는 잠을 잘 자지 못한다.*					
26	나는 최근에 건강상태가 좋다고 느낀다.					
27	나는 대학생활에서 닥치는 스트레스에 대처하는데 어려움이 많다.*					
28	나는 대학에 다니기로 한 결정에 대해서 만족한다.					
29	나는 학사학위를 받을 때까지 계속 학교에 다닐 것이 다.					
30	나는 휴학을 했다가 나중에 공부를 마칠까 하는 생각을 많이 하고 있다.*					