

Relationship between Major Satisfaction, Self-Resilience, and Job Preparation Stress in Students of Optometry

Myoung-Hee Lee^{1,a}, Ka-UI Choi^{2,b}, and Se-Jin Kim^{2,c,*}

¹Dept. of Optometry, Baekseok Culture University, Professor, Cheonan 31065, Korea

²Dept. of Optometry, Baekseok University, Professor, Cheonan 31065, Korea

(Received February 25, 2025: Revised March 4, 2025: Accepted March 4, 2025)

Purpose: This study aimed to analyze the impact of major satisfaction and self-resilience on job preparation stress among optometry students and to verify whether self-resilience mediates this relationship. The study sought to understand the influence of major-specific characteristics and psychological factors on stress experienced during the job preparation process. **Methods:** An online survey was administered to 224 university students majoring in optometry in the Chungcheong region. Validated questionnaires measuring major satisfaction, self-resilience, and job preparation stress were used. Data were analyzed using SPSS 26.0, employing descriptive statistics, correlation analysis, multiple regression, and mediation analysis. **Results:** Major satisfaction had a significant positive effect on self-resilience ($\beta=0.50$, $p<0.001$), while self-resilience had a significant negative effect on job preparation stress ($\beta=-0.38$, $p<0.001$). Furthermore, the direct effect of major satisfaction on job preparation stress became less significant when self-resilience was included as a mediator ($\beta=-0.20$, $p=0.004$), indicating that self-resilience partially mediated the relationship. **Conclusions:** This study confirmed that major satisfaction among optometry students indirectly influences job preparation stress through self-resilience. These findings suggest that enhancing major satisfaction and strengthening self-resilience through tailored educational and psychological support programs can effectively alleviate job-related stress. The results highlight the need for customized career support and counseling programs that reflect the unique characteristics of the optometry field.

Key words: Optometry, Major satisfaction, Self-resilience, Job preparation stress, University students

서 론

현대 사회에서 대학생들은 급변하는 노동 시장과 경쟁적인 취업 환경 속에서 다양한 심리적, 정서적 부담을 경험하고 있다. 특히, 학업을 수행하는 과정에서 전공에 대한 만족도뿐만 아니라, 개인의 심리적 자아탄력성 및 취업 준비 과정에서의 스트레스를 겪게 된다. 이에 따라 대학 교육이 단순한 지식 전달을 넘어 학생들의 심리적 안정과 취업준비를 위한 역량 강화를 지원할 필요성이 대두되고 있다^[1-3].

전공만족도는 학생들이 자신의 학문적 선택에 대해 느끼는 정서적 반응으로 정의되며, 이는 학업 성취도, 직업적 기대 및 향후 진로 결정에 중요한 영향을 미친다^[4]. 선행 연구에 따르면 전공만족도가 높은 학생일수록 학업 수행의 동기 부여가 강화되며, 이는 긍정적인 자아개념 형성

과 취업 준비 과정에서의 자신감 향상으로 이어진다^[5]. 반면, 전공만족도가 낮은 경우 학생들은 학업에 대한 흥미 감소와 더불어 취업준비 과정에서 높은 수준의 스트레스를 경험할 가능성이 크다^[6]. 따라서 대학 교육과정에서 학생들의 전공만족도를 높일 수 있는 체계적인 지원이 필요하다.

자아탄력성은 개인이 스트레스 상황에서 심리적 안정성을 유지하고 적응할 수 있는 능력으로 정의된다. 이는 특히 취업 준비 과정에서 중요한 요인으로 작용하며, 높은 자아탄력성을 가진 학생들은 어려운 상황에서도 긍정적인 태도를 유지하며 적극적으로 문제를 해결하는 경향을 보인다^[7,8]. 자아탄력성은 개인의 내적 신념과 환경 적응 능력에 영향을 받으며, 이를 강화하기 위해서는 교육기관 차원에서 심리적 회복력을 키울 수 있는 프로그램을 운영하는 것이 필요하다. 따라서 자아탄력성이 높은 학생들은 취

*Corresponding author: Se-Jin Kim, TEL: +82-41-550-0830, E-mail: sjkim@bu.ac.kr

Authors ORCID: ^a<https://orcid.org/0000-0001-8924-0024>, ^b<https://orcid.org/0000-0002-9914-4797>, ^c<https://orcid.org/0000-0002-5527-3079>

업 준비 과정에서의 스트레스를 보다 효과적으로 조절하고, 이에 따른 심리적 부담을 완화할 가능성이 높다^[9].

취업준비스트레스는 대학생들이 졸업을 앞두고 경험하는 주요한 심리적 부담 요소 중 하나로, 직업 탐색, 면접 준비, 경쟁 심화 등의 요인에 의해 유발된다^[10,11]. 높은 수준의 취업준비스트레스는 심리적 불안감과 우울감을 증가시키고, 이는 취업 성공 가능성을 저하시킬 수 있다^[2]. 따라서 학생들이 보다 효과적으로 취업 준비를 할 수 있도록 심리적 지원과 교육적 개입이 필요하다. 이러한 스트레스를 감소시키기 위해서는 대학 차원에서 실질적인 취업 지원 서비스와 상담 프로그램을 제공하는 것이 효과적일 것이다^[4,12].

본 연구는 안경광학과 대학생을 대상으로 전공만족도, 자아탄력성 및 취업준비스트레스 간의 관계를 분석하고, 자아탄력성이 이들 관계에서 매개효과를 가지는지를 분석하고자 하였다. 이를 통해 대학생들이 보다 안정적으로 학업을 수행하고, 취업 준비 과정에서 경험하는 스트레스를 완화할 수 있는 방안을 모색하고자 한다. 또한, 기존 연구와 차별화하여 안경광학과 학생들에게 맞게 설계된 문항들 간의 관계를 조망함으로써 실질적인 교육방안의 기초를 제공하고자 한다. 본 연구의 결과는 대학 교육 과정에서 학생들의 심리적 안정성과 직업적 준비도를 향상시키기 위한 기초 자료로 활용되어 학생들이 보다 효과적으로 취업 준비를 하고, 향후 직업 생활에서도 지속적으로 성장할 수 있는 토대를 마련하고자 한다.

대상 및 방법

본 연구는 충청지역 안경광학과 대학생 244명을 대상으로 본 연구의 목적에 동의한 자를 표출하였다. 대상자의 평균 연령은 22.58±2.21세이며, 설문은 온라인 조사 방식으로 진행되었다.

설문 문항은 총 44문항으로 전공만족도 13문항(개인차원에서 만족도(6), 사회차원에서의 만족도(7)), 자아탄력성 16문항(긍정적 미래지향성(5), 감정조절(6), 흥미와 관심의 다양성(5)), 취업준비스트레스 15문항으로 구성하였다. 설문문항은 “전혀 그렇지 않다” 1점~“매우 그렇다” 5점으로 점수가 높을수록 관심도가 높다는 것을 의미한다.

수집된 자료는 SPSS 23.0(SPSS Inc, Chicago, IL, USA) 프로그램을 이용하여 기술통계와 상관분석, 회귀분석을 시행하였다. 모든 유의수준은 $p<0.050$ 인 경우를 기준으로 하였다.

본 연구는 대상자에게 연구 목적과 조사방법에 대하여 충분히 설명한 후 동의를 얻고 진행하였으며, 모든 조사과정과 규약은 백석문화대학교 기관생명윤리위원회(Institutional

Table 1. Major satisfaction, self-resilience, and job preparation stress

Variables		M±SD
Major satisfaction	Personal dimension	3.56±0.72
	Social dimension	3.41±0.65
	Total	3.48±0.63
Self-resilience	Positive future orientation	3.88±0.74
	Emotional regulation	3.43±0.67
	Diversity of interests and engagement	3.51±0.78
	Total	3.59±0.56
Job preparation stress	Total	2.40±0.57

M; mean, SD; standard deviation

Review Board, IRB, 승인번호: 제2-7008132-A-N-01호.25-04)의 승인을 받아 실시하였다.

결과 및 고찰

1. 전공만족도, 자아탄력성과 취업준비스트레스

안경광학과 대학생의 전공만족도 하위영역, 자아탄력성 하위영역, 취업준비스트레스의 평균 점수를 Table 1에 나타내었다. 전공만족도는 3.48점으로 하위영역 중 개인차원 전공만족도가 3.56으로 높았다. 자아탄력성은 3.59점으로 하위영역 중 긍정적 미래지향적 자아탄력성이 3.88로 가장 높았고, 감정조절 자아탄력성이 3.43으로 낮은 결과를 나타내었다. 취업준비스트레스는 2.40점으로 낮은 결과를 나타내었다.

2. 전공만족도, 자아탄력성과 취업준비스트레스 상관성

전공만족도, 자아탄력성과 취업준비스트레스의 상관성을 Table 2에 나타내었다. 취업준비스트레스는 개인차원 전공만족도($r=-0.46, p<0.001$)와 전체 전공만족도($r=-0.39, p<0.001$)에서 부(-)적 상관을 나타내었다. 따라서 전공만족도가 높을수록 취업준비스트레스는 낮아지는 것을 확인하였다.

취업준비스트레스는 전체 자아탄력성($r=-0.48, p<0.001$), 긍정적 미래지향적($r=-0.51, p<0.001$), 감정조절($r=-0.47, p<0.001$)에서 부(-)적 상관을 나타내었다. 따라서 자아탄력성이 높을수록 취업준비스트레스가 낮아지는 것을 확인하였다.

3. 전공만족도와 취업준비스트레스간의 관계에 대한 자아탄력성의 매개효과

Baron 등^[13]이 제시한 3단계 절차에 따라 전공만족도와 취업스트레스간의 자아탄력성 매개효과를 검증하였고 Table 3~5에 나타내었다.

Table 2. Correlation between major satisfaction, self-resilience, and job preparation stress

	1	2	3	4	5	6	7	8
1	1							
2	0.70**	1						
3	0.92**	0.93**	1					
4	0.61**	0.53**	0.62**	1				
5	0.31**	0.23**	0.29**	0.47**	1			
6	0.27**	0.24**	0.27**	0.51**	0.20**	1		
7	0.51**	0.42**	0.50	0.85**	0.73**	0.74**	1	
8	-0.46**	-0.26**	-0.39**	-0.51**	-0.47**	-0.14*	-0.48**	1

** $p < 0.010$

1. personal dimension, 2. social dimension, 3. major satisfaction, 4. positive future orientation, 5. emotional regulation, 6. diversity of interests and engagement, 7. self-resilience, 8. job preparation stress

모형 1에서 전공만족도가 취업준비스트레스에 미치는 영향을 알아보기 위해 선형회귀분석을 실시하였다(Table 3). 전공만족도의 $t = -6.27$ 로 취업스트레스와 부(-)적인 관계를 나타내었다($p < 0.001$). 즉 전공만족도가 낮으면 취업준비스트레스가 높았다. 회귀 모형은 $F = 39.34$ ($p < 0.001$)를 나타내고 있으며, 15.0%의 설명력을 보이고 있다. Durbin-Watson=2.13로 잔차들 간에 상관관계가 없어 회귀모형으로 적합하였다.

모형 2에서 전공만족도가 자아탄력성에 미치는 영향을

알아보기 위해 선형회귀분석을 실시하였다(Table 4). 전공만족도의 $t = 8.69$ 로 자아탄력성과 정(+)적인 관계를 나타내었다($p < 0.001$). 즉 전공만족도가 높으면 자아탄력성이 높았다. 회귀 모형은 $F = 75.50$ ($p < 0.001$)을 나타내고 있으며, 25.0%의 설명력을 보이고 있다. Durbin-Watson=1.85로 잔차들 간에 상관관계가 없어 회귀모형으로 적합하였다.

모형 1에서 독립변수 전공만족도가 종속변수 취업스트레스에 부(-)적으로 유의한 영향을 미치는 것을 확인하였고($\beta = -0.39$, $p < 0.001$), 모형 2에서 독립변수 전공만족도가 매

Table 3. Impact of major satisfaction on job preparation stress

Variables	Unstandardized coefficients		Standardized coefficients	t	p
	B	SE	β		
(Constant)	3.63	0.20		18.21**	0.000
Major satisfaction	-0.35	0.06	-0.39	-6.27**	0.000

F=39.34**, R²=0.15, Adj R²=0.15, Durbin-Watson=2.13** $p < 0.010$

Table 4. Impact of major satisfaction on self-resilience

Variables	Unstandardized coefficients		Standardized coefficients	t	p
	B	SE	β		
(Constant)	2.04	0.48		11.17**	0.000
Major satisfaction	0.448	0.05	0.50	8.69**	0.000

F=75.50**, R²=0.25, Adj R²=0.25, Durbin-Watson=1.85** $p < 0.010$

Table 5. Mediating effect of self-resilience on the relationship between major satisfaction and job preparation stress

	Variables	β	t	p	R ²	F
1	Major satisfaction → Job preparation stress	-0.39	-6.27**	0.000	0.15	39.34**
2	Major satisfaction → Self-resilience	0.50	8.69**	0.000	0.25	75.50**
3	Major satisfaction → Job preparation stress	-0.20	-2.94**	0.004	0.26	38.40**
	Self-resilience → Job preparation stress	-0.38	-5.65**	0.000		

** $p < 0.010$

개변수 자아탄력성에 정(+)적으로 유의미한 영향을 미치는 것을 확인하였다($\beta=0.50, p<0.001$). 모형3에서 매개변수 자아탄력성의 위계적 회귀분석을 한 결과 독립변수 전공만족도가 종속변수 취업준비스트레스에 부(-)적으로 유의미한 영향을 미쳤고($\beta=-0.20, p=0.004$), 매개변수 자아탄력성은 종속변수 취업스트레스에 통계적으로 유의하여 매개효과 검증 조건을 충족하였다($\beta=-0.38, p<0.001$). 3단계의 공차(TOL)는 0.1 이상, VIF는 10 미만으로 다중공선성 문제가 없음을 확인하였다.

모형 1, 모형 2의 p 값이 유의수준 0.05 미만으로 유의한 상태에서 모형 3의 독립변수 전공만족도→종속변수 취업스트레스의 p 값은 0.05 미만으로 통계적으로 유의하였고, 모형 3의 매개변수 자아탄력성→종속변수 취업준비스트레스의 p 값은 0.05 미만으로 나타났다. 모형 1의 독립변수 전공만족도가 종속변수에 미치는 영향력은 $\beta=-0.39$ 로 나타난 데 반해, 매개변수 자아탄력성이 투입된 모형 3에서의 $\beta=-0.20$ 으로 감소함에 따라 부분 매개하는 것으로 나타났다. 따라서 Baron 등^[13]의 매개효과 조건이 충족하였으므로 취업스트레스에 대한 자아탄력성의 부분 매개효과를 갖고 있음을 확인하였다.

본 연구는 안경광학과 대학생을 대상으로 전공만족도, 자아탄력성 및 취업준비스트레스 간의 관계를 분석하고, 이들이 취업 준비 과정에서 경험하는 심리적 요인과 그 영향을 심층적으로 분석하였다. 연구 결과, 전공만족도와 자아탄력성은 취업준비스트레스와 유의미한 부적 상관관계를 보였으며, 이는 선행 연구와 일치한다.

먼저, 안경광학과 학생들의 전공만족도가 높을수록 취업준비스트레스가 유의미하게 낮은 것으로 나타났다. 이는 기존 연구와 일치하는 결과로, Kim^[14]은 전공에 대해 만족하는 학생일수록 학업과 진로 준비 과정에서 긍정적인 태도를 유지하고, 자신의 선택에 대해 확신을 가지기 때문에 스트레스를 덜 경험하는 경향이 있다고 하였다. 본 연구에서도 전공에 대한 만족도가 높을수록 진로 선택 과정에서의 확신과 심리적 안정성이 증가하는 경향을 보였다. 특히, 안경광학과 특성상 실무 중심의 교육과 면허 취득 과정이 직업적 성공과 직접적으로 연계되기 때문에, 전공 만족도가 높은 학생들은 준비 과정에서 자신감을 가지고 스트레스를 덜 경험하는 것으로 분석되었다. 반면, 전공만족도가 낮은 학생일수록 취업 준비 과정에서 스트레스를 더 많이 경험하는 것으로 나타났으며, 이는 안경광학과 특성상 관련이 있다. 국가고시 준비와 임상 실습 과정에서 어려움을 겪는 학생들은 전공에 대한 만족도가 낮아지고, 이는 진로 준비 과정에서 자신감을 저하시키고 심리적 부담을 가중시키는 요인으로 작용할 수 있다. 이러한 결과는 Lee^[4]의 연구와도 일치하며, 진로 준비 과정에

서 전공 만족도가 학생들의 심리적 안정성과 직결된다는 점을 강조한다.

자아탄력성 역시 취업준비스트레스와 유의미한 부적 상관관계를 보였다. 선행연구와 유사한 결과로, 자아탄력성이 높은 학생들은 스트레스 상황에서도 보다 유연하게 대처하고, 실패를 성장의 기회로 받아들이는 경향을 보였다^[12,15]. 안경광학과 학생들의 경우, 국가고시와 임상 실습 과정에서 발생하는 스트레스를 관리하고 심리적 안정을 유지하는 능력이 매우 중요하다. 자아탄력성이 높은 학생들은 이러한 도전 과제를 긍정적으로 해석하고, 스스로 해결 전략을 모색할 수 있으며 이는 심리적 자아탄력성을 강화하는 교육 프로그램과 개인 상담의 필요성을 시사한다.

회귀분석 결과, 전공만족도가 자아탄력성에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났으며($\beta=0.50, p<0.001$), 자아탄력성은 취업준비스트레스에 부적 영향을 미쳤다($\beta=-0.38, p<0.001$). 특히, 전공만족도가 취업준비스트레스에 미치는 직접적인 영향은 자아탄력성을 매개변수로 추가한 후 유의성이 감소하는 경향을 보였다($\beta=-0.20, p<0.004$). 이는 전공만족도가 자아탄력성을 통해 간접적으로 스트레스에 영향을 미친다는 점을 의미한다. 안경광학과는 이론과 실습, 임상 경험을 기반으로 한 실무 중심의 교육과정을 운영하는 전공이다. 본 연구에서 전공만족도가 높은 학생일수록 자아탄력성이 강화되고, 이는 취업준비스트레스 완화에 이어졌다는 결과는 학과 특성에 따른 의미를 나타낸다. 특히, 실무 중심의 수업과 국가고시 준비 과정에서 전공에 대한 만족도가 높을수록 학업과 진로에 대한 확신과 자신감이 강화되어, 스트레스에 보다 효과적으로 대응하는 것으로 해석된다. 이는 Park^[8]의 연구와 일치하는 결과로, 전공만족도가 높을수록 진로에 대한 불안이 줄어들고 자아탄력성이 강화된다고 보고된 바 있다. 또한, 본 연구는 자아탄력성이 매개 역할을 한다는 점을 추가로 규명함으로써, 기존 연구와의 차별성을 보였다. 안경광학과와 실무 중심의 교육과 임상 실습 과정에서의 성공 경험이 자아탄력성을 높이는 중요한 요인으로 작용한다는 점에서, 전공만족도가 자아탄력성을 통해 취업준비스트레스에 간접적으로 영향을 미친다는 본 연구의 결과는 의미가 크다. 특히, 안경광학과와 같이 자격증 취득과 실무 역량이 취업과 직결되는 전공에서, 자아탄력성을 높이는 심리 교육과 실무 경험 중심의 프로그램이 필요하다는 점을 강조한다.

본 연구는 안경광학과 학생이라는 특정 집단을 대상으로 진행된 점에서 실무적 함의를 가진다. 안경광학과는 실습과 자격증 취득이 졸업 후 직업적 성공에 직접적인 영향을 미치는 전공이므로, 전공만족도와 자아탄력성을 높이는 교육 프로그램과 함께, 학생들이 실무 역량을 강화할

수 있는 체계적인 지원이 필요하다. 특히, 학생들이 실무 중심의 경험을 쌓을 수 있도록 임상 실습과 현장 연계 프로그램을 확대하고, 국가고시 준비를 체계적으로 지원하는 교육적 접근이 필요하다. 또한, 취업 준비 과정에서의 스트레스를 줄이기 위해 상담 프로그램과 멘토링 제도를 강화하는 것도 효과적인 접근법이 될 것이다.

향후 연구에서는 다양한 지역과 전공을 대상으로 유사한 연구를 확대 실시하여, 전공과 취업 준비 과정에서의 스트레스 요인을 보다 광범위하게 분석하는 것이 필요하다. 특히, 실무 경험과 자격 취득 과정이 심리적 부담을 어떻게 완화하는지에 대한 심층적 분석이 이루어진다면, 보다 효과적인 교육적 개입 전략을 수립하는 데 기여할 수 있을 것이다.

결론

본 연구는 안경광학과 대학생들의 전공만족도, 자아탄력성 및 취업준비스트레스 간의 관계를 분석하고, 이들이 직면하는 심리적 어려움과 그 완화 요인을 파악하는 데 중점을 두었다. 연구 결과, 전공만족도가 높을수록 취업준비스트레스가 낮았으며, 자아탄력성이 높은 학생들은 스트레스 상황에서도 보다 효과적으로 대처하는 경향을 보였다. 또한, 전공만족도가 자아탄력성을 통해 취업준비스트레스에 간접적으로 영향을 미치는 경향이 확인되었다.

특히, 자아탄력성의 하위요인 중 ‘긍정적 미래지향성’과 ‘감정조절’이 취업준비스트레스 감소에 중요한 역할을 했으며, 이는 학생들이 미래에 대한 긍정적인 태도를 가질수록 스트레스 대처 능력이 향상된다는 점을 나타낸다. 따라서 대학에서는 전공만족도를 높이기 위한 교육적 지원뿐만 아니라, 학생들의 심리적 회복력을 향상시키는 멘토링 및 상담 프로그램을 제공할 필요가 있다. 본 연구는 안경광학과 학생이라는 특정 집단을 대상으로 수행되어, 실무 중심 교육과 국가자격증 준비라는 특수성이 취업 준비 과정에서 중요한 역할을 한다는 점을 확인하였다. 따라서 교육 기관은 학생들이 전공에 대한 만족도를 높이고, 자아탄력성을 강화할 수 있도록 심리적 지원과 실무 경험을 제공하는 프로그램을 확대할 필요가 있다. 예를 들어, 임상 실습과 현장 중심의 교육 프로그램을 확대하고, 국가고시 준비를 체계적으로 지원하는 교육적 접근이 필요하다. 또한, 취업시장에서의 경쟁이 치열해짐에 따라 학생들의 취업준비스트레스가 증가하므로, 실무 경험을 위한 임상실습 및 취업 관련 멘토링 시스템을 강화하는 것이 필요하다. 향후 연구에서는 다양한 전공과 지역의 학생들을 대상으로 유사한 연구를 확대하고, 실무 경험과 자격 취득 과정이 취업 준비 과정에서의 심리적 부담을 어떻게 완화하

는지에 대해 심층적으로 분석하는 것이 필요하다. 이를 통해 보다 실질적이고 효과적인 교육적 개입 방안을 제시할 수 있을 것이다. 이를 통해 학생들이 보다 효과적으로 취업 준비를 하고, 향후 직업 생활에서도 지속적으로 성장할 수 있는 토대를 마련할 것이라고 사료된다.

REFERENCES

- [1] Lee JY, Hwang HK. A study on the stress of clinical practice, somatization, and satisfaction with clinical practice in students majoring in ophthalmic optics: a focus on Daegu and Gyeongbuk. *J Korean Ophthalmic Opt Soc.* 2021;26(3): 143-149. DOI: <https://doi.org/10.14479/jkoos.2021.26.3.143>
- [2] Park BJ, Park SJ, Cho H. The relationship between clinical practice stress, satisfaction of clinical practice, clinical performance ability and the nursing profession in nursing college students. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society.* 2016;17(7):220-227. DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.7.220>
- [3] Cho EY, Kim JA, Kim JY, et al. The factors influencing employment stress of nursing students. *J Convergence Cult Technol.* 2016;2(1):35-43. DOI: <https://doi.org/10.17703/JCCT.2016.2.1.35>
- [4] Lee MR. The relationships among major satisfaction, ego-resiliency and job preparing stress. MA Thesis. Mokpo University, Jeollanam-do. 2014;1-16.
- [5] An EG, Park JM. The influence of professional self-concept on empowerment and burnout of paramedics. *Korean J Emerg Med Serv.* 2014;18(2):59-71. DOI: <https://doi.org/10.14408/KJEMS.2014.18.2.059>
- [6] Jeong H, Lee H. Study on the effect of clinical practice satisfaction and major satisfaction on employment intention of students in the department of dental technology who experienced clinical practice. *J Tech Dent.* 2023;45(4):95-101. DOI: <https://doi.org/10.14347/jtd.2023.45.4.95>
- [7] Jeong B, Ahn SH, Oh YJ. The relationship between major satisfaction and job-seeking stress of university students: the moderating effects of family support and friends/seniors support. *The Journal of Employment and Career.* 2021;11(1): 159-181. DOI: <https://doi.org/10.35273/jec.2021.11.1.007>
- [8] Park HJ, Yoo EJ, Lee HM. The relationship between academic stress and major satisfaction of university students: factors affecting self-effectiveness and social support. *J Korea Contents Assoc.* 2020;20(2):310-322. DOI: <https://doi.org/10.5392/JKCA.2020.20.02.310>
- [9] Yoo JH, Choi HJ. A study on the relationship between professional self-concept, interpersonal relationship, coping, clinical practice satisfaction of nursing college students. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society.* 2019;20(3):553-561. DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2019.20.3.553>
- [10] Ha TH. The influences of ego-resilience and stress coping

- styles on college adaptation. Journal of the Korean Data and Information Science Society. 2019;30(6):1329-1340. DOI: <https://doi.org/10.7465/jkdi.2019.30.6.1329>
- [11] Choi SH, Lee H. Influence on college students' depression of anxiety, unemployment stress, and self-esteem: moderating effect of resilience. J Korea Contents Assoc. 2014;14(10):619-627. DOI: <https://doi.org/10.5392/JKCA.2014.14.10.619>
- [12] Lee MR, Park BH. Mediating effects of ego-resiliency on the relationship between major satisfaction and job-preparing stress of university students. Journal of Future Oriented Youth Society. 2014;11(4):77-93.
- [13] Baron RM, Kenny DA. The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: conceptual, strategic, and statistical considerations. J Pers Soc Psychol. 1986;51(6):1173-1182. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
- [14] Kim KN, Kang EH. The effects of self-efficacy, appearance satisfaction in major on employment stress of nursing college students. Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society. 2020;21(3):80-88. DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2020.21.3.80>
- [15] Park E, Lee E. The effects of undergraduates' social problem solving ability and ego-resilience on job seeking stress. Studies on Korean Youth. 2013;24(4):5-30.

안경광학과 학생의 전공만족도, 자아탄력성 및 취업준비스트레스와의 관계

이명희¹, 최가을², 김세진^{2,*}

¹백석문화대학교 안경광학과, 교수, 천안 31065

²백석대학교 안경광학과, 교수, 천안 31065

투고일(2025년 2월 25일), 수정일(2025년 3월 4일), 게재확정일(2025년 3월 4일)

목적: 본 연구는 안경광학과 대학생을 대상으로 전공만족도와 자아탄력성이 취업준비스트레스에 미치는 영향을 분석하고, 이 과정에서 자아탄력성이 매개 역할을 하는지를 검증하여, 취업 준비 과정에서의 심리적 요인과 전공 특성의 관계를 이해하고자 하였다. **방법:** 충청지역 안경광학과 대학생 224명을 대상으로 온라인 설문조사를 실시하였다. 전공만족도, 자아탄력성, 취업준비스트레스를 측정하기 위해 신뢰도와 타당성이 검증된 설문 도구를 사용하였으며, 수집된 자료는 SPSS 26.0 프로그램을 이용하여 기술통계, 상관관계 분석, 다중회귀분석, 그리고 매개효과 분석을 통해 분석하였다. **결과:** 전공만족도는 자아탄력성에 유의한 정적 영향을 미쳤으며($\beta=0.50, p<0.001$), 자아탄력성은 취업준비스트레스에 유의한 부적 영향을 미쳤다($\beta=-0.38, p<0.001$). 또한, 전공만족도가 취업준비스트레스에 미치는 직접적인 영향은 자아탄력성을 매개로 할 때 유의성이 감소하는 것으로 나타나($\beta=-0.20, p=0.004$), 자아탄력성이 부분 매개 역할을 하는 것으로 확인되었다. **결론:** 본 연구는 안경광학과 대학생의 전공만족도가 자아탄력성을 통해 취업준비스트레스에 간접적으로 영향을 미친다는 점을 확인하였다. 이는 학생들의 전공 만족도를 높이고, 자아탄력성을 강화하는 교육과 심리적 지원 프로그램이 취업 스트레스 완화에 효과적일 수 있음을 시사한다. 특히, 안경광학과와 특수성을 반영한 맞춤형 취업 지원과 상담 프로그램의 필요성이 강조된다.

주제어: 안경광학과, 전공만족도, 자아탄력성, 취업준비스트레스, 대학생

Appendix

다음은 귀하의 전공만족도, 자아탄력성, 취업준비스트레스를 알아보기 위한 질문입니다. 아래 문항을 읽고 해당되는 곳을 선택하여 주십시오.

1. 전공만족도 검사		전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
개인 차원에서 만족도 (6)	1 내 전공의 교과내용에 흥미를 느낀다.	1	2	3	4	5
	2 전공 도서는 배울만한 가치가 있다.	1	2	3	4	5
	3 전공학과에서 배우는 교과목이 나와 잘 맞다.	1	2	3	4	5
	4 전공에서 무언가 가치 있는 것을 배우고 있다고 느낀다.	1	2	3	4	5
	5 나는 현재 전공에 대해서 만족한다.	1	2	3	4	5
	6 다시 선택하더라도 현재의 전공을 선택할 것이다.	1	2	3	4	5
사회 차원에서 만족도 (7)	7 내 전공은 인기전공에 속한다고 생각한다.	1	2	3	4	5
	8 우리 부모님은 나의 전공을 멋있게 생각 할 것이다.	1	2	3	4	5
	9 현재 전공을 졸업했다는 배경이 사회생활에 유리할 것이다.	1	2	3	4	5
	10 내 전공을 부끄럽게 생각해 본적이 없다.	1	2	3	4	5
	11 나는 나의 전공을 사람들에게 자랑스럽게 말한다.	1	2	3	4	5
	12 많은 사람들이 나의 전공을 선택하고 싶어 할 것이다.	1	2	3	4	5
	13 친구들과 비교해볼 때 내 전공이 제일 좋다.	1	2	3	4	5
2. 자아탄력성 검사		전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
긍정적 미래 지향적 (5)	1 나는 미래에 반드시 좋은 일이 있을 거라고 생각한다.	1	2	3	4	5
	2 나는 미래가 밝다고 생각한다.	1	2	3	4	5
	3 나는 내 미래에 대한 희망을 가지고 있다.	1	2	3	4	5
	4 나는 미래에 대한 목표가 있다.	1	2	3	4	5
	5 나는 미래의 목표를 위해 노력하고 있다.	1	2	3	4	5
감정조절 (6)	6 나는 내 감정을 잘 조절할 수 있는 편이다.	1	2	3	4	5
	7 나는 어려운 상황에서도 침착함을 유지할 수 있다.	1	2	3	4	5
	8 나는 쉽게 싫증을 내는 편이다.	1	2	3	4	5
	9 나는 감정조절을 잘 못해 후회하는 경우가 종종 있다.	1	2	3	4	5
	10 나는 인내심이 강한 편이다.	1	2	3	4	5
	11 나는 일상 기분에 따라 행동이 변한다.	1	2	3	4	5
흥미와 관심의 다양성 (5)	12 나는 다양한 경험에 도전하는 것을 좋아한다.	1	2	3	4	5
	13 나는 새로운 것이나 독특한 것을 좋아한다.	1	2	3	4	5
	14 나는 흥미나 관심이 높은 편이다.	1	2	3	4	5
	15 나는 다양한 것을 알고 싶어 하는 편이다.	1	2	3	4	5
	16 나는 어려움이 인생을 더 가치 있게 만든다고 생각한다.	1	2	3	4	5

3. 취업준비스트레스 검사	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1 나는 나름대로 취업준비를 하고 있지만 잘 진척되고 있지 않다.	1	2	3	4	5
2 나는 취업에 도움이 될 만한 자격증을 따려고 하지만 쉽지 않다.	1	2	3	4	5
3 나는 실력이 부족하기 때문에 취업이 어려울 것 같다.	1	2	3	4	5
4 나는 장차 종사하고 싶은 직업이 있지만 현재의 노력으로 성취가 어려울 것 같다.	1	2	3	4	5
5 나는 취업에 있어서 부족한 점을 알지만 노력해도 효과가 없을 것이라 생각된다.	1	2	3	4	5
6 내 전공은 취업에 도움이 많이 된다.	1	2	3	4	5
7 내가 현재 학과공부를 열심히 하면 취업에 많은 도움이 될 것이라 생각한다.	1	2	3	4	5
8 나는 대학생활을 하면서 학과공부보다 취업준비에 더 많은 비중을 두고 있다.	1	2	3	4	5
9 나는 학점이 좋지 않아 취업에 어려움을 겪을 것 같다.	1	2	3	4	5
10 나는 취업준비와 걱정에 너무 많은 시간을 투자하여 일상생활에 지장을 받을 정도이다.	1	2	3	4	5
11 우리 학교는 다른 학교에 비해서 취업정보가 너무 부족하다.	1	2	3	4	5
12 취업정보를 놓칠까봐 많은 시간을 취업정보센터를 방문하거나 취업사이트의 취업정보를 본다.	1	2	3	4	5
13 나는 취업준비에 대한 압박감으로 대학생활의 낭만을 누리지 못한다.	1	2	3	4	5
14 취업준비가 아니라면 내 대학생활은 훨씬 멋있게 지낼 수 있을 것이다.	1	2	3	4	5
15 나는 주위의 경제적 지원이 낮아 취업준비를 하는데 어려움을 겪는다.	1	2	3	4	5