

관광관련학과 대학생의 코로나블루, 그릿과 자기효능감이 삶의 만족도에 미치는 영향

한수연*

[국문요약]

본 연구는 관광관련학과 대학생의 그릿과 자기효능감이 삶의 만족도에 미치는 영향을 확인하고 그릿과 삶의 만족도 간의 관계에서 자기효능감의 매개효과를 알아보는 데 그 목적이 있다. 팬데믹 장기화로 관광산업은 구직난의 직격탄을 맞았고 관광관련학과 학생들은 취업절벽으로 내몰렸다. 취업성고를 낼 수 없는 힘든 상황임에도 불구하고 삶의 만족도를 향상시킬 수 있는 요인이 무엇인지에 대해 연구하기 위해 그릿과 자기효능감의 변수를 활용하였다.

이를 위해 2년제 및 4년제 대학교에 재학 중인 호텔·항공·관광 전공 대학생 230명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 이 중 유효한 216명의 설문지를 연구에 활용하였다. 설문조사를 통해 수집된 자료는 AMOS 18.0과 SPSS 18.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 연구결과를 요약하면 첫째, 그릿은 자기효능감에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 둘째, 그릿은 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 자기효능감은 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 넷째, 그릿과 삶의 만족도 간의 관계에서 자기효능감에 따른 부분매개효과를 확인하였다.

목표를 향해 끊임없이 열정과 인내심을 가지고 노력할수록 자신감과 확신이 올라가게 되어 삶을 긍정적인 관점에서 바라보게 될 것이라고 해석된다. 결론적으로 스스로의 믿음이 클수록 삶의 만족감을 더욱 깊이 느끼게 될 가능성이 있다. 본 연구의 시사점은 코로나블루를 경험한 관광관련학과 대학생을 대상으로 삶의 만족도에 관한 연구를 시도하였다는 점이고, 삶의 만족도를 향상시키기 위한 변인으로 그릿과 자기효능감에 대한 기초자료를 제공했다는 것이다.

핵심주제어 : 관광관련학과, 대학생, 코로나블루, 그릿, 자기효능감, 삶의 만족도

* 제1저자, 상지대학교 호텔항공관광경영학과 조교수, hsy0101@sangji.ac.kr

1. 서 론

삶에서의 만족도(life satisfaction)는 누구에게나 중요하기에 ‘걱정과 불안으로 삶의 만족이 흐려지지 않도록 궁극적으로 무엇으로 채워야 할 것인가?’라는 이슈에서 본 연구를 시작하였다. 아무도 경험해보지 못했던 COVID-19를 겪으면서 특히 청년들에게는 불확실한 미래를 위해 현재 최선을 다하는 일이 의미가 있는 것인가를 의심케 했다. 코로나블루를 겪어온 젊은 층들은 학업 스트레스와 취업경쟁, 고물가까지 겹치면서 심리적인 삼중고를 겪고 있다. 코로나블루는 코로나19와 우울감(blue)이 합쳐진 신조어로, 코로나19 사태의 장기화로 급작스러운 재난 상황에서 겪는 불안, 우울감, 무기력증을 의미한다. 백종우 외(2021)의 ‘코로나19 공중보건 위기에 따른 정신건강 및 사회 심리 영향평가’를 주제로 14세 이상 청소년부터 성인까지 1250명을 대상으로 연구한 결과에 따르면 우울과 불안 등 정신건강 지표가 코로나19 유행 전보다 크게 악화된 것으로 나타났다. 우울 평균 점수는 6.6점으로 2018년 지역사회 건강조사 결과(2.3점)의 2.9배에 달한다. 코로나19로 인해 입시, 학업, 사회적 관계나 취업 등에서 이전보다 압박감과 스트레스를 받고 있다는 것을 의미한다. 더욱이 코로나 학번이라 불리는 학생들은 비대면 수업으로 인한 대외활동이 감소되었으며 친목의 경험이 심각하게 부족했다. 다양한 정보를 습득할 수 없는 시기여서 사회적 고립감과 위기감까지 나타났다.

2022년 청년재단에서 ‘2030 청년세대의 불안과 우울감 지수’를 확인하는 설문조사를 실시한 결과 총 5,425명 중에 91.5%에 해당하는 4,963명이 ‘최근 1년간 불안감을 느낀 적이 있다’고 답했으며, 불안감을 느끼는 이유로는 ‘취업과 결혼 등 불확실한 미래’라는 답변이 58.5%로 가장 많았다(노기섭, 2022). 팬데믹 장기화로 신규 채용이 중단되면서 취업의 어려움이 더욱 가중되었다. 이러한 보고는 취업을 준비하는 청년들에게 걱정과 불안이 삶의 만족도를 떨어뜨리는 요소로 작용한 것임을 시사하고 있다. 노동시장에 신규로 진입하는 이들은 일자리를 찾을 때 장애물에 직면하게 되는데 스트레스 요인이 코로나팬데믹으로 인해 더 증가될 가능성이 높다(Gabriel et al., 2021). 코로나19로 인하여 산업별 정도의 차이는 있지만, 관광, 도소매업 등과 같은 분야에서 경제적으로 큰 타격을 받았다(김민정·차희정·안윤정, 2023).

특히 경기 불황 속에 호텔·항공·관광산업의 경우 직격탄을 맞았고 여행업계 매출이 약 95%까지 줄어들어서 유례없이 힘든 시기가 찾아왔다. 항공사 및 호텔의 직원들이 대량 해고 통보를 받거나 유·무급 휴직 전환 등으로 종사원들의 생계가 어려워졌고 채용의 문은 굳게 닫혔다. 이러한 참담한 고용 현실은 관광관련학과 학생들에게 불안과 위협으로 작용하고 있다. 코로나 발생 이전 대학생과 코로나팬데믹을 경험한 대학생 간 다집단 분석을 통해 코로나 이전의 대학생 집단보다 코로나를 경험한 대학생 그룹에서 취업에 대한 불안을 더 많이 느끼는 것으로 나타났다(정다운, 2022). 진채현(2022)은 취업불안이 항공서비스전공 대학생들의 진로미결정에 유의미한 영향을 주었음을 확인하였다. 코로나팬데믹을 보내는 대학생의 정신건강, 취업불안, 회복탄력성 간에는 모두 상관관계가 나타났으며, 대학생의 취업에 대한 불안감은 정신건강에 영향을 끼치는 요인으로 나타나 취업불안이 높을수록 우울감이 상당히 많이 나타났으며, 희망의 수준이 더욱 낮게 나타났다(지명원·이주연, 2022).

한편, 삶의 만족은 자신의 삶에 대한 주관적인 평가로 긍정적인 평가이자 행복의 지표이다(Diener, 1984; 신윤정·전주람, 2020). 코로나블루를 경험한 대학생들은 다시 예상치 못한 불안한 상황이 닥칠지 모른다는 생각으로 무기력함 속에 살고있는 경우가 많다. 침체된 항공·관광산업이 살아날 기미가 보이지 않아 졸업을 미루거나 아르바이트를 전전하며 생계를 이어 나가고 있는 경우가 빈번하다.

그러나 취준생들은 개인이 통제할 수 없는 외부 상황에 직면해 있는 때일수록 심리적인 불안감을 내려놓고 긴 호흡을 내쉬어 한다. 코로나블루를 이겨내고 다가올 기회를 잡기 위해 인내하고 버티는 것이 필요하다. 불확실성 지수가 높아진 시대에서 삶의 만족과 행복에 영향을 미치는 주요 변인으로 ‘그릿(Grits)’을 제안하고자 한다. 코로나블루를 극복하는데 중요한 역할을 기대해볼 수 있는 그릿은 장기목표를 향한 열정과 지속적인 인내

와 노력을 의미한다(Duckworth, 2016). 이러한 특성은 코로나19로 대학생들의 어려움인 비대면 수업, 취업 시장의 불확실성, 사회적 격리 등의 힘든 상황을 극복하고 목표를 달성하는데 필수적인 내적 동기부여를 제공할 수 있다.

국내에서도 삶의 만족도를 예측할 수 있는 요인으로 그릿에 대한 연구가 진행되었다(차정주, 2018). 행복감과 관계가 있는 변인 중 그릿은 어려운 상황에서도 목표 달성의 성공과 밀접한 관련이 있으므로(Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly, 2007), 그릿은 예측 불가한 이 시대를 살아가는 대학생의 심리적 안녕과 삶의 행복에 긍정적인 영향을 미치는 변인으로 볼 수 있다. 또한 그릿은 학업성취 등 결과 변인에 영향을 미치는 주요 요인이라는 연구결과가 보고되었다(김정주·김병만, 2018).

한편 삶의 만족이란 자신의 삶에 대한 긍정적인 면을 바라보고 만족스러운 충족이라는 점에서 자신을 향한 긍정적인 확신과 믿음을 의미하는 자기효능감을 살필 필요가 있다. 스스로에게 내재적 동기를 부여하면 더 큰 진정성과 삶의 만족, 즉 행복을 얻을 수 있다(Tiittanen, 2014). 따라서 삶의 만족을 높일 수 있는 요인으로 자기효능감과 그릿이 관계가 있는지에 대해 알아보고자 한다.

그릿과 자기효능감을 주제로 다룬 연구들은 주로 전공만족도(박혜선, 2022), 정서적 몰입 및 대학생활 만족도(박연옥, 2021), 진로준비행동(장유리·허진영, 2019), 간호대학생의 임상수행능력(김영숙, 2022), 직무만족도(이상일, 2022; 전상경, 2022)를 다루었다. 그러나 위와 같은 선행연구에서 살펴보았지만 대학생의 자기효능감과 그릿 등과 같은 개인 심리적 변인이 삶의 만족에 영향을 주는 인과관계를 다룬 연구가 많지 않았다. 특히 팬데믹장기화 여파로 인한 대학생의 삶의 만족에 영향을 주는 요인에 대해 다룬 연구가 아직 부족했고 특히 코로나 타격으로 관광산업 전반의 취업문이 닫힌 상황에서 관광계열 대학생들을 대상으로 한 삶의 만족도에 대한 연구는 찾아보기 어려웠다.

따라서 본 연구는 사회구조적인 위기 속에서 개인의 심리적 변인에 따라 효과적으로 극복할 수 있는지에 대해 초점을 맞춰 변수를 살펴보고자 한다. 여러 요인에서 오는 우울감을 개개인이 해소하는 데에는 한계가 있으며 청년층의 정신건강에 대한 근본적인 지원과 대책 마련이 시급하다. 본 연구를 통하여 대학과 정부가 코로나블루를 극복하고 삶의 만족을 높일 수 있는 청년들의 지원 대책을 준비하는데 정보를 제공하게 될 것이다.

1.1 연구목적

본 연구의 목적은 코로나블루를 경험한 관광관련학과 대학생들을 대상으로 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인을 살펴봄으로써 그릿과 자기효능감의 관계를 규명하여 삶의 즐거움과 만족감을 높이는 방안을 제시하는데 연구 목적을 두고 있다. 대학생의 삶의 만족도는 적응이 힘든 대처능력과 함께 우울감에 영향을 미치는 중요한 요인으로 파악되었다(Mahmoud, Staten, Hall, & Lennie, 2012; 전해옥, 2016).

이와 같은 연구결과를 바탕으로 전략적 시사점 및 기초자료를 제공하고자 한다. 본 연구에서는 이와 같은 연구 목적을 달성하기 위하여 그릿, 자기효능감, 삶의 만족도에 대한 주요 이론적 배경과 선행연구를 고찰하였고, 각 요인 간의 영향관계를 실증 분석하고자 한다.

II. 이론적 배경

2.1 그릿 관련 선행연구 고찰

‘왜 어떤 개인은 실패, 역경에도 불구하고 높은 성취, 성공을 이루는가?’라는 질문에서 그릿의 연구는 시작되었다. 성공의 요소에는 지능 외에도 창의성, 감성지능, 자신감, 카리스마, 정서적 안정성, 신체적 매력 및 기타 긍정적인 자질 등이 포함될 수 있다. 그러나 결국 해내는 사람은 남과 다른 한 곳이 있다는 것을 Duckworth, Peterson, Matthews & Kelly(2007)는 오랜 연구 끝에 성공의 필수 요소는 그릿(Grit)이라고 밝혀내었다. 그릿은 긍정 심리학에서 유래한 구성 요소로써 장기적인 목표를 예상하는데 유효한 모델이다.

그동안 국내 연구가 활발하게 진행되었는데, 항공서비스 전공 대학생을 대상으로 한 연구에 의하면 그릿(Grit)이 진로선택동기인 내재적 동기와 외재적 동기에 긍정적(+)인 영향을 미치는 것으로 나타났다(박연옥, 2021). 특히, 그릿(Grit)이 외재적 동기보다는 내재적 동기에 미치는 영향력이 더 크다는 게 도출되었다. 또한 직장인을 대상으로 한 그릿 연구에서 직무 수행에 있어서 그릿은 자기통제와 어려움, 장벽 등을 문제로 받아들이지 않고 극복을 위하여 스스로의 업무능력을 발전시키는 것을 통해 직무에 대한 즐거움이 증대되고 결국 직무만족도가 향상되는 결과로 가게 된다는 것이다(Peterson, Park & Seligman, 2005; 이상일, 2022).

그릿은 연구자와 연구 대상에 따라 다양하게 정의되고 있는데, Duckworth et al.,(2007)는 그릿이 장기적인 목표를 향해 특정 수준의 노력에 대한 인내와 관심의 일관성을 의미한다고 하였다. 그릿의 두 요인 중 하나는 열정을 반영하는 흥미유지(consistency of interest), 두 번째는 인내심을 반영한 노력지속(perseverance of effort)으로 구분된다(Duckworth et al., 2007). 그릿은 타인을 의식하지 않고 자신의 성장을 위해 쏟는 열정과 인내이다. 교육목적으로 지적인 재능보다 한층 높은 수준의 성공 지표로 알려져 있다(전상경, 2022).

본 연구에서는 관광관련학과 대학생들을 대상으로 연구하고자 할 때 그릿 변수가 필요한 이유는 다음과 같다. 코로나로 타격을 받은 관광산업에서 대학생들은 더 많은 도전과 어려움에 직면해 있었고, 그릿이 이러한 도전과 기회를 찾아내는 데 도움을 줄 수 있다고 선행연구를 바탕으로 판단하였다. 그릿은 장기적인 목표를 향해 특정 수준의 노력에 대한 노력 지속과 흥미유지의 일관성을 의미하기에 대학생들은 그릿을 통해 코로나블루를 극복하고 보다 성공적인 대학 생활과 진로를 관리하여 이들의 취업을 강화해 줄 수 있을 것으로 본다.

2.2 자기효능감

자기효능감이란 목표를 달성하거나 성공적인 수행에 요구되는 특정 행동을 성공적으로 수행할 수 있다는 자신감의 자각 정도를 말한다(Bandura, 1977). 다시 말해 행동적, 인지적, 정서적 자원을 동원하여 성과 창출에 필요한 행동을 실행하고 조직화하는 자신의 능력에 대한 판단을 자기효능감이라 한다. 자기효능감의 다른 의미는 원하는 결과를 위해 요구되는 행위를 성공적으로 수행할 수 있다는 자기 능력에 대한 믿음을 말한다(김영숙, 2022). 이상일(2022)에 따르면 자기효능감은 스스로의 능력에 대한 긍정적인 신념을 의미하는 것인데 어려움이 닥쳤을 때 과제수행을 포기하지 않고 지속적으로 과제를 수행하는데 기반이 되는 요인이 된다(Raikes & Thompson, 2005).

그릿이 장기적인 목표를 달성하기 위해 지속적으로 노력하는 성격특성(Duckworth et al., 2007)인 반면에 자기효능감은 자신의 능력에 대한 신념을 바탕으로 하는 성격특성(Bandura, 1977)을 의미한다는 차이점이 있다(고종식, 2022). 그러나 그릿과 자기효능감은 서로를 예측할 수 있는 요인이 될 정도로 높은 상관관계를 가지고 있다(임효진·하혜숙·황매향, 2016). 자기효능감과 전공 만족은 대학생들이 앞으로 진출하게 될 직업 세계에서 직업 만족과 성공을 이끌기 위한 핵심 변수로 설명되고 있다(김보경·김미경, 2022).

대학생을 대상으로 자기효능감에 대한 대표적인 연구 중에는 진로결정 자기효능감이 있다. 이는 사회학습 이론에 기반을 둔 Bandura(1977)의 자기효능감 이론을 진로에 적용한 개념이다. 직업에 대한 정보를 습득하고 목표를 설정하여 미래의 계획을 세운 뒤에 문제를 하나하나 해결하여 마침내 자기평가 차원으로 진행한다.(신

지민·이은경·양난미, 2015).

자기효능감이 높은 학생은 성공에 대한 믿음으로 생산적인 전략을 선택하도록 이끌며 과제수행에 긍정적인 신념을 가지도록 돕는 것과 관련이 있는 것으로 여겨진다(이명자·송영명, 2005). 자기효능감이 높을수록 학습성과와 삶의 만족도가 높고, 삶의 만족도가 높아질수록 학습성과가 높아지는 것을 확인했다(정계숙·류수민·조리경, 2015). 권성연(2003)은 자기효능감이 높은 사람은 적극적이고 지속적으로 참여하여 학습 목표대로 효과적인 수행이 가능하고 과제에 대한 불안감도 적어서 결국 긍정적인 정서반응을 많이 경험함으로써 학습 만족도가 높아지는 것을 확인하였다(맹파·최규환, 2012). 선행연구를 바탕으로 본 연구의 자기효능감은 원하는 성취를 위해 요구되는 행위를 성공적으로 수행할 수 있다는 자기 능력에 대한 믿음으로 정의한다.

2.3 삶의 만족도

삶의 만족도는 자신의 삶이 인지적으로 만족스럽다고 평가하는 정도와 정서적인 행복감을 느끼는 것으로 삶에 대한 전반적인 만족감을 의미한다(Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985; 전해옥, 2016). 좋은 삶은 존재의 상태가 아니라 과정이다. 그것은 목적지가 아니라 방향이다(Rogers, 1961). 좋은 삶이란 즉 행복에 대한 견해이다. 사람은 세상과 함께 자신의 잠재력을 실현하고 심리적 만족을 필요로 한다(Tittanen, 2014). 삶의 만족도는 자신을 포함한 가족, 친구, 학교, 등 삶의 다양한 영역에 대한 포괄적 인식과 평가라고 할 수 있다(Çivitci & Çivitci, 2009; 임효진·황매향·최희철, 2021). 삶의 만족도란 자신이 바라는 생활에서 느끼는 주관적인 만족감과 정서적인 행복감이라 정의할 수 있다. 주관적 안녕감이 의미하는 삶의 만족과 행복한 삶은 여러 가치관과 삶의 양식을 가진 개인들이 공통적으로 합의할 수 있는 쾌락주의적 전통에서 시작하였다(Baumgardner & Crothers, 2009; 신지민·이은경·양난미, 2015).

대학생은 발달단계 상 후기 청소년기와 초기 성인기에 해당하는 시기로 정체감을 확립하여 능동적으로 삶을 구성하고 삶의 목표와 행복한 미래를 설계해야 할 발달과업이 있다(오현숙, 2008). 대학생의 삶의 만족도란 대학생 자신이 바라는 대학 생활에서 느끼는 주관적인 만족감과 이를 바라보는 태도를 말한다(전해옥, 2016).

한편, 2020년 대통령 직속 청년위원회가 청년구직자 596명을 대상으로 우울척도검사를 진행한 결과 평균 23.2점으로 중증도의 우울 증상이 나타났다(정상희, 2021). 대학생들의 삶의 만족도를 다룬 연구를 통해 한국 대학생들의 삶의 만족도는 3.18점으로 일본, 인도, 미국, 독일 및 브라질의 대학생들보다 가장 낮았다(김애경, 2019)는 것은 국내 대학생들의 삶을 바라보는 우울감과 불안을 짐작케 한다. Mahmoud 등(2012)의 연구에서 대학생의 삶의 만족도는 부적응적 대처 능력과 함께 우울감에 영향을 주는 중요한 요인이 되어, 정신건강에 영향을 줄 수 있음을 알 수 있다(전해옥, 2016). 따라서 우울감을 줄이고 긍정으로 대체할 수 있는 변인들을 찾는 것이 삶의 만족을 증가시키는 데 효과적일 것이다. 삶의 만족도가 올라가면 긍정적인 결과들이 있는데 삶의 만족도가 높을수록 업무 수행능력이 뛰어나고 스트레스에 대한 저항 능력까지 향상된다는 결과가 도출되었다(Frisch, 2006; 정계숙·류수민·조리경, 2015). 신지민·이은경·양난미(2015)는 재학생의 진로결정 자기효능감과 삶의 만족도 사이를 진로소명이 매개하고 있는 연구를 통해 위 요인들이 서로 상관관계를 갖고 있다는 것을 밝혀내었다.

Ⅲ. 연구 방법

3.1 연구대상

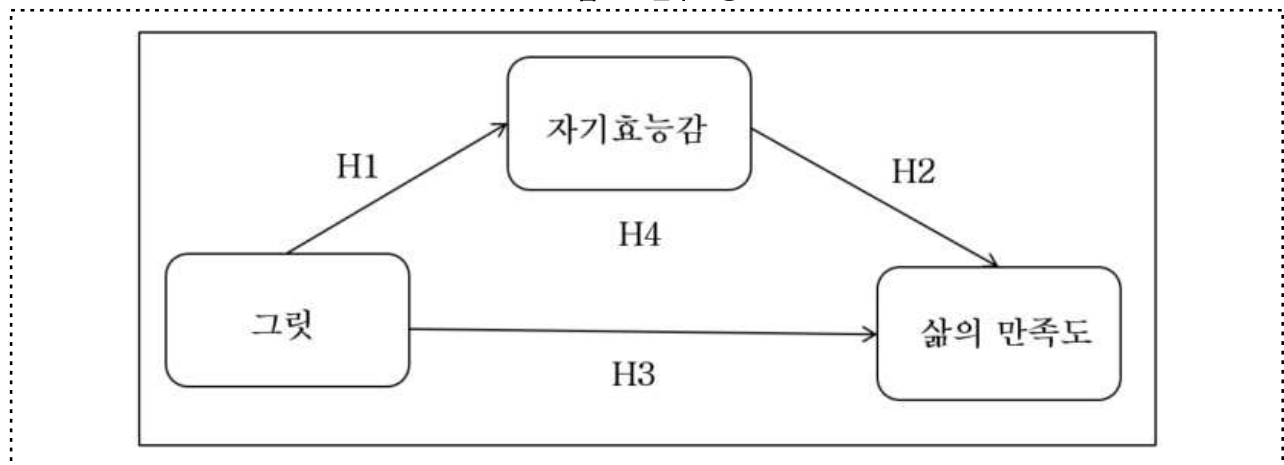
본 연구에서 모집단은 2년제 및 4년제 대학교에 재학 중인 호텔·항공·관광 전공 대학생들을 대상으로 표본을 수집하였다. 자료수집 방법은 모바일 설문지와 대면 지류 설문지를 통하여 실시하였다. 230부 설문지를 배부한 이후, 충실히 응답하지 않은 설문지를 제외한 총 216부를 최종적으로 통계처리하였다. 설문조사 기간은 2023년 4월 10일부터 5월 9일까지 약 한달 간 걸쳐 진행되었다.

본 연구는 측정척도의 타당성을 위해 대학생 20명 대상과 관광계열 전공 교수 3명을 대상으로 설문 응답에 대한 사전동의를 얻은 이후 예비조사를 통해 측정 문항의 수정 및 보완을 거쳐 최종설문지를 완료하였다. 회수된 설문지는 인구통계적 특성 분석을 실시하기 위해 SPSS.18.0을 이용하였다. 본 연구의 목적은 대학생이라는 표본을 대상으로 한 연구이므로 학교에 관련된 변수인 학년과 학교 종류를 통제변수로 투입하였다.

3.2 연구모형

선행연구에 대한 고찰 및 이론적 배경과 가설을 기반으로 그림, 삶의 만족도, 자기효능감의 인과관계를 실증적으로 분석하는 연구모형을 제시하면 <그림1>과 같다.

<그림 1> 연구모형



3.3 측정도구

본 연구에서는 대학생의 그림, 자기효능감, 삶의 만족도 간의 관계를 알아보기 위하여 선행연구의 조작적 정의를 토대로 다음과 같이 정의하였다. 그림은 장기적인 목표를 향해 특정 수준의 노력에 대한 노력지속과 흥미유지의 일관성을 의미한다. 자기효능감은 원하는 성취를 위해 요구되는 행위를 성공적으로 수행할 수 있다는 자기 능력에 대한 믿음을 말한다. 삶의 만족도란 자신이 바라는 생활에서 느끼는 주관적인 만족감과 정서적인 행복감을 뜻한다.

<표1>과 같이 선행연구를 참고하여 신뢰성 및 타당성이 검증된 도구를 활용하였고 반응 양식은 Likert 5점 척도로 되어있다.

<표 1> 측정도구

연구변수	세부변수(문항 수)	선행연구
그릿	열정(4)	Duckworth & Quinn(2009) (Short Grit Scale; Grit-S) 하혜숙·임효진·황매향(2015)
	인내(4)	
자기효능감	자기효능감(8)	Chen et al(2001) 오인수(2002)
삶의 만족도	삶의 만족도(5)	Diener, Emmons, Larsen & Griffins(1985) (The Satisfaction With LifeScale:SWLS) 유정희(2015)

3.4 가설설정

3.4.1 대학생의 그릿과 자기효능감에 미치는 영향

그릿이 높을수록 자기효능감이 높고 불안 요소는 낮아져서 심리적으로 만족과 정신적으로 건강하게 살 가능성이 높다(Sheridan et al., 2015; Vainio & Daukantaite, 2016; 신윤정·전주람, 2020). 간호대학생의 임상 수행 능력에 영향을 미치는 요인에 대해 연구한 김영숙(2022) 연구를 통해 임상실습 만족도, 자기 효능감, 그릿은 양의 상관관계가 있는 것을 확인하였다.

이전 연구가 학생을 대상으로 다룬 연구가 많았지만 생활체육에 참여하는 직장인을 대상으로 한 연구(이상일, 2022)를 통해 직장인의 그릿의 관심의 일관성, 노력 유지 모두에서 자기효능감에 긍정적 영향을 미치는 결과를 도출해냈다. 이상일(2022)에 따르면 그릿 수준이 높을수록 하는 일에 열정을 가지고 노력을 쏟으며, 힘든 상황에도 쉽게 포기하지 않으므로 직업적 자기효능감 등 긍정적인 경험을 할 가능성이 많다는 것이다. 개인의 기술과 협업 능력이 필요한 호텔조리사의 직업에서도 그릿은 자기효능감과 집단효능감, 정서적 몰입에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(전상경, 2022). 그릿이 자신과 자신이 속한 환경에 대한 긍정적인 태도인 자기효능감을 매개로 삶의 만족에 영향을 미치는 것을 확인할 수 있었다(신윤정·전주람, 2020). 선행연구의 이론적 고찰을 바탕으로 본 연구는 다음과 같은 연구가설을 설정하였다.

가설 1. 그릿은 자기효능감에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

1-1. 그릿의 열정은 자기효능감에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

1-2. 그릿의 인내는 자기효능감에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

3.4.2 대학생의 그릿과 삶의 만족도에 미치는 영향

여러 선행연구를 통해 그릿은 삶의 만족, 삶의 조화, 심리적 웰빙의 세가지 측면과 관련이 있다는 것이 밝혀졌다. Singh & Jha(2008)은 삶의 만족도, 긍정적 정서와 양의 상관관계가 있다는 것을 확인했다. 그릿과 삶의 만족도의 관계에서 유의한 정(+)의 영향이 있다는 것을 밝혀냈다(Heath, 1945; Singh & Jha, 2008; Tittanen, 2014; 신윤정·전주람, 2020; 주진영, 2018). 특히 Tiittanen(2014)은 그릿이 높은 사람은 더 높은 웰빙을 누릴 수 있는지 연구했는데 그릿이 강할수록 개인이 높은 수준의 심리적 웰빙을 보여줄 가능성이 매우 높았다. 즉 의미 있는 목표를 달성하여 자신의 욕구가 충족되면 삶의 만족도가 올라간다는 것을 규명하였다.

또한 352명 국내 서울지역의 대학생들을 대상으로 연구한 신윤정·전주람(2020)에서는 그릿이 삶의 만족 증진에 직접적인 영향을 미치기보다 그릿이 높을수록 자신의 능력에 대한 믿음에 긍정적인 영향을 미치며 이로 인해 삶의 만족도를 긍정적으로 인지한다는 것을 알 수 있었다. 열정과 끈기를 가지고 장기적인 목표를 추구하는 것은 개인의 잠재력과 더 높은 행복으로의 연결과 관련되어 있다(Tittanen, 2014). 서미옥(2019)은 그릿과 행복감의 상관은 노력지속 요인이 흥미유지 보다 더 상관관계를 보였다는 것을 확인하였다. 임호진·황매향·최희철(2021)의 연구에서도 삶의 만족은 그릿 중 노력지속 요인을 유의하게 예측하였다. 예비유아교사의 그릿에 대해 연구한 차정주(2018)는 그릿이 삶의 만족도에 유의한 영향을 미치는 것을 밝혀냈고, 그릿의 노력의 지속성만이 직무만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다(이상일, 2022). 박연옥(2021)연구에서 대학생의 그릿이 정서적 몰입에 정(+)의 영향을 미치고, 정서적 몰입이 높을수록 대학생활에 대한 만족도가 커지는 것을 알 수 있었다.

취업이라는 장기적인 목표를 향해 끈기와 열정을 가지면 긍정의 힘이 형성되기 때문에 삶의 만족이 향상될 수 있다는 의미이다. 그릿과 삶의 만족도 간의 영향 관계가 있음을 규명하고자 다음과 같이 가설을 설정하였다.

가설 2. 그릿은 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

2-1. 그릿의 열정은 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

2-2. 그릿의 인내는 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

3.4.3 대학생의 자기효능감과 삶의 만족도에 미치는 영향

자신에 대한 평가개념인 자기효능감은 학업적 적응과 높은 상관관계를 보이며 학습몰입, 학업성취에도 영향을 미친다(김상화, 2023). 삶의 만족도에는 자아존중감, 자기효능감 같은 개인 내적 특성이 직접적인 영향을 미치는 것으로 입증되었다(홍성화, 2015). 항공서비스학과 대학생의 학업적 자기효능감과 전공만족도 간의 관계를 연구한 박혜선(2022)은 자기효능감이 높을수록 전공 만족도에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것을 밝혀내었다. 진로를 결정할 때 자기효능감이 높은 사람이 삶의 만족도 또한 높게 느낀다는 것을 밝혀냈는데(신치민·이은경·양난미, 2015), 자신이 어떠한 일을 하고자 하는지 진로결정에서의 자기효능감은 삶의 만족도를 높이는데 기여할 수 있음을 알 수 있었다. 간호학과를 전공하는 대학생들은 사회적 자기효능감이 높을수록 대학생활에서 삶의 만족도가 향상되는 것으로 나타났다(전해옥, 2016).

직장인을 대상으로 한 연구들을 살펴보면 직업적 자기효능감이 직무만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다(이상일, 2022). 김정주·김병만(2018)은 예비유아교사를 대상으로 한 연구에서 학업적 자기효능감이 행복감에 영향을 미치는 변인을 확인할 수 있었다. 예비보육교사의 자신의 능력에 대한 판단을 의미하는 자기효능감은 삶에 대한 인식을 증진시켜 삶의 만족도를 높이는 원동력이 된다(정계숙·류수민·조리경, 2015). 이에 본 연구에서는 선행연구의 결과를 바탕으로 자기효능감과 삶의 만족도 간의 영향 관계가 있음을 규명하고자 다음과 같이 가설을 설정하였다.

가설 3. 자기효능감은 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

3.4.4 대학생의 그릿과 삶의 만족도 간의 관계에서 자기효능감의 매개효과

최근 자기효능감의 매개효과를 검증한 연구들이 나오고 있다. 이는 자기효능감이 삶의 만족도 등 결과변수에

긍정적 작용을 한다는 점에서 그 의미가 크다. 대학생들의 그릿과 삶의 만족도 간 관계를 연구한 신윤정·전주람(2020)은 일반적 자기효능감과 공동체 의식의 매개효과를 본 연구에서 완전 매개하는 것을 밝혀내었다. 그릿이 높을수록 자기효능감에 유의한 영향을 미치며 삶의 만족을 많이 경험할 가능성이 높다는 것을 의미한다. 그릿이 전공만족도에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다(박혜선, 2022). 관광관련학과 대학생의 성취동기가 만족도 간에 자기효능감이 부분매개효과를 미친다는 것을 분석하였는데 특히 자신감이 매개효과가 가장 높게 나타났다(맹파·최규환, 2012). 또한 대학원생을 포함한 여성을 대상으로 한 연구에서 감성지능과 여가적 삶의 질 관계에 있어서 자기효능감이 간접효과가 있는 것으로 나타났다(조현주·홍상욱·남승미, 2018). 이는 자기효능감을 매개로 하였을 때 여가적 삶의 질은 더욱 향상된다는 것을 의미한다. 신지민·이은경·양난미(2015)는 대학생의 진로소명과 삶의 만족 간의 관계에서 진로결정 자기효능감의 부분매개효과를 확인하였다.

가설 4. 그릿과 삶의 만족도 간의 관계에서 자기효능감은 매개변수로서 긍정적인 영향을 미칠 것이다.

4-1. 그릿의 열정과 삶의 만족도 간의 관계에서 자기효능감은 매개변수로서 긍정적인 영향을 미칠 것이다.

4-2. 그릿의 인내와 삶의 만족도 간의 관계에서 자기효능감은 매개변수로서 긍정적인 영향을 미칠 것이다.

IV. 분석 결과

4.1. 표본의 인구 통계적 특성

본 연구의 216명의 표본에 대한 성별, 학년, 학교종류, 학교위치 등 인구 통계적 특성은 다음 <표 2>과 같이 나타났다. 남자 19.4%, 여성 80.6%로 여성이 많았으며, 학년은 1학년이 45.8%, 2학년 29.2%, 3학년 18.1%, 4학년 6.9%로 1학년이 상대적으로 많았다. 학교종류는 2년제가 16.7%, 4년제가 83.3%로 나타났으며 학교가 위치한 곳의 분포는 서울 10.6%, 강원도 30.6%, 충청남도 23.6%, 전라남도 0.5%로 나타났다.

<표 2> 인구 통계적 특성

(n=216)

항목		빈도	구성비	항목		빈도	구성비
성별	남자	42	19.4	학교위치	서울시	23	10.6
	여자	174	80.6		경기도	—	—
학년	1학년	99	45.8		강원도	66	30.6
	2학년	63	29.2		충청북도	75	34.7
	3학년	39	18.1		충청남도	51	23.6
	4학년	15	6.9		전라북도	—	—
학교종류	2년제	36	16.7		전라남도	1	.5
	4년제	180	83.3		—		

4.2. 타당성 및 신뢰도 분석

본 연구에서는 <표 3>과 같이 측정도구의 구성타당성에 대하여 집중타당성 판별타당성 법칙타당성을 통하여 평가했으며 Cronbach's α 계수를 토대로 내적일관성을 평가하여 측정도구의 신뢰성이 확보되었는가를 평가했

다. 이러한 구성타당성 및 신뢰성을 위해 본 연구에서는 AMOS 18.0을 사용하여 확인적 요인분석을 실시했으며 SPSS 18.0을 사용하여 신뢰도 분석을 실시하였다. 분석결과 4개의 잠재변수와 21개의 관측변수를 사용하여 구성된 측정모델의 적합도의 경우 χ^2 값이 329(df=183, p=.000)로 부적합성을 나타내고 있었으나, 이는 표본크기와 관측변인 수에 민감함에 따라 그 유의성만으로 적합도를 단정 지을 수 없어 절대적합지수와 더불어 증분적합지수 및 간명적합지수가 고려된 적합성을 진단하였고, 전반적으로 기준치 이상을 보여 수용 가능한 모형이라 판단하였다(χ^2 (df)=329.016(183), p=.000, χ^2 /df=1.798, RMR=.061, GFI=.905, AGFI=.872, NFI=.910, TLI=.954, CFI=.957, RMSEA=.061.). 또한 모든 측정항목의 표준화 요인 적재량 값이 0.5 이상을 나타내고 있었으며, Fornell & Larcker (1981)가 제시한 집중 타당성 평가방법인 평균분산추출값(AVE)과 개념신뢰도(CCR)는 모두 AVE>0.5, CCR> 0.7의 기준을 충족하고 있는 것으로 나타나 본 연구의 측정항목은 집중타당성이 충분한 것으로 판단되었다. 그리고 모든 구성개념의 Cronbach's α 계수는 0.8 이상으로 높게 나타나 본 연구에서 선정한 측정항목의 신뢰성도 확보되었다.

모든 잠재변수간의 관계는 절대 값 0.7 이하로 나타나 다중공선성을 의심할 필요는 없으며, 잠재변수간의 상관관계 제공 값보다 모든 잠재변수의 AVE값이 큰 것으로 나타났다. 따라서 각 구성개념간의 판별타당성은 성립이 되는 것으로 판단되었다. 또한 각 구성개념간의 관계의 방향성이 본 연구에서 설정한 가설의 방향과 일치하는 정(+)의 관계로 나타나 법칙타당성도 성립되는 것으로 평가되었다. 따라서 본 연구의 측정도구에 대한 구성타당성은 충분한 것으로 판단되었다.

<표 3> 확인적 요인분석 및 신뢰성 분석 결과

코드	측정문항	표준화 요인적재 값	표준오차	C.R.	AVE (CCR)	Cronbach's α
그릿 (열정)	나는 관광분야 전문직의 꿈을 갖고 부지런히 살고 있다	0.749	-	-	.577 (.845)	.878
	어떤 좌절도 나의 꿈에 대한 의욕을 꺾지 못한다	0.786	0.09	11.231***		
	나는 근면하며, 목표달성을 위한 노력을 멈추지 않는다	0.704	0.084	11.862***		
	나는 내가 시작한 일은 뭐든지 끝까지 마친다	0.797	0.095	10.472***		
그릿 (인내)	나는 목표를 세웠지만, 나중에 이와 다른 목표를 추구하는 경우가 자주 있다	0.765	-	-	.530 (.818)	.867
	나는 어떤 아이디어나 일에 잠깐 동안은 관심을 갖고 집중하지만 관심을 잃게 된다	0.681	0.143	7.883***		
	나는 새로운 생각이나 일이 생기면 승무원 취업 준비에 대해서는 소홀해지는 편이다	0.786	0.139	8.028***		
	나는 끝내는데 몇 개월 이상 걸리는 일에는 계속 관심을 기울이기 어렵다	0.672	0.15	8.652***		
자기 효능감	나는 내가 스스로 세운 대부분의 목표를 달성할 수 있다	0.831	-	-	.614 (.927)	.734
	어려운 일에 부딪혔을 때, 나는 그것을 성취할 수 있다고 확신한다.	0.818	0.097	12.671***		
	일반적으로, 나는 내가 중요시하는 것을 얻을 능력이 있다고 생각한다.	0.783	0.097	12.457***		
	나는 마음속으로 정한 노력을 기울이면, 무슨 일이든 성공할 수 있다고 믿는다.	0.75	0.098	11.839***		
	어려움이 여러 번 닥쳐와도 나는 그것을 성공적으로 극복할 수 있을 것이다.	0.805	0.093	12.224***		

삶의 만족도	나는 다양한 종류의 여러 가지 일들을 잘할 수 있다고 확신한다.	0.774	0.103	11.690***	.595 (.880)	.879
	다른 사람보다 나는 대부분의 일을 더 잘 할 수 있다.	0.73	0.103	10.942***		
	상황이 별로 안 좋아도 나는 무슨 일이든 상당히 잘할 수 있다.	0.771	0.104	11.650***		
	대체로 내 생활은 내가 이상적으로 생각한 삶과 유사하다	0.815	—	—		
	내 삶의 여건은 아주 좋다	0.830	0.079	12.563***		
	지금까지의 삶에서 내가 원했던 중요한 일들은 성취했다	0.736	0.078	12.816***		
	나는 나의 삶에 대해 만족 한다	0.783	0.079	11.140***		
	나는 다시 태어난다 하더라도 지금까지의 생활방식을 바꾸지 않을 것이다	0.683	0.101	10.210***		
	$\chi^2(df)=329.016(183)$, $p=.000$, $\chi^2/df=1.798$, $RMR=.061$, $GFI=.905$, $AGFI=.872$, $NFI=.910$, $TLI=.954$, $CFI=.957$, $RMSEA=.061$.					

주: ***: $p<.001$.

<표 4> 구성개념의 기술통계 및 상관관계 분석

변수	열정	인내	자기효능감	삶의만족도
열정	.577a	.242b	.147b	.142b
인내	.492	.530a	.075b	.138b
자기효능감	.384	.273	.614a	.310
삶의만족도	.377	.372	.557	.595a

주: a: AVE값, b: 이변량상관계수제곱(R2).

4.3. 가설의 검증

연구에서는 가설의 검증을 위한 구조방정식 모델을 구축하기 위해 완전매개모형과 부분매개모형의 적합도와 모수추정치를 살펴보았다. 이 두 모형은 서로 내포관계가 있는 모형으로 본 연구에서는 $\Delta\chi^2$ 과 적합도 지수를 바탕으로 어떤 모형이 더 우수한 모형인지를 판단하였다. 그 결과 완전매개모형은 $\chi^2(df)=381.794(183)$, 부분매개모형은 $\chi^2(df)=375.741(182)$ 로 나타나 $\Delta\chi^2(1)=6.053(P<.05)$ 으로 통계적으로 유의한 결과를 나타내어 부분매개모형이 더 우수한 모형인 것으로 나타났다. 또한 부분매개모형의 적합도 지수($RMR=.081$, $GFI=.900$, $AGFI=.870$, $NFI=.906$, $TLI=.958$, $CFI=.962$, $RMSEA=.060$.)는 완전매개모형의 적합도 지수($RMR=.101$, $GFI=.924$, $AGFI=.888$, $NFI=.932$, $TLI=.938$, $CFI=.951$, $RMSEA=.078$)보다 전반적으로 좋은 것으로 나타나 본 연구에서는 이러한 결과를 바탕으로 완전매개모형을 기각하고 부분매개모형을 채택하였다.

한편, 연구 결과의 정확성을 위해 가설 검증 단계에서 외생변수로서 투입한 학년, 학교종류는 자기효능과 삶의 만족도에 영향을 미치지 않아 자기효능과 삶의 만족도는 학년 및 학교종류간 차이는 없는 것으로 판단할 수 있다.

‘가설 1-1인 그릿의 하위 요인인 열정이 자기효능감에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.’의 표준화 경로계수는 .577로 나타났으며, $t=5.368(p<.001)$ 으로 나타나 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서

‘가설 1-1. 열정은 자기효능감에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.’는 채택되었다. ‘가설 1-2인 그릿의 인내가 자기효능감에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.’의 표준화 경로계수는 .338로 나타났으며, $t=4.655(p<.001)$ 로 나타나 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 ‘가설 1-2. 인내는 자기효능감에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.’는 채택되었다. ‘가설 2인 자기효능감이 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.’의 표준화 경로계수는 .514로 나타났으며, $t=4.981(p<.001)$ 로 나타나 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 ‘가설 2. 자기효능감은 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.’는 채택되었다. ‘가설 3-1인 그릿의 하위 요인인 열정이 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.’의 표준화 경로계수는 .267로 나타났으며, $t=2.722(p<.01)$ 로 나타나 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 ‘가설 3-1인 그릿의 열정은 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.’는 채택되었다. ‘가설 3-2인 그릿의 하위 요인인 인내가 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.’의 표준화 경로계수는 .288로 나타났으며, $t=2.354(p<.01)$ 로 나타나 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 ‘가설 3-2. 그릿의 인내는 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.’는 채택되었다.

마지막으로 부트스트랩을 통해 가설 4인 자기효능감의 매개효과에 대한 검증을 실시한 결과, 매개효과의 표준화 경로계수는 각각 .296($p<.01$), .173($p<.01$)로 나타났고, 통계적으로 유의한 것으로 나타나 그릿 지수와 삶의 만족도의 영향관계에서 자기효능감은 부분매개역할을 하는 것으로 나타났다. 따라서 ‘가설 4. 그릿 지수와 삶의 만족도의 영향관계에서 자기효능감은 매개변수로서 긍정적인 영향을 미칠 것이다’는 채택되었다. <표5>를 참고.

<표 5> 경로계수 모수추정치

직접효과	표준화계수	표준오차	C.R
열정 → 자기효능감	.577	.098	5.368***
인내 → 자기효능감	.338	.080	4.655***
학년 → 자기효능	.054	.087	1.786
학교종류 → 자기효능	.100	.088	1.999
자기효능감 → 삶의 만족도	.514	.129	4.981***
열정 → 삶의 만족도	.267	.120	2.722**
인내 → 삶의 만족도	.288	.097	2.354**
학년 → 삶의 만족도	.045	.066	1.134
학교종류 → 삶의 만족도	.098	.058	1.456
간접효과	표준화계수	표준오차	sig.(two-tailed)
열정 → 자기효능감 → 삶의 만족도	.296	.091	.004
인내 → 자기효능감 → 삶의 만족도	.173	.090	.009

$\chi^2(df)=375.741(182)$, $p=.000$, $\chi^2/df=1.965$, $RMR=.081$, $GFI=.900$, $AGFI=.870$, $NFI=.906$, $TLI=.958$, $CFI=.962$, $RMSEA=.060$.

주: *** $p<.001$, ** $p<.01$.

V. 결론

본 연구는 관광관련학과 대학생을 대상으로 그릿, 자기효능감, 삶의 만족도의 구조적 관계를 알아보고 분석과 검증을 진행하였다. 자기효능감의 매개효과를 파악하고 삶의 만족도를 향상시키기 위해 기초자료를 제공하기 위해 시도되었다.

첫 번째, 관광관련학과 대학생의 그릿이 자기효능감에 정(+)의 유의미한 영향을 주는 것으로 나타났다. 그릿이 자기효능감에 정(+)의 영향을 미치는 결과가 도출된 전상경(2022), 신윤정·전주람(2020) 연구 결과와 맥을 같이 한다. 그릿의 하위요인인 열정과 인내요인이 높을수록 하는 일에 열정적으로 노력을 쏟으면서 임하기 때문에 자신의 능력에 긍정적인 신념을 갖고 자신감 있게 할 수 있다. 팬데믹 장기화로 단기간의 취업 성과를 내기 어려웠던 학생들이 그릿의 하위 변수인 열정과 인내를 가지고 해온 노력은 스스로 응원하면서 자신감을 가지고 버틸 수 있는 원동력이 되는 것으로 해석된다.

장유리·허진영(2019)은 대면활동의 제한으로 코로나시기에 취업의 제약이 많았던 체육계열 대학생들을 대상으로 그릿을 연구한 결과 꾸준한 노력과 지속적 관심 등 모든 변인은 진로준비행동에 모두 정(+)의 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 김영숙(2022)은 간호학과 대학생 대상으로 그릿에 대해 연구를 진행하였는데 그릿은 어렵고 힘든 임상 현장에서 간호직을 끈기 있게 수행해 나가도록 하는데 필수역량으로 여기는 개념이다. 연구결과에 따르면 그릿이 높을수록 임상실습 스트레스를 감소시키고 임상 수행 능력이 향상된다는 것을 알 수 있었다.

두 번째, 그릿의 하위요인인 열정과 인내가 높을수록 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미치는 것을 확인할 수 있었고, 이는 이상일(2022), 박연옥(2021), 신윤정·전주람(2020), 서미옥(2019), 차정주(2018), 주진영(2018), Tittanen(2014)의 연구 결과와 일치한다. 어떤 상황에서든 자기효능감이 높은 학생은 자신감과 믿음으로 해온 성공 경험이 삶의 만족을 높이는 원동력이 될 것이다.

세 번째, 자기효능감이 삶의 만족도에 정(+)의 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 스스로의 믿음이 클수록 긍정적인 태도로 삶을 바라보게 되어 만족감을 더욱 느끼게 될 가능성이 있을 것이다. 자기효능감과 삶의 만족도를 다룬 연구인 박혜선(2022), 김정주·김병만(2018), 전해옥(2016), 신지민·이은경·양난미(2015), 정계숙·류수민·조리경(2015)의 연구결과와 일치한다. 어려운 과정 속에서 포기하기보다는 할 수 있다는 자신감을 갖고 끈기와 열정으로 자신의 삶에서 만족을 경험하고 행복감을 지속하기 위한 노력이 필요하다고 본다. 삶의 만족을 높이기 위해 자기효능감을 높일 수 있는 방안을 낼 필요가 있다.

넷째, 그릿의 하위요인인 열정과 인내가 삶의 만족도에 미치는 영향 관계에서 자기효능감의 매개효과 분석은 부분매개하는 것으로 확인되었다. 부분매개일 경우 독립변수와 매개변수 모두 삶의 만족도에 영향을 주어 상대적 영향력에 따라 선택적으로 전략을 수립할 수 있음을 의미한다(서영석, 2010). 이는 박혜선(2022), 신지민·이은경·양난미(2015)의 선행연구와도 일치한다. 본 연구결과를 바탕으로 그릿이 삶의 만족에 직접적으로 영향을 끼치기 보다는 자기효능감의 간접적인 효과를 통해 영향을 미치는 것을 알 수 있었다. 대학생의 삶의 만족감을 높이기 위한 계획을 세울 때 그릿과 자기효능감을 향상시킬 수 있는 전략을 고려할 필요가 있다.

관광산업 전반의 채용문이 굳게 닫힌 위협적인 팬데믹 상황에서도 관광관련학과 학생들이 목표를 향해 끊임없이 열정과 인내를 가지고 임하는 그릿이 더욱 필요한 때이다. 현장 실습에 참여하거나 어학공부에 열중하는 등 장기적인 목표를 향해 오늘 내가 할 수 있는 그릿이다. 높은 그릿으로 인해 자신감과 확신이 올라가게 되어 삶의 만족도에 대한 주관적인 평가에도 도움이 될 것이다. 개인의 의지로 삶의 만족과 행복을 채울 수 있다는 것을 확인할 수 있었다. 따라서 대학차원에서 관광관련학과 학생들의 삶의 만족도 향상을 위해 영향을 주는 그릿과 자기효능감을 강화시켜 줄 프로그램의 개발이 시급하다. 직무와 관련된 경험을 해보는 기회가 축소됨으로써

대학생의 취업불안 요인으로 볼 수 있기 때문이다(김민정·차희정·안윤정, 2023). 팬데믹 상황에서는 현장 실습 활동 시수가 절대적으로 부족했기에 현장실습을 경험할 수 있는 현실적인 도움이 필요하다.

대학은 노력으로 미래를 바꿀 수 있는 곳이다. 꾸준히 노력하는 그릿의 태도를 경험할 수 있도록 교육환경에 대한 지원이 필요하고 교수자가 관심과 지지를 통해 도와야 한다. 그릿의 하위 요인인 흥미를 유지하고 노력을 지속하는 능력으로 작은 성과들을 만들어낸다면 자신에 대한 믿음과 확신이 생겨서 더 나은 삶을 만들어갈 수 있으리라 생각된다.

본 연구의 시사점은 코로나블루를 경험한 관광관련학과 대학생의 삶의 만족도에 대한 연구를 시도하였다는 점이고, 삶의 만족도를 향상시키기 위한 변인으로 그릿과 자기효능감에 대한 기초자료를 제공했다는 것이다. 본 연구의 제한점 및 후속연구의 제언은 다음과 같다. 본 연구는 특정 관광계열 대학생을 대상으로 조사하였기에 연구 결과를 대학생 전체로 일반화하기에는 한계가 있다. 따라서 후속연구에서는 전국의 관광계열 학과 학생, 더 나아가 일반학과 학생을 포함한 표본을 설계하여 연구가 필요하다고 판단된다.

또한 대학생의 삶의 만족도에 영향을 주는 보다 많은 심리적 변인 등을 제시하여 후속 연구를 진행하는 것도 의미있는 작업일 것이다. 또한 삶의 만족도에 영향을 미치는 변인 중 부정적인 요인들이 삶의 만족도에 미치는 영향도 살펴볼 필요가 있다. 향후 그릿과 삶의 만족도와의 관계에 대한 지속적인 연구가 필요할 것으로 판단된다.

참고문헌

- 고종식(2022). GRIT이 조직구성원의 조직행동에 미치는 영향력과 자아효능감의 매개효과 분석. **한국경영교육학회**, 37(2), 1-19.
- 권성연(2003). *자기조절학습의 자기효능감 척도개발 및 타당화연구*. 박사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 김민정·차희정·안윤정(2023). 포스트코로나 시대 전문대학생의 취업불안에 관한 주관성연구. **취업진로연구**, 13(1), 97-119.
- 김보경·김미경(2022). 관광전공 대학생의 진로역량 개발을 위한 진로개입 우선순위 분석. **한국진로창업경영학회지**, 6(4), 75-102.
- 김상화(2023). 창업학과 대학생의 일반적 특성이 자리효능감 및 전공만족도에 미치는 영향. **한국진로창업경영학회지**, 7(2), 21-33.
- 김애경(2019). 대학생의 가족건강성과 삶의 만족도 간의 관계에서 감사성향과 긍정심리자본의 매개효과. **학습자중심교과교육연구**, 19(9), 47-66.
- 김영숙(2022). 간호대학생의 임상실습 스트레스, 그릿, 자기효능감이 임상 수행 능력에 미치는 영향. **한국콘텐츠학회논문지**, 22(9), 451-460.
- 김정주·김병만(2018). 예비유아교사의 학업적 자기효능감과 그릿이 행복감에 미치는 영향. **예술인문사회융합멀티미디어논문지**, 8(11), 717-728.
- 맹파·최규환(2012). 관광관련학과 대학생의 성취동기가 자기효능감 및 인턴십 만족도에 미치는 영향 : 자기효능감의 매개 변수효과 검증을 중심으로, **관광연구저널**, 26(1), 367-384.
- 박연옥(2021). 항공서비스 전공 대학생의 그릿(Grit)이 진로선택동기, 정서적 몰입, 대학생활 만족도에 미치는 영향관계, **취업진로연구**, 11(1), 135-157.
- 박혜선(2022). 항공서비스전공 대학생의 학업적 자기효능감이 전공만족도에 미치는 영향: 그릿의 매개효과. **관광진흥연구**, 특집호, 57-76.
- 서미옥(2019). 그릿과 관련 변인들의 관계에 대한 메타분석. **교육학연구**, 57(1), 105-130.
- 서영석(2010). 상담심리 연구에서 매개효과와 조절효과 검증 : 개념적 구분 및 자료 분석 시 고려 사항. **한국심리학회지 상담 및 심리치료**, 22(4), 1147-1168.
- 신지민·이은경·양난미(2015). 대학생의 진로소명과 진로결정 자기효능감이 삶의 만족도에 미치는 영향. **사회과학연구**, 54(1), 169-194.
- 신윤정·전주람(2020). 대학생의 그릿과 삶의 만족 간의 관계에서 일반적 자기효능감과 공동체 의식의 이중매개효과. **학습자중심교과교육연구**, 20(2), 965-991.
- 오인수(2002). 일반적 자기효능감 개념, 측정관련 이슈와 인적자원관리 측면의 시사점. **한국심리학회지**, 15(3), 49-72.
- 오현숙(2008). 대학생이 지각하는 취업전망, 영역별 삶의 목표 및 삶의 만족도의 관계. **한국심리학회지: 사회문제**, 14(4), 19-37.
- 유정희(2015). *대학생의 삶의 만족에 미치는 영향요인 연구: 학교생활적응 매개효과와 자아존중감 조절효과를 중심으로*. 박사학위논문. 서남대학교 일반대학원.
- 이상일(2022). 생활체육에 참여하는 직장인의 그릿이 직업적 자기효능감과 직무만족도에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 31(3), 299-312.
- 이명자·송영명(2005). 자기조절학습전략, 자기효능감 및 학업성취도 수준에 따른 학업적 동기와 자기평가의 차이. **중등교육연구**, 53(1): 85-104.
- 임효진·황매향·최희철(2021). 자존감, 삶의 만족, 그릿, 학습시간 사이의 종단적 관계. **아시아교육연구**, 22(23), 537-566.
- 장유리·허진영(2019). 체육계열 대학생의 그릿이 진로결정자기효능감과 진로준비행동에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 28(4), 819-834.

- 정계숙·류수민·조리경(2015). 예비보육교사의 자기효능감과 학습성과와의 관계에서 삶의 만족도의 매개효과. **한국영유아보육학**, 90, 217-241.
- 정다은(2022). *고학년 대학생의 직업가치관, 취업불안, 진로미결정 간의 관계에서 진로적응성의 매개효과: 코로나 발생 이전 대학생과 코로나를 겪은 대학생 간 다집단 분석*. 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 전상경(2022). 호텔조리사의 유형별 그림이 조직몰입, 효능감 그리고 직무만족에 미치는 영향. **한국콘텐츠학회논문지**, 22(22), 590-605.
- 전해옥(2016). 간호대학생의 간호전문직관, 학업적 실패내성과 사회적 자기효능감이 대학생활 삶의 만족도에 미치는 영향. **한국간호교육학회지**, 22(2), 171-181.
- 조현주·홍상욱·남승미(2018). 여성의 감성지능과 여가적 삶의 질의 관계에서 자기효능감의 매개효과. **동북아관광연구**, 14(2), 131-151.
- 지명원·이주연(2022). 코로나19 팬데믹에서 대학생의 취업불안이 정신건강에 미치는 영향: 회복탄력성의 조절효과. **상담심리교육복지**, 9(4), 105-120.
- 진채현(2022). *코로나19로 인한 취업불안이 항공서비스전공 대학생들의 진로미결정에 미치는 영향: 전공만족 조절효과를 중심으로*. 석사학위논문, 세명대학교 대학원.
- 하혜숙·임효진·황매향(2015). 끈기와 자기통제 집단수준에 따른 성격요인의 예측력 및 학교 부적응과 학업성취의 관계. **평생학습사회**, 11(3), 145-166.
- 홍성화(2015). 충청지역 대학교 신입생의 삶의 만족도에 대한 자아존중감과 자기효능감의 영향. **생애학회지**, 5(3), 17-27.
- 차정주(2018). 예비유아교사의 소명감, 그림 및 전공만족도가 삶의 만족도에 미치는 영향. **학습자중심교과교육연구**, 18(17), 727-744.
- 백종우·김성남·노성원·박영주·오영아·이상민·이승연·이해우·임정숙·조근호(2021). **지역사회 정신건강증진 사업평가 체계 및 지표개발**, 보건복지부.
- 노기섭(2022). 2030 청년 10명 중 6명, 불확실한 미래로 불안. 문화일보.
- 정상희(2021). 현재는 청년고용 위급상, MZ세대에 맞는 지원책 시급. 파이낸셜뉴스.
- Bandura, A.(1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. **Psychological Review**, 84(2), 191-215.
- Baumgardner, S.R. & Crothers, M.K.(2009). **Positive psychology**, 이진환 · 신현정 · 안신호 역. 서울: 시그마프레스 (원전은 2008년도에 출판)
- Chen, G., Gully, M. S., & Eden, D.(2001). Validation of a new general self-efficacy scale. **Organizational Research Methods**, 4(1), 62-83.
- Çivitci, N., & Çivitci, A.(2009). Self-esteem as mediator and moderator of the relationship between loneliness and life satisfaction in adolescents. **Personality and Individual Differences**, 47(8), 954-958.
- Diener, E.(1984). Subjective well-being. **Psychological Bulletin**, 95, 542-575
- Diener, E., Emmons, R. A., Larson, R. J., & Griffin, S.(1985). The satisfaction with life scale. **Journal of Personality Assessment**, 49(1), 71-75.
- Duckworth, A. L. (2016). **Grit: Passion, perseverance, and the science of success**. New York, NY: Scribner.
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D.(2009). Development and validation of the Short Grit Scale (GRIT-S). **Journal of Personality Assessment**. 91(2). pp.166-174.
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R.(2007). Grit: perseverance and passion for long-term goals. **Journal of Personality and Social Psychology**, 92(6), 1087-1101.
- Fornell. C & Larcker, D. F.,(1981). Evaluating Structural Equation Models with Unobservable Variables and Measurement Error. **Journal of Marketing Research**, 18(1), 39-50.
- Frisch(2006). **Quality of life therapy: Applying a life satisfaction approach to positive psychology and cognitive therapy**. Hoboken, NJ: Wiley

- Gabriel, A. S., MacGowan, R. L., Ganster, M. L., & Slaughter, J. E.(2021), The influence of COVID-induced job search anxiety and conspiracy beliefs on job search effort: A within-person investigation, **Journal of Applied Psychology**, 106(5), 657-673.
- Heath, C. W.(1945). **What People Are: A Study of Normal Young Men**. Cambridge, MA, US: Harvard University Press.
- Mahmoud, J. S., Staten, R. T., Hall, LA., & Lennie, T. A.(2012). The relationship among young adult college students' depression, anxiety, stress, demographics, life satisfaction, and coping styles. **Issues in Mental Health Nursing**, 33(3), 149-156.
- Perterson, C., Park, N., & Seligman, M.(2005). Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions. **American Psychologist**, 60(5), 410-421.
- Raikes, H. A., & Thompson, R. A.(2005). Efficacy and social support as predictors of parenting stress among families in poverty. **Infant Mental Health Journal**, 26(3), 177-190.
- Rogers, C. R.(1961). **On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy**. London: Constable
- Sheridan, Z., Boman, P., Mergler, A., & Furlong, M. J.(2015). Examining well-being, anxiety, and self-deception in university students. **Cogent Psychology**, 2, 1-17.
- Singh, K., & Jha, S. D.(2008). Positive and negative affect, and grit as predictors of happiness and life satisfaction. **Journal I of the Indian Academy of Applied Psychology**, 34(2), 40-45.
- Tiittanen, M. (2014). **Grit and different aspects of wellbeing : Direct and indirect effects via a sense of coherence and authenticity**. Masters's thesis. Lunds Univesitet.
- Vainio, M. M., & Daukantaitė, D.(2016). Grit and different aspects of well-being: Direct and indirect relationships via sense of coherence and authenticity. **Journal of Happiness Studies**, 17(5), 2119-2147.

[abstract]

The relationship between COVID-19 blues, grit, self-efficacy, and life satisfaction of the University Students in Tourism-Related Departments

Sue Youn Han*

This study aims to examine the impact of grit and self-efficacy on life satisfaction among college students majoring in hotel, aviation, and tourism, and to explore the mediating effect of self-efficacy in the relationship between grit and life satisfaction. A survey was conducted among 230 undergraduate students from both two-year and four-year universities, with 216 valid responses utilized for analysis. Data collected through the survey were analyzed using AMOS 18.0 and SPSS 18.0 software. The results indicate that grit positively influences self-efficacy and life satisfaction. Additionally, self-efficacy positively influences life satisfaction. The mediating effect of self-efficacy in the relationship between grit and life satisfaction was confirmed. It is interpreted that grit positively impacted students, enabling them to persevere and support themselves during the prolonged pandemic, when short-term employment outcomes were challenging. In conclusion, there is a likelihood that individuals with higher self-belief tend to view life with a more positive attitude and experience greater satisfaction. This study contributes by attempting to understand the life satisfaction of college students experiencing COVID-19 blues and providing foundational data on grit and self-efficacy as variables to enhance life satisfaction.

KeyWord: Tourism-related department, University student, COVID-19 blues, Grit, Self-efficacy, Life satisfaction

* First Author, Assistant Professor, Department of Hotel Aviation Tourism management, Sangji University, hsy0101@sangji.ac.kr