

## 대학생의 긍정정서와 대학생활 만족도 및 진로준비의 관계에서 소명의식의 매개효과

김 경 미

동명대학교

류 승 아<sup>†</sup>

경남대학교

긍정정서의 확장 및 수립이론에 따르면 긍정정서가 다양한 삶의 영역에서 긍정적 결과를 가져온다고 주장한다. 이를 바탕으로 대학생의 긍정정서가 대학생활 만족도를 향상시키고 진로준비에 정적 영향을 미치는지 검토했다. 그리고 이 관계에 소명의식이 매개역할을 하는지 알아보았다. 이를 위해서 대학생 473명을 대상으로 긍정정서, 대학생활 만족도, 진로준비 및 소명의식을 측정하였다. 분석 결과, 긍정정서는 대학생활 만족도와 진로준비를 증진시키는 것으로 나타났다. 또한 대학생의 소명의식은 긍정정서와 대학생활 만족도 및 진로준비 사이에서 유의미한 매개역할을 하였다. 이러한 연구 결과를 바탕으로 대학생의 행복과 개인의 자원, 그리고 대학생활에 관한 시사점을 논의하였다.

주요어 : 긍정정서, 대학생활 만족도, 진로준비, 소명의식, 대학생

<sup>†</sup> 교신저자 : 류승아, 경남대학교, 경상남도 창원시 마산합포구 경남대학로 7  
E-mail : [seungahryu@kyungnam.ac.kr](mailto:seungahryu@kyungnam.ac.kr)

그동안 정신건강 분야에서는 개인의 적응과 행복을 높이기 위한 조건과 요소를 탐색하는 노력이 이루어져왔다. 이러한 노력으로 학업 성취(박영신, 김의철, 2009), 학과 만족 및 취업스트레스(임원균, 2015), 진로만족과 목표지향 행동(정미예, 조남근, 2012) 그리고 개인적 특성인 물질주의(김경미, 2014) 자기효능감(Karademas, 2006), 낙관성(Conversano, Rotondo, Lensi, Vista, Arpone, & Reda, 2010) 등이 주관적 안녕감을 비롯한 행복에 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 그러나 행복에 관한 또 다른 관점으로는 행복이 긍정적 결과의 원인으로 볼 수 있다는 주장(Lyubomirsky, King, & Diener, 2005)이 제기되면서 이를 뒷받침하는 다양한 연구들이 이루어지고 있다. 대표적으로 Lyubomirsky 등(2005)은 결혼, 우정, 수입, 직업, 건강 등의 다양한 삶의 영역에서 행복이 원인으로 작용하는지를 검토하였다. 이를 위해 연구자들은 225개의 횡단연구, 종단연구 및 실험연구를 분석하였으며, 행복이 삶 전반의 적응에 긍정적 결과를 가져온다는 것을 밝혀내었다. 특히 행복과 성취 및 성공의 관계를 중심으로 행복이 주는 유익이 탐구되었다. 그 결과 행복한 사람들이 수입이 높고(Diener & Biswas-Diener, 2002), 직업 수행과 이직 의도에 영향을 주었고(Erdogan, Bauer, Truxillo, & Mansfield, 2012), 상사로부터 긍정적 평가를 받고(Wright, Cropanzano, & Meyer, 2004), 친밀한 대인관계를 이루며(Diener & Seligman, 2002), 결혼생활에 만족하는 것으로(Harker & Keltner, 2001) 확인되었다. 국내에서도 행복이 학업성취(김경미, 류승아, 최인철, 2014a), 수입 및 직업 수행(구재선, 서은국, 2013)에 긍정적 영향을 미치는 것을 증명하였다. 다시 말해서 행복이 좋은 결과를 이끌어낸다는 것이다. 이러한

한 주장과 동일하게 본 연구에서도 행복을 측정하는 대표 변인인 긍정정서가 심리적 적응 기제를 향상시킬 수 있는지를 살펴보고자 한다.

긍정정서가 다양한 영역에서 좋은 결과를 이끌어낸다는 주장은 Fredrickson(2001)이 제기한 긍정정서의 확장 및 수립이론(broaden and build theory of positive emotion)으로 설명되고 있다. 긍정정서는 환경적 자극을 긍정적으로 평가한 의식상태로서(Fredrickson, 2001), 열정적이고 활발하며, 생기가 있는 정도를 반영하며, 자부심, 즐거움, 사랑, 희망 등을 포함한 개념이다(Watson, Clark, & Tellegen, 1998). 긍정정서는 인류가 적응하며 생존하는데 있어 중요성을 가지는데, 일시적일지라도 인지적 활성화를 촉진시키며, 시각적 주의와 활동의 레퍼토리를 확장시키는 기능을 한다(Fredrickson, 2013). 다시 말해 즐거움, 흥미, 활기, 자부심과 같은 긍정정서는 주위의 맥락적 정보를 더 많이 받아들이면서 시각적 주의 범위를 넓히고(Schmitz, DeRosa, & Anderson, 2009), 창의적이고 통합적인 사고를 확장(broaden)시킨다(Fredrickson & Joiner, 2002). 그리고 긍정정서는 이렇게 확장된 사고 및 행동의 통로를 기반으로 신체적, 지적, 사회적 및 심리적 자원을 구축(build)시킨다(구재선, 서은국, 2013; 구재선, 이아룡, 서은국, 2009; Cohn, Fredrickson, Brown, Mikels, & Conway, 2009). 예를 들어, 성인을 대상으로 명상을 통해 긍정정서를 유발했을 때, 마음챙김, 삶의 목적, 사회적지지 등의 개인의 심리적 자원이 증가되고, 이어 정신건강이 증가되었다(Fredrickson, Cohn, Coffey, Pek, & Finkel, 2008). 또한 긍정정서를 많이 경험한 행복한 청소년이 타인과 사회에 높은 신뢰와 공동체 의식을 보이며, 더 나아가 협력과 같은

친사회적 행동을 더 자주 하였다(신지은, 최혜원, 서은국, 구재선, 2013). 이렇듯 긍정정서는 사고-행동의 레퍼토리를 넓혀주고 이를 통해 자원을 확장시킴으로써 삶의 좋은 결과를 가져온다.

이러한 긍정정서의 유익은 대학생들에게도 적용되어 연구되고 있다. 즉 행복한 대학생들이 학업성취 및 진로 등의 성취영역에서 우수하다는 것이다(구재선, 서은국, 2012; 김경미 등, 2014a; Fox & Spector, 2000; Gilman & Huebner, 2006; Marsh, Trautwein, Lüdtke, Köller, & Baumert, 2006). 먼저 김경미 등(2014a)은 대학생 112명을 대상으로 행복이 학점에 영향을 주는지 알아보았다. 그 결과 삶의 만족도와 긍정정서는 1년 후의 학점에 긍정적 영향을 미쳤으나, 학점은 1년 후의 행복에 유의한 영향을 미치지 않았다. 즉 행복이 학업성취를 가져옴을 시사하였다. 뿐만 아니라 긍정정서를 많이 경험하는 대학생들은 더 많은 직장 인터뷰를 가졌으며(Burger & Caldwell, 2000), 긍정정서가 목표를 설정만 하는 것이 아니라 목표를 위한 노력을 하게 함으로써 학업성취를 이끌었다(Haase, Poulin, & Heckhausen, 2012). 긍정정서가 높은 학생들이 입사 면접 이후 입사 지원 자격을 더 많이 받았고 고용률이 높기도 하였다(Fox & Spector, 2000). 이러한 선행연구를 통해 짐작해보건데, 긍정정서는 대학생활에 더 적응적이며, 진로준비도 성공적으로 할 것으로 여겨진다.

이러한 근거를 바탕으로 본 연구는 긍정정서가 대학생들의 대학생활 만족도와 진로준비에 어떠한 역할을 하는지 알아보고자 한다. 대학생은 실질적인 직업을 선택하고 구체적 탐색과 세부적 계획을 세우는 시기이다(Super, 1953). 또한 대학생은 청소년기와 성인기의 전

환시기로서, 학업, 대인관계, 진로 문제, 학교 생활 등의 다양한 문제에 부딪혀 불안정하고 스트레스를 겪곤 한다. 특히, 최근에는 경기 불안정과 고용침체 등의 외부적인 현실로 인해 대학생활에 불만족하거나 진로설정의 어려움을 호소하는 대학생이 많다. 이러한 발달단계적 특성과 사회적 위기를 고려해볼 때 대학생들의 삶의 질에 관심을 가질 필요가 있다. 따라서 본 연구는 대학생들의 대학생활의 만족과 진로준비를 증가시키기 위한 방안으로 긍정정서를 주목하고, 이를 확인하고자 한다.

긍정정서가 다양한 영역에서의 성공을 예측하는 주요 변인으로 작용한다는 주장과 함께, 최근에는 긍정정서와 유익한 삶의 결과간의 관계에서 어떤 기제가 작용하는지에 주목하고 있다. 그 결과 긍정정서와 종속 변수들 사이를 삶의 의미(윤민지, 유성경, 2013), 인지적 유연성(조은영, 임정하, 2014), 자비심과 감사(신지은 등, 2013) 등의 심리적 기제가 매개한다는 것이 밝혀졌다. 이에 본 연구에서는 대학생의 적응과 진로발달에서 주목받고 있는 소명에 관심을 가지고, 소명의식이 대학생의 긍정정서와 대학생활 만족 및 진로준비의 관계에 매개역할을 하는지 알아보고자 한다.

소명은 경제적 보상이나 사회적 인정과 상관없이 그 일을 위해 신의 부름을 받았다는 의식으로 정의된다(Davidson & Caddell, 1994). 그러나 Duffy와 Sedlacek(2010)이 대학생 40% 정도가 소명의식을 가지고 있다고 보고할 만큼 소명은 종교적 해석을 넘어서 폭넓게 적용되고 있다. 소명에 관하여 Bellah, Madsen, Sullivan, Swidler 및 Tipton(1996)은 일하는 것 자체에서 충만감을 경험하며, 사회에 좋은 영향을 미친다는 믿음으로 일을 하는 의식이라고 말하였다. Dik과 Duffy(2009)는 소명을 일에 대

하여 충만감을 가지면서, 사회적으로 헌신하도록 하는 목적의식이라고 정의하였으며, 세 가지 요소로 나누었다. 첫째, 초월적 부르심으로 자신을 넘어서 기원하는 것이며, 둘째, 목적과 의미를 가지고 있어서, 하는 일이 경제적 이득과 사람들의 인정이 없다 하더라도 일 그 자체에서 성취감을 경험하는 것이다. 마지막으로, 소명은 자신의 일이 타인을 이롭게 하고, 사회를 유익하게 한다는 의미를 지니는 타인지향적 가치를 가진다. 즉 소명은 물질적 인 이득이나 사회적 인정과 상관없이 하고 있는 일로부터 충만감을 느끼며 의미 있다고 믿는 가치이다.

소명의식은 삶의 전반에 대한 만족감을 높이며, 정신건강에도 영향을 미친다(권선영, 김명소, 2016; 양난미, 이은경, 2012; 이지원, 이기학, 2015; Duffy & Sedlacek, 2010; Treadgold, 1999). 구체적으로 살펴보면, 소명의식을 가진 직장인일수록 삶의 만족이 높았고(권선영, 김명소, 2016; 장진이, 이지연, 2014), 의과대학생(Duffy, Manuel, Borges, & Bott, 2011)과 대학생(심예린, 2010; 양난미, 이은경, 2012; 이지원, 이기학, 2015; Duffy & Sedlacek, 2010) 역시 소명감이 있을수록 삶의 만족감이 높았다. 또한 소명의식이 있다고 응답한 성인은 그렇지 않은 사람에 비하여 우울과 스트레스가 낮고, 적응적인 대처전략을 사용하였다(Treadgold, 1999). 특히 소명은 직장에서의 적응 및 성취 영역에서 밀접한 관계가 있는 것으로 연구되고 있다. 예를 들어, 소명의식이 높은 직장인은 일에 대한 의미와 목적의식을 가지고 있기 때문에 직무에 대한 몰입과 직업 만족도가 높았으며(Duffy, Bott, Allan, Torrey, & Dik, 2012) 가 높았으며, 일로 인한 소진을 적게 경험하고(Jager, Tutty, & Kao, 2017), 직무수행 능력도

우수하였으며(Bing & Burroughs, 2001), 이직률도 낮았다(Duffy, Dik & Steger, 2011).

소명은 최근 진로발달에 영향을 미치는 중요한 기제로 관심을 받고 있다. 소명은 직장장면에서 어떤 역할을 하는지에 관하여 주로 연구되어 왔으나, 최근에는 직업선택의 전과정에 있는 모든 사람에게 적용 가능한 개념으로 여겨지고 있다(신윤정, 2013). 특히 다양한 직업적 탐색을 하고 자신에게 맞는 분야를 적극적으로 찾는 발달단계에 있는 대학생에게 있어서도 소명의식은 중요한 심리적 자원임이 밝혀지고 있다(박주현, 유성경, 2012; 양난미, 이은경, 2012).

이처럼 소명의식이 정신건강 및 직무만족에 긍정적 영향을 미친다면, 대학생들의 적응과 진로관련 영역에도 긍정적 영향을 줄 것으로 예상해 볼 수 있다. 소명의식이 진로발달에서 자신과 일에 대하여 적극적이고 주체적인 태도를 갖게한다는 주장에 비추어 볼 때(박주현, 유성경, 2012; Dik, Sargent, & Steger, 2008; Hall & Chandler, 2005), 대학생들의 대학생활 만족도와 진로준비에도 중요한 역할을 할 것으로 여겨진다. 실제 소명의식과 대학생의 진로발달에 관한 연구들을 살펴보면, 소명의식은 대학생의 진로 적응성 및 학과만족에 긍정적 영향을 미쳤다(김지선, 육정원, 김이준, 김봉환, 2016; Duffy & Sedlacek, 2003). 김지선 등(2016)은 소명의식이 진로결정자기효능감을 매개로 하여 대학생의 학과만족에 긍정적 영향을 미치는 것을 밝히기도 하였다. 뿐만 아니라 소명의식이 있는 대학생은 진로포부, 진로정체감, 진로성숙등과 관련이 있으며(박주현, 유성경, 2012; 신윤정, 2013; Dik & Duffy, 2009), 진로 상담에 있어서도 중요한 변인으로 제시되고 있다. 이러한 선행연구를 살펴보면, 소명의

식을 가진 대학생은 대학생활의 만족도 뿐만 아니라 진로준비도 높을 것으로 예상된다.

또한 긍정정서를 많이 느낄수록 삶을 더 의미있게 지각하고(King, Hicks, Krull, & Del Gaiso, 2006), 삶의 만족감과 충만함이 커진다(윤민지, 유성경, 2013). 구체적으로, 윤민지와 유성경(2013)은 긍정정서와 삶에 대한 만족의 관계에서 의미추구와 의미발견의 매개효과를 확인하면서, 빈번한 긍정정서 경험의 상황을 긍정적으로 해석하게 해줌으로써 삶을 만족스럽게 평가하고, 긍정정서 경험을 통해 삶의 의미가 커지며, 이는 행복으로 이어진다고 설명하였다. 대학생을 대상으로 연구한 조은영과 임정하(2014) 역시 긍정정서가 인지적 유연성을 유발하며, 이로 인해 변화하는 환경에 유연해짐으로써 심리적 안녕감을 높일 수 있다고 제시하였다. 이러한 일련의 선행연구를 통해 소명의식이 긍정정서와 대학생의 만족감 및 진로준비의 관계에서 매개역할을 할 수 있음을 추측해볼 수 있다. 다시 말해 긍정정서는 하고 있는 일로부터 충만감을 느끼고 의미 있다고 믿는 가치인 소명의식의 인지적 자원을 확장시키고 이는 삶에 대한 적응을 증가시킬 것으로 예상된다. 이러한 관점에서 본 연구는 긍정정서가 충만감과 목적의식을 갖게 하며, 이로 인해 대학생활에 만족을 높이고 진로준비가 잘 이루어질거라 예상한다. 인생의 중요한 전환점에서 대학생이 경험하는 어려운 상황들, 학교생활 문제나 진로 문제 등을 바라보는 가치관을 갖는 것은 인생의 나침반이 되기 때문에 대학생의 행복과 가치관의 관계를 살펴보는 것은 이들의 정신건강을 위한 중요한 기초자료가 될 것으로 예상된다.

따라서 본 연구의 연구문제는 다음과 같다:  
1) 긍정정서과 소명의식은 대학생활 만족도

및 진로준비에 어떠한 영향을 미치는가. 2) 긍정정서와 대학생활 만족도 및 진로목표의 관계에 소명의식이 매개하는가.

## 연구 방법

### 연구 대상

설문에 참가한 대학생들은 몇 개의 지역(경남, 부산, 서울, 충남 등)을 대상으로 4년제 대학의 총 480명이 참여하였다. 회수한 설문지 중 불성실하게 응답한 7부를 제외한 473부를 분석에 사용하였다. 참여자의 평균나이는 22.86세( $SD=1.95$ )이었으며, 남자는 207명(43.17%), 여자는 266명(55.4%)이었다. 참여자들의 종교여부는 있음이 143명(30.2%), 없음이 328명(69.3%), 무응답이 2명(0.4%)이었다.

### 측정도구

#### 긍정정서

긍정정서는 Watson 등(1988)이 개발한 긍정/부정 정서 척도(Positive and Negative Affect Scale: PANAS) 중 긍정정서의 10문항으로 측정하였다. 연구참여자는 ‘흥미진진한’, ‘신나는’, ‘활기찬’, ‘자랑스러운’ 등에 대하여 느끼는 기분의 정도를 5점 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 5: 매우 많이 그렇다)로 평정하였다. 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .85이었다.

#### 소명척도

소명척도는 Dik 등(2008)이 개발하고, 심예린(2010)이 한국판으로 타당화한 소명척도(Calling and Vocation Questionnaire: CVQ)를 사용

하였다. 소명척도는 초월적 부름-존재, 목적/의미-존재, 친사회적 지향-존재의 3가지 하위척도로 구성되어 있으며, 총 12문항으로 이루어져 있다. 문항의 예로는 ‘나의 진로는 내 삶의 목적을 실현하도록 도와준다.’ ‘나는 나의 진로를 삶의 목적에 이르는 길로 본다.’이다. 문항은 ‘전혀 해당되지 않는다’(1점)에서 ‘전적으로 해당된다’(4점)의 4점 척도로 평정되었으며, 점수가 높을수록 높은 소명의식을 가지고 있음을 의미한다. 본 연구에서의 신뢰도 (Cronbach's  $\alpha$ )는 .82이었다.

### 대학생활 만족도

대학생활 만족도는 ‘전반적으로 본인의 학업에 대해서 얼마나 만족하십니까?’와 ‘전반적으로 본인의 학교생활에 얼마나 만족하십니까?’의 2문항으로 측정하였다. 참가자들은 ‘전혀 만족하지 않는다’(1점)부터 ‘매우 만족한다’(7점)까지의 7점 척도로 응답하였다. 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .76이었다.

### 진로준비

진로준비는 ‘졸업 후 진로에 대하여 어느 정도 결정이 된 상태입니까?’와 ‘희망하는 진로 성취를 위해서 얼마나 준비하고 있습니까?’의 2문항으로 측정하였다. 참가자들은 ‘전혀 결정하지 않았다’(1점)부터 ‘확실히 결정하였다’(7점) 또는 ‘전혀 준비하고 있지 않다’(1점)에서 ‘완벽하게 준비하고 있다’(7점)까지의 7점 척도로 응답하였다. 본 연구에서의 신뢰도 (Cronbach's  $\alpha$ )는 .79이었다.

### 통제변인

성별은 남(1), 여(2)로 질문하였으며, 나이는 개방형으로 질문하였다. 종교는 있음(1)과 없

음(2)로 질문하였다. 경제수준은 9점 척도를 이용하여 상상(1점)에서 하하(9점)로 평정하였으며, 점수가 높을수록 경제수준이 낮은 것이다.

### 분석방법

수집한 자료는 SPSS 18.0으로 분석되었다. 변인들의 기본적 특성을 알아보기 위하여 빈도분석을, 변인들의 관계를 알아보기 위하여 상관분석을 실시하였으며, 매개효과검증을 위해 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 추가적으로 매개효과를 확인하기 위하여 Sobel 검증을 하였다.

## 결과

본 연구의 변인들 간의 상관관계와 각 변인의 평균 및 표준편차는 표 1에 제시하였다. 궁정정서는 대학생활 만족도( $r=.41, p<.001$ ), 진로준비( $r=.36, p<.001$ ) 그리고 소명의식( $r=.35, p<.001$ )과 정적상관을 나타내었다. 소명의식은 대학생활 만족도( $r=.30, p<.001$ ) 및 진로준비( $r=.42, p<.001$ )와 정적상관이 있었다. 즉 궁정정서가 높을수록 대학생활 만족도와 진로준비, 소명의식이 높았으며, 소명의식이 높을수록 대학생활 만족도와 진로준비가 높았다.

한편 인구통계학적 변인과의 상관을 살펴보면 성별( $r=-.11, p<.05$ )과 나이( $r=.15, p<.05$ )는 진로준비와 상관이 있었다. 그리고 종교는 소명의식( $r=-.15, p<.05$ )의 관계에서 상관이 나타났으며, 경제수준은 궁정정서( $r=-.18, p<.001$ )와 대학생활 만족도( $r=-.14, p<.01$ )에서 유의한 상관이 있었다. 다시 말해서 남자가 여자보다,

표 1. 각 변인의 평균, 표준편차, 및 상관관계

변인	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 긍정정서	1.00							
2. 대학생활 만족도	.41***	1.00						
3. 진로준비	.36***	.30***	1.00					
4. 소명의식	.35***	.30***	.42***	1.00				
5. 성별	-.05	-.05	-.11*	-.01	1.00			
6. 나이	-.01	-.05	.15*	.06	-.41***	1.00		
7. 종교	-.04	.00	-.08	-.15**	-.08	-.03	1.00	
8. 경제수준	-.18***	-.14**	-.05	-.07	-.01	.15**	-.01	1.00
평균	2.86	4.13	4.23	2.38	1.56	22.86	1.69	4.71
표준편차	.68	1.30	1.41	.51	.50	1.95	.46	1.57

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$ .

성별은 남자=1, 여자=2로, 종교는 있음=1, 없음=2로 dummy변인 분석함.

그리고 나이가 많을수록 진로준비가 높았다. 그리고 종교가 있는 사람이 종교가 없는 사람 보다 소명의식이 높았다. 또한 경제수준이 높을수록 긍정정서와 대학생활 만족도가 높았다.

긍정정서가 대학생활 만족도 및 진로준비에 미치는 영향의 정도가 어느 정도인지 알아보기 위하여 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 대학생활 만족도와 진로준비에 대해 인구통계학적 변인들(성별, 나이, 종교, 경제수준)을 통제한 후 긍정정서의 영향은 표 2와 같았다. 대학생활 만족도에 대해 긍정정서는 유의미한 영향을 가졌고( $\beta=.41, p<.001$ ), 진로준비에 대해서도 정적 영향력을 가졌다( $\beta=.36, p<.001$ ), 다시 말해서 긍정정서는 대학생활 만족도와 진로준비에 긍정적 영향을 미쳤다고 볼 수 있다.

다음으로, 소명의식이 대학생활 만족도 및 진로준비에 미치는 영향을 알아보기 위하여

위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 대학생활 만족도와 진로준비에 대해 인구통계학적 변인들(성별, 나이, 종교, 경제수준)을 통제한 후 소명의식의 영향은 표 3과 같았다. 소명의식은 대학생활 만족도( $\beta=.29, p<.001$ )와 진로준비( $\beta=.40, p<.001$ )에 대해 정적 영향력을 가졌다. 다시 말해서 소명의식은 대학생활 만족도와 진로준비에 긍정적 영향을 미쳤다고 볼 수 있다.

긍정정서와 대학생활 만족도 및 진로준비의 관계에서 소명의식이 매개역할을 하는지 알아보기 위하여 매개효과 검증을 실시하였다. 이를 확인하기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 매개효과 검증방법을 실시하였다. 첫 번째 단계는 독립변수가 매개 변수에 통계적으로 유의한 영향을 미쳐야 하며, 둘째, 독립변수가 종속변수에 통계적으로 유의미한 영향을 미쳐야 한다. 세 번째는 독립변수와 매개변수가

표 2. 긍정정서가 대학생활 만족도 및 진로준비에 미치는 영향

변인	대학생활 만족도						진로준비					
	모델1			모델2			모델1			모델2		
	B	S.E.	β	B	S.E.	β	B	S.E.	β	B	S.E.	β
성별	.18	.13	.07	.08	.12	.03	.18	.14	.06	.11	.14	.04
나이	.03	.03	.05	.03	.05	.08	.10	.04	.14**	.10	.03	.14**
종교	.02	.13	.01	.07	.12	.02	.28	.14	.09	.25	.13	.08
경제수준	.12	.04	.14**	.04	.04	.05	.07	.04	.08	.01	.04	.01
긍정정서				.77	.08	.41***				.73	.09	.36***
F			2.96*			27.46***			4.53**			17.42***
R <sup>2</sup>			.03			.18			.04			.16
Adj. R <sup>2</sup>			.02			.18			.03			.15
ΔR <sup>2</sup>						.16***						.12***

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$ .

성별은 남자=1, 여자=2로, 종교는 있음=1, 없음=2로 dummy변인 분석함.

표 3. 소명의식이 대학생활 만족도 및 진로준비에 미치는 영향

변인	대학생활 만족도						진로준비					
	모델1			모델2			모델1			모델2		
	B	S.E.	β	B	S.E.	β	B	S.E.	β	B	S.E.	β
성별	.18	.13	.07	.18	.12	-.07	.18	.14	-.06	.19	.13	-.06
나이	.03	.03	.05	.05	.03	-.07	.10	.04	.14**	.08	.03	.11**
종교	.02	.13	.01	.10	.13	.04	.28	.14	.09	.09	.13	-.03
경제수준	.12	.04	.14**	.09	.04	-.11	.07	.04	.08	.04	.12	-.04
소명의식				.76	.12	.29***				.12	.09	.40***
F			2.96*			11.08***			4.53**			22.23***
R <sup>2</sup>			.03			.11			.04			.20
Adj. R <sup>2</sup>			.02			.10			.03			.19
ΔR <sup>2</sup>						.08***						.16***

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$ .

성별은 남자=1, 여자=2로, 종교는 있음=1, 없음=2로 dummy변인 분석함.

동시에 종속변수에 유의미한 영향을 미쳐야 한다. 이 때 종속변수에 대한 독립변수의 영향력이 두 번째 단계보다 세 번째 단계에서 줄어들어야 매개효과를 나타낸다고 할 수 있다.

표 4와 그림 1은 소명의식이 긍정정서와 대학생활 만족도 및 진로준비의 관계에서 매개역할을 보여준다. 먼저 긍정정서와 대학생활 만족도 및 소명의식의 관계를 살펴보면, 1단계에서 독립변인인 긍정정서는 매개변인인 소명의식에 유의미한 영향력을 가지고 있었다 ( $\beta=.35, p<.001$ ). 2단계에서의 독립변인인 긍정정서는 대학생활 만족도에 유의미하게 설명하였다( $\beta=.41, p<.001$ ). 그리고 3단계에서 매개변인인 소명의식은 대학생활 만족도에 역시 유의미한 영향을 미쳤다( $\beta=.30, p<.001$ ). 그리고 긍정정서와 소명의식을 동시에 투입하자, 독립변인인 긍정정서가 대학생활 만족도에 미치는 유의미하였으나( $\beta=.35, p<.001$ ), 그 영향력은 1단계보다 감소하였다 ( $\beta=.41 > \beta=.35$ ). 즉 소명의식은 긍정정서와 대학생활 만족도의 관계에서 부분 매개한다는

것을 나타낸다. 추가적으로 독립변인의 유의미한 감소가 있는지 확인하기 위해서 Sobel (1982) 검증을 실시하였으며, 그 결과는 유의미하였다( $Z=5.45, p<.001$ ).

긍정정서와 진로준비의 관계에 대한 소명의식의 매개효과를 살펴보면, 1단계에서 독립변인인 긍정정서는 매개변인인 소명의식에 유의미한 영향력을 가졌다( $\beta=.35, p<.001$ ). 2단계에서의 독립변인인 긍정정서는 종속변인인 진로준비에 유의미한 영향을 미쳤다( $\beta=.36, p<.001$ ). 그리고 3단계에서 소명의식은 진로준비에 유의미한 영향력이 있었고( $\beta=.42, p<.001$ ), 긍정정서와 소명의식을 동시에 독립변인으로 투입하여 진로준비에 미치는 영향력을 살펴보았을 때, 긍정정서는 여전히 유의미하였다 ( $\beta=.24, p<.001$ ). 이때 긍정정서가 진로의미에 미치는 영향력은 1단계보다 감소하였다( $\beta=.36 > \beta=.24$ ). 즉 소명의식은 긍정정서와 진로준비의 관계에서 부분 매개를 하였다. 추가적으로 독립변인의 유의미한 감소가 있는지 확인하기 위해서 Sobel(1982) 검증을 실시하였으며, 그 결과는 유의미하였다( $Z=6.70, p<.001$ ). 다시

표 4. 긍정정서와 대학생활 만족도 및 진로준비의 관계에서 소명의식의 매개효과

독립변인		종속변인	$\beta$	S.E.	<i>t</i>	$R^2$	Adj. $R^2$	sobel
1단계	긍정정서	소명의식	.35	.03	8.20***	.13	.12	
2단계	긍정정서	대학생활 만족도	.41	.08	9.87***	.17		5.45***
3단계	긍정정서 소명의식	대학생활 만족도	.35 .18	.08 .11	7.97*** 3.99***	.20	.20	
1단계	긍정정서	소명의식	.35	.03	8.20***	.13	.12	
2단계	긍정정서	진로준비	.36	.09	8.30***	.13	.13	6.70***
3단계	긍정정서 소명의식	진로준비	.24 .34	.09 .12	5.51*** 7.71***	.23	.22	

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$ .

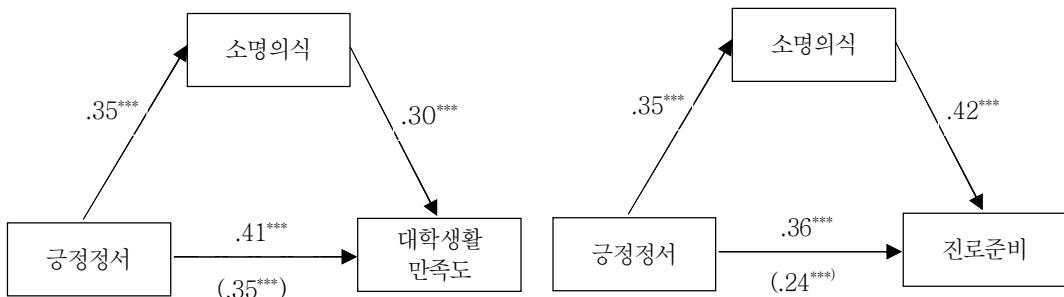


그림 1. 긍정정서와 대학생활 만족도 및 진로준비의 관계에서 소명의식의 매개효과

말해서 소명의식은 긍정정서와 대학생활만족 및 진로준비의 관계에서 부분매개를 하였다.

## 논 의

본 연구는 대학생 473명을 대상으로 긍정정서가 대학생 만족도와 진로준비에 영향을 미치는지, 그리고 그 관계에서 소명의식이 매개역할을 하는지 알아보고자 하였다. 이를 위하여 긍정정서, 소명의식, 대학생활 만족도 및 진로준비를 측정하였으며, 상관분석과 회귀분석을 실시하였다. 분석 결과와 그에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 긍정정서는 대학생활 만족도 및 진로준비에 긍정적 영향을 미쳤다. 이 결과는 선행연구에서 긍정정서가 대학생의 삶에 대한 만족을 증가시키고(윤민지, 유성경, 2013), 심리적 안녕감에 긍정적 영향을 미친다는(조은영, 임정하, 2014) 연구결과와 일치한다. 특히나 행복의 유용성에 대한 많은 연구들(Lyubomirsky et al., 2005)이 주장한바와 같이 긍정정서를 자주 경험할수록 삶의 긍정적 결과를 가져온다는 연구과 맥락을 같이 하고 있다. 청소년기와 성인기의 과도기에 있는 대학

생들은 가치관 및 정체성의 혼란, 대인관계, 학업 문제 등의 심리사회적 문제를 겪으면서, 동시에 현실적인 직업선택을 위해 구체적인 탐색을 하고 세부적인 계획을 세우는 진로결정의 단계에 있다. 이러한 주요한 과업들 속에서 쉽게 스트레스를 받고 여러 부적응과 심리적 어려움을 겪기 쉽다. 긍정정서가 대학생활의 만족도와 진로준비를 돋는다는 본 연구의 결과를 바탕으로, 대학생들이 일상에서 긍정정서를 자주 경험할 수 있는 다양한 방안을 마련해 볼 수 있다. 예를 들어, 긍정정서 수준을 높이는 활동으로 감사하기(김경미, 한민, 류승아, 2014), 마음챙김(강재연, 장재홍, 2017), 동아리 활동(김익현, 김창현, 2018) 등을 제안 할 수 있다. 장기간의 지속된 경기침체와 낮은 취업률의 현실적 사회문제로 인하여 대학생들이 경험하는 진로에 대한 압박감은 상당하고, 불안감을 경험하기 쉬운 현실에서, 긍정정서의 경험을 위한 다양한 대학교육문화 및 프로그램을 도입한다면 대학생들의 삶의 질에 긍정적인 변화를 가져올 것이라 여겨진다.

한편, 인구통계학적 변인 중 경제수준이 낮을수록 대학생활 만족도가 낮았고, 나이가 많을수록 진로준비가 높았다. 경제수준과 삶의 만족도는 밀접한 관계가 있다는 것은 기존의

연구에서도 잘 알려져 있으므로, 경제수준이 낮은 대학생들이 대학생활에 잘 적응하도록 돋기 위한 정책적, 교육적인 접근이 필요함을 다시 한 번 보여준다. 경제수준이 낮을수록 등록금 및 생활비를 위해 학업이나 대학생활에 집중하지 못하고 생계를 위한 아르바이트를 하는 경우가 많다. 이러한 점을 고려하여 이들을 위한 세심한 관여가 필요하겠다. 또한 학년이 높아질수록 진로준비가 적극적으로 이루어지는 것은 예상할 수 있는 결과이다. 취업의 어려움을 겪고 있는 현실에서 학년에 따라 적극적인 진로프로그램이나 진로상담이 이루어져야 함을 보여준다.

둘째, 소명의식은 대학생활 만족도와 진로준비에 긍정적 영향이 있었다. 이전의 연구에서 밝힌 바와 같이, 본 연구에서 소명의식이 높은 대학생들이 대학생활에 더 만족할 뿐만 아니라 진로를 위해 준비를 잘 하였다(신윤정, 2013; 양난미, 이은경, 2012; Dik & Duffy, 2009). Weiss, Skelley, Haughey 및 Hal(2004)은 소명의식이 있는 사람은 자신의 장점을 가장 잘 사용할 수 있는 목표를 추구하고 달성하기 위한 노력을 하며, 이를 통해 자신감이 향상된다고 설명한바 있다. 다시 말해 대학생활을 하면서 학업이나 학교생활에 있어서 어려운 상황을 맞닥뜨려도 자신에 대한 목적의식을 가지며 타인지향적인 가치를 지닌다면 대학생활의 적응을 높일 수 있다. 또한 소명의식은 진로정체감, 진로태도성숙과 같은 진로분야에서 주목받고 있는바와 같이 소명의식이 진로준비를 계획하며 실행하는데 중요한 요인임을 확인하였다. 자신의 소명의식을 이해하는 것 즉, 자신에 대한 초월적 부름을 이해하며, 자신의 의미를 이해하고, 사회를 유익하게 하고자 하는 가치관을 가지는 것은 명확한 진로목

표를 세우고 실행할 수 있도록 돋는다(Dik & Duffy, 2009). 또한 소명의식을 가진 대학생들이 진로발달과정에서 더 몰입을 하고, 자신의 일에 적극적이고 주체적인 모습을 가지기 때문에(Dik et al., 2008), 대학생활에 만족하며 진로를 위한 준비도 적극적인 것으로 보여진다. 그러므로 자아정체감과 가치관이 완성되고 구체적인 진로탐색, 계획, 및 결정을 해야 하는 대학생들에게 소명의식을 이해하도록 돋는 개입과 중재도 중요한 요소임을 시사한다.

셋째, 소명의식이 긍정정서와 대학생활 만족도 및 진로준비의 관계를 매개하였다. 본 연구의 결과는 긍정정서가 대학생활 만족도 및 진로준비에 직접적 영향을 미치기도 하지만, 소명의식을 매개로 하여 간접적 영향을 미친다는 것을 보여주었다. 이는 Fredrickson(2001)이 주장한바와 같이 긍정정서가 인지적 자원을 확장시키고 이를 통해 다양한 신체적, 지적, 사회적 및 심리적 자원을 구축시킨다는 확장 및 수립이론을 뒷받침하는 결과이다.

긍정정서가 삶의 긍정적 결과를 가져오는 이유를 다음과 같이 설명할 수 있다. 첫째, 긍정정서를 자주 경험하는 사람은 자신의 소명의식을 실현하는 내적 동기를 더 추구함으로써 삶의 적응을 가져오기 때문이다. 돈, 명예 등의 외재적 가치보다는 삶의 목적과 같은 내적 가치를 추구할 때 좋은 결과를 가져온다는 연구들(김경미 등, 2014b)의 주장과 같이, 긍정정서가 내적가치를 추구하고 실현하도록 돋고, 이로써 적응적인 대학생활이 이루어지도록 하는 것으로 보인다. 둘째, 긍정정서가 소명의식을 통해 실패에 대한 건설적 대처전략을 사용하도록 돋기 때문이다. Foo, Uy 및 Baron(2009)이 긍정정서가 창업가들의 적극적인 도전을 이끌어낸다고 제시한 바 있듯이, 아마도 긍정

정서가 적극적인 노력을 하는 과정에서 소명의식을 경험하게 하고, 이는 목표를 위한 노력을 하게끔 하는 것으로 여겨진다. 행복한 사람은 자신에 대한 분명한 목적의식과 충만함을 가지고 진로를 준비하기 때문에 더 나은 성과를 보일 수 있으며, 대학생활에서 경험하는 실패나 역경의 문제점에서 건설적인 대처 전략을 사용하는 것으로 보인다. 마지막으로, 소명의식을 가진 대학생은 자신의 흥미와 능력에 대한 이해가 높고, 진로결정자기효능감이 높았다. 궁정정서를 자주 경험하는 대학생은 자신의 진로에 대한 소명의식을 가짐으로써 진로결정성을 더 가질 수 있고, 일에 대한 희망을 가짐으로써 적극적인 대학생활을 하며 진로준비를 하는 것으로 여겨진다(박주현, 유성경, 2012; Duffy & Sedlacek, 2007). 따라서 대학생들이 대학생활 만족과 진로준비를 위한 개입과 관련하여 개인의 소명의식을 갖도록 하는 것에 초점을 둘 필요가 있겠다.

본 연구의 시사점은 다음과 같다. 첫째, 궁정정서의 유용성을 재확인하였다는 것이다. 이는 만족스러운 대학생활과 진로준비를 잘 이뤄내기 위해서는 일상에서 경험하는 궁정정서가 중요하다는 것을 보여주었다. 특히 변화하는 사회 및 교육환경, 과도한 경쟁, 스펙에 몰두하기 쉬운 환경 속에서 대학생들이 대학생활에 만족하기 어렵고, 성숙한 진로태도를 갖기 어려울 수 있다. 이런 어려움을 겪고 있는 대학생들에게 궁정정서를 경험할 수 있는 환경을 제공하며, 상담에서도 궁정정서의 요소를 찾아보는 것이 필요하겠다.

둘째, 최근 진로발달영역에서 중요한 요인으로 관심받고 있는 소명의식이 대학생활 만족에 영향을 미치며, 진로준비를 돋는다는 점에서 그 중요성을 재확인하였다. 사회적으로

인정받는 직장, 임금이 많은 직업, 사회적 안정성 등의 직업을 쫓다보면 자기에 대한 이해, 삶의 목적, 일의 의미 등을 놓치기 쉽다. 하지만 본 연구는 물질주의적 가치관을 쫓기 쉬운 사회 환경에서 대학생들의 목적의식과 가치관을 찾을 수 있는 개입과 중재도 중요하며, 소명의식이 효과적인 전략으로 사용될 수 있음을 보여주었다. 인생의 중요한 전환점이 되는 시기에 있는 대학생들이 가치관과 정체성을 더욱 확립하며 학업의 의미를 점검하는 프로그램이나 교육이 이루어진다면 학생들의 삶의 질이 더 향상될 것이라 생각된다. 특히 진로의식은 개인의 발달과정을 통해 지속적으로 체득하고 변화하는 태도이기 때문에(이지원, 이기학, 2015), 대학생활 과정에서 소명의식을 이해하고, 탐색하며, 실행할 수 있는 방안을 구체적으로 찾는 것이 필요함을 보여준다. 한편, 자신의 소명을 발견하면, 소명을 실현하는 요인이 무엇인지 발견하고 극복방안을 찾는 것도 필요하겠다.

셋째, 일상에서 궁정정서의 경험이 소명의식을 통해 대학생활의 성공을 극대화할 수 있음을 시사한다. 즐겁고 신나고 활기찬 궁정정서를 경험하더라도 자신의 의미와 목적을 가지며, 자신이 충만감을 경험하며, 자신이 타인과 사회에 기여하는 의미를 탐색할 때 더욱 성공적인 대학생활 적응과 진로준비가 이루어질 수 있는 것으로 보인다. 이를 위해서 대학에서 실시하고 있는 학교 적응이나 진로탐색의 프로그램들에 궁정정서를 확장시키고 소명의식을 고취시킬 수 있는 내용들을 함께 제공하는 것을 고려해볼 것을 제안한다.

본 연구의 한계점은 다음과 같다. 첫째, 궁정정서와 관련된 연구들은 문화성향에 따라 결과가 달라질 수 있음을 제시하고 있다. 예

를 들어, 김초록과 신희천(2011)은 긍정정서의 경험에 한국보다 서구문화권에서 더 강조될뿐 더러 개인의 자원과도 더 관련있음을 말한바 있다. 반면 허수진과 허재홍(2017)의 연구에서는 중년여성의 긍정정서가 문화성향에 영향을 받지 않은 바 있었다. 이처럼 문화성향에 따라 긍정정서가 어떠한 결과가 나타나는지는 더 구체적이고, 정교한 설계를 통해 검증할 필요가 있겠다. 둘째, 긍정정서와 삶의 결과에 대한 원인관계는 명확하지 않다. 본 연구는 횡단연구를 통해 이루어졌기 때문에, 한계가 있다. 이를 보완하기 위한 실험연구 또는 종단연구를 통해 원인을 밝히고 더 나아가 관계의 통합적 구조가 어떻게 나타나는지 확장할 필요가 있겠다. 셋째, 본 연구에서 사용한 대학생활 만족과 진로준비의 문항이 2문항으로 구성되었다. 이후 연구에서는 척도를 보완한 질문지를 이용하여 재확인하는 것이 필요하겠だ. 마지막으로 본 연구에서는 소명의식을 중심으로 살펴보았으나, 다양한 변인들(낙관성, 삶의의미, 인지유연성 등)간의 관계를 통합적으로 보는 것도 필요할 것이다.

### 참고문현

강재연, 장재홍 (2017). 마음챙김-자기자비 집단프로그램의 효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 29(2), 335-356.

구재선, 서은국 (2012). 행복은 4년 후 학업성취를 예측한다. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 26(2), 35-50.

구재선, 서은국 (2013). 행복이 미래 수입과 직업수행에 미치는 영향. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 27(2), 17-36.

구재선, 이아룡, 서은국 (2009). 행복의 사회적 기능: 행복한 사람이 인기가 있나? *한국심리학회지: 사회문제*, 15(1), 29-47.

권선영, 김명소 (2016). 직업소명이 삶의 만족에 미치는 영향-삶의 의미의 매개효과와 성차-. *한국심리학회지: 여성*, 21(1), 151-171.

김경미 (2014). 대학생의 물질주의와 주관적 안녕감 및 대학생활 만족도의 관계에서 삶의 의미의 매개효과. *청소년학연구*, 21(10), 295-314.

김경미, 류승아, 최인철 (2014a). 행복과 학업성취: 대학생을 중심으로. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 20(4), 329-346.

김경미, 류승아, 최인철 (2014b). 자신과 연인에 대한 내적-외적 가치 인식이 행복 및 연애만족도에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(3), 637-657.

김경미, 한민, 류승아 (2014). 감사, 후회 및 감사 대 후회 비율이 주관적 안녕감과 우울에 미치는 영향. *청소년학연구*, 21(9), 51-77.

김의형, 김창현 (2018). 대학생의 스포츠 동아리활동 참여정도가 인성역량 및 대학생활 적응에 미치는 영향. *한국발육발달학회지*, 26(4), 519-528.

김지선, 육정원, 김이준, 김봉환 (2016). 대학생의 소명과 학과만족의 관계에서 진로결정 자기효능감의 매개효과. *상담학연구*, 17(1), 249-264.

김초록, 신희천 (2011). 긍정적 정서와 긍정적 대처의 종단적 인과관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 23(2), 451-469.

박영신, 김의철 (2009). 한국 청소년의 행복: 심리적, 관계적, 경제적 자원과 학업성취

의 영향. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 15(3), 399-429.

박주현, 유성경 (2012). 대학생의 소명과 진로 태도성숙과의 관계에서 진로자기효능감 및 일희망의 매개효과. *상담학연구*, 13(2), 543-560.

신윤정 (2013). 대학생의 진로소명, 진로자기효능감 및 내적동기와 진로적응성의 관계. *상담학연구*, 14(1), 209-226.

신지은, 최혜원, 서은국, 구재선 (2013). 행복한 청소년은 좋은 시민이 되는가? 궁정 정서와 친사회적 가치관 및 행동. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 27(3), 1-21.

심예린 (2010). *한국판소명척도 타당화-대학생을 대상으로*. 이화여자대학교 석사학위논문.

양난미, 이은경 (2012). 대학생의 진로소명과 삶의 만족의 관계: 진로정체감의 매개효과. *한국상담심리학회지: 상담 및 심리치료*, 24(1), 51-68.

윤민지, 유성경 (2013). 궁정정서와 삶에 대한 만족 관계에서 궁정사고, 의미발견 및 의미추구의 매개효과 검증: 대학생을 중심으로. *청소년상담연구*, 21(1), 147-168.

이지원, 이기학 (2015). 대학생의 진로소명과 삶의 만족의 관계: 진로결정몰입과 전공 만족의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 27(4), 953-976.

임원균 (2015). 대학생의 주관적 안녕감 변인 연구. *스트레스연구*, 23(3), 119-126.

장진이, 이지연 (2014). 교사의 소명의식이 삶의 만족도에 미치는 영향: 일의 의미, 소명수행 의식, 삶의 의미, 직업만족의 매개효과를 중심으로. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(1), 123-146.

정미예, 조남근 (2012). 대학생의 진로적응성과 긍정적 정서, 사회적 지지 및 삶의 만족의 구조적 분석. *상담학연구*, 16(2), 179-193.

조은영, 임정하 (2014). 대학생의 궁정정서 및 부정정서가 심리적 안녕감에 미치는 영향: 인지적 유연성의 매개효과를 중심으로. *한국청소년연구*, 25(4), 185-210.

허수진, 허재홍 (2017). 중년여성의 궁정정서와 우울 및 불안의 관계 - 문화성향의 조절효과를 중심으로-. *상담학연구*, 18(2), 375-391.

Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.

Bellah, R. N., Madsen, R., Sullivan, W. M., Swidler A., & Tipton, S. M. (1996). *Habits of the heart: Individualism and commitment in American life, with a new preface*. New York: Harper & Row.

Bing, M. N., & Burroughs, S. M. (2001). The predictive and interactive effects of equity sensitivity in teamwork-oriented organizations. *Journal of Organizational Behavior*, 22, 271-290.

Burger, J. M., & Caldwell, D. F. (2000). Personality, social activities, job-search behavior and interview success: Distinguishing between PANAS trait positive affect and NEO extraversion. *Motivation and Emotion*, 24, 51-62.

Cohn, M. A., Fredrickson, B. L., Brown, S. L., Mikels, J. A., & Conway, A. M. (2009). Happiness unpacked: Positive emotions increase

life satisfaction by building resilience. *Emotion*, 9, 361-368.

Conversano, C., Rotondo, A., Lensi, E., Vista, O. D., Arpone, F., & Reda, M. A. (2010). Optimism and its impact on mental and physical well-being. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 6, 25-29.

Davidson, J. C., & Caddell, D. P. (1994). Religion and the meaning of work. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 33, 135-147.

Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being? *Social Indicators Research*, 57, 119-169.

Diener, E., & Seligman, M. E. (2002). Very Happy People. *Psychological Science*, 13, 81-84.

Dik, B. J., & Duffy, R. D. (2009). Calling and vocation at work: Definitions and prospects for research and practice. *The Counseling Psychologist*, 37, 424-450.

Dik, B. J., Sargent, A. M., & Steger, M. F. (2008). Career development strivings: Assessing goals and motivation in career decision-making and planning. *Journal of Career Development*, 35, 23-41.

Duffy, R. D., & Sedlacek, W. E. (2010). The salience of a career calling among college students: Exploring group differences and links to religiousness, life meaning, and life satisfaction. *The Career Development Quarterly*, 59, 27-41.

Duffy, R. D., Dik, B. J., & Steger, M. F. (2011). Calling and work-related outcomes: Career commitment as a mediator. *Journal of Vocational Behavior*, 78, 210-218.

Duffy, R. D., Bott, E. M., Allan, B. A., Torrey, C. L., & Dik, B. J. (2012). Perceiving a calling, Living a calling, and job satisfaction: Testing a moderated, multiple mediator model. *Journal of Counseling Psychology*, 59, 50-59.

Duffy, R. D., Manuel, R. S., Borges, N. J., & Bott, E. M. (2011). Calling, vocational development, and well being: A longitudinal study of medical students. *Journal of Vocational Behavior*, 79, 361-366.

Duffy, R. D., & Sedlacek, W. E. (2007). The presence of and search for a calling: Connections to career development. *Journal of Vocational Behavior*, 70, 590-601.

Erdogan, B., Bauer, T. N., Truxillo, D. M., & Mansfield, L. R. (2012). Whistle while you work: A review of the life satisfaction literature. *Journal of Management*, 38, 1038-1083.

Foo, M. D., Uy, M. A., & Baron, R. A. (2009). How do feelings influence effort? An empirical study of entrepreneurs' affect and venture effort. *Journal of Applied Psychology*, 94, 1086-1094.

Fox, S., & Spector, P. E. (2000). Relations of emotional intelligence, practical intelligence, general intelligence, and trait affectivity with interview outcomes: it's not all just 'G'. *Journal of Organizational Behavior*, 21, 203-220.

Fredrickson, B. L., & Joiner, T. (2002). Positive emotions trigger upward spirals toward emotional well-being. *Psychological Science*, 13, 172-175.

Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology. *American Psychologist*, 56, 218-226.

Fredrickson, B. L. (2013). Positive emotions broaden and build. *Advances in Experimental Social Psychology*, 47, 1-53.

Fredrickson, B. L., Cohn, M. A., Coffey, K. A., Pek, J., & Finkel, S. M. (2008). Open hearts build lives positive emotions, induced through loving-kindness meditation, build consequential personal resources. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95, 1045-1062.

Gilman, R., & Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 293-301.

Haase, C. M., Poulin, M. J., & Heckhausen, J. (2012). Happiness as a motivator: Positive affect predicts primary control striving for career and educational goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38, 1093-1104.

Hall, D., & Chandler D. (2005). Psychological success: When the career is a calling. *Journal of Organizational Behavior*, 26, 155-176.

Harker, L., & Keltner, D. (2001). Expressions of positive emotion in women's college yearbook pictures and their relationship to personality and life outcomes across adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 112-124.

Jager, A. J., Tutty, M. A., & Kao, A. C. (2017). Association between physician burnout and identification with medicine as a calling. *Mayo Clinic Proceedings*, 92, 410-422.

Karademas, E. C. (2006). Self-efficacy, social support and well-being: The mediating role of optimism. *Personality and Individual Differences*, 40, 1281-1290.

King, L. A., Hicks, J. A., Krull, J. L., & Del Gaiso, A. K. (2006). Positive affect and the experience of meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90, 179-196.

Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect does happiness lead to success. *Psychological Bulletin*, 131, 803-855.

Marsh, H. W., Trautwein, U., Lüdtke, O., Köller, O., & Baumert, J. (2006). Academic self-concept, interest, grades, and standardized test scores: reciprocal effects models of causal ordering. *Child Development*, 76, 397-416.

Schmitz, T. W., De Rosa, E., & Anderson, A. K. (2009). Opposing influences of affective state valence on visual cortical encoding. *Journal of Neuroscience*, 29, 7199-7207.

Super, D. E. (1953). A theory of vocational development. *American Psychologist*, 8, 185-190.

Treadgold, R. (1999). Transcendent vocations: Their relationship to stress, depression, and clarity of self-concept. *Journal of Humanistic Psychology*, 39, 81-105.

Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.

Weiss, J. W., Skelley, M. F., Haughey, J. C., & Hall, D. T. (2004). Calling, new careers and spirituality: A reflective perspective for organizational leaders and professionals. In *Spiritual intelligence at work: Meaning, metaphor, and morals*. Research in Ethical Issues in Organizations(Vol 5), pp. 175-201. Amsterdam: Elsevier Ltd.

김경미 · 류승아 / 대학생의 긍정정서와 대학생활 만족도 및 진로준비의 관계에서 소명의식의 매개효과

Wright, T. A., Cropanzano, R., & Meyer, D. G.  
(2004). State and trait correlates of job  
performance: A tale of two perspectives.  
*Journal of Business and Psychology*, 18, 365-383.

논문 투고일 : 2019. 05. 17

1차 심사일 : 2019. 05. 24

게재 확정일 : 2019. 08. 13

**Positive emotion, satisfaction with college life,  
and career preparation:  
the mediation of calling**

**Kyoungmi Kim**

TongMyung University

**Seungah Ryu**

Kyungnam University

According to the broaden and build theory of positive emotion, positive emotion brings positive results in various areas of life. Based on this, this study focused if positive emotions could improve satisfaction with college life and career preparation among undergraduate students. Furthermore we examined that calling mediates between positive emotion and satisfaction with college life/career preparation. The total of 473 respondents were surveyed in this study. The result showed that positive emotions improve college life satisfaction and career preparation. Also, calling of students played an significant role of mediation between positive emotion and satisfaction with college life/career preparation. Based on these results, we discussed the impact of contact and sense of community and implications of this study.

*Key words : positive emotion, satisfaction with college life, career preparation, calling*