



Original Article

치위생과 학생의 생활스트레스와 그릿이 진로결정 자기효능감에 미치는 영향

황주희¹ · 유경자²

¹대구과학대학교 치위생과 · ²대전보건대학교 치위생(학)과

The effect of dental hygiene student's life stress and grit on career decision-making self-efficacy

Joo-Hee Hwang¹ · Kyung-Ja Yu²

¹Department of Dental Hygiene, Taegu Science University

²Department of Dental Hygiene, Daejeon Health Institute of Technology

Corresponding Author: Kyung-Ja Yu, Department of Dental Hygiene, Daejeon Health Institute of Technology, 21 Chungjeong-ro, Dong-gu, Daejeon, 34504, Korea. Tel : +82-42-670-9197, Fax : +82-42-670-9586, E-mail : ryukj@hit.ac.kr

ABSTRACT

Objectives: This study aimed to analyze the correlation among dental hygiene students' life stress, grit, and career decision-making self-efficacy, and to identify the factors influencing career decision-making self-efficacy. **Methods:** Data were collected through a survey from October 19 to November 7, 2020, targeting 196 students enrolled in dental hygiene departments in Daejeon and Daegu. Life stress, grit, and career decision-making self-efficacy were measured. For data analysis, the descriptive statistics, t-test, ANOVA, Pearson's correlation coefficient, and stepwise multiple regression analysis were performed using SPSS/WIN 24.0. **Results:** Life stress was 2.12 points, grit was 3.07 points, and career decision-making self-efficacy was 3.43 points. Career decision-making self-efficacy was influenced by satisfaction with the course department, as well as life stress and grit; the most influential factor was found to be grit. These variables could explain career decision-making self-efficacy by 23.8%. **Conclusions:** For students to advance successfully into society as dental hygienists, a career decision-making self-efficacy promotion program that can help students achieve self-confidence and establish career goals should be developed. additionally, a program that can enhance grit should be included in this development.

Key Words: Career decision-making self-efficacy, Dental hygiene student, Grit, Life stress

색인: 그릿, 생활스트레스, 진로결정 자기효능감, 치위생과 학생

서론

대학시절은 자신이 선택한 진로에 대해서 구체적으로 준비를 하는 시기이다. 전공분야의 지식 습득은 물론 졸업 후 성공적인 사회 진출을 위해 진로와 취업에 대하여 고민하고 적극적인 진로준비가 필요한 시기이기도 하다. 이러한 진로준비과정은 직업선택과 개인의 삶의 질 향상에 중요한 영향을 주기 때문에 대학생활에서 가장 중요한 과제일 것이다[1]. 2020년 통계청 사회조사에 따르면, 대학생 시기에 해당되는 19~24세의 가장 많은 고민은 직업 40.3%, 학업 및 성적 분야 16.9%로 조사되었고, 본인의 전공분야와 미래 직업이 일치한다고 응답한 경우는 37.2%이었다. 13세 이상의 인구 중 대부분 일상생활에서 받는 스트레스는 50.5%이었고, 직장생활 68.8%, 가정생활 41.0%, 학교생활 35.2%로 스트레스를 받는 것으로 나타났다[2]. 우리나라 대학생들은 대학입시 위주의 교육과 수동적인 생활습관에 익숙해진 상태로 입학하면서부터 진로

및 취업문제 등 다양한 사회문화적 환경에 노출되면서 입시와는 또 다른 스트레스를 경험하게 된다[3]. 특히 치위생과 학생은 다른 전공 직종의 학생들보다 상대적으로 국가시험을 치르기 때문에 엄격한 교육과정과 방대한 학습량뿐만 아니라 국가시험에 반드시 합격해야 한다는 심리적 압박감을 가지고 있다. 또한 다양한 임상실습 등 치위생학만이 가지고 있는 전공학과의 특수성으로 인해 전공에 대한 과중한 스트레스를 경험하게 된다[4]. 더구나 최근에는 국민의 삶의 질 향상과 구강건강증진에 대한 욕구가 점차 증가함에 따라 치과계의 의료 환경 또한 급속도로 발전하면서 전문직업인으로서의 치과위생사 역할이 더욱 더 강조되고 있다[5].

그릿(Grit)은 2007년에 Duckworth 등[6]에 의해 본격적인 연구가 시작된 개념으로 여러 계층에서 탁월한 성취를 이룬 사람들이 공통으로 소유한 성격특성이며, 장기적인 목표를 성취하기 위한 조건으로는 끈기, 열정, 인내가 중요하다고 정의하였다. 성공과 성취를 이루기 위해 핵심적으로 필요한 조건은 용기, 투지를 뜻하지만, 단순히 근성과 열정만 의미하는 것이 아니라 어려움을 당면하더라도 낙심하지 않고 매달리는 끈기와 담담함 등을 포함한다. 그릿이 높은 사람은 오랜 기간 동안 목표에 집중을 하며, 어떠한 난관이 있어도 끝까지 참고 꾸준한 관심을 가져 쉽게 포기하지 않는 특성을 가지고 있다[7]. 2014년 한국으로 유학 온 대학생을 대상으로 진행한 연구[8]에서 그릿 수준이 높을수록 학업을 중도에 포기할 가능성이 낮고 정서적 안정, 사회적응, 대학생활 만족 및 학업적응력도 높게 나타났다.

대학생의 진로결정과 진로발달과업을 수행함에 있어서 가장 중요하게 다루어지고 있는 요인은 진로결정에 대한 자기효능감이다[9]. 진로결정 자기효능감은 자신의 진로결정을 위한 준비, 계획, 실행, 평가를 성공적으로 수행할 수 있다는 자신감과 진로선택 과정에 있어서 현명하게 판단할 수 있는 확신성으로 진로를 탐색하려는 의도와 높은 상관성이 있어 올바른 진로를 결정한 후 잘 수행할 수 있게 하는 중요한 요인이다 [10]. Bandura[11]는 자신의 행동과 행동변화를 미리 헤아려 짐작할 수 있는 것은 자기효능감이 중요한 역할을 한다고 하였다. 또한 자기효능감이 낮은 사람은 자신의 진로선택 범위를 축소시킨다고 하였다[12]. 타 전공과의 선행연구는 진로결정 자기효능감에 미치는 영향요인으로 그릿, 스트레스, 간호전문직관, 진로동기, 진로준비행동 등의 연구[13-16]가 활발하게 이루어지고 있으나, 치위생과 학생을 대상으로 한 연구 [17,18]에서는 전공만족도가 높을수록 진로결정 자기효능감 중 목표설정과 진로계획수립은 높다고 보고는 되었으나, 진로결정 자기효능감에 미치는 요인에 대한 연구는 미흡하였다. 진로발달은 단기간 완성되는 것이 아니므로 치과위생사라는 직업의 다양한 진로에 대해 탐색할 수 있는 자신감을 지니도록 진로결정 자기효능감을 갖게 해주는 일은 필요하다.

따라서 본 연구는 치위생과 학생을 대상으로 생활스트레스, 그릿, 진로결정 자기효능감 간의 상관관계를 분석하고 진로결정 자기효능감에 미치는 영향요인을 파악하였다. 학생들이 진로에 대한 자기 확신과 진로 목표를 성취하여 치과위생사로 성공적인 사회진출을 할 수 있도록 돕기 위한 진로결정 자기효능감 증진 프로그램 개발의 기초자료로 활용하고자 하였다.

연구방법

1. 연구대상

본 연구는 00대학교 기관생명윤리심의위원회 심의 승인(1041490-20200416-HR-004)을 받아 시행하였다. 대전, 대구에 위치한 치위생과 학생을 대상으로 연구의 목적과 취지를 설명한 후 연구에 동의한 학생들이 참여하였다. 자료 수집은 2020년 10월 19일부터 2020년 11월 7일까지 자기기입식 설문지를 배포하여 수집하였다. 표본 크기는 G*power 3.1.9.2 program을 이용하여 효과크기 0.15(0.02), 유의 수준 0.05, 검정력 0.95, 예측변수 7개로 하였을 때 최소인원은 172명이었고, 탈락률을 고려하여 총 200명의 대상자에게 설문지를 배부하여 회수하였으나 응답이 미흡한 4부를 제외한 196부를 최종분석 하였다.

2. 연구도구

일반적인 특성 4문항, 생활스트레스 33문항, 그릿 12문항, 진로결정 자기효능감 25문항으로 구성하였다. 생활스트레스 측정은 전 등[19]이 개발한 척도를 이[20]가 확인적 요인분석을 통해 선정한 33문항을 사용하였다. 경제, 장애, 가치관, 이성과의 관계, 교수와의 관계, 친구와의 관계, 가족과의 관계로 구성되었고, 점수가 높을수록 스트레스 경험이 있다는 것을 의미한다. 그릿 측정은 Duckworth 등[6]이 개발한 도구를 이 [21]가 번안하여 타당도와 신뢰도를 확보한 도구를 사용하였다. 5점 Likert 척도(전혀 그렇지 않다 1점, 매우 그렇다 5점)로 부정문은 역채점 하였으며, 점수가 높을수록 그릿 수준이 높음을 의미한다. 진로결정 자기효능감 측정은 Taylor와 Betz[10]가 개발하고, 이와 이[22]가 번안한 것으로 자기평가, 직업정보, 미래계획, 목표설정, 문제해결로 구성된 도구를 사용하였다. 점수가 높을수록 진로결정을 위해 행하는 진로발달과업들을 성공적으로 수행할 수 있다는 신념이 있는 것을 의미한다.

3. 자료분석

수집한 자료는 IBM SPSS/WIN 24.0 program을 사용하였고, 유의수준은 $\alpha=0.05$ 로 하였다. 대상자의 일반적인 특성에 따른 진로결정 자기효능감은 t-검정과 ANOVA를 하였으며, 사후검정은 Duncan test를 이용하였다. 변수들 간 상관관계는 Pearson's 상관분석을 하였고, 진로결정 자기효능감에 미치는 영향은 단계적 다중회귀분석을 실시하였다.

연구결과

1. 연구대상자에게 적용한 변수의 특성

연구대상자의 생활스트레스 2.12점, 그릿 3.07점, 진로결정 자기효능감 3.43점이었다<Table 1>.

Table 1. Reliability of instrument scales

Variables	N	Item	Mean \pm SD	Cronbach's α
Life stress	196	33	2.12 \pm 0.53	0.917
Grit	196	12	3.07 \pm 0.33	0.765
Career decision - making self - efficacy	196	25	3.43 \pm 0.50	0.925

2. 일반적 특성에 따른 진로결정 자기효능감의 정도

일반적인 특성에 따른 진로결정 자기효능감은 연령($p=0.043$), 거주형태($p=0.002$), 학과만족($p=0.001$), 희망 취업처($p=0.005$)에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 연령은 '21세 이상'에서 높게 나타났고, 거주형태는 '자기'에서 높게 나타났다. 학과만족은 '만족'에서 높게 나타났고, 희망하는 취업처는 '종합치과병원과 보건직공무원'에서 높게 나타났다<Table 2>.

Table 2. Career decision-making self-efficacy to characteristics

(N=196)

Characteristics	Division	N	Mean \pm SD	t or F (p^*)
Age (yrs)	≤ 20	107	3.36 \pm 0.45	-2.036 (0.043)
	≥ 21	89	3.51 \pm 0.55	
Grade	2	104	3.40 \pm 0.52	-0.700 (0.485)
	3	92	3.45 \pm 0.47	
Club activity	Yes	23	3.56 \pm 0.76	0.913 (0.370)
	No	173	3.41 \pm 0.45	
Housing type	One's own house	99	3.54 \pm 0.56	3.159 (0.002)
	Not one's own house	97	3.32 \pm 0.41	
Department satisfaction	Satisfied	59	3.65 \pm 0.48 ^b	8.708 (0.001)
	Usually	128	3.33 \pm 0.46 ^a	
	Dissatisfaction	9	3.37 \pm 0.70 ^{ab}	
Application motivation	High school grades	18	3.41 \pm 0.50	1.269 (0.286)
	Aptitudes and hobbies	39	3.56 \pm 0.57	
	Employment rate	104	3.41 \pm 0.45	
	Teacher and family recommendation	35	3.34 \pm 0.54	
Desired place of employment	General dental hospital	33	3.57 \pm 0.55 ^b	4.385 (0.005)
	Dental hospital	78	3.29 \pm 0.50 ^a	
	Dental clinic	60	3.44 \pm 0.44 ^{ab}	
	Public health official	25	3.63 \pm 0.50 ^b	

*by t-test or one-way ANOVA

^{a,b}denotes the same subgroup by Duncan multiple range analysis

3. 주요 변인들간의 상관관계

대학생의 생활스트레스, 그릿, 진로결정 자기효능감 간의 상관관계를 보면, 생활스트레스는 그릿($r=0.027$), 진로결정 자기효능감($r=0.358$, $p<0.01$)과 음의 상관관계를 보였으며, 그릿은 진로결정 자기효능감($r=0.314$, $p<0.01$)과 양의 상관관계를 보였다<Table 3>.

Table 3. Reliability of instrument scales

Variables	Life stress	Girt	Career decision - making self - efficacy satisfaction
Life stress	1.000		
Girt	-0.027	1.000	
Career decision - making self - efficacy	-0.358**	0.314**	1.000

** $p<0.01$, by pearson's correlation coefficient

4. 진로결정 자기효능감에 영향을 미치는 요인

진로결정 자기효능감을 종속변수로 하고, 학과만족, 희망 취업처는 가변수 처리한 후, 생활스트레스, 그릿을 독립변수로 설정하여 단계적 다중회귀분석을 실시하였다. 진로결정 자기효능감에 유의한 영향을 준 독립변수들은 학과만족($t=2.705$, $p=0.007$), 그릿($t=4.384$, $p=0.001$)는 진로결정 자기효능감에 양(+)적 영향을 주었고, 생활스트레스($t=-4.884$, $p=0.001$)는 음(-)적 영향을 주었다. 잔차의 독립성에는 Durbin-Watson 검정계수는 2.051로 자기상관성의 문제가 없었고, 공차한계는 0.1 이상으로 나타났으므로 위 모형은 유의한 모형이었으며($F=21.279$, $p<0.001$), 분산팽창지수(VIF)는 10을 넘지 않아 문제가 없었다. 대학생의 진로결정 자기효능감에 영향을 미치는 요인은 학과만족($\beta=0.175$), 생활스트레스($\beta=-0.313$), 그릿($\beta=0.278$)에서 유의한 관련성이 나타났고, 설명력은 23.8%이었다<Table 4>.

Table 4. Reliability of instrument scales

Variables	B	SE	β	t	p^*	Tolerance	VIF
(Constant)	2.704	0.322		0.388	0.001		
Department satisfaction	0.192	0.071	0.175	2.705	0.007	0.930	1.075
Life stress	-0.296	0.061	-0.313	-4.884	0.001	0.954	1.048
Girt	0.421	0.096	0.278	4.384	0.001	0.974	1.027

$R=0.250$, Adjusted $R^2=0.238$, $F=21.279$ ($p<0.001$), Durbin - Watson=2.051

*by stepwise multiple regression analysis at $\alpha=0.05$

총괄 및 고안

본 연구는 치위생과 학생을 대상으로 생활스트레스, 그릿, 진로결정 자기효능감 간의 상관관계를 분석하고, 각 변수들이 진로결정 자기효능감에 미치는 영향요인을 파악하였다. 학생들이 치과위생사라는 성공적인 사회진출을 할 수 있도록 돕기 위한 기초자료로 제시하고자 연구를 수행하였다.

생활스트레스는 2.12점으로 간호대학생의 스트레스를 측정한 이와 박[13]의 2.77점 보다는 낮았으나, 김과 유[23]의 연구에서는 치기공과 학생 1.82점, 치위생과 학생 2.11점으로 본 연구와 유사한 결과를 보였다. Hammen[24]는 여대생이 개인적인 성취에 대한 욕구와 이를 이루고자 하는 동기가 높고 이에 따른 스트레스 또한 높은 시기라고 보고하였다. 또한 전반적인 일상생활에서 스트레스를 받는 경우 여자 53.4%, 남자 47.7%로 스트레스가 여자에서 더 높은 것으로 보고하였다[2]. 치위생과는 치기공과보다는 여학생이 더 많아 높게 나타난 결과로 보인다. 그릿 도구는 3.07점으로 이와 박[13]은 3.31점, 유와 김[14]은 3.53점으로 본 연구보다는 높게 조사되었지만, 한[25]의 연구에서는 3.08점으로 유사한 결과를 보였다. 그릿 수준이 높은 사람은 어려움을 극복할 수 있는 끈기와 열정이 있어 실패하거나 포기 등의 변화에도 계속해서 스스로 노력하며 관심을 유지하는 것으로 나타났다[6]. 연구자마다 다양한 결과를 도출하였지만, 치위생과 학생들도 대학생활 적응과 임상수행 능력을 수월하게 하고, 장기적인 목표를 이루기 위한 끈기 있는 노력과 집중된 관심은 대학생활에서 필요하다. 진로결정 자기효능감은 3.43점으로 김[17]의 3.22점보다는 높았으며, 유와 김[14]의 3.77점, 황 등[15]의 3.68점보다는 낮았다. 정과 이[26]의 3.52점은 본 연구결과와 유사하였다. 일반적인 특성에 따른 진로결정 자기효능감은 자가에서 거주하는 학생이 자취, 하숙, 기숙사에 거주하는 학생보다 높았다. 연령과 학과만족이 높을수

록, 희망하는 취업처에서는 치과의원, 치과병원보다는 종합치과병원, 보건직공무원일 때 높게 나타났으며 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 황 등[15]의 연구에서 2, 3학년보다 4학년 재학생에서 진로결정 자기효능감이 높게 나타난다고 보고하고 있어, 본 연구와 일치하였다. 이는 2학년보다 3학년 학생이 임상실습 경험이 풍부하여 치과위생사 업무를 파악하고 전문지식 습득 및 진로에 대한 탐색과 취업에 대한 고민을 더 많이 했기 때문이라고 사료된다. 대체적으로 다양한 진로 준비가 집중되는 고학년보다 저학년부터 자신의 진로에 대한 여러 가지 선택사항을 고려하여 계획을 세울 수 있도록 전공 관련 성공사례 특강, 동아리나 멘토링 활동, 전공 관련 봉사활동 등을 통해 진로에 대해 보다 적극적으로 탐색하고 진로결정을 할 수 있도록 체계적인 진로지도가 이루어져야 한다. 전공만족도가 높을수록 진로결정 자기효능감이 높게 나타난다고 보고한 김[17], 성과 최[18], 정과 이[26]의 연구와도 유사한 결과를 도출하였다. 또한 전공만족도가 높으면 진로탐색행동에도 영향을 미치는 것으로 나타났다[18,27]. 학생들이 전공에 만족하고 직업을 선택할 수 있는 자신감이 높아지면 진로와 관련된 활동을 보다 적극적으로 참여하기 때문에 학과에 대한 소속감과 전공에 대한 애착심을 갖도록 학생과 교수간의 유대적인 관계를 유지하고, 지속적인 면담을 통해 자긍심을 길러줘야 한다. 진로결정에 필요한 활동이나 자신의 신념은 졸업 후에 직무만족 향상으로 기대될 것이다.

대학생의 생활스트레스, 그릿, 진로결정 자기효능감과 상관계수를 보면, 생활스트레스는 그릿과 진로결정 자기효능감과 유의한 음의 상관관계를 나타냈고, 그릿은 진로결정 자기효능감과 유의한 상관관계를 나타냈다. 박[28]의 연구에서 스트레스와 스트레스 극복할 수 있는 능력은 16%로 유의한 음의 관계를 보였고, 학업스트레스는 그릿에 영향을 미치는 요인으로 조사되어[26], 본 연구와 유사하였다. 이와 박[13]의 연구에서는 대학 생활스트레스와 그릿과는 상관관계가 없다고 보고하여 본 연구와는 차이가 있으므로 생활스트레스와 그릿과의 관계는 추후 반복 연구가 필요할 것으로 사료된다. 유와 김[14], 문과 주[16]의 연구에서 그릿이 높을수록 진로결정 자기효능감을 높게 인지하고 있다고 보고하여 본 연구를 지지하였다. 그릿의 속성인 꾸준한 노력은 진로 적응성에 긍정적 영향을 미침으로써 성공하는 개인의 태도와 행동에 대한 이해의 폭을 넓히고, 이러한 요소들이 대학생들의 진로준비에 미치는 결과를 파악하는데 도움을 줄 수 있다[25].

진로결정 자기효능감에 영향을 미치는 중요 요인은 학과만족, 생활스트레스, 그릿에서 유의한 관련성을 보였고, 가장 큰 영향 요인은 그릿이었다. 문과 주[16]의 연구에서도 학생들은 꾸준히 인내하고 목표를 위해 노력하는 태도를 가질수록 진로성취 능력에 대한 자신의 주관적 신념이 높았다. 또한 그릿 수준이 높으면 스트레스가 낮고, 대학생활 적응 능력은 수월하여 중도탈락률을 감소하는 요인으로 나타났다[13]. 그릿이 높은 학생은 진로결정에 대한 자신의 능력에 대한 효능감을 기반으로 진로 문제를 인식하고 지각하는 것을 알 수 있었다. 치위생과 학생들도 학업에 흥미를 가지고 장기적인 목표를 달성할 수 있도록 그릿을 높이기 위한 방안과 진로결정 자기효능감 증진을 위한 다양한 진로지도 프로그램들이 대학과 연계하여 학과는 제공해 줄 필요가 있다고 사료된다.

본 연구는 편의표본추출에 의해 특정지역 치위생과 학생을 대상으로 설문자료가 수집되었기에 연구결과를 대학생 전체로 적용하는데 한계가 있다. 후속 연구에서는 지역의 확대와 치위생학과 학생을 포함한 대상의 연구가 필요하다. 선행연구가 미흡한 시점에서 진로결정 자기효능감에 학과만족, 생활스트레스, 그릿이 영향 요인이며, 이 중 가장 영향요인은 그릿임을 확인하였다는데 의의가 있다. 따라서 학생들이 치과위생사라는 성공적인 사회진출을 할 수 있도록 진로에 대한 자기 확신과 진로 목표를 성취하는데 돕기 위한 진로결정 자기효능감 증진 프로그램이 개발되고 적용하는데 본 연구 결과가 기초자료로 활용되기를 기대한다.

결론

본 연구는 치위생과 학생을 대상으로 생활스트레스, 그릿, 진로결정 자기효능감과의 관계를 파악하고, 진로결정 자기효능감에 미치는 영향을 알아봄으로써 치과위생사로 성공적인 사회진출을 돕기 위한 진로결정 자기효능감 증진 프로그램 개발과 적용의 기초자료로 활용하고자 자기입식 방식으로 자료를 수집하였다. 분석한 결과는 다음과 같다.

1. 치위생과 학생들의 생활스트레스는 2.12점, 그릿은 3.07점, 진로결정 자기효능감은 3.43점으로 나타났다.
2. 일반적인 특성에 따른 진로결정 자기효능감은 자가에서 거주할수록, 연령과 학과만족이 높을수록, 희망하는 취업처가 종합치과병원과 보건직공무원일 때 높게 나타났으며, 집단 간의 유의한 차이가 있었다.
3. 진로결정 자기효능감에 미치는 영향은 학과만족, 생활스트레스, 그릿이었고, 가장 영향 요인은 그릿으로 나타났다. 이들 변수가 진로결정 자기효능감을 23.8% 설명하는 것으로 나타났다.

치위생과 재학생의 진로결정 자기효능감에 미치는 영향은 학과만족, 생활스트레스, 그릿이었고, 가장 영향 요인은 그릿으로 나타났다. 따라서 치과위생사라는 성공적인 사회진출을 위해서 개개인의 취미, 특기, 적성, 가치관 등을 고려하여 진로 선택에 대한 자신감을 가지고 그들이 선택한 가치를 인정받을 수 있도록 진로결정 자기효능감 증진 프로그램이 개발되어야 하며, 개발할 때 그릿을 강화할 수 있는 프로그램이 포함되어야 할 것으로 생각된다.

Conflicts of Interest

The authors declared no conflict of interest.

Authorship

Conceptualization: KJ Yu, JH Hwang; Data collection: KJ Yu, JH Hwang; Formal analysis: KJ Yu; Writing - original draft: KJ Yu, JH Hwang; Writing - review & editing: KJ Yu, JH Hwang

References

1. Lee JS. The effects of the major satisfaction and the career decision self - efficacy on the career preparation behavior of university students majoring in business (focusing on the mediating effects of employability). *The Korean Research Association for the Business Education* 2016;30(2):1-31.
2. Naver. Social Survey Results[Internet]. [cited 2020 Nov 18]. Available from: http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/1/1/index.board?bmode=read&aSeq=386249.
3. Lee SJ, Yoo JH. Mediation effect of self - efficacy between academic and career stress and adjustment to college. *The Korean Journal of Educational Psychology* 2008;22(3):589-607.
4. Son YJ, Choi EY, Song YA. The relationship between stress and depression in nursing college students. *Korean Journal of Stress Research* 2010;18(4):345-51.
5. Yoo JH, Kim JH. A study on the satisfaction and stress factors of clinical practice for dental hygiene students. *J Dent Hyg Sci* 2016;16(1):62-9. <https://doi.org/10.17135/jdhs.2016.16.1.62>
6. Duckworth AL, Peterson C, Matthews MD, Kelly DR. Grit: Perseverance and passion for long - term goals. *J Pers Soc Psychology* 2007;92(6):1087-101. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087>
7. Duckworth A, Kirby TA, Tsukayama E, Berstein H, Ericsson K. Deliberate practice spells success: why grittier competitors triumph at the national spelling bee. *Soc Psychol Personal Sci* 2011;2(2):174-81. <https://doi.org/10.1177/1948550610385872>
8. Sheri SN, Lee CS. The relative levels of grit and their relationship with potential dropping - out and university adjustment of foreign students in Korea. *J Digit Converg* 2014;12(8):61-6. <https://doi.org/10.14400/jdc.2014.12.8.61>
9. Anderson SL, Berz NE. Sources of social self - efficacy expectations: their measurement and relation to career development. *J vocat Behav* 2001;58(1):98-117. <https://doi.org/10.1006/jvbe.2000.1753>
10. Taylor KM, Betz NE. Applications of self - efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision. *J Vocat Behav* 1983;22(1):63-81. [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(83\)90006-4](https://doi.org/10.1016/0001-8791(83)90006-4)
11. Bandura A. Social cognitive theory of self - regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes* 1991;50(2):248-87. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90022-L](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90022-L)
12. Hackett G, Betz NE. A self - efficacy approach to the career development of women. *J vocat Behav* 1981;18(3):326-39. [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(81\)90019-1](https://doi.org/10.1016/0001-8791(81)90019-1)
13. Lee SJ, Park JY. The effects of grit and stress on nursing student's adjustment to college life. *J Digit Converg* 2019;16(2):269-76. <https://doi.org/10.14400/jdc.2018.16.2.269>
14. Young YE, Kim TI. Factors influencing the career preparation behaviors of pre - service early childhood educators. *Journal of Early Childhood Education* 2018;22(2):73-96. <https://doi.org/10.32349/ecerr.2018.4.22.2.73>
15. Hwang EH, Hong CG, Shin SJ. Predictors of career decision making self efficacy among nursing students. *Journal of The Korean Data Analysis Society* 2016;18(3):1729-40.
16. Mun ST, Joo JY. Analysis on moderating effect of social support in the relationship between grit and career decision - making self - efficacy. *The Korean Society for the Study of Career Education* 2020;33(3):87-107. <https://doi.org/10.32341/jcer.2020.9.33.3.87>
17. Kim GP. A study on self - efficacy of course decision and major field satisfaction in dental hygiene students. *Journal of Korean Clinical Health Science* 2013;1(2):49-57.
18. Sung MA, Choi SS. Effects of major satisfaction of dental hygiene students and career decision self - efficacy and career preparation behavior. *Journal of Korean Clinical Health Science* 2018;6(2):1180-8. <https://doi.org/10.15205/kschs.2018.12.31.1180>

19. Chon KK, Kim KH, Yi JS. Development of the revised life stress scale for college students. *Korea J Health Psychol* 2000;5(2):316-35.
20. Lee UH. Life stress and depressive symptoms among college students: testing for moderating effects of coping style with structural equations. *Korea J Health Psychol* 2004;9(1):25-52.
21. Lee SR. Effects of grit deliberate practice and contingencies of self - worth on academic achievement[Master's thesis]. Seoul: Univ. of Yonsei, 2014.
22. Lee KH, Lee HJ. The effect of career self - efficacy in predicting the level of career attitude maturity of college students. *The Korean Psychological Association* 2000;12(1):127-36.
23. Kim YS, Yu SH. The relationship between physical / mental health and life stress of college students (focusing on department of dental laboratory technology and dental hygiene). *J Korean Acad Dental Tech* 2013;35(4):405-14. <https://doi.org/10.14347/kadt.2013.35.4.405>
24. Hammen C. Interpersonal stress and depression in women. *Journal of Affective Disorder* 2003;74(1):49-57.
25. Han JW. The effect of grit and resilience on the career adaptability of college students majoring in secretarial studies. *Journal of Secretarial Studies* 2018;27(4):5-27.
26. Jung CS, Lee SY. Factors affecting career attitude maturity of nursing students. *Asia - pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology* 2018;8(1):873-87. <https://doi.org/10.21742/AJMAHS.2018.11.88>
27. Jung GO, Choi GY, Bae JY. Effect of satisfaction in major and career search efficacy on career search behavior in dental hygiene students. *J Dent Hyg Sci* 2013;13(1):61-8.
28. Park JY. Stress, stress response and influencing factors on resilience among nursing students[Master's thesis]. Namwon: Univ. of Seonam, 2011.