

## 대학생의 학업적 자기효능감, 그릿, 학습된 무기력이 학업지연행동에 미치는 영향

고현수<sup>1</sup>·유정은<sup>1</sup>·문은조<sup>1</sup>·박정희<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>건양대학교 응급구조학과

## The Effects of academic self-efficacy, grit, learned helplessness on academic delay behavior in college students

Hyunsu Ko<sup>1</sup>·Jeongeun Yu<sup>1</sup>·Eunjo Moon<sup>1</sup>·Junghee Park<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Department of Paramedicine, Konyang University

### = Abstract =

**Purpose:** This study attempted to identify how academic self-efficacy, grit, and learned helplessness influence Academic delay behavior in college students and provide a foundation for reducing Academic delay behavior in college students.

**Methods:** Data was collected from October 12, 2023 to October 30, 2023 using a structured questionnaire from 170 college students at a university in City D. The data was collected using a structured questionnaire.

**Results:** Academic delay behaviors were significantly negatively correlated with academic self-efficacy ( $r=-.371$ ,  $p<.001$ ) and grit ( $r=-.562$ ,  $p=.012$ ), and significantly positively correlated with learned helplessness ( $r=.341$ ,  $p<.001$ ).

**Conclusion:** Finally, In order to reduce academic delay behaviors among college students, it is necessary to actively utilize educational environments that promote academic achievement and grit, academic-related counseling programs, and learning environments that do not suffer from academic helplessness.

**Keywords:** Academic self-efficacy, Grit, Learned Helplessness, Academic delay behavior, College Students

Received November 06, 2023    Revised December 13, 2023    Accepted December 20, 2023

\*Correspondence to Junghee Park

Department of Paramedicine, Konyang University, 158, Gwanjeodong-ro, Seo-gu, Daejeon, 35365, Republic of Korea

Tel: +82-42-600-8462    E-mail: [jhpug@konyang.ac.kr](mailto:jhpug@konyang.ac.kr)

## I. 서 론

### 1. 연구의 필요성

중, 고등학교를 거쳐 대학 시기를 접하게 되는 대학생들은 이전과는 달리 더 다양한 사람들을 만나게 되고 경험을 하며 여러 활동들을 접하기 마련이다. 대학 시기는 자신들의 진로 혹은 직업을 구체적으로 준비하고 선택하여 직접 행동에 옮기는 단계[1]이기 때문에 대학생들에게 본인들이 해야 할 일들에 중요도를 매기는 것은 필수적이라고 할 수 있다. 진로와 직업을 준비하는 과정에 필요한 일들은 각각의 전공과 진로에 맞춰 대학생들에게 중요한 일들과 중요하지 않은 일들로 분류될 수 있는데 이중 중요하지 않은 일에는 필요에 맞춰 지연행동을 하기도 한다. 지연행동은 “주관적인 불편을 경험하는 순간까지 과제를 불필요하게 미루는 행동”[2]이라고 정의된다. 이러한 지연행동이 학업에서 나타나게 되는 것을 학업지연행동이라고 정의할 수 있다. 대학생들에게 학업지연행동은 하루 교육 일과가 정해져있는 중, 고등학생들과는 다르게 출석과 과제 그리고 시험공부 등과 같은 학업과 관련된 행동을 자기 스스로의 계획에 맞추어 자율적으로 수행해야 하기 때문에 나타날 가능성이 더 높다[3]. 학업지연행동이 나타나는 대학생은 과제를 완수하는데 소요되는 시간과 기울이는 노력 등 양과 질적인 면에서 성공적인 학업 수행을 위해 요구되는 수준에 미치지 못하게 된다[4]. 또한 과제의 제출기한을 연장시키기 위한 변명과 대학생들의 표절행위를 증가시키고[5] 벼락치기와 같은 학습 습관 등을 유발함으로써 학업 성취에 좋지 않은 영향을 끼친다[6]. 대학 시기를 지나 장기적인 시각으로 바라본다면 직업을 구하는 기회를 상실함으로써 이어질 수 있고, 자기비난, 수치심으로 인해 자존감과 자기효능감이 낮아

지게 된다[7]. 이처럼 대학생에게 학업지연행동은 진로와 직업을 이루기 위해 구체적으로 준비하는 과정에 어려움이 있을 수 있으며 학업뿐만 아니라 여러 분야에서 부정적인 영향을 끼치는 것을 확인할 수 있다.

대학생의 학업지연행동에 주된 영향을 끼치는 요인 중 동기 요인으로는 학업적 자기효능감과 그릿이 있다. 먼저 학업적 자기효능감이란 자기효능감에서 발전된 개념으로 학업적인 측면에서 자신에게 주어진 과제 혹은 학업 등을 완수할 수 있다고 생각하는 주관적 신념이다[8]. 학업적 자기효능감은 학습자의 학업 성공 혹은 실패 경험을 통해 발전되고 추후에 새로운 지식과 기술을 배우고 익히는데 영향을 미치게 된다[9]. 따라서 학업적 자기효능감은 학교 수업의 집중과 참여, 전공에 대한 흥미, 과제 수행에 대한 인식 등 학업적 측면에서의 가치관, 학업 수행과 관계가 있다고 볼 수 있다[10]. 이렇듯 학업적 자기효능감이 긍정적으로 작용하여 학업 지연행동을 낮추는 중요한 변인임을 확인할 수 있었다. 그릿은 과제를 수행하기에 어려운 환경에 노출되더라도 포기하지 않고 끝까지 수행하려는 의지와 인내를 말하는데[11] 학업적 자기효능감과 그릿과의 관계는 일관적으로 보고되고 있고 학업적 자기효능감과 마찬가지로 그릿이 높을수록 학업 지연행동이 적게 나타나는 것을 확인할 수 있다[12]. 이렇듯 선행된 연구 결과들을 통해 알 수 있는 것은 학업적 자기효능감과 그릿이 높은 학습자일수록 학업 지연행동을 적게 한다는 것이다.

본 연구에서는 대학생의 학업적 자기효능감, 그릿과 더불어 최근 새롭게 학업과 관련된 문제로 떠오르고 있는 학습된 무기력에 주목하였다. 학습된 무기력이란 좋지 않은 결과 혹은 건디기 힘든 자극을 피하기 위해 대처했음에도 불구하고 통제에 반복적으로 실패함으로써, 더 이상 좋지 않은 상황을 통제하려는 의지를 잃

어버리는 현상을 말한다[13]. 학습된 무기력에 대한 선행 연구들을 살펴보면 중, 고등학교 시절의 학습된 무기력이 가장 높게 보고되는데 [14] 고등학교 때 학업 성취의 실패가 반복되고 이것이 대학까지 이어지며 학습된 무기력의 정도가 점점 증가한다고 보고하였다[15]. 이렇게 증가한 학습된 무기력으로 인해 과제수행을 회피하거나 두려움을 가진 채 과제를 수행하게 되는 등[16] 대학생의 학업적 측면에서 부정적으로 작용할 수 있는 행동특성으로 간주되기 때문에 학업지연행동에 영향을 미치는 변인임을 유추 할 수 있다.

하지만 학습된 무기력과 학업지연행동 간에 어떤 관계를 맺고 있는지에 대한 연구는 미비한 실정이다. 그러므로 학습된 무기력으로 인해 대학생이 겪고 있는 문제들 중 학업지연행동에 관련된 문제는 없는지 알아볼 필요가 있다. 따라서 본 연구는 대학생의 학업적 자기효능감, 그릿, 학습된 무기력 간의 상관관계를 살펴보고 학업지연행동에 영향을 미치는 영향 요인을 확인하여 학업지연 행동 특성을 개선하기 위한 중재 방안을 모색하기 위해 시도되었다.

## 2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 대학생의 학업적 자기효능감, 그릿, 학습된 무기력을 살펴보고 학업지연행동에 영향을 미치는 영향 요인을 확인하기 위함이며 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 연구 대상자의 학업적 자기효능감, 그릿, 학습된 무기력, 학업지연행동 정도를 확인한다.

둘째, 연구 대상자의 일반적 특성에 따른 학업지연행동의 차이를 확인한다.

셋째, 연구 대상자의 학업적 자기효능감, 그릿, 학습된 무기력 간의 상관관계를 확인한다.

넷째, 연구 대상자의 학업적 자기효능감, 그

릿, 학습된 무기력이 학업지연행동에 미치는 영향을 확인한다.

## II. 연구방법

### 1. 연구설계

본 연구는 구조화된 설문지를 통하여 대학생의 학업적 자기효능감, 그릿, 학습된 무기력이 학업지연행동에 미치는 영향을 탐색하기 위한 서술적 조사 연구이다.

### 2. 연구대상 및 자료수집방법

본 연구의 대상자는 D시에 소재한 대학의 재학생을 대상으로 2023년 10월 12일부터 2023년 10월 30일까지 연구 참여 동의를 하고 설문에 응답한 170명이다. 자료수집은 온라인 설문지를 이용하였고 연구 대상자는 임의 표집으로 실시되었으며, 연구의 목적과 취지, 자료의 비밀 보장과 익명성, 그리고 설문을 중단하여도 어떠한 불이익이 없음을 알리고 자율적으로 선택할 수 있음을 공지하였다. 표본 수 결정은 G-Power 3.1프로그램을 이용하여 위계적 회귀 분석의 유의수준( $\alpha$ ) .05, 검정력( $1-\beta$ ) .95, 중간 수준의 효과크기( $r$ ) .15, 독립변수 11개로 적용한 한 결과 178명이 적절하나 탈락율 20%를 고려하여 213명에게 설문지를 배포하였고, 동의하고 응답을 제출한 170명의 설문결과를 분석하였다.

### 3. 연구도구

본 연구에서 사용된 설문지는 일반적 특성 8문항, 학업적 자기효능감 28문항, 그릿 8문항, 학습된 무기력 28문항, 학업지연행동 6문항으로 구성하였다.

### 1) 학업적 자기효능감

학업적 자기효능감의 측정을 위하여 Kim과 Park[17]이 개발한 학업적 자기효능감 설문지를 사용하였다. 본 설문지의 하위 척도로는 과제 난이도 선호, 자기조절 효능감, 자신감 3개 척도로 구성되어 있으며, “전혀 아니다(1)”에서 “매우 그렇다(6)”까지 총 28문항의 6점 척도로 구성되어 있다. 1~6점 사이에서 점수가 높을수록 자기효능감이 높은 것을 의미하며 Kim과 Park[17]의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .90이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .87이었다.

### 2) 그릿

그릿의 측정을 위하여 Duckworth와 Quinn[18]이 개발한 성인용 Grit-S 척도를 Lee와 Sohn[19]이 번안한 척도를 사용하였다. 본 설문지는 “전혀 그렇지 않다(1)”에서 “매우 그렇다(5)”까지 총 8문항의 5점 Likert 척도로 구성되어 있다. 총점이 높을수록 그릿이 높은 것을 의미한다. Lee와 Sohn[19]의 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .79이었고 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .71이었다.

### 3) 학습된 무기력

대학생의 학습된 무기력 수준을 측정하기 위해 Shin[20]이 개발한 학습된 무기력에 대한 판단 척도를 Kim과 Joo[21]이 수정 보완하고 Park[22]이 사용한 척도를 사용하였다. 총 28 문항으로, 각 문항은 “전혀 그렇지 않다”에서 “매우 그렇다”까지 5점 Likert 척도로 구성되어 있다. 총점이 높을수록 대학생의 학습된 무기력 수준이 높음을 의미한다. Park[22]의 연구에서는 Cronbach's  $\alpha$ 는 .94이었고 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .95이었다.

### 4) 학업지연행동

학업지연행동은 Solomon과 Rothblum[2]이 개발한 PASS(학생용 지연행동 평가 척도,

Procrastination Assessment Scale-Student)의 지연행동 빈도 6문항을 학업지연행동 척도로 사용하였다. 지연행동 빈도 문항은 Bae[23]이 번안한 것을 사용하였으며, “절대 미루지 않는다(1)”에서 “항상 미룬다(5)”까지 5점 척도로 구성되어 있다. 총점이 높을수록 대학생의 학업지연행동 수준이 높음을 의미한다. Bae[23]의 연구에서는 Cronbach's  $\alpha$ 는 .74이었고 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .82이었다.

## 4. 자료분석방법

본 연구의 분석을 위해 수집된 자료는 SPSS 21.0 통계 프로그램을 이용하였고 대상의 일반적 특성에 따른 학업지연행동은 t-test, ANOVA로 분석하였고 학업적 자기효능감, 그릿, 학습된 무기력, 학업지연행동 간의 상관관계는 Pearson's correlation coefficient를 사용하였으며, 학업지연행동에 영향을 미치는 요인은 Hierarchical regression을 이용하여 분석하였다.

## III. 연구결과

### 1. 일반적 특성과 연구변수에 대한 기술통계

본 연구에 참여한 대상자의 일반적인 특성을 살펴보면 남자 38.8%(66명), 여자 61.2%(104명)으로 여자가 더 많았으며, 나이에서는 20세 이하가 41.2%(70명), 21-22세가 41.2%(70명), 23세 이상 17.6%(30명)로 22세 이하가 가장 많았다. 학년에서는 저학년(1, 2학년) 50.6%(86명), 고학년(3, 4학년) 49.4%(84명)으로 고학년이 더 많았다. 전공에서는 보건계열 65.3%(111명), 비보건계열 34.7%(59명)으로 보건계열이 더 많았다. 학업성취도에서는 3.49

점 이하가 20.0%(34명), 3.5-3.99점 54.1%(92명), 4.0점 이상 25.9%(44명)으로 3.5-3.99점이 가장 많았다. 학교생활만족도는 보통 이하 36.5%(62명), 만족 이상 63.5%(108명)이었고 전공 만족도는 보통 이하 34.7%(59명), 만족 이상 65.3%(111명)이었다<Table 1>.

## 2. 일반적 특성에 따른 학업지연행동의 차이

학업성취도에 따른 학업지연행동의 정도는 3.49점 이하 3.18점(±.83), 3.5-3.99점 2.71점(±.76), 4.0점 이상 2.43점(±.87)으로 학업성취도가 높은 학생일수록 학업지연행동이 더 낮게 나타났으며 유의한 차이가 있었다( $t=8.299, p<.001$ ). 나이, 학년, 전공계열, 학교생활만족

도, 전공 만족도에 따른 학업지연행동의 유의한 차이는 없었다<Table 2>.

## 3. 학업적 자기효능감, 그릿, 학습된 무기력, 학업지연행동과의 관계

연구 대상자의 학업지연행동은 학업적 자기효능감( $r=-.371, p<.001$ )과 그릿( $r=-.562, p<.001$ )과 유의한 음의 상관관계가 있었고, 학습된 무기력( $r=.341, p<.001$ )과는 유의한 양의 상관관계가 있었다<Table 3>.

## 4. 학업지연행동에 영향을 미치는 요인

회귀분석 전 연구 변수들의 다중 공선성을 검토한 결과, 공차 한계는 .594~1로 0.1이상으로 나타났으며 분산팽창계수(variance inflation

Table 1. General characteristics of the subject

(N=170)

Characteristics	Category	N (%)
Gender	Male	66(38.8%)
	Female	104(61.2%)
Age(year)	≤20	70(41.2%)
	21-22	70(41.2%)
	23≤	30(17.6%)
Grade	Junior	86(50.6%)
	Senior	84(49.4%)
Major field	Health care	111(65.3%)
	Non-health care	59(34.7%)
Academic achievement	≤3.49	34(20.0%)
	3.5-3.99	92(54.1%)
	≥4.0	44(25.9%)
University satisfaction	≤Generally satisfied	62(36.5%)
	Fairly satisfied	108(63.5%)
Major satisfaction	≤Generally satisfied	59(34.7%)
	Fairly satisfied	111(65.3%)

Table 2. Differences in Academic delay behavior according to general characteristics (N=170)

Characteristics	Category	N (%)	M±SD	t or F	p
Gender	Male	66(38.8%)	2.74±.87	.105	.434
	Female	104(61.2%)	2.73±.82		
Age(year)	≤20	70(41.2%)	2.82±.79	.986	.375
	21-22	70(41.2%)	2.71±.86		
	23≤	30(17.6%)	2.57±.89		
Grade	Junior	86(50.6%)	2.71±.81	-.270	.496
	Senior	84(49.4%)	2.75±.87		
Major field	Health care	111(65.3%)	2.69±.79	-.807	.727
	Non-health care	59(34.7%)	2.80±.92		
Academic achievement	≤3.49	34(20.0%)	3.18±.83	8.299	<.001
	3.5-3.99	92(54.1%)	2.71±.76		
	≥4.0	44(25.9%)	2.43±.87		
University satisfaction	≤Generally satisfied	62(36.5%)	2.87±.81	1.683	.488
	Fairly satisfied	108(63.5%)	2.65±.85		
Major satisfaction	≤Generally satisfied	59(34.7%)	2.90±.80	1.874	.361
	Fairly satisfied	111(65.3%)	2.64±.85		

Table 3. Correlation between Academic self-efficacy, Grit, Learned Helplessness and Academic delay behavior (N=170)

	Academic self-efficacy	Grit	Learned Helplessness	Academic delay behavior
Academic self-efficacy	1			
Grit	.548(<.001)	1		
Learned Helplessness	.553(<.001)	-.541(<.001)	1	
Academic delay behavior	-.371(<.001)	-.562(<.001)	.341(<.001)	1

factor; VIF)는 1.00~1.684로 기준치인 10이하인 것으로 확인되어 다중 공선성은 문제가 없는 것으로 확인되었다. Durbin-Watson은 1.977로 2에 근접하는 것으로 나타나 인접한 오차항의 독립성도 확인되었다. 1단계의 일반적 특성 중 학업지연행동에 유의한 차이를 보인 학

업성취도를 독립변수로 투입하였다. 모델 1의 회귀식은 통계적으로 유의하였으며(F=27.472,  $p<.001$ ) 학업지연행동을 13.5% 설명하였는데 학업성취도는 학업지연행동의 영향 요인이었다. 일반적 특성을 통제한 2단계 모델 적합도도 통계적으로 유의하였으며(F=23.433,

Table 4. Factors influencing Academic delay behavior

(N=170)

Model	Model 1				Model 2			
	B	$\beta$	t	p	B	$\beta$	t	p
(Constant)	5.426		10.501	<.001	5.48		9.493	<.001
Academic achievement	-.726	.375	-5.241	<.001	-.414	-.214	-3.232	.001
Academic self-efficacy					-.055	-.043	-.531	.596
Grit					-.630	-.456	-5.665	<.001
Learned Helplessness					.032	.029	.362	.717
R <sup>2</sup>		.141				.362		
Adjusted R <sup>2</sup>		.135				.347		
F		27.472( $p$ <.001)				23.433( $p$ <.001)		

$p$ <.001), 설명력은 34.7%로 증가하였다. 학업지연행동의 영향을 미치는 요인은 학업성취도( $\beta$  = -.214,  $p$  = .001), 그릿( $\beta$  = -5.665,  $p$  <.001)이었다(Table 4).

#### IV. 논 의

본 연구는 대학생의 학업적 자기효능감, 그릿, 학습된 무기력 간의 상관관계를 살펴보고 학업지연행동에 영향을 미치는 영향 요인을 확인하여 학업지연 행동 특성을 개선하기 위한 중재 방안을 모색하기 위해 시도되었다. 본 연구 결과 연구 대상자의 학업적 자기효능감은 평균 평점 3.83점으로 나타났는데 이는 전국의 일반대학생을 대상으로 한 Shin[24]의 연구 결과보다 높게 나타났다. 이는 본 연구 대상자의 전공 계열의 특성 때문이라고 할 수 있는데 본 연구 대상자 중 약 65%의 전공계열은 보건계열이었다. Jang[25]의 연구에서 자기효능감이 높아질수록 직업 선호를 명확히 하고 진로 결정에 어려움이 없다고 하였다. 이렇게 진로 결정이 높

게 이루어진 집단은 그렇지 않은 집단보다 자기효능감이 높게 나타났으며 직업 선호가 명확한 보건 계열의 경우 진로 결정이 높아 학업에 어려움이 있거나 진로 계획에 문제가 생기더라도 극복할 수 있다고 인식하는 자기효능감의 상승으로 이어졌다고 유추할 수 있다[26]. 그릿은 평균평점 2.98점으로 나타났는데 이는 온라인 학습환경에서의 대학생을 대상으로 한 Ryu[27]의 연구 결과보다 높은 수준이었다. 이러한 결과는 학습환경의 차이가 영향을 미쳤기 때문이라 여겨지는데 온라인 학습환경 특성상 교수자가 새로운 교육 방식을 학습하기 위한 충분한 시간이 부족했기에 방식을 익히지 못했고 이로 인해 대면 수업의 수준만큼 온라인 수업을 설계하기 쉽지 않았다는 Kim 등[28]의 연구 결과를 통해 유추할 수 있으며 이것이 학습자의 학업에 대한 그릿에 부정적으로 작용했기 때문이라 여겨진다. 학습된 무기력은 평균평점 2.29점으로 나타났는데 이는 간호 대학생을 대상으로 한 Yoon[29]의 연구 결과보다 낮았다. 이는 본 연구 대상자의 높은 학업 성취도 때문이라고 볼 수 있는데 학습된 무기력은 학업성취도와 음의 상관관계가 있다는 Park[30]의 연구 결과를 참

고해 유추할 수 있다. 학업지연행동은 평균 평점 2.73점이었다. 이는 대학생을 대상으로 한 Kim[31]의 연구 결과보다 낮았다. 이러한 결과는 앞서 말한 본 연구 대상자의 높은 학업성취도로 인해 차이가 나타난 것으로 보인다. 학업성취도가 높을수록 학업지연행동을 덜 하게 된다는 Shin 등[32]의 연구 결과를 참고하여 해당 결과가 나온 것을 유추할 수 있다.

일반적 특성에 따른 학업지연행동의 차이를 살펴보면 학업성취도에 따른 차이에서 학업성취도가 상대적으로 높은 학생들이 학업성취도가 상대적으로 낮은 학생들보다 학업지연행동을 덜 하는 것으로 나타났다. 이는 앞서 말한 학업지연행동과 학업 성취도 간 음의 상관관계를 보여준 Shin 등[32]의 연구 결과와 일치하였다. 이는 학업성취도가 높은 학생의 경우 비교적 학업에 대한 목표의식이 뚜렷하고 올바른 학업습관을 가지고 있기 때문에 결과에 영향을 미친 것으로 여겨진다.

또한 학업적 자기효능감, 그릿, 학습된 무기력, 학업지연행동의 상관관계를 살펴보면 학업적 자기효능감, 그릿 정도가 높을수록 학업지연행동이 낮게 나타났다. 이는 학업지연행동과 학업적 자기효능감 간 음의 상관관계를 보여준 Yoon 등[33]의 연구 결과와 일치하였다. 또한 학습된 무기력이 높을수록 학업지연행동도 높게 나타났다. 이는 학습된 무기력과 학업지연행동 간 양의 상관관계를 보여준 Jo[34]의 연구 결과와 일치하였는데 학습된 무기력이 높을수록 학업지연행동이 많아진다고 할 수 있겠다. 학업적 자기효능감은 학업수행에 대한 자신감으로 학업적 자기효능감이 높고 학업을 끝까지 완수해 내려는 끈기와 인내가 높은 학생일수록 학업성취도에 긍정적으로 작용했을 것이고 반대로 학습된 무기력과 학업지연행동을 낮추는 효과를 가져온 것으로 판단된다. 본연구의 결과에서도 그릿과 학업지연행동 간 음의 상관관계

가 확인되었고 선행연구[14]의 연구와도 일치하는 결과였다. 따라서 대학생의 학업지연행동을 감소시키기 위해서는 학업적 자기효능감, 그릿을 높이고 학습된 무기력을 개선하기 위한 구체적인 방안과 올바른 학습환경 조성이 선행되어야 할 것이다.

마지막으로 학업지연행동의 영향 요인은 학업성취도와 그릿이었으며 설명력은 34%이었다. 일반적으로 대학교의 학업성취도는 상대평가로 이루어지기 때문에 저조한 평가를 받은 학생이 발생 할 수밖에 없는 구도이다. 그럼에도 불구하고 저조한 평가를 받은 학생이 쉽게 포기하고 좌절하지 않도록 적절한 교육 방법을 제공하고 동기부여 통해 학업지연행동이 유발되지 않도록 지속적인 관심이 필요 할 것으로 여겨진다. 또한 그릿 역시 학업지연행동에 유의미한 영향을 끼치는 요인으로 확인되었으므로 그릿을 높일 수 있는 다양한 요인들을 파악하고 그에 따른 올바른 학습환경 조성 과 학업 관련 상담 프로그램 등을 적용하는 것이 필요할 것으로 보인다. 그리고 대학생의 학업 실태와 심리상태에 대한 적극적인 지원과 관심이 필요 하겠다. 본 연구의 제한점으로는 일개 도에 소재한 대학생을 대상으로 실시한 것으로 전국의 모든 대학생에게 일반화하는 것은 신중해야 할 필요가 있다. 하지만 대학생을 대상으로 학업적 자기효능감, 그릿, 학습된 무기력의 정도를 확인하고 학업지연행동에 미치는 영향을 확인하였다는 점에서 의의가 있다.

## V. 결 론

본 연구는 대학생의 학업적 자기효능감, 그릿, 학습된 무기력, 학업지연행동 간의 상관관계를 파악하고 학업지연행동에 영향을 미치는



요인을 파악하여 대학생의 학업지연행동을 감소시킬 수 있는 방안을 모색하고자 시도되었다. 학업지연행동에 유의한 영향을 미치는 요인은 학업성취도와 그릿이었다. 학업성취도와 그릿이 높은 학생들은 상대적으로 그렇지 않은 학생들보다 학업지연행동을 덜 하였다. 따라서 대학생의 학업지연행동을 감소시키기 위해서는 학업성취도와 그릿을 기를 수 있는 교육 환경과 학업 관련 상담 프로그램 등을 적극적으로 활용할 수 있는 방안을 모색하고 학습된 무기력을 겪지 않기 위한 학습환경을 조성해 나가는 노력이 필요하겠다.

## ORCID ID

Hyun Su Ko: 연구설계, 서론, 논의

0009-0002-8694-2818

Jeong Eun Yu: 자료수집, 연구결과 기술, 참고문헌정리

0009-0003-4963-6245

Eun Jo Moon: 통계, 연구결과 기술

0009-0005-2732-2119

Jung Hee Park: 연구설계, 통계, 논의

0000-0001-5577-1273

## References

1. Super DE. A life span, life space approach to career development. In D. Brown, L. Brooks(Eds.), *Career choice and development*(2nd ed.): applying contemporary theories to practice(2nd ed.). San Francisco, CA: Jossey Bass 1990;197-261.
2. Solomon LJ, Rothblum ED. Academic procrastination: frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology* 1984;31(4):503-9.  
<https://doi.org/10.1037/022-0167.31.4.503>
3. Beswick G., Rothblum ED, Mann L. Psychological antecedents of student procrastination. 1988;23(2):207-17.  
<https://doi.org/10.1080/00050068808255605>
4. Cho YS, Kang YS. The mediation effects of anxiety sensitivity on the relation between socially prescribed perfectionism and academic procrastination. *Korea Journal of Counseling*, 2015;16(4):359-75.  
<https://doi.org/10.15703/kjc.16.4.201508.359>
5. Clariana M, Gotzens C, del Mar Badia M, Cladellas R. Procrastination and cheating from secondary school to university. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology* 2012;10(2):737-54.  
<https://doi.org/10.25115/ejrep.v10i27.1525>
6. Ferrari G, Angelis D, Coletta M, Paolucci E, Stornaiuolo A, Cossu G et al. Muscle regeneration by bone marrow-derived myogenic progenitors. *Science* 1998;279(5356):1528-30.  
<https://doi.org/10.1126/science.279.5356.1528>
7. Kim JY, Shin HC. Validity study of the active procrastination scale. *Korea Journal of Counseling* 2013;14(3):1503-16.  
<https://doi.org/10.15703/kjc.14.3.201306.1503>
8. Bandura A. *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman. 1997. 36-78.
9. Bandura A, Schunk DH. Cultivating competence, self-efficacy, and intrinsic interest through proximal self-motivation. *Journal of Personality and Social Psychology* 1981;41(3):586-98.

- <https://doi.org/10.1037/0022-3514.41.3.586>
10. Ko ES, Kim YH. The effects of academic self-efficacy on the relationship between career barriers and career consciousness maturity of middle school students. *The Korean Journal of East West Science* 2011;14(2):29-42.
  11. Duckworth AL., Peterson C., Matthews MD., Kelly DR. Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *J Pers Soc Psychol* 2007;92(6):1087-101.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087>
  12. Youn YG, Han CW. The effects of perceived parental attitudes, growth mindset, and grit on academic procrastination of elementary school students: focusing on the mediating effects of grit. *Korean Journal of Educational Research* 2021;59(6):157-84.  
<https://doi.org/10.30916/KERA.59.6.157>
  13. Abramson LY, Seligman ME, Teasdale JD. Learned helplessness in humans: critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology* 1978;(87):49-74.  
<https://doi.org/10.1037/0021-843X.87.1.49>
  14. Wie SU. Convergence study of learned helplessness among university students. *Journal of the Korea Convergence Society* 2017;8(8):307-14.  
<https://doi.org/10.15207/JKCS.2017.8.8.307>
  15. Im EM. Relationships between academic motivation, parental behavior, and academic achievement. Unpublished doctoral dissertation, Seoul National University 1998, Seoul, Korea.
  16. Bandura A. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review* 1977;84(2):191-215.  
<https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
  17. Kim AY, Park IY. Development and validity of academic self-efficacy. *Korean Journal of Educational Research* 2001;39(1):95-123.
  18. Duckworth AL., Quinn PD. Development and validation of the short grit scale(Grit-S). *Journal of Personality Assessment* 2009;91(2):166-74.  
<https://doi.org/10.1080/00223890802634290>
  19. Lee SR, Sohn YW. What are the strong predictors of academic achievement? -Deliberate practice and grit. *The Korean Journal of School Psychology* 2013;10(3):349-66.  
<https://doi.org/10.16983/kjsp.2013.10.3.349>
  20. Shin KM. On the Development of a learned helplessness scale. Unpublished doctoral dissertation, Department of Education Graduate School, Konkuk university 1990, Seoul, Korea.
  21. Kim AY, Joo JE. Relationships among learned helplessness, failure tolerance, and academic achievement. *Ewha J Educ Res* 1999;29:157-76.
  22. Park SH. The effect of perceived parental psychological control on learned-helplessness and career maturity: moderated mediation effect of resilience. Unpublished master's thesis, Yeungnam University 2020, Gyeongsan, Korea.
  23. Bae JH. The effects of interpersonal relationship, school learning history, and motivational variables on learned helplessness. Unpublished doctoral dissertation, Kangwon university 2008, Gangwon-do, Korea.
  24. Shin SI. The research of smartphone overuse in self-regulated learning and academic self-efficacy. *The Journal of Humanities and Social science* 2023;14(3):2779-90.  
<https://doi.org/10.22143/HSS21.14.3.195>
  25. Jang YS. Discriminant and predictive analyses of university students' career decisions accord-

- ing to career adaptability, social support, university life satisfaction, major relevance, academic self-efficacy, occupational engagement. Unpublished doctoral dissertation, Konkuk University 2019, Seoul, Korea.
26. Lee DB, Kim JY, Song BH, Park JH. Effects of satisfaction with major and academic self-efficacy on academic persistence of students in health-related fields. *The Korean Journal of Emergency Medical Service* 2022;26(3):93-104.  
<https://doi.org/10.14408/KJEMS.2022.26.3.093>
  27. Ryu HS, Kim JY. The effect of university students' grit on learning satisfaction: the mediating effect of family strength. *Journal of Convergence for Information Technology* 2022;12(4):31-7.  
<https://doi.org/10.22156/CS4SMB.2022.12.04.031>
  28. Kim ME, Kim MJ, Oh YI, Jung SY. The effect of online substitution class caused by coronavirus(COVID-19) on the learning motivation, instructor-learner interaction, and class satisfaction of nursing students. *The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction* 2020;20(17):519-41.  
<https://doi.org/10.22251/jlcci.2020.20.17.519>
  29. Yoon HK. A Study on nursing students' learned helplessness and helplessness behavior. *Journal of Korean Public Health Nursing* 2015;29(2):244-56.  
<https://doi.org/10.5932/JKPHN.2015.29.2.244>
  30. Park KH. The influence of learned helplessness and failure tolerance on the academic achievement and job performance *KMR*, 2008;9(1):61-76.  
<https://doi.org/10.15813/kmr.2008.9.1.004>
  31. Kim KH. The relationship between fear of failure and academic procrastination: The moderating effect of social support. *The Journal of Humanities and Social science* 2020;11(6):459-74. <https://doi.org/10.22143/HSS21.11.6.34>
  32. Shin MH, Park SH, Seo EH. Women college student's time management and procrastination on college grades. *Korean Journal of Educational Research*, 2005;43(3):211-30.
  33. Yoon MH, Park HJ, Ju HJ. A structural relationship of perfectionism, self-efficacy, academic procrastination, and adaptation to college life. *The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction* 2021;21(13):321-34.  
<https://doi.org/10.22251/jlcci.2021.21.13.321>
  34. Jo SH. The effect of locus of control and learned helplessness on academic procrastination of university students majoring in counseling. Unpublished master's thesis, Honam University 2017, Gwangju, Korea.