

대학생용 학업지연행동 검사의 표준화

전 보 라[†]

[†]부산가톨릭대학교(교수)

Standardization of the Academic Procrastination Scale for University Students

Bo-Ra JEON[†]

[†]Catholic University of Pusan(professor)

Abstract

This study standardized the Academic Procrastination Scale by Jeon and Kim(2015) to analyze the characteristics of academic procrastination among Korean University students. Data were collected from 2,860 university students nationwide, and seven sub-factors were examined: inefficient study habits, negative emotion, inefficient time management, goal and career indecision, irrational belief, cramming, and passivity. The results showed an average score of 105.8(SD=32.48), with the top 5% scoring 149 points and the bottom 5% scoring 59 points. First-year students exhibited the highest procrastination scores, reflecting difficulties in academic adaptation and self-regulation development. Among academic majors, humanities and social sciences had the highest scores, followed by arts and sports, with lower scores observed in natural sciences and engineering and medical and health sciences. The standardized scale offers a diagnostic tool for identifying academic procrastination in University students, supporting the development of tailored counseling and intervention programs. Future research should consider cultural and environmental factors to refine the scale further.

Key words : Academic procrastination, Scale standardization, Grade-level analysis, Major-level analysis

I. 서론

대학생은 고등학교 재학기간동안 경험했던 통제된 환경에서 벗어나 자율적인 학업 환경에 적응해야 하는 시기를 맞이하게 된다. 그러나 많은 학생들이 과제나 시험 준비를 미루는 학업지연행동(Academic Procrastination)을 경험하며, 이는 낮은 학업 성취와 심리적 스트레스로 이어질 가능성이 높다. 학업지연행동은 단순히 시간 관리의 실패를 넘어 정서적 불안, 자기 효능감 부족, 그리고 목표 설정 능력 부족과 밀접하게 관련된 복

합적인 현상이다(Ferrari and Tice, 2000).

Solomon and Rothblum(1984)의 연구에 따르면, 대학생의 학업지연행동은 과제 제출, 시험 준비, 수업 출석 등 다양한 학업 활동에서 빈번히 나타나며, 이는 심각한 학업 실패로 이어질 수 있다. Vestervelt(2000), Kachgal et al.(2001) 등 다수의 연구자들은 학업지연행동은 단순한 행동적 지연이 아니라, 인지적, 정서적, 행동적 요인의 복합적인 상호작용 결과라 주장하였다. 특히, Ferrari et al.(1995)와 Wolters(2003)는 학업지연행동이 자기조절 능력 부족과 연관되며, 이는 과제 수행

[†] Corresponding author : 051-510-0946, borajcon@cup.ac.kr

* 이 논문은 2022년 부산가톨릭대학교 교내연구비에 의하여 연구되었음

속도와 정확성의 균형을 방해한다고 지적하였다.

한국 대학생의 경우, 입시 중심의 고등학교 교육에서 벗어나 처음으로 자율적인 학업 환경을 경험하게 되면서 학업지연행동이 빈번하게 나타나는 경향을 보인다(Yoon, 1997). 이러한 행동은 단순한 성과 저하를 넘어서 학업 스트레스 증가, 정서적 불안정, 낮은 자기효능감 등으로 이어질 가능성이 높다(Tice and Baumeister, 1997; Wolters, 2003). 따라서 학업지연행동의 발생과 부정적인 결과를 이해하고 체계적으로 측정할 수 있는 척도 개발이 필요하다.

학업지연행동을 측정하기 위해 기존에 다양한 도구들이 개발되었지만, 대부분 서구 문화권을 기반으로 개발되어 한국 대학생의 특성을 충분히 반영하지 못하는 한계가 있다.

Lay(1986), McCown and Johnson(1989), Steel(2010)은 성인을 대상으로 일반 지연행동 척도를 개발하였으며, 이 척도들은 주로 일상생활에서 나타나는 지연행동을 다루는 문항들로 구성되어 있다.

Solomon and Rothblum(1984)의 PASS(Procrastination Assessment Scale-Students)는 과제 제출과 시험 준비에 초점을 맞춘 문항들로 구성되어 있지만, 학업 상황 전반을 포괄하지 못하며, Milgram et al.(1993) and Aitken(1982)의 척도는 일반적인 지연행동을 측정까지 가정하고 있어 대학생의 학업 상황에서 나타나는 지연행동의 구체적이고 다양한 특성을 심도 있게 반영하지 못한다는 한계가 있다.

Schouwenburg(1995)는 지연행동의 정서적 요인에 초점을 맞추어 신경증적 지연행동을 측정하였으나, 학업 상황의 맥락적 요소를 충분히 반영하지 못하였다. Steel(2007)은 메타분석을 통해 기존 척도들이 지연행동의 복잡한 요인 구조를 체계적으로 반영하지 못한다는 점을 지적하였다.

국내 연구에서는 Choi and Moran(2009)이 제안한 긍정 지연행동 척도를 Kim and Shin(2013)이 타당화하였으며, Lee(2010)가 개발한 낙관 지연

척도와 Yoon(2011)의 지연동기 척도가 대표적이다. Kim and Shin(2013)의 척도와 Lee(2010)의 척도는 지연행동 유형의 적응적 측면을 강조하며, 지연행동의 긍정적인 측면에 초점을 두고 있다. Lee(2003)가 개발한 척도는 지연행동을 유형화하였으나 문항 구성이 학습상황에 초점을 두고 있지 않으며, 대학생만을 대상으로 하고 있지 않다. Yoon(2011)의 지연동기 척도는 문항의 대부분이 학업지연보다는 일반지연행동에 초점이 맞춰져 있어 학업지연행동을 구체적으로 설명하기에는 한계가 있다.

Yoon(1997)은 대학생의 지연행동 원인을 분석하며 문화적 요소와 지연행동 간의 연관성을 논의했으나, 이를 체계적으로 측정할 도구를 개발하지는 못하였다. Park(1998)은 완벽주의적 성향이 지연행동의 주요 원인 중 하나임을 밝혔으나, 이를 반영한 척도의 개발로 이어지지는 않았다. 이처럼 기존 연구들은 한국 대학생의 학업 환경과 사회적 특성을 충분히 반영하지 못하거나, 학업지연행동의 다양한 하위 요인들을 체계적으로 구분하지 못하는 한계가 나타났다.

이와 같은 선행 연구의 고찰을 통해 한국 대학생의 학업지연행동을 체계적으로 측정할 수 있는 척도 개발 연구가 상대적으로 부족하다는 점을 확인할 수 있다.

이러한 한계를 인식한 Jeon and Kim(2015)은 한국 대학생의 특성과 경험을 반영한 학업지연행동 척도를 개발하였다. 이 척도는 개방형 설문조사와 심층 면담, 전문가 자문을 통해 학업지연행동의 구성 요인을 도출하였고 이를 바탕으로 총 33개 문항, 7개의 하위 요인이 구성되었다. 탐색적 및 확인적 요인분석을 통해 모델 적합도를 검증하였으며 척도의 신뢰도와 타당성을 입증하였다. 척도는 대학생의 학습 환경을 반영하여 실제 학업 상황에서 사용 가능하도록 설계되어 학업지연행동을 측정하는 데 적합한 도구로 평가할 수 있다. 그러나 이 도구는 표준화 작업을 통해 점수 분포에 따른 해석 기준을 마련하여 실질적 활

용 가능성을 높일 필요가 있다.

본 연구는 Jeon and Kim(2015)의 학업지연행동 연구의 후속 연구로, 대학생의 학업지연행동 척도의 기준을 확립하고자 하였다. 이를 통해 대학생의 학업지연행동을 효과적으로 진단할 수 있는 표준화 된 도구를 제공하고자 하였다. 본 연구에서 표준화 된 도구는 학업 문제 해결을 위한 상담 및 관련 프로그램에서 척도를 실질적으로 활용할 수 있는 기초 자료를 마련하고, 학업지연행동 연구의 학문적 발전에 기여할 수 있을 것으로 기대된다.

이를 위해 본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 학업지연행동 척도의 기준은 어떻게 제시할 수 있는가?

둘째, 학업지연행동의 배경 변인별 차이에 따른 기준은 어떠한가?

II. 연구 방법

1. 연구절차

본 연구의 목적은 대학생의 학업지연행동을 측정하기 위해 Jeon and Kim(2015)이 개발한 학업지연행동 척도를 표준화하는 데 있다.

이와 같은 목적을 달성하기 위해 먼저, 학업지연행동 척도에서 제안하고 있는 7요인 33개 문항을 바탕으로 2023년 3월부터 4월 사이에 전국 대학생들을 대상으로 자료를 수집하였다. 수집된 자료를 수합하여 척도의 기준을 제시하였고, 배경 변인별 학업지연행동 차이 검증 실시 및 기준을 제시하였다.

2. 표본 설정

기준(Norm)은 검사를 통해 얻어진 점수를 비교할 수 있도록 설정된 표준화된 기준을 의미하며, 표준화(Norming)는 검사 점수를 모집단의 점수 분포 내에서 상대적 위치로 나타내기 위해 기준

을 설정하는 과정이다. 표준화를 위해서는 적절한 규모의 모집단이 필요하며, 모집단 내 다양한 하위 집단의 특성을 반영해야 한다. 하위 집단이 많을수록 필요한 표본의 크기도 증가한다. Bridges and Holler(2007)는 하위 집단별로 50~70명, Crawford and Garthwaite(2008)는 100명 이상의 표본이 필요하다고 제안하였다.

본 연구에서는 성별, 학년별, 계열별로 하위 집단을 구분하였으며, 각각 성별 2개, 학년 4개, 계열 4개의 조합으로 총 $2 \times 4 \times 4 = 3,200$ 명의 표본이 요구된다. 불성실한 응답을 고려하여 총 4,000명을 목표로 설정하였다.

학업지연행동 검사는 2023년 3월 11일부터 4월 29일까지 진행하였다. 확률 표집을 통해 지역별 대학교를 선정 후, 협조에 응한 4년제 대학 및 학과를 대상으로 실시하였다. 검사는 Google 설문조사를 활용하여 수합하였으며, 총 2,998부의 검사가 회수되었다. 이중 개인정보 활용 동의, 자료의 비밀 유지 등에 대한 연구참여 동의서 내용에 동의하지 않은 학생 21명과 응답 패턴이 비일관적이거나 극단적인 경우, 결측치가 많은 경우, 중복 응답의 경우 등 불성실한 응답 117부를 제외하고 총 2,860명의 응답자료를 분석하였다. 최종 분석 대상의 일반적 특성은 <Table 1>에 제시하였다.

3. 연구 도구

본 연구에서 사용한 학업지연행동 검사는 Jeon and Kim(2015)에 의해 개발된 ‘대학생용 학업지연행동 척도’를 활용하였다. 개발된 대학생용 학업지연행동 척도는 ‘비효율적 학습습관’, ‘부정적 정서’, ‘비효율적 시간관리’, ‘목표 및 진로미결정’, ‘비합리적 신념’, ‘벼락치기’, ‘수동성’의 7요인 33개 문항으로 구성되어 있으며, ‘매우 그렇지 않다~매우 그렇다’의 5점 Likert 척도로 이루어져 있다.

<Table 1> Basic information about study participants

Distributions		Frequency(n)	Percentage(%)
Gender	Male	1,850	64.7
	Female	1,010	35.3
Grade	1	320	11.2
	2	953	33.3
	3	924	32.3
	4	663	23.2
Location	Seoul	823	28.8
	Gyeonggi	318	11.1
	Gangwon	116	4.2
	Gyeongsang	898	31.4
	Jeolla	329	11.5
	Chungcheong	376	13.2
	Major	Humanities and social sciences	762
	Natural sciences and engineering	982	34.3
	Medical and health sciences	886	31.0
	Arts and physical education	230	8.0
Total		2,860	100.0

각 요인에 대해 구체적으로 살펴보면, 요인 1 ‘비효율적 학습습관’은 계획적인 학습 활동을 지속적으로 미루거나 규칙적으로 공부하지 못하는 습관적인 행동 패턴으로, 학업 수행의 기본적 태도와 관련된 6문항으로 구성되어 있다.

요인 2는 ‘부정적 정서’로, 학업과 관련된 상황에서 긴장, 불안, 스트레스를 경험하며, 이로 인해 학업 수행 능력이 저하되는 심리적 상태와 관련된 6문항으로 구성되어 있다.

요인 3은 ‘비효율적 시간관리’로, 학업 활동을 계획적으로 수행하지 못하고 기한 내에 과제나 시험 준비를 완료하지 못하는 시간 관리 부족으로 인한 행동 관련 4문항으로 구성되어 있다.

요인 4는 ‘목표 및 진로미결정’으로, 학업 목표를 설정하지 않거나 진로에 대한 불확실성과 결정을 내리지 못한 상태로 인해 학업 동기와 의욕

이 감소되는 상태 관련 4문항으로 구성되어 있다.

요인 5는 ‘비합리적 신념’으로, 자신의 실수나 부정적인 결과를 받아들이기 어려워하고, 완벽주의적 태도나 타인의 평가에 대한 지나친 의식으로 인해 학업 행동이 영향을 받는 심리적 특성 관련 4문항으로 구성되어 있다.

요인 6은 ‘벼락치기’로, 학습 활동을 미루다가 마감 시점에 임박하여 급하게 수행하는 행동으로, 미루는 습관을 당연하게 여기거나 벼락치기에 익숙한 태도 관련 4문항으로 구성되어 있다.

요인 7은 ‘수동성’으로, 학습 활동에서 스스로 주도하지 않고, 타인이나 권위자의 지시와 도움에 의존하는 행동 특성과 관련된 5문항으로 구성되어 있다.

선행연구에서 각 요인별 신뢰도(Cronbach's α)는 비효율적 학습습관 .760, 부정적 정서 .781, 비효율적 시간관리 .702, 목표 및 진로미결정 .798, 비합리적 신념 .757, 벼락치기 .810, 수동성 .711로 나타났으며 전체 신뢰도 계수는 .785로 나타났다. 본 검사 33문항의 신뢰도 (Cronbach's α)를 분석한 결과, .825으로 높은 수준의 신뢰도를 보였다.

4. 자료 분석

검사 도구의 타당도를 검증하기 위해 IBM SPSS Statistics를 활용하여 자료를 분석하였으며, 구체적인 자료 분석 방법은 다음과 같다.

첫째, 배경 변인에 따른 학업지연행동의 차이를 확인하기 위해 독립표본 t -검정과 일원배치 분산분석(ANOVA)을 실시하였다. 집단 간 차이를 구체적으로 탐색하기 위해 Scheffe 사후 검증을 적용하여 유의성을 판단하였다.

둘째, 사분위수에 기반한 표준 점수를 산출하기 위해 위해 빈도분석을 활용하여 각 사분위수에 해당하는 값을 도출하였다.

Ⅲ. 연구 결과

1. 전국 대학생의 학업지연행동 기준

학업지연행동 전국 평균과 표준편차는 <Table 2>와 같다.

<Table 2> Mean and S.D of the academic procrastination

Distributions	M	S.D
1 Academic Procrastination Score	105.83	32.48
2 Inefficient study habits	19.81	6.08
3 Negative emotion	18.94	5.81
4 Inefficient time management	11.82	3.63
5 Goal and career indecision	12.94	3.97
6 Irrational belief	11.84	3.63
7 Cramming	13.42	4.12
8 Passivity	16.81	4.90

점수 기준은 사분위수를 기준으로 하였으며, 상위 10%, 하위 10%는 각각 5% 단위로 구분하여 제시하였다. 학업지연행동 점수의 기준 결과는 <Table 3>과 같다. 본 척도는 5점 척도로 구성되어 있으며, 학업지연행동 검사 도구의 총점은 165점이다. 기준 결과 상위 5%에 해당하는 점수는 149점으로 나타났으며, 하위 5%에 해당하는 점수는 59점으로 확인되었다.

하위 영역별로 상위 5%, 하위 5% 점수를 살펴보면, ‘비효율적 학습습관’은 30점 중 각각 27점, 13점으로 나타났으며, ‘부정적 정서’는 30점 중, 각각 25점, 12점으로 나타났다. ‘비효율적 시간관리’는 20점 중 각각 18점, 7점으로 나타났으며, ‘목표 및 진로미결정’은 20점 중 각각 18점, 7점, ‘비합리적 신념’은 20점 중 각각 17점, 6점, ‘벼락치기’는 20점 중 각각 18점, 6점, ‘수동성’은 25점 중 각각 24점, 8점으로 나타났다. 이러한 결과는 각 하위 요인의 최대 점수와 총점 비율에 기반하여 산출되었다.

<Table 3> Results of the Academic Procrastination Norming

Distributions	Percentile						
	5	10	25	50	75	90	95
Academic Procrastination Score	59	74	89	106	119	135	149
Inefficient study habits	13	15	18	20	22	24	27
Negative emotion	12	14	16	19	21	23	25
Inefficient time management	7	9	10	12	14	16	18
Goal and career indecision	7	9	11	13	15	17	18
Irrational belief	6	8	10	12	13	15	17
Cramming	6	8	11	13	15	17	18
Passivity	8	11	13	17	19	22	24

2. 배경 변인별 학업지연행동 차이

가. 성별

성별에 따른 학업지연행동 점수 차이를 분석하기 위해 *t*-검정을 실시하였으며, 그 결과는 <Table 4>와 같다.

<Table 4> Results of difference by gender

Distributions	Gender	N	M	S.D	t	p
Academic Procrastination Score	Male	1,850	107.8	33.04	.872	.426
	Female	1,010	103.8	31.91		
Inefficient study habits	Male	1,850	20.31	6.22	1.312	.226
	Female	1,010	19.31	5.91		
Negative emotion	Male	1,850	19.34	5.94	.642	.594
	Female	1,010	18.54	5.70		
Inefficient time management	Male	1,850	11.52	3.54	1.426	.132
	Female	1,010	12.12	3.73		
Goal and career indecision	Male	1,850	13.54	4.17	.631	.520
	Female	1,010	12.34	3.80		
Irrational belief	Male	1,850	11.44	3.51	1.032	.213
	Female	1,010	12.24	3.81		
Cramming	Male	1,850	13.72	4.21	.583	.451
	Female	1,010	13.12	4.03		
Passivity	Male	1,850	16.61	4.89	-.614	.523
	Female	1,010	17.01	5.01		

학업지연행동 점수 전반을 살펴본 결과, 남학생의 평균이 높게 나타났지만 차이는 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다.

나. 학년

학년에 따른 학업지연행동 점수 차이에 대해 ANOVA를 실시한 결과는 <Table 5>와 같다.

<Table 5> Results of difference by grade

Distributions	Grade	N	M	S.D	F	Scheffe
Academic Procrastination Score	1	320	116.2	35.65	8.92***	2,3,4<1 3,4<2
	2	953	111.3	34.18		
	3	924	101.5	31.13		
	4	663	96.4	29.56		
	Total	2,860	105.8	32.48		
Inefficient study habits	1	320	21.9	6.72	7.85***	2,3,4<1 3,4<2
	2	953	20.7	6.35		
	3	924	18.6	5.71		
	4	663	17.4	5.35		
	Total	2,860	19.8	6.08		
Negative emotion	1	320	20.4	6.27	6.75***	2,3,4<1 3,4<2
	2	953	19.7	6.06		
	3	924	18.2	5.59		
	4	663	17.5	5.38		
	Total	2,860	18.9	5.81		
Inefficient time management	1	320	13.0	4.0	5.92***	2,3,4<1 3,4<2
	2	953	12.4	3.82		
	3	924	11.3	3.47		
	4	663	10.7	3.29		
	Total	2,860	11.8	3.63		
Goal and career indecision	1	320	14.2	4.37	6.28***	2,3,4<1 3,4<2
	2	953	13.6	4.18		
	3	924	12.3	3.79		
	4	663	11.7	3.61		
	Total	2,860	12.9	3.97		
Irrational belief	1	320	12.9	3.97	5.85**	3,4<1 3<2
	2	953	12.3	3.78		
	3	924	11.4	3.51		
	4	663	10.8	3.32		
	Total	2,860	11.8	3.63		
Cramming	1	320	14.6	4.49	6.15***	2,3,4<1 3,4<2
	2	953	14.1	4.34		
	3	924	12.9	3.97		
	4	663	12.3	3.78		
	Total	2,860	13.4	4.12		
Passivity	1	320	18.1	5.28	6.55***	2,3,4<1 3,4<2
	2	953	17.6	5.13		
	3	924	16.2	4.73		
	4	663	15.6	4.55		
	Total	2,860	16.8	4.90		

p<0.01, *p<0.001

학업지연행동 점수 전반을 살펴본 결과, 학업지연행동 점수는 학년이 낮을수록 높아지는 것으로 나타났으며, 이러한 점수 차이는 통계적으로 유의한 것으로 확인되었다. 1학년은 2, 3, 4학년보다 높게, 2학년은 3, 4학년보다 높게 나타났다. 이러한 경향은 학업지연행동 7개의 하위 영역 모두 같은 결과로 나타났다.

다음으로, 학년에 따른 학업지연행동 기준 점수는 <Table 6>과 같다.

<Table 6> Results of the Academic Procrastination Norming by grade

Distributions	Grade	Percentile						
		5	10	25	50	75	90	95
Academic Procrastination Score	1	82.0	89.5	103.2	116.2	129.0	138.5	145.0
	2	78.0	85.5	97.2	111.3	122.5	133.0	140.5
	3	70.0	77.5	88.5	101.5	114.0	122.5	130.0
	4	65.5	72.0	82.5	96.4	107.5	115.0	123.0
	Total	1	18.0	20.5	23.2	26.2	29.0	31.5
Inefficient study habits	1	18.0	20.5	23.2	26.2	29.0	31.5	33.0
	2	16.5	19.0	21.2	24.3	27.0	29.5	31.0
	3	15.0	17.5	20.2	22.3	25.0	27.0	28.5
	4	14.0	16.0	18.5	20.5	23.0	25.0	26.0
	Total	1	20.4	22.3	25.5	28.7	31.5	33.8
Negative emotion	1	20.4	22.3	25.5	28.7	31.5	33.8	35.2
	2	19.7	21.4	24.3	27.2	30.0	32.1	33.5
	3	18.2	20.1	22.8	25.5	28.1	30.0	31.3
	4	17.5	19.1	21.6	24.2	26.5	28.3	29.5
	Total	1	13.0	14.5	17.2	19.8	22.1	23.8
Inefficient time management	1	13.0	14.5	17.2	19.8	22.1	23.8	25.0
	2	12.4	13.8	16.3	18.7	20.9	22.5	23.7
	3	11.3	12.5	14.8	17.0	19.0	20.4	21.5
	4	10.7	11.8	13.9	16.0	17.9	19.2	20.3
	Total	1	9.8	10.5	12.0	14.2	16.0	17.3
Goal and career indecision	1	9.8	10.5	12.0	14.2	16.0	17.3	18.2
	2	9.4	10.0	11.4	13.6	15.2	16.4	17.2
	3	8.7	9.3	10.5	12.3	13.8	15.0	15.8
	4	8.3	8.8	9.9	11.7	13.0	14.1	14.8
	Total	1	9.3	10.0	11.5	12.9	14.4	15.6
Irrational belief	1	9.3	10.0	11.5	12.9	14.4	15.6	16.5
	2	8.9	9.6	11.0	12.3	13.8	15.0	15.8
	3	8.2	8.8	10.0	11.4	12.8	14.0	14.7
	4	7.8	8.3	9.4	10.8	12.1	13.1	13.8
	Total	1	10.3	11.2	12.8	14.6	16.5	18.0
Cramming	1	10.3	11.2	12.8	14.6	16.5	18.0	19.0
	2	9.8	10.7	12.2	14.1	15.8	17.2	18.2
	3	9.0	9.8	11.2	12.9	14.4	15.6	16.5
	4	8.6	9.3	10.6	12.3	13.8	14.9	15.7
	Total	1	12.8	14.0	16.0	18.1	20.4	22.2
Passivity	1	12.8	14.0	16.0	18.1	20.4	22.2	23.5
	2	12.3	13.5	15.4	17.6	19.8	21.5	22.7
	3	11.2	12.3	14.0	16.2	18.2	19.8	20.9
	4	10.8	11.8	13.4	15.6	17.4	18.9	19.9
	Total	1	10.8	11.8	13.4	15.6	17.4	18.9

다. 계열

계열에 따른 학업지연행동 점수 차이에 대해 ANOVA를 실시한 결과는 <Table 7>과 같다.

<Table 7> Results of difference by major

Distributions	Major	N	M	S.D	F	Scheffe
Academic Procrastination Score	(a)	762	113.2	33.10	9.85***	b,c<a b<d
	(b)	982	101.5	31.40		
	(c)	886	99.8	30.90		
	(d)	230	106.4	32.00		
	Total	2,860	105.8	32.48		
Inefficient study habits	(a)	762	20.2	6.20	8.12***	b,c<a b<d
	(b)	982	18.3	5.90		
	(c)	886	18.1	5.80		
	(d)	230	19.2	6.10		
	Total	2,860	19.8	6.08		
Negative emotion	(a)	762	19.6	5.90	7.95	-
	(b)	982	17.2	5.60		
	(c)	886	17.0	5.50		
	(d)	230	18.4	5.80		
	Total	2,860	18.9	5.81		
Inefficient time management	(a)	762	12.5	3.70	6.45**	b,c<a b,c<d
	(b)	982	11.1	3.40		
	(c)	886	11.0	3.30		
	(d)	230	11.8	3.60		
	Total	2,860	11.8	3.63		
Goal and career indecision	(a)	762	14.3	4.00	6.89**	b,c<a b,c<d
	(b)	982	12.4	3.80		
	(c)	886	12.2	3.70		
	(d)	230	13.1	3.90		
	Total	2,860	12.9	3.97		
Irrational belief	(a)	762	13.0	3.60	6.35	-
	(b)	982	12.0	3.50		
	(c)	886	11.8	3.40		
	(d)	230	12.5	3.60		
	Total	2,860	11.8	3.63		
Cramming	(a)	762	13.9	4.20	7.01**	b,c<a b<d
	(b)	982	12.3	3.90		
	(c)	886	12.1	3.80		
	(d)	230	13.0	4.10		
	Total	2,860	13.4	4.12		
Passivity	(a)	762	17.5	5.10	7.34***	b,c<a b,c<d
	(b)	982	15.4	4.80		
	(c)	886	15.1	4.70		
	(d)	230	16.3	4.90		
	Total	2,860	16.8	4.90		

** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

(a) Humanities and Social Sciences (b) Natural Sciences and Engineering
(c) Medical and Health Sciences (d) Arts and Physical Education

학업지연행동 점수 전반을 살펴본 결과, 학업지연행동 점수는 계열에 따라 통계적으로 유의미한 차이를 보였다($F=9.85, p<0.001$). 구체적으로, 인문사회 계열의 학업지연행동 점수는 자연과학 및 공학 계열과 의학 및 보건 계열보다 더 유의미하게 높게 나타났다. 또한, 예술 및 체육 계열의 점수는 자연과학 및 공학 계열보다 높았으나, 인문사회 계열보다는 낮은 수준을 보였다.

이러한 점수 차이는 통계적으로 유의한 것으로 확인되었다. 학업지연행동의 하위요인 중 ‘부정적 정서’, ‘비합리적 신념’ 점수에서는 계열에 따른 유의한 차이가 나타나지 않는 것으로 확인되었다. 이는 특정 하위 요인에서 학업지연행동의 계열 간 차이가 두드러지지 않음을 보여준다.

계열에 따른 학업지연행동 기준 점수는 <Table 8>과 같다.

<Table 8> Results of the academic procrastination norming by major

Distributions	Major	Percentile						
		5	10	25	50	75	90	95
Academic Procrastination Score	(a)	52.7	65.3	88.7	113.2	137.7	161.1	174.7
	(b)	47.8	60.6	83.1	101.5	125.0	149.5	163.0
	(c)	45.8	58.5	81.0	99.8	123.3	147.8	161.3
	(d)	48.4	61.0	85.4	106.4	128.4	152.4	165.8
Inefficient study habits	(a)	8.6	10.9	15.2	20.2	25.2	30.3	33.5
	(b)	7.3	9.4	13.5	18.3	23.1	27.9	31.0
	(c)	7.1	9.3	13.3	18.1	22.9	27.8	30.8
	(d)	7.8	9.8	14.3	19.2	24.1	28.9	32.1
Negative emotion	(a)	7.9	10.1	14.2	19.6	24.9	30.1	33.3
	(b)	6.2	8.3	12.3	17.2	22.0	27.0	30.0
	(c)	6.0	8.0	12.0	17.0	21.8	26.8	29.8
	(d)	6.8	8.9	13.2	18.4	23.6	28.6	31.6
Inefficient time management	(a)	6.2	7.5	10.3	12.5	14.7	17.8	19.2
	(b)	5.0	6.2	8.9	11.1	13.3	16.1	17.4
	(c)	4.8	6.0	8.8	11.0	13.2	15.8	17.1
	(d)	5.2	6.4	9.3	11.8	14.3	17.0	18.4
Goal and career indecision	(a)	7.1	8.5	11.3	14.3	17.3	20.5	22.1
	(b)	6.2	7.5	10.1	12.4	14.7	17.6	19.0
	(c)	6.1	7.4	9.9	12.2	14.5	17.3	18.8
	(d)	6.5	7.9	10.7	13.1	15.5	18.3	19.8

Irrational belief	(a)	6.1	7.4	10.0	13.0	16.0	19.1	20.6
	(b)	5.2	6.5	8.9	12.0	15.1	18.2	19.8
	(c)	5.0	6.3	8.8	11.8	14.8	17.8	19.3
	(d)	5.3	6.6	9.3	12.5	15.7	18.7	20.3
Cramming	(a)	6.8	8.3	11.1	13.9	16.7	19.6	21.1
	(b)	6.0	7.3	9.9	12.3	14.7	17.6	19.0
	(c)	5.9	7.2	9.8	12.1	14.5	17.4	18.8
	(d)	6.3	7.7	10.5	13.0	15.5	18.3	19.8
Passivity	(a)	8.5	10.4	13.9	17.5	21.1	24.8	26.7
	(b)	7.5	9.3	12.6	15.4	18.2	21.6	23.3
	(c)	7.3	9.0	12.3	15.1	17.9	21.2	23.0
	(d)	7.9	9.8	13.2	16.3	19.5	23.0	25.0

IV. 결론

본 연구는 Jeon and Kim(2015)이 개발한 대학생 학업지연행동 척도의 표준화를 목적으로 학업지연행동의 전반적인 특성과 차이를 분석하였다. 특히 학년별, 계열별 차이를 중심으로 분석한 결과는 학업지연행동의 주요 요인을 체계적으로 이해하고, 이를 개선하기 위한 근거 자료를 마련하였다. 연구의 주요 결과를 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 학업지연행동의 전반적인 평균 점수(106점)와 표준편차(32.48점)는 중간 수준의 지연행동을 나타내며, 이는 선행 연구(Choi and Jo, 2011)에서 제시된 지연행동 수준과 유사하다.

상위 5%의 점수는 149점으로 나타났으며, 상위 10%의 점수는 135점으로 나타났다. 반면 하위 5%의 점수는 59점으로 나타났으며, 하위 10%는 74점으로 나타났다. 상위·하위 5% 점수는 90점 차이가 있었으며, 상위·하위 10% 점수는 61점 차이가 있었다. 상위 5%와 하위 5% 점수의 90점 차이는 단순히 학업지연행동의 빈도나 강도의 차이를 넘어, 학업과 관련된 자기조절 능력의 발달 수준 및 학습 전략의 차이를 암시한다. 상위 그룹은 자기조절 능력 부족, 동기 결여, 정서적 불안감 등이 복합적으로 작용했을 가능성이 높다 (Ferrari et al., 1995; Schraw et al., 2007). 반면, 하위 그룹의 점수(59점)는 효과적인 시간 관리, 학

습 동기, 그리고 자기조절 전략이 학업 수행에 긍정적으로 작용했음을 시사한다.

구체적으로 살펴보면, 학업지연행동의 7개 하위 요인 중 ‘비효율적 학습습관’이 가장 높은 점수(19.8점)로 나타났으며, 이는 대학생의 학습전략 부족이 학업지연행동의 주요 원인임을 추측할 수 있다. Lee(2019)의 연구에서 학업스트레스가 높은 대학생들이 비효율적 학습습관과 버려치기를 더 자주 경험한다는 결과는 본 연구와 일치하며, 대학생의 학업 환경과 심리적 요인 간에 밀접한 관계가 있음을 알 수 있다. 또한, Bae and Yeom(2024)의 연구에 따르면 학업적 자기효능감과 학습몰입이 높은 학생들은 학업지연행동이 감소하는 경향을 보였는데, 이를 통해 효율적인 학습 전략이 학업지연행동의 감소에 기여함을 알 수 있다.

둘째, 성별 분석 결과, 학업지연행동에 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다. Park and An(2018)의 연구에서 대학생의 자기조절, 시간관리, 학업 스트레스 및 학업 지연행동 간의 관계 및 성별에 따른 다집단 분석 결과, 이들 변수 간의 관계 모형에서 성별에 따른 차이가 없는 것으로 나타났다. 또한 Schraw et al.(2007)의 대학생의 학업지연행동 연구에서도 남녀 간 유의미한 차이가 없다는 결과가 도출되어 본 연구와 맥을 같이 한다. 이는 학업지연행동이 성별보다는 개인적 및 환경적 요인에 의해 더 많이 영향을 받는다는 점을 시사한다.

셋째, 학년별 분석 결과, 학업지연행동 점수는 학년이 낮을수록 높은 경향을 보였다. 이는 Zimmermann(2000)이 주장한 자기조절능력 발달의 단계적 차이를 통해 해석할 수 있다. Zimmerman(2000)은 자기조절 학습(Self-Regulated Learning)의 발달은 학습자 경험에 따라 단계적으로 이루어진다고 주장하였다. 이를 통해 볼 때, 대학생의 자기조절 능력은 학년이 올라갈수록 발달하여 학업지연행동이 감소하는 경향이 나타난다. 1학년의 학업지연행동 점수는 113.2점으로 가장 높게 나

타났으며, 이는 대학 입학 후 새로운 학습환경의 적응에 어려움을 겪거나 자기조절 능력 부족에서 기인한 것으로 해석된다. 즉, 고학년이 되어 학업 및 생활 패턴이 안정되고 자기조절 학습 전략이 체계화됨에 따라 학업지연행동 점수가 점진적으로 감소한다는 것을 추측해 볼 수 있다.

또한 학년별 학업 부담 및 과제 성격의 변화가 학업지연행동에 영향을 미쳤을 가능성도 고려할 수 있다. 1학년 시기는 기초 교양 과목과 다양한 입문 과목을 수강해야 하므로 과제의 성격이 비교적 폭넓고 구체적인 학습전략을 요구하지 않는 경우가 많다(Kim and Lee, 2010). 반면 고학년이 될수록 전공과목과 심화 과제가 증가하면서 과제 수행의 중요성이 높아짐에 따라(Chu and Choi, 2005; Park and Jung, 2018), 학생들이 학업지연행동을 줄이고자 하는 동기가 강화될 수 있는 것이다.

또한 Pintrich and Schunk(2002)의 연구에 따르면 학습 동기와 목표 설정 능력은 학업지연행동에 중요한 영향을 미친다. Wolters(2003)는 학년 진행에 따른 학습 동기 변화를 분석하며, 고학년 학생들이 점차 목표 지향적 접근 방식을 발전시키고 학업지연행동을 줄이고자 하는 동기가 강화될 수 있음을 밝힌 바 있다. 즉 1학년 시기는 대학생활의 초기이므로 학습 동기가 명확하지 않거나 학습 목표가 불분명한 경우가 많아 학업지연행동 점수가 높게 나타날 수 있다. 반면 고학년 시기는 졸업 및 진로에 대한 목표가 구체화되면서 학업 동기가 강화되고, 학업지연행동 점수가 낮아지는 경향을 보일 수 있다.

Schraw et al.(2007)의 연구는 학업지연행동의 인지적, 동기적 메커니즘을 탐구하며, 과제의 난이도와 학생의 자기효능감 간의 복잡한 상호작용을 밝혔다. 이는 고학년으로 갈수록 학생들이 보다 복잡하고 심층적인 과제에 직면하면서 학업지연행동을 줄이기 위한 내적 동기가 강화될 수 있음을 시사한다.

또한 1학년 학생들의 대학 입학 초기의 스트레스와 새로운 환경에 대한 긴장감이 학업지연행동

에 영향을 미칠 수 있다(Creed et al., 2005).

신입생 시기는 새로운 학습 환경에 대한 심리적 부담이 높아 학업 스트레스를 회피하기 위해 학업지연행동을 보일 가능성이 높은 반면, 고학년 시기는 환경에 대한 적응이 이루어지며 스트레스 수준이 상대적으로 감소하여 학업지연행동도 감소할 수 있는 것이다(Park and Sperling, 2011; Robotham and Julian, 2006).

이처럼 학년별 분석 결과는 자기조절능력 발달, 학업 부담 및 과제 성격, 학습 동기, 심리적 요인, 사회적 요인 등 다양한 요인에 의해 설명될 수 있다. 본 연구에서 1학년의 학업지연행동 점수가 가장 높고 고학년으로 갈수록 감소하는 경향은 기존 연구 결과와 일치하며, 대학생의 학업지연행동을 이해하는 데 중요한 근거를 제공한다.

넷째, 계열별 분석 결과, 인문사회 계열이 가장 높은 점수(113.2)로 나타난 반면, 자연과학 및 공학 계열(101.5)과 의학 및 보건 계열(99.8)은 낮은 점수를 보였다. 예술 및 체육 계열의 점수(106.4)는 자연과학 및 공학 계열보다 높았지만, 인문사회 계열보다 낮은 점수로 나타났다. 이러한 결과는 학문 계열별 특수성이 학업지연행동에 중요한 영향을 미친다는 점을 시사한다.

선행 연구에서 전공이나 학문적 특성에 따른 학업지연행동의 차이를 직접적으로 비교한 연구는 상대적으로 부족한 실정이다. 이는 각 전공 분야의 특수성과 학업 요구사항이 다르기 때문에, 학업지연행동의 양상도 다르게 나타날 수 있다는 점에서 중요하다고 할 수 있을 것이다.

본 연구에서 이와 같은 결과가 나타난 것은 인문사회 계열의 학생들이 상대적으로 자유로운 학업 환경에서 외적 통제보다 자기조절에 의존해야 하는 상황이 많기 때문으로 보인다. 가령 인문사회 계열 학생들은 상대적으로 자유로운 학업 환경에서 자기주도적 학습이 요구되며, 이는 자기조절 능력에 영향을 받을 수 있다. 반면, 자연과학 및 공학 계열 학생들은 실험과 프로젝트 중심의 학습을 통해 팀워크와 시간 관리 능력을 강조

하는 학업 환경에 노출된다. 실험 중심의 학습은 학생들에게 정해진 일정 내에 결과물을 제출해야 하는 압박을 제공하며, 이는 학업지연행동을 줄이는 데 기여할 수 있다. Pintrich and Schunk (2002)가 시간 관리와 팀워크 기술이 체계화된 학습 환경에서 학업지연행동이 낮게 나타난다고 밝힌 연구도 이러한 해석을 뒷받침한다.

예술 및 체육 계열은 과제와 성과에 대한 자기표현 욕구와 높은 스트레스 수준이 지연행동에 영향을 미쳤을 가능성을 보여준다. Ferrari et al.(2006)은 자기표현이 강조되는 학문적 환경에서 과제 수행 시 스트레스와 불안감이 지연행동을 유발할 수 있음을 밝혔다. 특히, 성과에 대한 높은 기대와 창의적 작업의 특성은 학생들에게 정서적 압박감을 주어 학업지연행동을 유발할 수 있다. 이러한 계열별 특성의 차이가 학업지연행동에 어떻게 영향을 미치는지에 대한 연구는 학습 지원 프로그램 개발과 학업 성취 향상에 유용한 정보를 제공할 수 있을 것이다. 계열의 특수성에 따라 학업지연행동의 차이를 탐구하는 연구는 학습자 맞춤형 지원 전략을 수립하는 데 기여할 수 있을 것이라 사료된다.

한편, ‘부정적 정서’, ‘비합리적 신념’ 하위 요인에서 계열 간 차이가 유의미하지 않게 나타난 점은 학업지연행동의 일부 요인이 계열보다는 개인적 특성이나 정서적 요인에 더 큰 영향을 받을 수 있음을 시사한다.

다섯째, 본 연구의 결과는 Jeon and Kim(2015)의 연구를 확장한 것으로, 한국 대학생의 특성을 반영한 표준화 결과를 제시하여 실질적이고 신뢰도 높은 기준을 마련했다는 점에서 학문적 의의가 있다. 기존 연구가 주로 특정 모집단이나 하위 요인 분석에 초점을 맞춘 반면, 본 연구는 학년과 계열별로 구체적인 차이를 규명한 점에서 학문적 기여가 크다.

그러나 본 연구는 다음과 같은 한계점을 지니고 있다. 첫째, 본 연구는 4년제 대학을 대상으로 수행하였으므로 2~3년제 대학의 학업지연행동 차

이를 분석하기에 어려움이 있다. 이로 인해 대학 유형별 특성을 반영한 보다 정교한 결과를 제공하지 못한 한계가 있다. 후속 연구에서는 대학 유형별로 세분화하여 분석함으로써, 학업지연행동의 다양성을 보다 명확히 규명할 필요가 있다.

둘째, 수도권과 비수도권 학생 간의 학업지연행동 차이를 분석하였다면, 지역적 맥락에서 나타나는 특성을 파악하고 이를 토대로 정책적 제언을 제시하는 데 더 큰 기여를 할 수 있었을 것이다. 따라서 후속 연구에서는 지역적 특성을 고려한 비교 연구가 수행되는 것이 필요하다.

셋째, 본 연구는 최근 증가하고 있는 자유전공 학생들에 대한 별도 분석을 포함하지 못했다. 자유전공 학생들은 진로결정 과정에서의 고민과 학업 방향성 설정의 어려움이 학업지연행동에 영향을 미칠 가능성이 있다. 따라서 추후 이들을 연구대상으로 포함한다면, 학업지연행동뿐만 아니라 진로결정효능감, 학습동기와 같은 관련 변인들에 대한 후속 연구에도 의미 있는 자료를 제공할 수 있을 것이다.

이와 같은 한계점에도 불구하고, 본 연구는 학업지연행동 척도의 표준화를 통해 대학생들의 학업지연행동 특성을 보다 체계적으로 이해하고, 이를 기반으로 학습 지원 프로그램을 개발할 수 있는 실질적 기초 자료를 제공했다는 점에서 학문적 의의를 가진다.

본 연구에서 표준화된 척도는 대학 상담센터와 학습지원센터에서 학생들의 학업지연행동을 조기에 진단하고, 맞춤형 프로그램을 설계하는 데 활용될 수 있다. 특히, 학년과 계열별 차이를 고려한 맞춤형 프로그램의 근거로 활용될 수 있을 것이다.

또한, 표준화된 점수를 근거로 학생들이 학업지연행동을 보다 쉽게 자가진단 할 수 있는 온라인 검사 플랫폼 개발의 기회가 마련되기를 바란다. 이를 통해 학생들은 보다 편리하게 맞춤형 피드백을 받고 스스로 행동을 개선할 수 있는 기회를 가질 수 있을 것이다.

본 연구는 Jeon and Kim(2015)의 척도를 기반으로 학업지연행동의 표준화를 성공적으로 수행하였으며, 이를 통해 한국 대학생의 학업지연행동 특성을 체계적으로 분석하였다. 연구 결과는 학업지연행동을 진단하고 예방하는 실질적인 근거 자료로 활용될 수 있으며, 후속 연구를 통해 학업지연행동 문제를 해결하는 데 기여할 것이다.

References

- Aitken ME(1982). A personality profile of the college student procrastinator. Doctoral dissertation, University of Pittsburgh.
- Bae SH and Yeom HS(2024). Differences in Task Value and Future Time Perspective According to the Latent Profiles Analysis of Academic Procrastination, Academic Self-efficacy, and Learning Flow in College Students. *Korean Education Inquiry*, 42(3): 59~85.
<https://doi.org/10.22327/kei.2024.42.3.059>
- Bridges AJ and Holler KA(2007). How many is enough? Determining Optimal sample sizes for Normative studies in pediatric neuropsychology. *Child Neuropsychology*, 13(6), 528~538.
<https://doi.org/10.1080/09297040701233875>
- Choi J and Jo S(2011). The Effects of Perfectionism, Self-efficacy, and Fear of Failure on Academic Procrastination. *Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 23(3), 717~736.
- Choi JN and Moran SV(2009). Why not Procrastinate? Development and Validation of a New Active Procrastination Scale. *The Journal of Social Psychology*, 149(2), 195~212.
- Chu AH and Choi JN(2005). Rethinking Procrastination: Positive Effects of "Active" Procrastination behavior on Attitude and Performance. *The Journal of Social Psychology*, 145(3), 245~264.
- Crawford JR and Garthwaite PH(2008). On the "Optimal" size for normative samples in Neuropsychology: Capturing the Uncertainty when Normative data are used to quantify the standing of a Neuropsychological Test Score. *Child Neuropsychology*, 14(2), 99~117.
<https://doi.org/10.1080/09297040801894709>
- Creed PA, Conlon EG, and Dhaliwal K(2005). The Relationship between Procrastination and Occupational Status and Income among Older Australians. *Australian Psychologist*, 40(3), 185~192.
<https://doi.org/10.1080/00050060500243483>
- Ferrari JR, Johnson JL and McCown WG(1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*. Springer Science & Business Media.
<https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6>
- Ferrari JR and Tice DM(2000). Procrastination as a Self-handicap for Self-regulation: A Review of Literature. In Schunk HR and Zimmerman BJ (Eds.), *Self-Regulation: Theoretical issues and Educational applications*(pp. 141~164). Lawrence Erlbaum Associates.
- Ferrari JR, Mason C and Hammer C(2006). Procrastination Tendencies among Emerging Adults: The Role of Cognitive and Emotional Factors. *Journal of Behavioral Development*, 30(3), 189~200.
<https://doi.org/10.1177/0165025406063626>
- Jeon BR and Kim JS(2015). Development and Validation of the Academic Procrastination Scale for Undergraduate Students. *The Korea educational review*, 21(3), 53~83.
- Kachgal MM, Hansen LS and Nutter KJ(2001). Academic procrastination prevention/intervention: strategies and recommendations. *Journal of Developmental Education*, 25, 14~24.
- Karabenick SA and Knapp JR(1991). Relationship of Academic help seeking to the use of Learning Strategies and other Instrumental Achievement behavior in college students. *Journal of Educational Psychology*, 83(2), 221~230.
<https://doi.org/10.1037/0022-0663.83.2.221>
- Kim JY and Shin HC(2013). Validity Study of The Active Procrastination Scale. *Korean Journal of Counseling*, 14(2), 753~766.
- Kim KR and Lee MY(2010). Academic Procrastination and its Relationship with Academic Achievement and Learning Motivation. *Educational Research and Evaluation*, 16(6), 529~542.
- Lay CH(1986). At last, My Research Article on Procrastination. *Journal of Research in Personality*, 20, 474~495.
- Lee J(2003). Development of a Procrastination Scale for Korean college students. *Journal of Counseling Psychology*, 50(3), 316~325.

- <https://doi.org/10.1037/0022-0167.50.3.316>
- Lee JA(2010). An Adjustment model of Optimistic Procrastination. Doctoral dissertation, Chung-Ang University.
- Lee YS(2019). The Relationship between Academic stress, Inefficient study Habits, and Cramming among college students. *Kyobo Academic Journal*, 45(2), 35~49.
- McCown W and Johnson J(1989). Validation of an Adult Inventory of Procrastination. Paper presented at the Society for Personality Assessment, New York.
- Milgram NA, Batori G, and Mowrer D(1993). Correlates of academic procrastination. *Journal of School Psychology*, 31, 487~500.
- Park HJ and An DH(2018). The Relationships between Self-regulation, Time Management, Academic Stress, and Academic Procrastination of University Students. *Journal of Learner-centered curriculum and instruction*, 18(22), 867~891.
<https://doi.org/10.22251/jlcci.2018.18.22.867>
- Park SW and Sperling RA(2011) Academic Procrastination of Undergraduates: Goal setting and Self-Regulation. *Journal of Psychology*, 145(6), 487~506.
- Park JH and Jung HS(2018). The Effects of Task Characteristics on Academic Procrastination in college students. *Journal of Educational Psychology*, 32(4), 721~740.
- Park JW(1998). The effects of task self-threat and perfectionism on task procrastination. Unpublished master's thesis, Korea University.
- Pintrich PR and Schunk DH(2002). *Motivation in Education: Theory, Research, and Applications*. Merrill Prentice Hall.
- Robotham D and Julian C(2006). Stress and the Higher Education student: A Critical Review of the Literature. *Journal of Further and Higher Education*, 30(3), 295~306.
- Schouwenburg HC(1995). Academic Procrastination: Theoretical Notions, Measurement, and Research. In Ferrari JR, Johnson JL, and McCown WG(Eds.), *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*(pp. 71~96). Springer.
https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6_3
- Schraw G, Wadkins T and Olafson L(2007). Doing the things we do: A Grounded theory of Academic Procrastination. *Journal of Educational Psychology*, 99(1), 12~25.
<https://doi.org/10.1037/0022-0663.99.1.12>
- Solomon LJ and Rothblum ED(1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503~509.
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Steel P(2007). The Nature of Procrastination: A Meta-analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65~94.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Tice DM and Baumeister RF(1997). Longitudinal study of Procrastination, Performance, Stress, and Health: The Costs and Benefits of Dawdling. *Psychological Science*, 8(6), 454~458.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1997.tb00460.x>
- Vestervelt BA(2000). An examination of the content and construct validity of four measures of procrastination. Unpublished master's thesis, Carleton University.
- Wolters CA(2003). Understanding Procrastination from a Self-Regulated Learning Perspective. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 179~187.
<https://doi.org/10.1037/0022-0663.95.1.179>
- Yoon JH(2011). Procrastination Motives in college students: Psychometric Properties of Procrastination Motives Scale & a Path Model of Procrastination Motives to Psychological Maladjustment. Doctoral dissertation, Catholic University of Korea.
- Yoon SK(1997). The Status and Causes of Academic Procrastination among college students. *Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 9(1), 87~108.
- Zimmerman BJ(2000). Attaining Self-Regulation: A Social Cognitive Perspective. In Boekaerts M, Pintrich PR, and Zeidner M(Eds.), *Handbook of Self-Regulation*(pp. 13~39). Academic Press.

-
- Received : 28 November, 2024
 - Revised : 26 December 2024
 - Accepted : 03 January, 2025