

· 학생상담센터 ·

DEU-GRIT-R 실시 및 해석



동의대학교 학생상담센터
DONG-EUI UNIVERSITY STUDENT COUNSELING CENTER



Contents 목 차

- DEU-GRIT-R 실시 방법
- DEU-GRIT-R 이란?
- DEU-GRIT-R 검사 결과 확인하기
- 학생상담센터: 대학 내 상담전문기관

■ DEU-GRIT-R이란?

● GRIT은?

- 자신의 능력이 성장하고 발전할 수 있다는 신념을 바탕으로 포기하지 않고 자발적인 열정을 통해 끝까지 노력하는 능력을 의미하는 **심리학적 용어**

● DEU-GRIT-R 검사는?

- DEU-GRIT 검사는 본교생들의 체계적인 지원을 위해
Growth(**정서**적응), Respect(**사회**적응), Insight(**학업**적응), Target(**진로**적응)
4가지 영역으로 구분하여 대학생활의 적응에 대한 수준을 파악하는 진단 도구(2017년 개발)
- 2022년 DEU-GRIT-R(문항 개정) 완료



DEU-GRIT-R 실시 방법

- 동의대학교 DAP시스템에 접속 " <https://dap.deu.ac.kr/> "
- 로그인 후 프로필 아래 GRIT 검사를 클릭하여 검사 실시

동의대학교 DAP시스템

공지사항 | 학생정보시스템 | 커리어 | 검색

나의 역량 지수(동일학년 최대포인트 대비)

자기경영	글로벌	나눔	소통	융합	도전성취

나의 상담내역

학과 | 진로취업 | 심리 | 학업

GRIT 검사 작성

직업적성검사	미작성
직업선호도 검사 S형	미작성
창업 적성검사	미작성
직업가치관 검사	미작성

이달의 DOOR

통합마일리지

실용지성	협력인성	창의실천
채용정보 안내		
DEU-STORY (e-포트폴리오)		

통합마일리지 장학제도 및 산정기준

진로정보 활용가이드

이력서 및 자기소개서

비교과프로그램공지 | 학사공지 | 장학공지 | 취업공지 | 교육/모집 | 기숙사공지

DEU-GRIT-R 실시 방법

- 상단 메뉴의 커리어 > 상담 > GRIT 검사
- "참여하기"를 통해 검사 실시

 동의대학교
DONG-EUI UNIVERSITY

DAP시스템

 공지사항

 학생정보시스템

 커리어

검색

마이페이지 <ul style="list-style-type: none">- 활동 현황	상담 <ul style="list-style-type: none">- 상담신청- GRIT 검사- GRIT 검사 결과조회	진로탐색 <ul style="list-style-type: none">- 적성검사- 희망진로 선택	역량개발 <ul style="list-style-type: none">- 비교과프로그램 신청	실전취업 <ul style="list-style-type: none">- 이력서/자기소개서 작성- 채용정보- 교외행사/모집- 취업교과목- 현장실습습학기제- 조교모집	커뮤니티 <ul style="list-style-type: none">- 프로그램 참여후기- 취업 성공사례 수기- 이력서/자기소개서 샘플- 자료실- Q&A
---	---	---	---	--	--

GRIT 검사

· 학년도 : 2024 ▼

검색

총 1건

NO	회차	참여기간	관리
1	1	2024-03-04 ~ 2025-02-28	<div>참여하기</div>

■ DEU-GRIT-R이란?



■ DEU-GRIT-R이란?

구분	의미	하위요인
Growth 정서적응	일상생활을 건강하게 유지하고, 자신의 내면을 새롭게 성장시켜갈 수 있는 내적 상태	정서안정성 자아존중감 정서조절
Respect 사회적응	대학생이 경험하게 되는 학교생활 및 사회적 상황에서 타인과의 관계를 형성·유지할 수 있을 것이라 기대하고 행동하여 적응해 나가는 것	사회적자기효능감 가족관계유능감 교수관계유능감 또래관계유능감
Insight 학업적응	대학의 학습활동에 적극적으로 참여하고, 학업수행에 방해가 되는 부분을 조절하여 학업적 요구에 성공적으로 적응하는 것	학업탄력성 학업정서관리
Target 진로적응	진로를 결정하는 과정에서 경험하는 불안을 조절하고 이를 토대로 하여 실제적인 진로준비행동을 효과적으로 행하는 것	진로정체감 진로자신감

■ GRIT 검사결과 확인하기

- 동의대학교 DAP시스템에 접속 " <https://dap.deu.ac.kr/> "
- 커리어 > GRIT검사 결과조회

<div> 동의대학교 DAP시스템</div> <div> 공지사항</div> <div> 학생정보시스템</div> <div> 커리어</div>					
마이페이지	상담	진로탐색	역량개발	실전취업	커뮤니티
- 활동 현황	- 상담신청 - GRIT 검사 - GRIT 검사 결과조회	- 적성검사 - 희망진로 선택	- 비교과프로그램 신청	- 이력서/자기소개서 작성 - 채용정보 - 교외행사/모집 - 취업교과목 - 현장실습학기제 - 조교모집	- 프로그램 참여후기 - 취업 성공사례 수기 - 이력서/자기소개서 샘플 - 자료실 - Q&A

GRIT 검사결과 확인하기

DEU-GRIT-R(대학생활적응검사)

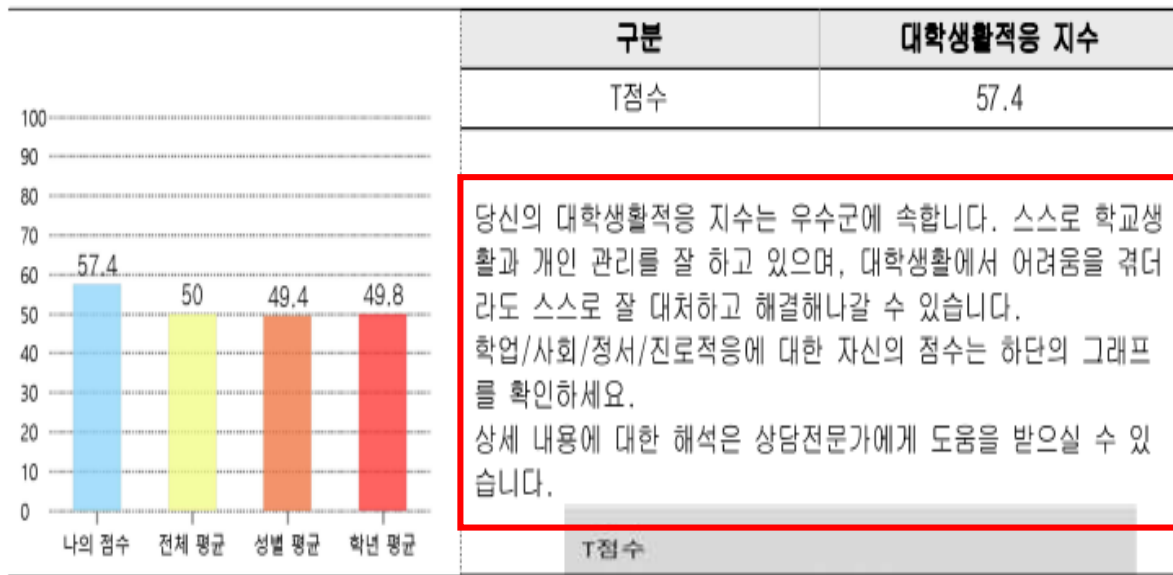
DEU GRIT 검사는 학교생활 중 경험할 수 있는 여러 문제를 해결하는데 도움을 주기 위한 검사입니다.

본 검사는 대학생활적응의 정도를 학업·사회·정서·진로적응으로 측정합니다.

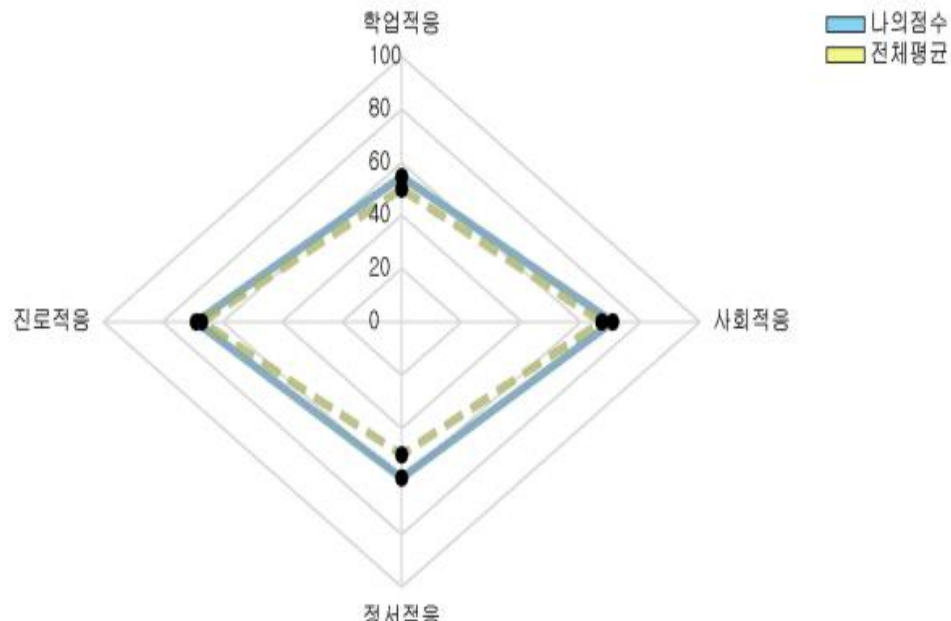
심리검사 실시일 : 2024.03.15 (목)

단과대학	학과	학번
학년	성별	이름

대학생활적응 지수



4영역별 점수



영역	정서적응	사회적응	학업적응	진로적응
T점수	58.8	55.5	54.5	52.7

이 프로파일은 대학생활적응 중 학업·사회·정서·진로적응 지수를 나타냅니다. 점선은 전체 평균 점수를 의미하며, 실선은 당신의 각 영역별 점수를 뜻합니다. 실선이 점선의 외부/바깥에 있을 경우, 자신의 점수가 전체 평균보다 높음을 의미합니다. 실선이 점선의 내부/안에 있을 경우, 자신의 점수가 전체 평균보다 낮음을 의미합니다. 구체적인 해석은 상담전문가에게 도움을 받으실 수 있습니다.

각자 점수에 따른 개별적 해석

■ GRIT 검사결과 해석

- 대학생활적응지수
= 자기주도적 대학생활 지수

현재 속해 있는 대학/학과 환경이 주는 외부 압력을 내가 얼마나 잘 감당하고 있나?

높을수록

- 대학생활은 개인의 통제 안에 있고,
자기주도적으로 대학생활을 재구성/재조직 할 수 있는 상태

낮을수록

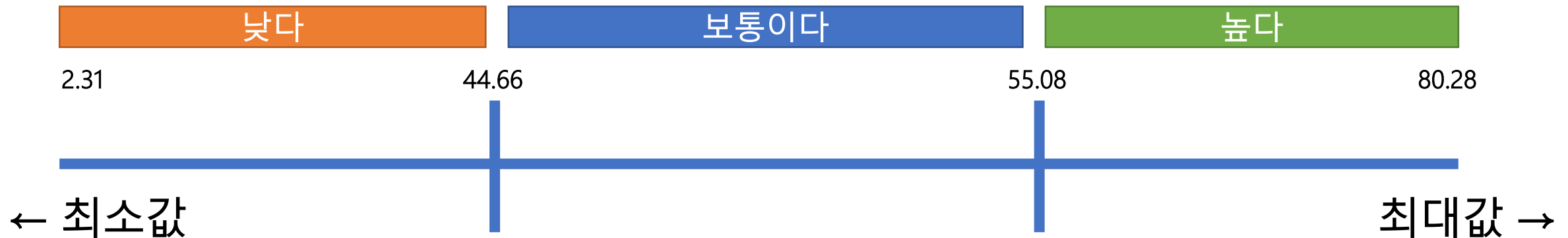
- 대학생활이 자신의 통제 밖에 있어, 주어진 상황에 자신을 맞추다 보니
자기주도성을 발휘할 수 없는 상태

이렇게 될 수 밖에 없는 이유는 무엇일까? = 하위요인 탐색

■ GRIT 검사결과 해석

● T점수의 해석

- 평균 50, 표준편차 10인 정상분포를 이루는 표준점수체계
- 비슷한 또래의 학생들과 비교한 점수로 상대적인 위치를 알 수 있음



GRIT 검사결과 해석

정서적응

정서적응 하위요인별 점수와 결과해석

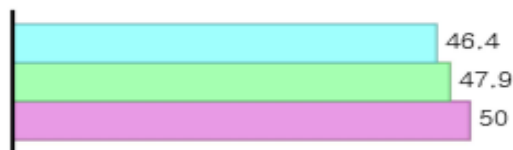
정서적응

하위요인	정서안정성	자아존중감	정서조절
T점수	50.0	56.5	61.6

정서적응 하위요인별 점수와 결과해석

정서적응

정서안정성
자아존중감
정서조절



■ **정서적응** : 자신과 타인의 감정을 이해하려고 노력하는 경향이 있으며, 일상생활에서 스트레스로 인한 어려움이 때때로 있지만 정서적으로 안정감을 유지하려고 노력하는 편입니다.

• **정서안정성** : 대학생활에서 때때로 스트레스를 경험하지만 정서적 안정감을 유지하기 위하여 노력합니다. 어려움이 있을 경우 외부의 도움을 받아 심리적 건강을 회복할 수 있습니다.

• **자아존중감** : 자기 자신에 대한 긍정적인 느낌을 유지하려고 노력합니다. 이는 타인의 평가에 의해 흔들릴 수 있으나, 그럼에도 자신에 대한 긍정적 가치를 발견하고자 합니다.

• **정서조절** : 자신과 타인의 감정이 무엇인지 알아차리고 적절하게 표현할 수 있습니다. 감정을 효과적으로 조절하고 활용하는데는 일부 도움이 필요합니다.

각자 점수에 따른 개별적 해석

를 잘 인식하고 수용하며, 일상생활 스트레스 상황에서도 정서적으로 안정

은 스트레스를 경험하지만 정서적으로 안정감을 유지하고 있습니다. 어려움이 있을 경우 외부의 도움을 받아 심리적 건강을 회복할 수 있습니다.

긍정적인 가치를 인식하고 있습니다. 정서적으로 안정되고 있습니다.

무엇인지 적절하게 인식하고 표출할 수 있으며 이를 효과적으로

이러한 결과는 개인의 특성에 따라 다를 수 있으며, 이를 바탕으로 상담을 받을 수 있습니다.

구분	정서안정성	자아존중감	정서조절
학생 상담 센터	<ul style="list-style-type: none"> 개인상담 심리검사 및 해석상담 정서적응력 향상 집단상담 전문상담 	<ul style="list-style-type: none"> 개인상담 심리검사 및 해석상담 정서적응력 향상 집단상담 	<ul style="list-style-type: none"> 개인상담 심리검사 및 해석상담 정서적응력 향상 집단상담

GRIT 검사결과 해석

● 사회적응

사회적응 하위요인별 점수와 결과해석

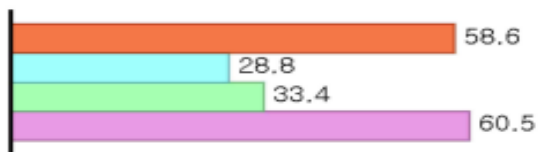
사회적응

하위요인	사회적 자기효능감	가족관계 유능감	교수관계 유능감	동료관계 유능감
T점수	53.8	55.8	55.8	52.9

사회적응 하위요인별 점수와 결과해석

사회적응

- 사회적 자기효능감
- 가족관계 유능감
- 교수관계 유능감
- 동료관계 유능감



■ **사회적응** : 학교생활 및 다양한 사회적 상황에서 타인과의 관계를 보통 수준에서 형성하고 있으며, 스스로 더 만족스러운 관계를 형성하기 위해 노력하고 있습니다.

- **사회적 자기효능감** : 대학생 및 사회적 상황에서 지지적 관계를 형성하여 성공적으로 대인관계를 이끌어낼 수 있다는 기대가 높습니다. 스스로 대인관계에서 필요한 능력을 가지고 있다고 느낍니다.
- **가족관계 유능감** : 가족과의 관계에서 충분한 지지를 얻지 못한다고 느낄 수 있습니다. 이로 인해 가족 내에서 갈등을 경험하거나 외로움, 인정받지 못함 등의 어려움이 있을 수 있습니다.
- **교수관계 유능감** : 교수와의 관계에서 불편함과 어려움을 경험할 수 있습니다.
- **동료관계 유능감** : 대학생에서 친구, 선후배와 관계를 잘 맺고 있으며, 그에 따른 자신감도 있습니다.

사회적 상황에서 주변사람들과 원 사람들에게 사회적 안정감과 친밀

사회적 상황에서 타인과의 상호 공적인 대인관계를 위하여 스스로

에서 어느 정도 신뢰를 형성하고 계를 형성하기 위한 노력이 필요

에서 지지적이고 긍정적인 관계를

친구, 선후배 관계에 큰 어려움은 다. 더 만족스러운 관계를 형성하

다.

구분	사회적 자기효능감	가족관계 유능감	학교내 대인관계 유능감
학생 상담 센터	<ul style="list-style-type: none"> · 개인상담 · 심리검사 및 해석상담 · 또래상담자 양성교육·활동 · 사회적응력 향상 집단상담 	<ul style="list-style-type: none"> · 개인상담 · 심리검사 및 해석상담 	<ul style="list-style-type: none"> · 개인상담 · 심리검사 및 해석상담 · 또래상담자 양성교육·활동 · 사회적응력 향상 집단상담

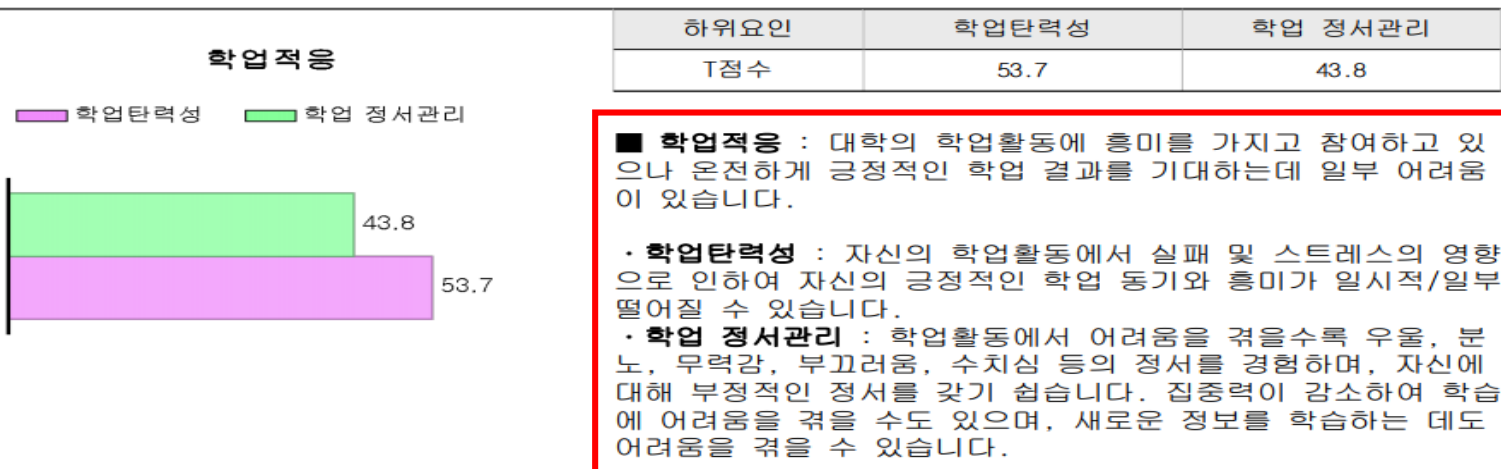
GRIT 검사결과 해석

● 학업적응

학업적응 하위요인별 점수와 결과해석

학업적응	하위요인	학업탄력성	학업 정서관리
	T점수	63.3	43.8

학업적응 하위요인별 점수와 결과해석



에 흥미가 있으며, 학업을 효과
활동에 적극적으로 참여하고 만
다.

동에서 일시적으로 경험하게 되
할 수 있으며, 자신의 학업활동
니다.

서 어려움을 겪을수록 우울, 분
등의 정서를 경험하며, 자신에
습니다. 집중력이 감소하여 학습
, 새로운 정보를 학습하는 데도

★ 각 영역별 성장을 위하여 학교내 기관에서 제공하는 아래의 프로그램을 참여하실 수 있습니다.

구분	학업탄력성		학업 정서관리	
학생상담 센터	· 개인상담 · 학업적응력 향상 집단상담	· 심리검사 및 해석상담 · 동기강화 지원·코칭상담	· 개인상담 · 학업적응력 향상 집단상담	· 심리검사 및 해석상담 · 동기강화 지원·코칭상담
교수학습 지원센터	· DEU 학습컨설팅 · DEU 학습법특강 · 장학생 토크콘서트	· DEU 학습심리검사 · TREE 공모전	· 기·지·개 · 소·우·파 · 전공 Buff 프로그램	· D·D·R · 전공튜터링 · 창·문

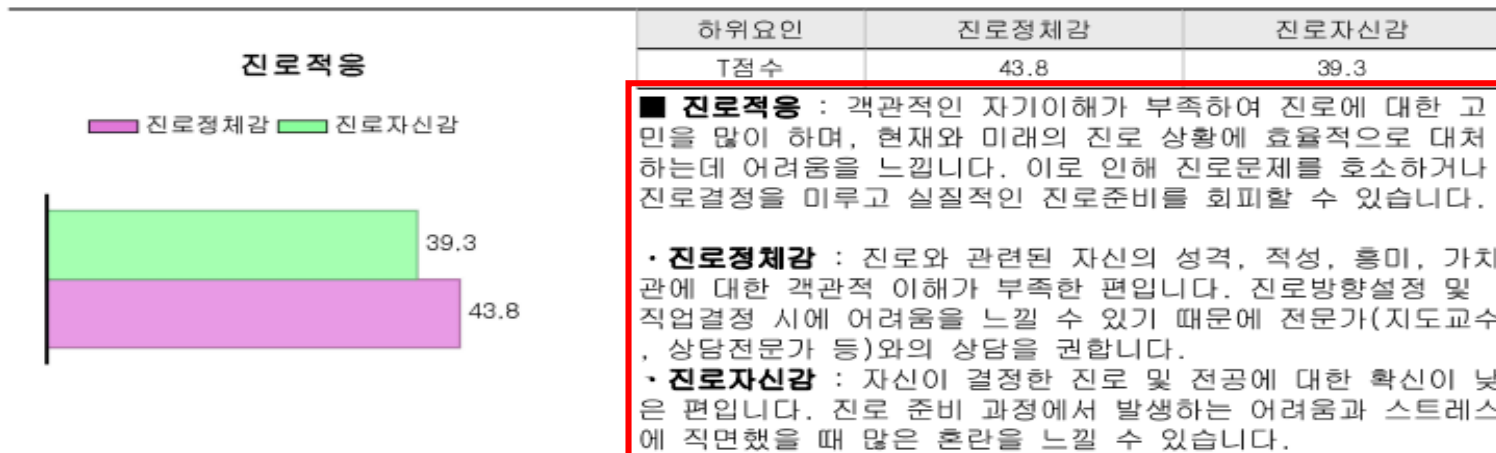
GRIT 검사결과 해석

진로적응

진로적응 하위요인별 점수와 결과해석

진로적응	하위요인	진로정체감	진로자신감
	T점수	46.0	59.3

진로적응 하위요인별 점수와 결과해석



를 바탕으로 자신의 진로결정하는 직업세계에 적응하고자 노력합니다.

신의 성격, 적성, 흥미, 가치 있는 편입니다. 자신에 대해 직업결정 시에 활용하고자 노력

로 및 전공에 대한 확신이 높에서 발생하는 어려움과 스트레스로 대처합니다.

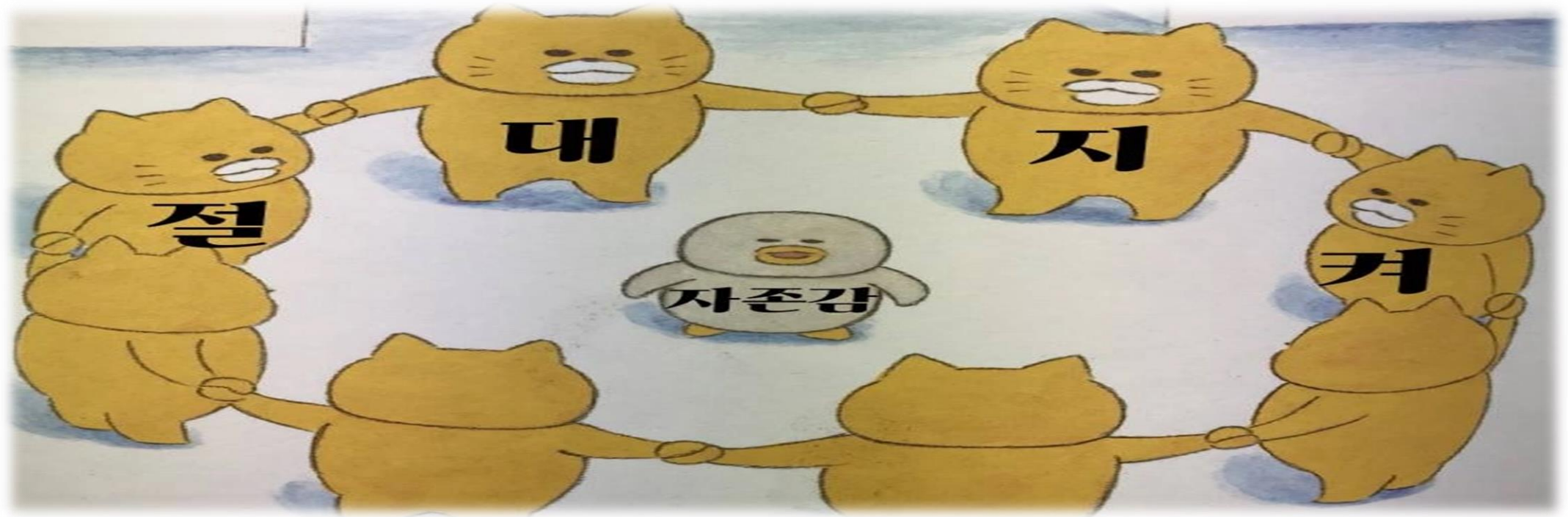
** 각 영역별 성장을 위하여 학교내 기관에서 제공하는 아래의 프로그램을 참여하실 수 있습니다.

구분	진로정체감	진로자신감
학생상담센터	<ul style="list-style-type: none"> · 개인상담 · 심리검사 및 해석상담 · 진로적응력 향상 집단상담 · 동기강화 지원·코칭상담 · FOCUS 집단상담 	<ul style="list-style-type: none"> · 개인상담 · 심리검사 및 해석상담 · 진로적응력 향상 집단상담 · 동기강화 지원·코칭상담 · FOCUS 집단상담
학생지원처	<ul style="list-style-type: none"> · 진로·취업동아리 · 진로특강STAR · 직업선호도 검사 및 해석 · 맞춤형 진로상담 · 진로집단상담 동의행진 	<ul style="list-style-type: none"> · 진로특강STAR · 밀착형 진로상담 · 직무역량향상 프로그램

■ GRIT 검사결과 해석

● 자신의 결과를 해석할 때 주의할 점

- 점수는 내 존재 자체가 아니다.
- 이 점수는 언제든지 변화 가능하며, 고정된 값이 아니다.
- 검사 결과는 시험점수가 아니며, 현재 시점에서 자신의 상황적인 상태가 나타나는 것



■ 대학 내 상담전문기관 : 학생상담센터

프로그램 안내 1

개인상담

신청방법

DAP 시스템 로그인 → 커리어-상담-상담신청 → 학생상담센터
→ 배현규 선생님-상담신청 → 예약 날짜 및 시간 선택

신청이후

접수면접 일정 안내 받기(890-1782)
→ 방문 후 접수면접 진행 → 상담사 배정 및 개인상담 진행

모든 상담내용은 내담자의 동의 없이 공개하지 않습니다.

★ 비밀 보장 ★

프로그램 안내 2

심리검사 및 집단해석

MBTI
성격유형검사

에니어그램
성격유형검사

CST
성격강점검사

U&I
학습유형검사

신청방법

DAP 시스템 로그인 → 커리어-역량개발
→ 비교과프로그램신청 → 입력한 메일주소로 검사 실시 코드 받기
→ 해석상담 안내 받기(온/오프라인) → 프로그램 수료

★ MBTI만 비교과 마일리지 지급됩니다. ★

■ 대학 내 상담전문기관 : 학생상담센터

프로그램 안내 3

집단상담

GRIT-UP 집단상담

- 자기 성장
- 대인 관계
- 정서 조절
- 학업 불안

편입/전과/복학생 대상 FOCUS 집단상담

- 진로 자신감
- 정서 조절
- 학과 적응

신청방법

DAP 시스템 로그인 → 커리어-역량개발
→ 비교과프로그램신청

★ 집단 상담 수료 시 마일리지 지급. ★

프로그램 안내 4

워크숍 및 특강

2023학년도 학생 대상 특강

마음봄 아크릴화
자살예방교육
학업특강

신청방법

DAP 시스템 로그인 → 커리어-역량개발
→ 비교과프로그램신청

★ 다양한 심리 및 정서 영역의 전문가를 만날 수 있는 기회 ★

★ 24년에도 많은 관심 부탁드립니다. ★

■ 대학 내 상담전문기관 : 학생상담센터



● 대학 구성원 대상 심리상담 서비스 제공

: 개인상담 및 심리검사
성격 및 적성 탐색
집단상담 프로그램 개발 및 운영
정신건강 지원, 위기 개입

● 각종 실태조사 및 연구

: 신입생 실태조사
재학생 실태조사
대학생 심리 건강 관련 실태조사

● 예방교육 및 특강, 세미나 실시

: 성폭력 예방, 자살 예방 교육
정신건강 특강

감사합니다 😊



동의대학교 학생상담센터
DONG-EUI UNIVERSITY STUDENT COUNSELING CENTER