

# 간호대학생의 대학생에서의 정서경험

홍주은<sup>1</sup> · 송명경<sup>2</sup>

동양대학교 간호학과 조교수<sup>1</sup>, 안동과학대학교 간호학과 조교수<sup>2</sup>

## Emotional Experiences of Nursing Student's College Life

Hong, Ju Eun<sup>1</sup> · Song, Myeong Kyeong<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Assistant Professor, College of Nursing, Dongyang University, Yeongju

<sup>2</sup>Assistant Professor, Department of Nursing, Andong Science College, Andong, Korea

**Purpose:** The objective of this phenomenological study was to explore nursing students' emotional experiences in the school life. **Methods:** Twenty-four nursing students participated in the study. Data were collected from May 2017 to February 2018 using focus group interviews and later analyzed using the Colaizzi's method. **Results:** In our study, 311 meanings were obtained from the participants, including 19 sub-themes and seven theme clusters. The seven theme clusters were; 'looking back on the past,' 'face to reality,' 'recognizing me,' 'anxiety about uncertainty,' 'nursing student's way,' 'looking around,' and 'patting for my mind.' The emotional experiences of nursing students in college life were classified into four categories: 'self-reflection for growth,' 'discovery for growth,' 'hoping for growth,' and 'search for the growth.' **Conclusion:** Although nursing students may be equally exposed to anxious and stressful situations, their activities, adaptability and levels of achievement vary depending on emotional experiences of each person. Considering the continuous curriculum of nursing, it is necessary to develop emotional management strategies and relevant training programs considering different types and levels of emotional issues for the nursing students.

**Key Words:** Students, Nursing; Emotions; Qualitative research

### 서론

#### 1. 연구의 필요성

대학시절은 생애주기 상의 발달단계 중 청소년 후기에서 초기 성인기에 해당되는 시기로 가정과 사회의 보호를 주로 받던 입장에서 자기 선택권이 점차 커지고 그에 따른 책임을 져야 하는 위치로 변화되어가는 과도기이다. 특히 우리나라의 대학생들은 입학과 동시에 고등학교와는 전혀 다른 생활환경에 놓여

독립적이고 자율적인 생활방식으로 갑작스런 전환을 해야 하는 상황에 처하게 된다[1]. 또한 증가하는 청년실업률로 인해 치열한 경쟁사회로 돌입할 수밖에 없어 동시에 극심한 취업 스트레스를 겪게 된다. 반면 간호대학생은 타 학과 학생에 비해 취업률이 높아 상대적으로 취업에 대한 부담감이 적고 비교적 급여수준도 높은 편이므로 최근 성별과 무관하게 지원률이 높게 나타나고 있다[2].

간호학과 입학자 수는 지속적으로 증가하여 2018년 기준 4년제 간호학과 입학정원은 전문대학 9,789명, 일반대학 9,222

**주요어:** 간호학생, 정서, 질적 연구

**Corresponding author: Song, Myeong Kyeong** <https://orcid.org/0000-0002-4069-4911>

Department of Nursing, Andong Science College, 189 Seoseon-gil, Seohu-myeon, Andong 36616, Korea.  
Tel: +82-54-851-3551, Fax: +82-54-851-3530, E-mail: songmirror@asc.ac.kr

- This research was supported by Research Program To Solve Social Issues of the National Research Foundation of Korea (NRF) funded by the Ministry of Science and ICT (No. 2017R1C1B1005347).

Received: Nov 2, 2018 | Revised: Dec 26, 2018 | Accepted: Jan 27, 2019

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

명으로 나타나 총 19,011명으로 파악된다[2]. 뿐만 아니라 타 분야의 4년제 대학을 졸업한 학사학위 취득자가 취업을 위해 전문대학 간호학과로의 유턴입학을 하는 경우도 해마다 증가하고 있어 2016년 536명에서 2018년에는 753명으로 보고되고 있다[2].

그러나 입학 후 간호대학생은 엄격한 교과과정, 과중한 학습량, 환자에 대한 책임감, 고통이나 죽음에의 직면으로 인한 스트레스, 다양한 임상 상황에서의 실습수행을 비롯하여 간호사 국가시험에 대한 심리적 부담감과 급격한 의료기술의 변화 등으로 타 전공 대학생에 비해 더 높은 수준의 스트레스를 경험한다[3]. 또한 최근 보건의료현장에서는 간호사의 역할 확대대로 의료인으로서 과학적 지식에 근거하여 스스로 의사결정을 할 수 있는 비판적 사고성향, 의사소통능력, 문제해결능력 등의 다양한 자질이 요구되므로 대학생활 적응에 어려움을 겪고 있다[4]. 즉, 타 학과 학생에 비하여 취업에 대한 부담감이 적은 만큼 대학생활에서 경험하는 어려움은 크다고 할 수 있다. 그러므로 그들이 대학생활을 통해 경험하는 정서가 어떠한가를 파악하는 것은 개인의 정신건강 증진과 학과 적응에 긍정적 영향을 미치는 데 있어서 중요하다 하겠다.

정서(emotion)란 개인이 현재 가지고 있는 감정 상태로서, 매 순간 다양한 삶의 현장에서 인지하든 그렇지 못하든 경험하게 된다. 정서는 행동이나 인지과정에서의 결과입과 동시에 행동의 원인이 되기도 하고, 그 자체로서 정신건강을 의미하기도 한다[5]. 정서는 생각을 이끌어내고 행동에 대한 동기를 부여하며, 개인의 생각과 의도에 관한 정보전달과 의사소통을 촉진시켜 자신의 사회적 환경을 이해하고 관리하는 데에 도움을 준다[6]. 정서를 적절히 활용하면 많은 문제 상황에서 적응적으로 반응하고 심리적 안녕감을 증진시킬 수 있으므로[6] 무조건 인내하고 억누르며 견디기보다는 자연스럽게 인정하고 조절함으로써 건강한 자가관리 능력을 갖추도록 할 필요가 있다. 또한 정서의 표현은 앞으로 일어날 행동에 대한 신호기능을 하고 신체적 반응을 생성하여 상황에 필요한 대처를 하도록 도와주므로[7] 자신이 경험하는 정서를 명확히 인식하고 수용하는 능력을 가짐으로써 심리적 소진을 감소시킬 수도 있다. 이처럼 정서 경험에 대한 이해와 표현은 심리적 안녕감과 대인관계, 스트레스 대처 등에 긍정적인 영향을 주는 것으로 알려져 있다[8].

간호대학생의 경험은 대학생으로서의 정서를 드러냄은 물론 다른 사람을 돕는 예비간호사로서의 생각과 느낌을 나타낼 것으로 생각된다. 그러므로 간호대학생의 긍정적 정서 향상을 위한 체계적인 교육 전략과 적극적인 노력이 요구되며[9], 이들의 정서경험에 대한 이해가 필요하다. 개인의 정서를 이해하

지 못하는 것은 개인의 심리장애에 영향을 줄 뿐만 아니라 타인의 정서에 공감하지 못하는 것으로 이어져 대인관계에도 부정적인 영향을 줄 수 있기 때문이다. 따라서 간호대학생들의 대학생활에서의 정서경험은 사회·심리적 적응에 매우 중요한 요소로서 특히 전인간호 실천을 위한 전문성을 쌓아가는 간호대학생들에게는 더욱 의미가 있다. 간호대학생의 우울, 스트레스, 분노 등의 정서와 관련된 선행연구들은 주로 양적 연구로 수행되었으므로[10] 일반화되고 정형화된 질문들 외에 개별적인 정서경험의 본질을 파악하는 것이 필요하다.

이에 본 연구는 일개 대학교 간호학과에 재학 중인 학생들의 주요 정서를 바탕으로 간호대학생이 대학생활에서 경험하는 정서의 본질이 무엇인지를 깊이 있게 파악하고 통찰하고자 하며, 이를 통하여 향후 간호대학생의 긍정적인 대학생활에의 적응을 위한 프로그램 개발의 근거자료로 활용하고자 한다.

## 2. 연구목적

본 연구의 목적은 간호사가 되어가는 과정에 있는 간호대학생들이 대학생활에서 경험하는 정서는 무엇인지 살펴보고 그 본질적 의미를 심층적으로 이해하고자 함이다. 이에 본 연구에서 다루고자 하는 구체적인 연구문제는 “간호학생이 학교생활에서 경험하는 정서는 어떠한가?”이다.

## 연구방법

### 1. 연구설계

본 연구는 간호대학생들이 대학생활에서 겪는 다양한 정서를 파악하여 긍정적인 대학생활에의 적응을 돕기 위한 프로그램 개발의 필요에 대한 경험적 의미를 드러내고자 포커스 그룹 면담을 시행하고, 참여자 경험의 의미와 본질을 파악하는 것을 목적으로 하는 Colaizzi의 현상학적 연구방법을 적용한 질적 연구이다[11].

### 2. 연구대상

본 연구는 일개 대학에 재학 중인 간호대학생을 대상으로 4학년의 경우는 취업 및 국가시험과 관련된 스트레스에 직면해 있음을 감안하여 대상에서 배제하였고, 3학년은 임상실습 상황에서의 특수성을 고려하여 임상실습 이전의 학생들을 대상으로 하였다. 대상군의 선정은 포커스 그룹의 장점을 살려 그

룹 내에서의 상호작용이 활발할 수 있는 학생들로 성별에 상관 없이 10명 안팎으로 편성하였다[12]. 최종적으로 총 24명의 대상자들이 선정되었고, 참여자들이 자유롭게 이야기할 수 있도록 친밀한 참여자들을 같은 그룹에 배정하여 3개의 포커스 그룹을 구성하였다. 연구참여자의 수는 A그룹 12명, B그룹 8명, C그룹 4명이었고, 1학년 12명, 2학년 8명, 3학년 4명이었다.

### 3. 윤리적 고려

본 연구는 연구참여자를 윤리적으로 보호하기 위해 소속 기관의 생명윤리위원회의 승인 하에 연구를 수행하였다(1041495-201703-HR-04-01). 연구참여자의 모집에 있어 연구의 목적, 방법, 연구과정과 불참으로 인하여 어떠한 불이익도 없음을 설명하고, 본 연구에 자발적으로 참여하고자 하는 경우에 한하여 설명서와 동의서를 받은 후 최종 선정하였다. 연구를 위한 자료수집방법으로 면담이 진행되며, 면담 시 자료 누락을 막기 위해 녹음과 기록이 될 것을 설명하였다. 자료수집과 관련하여 예상소요시간과 면담횟수, 면담장소, 필요시 추가 자료수집의 가능성을 설명하였다. 면담 내용은 연구목적 이외에는 사용하지 않을 것이며, 연구 종료 후에는 일정기간 보관 후 폐기될 것임을 설명하였다. 연구참여자에 대한 익명성 보장과 연구 중이라도 자발적으로 참여를 거부할 권리가 있고, 어떠한 불이익도 없을 것이며 출판 가능성을 포함하는 내용을 구두와 서면으로 설명하고 자발적인 동의서를 받았다. 모든 연구참여자에게는 연구참여 중에 감사의 의미로 소정의 사례를 제공하였고, 본 연구가 종결된 이후에도 연구결과를 바탕으로 참여자들을 위한 개별 심층 상담 및 집단 상담을 제공하였다.

### 4. 자료수집

본 연구의 대상자들은 일개 대학교 간호학과에 재학 중인 1학년 12명과 2학년 8명, 3학년 4명으로 연구자는 모집단 전체에게 연구의 목적과 필요성, 참여방법, 소요시간 등을 포함하는 안내문을 공지하고, 자발적으로 지원한 학생 24명을 최종 선정하였다. 각 그룹의 참여자들이 편안하게 느끼는 시간에 학교 강의실 및 휴게 공간, 교수 연구실 등에서 인터뷰를 진행하였다. 자료수집 시기는 2017년 5월부터 2018년 2월까지였고, 인터뷰 횟수는 그룹별로 1~2회 이상, 각 인터뷰는 90~120분 정도 소요되었다.

인터뷰는 참여자들이 서로 간단히 소개한 후 편안하게 이야기를 나눌 수 있도록 최근 학교생활을 비롯한 일상경험은 어떠

한지를 묻는 질문으로 시작하여 자연스럽게 떠오르는 정서에 대한 경험을 질문하였다. 구체적으로는 “요즘 어떤 기분이나 정서를 느끼나요?”, “간호대학생으로서 평소에 어떤 정서를 느끼세요?”, “간호대학생이 된 후 개인의 정서로 인한 영향은 어떤 것이 있나요?”, “그러한 정서에는 무엇이 필요하다고 생각하나요?”, “긍정정서 개발을 위한 기술에 대한 생각과 느낌, 경험이 있다면 이야기해주세요.” 등의 주요 질문으로 면담을 이어갔다. 이야기가 특정한 주제에서 정체되거나 연구의 주제와 다른 방향으로 진행될 때 “그러한 정서는 언제 또는 어떤 상황에서 경험하게 되나요?”와 같이 전환질문 등을 활용하였다. 특히 인터뷰 중에 공통으로 나오는 경험에 대해서는 “그 경험은 무엇을 의미합니까?”의 질문으로 환기시켰으며, 심층적인 이해를 돕기 위해서 “그와 관련된 이유가 무엇이라고 생각하십니까?” 또는 “그런 상황에서 어떻게 대처하였는지 이야기해주세요.” 등의 추적 및 탐사 질문을 하였다. 인터뷰가 끝나는 시점에서는 “지금 나눈 이야기들 외에 추가로 떠오르는 생각이나 느낌, 경험이 있다면 더 이야기해주세요.” 등의 마무리 질문으로 종료하였다.

포커스 그룹 인터뷰는 질적 연구 경험과 개별면담 및 정신건강 상담 경력을 가진 연구자에 의해서 진행되었고, 참여자가 학생인 점을 고려하여 수업과 과제, 시험 등의 상황을 배려하였다. 참여자들은 친밀한 동기들과의 편안한 자리에서 제시받은 질문들에 대한 이야기를 자연스럽게 나누었고, 연구자는 간혹 이야기의 진행이 멈추거나 연구목적과 다른 방향으로 흐를 때 준비된 질문들을 맥락에 맞게 활용하였다. 면담 내용은 참여자의 동의 하에 스마트폰의 녹음기능을 활용하여 음성녹음을 하였으며, 인터뷰가 종결된 후에 참여자의 언어 그대로 필사하였다. 연구자는 각자 인터뷰 상황과 참여자들의 중요한 특징을 이해할 수 있도록 인터뷰 중에 메모를 작성하였다.

### 5. 자료분석

본 연구는 참여자들의 진술내용에서 명확한 의미를 찾아진술하려는 Colaizzi 등[11]의 현상학적 방법에 근거하여 분석하였다. 1단계에서 연구자는 면담 상황을 떠올리면서 필사된 기술들을 반복하여 정독했고, 2단계에서는 연구자가 의미 있다고 생각되는 부분에 밑줄을 그어 간호학생의 정서 경험과 관련된 주요 진술을 311개 도출하였다. 3단계는 도출된 의미진술들을 좀 더 일반적이고 추상적인 형태로 재진술하여 34개의 하위 주제로 분류함으로써 그 안에서 의미와 맥락을 발견하고자 하였다. 4단계에서는 하위주제들 간의 유사성과 차이를 비교하

면서 19개의 주제와 7개의 주제모음, 4개의 범주로 구조화하였고, 5단계는 주제모음들이 나타내는 현상에 초점을 두어 포괄적으로 기술하였다. 6단계는 간호학생의 정서 경험으로 확인된 주제, 주제모음 및 범주의 설명을 통해 현상학적 글쓰기를 하였으며, 7단계는 분석된 단계의 타당성을 높이기 위해 참여자들에게 분석결과를 보여주어 연구자가 기술한 내용과 분석결과가 그들의 경험과 일치하는지를 확인하였다.

## 6. 연구의 엄격성과 신뢰성 확보

본 연구의 엄격성을 높이기 위해 Guba와 Lincoln [13]이 제시한 사실적 가치(truth value), 중립성(neutrality), 일관성(consistency), 적용성(applicability)에 근거하였다. 연구자가 기술하고 분석한 결과는 일부 참여자들에게 전자우편과 직접 면담을 통해 확인하는 과정을 거쳐 사실적 가치(truth value)를 높이고자 하였다. 또한 중립성(neutrality)을 유지하기 위해 연구에 대한 선이해, 개인적 편견과 판단을 배제하였고, 분석과정과 결과에 대한 내용을 본 연구에 참여하지 않은 질적 연구 경험이 풍부한 간호학 교수 1인에게 검증받음으로써 연구의 일관성(consistency)을 높이고자 하였다. 연구자는 간호대학생이 대학생활에서 겪는 정서경험에 대한 본질을 탐색하여 긍정적인 적응을 돕기 위한 프로그램 개발의 기초자료를 제공하고자 하였으므로 적용성(applicability)을 높이고자 하였다.

**Table 1.** Categorization of Study Findings

Categories	Theme clusters	Sub-themes
Self-reflection for growth	Looking back on the past	· Joys and sorrows of high school · Looking back, regrets
Discovery for growth	Facing the reality	· Feeling sorry because my parents are not interested in me · Coexistence of feeling of freedom and burden
	Recognizing me	· Shrunken myself · Changing realistically · Becoming maturity
	Having anxiety about uncertainty	· Desolation of a blank slate · Inevitable anxiety · Anxiety about employment
	Nursing student's way	· Difference between expectation and reality in nursing · Tight routine of nursing student · Hope for the reward after the trouble
Hoping for growth	Looking around	· Ambivalence toward parents · Ambivalence toward one's colleagues · Expectations for education
Search for growth	Patting for my mind	· Finding one's own way · Togetherness with my favorite people · Finding of gratitude

## 7. 연구자 준비

본 연구의 연구자는 간호학 교수로서 여러 편의 질적 연구결과를 학위논문 및 학술지로 출간한 경험이 있으며, 질적 연구회에서 주관하는 세미나 참여를 통하여 지속적으로 질적 연구자로서의 자질 향상을 위한 노력과 성찰을 하고 있다.

## 연구결과

연구참여자 24명으로 구성된 3개의 그룹으로부터 얻은 원 자료를 통해 추출한 의미 있는 진술은 311개였다. 이 중 유사한 의미진술을 통합하여 19개의 주제가 도출되었고 7개의 주제모음과 4개의 범주로 구조화할 수 있었다. 7개의 주제모음은 ‘과거를 돌아봄’, ‘현실과 마주함’, ‘나를 알아감’, ‘불확실성에 대한 불안’, ‘간호학생의 길’, ‘주위를 바라봄’, ‘내 마음 다독임’으로 도출되었다(Table 1).

### 1. 성장을 위한 반성

#### 1) 과거를 돌아봄

##### (1) 고교시절의 기쁨과 슬픔

본 연구의 참여자들은 간호대학생이 된 후 고교시절을 돌아보며 자유롭고 재미있었던 일들과 억압적이고 통제 받았던 일

들을 함께 떠올리고 있었다. 참여자들이 느끼는 이러한 긍정적 인 정서와 부정적인 정서는 졸업한 고등학교의 특성에 따라 다르게 나타났다.

저는 학교를 되게 자유롭게 다녀갔고 부모님도 학교가 좀 자율성 있는 학교다 그러셨던 것 같아요. 재밌게 다녔어요.(Group A)

개성을 살려주는 학교도 많아지긴 한데 각각의 그 성격이나 이런 걸 똑같은 방법과 똑같은 규율로 통제를 하고 억압을 하니깐. 쇠창살이라고 느껴질 수 있는 게, 특성을 살려주는 학교 안에서도 그 개개인이 서로 안 맞는 게 있어요. 학생들과 선생님들 간에 관계에서도요.(Group A)

진로에 따라서 좀 다른 것 같아요. 그니까 공고 쪽으로 가면 쇠창살같이 안 느껴질 수도 있는데.(Group B)

저희 학교는 초기에는 날라리 학교 막 이런 식으로 소문이 나기도 했었어요. 학교가 워낙 규율이 자유롭다보니까 감옥 같다고 보기보다는 좋은 추억이 될 수 있는 정도라고 생각했어요.(Group B)

안 좋다고 생각을 했던 게 기숙사에서는 정해진 시간이 있고 그 시간 안에 안 자면 사감선생님이 뭐라고 그러고. 깨우러 돌아다니면서 문 두들겨요. 안 나가면 벌점 주고. 너무 억압적이어서 쇠창살이라고 생각하기도 했는데... (Group C)

## (2) 지난 시간에 대한 아쉬움과 후회

참여자들은 고교 재학시절 대입 수학능력시험 이후 대학입학 전까지의 긴 시간을 의미 없이 보낸 것에 대한 아쉬움의 정서를 드러내고 있었다. 특히, 수시전형으로 대학에 합격한 학생의 경우 대학입학을 위한 준비 없이 많은 시간을 무의미하게 흘려보내고 대학에 입학한 것에 대하여 후회하고 있었다.

대학에 들어오기 전이 황금기간이나 마찬가지로 않아요. 수시로 온 애들은 맨날 놀다가 학교 와서 펜 잡으니까 손가락도 아프고 뭘 어떻게 해야 될지 모르겠고. 수시로 입학한 경우는 더 일찍 풀리잖아요.(Group A)

대학교 1학년 3월에 제일 많이 했던 말이 '나 펜 다섯 달 만에 잡았다' 얘기였던 것 같아요. 다섯 달 동안 펜도 한번 안 잡다가.(Group B)

거저죠, 수능만 보면 다 된다... 그래서 수능 끝나면 고빠가 풀리는 거죠. 이제 그러다가 다시 대학교 때 잡아야 되는데... 안 그러고 오히려 풀어버리니까.(Group C)

## 2. 성장을 위한 발견

### 1) 현실과 마주함

#### (1) 관심이 옮겨짐에 대한 서운함

연구참여자들은 대학입학 후 고교시절 자신에게 향했던 부모님의 관심 대상이 더 이상 자신이 아닌 다른 대상으로 옮겨짐에 대하여 서운함을 느끼고 있었다. 간섭으로 느껴지던 지나친 관심이 오히려 그리워지고, 자신보다 다른 형제자매를 더 챙기며, 자주 집에 가는 것을 귀찮게 여기는 듯한 부모님에 대하여 섭섭함을 나타내기도 하였다.

예전에는 간섭하면 그냥 간섭하지 말라고 막 그랬는데, 오히려 안하니깐 뭔가 시원섭섭한 그런 느낌.(Group A)

다음 날에 전화 와서 전할 받아마자, 바로(군대에 간) 오빠한테 편지 썼어? 이게 먼저 나와 갖고 나도 떨어져 있는데 엄마한테 좀 서운하더라고요. '엄마는 나 전화 받아마자 오빠만 찾냐'고 했죠.(Group B)

저는 집에 오지 말라는 말이 되게 서운하던데. 저는 집에 가고 싶고 엄마도 보고 싶은데 오지 말라고 그러셔서. (Group C)

#### (2) 해방감과 부담감

참여자들은 대학생이 되면서 고등학교 때까지의 엄격한 규율에서 벗어나 갑작스레 마주한 자유로움과 책임감에 해방감과 부담감을 함께 느끼고 있는 것으로 나타났다. 특히, 대학생 초기에는 해방감을 많이 느끼고 있었다.

처음에는 기대감이 되게 컸는데 자취하니까 밤새 술 먹고 누가 뭐라 할 사람도 없고 그래서 좋았는데.(Group A)

대학 와서 해방감 같은 기분은 계속 드는 것 같아요.(해방감 같은 그 기분은) 주기적으로 몇 번 왔다갔다 일정하지 않게.(Group A)

초반에 해방감이 더 컸다고나 할까요? 저는 처음에는 해방감이라는 것이 되게 좋았는데 나중에는 책임져야 할 일들이 많다고 느끼니까 좀 무섭다고 해야 하나... 부담이 있었어요.(Group B)

### 2) 나를 알아감

#### (1) 위축되는 나

연구참여자들은 스스로가 정한 기대치에 미치지 못하는 자신의 모습에 실망하고, 소위 유명세가 있는 대학에 들어간 친구

를 보며 위축감을 느끼고 있었다. 원하던 간호학과에 입학하였으나 좋은 대학에 들어간 친구를 부러워하고 더 당당하다고 생각하고 있었다. 또한 대학생활을 열심히 해야겠다는 욕심으로 여러 가지 활동을 하고 있으나 생각만큼 따라주지 않는 현실 때문에 스트레스를 받고 불안과 우울, 자괴감의 정서를 경험하고 있는 것으로 나타났다.

대학교는 네임 같은 게 있잖아요. 그러다 보니까 괜히 위축되는 기분이 들어요. 저는 서울에서 다니던 애잖아요. 서울 가면 다 서울에 있는 대학교를 다니는 애들이라서... 괜히 제가 뭔가 한 게 없는 것 같은 기분이 들어요. 괜히 좋은 학교를 간 애들이 부러울 때가 많아요. 뭔가 더 당당해 보이고 그런 게 있어요.(Group A)

처음에 피했어요. 제가 위축되는 모습이 너무 싫어서 처음에 안 만났는데 고등학교 때 성적이 대학으로 결과가 나타난 거잖아요? 지금 제(대학에서) 성적이 그런 건 아니니까.(Group B)

그냥 해야겠는데 하기는 싫고 막 나태해지고. 이런 내가 싫고 자괴감이 들고.(Group B)

지금 굉장히 우울해요. 왜냐면 하는 일은 많은데 그 일이 내 능력에, 힘에 부치는 것 같아서. 내가 능력이 안 되는데 괜히 또 일만 많이 받아가지고, 난 자기관리도 못하는 데 심지어 너무 힘들니까 자기관리 못하고 진짜 잠도 부족하고... 피곤하고 할 일은 너무 많아요.(Group C)

## (2) 현실적으로 변해가는 나

연구참여자들은 대학생이 되자 고등학교 때와는 달리 현실적이 되어가는 자신을 발견하였다. 동료들에게 자신의 속마음을 드러내기보다는 말을 아끼고, 자신에게 불리한 상황은 숨기며 스스로 이기적이라는 생각을 할 정도로 변해가는 자신을 느끼고 있었다.

좋게 생각을 하려고 했었는데. 내가 착하면 당하니까 나도 내 말 안하고 그냥 숨겨요. 옛날에는 다 알려주고 그랬거든요. 근데 자기들만 살겠다고 그러니까 나도 이제 안 해요.(Group C)

사람이 현실적이 되어가는 것 같아요. 일단 부정적이든 긍정적이든 그런 생각들이 나를 좀 더 현실적으로 만들어 주는 것 같고 이기적으로 되는 것 같기도 한데, 그냥 현실적인 쪽으로 생각을 많이 하게 되는 것 같아요.(Group C)

## (3) 성숙해가는 나

연구참여자들은 적성이나 선호도를 고려하지 않고 단순히 유명세 있는 좋은 대학에 입학한 친구들이 학과에 적응하지 못하고 휴학을 생각하거나 다시 대입시험을 준비하는 모습을 보며 자신을 대견스럽게 생각하게 되었다. 또한 고등학교 때까지는 부정적으로 보였던 사물과 현상들에 대하여 생각이 넓어지고 스스로를 성인으로 인식하고 있었으며 사회에 대해서도 책임감을 느끼고 있었다.

친구들이 좋은 학교는 갔는데 자기가 원하는 과에 못간 애들이 많더라고요. 벌써부터 휴학 얘기가 나오고 이 길이 내 길이 아닌 것 같다고 생각하는 애들도 많고. 근데 저는 간호학과에 되게 오고 싶어서 전부터 친구들한테 말했었는데 ‘너는 원하는 과라 좋겠다’ 이런 얘기를 들으면 괜히 ‘재네들보다 내가 더 괜찮은 길을 선택했구나!’ 싶기도 하고...(Group A)

고등학교 때는 기숙학교를 다녀가지고 쇠창살이라고 느껴졌는데... 지금 보면 울타르네 그때는 쇠창살이라고 느껴진 것 같아요.(Group A)

대학교 와서 제일 좋은 게 시험문제가 저의 생각을 적는 거예요... 이렇게 생각할수록 제 영역들이 뭔가 좀 넓어지는 것 같은 느낌이 들어요.(Group A)

이제 어른이니까 고등학교에 비해서는 내가 사고하는 시간, 생각하는 시간이 많아진 것 같아요. 듣는 경우도 많아지고.(Group B)

수업 때도 무조건 외우는 게 아니라 자기가 생각해서 직접 쓰고 말하는 게 많으니깐 좀 더 이렇게 보는 시야도 넓어지고 그런 것 같아요...(Group B)

지금 우리는 생각하는 시기라고 생각해요. 고등학교는 답이 정해져 있고 정답에 중점적이었는데 대학생활은 저희가 답을 찾아가야 하는 거잖아요. 중학교, 고등학교 때는 그냥 다녔는데 대학교 와서 진짜 내 속을 볼 수 있었던 점...(Group B)

고등학교 때는 대선을 해도 투표를 안 하니까 별로 못느꼈는데, 저희가 투표를 하고 찍은 사람이 되거나 안 되거나 하잖아요. 그에 대한 책임감이 커지는 것 같아요. 사회에 대한 책임감, 관심을 더 갖게 되는 것 같아요.(Group B)

## 3) 불확실성에 대한 불안

### (1) 백지상태라 막막함

참여자들은 학령기 과정에서의 교육목표가 대학에 입학함

으로써 종결되었다고 느끼며, 현재 시점에서 어떤 목표를 세우고 무엇을 해야 하는지 모르는 상태에서의 불안하고 막막한 심정을 토로하였다. 또한 현재의 불안은 자신의 미래에 대한 답답함과 화로 확대되어 나타나기도 하였다.

학창시절에는 수능이라는 목표가 있었는데 지금은 그게 딱 사라지니까 어떤 목표가 생길지도 모르고. 막상 대학교 오니까 중착지가 없어요... 고등학교에서는 대학교에 가는 방법만 가르쳐주는 것 같아요. 그래서 진짜 뭘 해야 될지 모르겠고 그냥 다 까마득한 거예요.(Group A)

저는 제 앞길이 투명하게 보이면 좋을 것 같아요. '앞으로 내가 이걸 하면 이렇게 되겠구나!' 하는 것을 알았으면 좋겠어요.(Group A)

항상 부모님이 해주셨고 아니면 안 하는 경우가 많잖아요. 그러다 보니까 아무것도 모르는 거죠. 완전 백지상태와 마찬가지로.(Group B)

만족스럽지 않다기보다는 앞길이 안 보이니까 뭔가 짊짊하다고 해야 하나요. 뭘 해야겠다는 건 확실하고 해야 되는 거 같은데 뭐부터 해야 될지 모르겠고.(Group B)

미래에 어떻게 될지 몰라서 그게 더... 불투명해서 화가 나요.(Group C)

#### (2) 피할 수 없는 군 입대에 대한 불안함

연구참여자들 중 남학생들에게 있어서 군복무와 관련된 불안감은 군 입대일을 앞두고 시한부 같은 느낌을 받거나 학업을 중단하고 체대 후 복학하기까지의 과정에 대한 고민들로 이어졌다. 심지어 군문제가 남자대학생들에게는 행복의 조건이 될 만큼 큰 의미가 있었다.

군 문제요. 군문제만 해결된다면 행복할 거 같아요. 군대를 가서 잘 이겨내야지 행복할 거 같아요.(Group A)

진짜 군대라는 고민이에요. 하루하루 더 크게 다가와요. 1학기 끝나고 갈 건데... 약간 시한부 같은 느낌?(Group B)

남자들한테는 이게 가기 전에도 그렇고 갔다 와서도 그렇고. 지금부터 공부를 하고 싶는데 군대 갔다 오면 또 까먹을 것 같은 거예요. 공부해야 되는 시작점도 어디로 맞춰야 할지 모르겠고... 2년이라는 시간이 이게 공백이니까 어떻게 해야 할지 모르는 것 같아요.(Group B)

#### (3) 취업에 대한 불안함

연구참여자들은 대학교에 입학하면서 지출이 늘었다고 생

각하면서 경제적 문제에 대한 걱정을 하고 있었다. 간호학과는 취업이 보장되는 학과라고 생각하였지만 최근 간호학과생들의 급증으로 인한 취업경쟁과 청년 실업에 대한 불안감을 느끼고 있었다.

불안해하는 시기라고 생각해요. 일에 대해서도 그렇고 돈 걱정도 되고. 대학교에 와서 돈 걱정이 많아지는 거 같아요.(Group A)

집이 서울이다 보니까 지방으로 오더라도(졸업 후에) 서울에서 경력을 쌓고 싶어요. 항상 경력을 생각하게 되는 것 같아요.(Group A)

취업생각 많이 해요. 간호학과가 취업이 잘된다고 해도 요즘 간호학생들이 늘다보니까 괜히 좀 더 불안해지는 것도 많고. 저희 나이 때부터 학교 돈을 내기 위해서 벌써부터 빚지는 학생들이 많잖아요? 그러다 보니까 뭐 빚에 관한 얘기에 좀 더 눈이 가는 것 같기도 하고.(Group B)

#### 4) 간호학생의 길

##### (1) 기대와 다른 간호학과 현실

연구참여자들은 대학에 입학하기 전에(듣고 알았던) 가졌던 간호사와 간호학과에 대한 긍정적 이미지를 통해 간호학과에 들어왔으나, 실제로는 자신이 기대하고 원했던 모습과 차이가 나는 것을 깨닫고 실망감과 앞날에 대한 걱정을 하는 것으로 나타났다. 특히 간호학과와 관련된 가족 또는 지인들을 통해서 간호사에 대한 이야기를 듣고 간호학과를 선택한 것이 만족스럽기도 하고, 마음이 흔들리기도 함을 느꼈다.

고등학교 보면 이제 직업 얘기가 나오면 대체로 약간 미화돼서 나오는 것 같아요. 간호사 얘기도 뭔가 되게 막 잘 돌보고 아름답고 뭔가 그런 평화로운 이미지잖아요.(Group A)

저는 누나 2명이 간호산데 지금 들어보면 아닌 것 같아요. 누나들이 울면서 전화 걸어서 때려 치고 싶다고... 괜히 원서 넣었나 싶기도 하고.(Group A)

좋은 이미지를 가지고 간호학과에 왔어요. 근데 1학년 때 얘기를 듣다 보니까 '아! 아니구나... 전부가 좋은 건 없구나' 이런 걸 알게 됐고, 간호학과가 힘들다는 걸 2학년 와서 느꼈습니다.(Group B)

이제 직업을 선택해서 왔는데 막상 와서 보니 너무 다른 거죠. 솔직히 우리가 원하는 대학교 삶은 이런 게 아니거든요.(Group B)

내가 생각하는 직장은 좀 더 나의 커리어를 쌓는다고 해야 하나 약간 지식적인 면도 쌓는다고 생각을 했었는데, 지금 간호사의 현실을 많이 듣고 있잖아요. 요즘 기사를 통해서. 너무 힘들지 않을까 생각이 들기도 하고.(Group C)

### (2) 빠듯한 간호학도의 일상

연구참여자들은 교과과정과 관련된 과제와 시험, 그리고 비교과 과정인 동아리 활동에의 참여 등으로 인해서 개인적 여유를 가질 수 없을 만큼 물리적 시간이 부족하며 바쁘다고 느꼈다. 특히 나름대로의 기대와 목표를 가지고 공부하지만 예상하지 못한 본인의 학점에 당황하고 실망하였으며, 여가시간에 조차 동기들에 대한 경쟁 심리로 불안과 스트레스를 겪고 있었다.

요즘 과제가 많아서 부담감이 커요. 우리 팀플만 세어도 5개는 돼요. 개인과제 빼고. 거기에다 수시고사랑. 다 큰 걸 할 시간이 없어요.(Group C)

나중에 성적을 받아보고 충격이었어요. 진짜. 진짜 충격이었어요. 내가 이렇게 멍청이었었다.(Group A)

과제나 수시고사 준비를 잘 못하니까 이제 성적이 내려가겠지... 나름 열심히 했다고 생각하는데 시험 쳐보면 재시험 받으라 하고. 이를 동안 밤새워서 했는데.(Group B)

진짜 요즘 느끼는 정서는 너무 바빠요. 솔직히 과제도 너무 많고, 팀플(team play)하면서도 스트레스 받아요. 다른 친구들이 저희가 놀고 있을 때 더 열심히 공부를 할 것 같아서 불안하구요. 경쟁심리가 너무 커요.(Group C)

### (3) 꿈과 희망을 가진 성장

연구참여자들은 현재 간호학생으로서 해야 할 일들이 많아 힘들게 느껴지지만 나중에는 보람을 얻고 자신들이 바라는 꿈을 이루게 될 거라며 희망을 가지고 있었다. 한편 간호학과 생활을 통해서 인내하며 성장해가고 있다고 생각하였다.

지금 당장 할 일이 많지만 그만큼 나중에 얻는 것도 많겠지 하는 생각이 듭니다.(Group A)

돈은 벌어야겠고, 간호사가 돈은 잘 버니까. 직업은 가져야 하겠고 나중을 위해서.(Group B)

간호사가 하는 일은 엄청 힘든데, 그래도 보람찬 느낌도 있구요.(Group C)

우리 과에서 한 1년 생활하다 보면 얻게 되는 것도 있는

것 같아요. 도를 닦는다고 해야 하나? 참 인간이 되는 것 같아요.(Group C)

## 3. 성장을 소망함

### 1) 주위를 바라봄

#### (1) 부모님에 대한 양가감정

연구참여자들은 대학에 진학하며 집을 떠나 혼자 생활하면서 집과 부모님에 대하여 긍정적인 정서와 부정적인 정서를 동시에 느끼고 있었다. 부모님과 의견이 달라 원망하기도 하였지만 함께 생활하던 일상에서는 느끼지 못했던 그리움과 소중함을 느끼고 있었다.

난 집 밥이 그렇게 그리운데. 처음엔 너무 신났어요. 밤에 치킨 시켜먹고... 신나잖아요. 2학년쯤 되니까 집에 가서 된장찌개를 먹으면 세상에서 제일 맛있는 거예요. 아... 진짜 집 밥이 너무 그리다는 생각을 많이 했어요.(Group A)

그냥 혼자 생활하다 보면 제가 약간 떨어지는 것 같아요. 건강도 떨어지고 자기관리도 떨어지는 느낌이고 그런 게 커요.(Group B)

진로를 선택할 때 엄마, 아빠한테 제일 원망스러웠어요. 그래도 그리워요. 당연히 그립죠.(Group B)

술 먹고 일어나니까 그때부터 되게 자괴감 들고... 엄마, 아빠 있으면 아침에 뭐라도 끓여주고 하시는데 혼자 있으니까 아무것도 안 해먹고 누워있으니까 되게 쓸쓸하더라고요.(Group C)

엄마 아빠 생각하면 애뜻함 같은 게 느껴져요.(Group C)

자취의 장점이 엄마가 없는 거고, 자취의 단점이 엄마가 없는 거라고.(Group B)

#### (2) 동료에 대한 양가감정

연구참여자들은 간호학과 입학 후 만난 동료들의 모습에 대해 긍정과 부정의 양가적인 정서를 나타내고 있었다. 상대방에 대한 배려심이 부족하고 이기적이며 타인에게 의존적인 모습에 실망감을 느끼기도 하였으나, 동료의 지나치게 바쁘고 분주한 모습에서 안쓰러움과 측은함을 느끼고 공감하는 모습을 보이기도 하였다.

(요즘 대학생들) 상대방을 생각하는 배려가 부족해요. 공감하는 사람 찾기가 힘들어요. 대학 생활을 하면서 이기적인 면을 많이 보게 되는 것 같아요.(Group A)

스스로가 자신을 위로하지 못하고 꼭 남한테 위로를 받아야 하는 애들이 있어요. 자기 위로 자기의 정서를 표현하지 못하는 게 문제라고 생각해요.(Group B)

친구관계는 항상 불평등이 존재하지 않을까요? 개개인마다 성격이 다르다보니까 친한 애들한테는 잘하게 되고 그러니까 다른 애들은 서운할거고. 또 이런 점을 이용하려는 애들도 있고.(Group C)

학과 애들한테서는 위로를 받아도 그다지 질 좋은 위로를 받았다고 느낀 적이 별로... 마음에 실질적으로 와 닿지도 않고, 위로를 받아도 해소되는 게 없어가지고 또 기분이 안 좋아지고.(Group C)

학기 중에 학업, 과제, 인간관계, 기타 활동 등으로 많은 스트레스가 쌓이는데 시간도 부족하고 마음의 여유도 없어가지고 친구들이 많이 힘들어 해요. 저 역시 힘드니까 휴식도 좀 갖고 스트레스를 해소했으면 좋겠어요.(Group C)

시험 공부할 때 누군가가 준 간식 같은 게 고맙고 위로가 되었어요. 저도 다른 친구들에게 주기도 했고요.(Group C)

### (3) 교육에 대한 바람

연구참여자들은 고등학교 교육이 대학입시를 위한 단순한 지식 쌓기가 아닌 직업 선택과 사회생활에 실질적으로 도움이 되는 것이기를 바라고 있었다. 형식적인 교육이 아니라 사실에 근거한 정보제공으로 학생들이 직업과 미래에 대해 숙고할 수 있도록 해 줄 필요가 있다고 생각하고 있었다. 또한 대학생활을 하면서 남녀 간의 차별과 힘의 원리에 대한 불평등을 느끼고 불만을 토로하였으며, 이러한 일이 대학에서 뿐만 아니라 사회에도 존재한다고 생각하고 있었다.

어릴 때부터 미래에 무엇을 할지 생각을 해봐야 한다는 것이 강조되었으면 좋겠어요. 보여주기 식의 교육을 하기 보다는 생각할 수 있는 시간을 주는 게 좋다고 생각해요. 저희는 어렸을 때부터 똑똑한 아이로만 키워지잖아요. 근데 똑똑한 게 다가 아니라 눈치도 잘 살펴야 하고, 행동도 빠르게 해야 하고, 이런 것이 중요한데 그냥 똑똑한 사람으로 키우기에서 끝나니까...(Group A)

홍보와 상관없는 분이 오셔서 현실적인 이야기를 해주셨으면 좋겠어요. 그러니까 진짜 팩트만. 좋은 점만 듣다 보니까 막상 오면 힘들고. 저희들이 생각하는 현실과 이상의 차이가 크니까.(Group B)

제가 남자로 태어나지 못해 불평등 느끼는 거 같아요. 대학생활을 하다보니까 선후배 생활도 그렇고 무슨 일을

해도 남자가 우선시되고 같은 결과를 갖고 와도 다르게 평가받는 부분이 있는 것 같아요.(Group B)

우리 과 특성상(여학생이) 많다 보니까 불평등이 존재하는 부분에 어느 정도 이해를 해요. 그래도 너무 소수(남학생)에게만 특혜를 주는 건 없었으면 좋겠어요.(Group C)

사회에서도 여자를 만만하게 보는 게 있는 거 같아요. 여자가 해봐야 될 하겠어 이러면서 아무것도 아닌 걸로 만 들어요.(Group C)

## 4. 성장을 위해 찾아감

### 1) 내 마음 다독임

#### (1) 스스로의 방법을 찾아감

연구참여자들은 자신의 스트레스와 불편한 정서에 대해서 혼자만의 시간을 갖거나 수업을 통해 배운 성격검사 등에 관심을 가지며, 각자 자기들만의 대처방법을 습득해가고 있었다. 때로는 대인관계에서의 불편한 상황을 피하려고 자신의 정서를 숨기기도 하지만 그것 또한 자기 방식으로 받아들였다.

부정적 정서를 해소하거나 해결될 수 있는 거는 휴식이요. 특히 잠! 늦잠과 낮잠이 필요합니다. 일주일에 한 번씩 보는 드라마나 예능을 주말에 몰아서 보는 게 정말 행복합니다. 과제가 없으면 정말 행복함을 느낍니다.(Group C)

혼자 있거나 좀 여유로울 때는 기분이 괜찮아요. 혼자 있으니까 혼자 생각을 정리하다 보니까. 한 주를 또 마음을 가다듬고 다시 지내는 것 같아요.(Group C)

저는 혼자 도피하고 마음 속에서 꺼내지 않으려고 해요. 왜냐하면 남과 멀어지는 것도 싫고 남을 배려하는 게 익숙해서 남이 상처받는 것도 싫고 그래서요. 매주 집에 가는 이유가 여기 생활이 너무 힘들다 보니까 도피하러, 해소하러 가는 거예요.(Group A)

저는 신경 쓰지 않아요. 같이 다니는 친구가 다르고, 속마음 이야기하는 친구가 다를 수 있으니까요.(Group A)

저는 벽을 쌓아요. 자기만 느끼고 자기만 아는 상대방은 못 느끼는 벽을 쌓아요. 그러면 편해지긴 하는데 4년 동안 볼 사이이고 실습 나가면 어떻게 될지 모르고 또 분만을 하다보니까 어떻게 될지 모르잖아요. 수업 때 애니어그램 하나까 성격유형이 느껴지고 보여요.(Group B)

#### (2) 좋은 사람과 함께 함

연구참여자들은 학교에서의 힘들고 지친 마음을 좋아하는

사람이나 이성친구와 함께 있거나 누군가로부터 진실한 관심과 호의를 받는 등의 대인관계를 통해서 불안감과 불편한 정서가 해소될 뿐만 아니라 행복감마저 느꼈다고 하였다.

저랑 맞는 사람들이랑 이야기할 때 행복해요. 가족 얘기, 친구 얘기, 학교 얘기하면서.(Group A)

자기가 좋아하는 사람이랑 같이 있는 게 제일 나은 것 같아요. 편안해지죠.(Group B)

많이 힘들고 그럴 때 남자친구를 보면 어느 정도 불안감이 해소되는 것 같아요. 남자친구랑 전화하는 거나 데이트하기가 좋은 방법이죠.(Group C)

저는 가족 중심적이어서 가족이랑 있으면 걱정이 없어요. 근데 멀어지면 혼자 떨어진 것 같은 생각이 들어요. (가족은) 제 삶의 원천이라고 할 수 있어요.(Group A)

### (3) 감사의 발견

참여자들은 타인과의 비교를 통해 자신의 처지와 상황에 대해서 불평하기보다 감사함을 느꼈고, 평소에 긍정적인 성격과 당연히 여겼던 것에 대한 감사, 그리고 봉사활동으로 더욱 감사함을 느낀다고 하였으며, 감사로 인해 자기뿐만 아니라 타인에 대한 마음도 나아질 수 있다고 생각하였다.

남들이 못 누리는 걸 내가 누리고 있을 때, 성적 잘 나올 때 감사하죠.(Group A)

만족이 먼저가 아니라 감사가 먼저면 될 거 같아요. 자기 만족감이나 타인에 대한 마음은 감사로 나아질 수 있는 거 같아요.(Group A)

지금 치킨을 먹고 있는데 이것조차도 못 먹는 사람들이 있을 수 있고... 대학을 다니고 싶어도 못 다니는 애들도 있을 수 있을 거고. 우리가 당연하게 느끼고 이렇게 누리는 것들을 남들은 못 누릴 수도 있다는 거부터... 좀 감사함을 느끼고.(Group C)

봉사활동하면서 감사함을 좀 더 자주 느끼게 되는 것 같아요. 감사라는 게 거창한 거 같지만 주위에서도 쉽게 볼 수 있고 마음을 편하게 가지고 넓게 보거나 좋은 관점으로 보면 감사한 게 보여요.(Group B)

## 논 의

본 연구는 간호대학생이 대학생활에서 느끼는 정서경험의 본질과 그 의미를 심층적으로 탐색하고자 시도되었다. 연구결

과는 7개의 주제모음으로 나타났고, 각각의 주제는 서로 연관되어 고교시절에서부터 간호학과에 입학한 이후의 다양한 정서경험을 드러내고 있었다. 이러한 결과에 따라 주제모음을 중심으로 논의하고자 한다.

연구참여자들은 고교시절을 돌아보며 긍정적인 경험과 부정적인 정서경험을 동시에 나타냈다. 이는 참여자들의 생활환경에 따라 다르게 나타났는데, 인문계고등학교 출신 학생이 특성화고등학교 출신 학생에 비하여, 기숙사에서 생활한 학생이 그렇지 않은 학생에 비하여 자유를 억압당했다고 느끼는 것과 같은 부정정서를 더 많이 경험한 것으로 나타났다. 또한 진로나 개인의 취미에 대한 자율성이 주어지고 교내에 특별활동 프로그램이 개설되어 있는 학교에 재학한 학생들이 그렇지 않은 경우보다 만족이나 기쁨 등의 긍정정서 경험을 드러내고 있었다. 연구참여자들은 수학능력 시험 후 무료하고 의미 없는 시간을 보낸 것에 대한 아쉬움과 후회 등의 부정정서를 드러내기도 하였다. 특히, 수시전형으로 입학한 경우 수학능력 시험에 대한 부담감이 없거나 적어 더 긴 시간을 무의미하게 흘려보냈던 것이다.

긍정적 또는 부정적 정서는 개인의 생각을 이끌어내어 어떠한 행동을 하도록 동기를 부여하며, 적절히 활용되면 많은 문제들을 해결하고 심리적 안녕감을 증진시키는 데 영향을 미친다[6]. ‘긍정적 정서의 확장-형성 이론(broaden-and-build theory)’에 의하면, 긍정정서 경험을 통해 사람들은 주의력과 생각을 비롯하여 행동 범위까지 넓어질 수 있어[14], 더욱 창조적이고 사회적으로 원만하며, 건강한 개인으로 발달하게 된다. 따라서 진로를 발견하고 준비하는 학생들이 긍정적 정서를 다양하게 경험할 수 있도록 교육환경의 조성이 필요할 것이라 생각된다. 또한 입학 전 고교시절의 정서경험에 대한 반성을 통해서 현재의 대학생활이 더욱 긍정적이고 발전적으로 나아갈 수 있도록 정서관리 프로그램 개발의 근거로 활용되어야 할 것이라고 본다.

연구참여자들은 대학생이 된 후 갑작스럽게 변한 부모님의 태도에 서운함을 느끼고 주어진 자유로움과 그에 따르는 책임감 등으로 해방감과 부담감을 함께 느끼고 있었다. 고등학교에서 대학으로의 이동은 대학이라는 낯선 환경에서 새로운 사회 역할과 책임에 직면하게 되고 관계 형성에 큰 변화를 경험하게 되는 과정이므로[15] 고등학교부터의 준비가 필요하다. 그러나 우리나라의 경우 고교시절의 목표는 오직 대학 진학에 있다고 해도 과언이 아니므로 대학생활에 대한 준비가 부족한 것이 사실이다. 성공적인 대학생활 적응은 개개인의 특성, 환경, 상황 요소들을 고려해야 하므로 이를 고려한 교육과정 개선이 필요하다[15].

간호사는 질병으로 고통스러워하는 대상자의 욕구를 알아 채고 이에 대응함으로써 전문적인 의료서비스를 수행해야 할 책임이 있다[16]. 이를 위해서는 바쁘고 급박한 의료 환경 내에서 자신에 대한 인식과 대상자의 정서적 안정을 위한 대인관계 기술 즉, 자기와 타인을 인식하는 능력이 필요하다[16]. 본 연구의 참여자들은 대학생 중 긍정정서와 부정정서 경험을 통해 자신에 대한 인식과정을 겪고 있는 것으로 나타났다. 자신이 원하던 간호학과에 입학하여 만족감을 느끼고 있었으나 소위 명문대학에 입학한 친구들과의 비교로 인해 자신에 대한 실망과 열등감 등의 부정정서를 경험하였다. 또한 자신이 스스로의 기대에 미치지 못하는 것에 대해 실망하는 것과 같은 부정정서를 드러내었다. 그러나 대학의 유명세만을 보고 진학한 친구들이 적응하지 못하고 휴학하거나 재수를 위해 학교를 떠나는 모습을 보며 자신을 대견스럽게 여기는 긍정정서도 경험하고 있었다. 또한 그런 과정 속에서 사물과 현상들에 대하여 관점이 넓어지고 사회에 대한 관심과 책임감을 느끼는 등 성숙해가는 자신에 대한 긍정정서를 통해 부정정서를 극복하고 있는 것으로 나타났다. 긍정정서는 부정정서를 제거하는 효과가 있으므로 대학의 정규 및 비정규 교과로 긍정정서를 향상시킬 수 있는 프로그램을 운영할 필요가 있을 것이다.

연구참여자들은 대학생활에 적응하는 과정에서의 무지로 인한 불안에서부터 졸업 후 취업과 관련된 불안에 이르기까지 다양한 상황에 따른 불안감을 표현하였다. 대학생이 되자 독립적으로 선택하고 결정해야 하는 상황에 노출되면서 낯선 일들에 대한 두려움과 답답함을 느꼈다. 이는 친숙하지 않고 잘 모르는 대상이나 사회적 상황에서의 개인의 인지적 반응이 수치스럽거나 당혹스러운 방식으로 행동하게 될까 지속적으로 강한 두려움을 나타내는 사회적 불안(social anxiety)과 같은 정서적 반응으로 연결될 수 있음을 보여준다[17].

본 연구의 참여자들은 학령기부터 고교시절까지 '대학 진학'이라는 분명한 목표만을 바라보고, 부모와 교사에게 의존하며 살아오다가 막상 목표를 이루고 나서는 향후 어떤 목표를 세우고, 어떻게 살아야 하는지에 대한 방향설정을 하지 못하고 있었다. 학년이 올라감에도 불구하고 대학교육과정에 대한 적응과 이해가 되지 않음을 느끼며 미래에 대한 걱정까지 안고 있어 더욱 불안해하는 것으로 나타나, 간호교육을 많이 받을수록 소진 정도가 증가한다는 연구결과[18]와 유사함을 보였다. 참여자들의 불안은 결국 현재 자신이 전혀 알지 못하는 것에 대한 인식과 함께 근대처럼 피할 수 없는 상황, 그리고 취업 등과 같은 미래에 대한 막막함으로 드러났다. 자신이 모르고 있다는 것에 대한 부정적 인식은 자신에 대한 엄격한 기준에서 평가하는

자기비난(self-criticism)과 관련되며[18], 개인의 자신감 부족 및 사회불안, 그리고 우울 등의 정서뿐만 아니라 타인을 비롯한 교육환경 등에 대한 불평과 원망 등으로 확대될 수 있다. 학생들이 동일한 환경 속에서 불확실성으로 인해 불안을 다양하게 경험하는 요인으로 불확실성에 대한 인내력 부족을 들 수 있다. 이는 내면화된 수치심과 유의한 관계가 있으며 타인보다 자신에 대해서 부정적으로 과소평가함으로써 불안에 더욱 영향을 미칠 수 있다[19]. 이처럼 불확실성으로 인한 불안은 과거, 현재, 미래의 시간적 연속선상에서 자기에 대한 긍정적 이해와 수용을 통해 완화될 수 있을 것으로 추정된다. 그러므로 학생들이 불확실성으로 인한 불안을 완화시키고 학교생활의 적응력을 높이기 위해서는 성장과정 중 자기 주도적인 목표 설정과 문제 제기 및 해결능력을 습득할 수 있도록 부모의 양육방식과 교육과정의 변화가 필요할 것으로 사료된다.

연구참여자들은 평소 간호사로서의 삶에 대한 기대와 희망을 전혀 가지지 않았던 것은 아니었으나 대부분은 부모님의 권유에 의해 간호학과에 입학한 것으로 진술하였다. 간호학과에 입학하는 다수의 학생은 자신의 적성과 흥미보다 취업의 용이성이나 타인의 권유로 지원하는 경우가 많음을 보여주고 있는 것이다[20]. 이는 우리 사회가 개인적 소질과 적성 등을 바탕으로 한 체계적 진로목표 설정이나 계획 없이 부모와 교사의 권유나 성적에 맞춰 대학 및 학과를 선택하는 입시 위주의 교육현실과 관련이 있다고 할 수 있다. 연구참여자들은 입학 후 많은 학습량과 임상실습 수행과정에서 학점에 대한 불안, 개별 및 그룹과제로 인한 바쁜 일상과 경쟁적 환경에 대하여 스트레스를 겪고 있었다. 학과에 대한 스트레스와 우울, 분노 등의 정서는 학교생활에서의 부적응으로 이어져 자기효능감을 저하시킬 뿐만 아니라 대인관계 문제의 해결능력[10], 졸업 후 진로결정 과정에도 악영향을 미칠 수 있다[21]. 그러므로 간호대학생들의 전공 및 대학생활에서의 부적응과 관련된 요인을 다양한 측면에서 이해하고 이를 해결할 수 있는 방안을 모색해야 할 것이다.

간호대학생의 정서경험과 관련된 연구에 따르면, 간호대학생은 일반대학생들에 비하여 학업문제에 대한 스트레스가 상대적으로 높고[3], 간호교육을 많이 받을수록 소진 정도가 증가하므로[18] 학년이 올라가고 시간이 경과된다고 하여 긍정적인 정서상태가 될 것으로 기대하기는 어렵다. 연구참여자들의 학점과 관련된 경험은 실망, 좌절, 포기 등의 개인적 요인에 의한 부정적 정서에서부터 동기에 대한 지나친 경쟁과 시기심, 평가자에 대한 원망과 분노 등 타인과의 관계적 요인에 의한 부정적 정서에 이르기까지 다양하게 나타났다. 이는 간호대학생들이 타대학생에 비하여 스트레스가 높고, 특히 학업이나 장래

문제와 관련하여 많은 스트레스를 받고 있는 것과 유사하였다 [1]. 그러나 바쁘고 힘든 상황 속에서도 학업과 관련된 개인적인 일뿐 아니라 학과 및 학교의 공적 활동에 적극 참여함으로써 이를 통해 보람을 느끼고 자신의 성숙을 깨닫고 있었다. 미래에 대한 기대와 희망 등의 긍정적 정서는 현재의 역할과 활동을 선택하는 데 강력한 영향을 주므로[22,23], 간호대학생들의 긍정적 정서를 개발하고 향상시킬 수 있는 교육과 중재가 필요할 것으로 사료된다.

연구참여자들은 타인에 대한 인식과정도 경험하고 있었다. 부모와 동료 등 가까운 타인에 대한 인식을 비롯하여 학교와 사회의 차별에 대한 불만 토로, 직업과 진로에 대한 진정성 있는 교육을 바라고 있었다. 개인에게 있어 부모는 출생 후 가장 처음 경험하는 대인관계로 전 생애에 걸쳐 영향을 미치며, 부모에 대한 자녀의 지각은 성장 발달과 행복에 중요한 요인이 된다 [24]. 본 연구에서 참여자들은 부모에 대한 소중함과 그리움, 그리고 늘 자신을 위해주던 모습을 떠올리는 반면, 원망과 부담감도 동시에 느끼고 있었다. 이는 Jo와 Chong [24]의 연구에서 나타난 한국 대학생 자녀에게 있어 부모의 의미는 자신을 사랑하고, 믿고 지지해주며, 희생하고 양보해주는 존재로 죄송하고 부담도 되는 반면, 보답하고 싶은 대상이기도 하여 매우 복잡한 정서를 보여준 것과 유사하였다. 대학생 자녀와 부모는 이전의 상호의존적인 관계에서 벗어나 관계를 재구성해야 할 필요가 있는 시기이므로 상호 간 건강하게 적응해 나아가려는 적극적인 노력이 필요할 것이다.

연구참여자들은 이론적인 공부에만 주력하는 교육제도와 가정교육을 비판하고 사회에 나갔을 때 실제 필요한 교육을 원하고 있었으며 특히, 직업과 진로에 대한 실질적이고 사실에 근거한 교육이 필요함을 드러내었다. 어렸을 때부터 진로에 대하여 심사숙고할 수 있는 기회를 주고 충분히 기다려 주는 것이 중요하다고 생각하고 있었다. 따라서 직업 및 진로 관련 교육과정을 개설하여 체계적으로 준비할 수 있도록 할 필요가 있다.

연구참여자들은 각자의 상황에서 겪게 되는 다양한 정서 상태를 긍정적인 것과 부정적인 것으로 구분하여 인식하고 있었다. 개인적 정서에 대해서는 혼자만의 시간을 가지며 생각을 정리하거나 ‘자기 이해 및 의사소통’과 관련된 수업을 통해서 배운 내용들을 자신에게 적용하기도 하였다. 간호사의 자기와 타인에 대한 인식능력은 매우 중요하므로[16] 대부분 간호학과의 교육과정에는 의사소통 및 대인관계 관련 교과목이 개설되어 운영되고 있다. 참여자들의 자기인식을 높이기 위한 자발적인 노력은 타인과의 의사소통을 비롯하여 대인관계로 이어졌고, 자신들이 선호하는 사람들에 대한 느낌과 그들과의 관계

에서 얻는 긍정적 정서를 발견하게 되었다. 이는 자기인식과 대인관계에서의 의사소통능력이 순상관관계가 있다는 연구[16]와 유사한 맥락을 보여 의사소통 능력을 증진시키기 위해서 자기인식과 자기 정서관리가 상호 관련 있음을 시사해준다. 반면에 대인관계로 연결되는 자기 정서에 대해서 스스로 벽을 쌓고 외면하는 참여자들은 자기 정서에 관한 솔직한 표현이 대인관계에 부정적인 영향을 미칠까봐 억제하거나 감추는 편을 선택하고 있었다. 이는 자신이 느끼고 있는 정서를 표현하지 않으려고 노력하는 과정으로 정서억제 및 경험적 회피와 관련되며, 정서조절 곤란과 같은 개인정신건강과 대인관계에도 영향을 미칠 수 있다[25]. 이러한 정서 경험의 유형은 개개인의 특성, 환경, 상황 요소들을 고려할 필요가 있으므로[15] 교육과정에서 중요하게 다루어져야 할 것이다. 또한 각자의 정서상태가 외부환경 요인보다 자신이 행복과 감사, 기대감 등의 긍정적 정서를 선택하는 것에 따라 달라질 수 있다고 하여 부정적인 자극보다 긍정적인 자극에 더 주의를 기울이는 긍정성 효과를 보여 주었다[26]. 특히 감사는 개인의 내·외적 환경에 대해 고마움을 인식하고 느끼며 행동하는 것으로 ‘상호작용의 표현’, ‘긍정적 변화를 이끌어내는 힘’, 그리고 ‘훈련과 습관 형성으로 단계별 성장’의 3가지 속성을 가지고 있다[23]. 이에 간호대학생들의 정서경험을 바탕으로 ‘감사’, ‘행복’, ‘희망’ 등의 긍정적 정서개념을 적용한 프로그램의 개발과 활용은 간호대학생들의 정서관리와 적응뿐만 아니라 긍정적인 학과 문화형성에도 기여할 것이라고 사료된다.

본 연구의 제한점은 간호대학생의 정서경험이 학년, 성별, 개인적 특성 및 상황 등 다양한 측면에서 고려되지 않아 온전히 간호대학생들의 정서경험으로 해석하는 데 있어서 신중을 기해야 한다. 하지만 3학년의 경우는 임상실습 스트레스에 노출되기 전의 학생들을 대상으로 하였고, 4학년은 졸업 및 취업 등의 특정 스트레스와 관련되어 있음을 감안하여 연구대상에서 제외함으로써 정서경험이 편중되는 상황을 배제하고자 노력하였다. 연구의 의의는 현재의 정서경험이 대학에 입학하기 전부터 졸업 후 미래에 대한 생각과 느낌에 이르기까지 상호 연결되어 있음을 드러냈다는 데 있으며, 본 연구의 참여과정에서 참여자들 스스로가 자신의 정서를 파악하고 표현함으로써 다른 참여자들과 소통하며 정서관리의 기회를 가졌다는 점에서도 의의가 있다 하겠다.

## 결 론

본 연구는 간호대학생들의 주요정서 경험의 본질적 의미를

심층적으로 살펴보고, 간호학과 및 대학 내에서의 활용 가능한 기초자료를 제공하고자 하였다. 연구결과 참여자들은 가중되는 학업과 임상실습, 국가시험 등으로 인한 불안과 스트레스 상황에 노출되고 있었으며, 동일한 환경 속에서도 개인의 정서 경험에 따라서 선택하는 활동과 적응력, 성취 수준이 다른 것으로 나타났다. 그러므로 간호학과의 교육과정을 고려하여 특정 학년뿐만 아니라 전체 학년을 대상으로 하는 연속적인 정서관리 훈련 및 프로그램 개발과 중재가 필요하다. 더불어 간호대학생들이 경험하는 정서문제의 종류와 수준에 따라 적용 가능한 다양하고 체계적인 정서관리 프로그램의 지속적인 연구와 개발을 제안한다.

## CONFLICTS OF INTEREST

The authors declared no conflicts of interest.

## ORCID

Hong, Ju Eun <https://orcid.org/0000-0003-0063-8533>  
 Song, Myeong Kyeong <https://orcid.org/0000-0002-4069-4911>

## REFERENCES

- Park PN. The mediating effect of stress coping type and self-esteem between life stress and suicidal ideation in nursing college students. *Journal of the Korean Society of School Health*. 2016;29(1):1-10. <https://doi.org/10.15434/kssh.2016.29.1.1>
- Ministry of Education. Opportunity to become a nurse is expanded by major category (sub-category). [Internet]. Sejong: Author; 2018 [cited 2018 Sep 14]. Available from: <https://www.moe.go.kr/boardCnts/view.do?boardID=294&boardSeq=75430&lev=0&searchType=S&statusYN=C&page=1&s=moe&m=0204&opType=N>
- Yu SJ, Song MR, Kim EM. Factors influencing depression among nursing students. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*. 2014;20(1):71-80. <https://doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.1.71>
- Kim YS, Oh EJ. Relationship among emotional intelligence, critical thinking and major satisfaction in nursing students. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. 2016;17(7):103-111. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.7.103>
- Park HS, Lee JM. A validation study of Korean version of PANAS-revised. *Korean Journal of Psychology: General*. 2016; 35(4):617-641. <https://doi.org/10.22257/kjp.2016.12.35.4.617>
- Jang BK. Dance students' emotional intelligence and emotional experience: the mediating roles of cognitive reappraisal and expressive suppression. *The Korean Journal of Physical Education*. 2014;53(1):343-355.
- Kim JY, Park KH, Lee YS. The difference in emotion regulation, conflict resolution styles by clusters based on emotional experience: emotional clarity and ambivalence over emotional expression. *Journal of Rehabilitation Psychology*. 2015;22(2): 377-391.
- Choi HY, Choi JA. The structure and measurement of Koreans' emotion. *Korean Journal of Social and Personality Psychology*. 2016;30(2):89-114.
- Lee SN, Kim JA. Relationship between positive affectivity, self-leadership, and satisfaction of clinical practice among nursing students. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*. 2016;22(2):125-136. <https://doi.org/10.5977/jkasne.2016.22.2.125>
- Park MH, Jung GH. Impact of depression and anger on interpersonal problem-solving capability among nursing students. *Crisisonomy*. 2018;14(2):191-203. <https://doi.org/10.14251/crisisonomy.2018.14.2.191>
- Colaizzi PF, Valle RS, King M. Psychological research as the phenomenologist views it. New York: Oxford University Press; 1978. 407 p.
- Krueger RA, Casey MA. Focus groups: a practical guide for applied research. 3rd ed. Thousand Oaks, California: Sage Publications; 2000. 206 p.
- Guba EG, Lincoln YS. Fourth generation evaluation. Newbury Park CA: Sage Publications; 1989. 296 p.
- Fredrickson BL, Branigan C. Positive emotions broaden the scope of attention and thought-action repertoires. *Cognition & Emotion*. 2005;19(3):313-332. <https://doi.org/10.1080/02699930441000238>
- Kang KA, Cho HY. Mediating effect of social support on the relationship between self-efficacy and adjustment to university life. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. 2018;19(3):210-218. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2018.19.3.210>
- Oh EJ, Ko SH, Kim JY, Kim SR. Self-awareness, other-awareness and communication ability in nursing students. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*. 2015;21(4): 426-434. <https://doi.org/10.11111/jkana.2015.21.4.426>
- Han SY, Han AR, Yun NE. Effects of self-criticism on social anxiety among college students: focus on moderating effects of self-forgiveness. *Family and Environment Research*. 2017; 55(6):637-648. <https://doi.org/10.6115/fer.2017.046>
- Rudman A, Gustavsson JP. Burnout during nursing education predicts lower occupational preparedness and future clinical performance: a longitudinal study. *International Journal of Nursing Studies*. 2012;49(8):988-1001. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2012.03.010>
- Park HR, Lee JS. The relationship between evaluative concerns perfectionism, and speech anxiety in college students: the seri-

- al multiple mediation effects of internalized shame and intolerance of uncertainty. *The Korean Journal of Stress Research*. 2017;25(4):246-254. <https://doi.org/10.17547/kjsr.2017.25.4.246>
20. Kim YJ, Yoo HN, Park MJ. Effect of motive for major selection on major satisfaction, campus-life satisfaction, and self-directed learning ability among nursing students. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. 2016;17(10): 261-270. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.10.261>
21. Shin HJ, Park HJ. Effect of nursing college student's major flow experience on career decision-making self-efficacy and career attitude maturity. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*. 2017;17(22):643-664. <https://doi.org/10.22251/jlcci.2017.17.22.643>
22. Manz CC. Taking the self leadership high road: smooth surface or potholes ahead? *Academy of Management Perspectives*. 2015;29(1):132-151. <https://doi.org/10.5465/amp.2013.0060>
23. Hong JE, Lee JS. Concept analysis of gratitude. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2014;23(4):299-310. <https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2014.23.4.299>
24. Jo SA, Chong YS. The relations between meaning of parents, satisfaction of relationship, happiness and adaptation in college students. *The Korean Journal of Developmental Psychology*. 2017;30(1):117-138.
25. Ryu EY, Kim JM. The relationship of the anxiety sensitivity and the emotion dysregulation: the mediating effect of experiential avoidance. *Korean Journal of Youth Studies*. 2016;23(10): 339-359. <https://doi.org/10.21509/KJYS.2016.10.23.10.339>
26. Reed AE, Chan L, Mikels JA. Meta-analysis of the age-related positivity effect: age differences in preferences for positive over negative information. *Psychology and Aging*. 2014;29(1): 1-15. <https://doi.org/10.1037/a0035194>