

# 간호대학생의 행복지수 영향요인

김영숙<sup>1</sup> · 한미영<sup>2</sup>

고신대학교 간호대학<sup>1</sup>, 신라대학교 간호학과<sup>2</sup>

## Factors Influencing Happiness Index of Nursing Students

Kim, Young Suk<sup>1</sup> · Han, Mi Young<sup>2</sup>

<sup>1</sup>College of Nursing, Kosin University

<sup>2</sup>Department of Nursing, Shilla University

**Purpose:** The purposes of this study were to identify the effects of social support, resilience, stress and satisfaction in major on the happiness index of nursing students. **Methods:** Data were collected from March 16 to April 10, 2015 through a self-report questionnaire survey. Participants were 205 students in three different nursing colleges located in Busan and Yangsan. Measured variables were social support, resilience, stress, satisfaction in major and Happiness index. **Results:** Social support, resilience, satisfaction in major, and personal relationships had significant positive effects on the happiness index, while stress had a negative effect on the happiness index. Explained variance for the happiness index was 46% and social support was the most significant factor in the happiness index of nursing students. **Conclusion:** The results from this study suggest that resilience, social support, stress, satisfaction in major, and personal relationships should be considered as the main influential factors when developing intervention strategies to increase of the happiness index of nursing students.

**Key Words:** Happiness, Social support, Resilience, Stress, Satisfaction

## 서론

### 1. 연구의 필요성

행복은 시대와 문화를 뛰어넘어 전 세계적으로 최대 관심사로 거론되고 있다. 심리학에서는 행복을 ‘주관적 안녕감(subjective well-being)’이라는 용어로 사용하고 있으며, 개인이 삶의 전문가로서 자신의 기준에 의거하여 자신의 삶을 스스로 평가하는 것이라 정의하고 있다[1]. 즉, 행복이 지극히 개인적인 경험이라는 것을 강조하였다. 행복에 대한 학문적 관심이 증가되면서 초기에는 행복에 영향을 주는 요소로 나이, 성, 수입, 주거 밀집성 등과 같은 지표들에 관심을 두었다. 하지만 행

복은 개인이 생활 속에서 주관적으로 경험하는 점에서 인구사회학적 변인은 개인의 행복을 설명하는데 한계가 있어 근래에는 행복에 영향을 미치는 개인의 내적 요인인 심리적 요인에 관한 연구가 활발하게 진행되고 있다[2]. 또한 행복은 개인이 경험하는 삶의 사건 또는 상황과 무관할 수 없으며 각 발달시기에 영향을 미치는 주요한 생활사건과 밀접하게 연관되어 있어 발달시기별로 대상자가 경험하는 사건을 관찰할 필요가 있다[3]. 일반적으로 대학생은 인간의 발달단계에 따라 청소년기에서 성인기로 가는 과도기적 특성을 가지고 있어 적응에 많은 어려움을 경험하게 된다. 인테일리[4]의 조사에서 대학생의 행복 점수는 56점으로 낙제점이며 스트레스는 70점으로 높게 나타나 대학생들의 행복에 영향을 미치는 요인들을 규명할 필

**주요어:** 행복, 사회적 지지, 자아탄력성, 스트레스, 전공만족도

**Corresponding author:** Han, Mi Young

Department of Nursing, Shilla University, 140 Baegyang-daero, 700beon-gil, Sasang-gu, Busan 617-736, Korea.  
Tel: +82-51-990-5767, Fax: +82-51-990-3031, E-mail: hmynr@hanmail.net

**Received:** Aug 15, 2015 | **Revised:** Sep 21, 2015 | **Accepted:** Oct 19, 2015

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.

요가 있다.

대학생들은 자신이 선택한 전공을 통해 미래의 꿈을 성취해 낼 수 있는지가 이들의 행복을 결정하는 하나의 변수로 작용할 수 있다고 한다[5]. 하지만 최근 간호대학생의 경우 최근 취업전망, 인기학과, 부모나 교사 등 주위의 권유로 자신의 적성을 고려하지 않은 채 학과에 지원하는 경우가 많고, 엄격한 교과과정, 과중한 학습량, 엄격한 위계질서, 임상실습 교육, 간호사 국가고시에 합격해야 한다는 심리적 중압감 등의 많은 스트레스를 학교생활 중 경험하게 된다[6]. 이러한 스트레스와 같은 부정적 경험은 대학생들 동안 개인의 전공에 대한 만족도를 저하시키고 개인의 행복에 부정적인 영향을 미쳐 나아가 졸업 후에도 전문직업인으로서 사회의 적응과 자신의 직업에 대한 사회적 가치를 형성하는데도 부정적인 영향을 미칠 수 있다[7].

스트레스가 간호대학생의 행복에 부정적인 영향을 미치는 내적요인이라면 반면 사회적 지지는 행복에 긍정적인 영향을 미치는 외적요인이라 할 수 있다. 특히 교수나 선배 등 의미 있는 타인으로부터 제공되는 사회적 지지는 스트레스로 인한 고통을 감소시키고 전공을 올바르게 이해하는데 중요한 역할을 하며 문제를 해결하는데 추진력 역할을 하는 성인의 행복 예측 변인들로 입증되어왔다[2]. 이와 더불어 행복한 삶을 누리기 위해서는 일상생활에서 자신의 강점을 확인하고 잠재력을 발휘할 때 가능하다고 하였다[8]. 이러한 잠재력과 관련하여 중요하게 대두되고 있는 요인으로 자아탄력성을 들 수 있다. 자아탄력성은 스트레스가 많은 환경이나 상황적 요구의 변화가 많을 때, 자아통제를 통하여 자신이 처한 환경을 잘 극복하여 효율적으로 적응을 하게 하는 원동력이 되고 있다[9].

지금까지 간호대학생들의 행복지수에 영향을 미치는 연구로 스트레스, 양생[10], 우울, 자아존중감, 낙관성, 대인관계[11], 긍정적 정서, 감사성향, 몰입[5], 전공만족도[12] 등의 연구들이 있었다. 대학생의 행복에 대한 연구들은 다소 진행되었으나 간호대학생을 대상으로 한 행복에 관한 연구는 많지 않은 실정이다. 간호는 타인에 대한 돌봄이며, 돌봄 과정을 통해 궁극적으로 대상자의 행복증진을 목표로 삼고 있기[13], 간호대학생은 먼저 행복을 경험하고 행복감에 대한 가치를 창조하는 자질을 갖추는 것이 필요하리라 본다.

이에 본 연구에서는 행복지수에 영향을 미치는 요인 중 인구사회학적 요인 및 스트레스, 변화가 많은 환경 속에서 적응에 영향을 미치는 자아탄력성, 간호대학생이 전공하는 학과에 대한 만족도 등을 내적요인으로 두고 성인의 행복에측변인으로 입증된 사회적 지지를 외적요인으로 두어 이들 변인 간의

상관관계와 행복지수에 영향력을 미치는 정도를 분석하여 행복지수 증진을 위한 중재의 근거마련을 위한 기초자료로 제공하고자 시도되었다.

## 2. 연구목적

본 연구의 목적은 간호대학생의 인구사회학적 특성, 사회적 지지, 자아탄력성, 스트레스, 전공만족도가 행복지수에 미치는 영향을 분석하고자 한다.

이러한 목적에 따라 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 사회적 지지, 자아탄력성, 스트레스, 전공만족도 및 행복지수의 정도를 파악한다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 행복지수 차이를 파악한다.
- 대상자의 사회적 지지, 자아탄력성, 스트레스, 전공만족도 및 행복지수간의 상관관계를 파악한다.
- 대상자의 사회적 지지, 자아탄력성, 스트레스, 전공만족도가 행복지수에 미치는 영향을 파악한다.

## 연구 방법

### 1. 연구설계

본 연구는 간호대학생의 인구사회학적 특성, 사회적 지지, 자아탄력성, 스트레스, 전공만족도가 행복지수에 미치는 영향을 조사하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2. 연구대상

본 연구대상자는 B광역시 소재의 1개 간호학과와 Y시 소재 2개 간호학과에서 재학 중이며 임상실습 경험을 한 남녀 간호대학생 중 본 연구에 참여하기로 동의한 간호대학생 220명을 대상으로 하였다. 대상자 수는 G\*Power 3.1.4 프로그램을 이용하여 일원분산분석에 필요한 유의수준( $\alpha$ ) .05, 효과크기를 medium (.25), 검정력( $1-\beta$ ) .80을 기준으로 하였을 때 최소 필요 표본 수는 200명으로 산출되었다.

### 3. 연구도구

#### 1) 일반적 특성

일반적 특성은 총 7문항으로 인구사회학적 특성 5문항, 전공 관련 특성 2문항으로 이루어졌으며 연구자가 문헌고찰을

토대로 작성하여 간호학 교수 2인과 간호학 박사 1인의 내용 타당도 검증을 거쳐 수정·보완하여 구성하였다.

## 2) 사회적 지지

본 연구에서 사용된 사회적 지지 측정도구는 Zimet 등[14]이 대학생의 사회적 지지를 측정하기 위해 개발한 도구를 Kim[15]이 번안한 도구를 사용하였다. 본 도구는 총 12문항으로 가족지지 4문항, 친구지지 4문항, 주위사람 혹은 의미 있는 타자들 4문항으로 구성되었다. 각각의 문항은 7점 Likert 척도를 사용하여 1점 ‘매우 그렇지 않다’에서 7점 ‘매우 그렇다’이며, 점수가 높을수록 더 높이 인지된 사회적 지지를 지닌 것을 의미한다. 도구의 신뢰도는 개발 당시 Cronbach's  $\alpha$ 는 .91이었고 본 연구에서는 Cronbach's  $\alpha$ 는 .93이었다.

## 3) 자아탄력성

본 연구에서 사용된 자아탄력성 측정도구는 Atsushi 등[16] 등이 대학생을 대상으로 개발한 탄력성 척도(Resilience Scale)를 Jung[17]이 우리나라 실정에 맞게 수정·보완한 도구를 사용하였다. 본 도구는 총 16개 문항으로 긍정적 미래지향성 5문항, 감정조절 6문항, 흥미와 관심의 다양성 5문항으로 구성되었다. 부정 문항은 역산하여 점수화하였다. 각각의 문항은 5점 Likert 척도를 사용하여 1점 ‘매우 그렇지 않다’에서 5점 ‘매우 그렇다’이며, 점수가 높을수록 자아탄력성이 높음을 의미한다. Jung[17]의 연구에서는 Cronbach's  $\alpha$ 는 .83이었고 본 연구에서는 Cronbach's  $\alpha$ 는 .80이었다.

## 4) 스트레스

본 연구에서 사용된 스트레스 측정도구는 Yoo 등[18]이 우리나라 간호대학생의 스트레스를 측정하기 위해 개발한 도구를 사용하였다. 본 도구는 총 59문항으로 대학차원의 스트레스 측정 문항 39문항과 임상차원의 스트레스 측정 문항 20문항으로 구성되었다. 각각의 문항은 5점 Likert 척도를 사용하여 1점 ‘전혀 없다’에서 5점 ‘매우 많이 있다’이며, 점수가 높을수록 스트레스가 높음을 의미한다. 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 개발 당시 대학 차원 스트레스는 .94, 임상 차원 스트레스는 .92였고 본 연구에서는 Cronbach's  $\alpha$ 는 .93, .92였다.

## 5) 전공만족도

본 연구에서 사용한 전공만족도 측정도구는 Kim과 Ha[19]의 학과만족도를 Lee와 Park[20]이 수정·보완한 도구를 하였

다. 본 도구는 총 13개 문항으로 개인차원에서 만족도 6문항, 사회차원에서 만족도 7문항으로 구성되었다. 각각의 문항은 5점 Likert 척도를 사용하여 1점 ‘매우 그렇지 않다’에서 5점 ‘매우 그렇다’이며, 점수가 높을수록 전공만족도가 높음을 의미한다. Lee[20]의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .93이었고, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .90이었다.

## 6) 행복지수

본 연구에서 사용된 행복지수 측정도구는 한국심리학회 행복지수 개발팀에서 Suh와 Koo[21]가 개발한 행복지수 척도를 사용하였다. 본 도구는 총 9문항으로 삶의 만족 3문항, 긍정적 정서 3문항, 부정적 정서 3문항으로 구성되었다. 부정문항은 역산하여 점수화 하였다. 각각의 문항은 7점 Likert 척도로 1점 ‘매우 그렇지 않다’에서 7점 ‘매우 그렇다’이며, 점수가 높을수록 행복지수 높음을 의미한다. 개발 당시 측정도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .81이었고 본 연구에서는 Cronbach's  $\alpha$ 는 .81이었다.

## 4. 자료수집 및 절차

본 연구는 연구의 윤리적 측면을 보장하기 위해 연구자의 소속기관인 K대학교의 연구윤리위원회의 승인(승인번호 KU-IRB-2014-0064-01)을 받았으며, 자료수집기간은 2015년 3월 16일부터 4월 10일까지였으며, 해당 대학의 간호학과장과 과대표에게 동의를 구하고 3, 4학년 학생들을 대상으로 연구의 목적과 방법을 설명하고, 자발적으로 연구에 참여하기로 동의한 학생 220명을 대상으로 하였다. 본 자료수집은 수업을 마친 후 쉬는 시간을 활용하여 구조화된 설문지를 작성하게 하였고, 연구대상자의 권익을 보호하기 위해 작성을 마친 설문지는 개별 봉투를 사용하여 동봉하도록 하였다. 소정의 답례품을 제공하였으며, 미 응답 항목이 많은 설문지 15부를 제외하고 최종 205부를 분석에 사용하였다.

## 5. 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 18.0 프로그램을 이용하여 분석하였으며 구체적인 분석방법은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성, 스트레스, 사회적 지지, 자아탄력성, 전공만족도 및 행복지수 정도를 기술통계로 분석하였다.
- 대상자의 스트레스, 사회적 지지, 자아탄력성, 전공만족

도 및 행복지수는 평균과 표준편차로 분석하였다.

- 대상자의 일반적 특성에 따른 행복지수 정도는 independent t-test와 One way ANOVA로 분석하였으며 사후 검정은 Scheffé test를 실시하였다.
- 대상자의 스트레스, 사회적 지지, 자아탄력성, 전공만족도 및 행복지수의 상관관계는 Pearson's correlation coefficients로 분석하였다.
- 대상자의 행복지수에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위하여 위계적 다중 회귀분석(hierarchical multiple regression)을 사용하여 분석하였다.

## 연구결과

### 1. 일반적 특성에 따른 행복지수 정도의 차이검정

본 연구의 대상자는 총 205명이었으며 3학년 123명(60%), 4학년 82명(40%)이었으며, 종교는 기독교 126명(61.5%), 없는 경우가 62명(30.2%), 불교 12명(5.9%), 천주교 5명(2.4%) 순이었으며, 대인관계는 좋은편 121명(59%), 보통 또는 나쁨이 84명(41%) 순이었고, 건강상태는 좋은편 136명(66.3%), 보통 67명(33.7%) 순이었다. 전공 선택 동기는 적성 70명

(34.1%), 취업전망 63명(30.7%), 부모나 주변의 권유 43명(21%), 성적 27명(13.2%) 순이었고, 학업성적은 중위권 13명(6.4%), 상위권 42명(20.5%), 하위권이 33명(16.1%) 순이었다. 대상자의 일반적 특성에 따른 행복지수 정도의 차이는 대인관계( $t=6.18, p<.001$ ), 건강상태( $t=2.65, p=.009$ ), 전공 선택 동기( $F=2.77, p=.029$ )가 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다. 즉 대인관계에서는 좋은 편이 평균 46.92점, 보통 또는 나쁨이 평균 41.13점으로 나타나 대인관계가 좋은 편이 행복점수가 높은 것으로 나타났다. 건강상태는 좋은 편이 평균 45.43점, 보통이 평균 42.81점으로 건강상태가 좋은 편이 행복지수 점수가 높았고, 전공 선택 동기는 적성이 45.97점으로 행복지수가 가장 높았다(Table 1).

### 2. 대상자의 사회적 지지, 자아탄력성, 스트레스, 전공만족도, 행복지수 정도

대상자의 사회적 지지, 자아탄력성, 스트레스, 전공만족도, 행복지수 정도는 Table 2와 같다.

대상자의 사회적 지지는 평균평점 7점 만점에  $5.91 \pm 0.78$  점으로 나타났다. 자아탄력성은 평균평점 5점 만점에  $3.61 \pm 0.44$ 점, 스트레스는  $2.90 \pm 0.64$ 점, 전공만족도는  $4.10 \pm 0.55$

**Table 1.** Happiness Index according to General Characteristics

(N=205)

Characteristics	Categories	n (%)	M±SD	t or F	p
Gender	Male	11 (5.4)	45.55±10.23	0.33	.742
	Female	194 (94.6)	44.49±6.81		
Year	3rd	123 (60.0)	43.81±7.14	-1.87	.063
	4th	82 (40.0)	45.65±6.69		
Religion	Protestant christian	126 (61.5)	45.37±6.70	2.06	.088
	Buddhist	12 (5.9)	45.67±1.74		
	Catholic christian	5 (2.4)	46.80±3.65		
	None & others	62 (30.2)	42.44±7.45		
Personal relationship	Good	121 (59.0)	46.92±5.97	6.18	< .001
	Moderate or bad	84 (41.0)	41.19±7.01		
Health status	Good	136 (66.3)	45.43±7.14	2.65	.009
	Moderate	69 (33.7)	42.81±6.43		
Selection motivation to study nursing	Interest	70 (34.1)	45.97±6.32	2.77	.029
	Academic score	27 (13.2)	45.89±6.05		
	Job opportunity	63 (30.7)	42.40±7.31		
	Advice of parents	43 (21.0)	44.74±7.45		
	Others	2 (1.0)	40.00±11.31		
Level of academic scores	High	42 (20.5)	45.86±6.72	1.68	.189
	Medium	130 (63.4)	44.54±6.90		
	Low	33 (16.1)	42.88±7.59		

점이었으며, 종속변수인 행복지수는 평균평점 7점 만점에  $4.95 \pm 0.78$ 점으로 나타났다.

### 3. 대상자의 사회적 지지, 자아탄력성, 스트레스, 전공만족도, 행복지수 간의 상관관계

대상자의 관련된 변수 간의 상관관계는 Table 3과 같다.

분석 결과, 본 연구의 종속변수인 행복지수는 모든 변수 간의 상관관계를 보였다. 행복지수는 사회적 지지( $r=.51$ ), 자아탄력성( $r=.53$ ), 전공만족도( $r=.40$ )와는 양의 상관관계를 보였고, 스트레스( $r=.37$ )와는 음의 상관관계를 보였다. 그 중 행복지수와 상관관계에서 자아탄력성이 상관관계 정도가 가장 높았고 사회적 지지, 전공만족도, 스트레스 순으로 나타났다.

### 4. 대상자의 행복지수에 영향을 미치는 요인

일반적인 특성인 대인관계 및 건강상태와 사회적 지지, 자아탄력성, 스트레스, 전공만족도에 대한 결과 변수인 행복지수의 위계적 회귀분석 결과는 Table 4와 같다. 대상자의 행복지수에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위하여 행복지수에 유의한 상관이 있는 변수를 예측변수로 하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 준거 변수인 행복지수와 사회적 지지, 자아탄력성, 스트레스, 전공만족도 간에 .36~.53의 유의한 상관관계를 보여서, 네 변수 모두 독립 변수의 투입 조건을 만족시켰다. 또한 일반적 특성 중 대인관계, 건강상태, 전공 선택 동기에 따라 행복지수가 차이가 있었으나 유의수준 1% 이하인 대인관계, 건강상태만을 예측 변수로 투입하였다. 일반적 특성 변수 중

**Table 2.** Variables for Descriptive Statistics

(N=205)

Variables	Possible range	Obtain range	M±SD	Item mean
Social support	12~84	38~84	70.9±9.34	5.91±0.78
Family	4~28	10~28	23.2±4.16	5.80±1.04
Friend	4~28	11~28	23.5±3.44	5.87±0.86
Close significant person	4~28	14~28	24.2±3.00	6.06±0.74
Resilience	16~80	36~73	57.7±7.04	3.61±0.44
Positive future orientation	5~25	12~25	20.2±3.15	4.03±0.63
Emotional control	6~30	5~20	13.0±2.60	3.01±0.63
Diversity of interest	5~25	10~25	19.45±2.98	3.89±0.60
Stress	59~295	74~273	170.9±37.67	2.90±0.64
Stress of college level	39~195	50~180	116.0±25.73	2.97±0.66
Stress of nursing practice	20~100	20~96	54.9±14.66	2.74±0.73
Satisfaction in major	13~65	33~65	53.3±7.10	4.10±0.55
Personal level satisfaction	6~30	12~30	23.0±3.94	3.83±0.66
Social level satisfaction	7~35	19~35	30.3±4.04	4.33±0.58
Happiness index	9~63	26~58	44.5±7.00	4.95±0.78
Life satisfaction	3~21	9~21	16.4±2.83	5.46±0.94
Positive emotion	3~21	8~21	5.5±1.00	5.45±1.00
Negative emotion	3~21	3~20	11.8±3.45	3.94±1.15

**Table 3.** Correlation among Social Support, Resilience, Stress, Satisfaction in Major, Happiness Index

(N=205)

Variables	Categories	Social support	Resilience	Stress	Satisfaction in major	Happiness index
		r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)
External factor	Social support	1				
Internal factors	Resilience	.35 (<.001)	1			
	Stress	-.19 (.005)	-.48 (<.001)	1		
	Satisfaction in major	.40 (<.001)	.42 (<.001)	-.15 (.032)	1	
	Happiness index	.51 (<.001)	.53 (<.001)	-.37 (<.001)	.40 (<.001)	1



## 논 의

명목 척도로 측정된 변수는 가변수로 처리하여 분석하였고, 회귀분석을 하기 위해 다중공선성, 잔차 및 특이 값을 진단하였다. Durbin-Watson 통계량은 1.93으로 자기상관이 없고, 독립변수들 간의 다중공선성 지수는 사회적 지지 .752, 자아탄력성 .607, 스트레스 .763, 전공만족도 .746으로 공차한계가 1.0 이하이므로 다중공선성의 문제가 없다고 할 수 있다. 또한 분산팽창인자(Variance Inflation Factor, VIF)는 사회적 지지가 1.33, 자아탄력성 1.65, 스트레스 1.311, 전공만족도가 1.34로 나타나 기준인 10보다 작아 다중공선성의 문제는 없는 것으로 나타났다. 첫 단계에서 두 개의 일반적인 통제변수인 대인관계, 건강상태를 결과변수인 행복지수에 회귀시켰고(Model 1), 두 번째 단계에서 스트레스를(Model 2), 세 번째 단계에서 전공만족도를(Model 3), 네 번째 단계에서 사회적 지지를(Model 4), 다섯 번째 단계에서 자아탄력성을 행복지수에 회귀시켰다. 두 개의 통제변수들만 포함하고 있는 Model 1은 행복지수 변인의 19%를 설명( $F=47.63, p<.001$ ) 하였다. 하지만 통제변수인 대인관계( $\beta=.44$ )만 유의한 영향을 미쳤고 건강상태는 유의한 영향을 미치지 못했다. 통제변수와 스트레스가 추가된 Model 2에서는 행복지수 변이를 27% 설명( $F=44.15, p<.001$ )하여 스트레스가 행복지수 변이를 8% 추가적으로 설명하였다. 전공만족도를 포함한 Model 3은 행복지수를 총 36% 설명( $F=38.67, p<.001$ )하여 추가적으로 10% 설명하였다. 사회적 지지를 포함함 Model 4는 행복지수 변인의 42%를 설명하였으며( $F=38.57, p<.001$ ), 추가적으로 6%를 설명하였다. 자아탄력성을 포함한 Model 5는 행복지수 변이를 최종적으로 46% 설명하였다( $F=35.74, p<.001$ ).

본 연구는 간호대학생의 사회적 지지, 자아탄력성, 스트레스, 전공만족도가 행복지수에 미치는 영향을 분석하여 간호대학생의 행복한 대학생활을 위한 중재 프로그램 개발을 위한 기초자료를 제공하고자 시도되었다.

본 연구에서 간호대학생의 사회적 지지는 7점 만점에 평균 5.91점으로 중간수준 이상으로 나타났고 사회적 지지의 하위영역은 주위사람 혹은 의미 있는 타자들이 6.06점, 친구지지가 5.87점, 가족지지가 5.80점 순으로 나타났다. 이러한 결과는 Ha[22]의 연구결과에서도 주위사람 혹은 의미 있는 타자들의 지지가 가장 높고, 친구, 가족 지지의 순으로 나타난 결과와 동일하다. 이는 간호대학생의 경우 학업이나 임상실습, 동아리 활동 등을 통해 교수, 선후배, 친구등과 함께 많은 시간을 함께 지내기 때문이라 사료된다. 그러므로 이를 감안하여 대학 내에서의 사회적 지지 프로그램 개발이 필요할 것으로 생각되어지며 특히 학생들이 자주 이용하는 소셜 네트워크를 활용한 선배나 교수 등의 의미 있는 타자로부터의 정서적 지지 중재방안을 마련하는 것도 유용할 것으로 여겨진다.

본 연구에서 간호대학생의 자아탄력성은 5점 만점에 평균 3.61점이었고, 자아탄력성의 하위영역은 긍정적 미래지향성이 4.03점, 흥미의 다양성이 3.89점, 감정조절이 3.01점이었다. 이러한 결과는 동일한 도구가 아니어서 직접 비교하기에는 제한이 있으나 Kim과 Lee[12]의 전체 자아탄력성이 평균 3.38점인 것과 하위영역에서 감정조절 부분이 가장 낮은 것과 같은 결과를 나타냈다. 이는 미래지향성과 흥미의 다양성과 같은 성격적 측면이 정서적 측면인 감정조절 영역 보다 자아

Table 4. Hierarchical Multiple Regression for Burnout

(N=205)

Variables	Model 1 $\beta$ ( $p$ )	Model 2 $\beta$ ( $p$ )	Model 3 $\beta$ ( $p$ )	Model 4 $\beta$ ( $p$ )	Model 5 $\beta$ ( $p$ )
Personal relationship	.44 (< .001)	.38 (< .001)	.34 (< .001)	.26 (< .001)	.23 (< .001)
Health status	.02 (.720)	.01 (.868)	.15 (.803)	.03 (.650)	.05 (.312)
Stress		-.29 (< .001)	-.26 (< .001)	-.23 (< .001)	-.13 (.028)
Satisfaction in major			-.31 (< .001)	.21 (< .001)	.13 (.028)
Social support				.30 (< .001)	.28 (< .001)
Resilience					.25 (< .001)
F ( $p$ )	47.63 (< .001)	44.15 (< .001)	38.67 (< .001)	38.57 (< .001)	35.74 (< .001)
R <sup>2</sup>	.19	.27	.37	.44	.47
Adjusted R <sup>2</sup>	.19	.27	.36	.42	.46

탄력성에 더 강한 영향력을 미친다고 볼 수 있다. 자아탄력성은 성숙과정에서 변화되고 습득되어지는 역동적 과정[9]이므로 교과과정 개발 시 자아탄력성을 향상시킬 수 있는 다양한 접근이 필요하리라 사료된다. 또한 프로그램 개발 시 개인의 정서적 측면을 강화시켜 이를 통해 임상실습 시 다양한 환자와 보호조와의 관계에서 겪는 불필요한 감정 상함으로부터 간호대학생 자신을 보호할 수 있으리라 본다.

본 연구에서 간호대학생의 전체 스트레스는 5점 만점에 평균 2.90점이었고, 하위영역으로 대학차원 스트레스는 평균 2.97점, 임상실습 스트레스는 평균 2.74점이었다. 이러한 결과는 Park[10]의 연구결과 전체 스트레스가 평균 2.82점인 것과 대학차원의 스트레스가 임상차원의 스트레스보다 더 높게 나타난 것과 유사한 결과이다. Song[23]의 연구에서 간호대학생의 임상실습과 관련된 스트레스는 보통 수준 이하이며, 시험, 과제, 과다한 학업량과 같은 학업 관련 스트레스가 매우 극심하고, 원하는 곳으로 취업을 하기 위해서는 학업관리를 잘하는 것이 매우 중요하여 타 학과 대학생들과 비교할 때 학업 스트레스가 높다고 보고하였다. 그러므로 교과과정 중 다량의 학습량 및 상대평가로 인한 과중한 경쟁구도 형성 등 간호대학생의 학과 프로그램 전반에 걸친 스트레스 요인에 대한 조사와 개선이 필요하리라 본다.

본 연구에서 간호대학생의 전공만족도는 5점 만점에 평균 4.10점이었고, 하위영역에서 사회차원의 만족도는 평균 4.33점, 개인차원의 만족도는 평균 3.83점으로 나타났다. 이러한 결과는 Kim과 Lee[12]의 연구의 하위영역에서 사회차원의 만족도가 가장 높은 결과와 일치하였다. 이는 간호사 직업에 대한 사회적 인식에 대해서는 만족하는 결과라 할 수 있다. 하지만 사회적 차원에 비해 전공교과목 관련 항목으로 이루어진 개인차원의 만족도는 다소 낮게 나타났다. 그러나 전문직 간호사가 되기 위해서는 무엇보다 개인의 전공과목에 대한 충분한 이해와 습득이 필요하다. 이에 전공과목에 대한 접근성을 높여 학습에 대한 습득률을 높이기 위해서는 전공교과목수업에 대한 심층적 분석과 다양한 교수법의 개발이 필요하리라 사료된다.

간호대학생의 행복지수는 7점 만점에 평균 4.95점으로 나타났고, 측정도구는 다르지만 Park[10]의 연구에서 4.81점, Jo와 Park[5]의 연구에서 4.96점으로 비슷한 결과로 중간정도 이상인 것으로 나타났다. Kim[24]의 연구에서 간호사의 행복지수는 평균 4.27점으로 나타나 간호대학생의 행복지수는 간호사보다 다소 높은 수준으로 나타났다. 이는 매년 OECD (Organization for Economic Co-operation and Develop-

ment)의 성인을 대상으로 행복지수에 대한 조사 결과에서 우리나라는 다른 나라에 비해 행복지수가 낮았으며 특히 근로시간과 고용 환경 등에서 행복지수가 낮게 나타나 임상에서 근무하는 간호사들도 예외 없이 행복지수가 낮은 것으로 사료된다[24]. 이와 같은 결과는 간호대학생들의 행복지수가 간호사로서 직장 생활을 하게 되면서 저하될 수 있음을 보여준다. Han과 Kang[25]의 연구에 따르면 직장여성들은 주로 여가활동을 통한 즐거움, 자아개발 그리고 휴식 등이 행복지수에 영향을 많이 미친다고 보고하였다. 그러므로 졸업 후에도 행복한 직장생활을 유지할 수 있도록 대학 내 다양한 동아리활동, 취미생활 등의 여가활동을 통한 자아개발을 할 수 있는 기회 제공이 필요하리라 본다.

간호대학생의 인구사회학적 특성에 따른 행복지수는 대인관계, 건강상태, 전공 선택 동기에서 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다. 이러한 결과는 대인관계에서의 만족이나 원만함이 행복감에 영향을 준다는 것을 연구결과와 일치하는 결과였다[5,10]. 특히 간호대학생의 경우 실습교육이 주로 팀별로 이루어지므로 팀원 간의 원만한 대인관계 능력이 필요하다. 그러므로 실습동안 학생들 간의 관계 증진이 일어날 수 있도록 관심을 기울여야 할 필요성이 있다. 또한 긍정적인 동료관계는 취업 후 직장 동료 관계에도 영향을 주어 직업유지에 긍정적인 영향을 미칠 수 있기 때문에[5], 바람직한 대인관계를 형성할 수 있도록 교육과정에도 의사소통 기술, 공동체 훈련과 같은 대인관계를 증진시킬 수 있는 과목들의 편성이 필요하리라 본다.

또한 Nam과 Lee[26]의 연구에서도 건강상태와 전공 선택 동기에 따라 행복지수에 유의한 영향을 주었으며 적성이나 흥미, 취업보장의 이유로 간호학과를 선택한 경우가 그 외의 경우보다 행복지수가 높았다. 이는 간호대학생의 전공 선택은 개인의 대학생활에서 행복지수에 중요한 영향을 미치고 대학 적응에 긍정적인 영향을 주고 있음을 알 수 있다. 건강은 인간의 권리이고 신체적, 정신적, 사회적으로 건강한 상태를 유지하는 것은 행복한 삶을 영위하는데 가장 기본적인 부분이라고도 할 수 있다. 후기 청소년기에서 성인기로 이행하는 대학생은 다각적인 면에서 많은 변화를 겪으며 성인기 건강습관이 형성되는 중요한 시기이기 때문에 이 시기에 과도한 학업과 취업준비에 열중하기보다는 행복한 삶에 있어 가장 기본이 되는 건강관리를 통해 긍정적인 태도를 형성하고 삶에 대한 행복감을 느끼며 미래를 위해 노력하는 인생을 설계해 가는 것이 더 중요하다[27].

상관관계분석에서 간호대학생의 행복지수는 사회적 지지,

자아탄력성, 스트레스, 전공만족도와 유의한 상관관계를 보였다. 즉 사회적 지지가 많을수록, 자아탄력성이 높을수록, 전공만족도가 높을수록 간호대학생의 행복지수는 증가하며 스트레스가 많을수록 행복지수는 감소하였다.

본 연구의 주 목적은 행복지수에 영향을 미치는 요인들을 파악하기 위한 것으로 회귀분석 결과 사회적 지지, 자아탄력성, 대인관계, 스트레스, 전공만족도 순으로 나타났으며 전체 설명력은 46%였다. 이러한 결과는 간호대학을 대상으로 한 Kim과 Kim의 연구에서[11] 자아존중감, 낙관성, 대인관계, 전공 적성이 대상자의 행복에 유의한 영향을 미친 결과와 부분적으로 비슷한 결과이다. 이 중 행복지수에 가장 큰 영향을 미치는 변수는 사회적 지지였으며, Model 1에서 대인관계는 행복지수를 19% 설명하고 있어 행복지수에 사회적 관계가 중요한 영향 요인임을 확인할 수 있다. 이러한 결과는 Cho[3]의 연구에서 대학생의 행복과 취업 스트레스간의 관계에서 사회적 지지가 조절 효과가 있다는 결과를 지지하고 있다. 이는 사회적 지지는 대인관계를 통해 얻게 되는 사회적 관계 즉 지지적 관계로 이러한 지지적 관계는 어느 문화에서건 행복 또는 안녕감에 기여하는 중요한 요인으로 작용하고 있음을 시사하고 있다[28]. 그러므로 간호대학생들을 강화시킬 수 있는 가족, 친구, 각종 단체 등 사회적 지지망을 우선 파악하고, 지지체계가 취약한 경우 대학 내 교수나 선배와의 공동체 활동이나 다양한 봉사활동 등을 통해 사회적 지지망을 넓혀갈 수 있는 기회를 제공하는 것이 필요하리라 사료된다. 사회적 지지 다음으로 행복지수에 중요한 영향력을 미친 요인은 자아탄력성으로, 자아탄력성과 사회적 지지는 행복과 유사개념으로 사용되는 심리적 안녕감에 정적영향을 미치고 생활 스트레스는 부적 영향을 미치는 연구결과와 비슷한 결과를 할 수 있다[29]. 스트레스는 행복지수에 부적인 영향을 미치는 요인으로 대학생의 생활 스트레스가 행복지수에 크게 작용한다는 Park[10]의 결과와 같은 결과이다. 복잡한 현대사회에서는 끊임없이 스트레스가 발생하고 있어 대학생의 스트레스를 일상 생활에서 완전히 배제하기 어렵다. 이에 간호대학생의 개별적인 특성을 고려한 심층상담 및 중재 개입 프로그램 개발을 통해 스트레스를 해소할 수 있는 기회제공이 필요할 것이다. 마지막으로 전공만족도가 행복지수에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. Kim과 Lee[27]의 연구에서는 행복감에 영향을 미치는 요인 중 내적 요인인 자아존중감, 진로결정 자기효능감, 전공만족도가 행복지수의 영향 요인이었고 이중 전공만족도가 가장 큰 영향 요인으로 작용하였다. 대학생들은 자신이 선택한 전공에 대한 만족과 전공을 통해 미래에 이루고자

하는 일들을 성취해 낼 수 있는지가 이들의 행복을 결정하는 하나의 변수로 작용할 수 있다[5]. 본 연구에서 전공을 선택한 동기에 대한 답변으로 34%만이 적성과 흥미를 고려하여 간호학과를 선택하였고 그 외는 성적이나 주위사람의 권유, 취업 전망 등이었다. 전공에 대한 만족도가 높을수록 행복정도가 높은 것을 고려할 때 입학 당시는 전공에 대한 이해가 부족하였지만 전문직업인으로서 사회에 적응하고 자신의 직업에 대한 가치정도를 높게 평가하는 직업존중감을 유지하기 위해서는 교과과정을 통해 지속적으로 전공만족도를 상승시키는 노력이 필요하리라 본다[7].

Lyubomirsky와 Sheldon[30]의 연구에서 행복감은 유전과 환경에 의해 60% 이상 한정되어 있으며 나머지 40%가 개인의 노력과 의지로 변화가능하다고 하였다. 나이, 성별 등은 외부적인 요인으로 변화될 가능성은 없지만 본 연구에서 살펴본 자아탄력성, 스트레스, 전공만족도 등은 개인의 의지와 노력으로 변화의 가능성도 크다고 볼 수 있다. 그러므로 개인의 행복지수를 증진하기 위해서는 개인의 내적 요인을 강화할 필요가 있다.

이상의 결과를 토대로 간호대학생의 행복지수는 내적요인으로 자아탄력성, 스트레스, 전공만족도와 외적요인으로 대인관계, 사회적 지지에 의해 영향을 받는 것으로 확인되었다. 그러므로 간호대학생의 행복지수를 증진시키기 위해 이 요인들 모두를 포함하면서 프로그램 안에서 이들 요인들이 유기적으로 작용할 수 있는 설계된 프로그램 개발이 필요하다.

본 연구의 의의는 간호대학생의 행복지수에 영향을 미치는 내적, 외적요인을 포함한 다양한 요인들을 통합적으로 고려해 간호대학생의 행복지수 영향요인을 조사하였다는 것이다. 하지만 지역에 국한된 연구대상을 표집하여 연구결과를 일반화하는 데는 한계가 있다.

## 결론

본 연구는 사회적 지지와 자아탄력성, 스트레스, 전공만족도가 행복지수에 미치는 영향을 파악하고자 실시되었다. 본 연구결과 사회적 지지가 많을수록 자아탄력성이 높을수록 전공만족도가 높을수록 행복지수는 높았고 스트레스가 많을수록 행복지수는 낮았다. 계층적 회귀분석결과 사회적 지지, 자아탄력성, 대인관계, 스트레스, 전공만족도 순으로 행복지수에 영향을 미치는 것으로 확인되었으며 46%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다. 이들 변수 중 행복지수에 가장 영향을 많이 미치는 변수는 사회적 지지였으며 대인관계 또한 중요한



변수로 밝혀져 행복지수에 사회적 관계 즉 외적요인이 중요한 영향 요인임을 확인할 수 있었다. 이러한 연구결과를 바탕으로 간호대학생의 행복지수 증진을 향상시키기 위해서는 이들 관련 요인들을 고려한 중재 접근이 필요하며 특히 사회적 지지, 대인관계는 행복지수 증진을 위한 전략 요인으로 개발할 필요가 있으리라 사료된다.

이상의 연구결과를 토대로 다음과 같이 제언한다.

첫째, 간호대학생의 행복지수에 대한 관심을 높이고 연구 결과를 일반화하기 위해 반복 연구할 것을 제언한다.

둘째, 간호대학생의 행복지수 증진을 위한 전략인 사회적 지지와 대인관계를 증진시킬 수 있는 지지 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증할 필요가 있다.

## REFERENCES

- Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*. 1984; 95:542-575.
- Kwon, SM. Positive psychology. Seoul: Hakjisa; 2008.
- Cho HC. A study on the stress involved in preparing for employment on college student's happiness: The moderating effects of social support. *Studies on Korean Youth*. 2013;24(1): 157-184.
- Ahn DJ. Korean college students, happiness failing score. *Indaily*. 2011 June 18; Sect. News in Weather - News. Available from: <http://www.indaily.co.kr/client/news/newsView.asp?nIdx=3318&nBcate=F1005&nMcate=M1001>
- Jo GY, Park HS. Predictors of subjective happiness for nursing students. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*. 2011;12(1):160-169. <http://dx.doi.org/10.5762/kais.2011.12.1.160>
- Jeong MH, Shin MA. The relationship between self-esteem and satisfaction in major of nursing students. *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*. 2006;12(2):170-177.
- Son BH, Kim YM, Jun IG. A study on nursing students's job-esteem, work values, and satisfaction of their major. *Korean Journal of Occupational Health Nursing*. 2011;20(3):240-249. <http://dx.doi.org/10.5807/kjohn.2011.20.3.240>
- Seligman MEP. Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize our potential for lasting fulfillment. New York: Free Press; 2002.
- Klohn EC. Conceptual analysis and measurement of the construct of ego-resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1996;70:1067-1079. [http://dx.doi.org/10.1037/0022\\_3514.70.5.1067](http://dx.doi.org/10.1037/0022_3514.70.5.1067)
- Park HS. Stress, yangsaeng and subjective happiness among female undergraduate nursing students in the republic of Korea. *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*. 2014;20(4):471-481. <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.4.471>
- Kim GH, Kim KH. Factors related to happiness in first year women nursing students. *Journal of Korean Academy Psychiatric and Mental Health Nursing* 2012;21(2):149-157. <http://dx.doi.org/10.12934/jkpmhn.2012.21.2.149>
- Kim DC, Lee JS. Influence of ego-resilience and self-efficacy on satisfaction in major of nursing student. *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*. 2014;20(2):244-254. <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.2.244>
- Watson J. Nursing: human science and human care. A theory of nursing. Norwalk, Connecticut: Appleton-Century-Crofts;1985.
- Zimet GD, Dahlem NW, Zimet SG, Farley GK. The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*. 1988;52:30-41. [http://dx.doi.org/10.1207/s15327752jpa5201\\_2](http://dx.doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2)
- Kim, JH. The college adjustment of adult children of alcoholic [dissertation]. Seoul: Seoul Women University; 2007.
- Oshio A, Kaneko H, Nagamine S, Nakaya M. Construct validity of the adolescent resilience scale. *Psychological Reports*. 2003;93(3f):1217-1222. <http://dx.doi.org/10.2466/pr0.2003.93.3f.1217>
- Jung EO. A validation of psychological resilience scale [master's thesis]. Jeonju: Chonbuk National University; 2006.
- Yoo JS, Chang SJ, Choi EK, Park JW. Development of a stress scale for Korean nursing students. *Journal of Korean Academy of Nursing*. 2008;38(3):410-419. <http://dx.doi.org/10.4040/jkan.2008.38.3.410>
- Kim KH, Ha HS. A study of department satisfaction factors of undergraduate students. *Korea Journal of Counselling*. 2000; 1:7-20.
- Lee MR, Park BH. Mediating effects of ego-resiliency on the relationship between major satisfaction and job-preparing stress of university students. *Journal of Future Oriented Youth Society*. 2014;11(4):77-93.
- Suh EK, Koo JS. A concise measure of subjective well-being (COMSSWB): Scale development and validation. *Korean Journal of Social and Personality Psychology*. 2011;25(1):95-113.
- Ha JY. Impact of self-esteem, family function and social support on stress in undergraduate students. *Journal of Korean Academy of Fundamentals of Nursing*. 2010;7(2):259-266.
- Song YS. Stressful life events and quality of life in nursing students. *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*. 2012;18(1):71-80. <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2012.18.1.071>
- Kim KN. The effect nursing organizational culture and happiness index on turnover intention among nurses. *Korean Journal of Health Service Management*. 2014;8(2):61-72. <http://dx.doi.org/10.12811/kshsm.2014.8.2.061>

25. Han HC, Kang PS, Oh, PS. Influential factors affection the happiness level on the leisure participation motivations and characteristics of women worker. *Korean Journal of Tourism Research*. 2011;26(5):495-513.
26. Nam MH, Lee MR. Factors influencing subjective happiness index of health behavior, self-esteem and major satisfaction by nursing students. *Journal of Digital Convergence*. 2014;12(10): 363-374. <http://dx.doi.org/10.14400/jdc.2014.12.10.363>
27. Kim SH, Lee SH. The influence of job-seeking stress, career decision-making self-efficacy, self-esteem and academic achievement on nursing students's happiness. *Korean Journal of Adult Nursing*. 2015;27(1):63-72. <http://dx.doi.org/10.7475/kjan.2015.27.1.63>
28. Ryff CD, Heidrich SM. Experience and well-being: Explorations on domains of life and how they matter. *International Journal of Behavioral Development*. 1997;20:193-206. <http://dx.doi.org/10.1080/016502597385289>
29. Lee OH. The influence of life stress, ego-resilience and social support on psychological well-being among college students. *Korean Journal of Youth Studies*. 2012;19(1):29-57.
30. Lyubomirsky S, Sheldon KM, & Schkade D. Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*. 2005;9(2):111-131. <http://dx.doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.111>