

멘토링프로그램이 3년제 간호대학생의 대학생활적응과 자아존중감에 미치는 영향

이 성 희¹⁾

서 론

연구의 필요성

대학생활이 시작되는 시기는 미성년에서 성인으로 넘어가는 과도기로서 사회적 적응과 더불어 정서적 독립이 요구되며 새로운 환경의 변화로 인해 갈등과 혼란을 겪는 시기이다. 특히 우리나라 대학생들은 고등학교 때까지 입시위주의 지시와 타율에 의한 수동적인 생활을 하다가 대학생이 되어 갑자기 자기 주도적인 생활을 하도록 요구받으면서 학업을 비롯한 여러 분야에서 불안 등의 문제를 표출하고 있다(김은영, 1993).

한덕웅, 전검구 및 이창호(1991)에 의하면 대학교 신입생들은 고등학교 교육과 대학교 교육 간의 연계성에 심각한 문제가 있다고 생각하고 있으며, 그들의 대학생활 적응을 방해하는 요인들은 장래직업 및 진로에 대학 교육 부재와 산만하고 무의미한 생활 등이고, 대학생활 적응을 위해서 그들에게 가장 필요한 것이 대학생활의 전반적인 이해라고 생각한다고 하였다. 또한 Lustman, Sowa와 O'hara(1984)는 대학생활의 부적응이라는 스트레스는 신체적인 증상을 초래할 수 있다고 하였다.

대학생활에 대한 부적응은 학업성취도 뿐만 아니라 학생들의 인성발달에도 영향을 미치고 학생들의 관심이 여러 가지 비교육적인 분야로 흐르게 되는 부정적인 결과를 초래하게 되며 궁극적으로 대학교육의 실효성에도 부정적 영향을 줄 수 있다(한국직업능력개발원, 2003).

대학 신입생이 겪는 대학생활 부적응 정도는 학기 초기에

국한되는 것이 아니고 그 후로도 지속되며 초기에 다루어 지지 않으면 더욱 악화되는 경향이 있는 것으로 보고되었으며, 전공 만족도가 높을 경우 대학생활 적응 정도가 높은 것으로 나타났다(안지연과 임희경, 2005). 그리고 부모로부터의 독립, 자아개념, 자아존중감과 같은 개인의 심리적, 성격적 특성도 대학생활의 적응 정도에 영향을 미치는 요인이다(양현정, 2002).

물론 학교 당국도 대학생의 학교 적응력을 높이기 위한 상담이나 서비스프로그램 제공 및 개발의 필요성을 인식하고 있으며 여러 제도적인 장치를 두고 있으나 그 실효성에 대한 의문이 제기되며, 실제로 3년제 대학에서 대학생활 부적응 등의 이유로 중간 탈락을 하는 학생이 최근 증가하는 추세이다(한국직업능력개발원, 2003).

3년제 전문대학생의 학업성취 및 학교생활 적응력 향상을 위한 방안으로 멘토링프로그램을 고려 해 볼 수 있다. 멘토링은 경험이 많은 사람, 즉 멘토가 경험이 적은 아랫 사람, 즉 멘티의 성장과 발달을 최대한 돕기 위해 일대일로 지속적인 관계 속에서 친구, 스승, 모범인물, 안내자, 조언자, 상담자 등의 역할을 수행하는 것을 말한다. 멘토링 관계는 멘토와 멘티가 상호관심, 상호신뢰, 상호존경을 바탕으로 지식이나 기술을 가르치는 역할을 넘어서서 멘티의 전반적인 자아실현에 초점이 맞춰진다는 점에서 다른 관계와 구별된다(Hunt & Michael, 1983).

멘토링의 기능은 경력관리, 심리사회, 그리고 역할모형 기능으로 크게 구분되며 선행 연구에서 멘토링이 직장인의 직무몰입, 직무만족도, 이직률 감소(Ragins, Cotton, & Miller 1999)와, 중학생의 자기정체감 증진(최이원, 2002), 청소년의

주요어 : 멘토링프로그램, 대학생활적응, 자아존중감

1) 경북대학교 간호대학(교신저자 E-mail: leesh@knu.ac.kr)

투고일: 2006년 4월 14일 심사완료일: 2006년 6월 10일

심리·사회적 적응향상(방진이, 2005) 등의 효과가 있음이 검증되었다. 또한 대전의 두 전문대학에서는 대학생의 학업성취도 향상과 대학생생활적응을 높이기 위한 지원프로그램으로 멘토링을 실시하여 재학생 탈락률 감소의 효과를 보고한 바 있다(한국직업능력개발원, 2003). 장원섭, 김선희, 민선향 및 김성길(2002)이 대학생 445명을 대상으로 멘토링에 대한 요구도를 조사한 결과에 의하면 대학생의 96.2%가 멘토링프로그램이 필요하다고 하였으며, 멘토링 실시 시기를 1, 2학년과 같은 저학년 때부터가 가장 바람직하다고 하였다. 또한 멘티의 입장에서 원하는 멘토로 교수를 가장 많이 추천하였으며 멘토링 내용으로는 취업진로지도와 학업성적지도가 바람직하다고 하였다.

그러므로 앞서 살펴 본 바와 같이 대학 신입생의 대학생활 적응을 돕기 위한 중재프로그램의 요구가 높은 상황이며, 특히 3년 만에 국가고시에 대비할 전공 지식과 임상실무에서 요구하는 간호기술을 익혀야 하는 부담감과 아울러 취업과 진로에 대한 준비도 동시에 해야 하는 3년제 간호대학 신입생들의 원활한 대학생활을 위한 지원 프로그램으로 멘토링이 적합할 것으로 생각된다.

따라서 본 연구에서는 3년제 전문대학의 간호과 1학년 학생에게 개개인의 개별화된 사정과 요구를 충족시켜줄 수 있는 조언, 상담과 지도를 기반으로 하는 멘토링프로그램을 개발하여 실시하고, 연구 대상자의 대학생활 적응과 자아존중감에 미치는 영향을 살펴본 후 전체 간호대학생으로 확대 적용의 가능성을 탐색해 보고자 한다.

연구 목적

본 연구의 목적은 3년제 간호대학생에게 <멘토링프로그램>이 어떤 영향을 미치는 지를 살펴보는 것이며 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 멘토링프로그램이 간호대학생의 대학생활 적응에 미치는 영향을 조사한다.
- 멘토링프로그램이 간호대학생의 자아존중감에 미치는 영향을 조사한다.

용어 정의

- 멘토링프로그램 : 멘토링프로그램은 한 사람이 다른 사람과 일정한 관계를 맺음으로써 장·단기적으로 혹은 정규적, 비정규적으로 주어진 시간을 통해 격려하고, 돌보고, 교육하고, 지도하며, 아이디어를 공함으로써 개인적인 영향을 끼치는 프로그램을 의미하며(김태형과 신완룡, 1999), 본 연구에서는 연구자가 멘토가 되어 연구 대상자인 멘티

에게 역할모형, 수용 및 지원, 상담과 우정의 심리사회적 기능을 강화하기 위해 일대일 멘토링과 집단 멘토링을 통해 2004년 3월에서 6월까지 시행된 16회기의 프로그램을 의미한다.

- 3년제 간호대학생 : 3년제 전문대학에서 간호학을 전공하는 학생을 말하며, 본 연구에서는 2004년 G시 소재 S전문대학의 간호과에 재학 중인 1학년 중 본 연구에 참여한 31명을 의미한다.
- 대학생활 적응도 : 대학생활 적응이란 대학생들이 대학이라는 환경속에서 생활하며 학업, 대인관계, 정서적 측면에서 대학생활의 요구에 대처하는 적절한 반응(정민, 2001)으로서, 본 연구에서는 한덕용 등(1991)이 개발한 대학생활적응 측정도구에서 연구자가 일부 영역과 문항을 발제한 대학생활적응 측정도구에 의해 측정된 점수를 말한다.
- 자아 존중감 : 자아존중감은 자신에 대한 주관적인 평가(Rosenberg, 1985)로서, 본 연구에서는 Rosenberg(1965)가 개발한 자아존중감 측정도구를 전병제(1974)가 번역한 척도에 의해 측정된 점수를 말한다.

연구 방법

연구설계

본 연구는 단일군 전후 실험설계로서 연구 대상자에게 멘토링프로그램을 적용하기 전 일반적 특성, 대학생활적응도 그리고 자아존중감을 측정하였고, 실험처치 후 대학생활적응도와 자아존중감을 반복 측정하였다<Table 1>.

<Table 1> Research design

Pre-test	Treatment	Post-test
General characteristics	Mentoring	Adjustment to
Adjustment to college life	program	college life
Self-esteem	(16 weeks)	Self-esteem

연구대상 및 표집방법

본 연구는 G시에 소재하는 S전문대학의 간호과 1학년을 대상으로 하였다. 1학년 전체 학생 중 입학과 함께 연구자의 지도학생으로 배정받은 학생을 본 연구의 연구대상자로 이용한 연구자 편의 표집방법을 이용하였다. 연구의 시작 시에는 대상자가 32명이었으나 1명이 실험 중 자퇴를 하여 총 연구 대상자는 31명이었다. 연구자가 학생들에게 연구의 목적과 절차를 설명 한 후 학생들의 동의를 모두 얻은 후 연구를 시작하였다.

연구도구

- 대학생활 적응도 : 대학생활 적응도는 한덕웅 등(1991)이 개발한 대학생활적응 측정도구(전체 120문항)중에서 전반적 대학생활 적응(3문항), 소속대학적응(7문항), 전공학과 적응(4문항), 주관적 복지(5문항), 입학시 갈등(5문항) 총 5영역(총 24문항)을 추출한 도구에 의해 측정되었다. 대학생활 적응 측정도구에서 5영역만 발췌한 이유는 나머지 영역이 교과과정, 경제문제, 학업평가방법 등 멘토링프로그램을 통하여 개선하기 어려운 부분이었던 것과 전체 도구의 문항이 너무 많았기 때문이었다. 점수는 Likert 5점 도구로 평정하였으며 “매우 그렇다”에 5점, “전혀 그렇지 않다”에 1점을 부여하였으며 가능한 점수의 범위는 5점에서 120점이며 점수가 높을수록 대학생활 적응도가 높음을 의미한다. 한덕웅 등 (1991)의 연구에서 Cronbach's α 는 .55 ~ .67 이었고, 본 연구에서 Cronbach's α 는 .65 ~ .83 이었다. 또한 예비조사를 통해 이 도구와 한덕웅 등(1991)의 대학생활적응 측정 도구를 3년제 간호대학 2학년생 20명에게 동시에 측정하였을 때 두 도구에 의한 측정값이 정적 상관관계에 있었으므로($r=.51, p<.001$) 연구자에 의해 간편화된 도구가 한덕웅 등(1991)의 대학생활적응 측정도구만큼 타당하게 우열을 측정하는 것으로 나타났다.
- 자아존중감 : 자아존중감을 측정하기 위하여 Rosenberg (1965)가 개발한 검사를 전병제(1974)가 번안한 척도를 사용하였다. 자아존중감은 전체 10문항이며 개발당시 4점 척도이었으나 본 연구에서는 5점 척도로 수정하여 사용하였다. “매우 그렇다”에 5점, “전혀 그렇지 않다”에 1점을 부여하였으며 가능한 점수의 범위는 5점에서 50점이며 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .74 ~ .82이었다.

멘토링프로그램

멘토링프로그램의 개발 및 운영은 연구자인 멘토에 의해 이루어졌으며, 멘토링 활동에 필요한 경비, 장소 및 차량은 연구자가 속해 있었던 S대학 측으로부터 제공받았다. 본 연구에 적용한 멘토링프로그램은 멘토링의 심리사회적 기능을 강조한 것으로, 심리사회적 기능은 개인적인 수준에서 자신감과 자아에 대한 명확성을 고취시켜줌으로써 친밀감과 신뢰감이 형성되어 보다 인간적인 관계가 맺어질 때 가능하다. 심리사회적 기능의 구성요소로 역할모형, 수용 및 지원, 상담, 우정을 들 수 있다(장원섭 등, 2002).

본 연구의 멘토링프로그램은 이 네 가지 구성요소를 포함하도록 구성되었으며, 매 주에 일어나는 활동의 특성별로 일대일 멘토링 혹은 그룹 멘토링을 적용하였다. 일대일 멘토링

은 멘토(연구자)가 멘티를 개별적으로 만나 활동하는 것으로 상담(2주, 14주)을 통하여 멘토와 멘티간의 신뢰관계를 구축하였고, 학습습관검사(8주)와 직업선호도검사(9주)를 통해 개인별 학습습관과 직업선호도를 검사하였으며, 멘토링프로그램 종료시 전체 프로그램에 대한 평가 및 개인별 성장 정도를 파악하는 방법(16주)으로 이용되었다. 일대일 멘토링은 멘토의 연구실 혹은 교수학습지원센터에서 이루어졌고 멘티는 사전에 약속된 시간에 맞추어 멘티를 찾아 왔으며 일대일 활동에 소요된 시간은 멘티의 상황에 따라 다소 달랐으나 짧게는 20분 길게는 1시간 정도였다. 한편 그룹 활동은 멘토링의 성격상 일대일 보다는 집단 활동을 통한 멘티간의 우정과 상호작용을 유도하기 위함이 주요한 목적이었고, 소집단으로 나누어 또한 레저활동, 강연회, 자원봉사활동 등을 시행할 때 행사진행의 수월성과 경비상의 문제를 해결할 수 있는 이점이 있었기 때문에 시행되었다. 멘티 10명 혹은 11명이 한 그룹(전체 3그룹)이 되었고 그룹마다 멘티중에서 선출된 조장이 그룹활동의 진행을 도왔으며 그룹 활동의 전체적인 진행은 연구자에 의해 이루어졌다. 다만 5주차의 <선배와의 대화>에는 간호학 전공자로서 어려운 여건속에서도 사회적으로 성공한 선배 3명의 강연이 있었고, 13주차에는 대학생의 학습습관을 전공한 교육학 박사의 초청강연이 있었다. 그룹활동에 소요된 시간을 보면 영화감상(3주), 강연회(13주), 선배와의 대화(5주)는 2시간 정도 소요되었으나, 야외활동(4, 6, 7, 11주), 자원봉사활동(12주)은 시간을 정하지 않고 멘티들의 선호에 따랐으며 대략 7시간 내지 8시간 정도 소요되었다. 또한 모든 그룹이 동시에 그룹활동에 참여하였다.

멘토링프로그램은 연구 대상자의 대학 입학과 동시에 시작되었는데 구체적 기간은 2004년 3월 2일에서 6월 12일까지 전체 16주 동안 매주 화요일에 실시되었다. 정해진 활동시간 이외에 필요할 경우 개별 및 집단 상담이 면대면 혹은 전자우편을 통해 수시로 이루어졌으며, 멘토링 연구자는 멘토링프로그램 실시전 S대학이 주관하는 의사소통기술, 대인관계 기술 등의 내용을 위주로 하는 멘토교육을 받았으며 멘토링을 진행하는 중간에 멘토링을 전공한 교육심리학 교수(슈퍼바이저)로부터 3회의 슈퍼비전을 받았다<Table 2>. 그리고 본 연구에서 실시한 멘토링프로그램은 전체 멘토링의 1단계에 해당하는 시작 단계에 해당되므로 프로그램 목표를 멘토와 멘티의 긍정적 관계 형성과 멘토링의 중요성 인식으로 설정하였다.

자료분석방법

수집된 자료는 SPSS 11.0 WIN 프로그램을 이용하여 분석하였다. 연구 대상자의 일반적 특성은 빈도, 백분율과 평균, 표준편차로 분석하였고, 가설검증은 paired t-test로 하였다.

<Table 2> Mentoring program

Sessions	Category	Contents	Type
- Education for mentor			
1	Introduction to program	<ul style="list-style-type: none"> • Introduction to program • Connection ceremony between mentor and mentee 	Group activities
2	Counselling	<ul style="list-style-type: none"> • Knowing each other 	One to one
3	Watching movies	<ul style="list-style-type: none"> • Watching the videos related to major • Expression mentee's impression of movie 	Group activities
4	Leisure activity	<ul style="list-style-type: none"> • Culture experience through a bicycle trip 	Group activities
- Supervision for mentor			
5	Meeting seniors	<ul style="list-style-type: none"> • Special lecture from senior at the major 	Group activities
6	A tour through work place I	<ul style="list-style-type: none"> • A tour through work place (hospital, school) 	Group activities
7	A tour through work place II	<ul style="list-style-type: none"> • A tour through work place (Industry, postpartum care center, care facilities for elderly) 	Group activities
8	Presentation	<ul style="list-style-type: none"> • Read a field trip paper 	Group activities
- Education for mentor			
- Supervision for mentor			
9	Learning habit test	<ul style="list-style-type: none"> • Search for my own learning habit 	One to one
10	Vocational interest test	<ul style="list-style-type: none"> • Search for a course after graduation 	One to one
11	Leisure activity	<ul style="list-style-type: none"> • Culture experience 	Group activities
12	Voluntary activity	<ul style="list-style-type: none"> • Voluntary activity at the facilities for handicapped person 	Group activities
- Supervision for mentor			
13	Lecture	<ul style="list-style-type: none"> • What is correct learning habit? 	Group activities
14	Counselling	<ul style="list-style-type: none"> • Analyzing outcomes of learning habit • Analyzing outcomes of vocational interest 	One to one
15	Making career road map	<ul style="list-style-type: none"> • Making plans preparing for a professional job 	Group activities
16	Evaluation	<ul style="list-style-type: none"> • Counselling • Review of program 	One to one Group activities

연구 결과

대상자의 일반적 특성

대상자중 여학생은 22명(71.0%), 남학생은 9명(29.0%)이었다. 가족형태를 보면 대상자의 90.3%가 핵가족이었으며, 가정의 월수입은 200만원에서 300만원 사이가 51.6%로 가장 많았다. 대상자중 종교를 가지지 않은 학생이 18명(58.1%)이었으며, 종교를 <불교>라고 응답한 학생이 32.2%이었다. 대상자들의 41.9%가 실업계 고교를 졸업하였으며, 연구 대상자의 42%는 입학 전 직장경험이 없었던 것으로 나타났다. 한편 전공과 관련된 직장경험을 가진 학생도 9명 있었다. 대상자들이 간호과를 선택한 가장 큰 이유는 취업전망이 밝아서가 71%로 가장 많았으며, 그 다음이 선생님 등의 권유로 입학한 학생이 6명(19.3%)으로 많았다. 대상자의 평균 연령은 20.9세였다 <Table 3>.

가설검증

- 제 1가설 : 멘토링프로그램을 적용한 대상자의 사전 대학

생활 적응도와 사후 대학생활 적응도는 차이가 날 것이다.”에 대한 분석결과는 <Table 4>와 같다. 멘토링프로그램을 수강한 대상자의 대학생활 적응도의 사전점수는 75.0점이었고 사후조사 시 83.7점으로 유의한 차이가 있었다($t=-4.36, p<.001$). 특히 대학생활 적응도의 하위영역에서 유의한 차이를 보인 영역은 전반적 대학생활 적응($t=.11, p=.007$), 소속대학 적응($t=-4.91, p<.001$)이었다. 그러므로 가설 1은 지지되었다.

- 제 2가설 : “멘토링프로그램을 적용한 대상자의 사전 자아 존중감 점수와 사후 자아존중감 점수는 차이가 날 것이다”에 대한 분석결과는 <Table 5>와 같다. 멘토링프로그램을 수강한 대상자의 자아존중감의 사전점수는 30.8점이었고 사후조사 시 33.5점으로 2.7점의 차이가 있었고 이는 통계적으로 유의하였으므로($t=-2.24, P=.027$) 가설 2는 지지되었다.

논 의

멘토링프로그램 적용 후 대상자의 전체 대학생활 만족도의 유의한 증가가 있었고 하위영역 중 전반적 대학생활 적응과

<Table 3> General characteristics of subjects

(N=31)

Variables		n(%) / M±SD
Gender	Male	9(29.0)
	Female	22(71.0)
Types of family	Extended	3(9.7)
	Nuclear	28(90.3)
Family income (1,000 won)	≤1,000	8(25.8)
	1,000<2,000	7(22.6)
	≥2,000<3,000	16(51.6)
Religion	None	18(58.1)
	Christian	3(9.7)
	Buddhism	10(32.2)
Types of high school	General	11(35.5)
	Vocational	13(41.9)
	Vocational agricultural	7(22.6)
Job experience	None	13(42.0)
	Job related with major	9(29.0)
	Job not related with major	9(29.0)
Motivation for selecting their major	Fitness and interest for major	3(9.7)
	Prospect on employment	22(71.0)
	By recommendation of teachers, parents, and relatives	6(19.3)
Age(years)		20.9 ± 6.7

<Table 4> Influences of mentoring program on adjustment to college life

Variables	Pre-test	Post-test	t	P
	M ± SD	M ± SD		
Adjustment to college life	75.0 ± 8.9	83.7 ± 9.2	-4.36	.000
General adjustment to college life	9.4 ± 2.2	12.6 ± 2.4	.11	.007
Adjustment to their college	19.8 ± 3.1	24.3 ± 3.9	-4.91	.000
Adjustment to their major	14.9 ± 2.6	15.4 ± 3.4	-.61	.095
Conflict on admission	16.9 ± 3.1	17.2 ± 2.9	-.121	.705
Subjective identity of well-being	13.5 ± 3.2	14.2 ± 3.1	-1.08	.291

<Table 5> Influences of mentoring program on self-esteem

Variables	Pretest	Posttest	t	P
	M ± SD	M ± SD		
Self-esteem	30.8 ± 6.8	33.5 ± 4.5	-2.24	.027

소속대학 적응 영역에서의 유의한 증가가 있었다. 반면에 전공학과 적응, 입학시 갈등, 주관적 복지 영역에서의 유의한 변화는 없었다. 전반적 대학생활 적응이란 대학생활 자체에 대해서 학생들이 지니고 있는 가치나 평가 기준에 의해서 영향 받는 것으로(한덕웅 등, 1991) 대학생활에 대한 일반적 적응 정도를 나타낸다. 본 연구결과를 통해 연구 대상자의 대학 생활에 대한 일반적인 적응정도가 증가하였다고도 해석할 때는 신중함이 요구된다. 왜냐하면 본 연구의 설계는 대조군을 두지 않은 단일군 전후실험설계이고, 안지연과 임희경(2002)에 의하면 대학생활에 대한 적응 정도는 저학년에 비해 고학년이 높은 경향이 있다고 하였으며, 이관형, 장용규 및 안현

미(2000)도 대학생들이 1학년 초기 대학생활 적응과정에서 가장 큰 어려움을 겪는다고 보고한 것을 고려해보면 본 연구의 연구 대상자들이 16주간의 멘토링 프로그램에 참여를 하면서 정규 교과과정과 대학생활을 병행하였기 때문에 시간에 따른 대학생활 적응도 어느 정도 있었다고 가정해 볼 수 있다. 반면에 대학생활 적응에 영향을 주는 주된 요인은 학년보다는 연령, 군복무 경험 등이라는 보고(김병찬, 2003)와 간호대학생을 대상으로 대학생활 적응도를 비교한 결과 저학년이 고학년에 비해 대학생활 적응도가 높게 나왔는데, 그 이유가 간호대학생은 3학년에 임상실습을 하는 교과목 운영의 특성상 임상실습이 대학생활 적응여부에 영향을 주는 강력한 요인이 된다고 하는 연구결과(최선화와 임난영, 1991)을 살펴보면 앞의 선행 연구와 상반된 주장을 하고 있음을 알 수 있다. 그러므로 대학생활 적응도 변화 여부를 고려함과 동시에 대조군을 두는 연구설계를 통해 반복연구를 거듭하여 연구결과의 축적을 통하여 멘토링프로그램이 전반적 대학생활 적응에 미

치는 효과를 명확히 할 수 있을 것이다.

멘토링프로그램이 연구 대상자의 소속대학 적응 정도를 증가 시킨 것으로 나왔다. 소속대학 적응도는 대상자가 속해 있는 특정 대학에 대한 적응정도를 의미한다. 이것은 전반적 대학생활 적응과 상호 관련이 있으나 두 영역이 반드시 동일한 것은 아니다(한덕웅 등, 1991). 한덕웅 등(1991)에 의하면 소속대학의 적응수준을 예언하는 변인들로 학업관련시설, 진로 및 취업 전망, 교수와의 인격적 관계가 있다. 본 연구에서 실시한 멘토링프로그램은 교내 최첨단 멀티미디어 시설에서의 영화감상, 대상자로 하여금 진로 및 취업에 대한 비전을 갖게 할 수 있는 다양한 진로탐색 프로그램, 아울러 교수(멘토)와 같이 활동한 문화제 답사와 여가선용의 프로그램 구성은 교수(멘토)와 학생(멘티)이 인격적 관계를 맺는데 큰 기여를 하는 등 소속대학 적응의 예측 요인들을 모두 제공하였다고 볼 수 있다. 또한 이 결과는 멘토링을 이용하여 지역사회 의 청소년 지지프로그램을 운영한 결과 연구 대상자의 소속 학교에 대한 애착정도가 증가하였다는 연구결과(Moody, Childs, & Sepples, 2003)와 유사하였다.

본 연구에서는 진로 및 취업에 대한 지도를 강화시킨 후 궁극적으로 전공학과에 대한 적응정도를 높이기 위하여 멘토링프로그램에 진로탐색활동을 집중적으로 포함시켰으나 분석 결과 대상자의 전공적응정도의 유의한 변화는 없었다. 이는 대상자들이 진로탐색활동 중 경험한 전공 선배와의 대화와 병원 등의 직업현장 탐방이 밝은 취업전망만을 보고 간호과를 막연히 선택한 신입생들에게 두려움과 부담감으로 작용하였을 수 있으며, 직업선호도 검사 결과 본인의 적성이 간호/보건으로 분야를 벗어나 있는 경우가 다수 있어 학생들이 간호과 진학에 대한 갈등과 후회를 경험했을 수 있기 때문인 것으로 생각된다. 실제로 직업선호도 검사를 반영한 대학 전공 선택이 잘 이루어지지 않는 현 교육현실이 본 연구의 결과에 간접적인 영향을 주었다고 볼 수 있다.

멘토링프로그램 적용 후 대상자의 자아존중감 점수가 유의하게 증진되었다. 멘토링의 기능으로는 경력관리기능, 역할모델기능 그리고 심리사회적 기능이 있는데(장원섭 등, 2002), 멘토링이 대상자의 자기효능감 증진 효과(이운화, 2004)와 중학생의 자아정체감(최이원, 2002)과 자아존중감(방진이, 2005)의 향상 효과를 보고한 선행연구를 통해 무엇보다 멘토링의 심리사회적 기능이 중요시되고 또한 강조되고 있음을 알 수 있다.

양현정(2002)은 대학생의 자아존중감의 수준이 대학생활 적응도를 설명하는 유의한 변수라고 하였으며, 최해림(1999)도 임상적 경험을 토대로 자아존중감이 낮은 학생들이 대학생활에 적응문제를 가지게 되며 많은 경우에서 우울증과도 연관 되어졌다고 하였다. 그러므로 대학생의 자아존중감을 증진

시키는 것이 대학생활 적응 정도 향상에 기여한다고 볼 수 있고 본 연구에서의 자아존중감의 증진 결과는 궁극적으로 대학생의 대학생활적응을 도울만한 유의한 결과로 해석할 수 있을 것이다.

앞서 살펴본 바 3년제 간호대학생에게 적용한 멘토링은 간호대학생의 대학생활적응과 자아 존중감 향상에 유의한 효과가 있는 프로그램이라 볼 수 있고, 신입생뿐만 아니라 학년을 확대하여 적용하였을 때 대학생활의 부적응 감소와 직업세계로의 원활한 이행을 돕는 유의한 프로그램이 될 것으로 생각된다.

그러나 본 연구가 가지는 몇 가지 제한점이 있다. 첫째, 본 연구에서 적용한 멘토링 형태는 멘토 1명이 31명의 멘티와 개별적인 관계를 맺는 형태로서 멘토의 부담감이 과중하였다. 향후 연구에서는 고전적인 멘토와 멘티의 1:1관계를 형성하는 프로그램 구성이 필요한데 이를 위해서는 교수 멘토 이외 동료 혹은 선배 멘토의 도입을 고려해 볼 수 있다. 둘째, 본 연구는 전체 멘토링프로그램 4단계 중 1단계 실시 후의 효과를 검증한 것이므로 멘토링의 장기적인 효과를 측정하지 못하였다. 셋째, 본 연구에서는 연구 환경상 단일군 전후실험설계를 하였으므로 실험의 성숙(maturation) 효과를 배제하지 못하였다.

결론 및 제언

본 연구에서는 3년제 간호대학 신입생을 대상으로 멘토링 프로그램을 운영하여 대학생활적응도와 자아존중감에 미치는 효과를 검증하였다. 연구 결과 멘토링프로그램을 실시한 대상자의 사전 대학생활적응도와 사후 대학생활적응도의 유의한 차이가 있었으며, 사전 자아존중감과 사후 자아존중감의 유의한 차이도 있었다. 그러므로 멘토링프로그램은 3년제 간호대학 신입생의 대학생활 적응과 자아존중감 향상에 긍정적 영향을 주었다고 할 수 있었고, 지속적으로 멘토링 프로그램이 진행됨에 따라 학생들의 대학생활 만족도의 증가와 함께 학업성적 향상과 직업세계로의 원활한 이행으로 이어질 것으로 기대된다.

이상의 연구결과를 근거로 하여 다음과 같은 제언을 한다.

- 대조군을 둔 반복연구를 통하여 멘토링프로그램이 3년제 간호대학생의 대학생활적응도 등에 미치는 효과를 재검증할 필요가 있다.
- 멘토링프로그램을 다른 전공의 대학 신입생에게 확대 적용할 필요가 있다.
- 멘토링프로그램이 멘토, 멘티 그리고 학교조직에 미치는 장기적인 효과를 지속적으로 측정해 볼 필요가 있다.
- 간호과 학생의 대학생활양식을 고려하여 교수 멘토 이외

선배 멘토를 이용한 멘토링을 실시하여 그 효과를 검증해 볼 필요가 있다.

References

- 김병찬 (2003). *전문대학생의 대학생활 적응에 관한 연구*. 홍익대학교 석사학위논문.
- 김은영 (1993). *대학생의 심리적 독립과 사회적 적응에 관한 연구*. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 김태형, 신완룡 (1999). 멘토링 기능과 조직몰입과의 관련. *경영연구*, 3(1), 99-121.
- 방진이 (2005). *저소득 한부모 가정 청소년을 위한 멘토링 프로그램에 관한 연구*. 서울여자대학교 석사학위논문.
- 안지연, 임희경 (2005). 여대생의 대학생활 적응. *한국생활과학회지*, 14(1), 233-239.
- 양현정 (2002). *대학생활적응에 영향을 미치는 일상적 스트레스와 자아존중감의 상호작용효과*. 연세대학교 석사학위논문.
- 이관형, 장용규, 안현미 (2000). 교육대학 남학생들의 대학생활 적응과 만족도 연구. *학생생활연구*, 26, 111-145.
- 이윤화 (2004). *멘토링 기능이 멘토링 효과에 미치는 영향에 관한 연구 - 자기효능감의 조절효과를 중심으로*. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 장원섭, 김선희, 민선향, 김성길 (2002). 일의 세계로의 원활한 이행을 위한 대학생 멘토링 요구 조사. *연세교육연구*, 15(1), 99-118.
- 전병제 (1974). 자아개념측정 가능성에 관한 연구. *연세논총*, 11(1), 107-130.
- 정민 (2001). *생활양식과 대학생활적응과의 관계*. 전남대학교 석사학위논문.
- 최선하, 임난영 (1991). 국립간호대학생의 지역간 대학생활적응 차이에 관한연구. *한국보건간호학회지*, 5(2), 27-35.
- 최송미 (2001). 한·중 대학생의 대학생활적응과 정신건강에 대한 비교연구. *학생생활연구*, 6, 117-132.
- 최이원 (2002). *중학생 멘토링 경험이 자아정체감 형성에 미치는 영향*. 명지대학교 석사학위논문.
- 최해림 (1999). 대학생의 자아존중감, 우울증, 가정적 자아와의 관계. *한국심리학회지*, 11(2), 183-197.
- 한국직업능력개발원 (2003). *전문대학생의 기초학습능력 증진 방안*. 서울: 한국직업능력개발원.
- 한덕웅, 전경구, 이창호 (1991). 한국 대학생의 생활환경 변화와 대학생활 적응. *학생지도연구*, 9(1), 5-170.
- Hunt, D. M., & Michael, C. (1983). Mentorship: A career training and development tool. *Acad Manage rev*, 8, 475-485.
- Lustman, P. J., Sowa, C. J., & O'Hara, K. J. (1984). Factor influencing college students health: Development of the psychological distress inventory. *J of Counselling Psychology*, 31, 28-35.
- Moody, K. A., Childs, J. C., & Sepples, S. B. (2003). Intervening with at-risk youth: evaluation of the youth empowerment and support program. *Pediatr Nurs*, 29(4), 263-270.
- Ragins, B. R., Cotton, J. L., & Miller, J. S. (1999). Managerial mentoring: The effects of type of mentor, quality of relationship, and program design on work and career attitudes. *Acad Manage J*, 43(6), 1177-1194.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.
- Rosenberg, M. (Ed.) (1985). *Self-concept and psychological well-being in adolescence : The development of the self*. Orlando : Academic Press.

Influences of Mentoring Program on Adjustment to College Life and Self-esteem in Nursing College Students

Lee, Sung-Hee¹⁾

1) College of Nursing, Kyungpook National University

Purpose: The purpose was to investigate the influences of mentoring program on adjustment to college life and self-esteem of nursing college students. **Method:** Thirty-one nursing college students took part in the study. Mentoring program was carried out for 4 hours a week for 16 weeks. **Result:** Mentoring program showed significant change on the adjustment to college life and self esteem. **Conclusion:** It is promising that mentoring program can be effective one to increase the adjustment to college life, and improve the self-esteem of nursing college students.

Key words : Mentoring program, Adjustment to college life, Self-esteem

• Address reprint requests to : Lee, Sung-Hee

College of Nursing, Kyungpook National University

101, Dongin-2ga, Jung-gu, Daegu 702-422, Korea

Tel: 82-53-420-4935 Fax: 82-53-423-5361 E-mail: leesh@knu.ac.kr