

# 간호대학생의 분노표현방식, 사회적지지 및 대학생활적응의 관계

## Relationships between Anger Expression, Social Supports and Adjustment to College Life among Nursing Students

전원희\*, 조명주\*\*, 나현주\*\*\*

계명대학교 간호대학\*, 부산가톨릭대학교 간호대학\*\*, 동아대학교 간호학과\*\*\*

Won-Hee Jun(jwh917@hanmail.net)\*, Myoung-Ju Jo(nicupicu@naver.com)\*\*,  
Hyunjoo Na(hjna21@donga.ac.kr)\*\*\*

### 요약

본 연구는 간호대학생의 분노표현방식, 사회적 지지 및 대학생활적응 간의 관계를 파악하고 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 규명하는 서술적 조사연구이다. 연구대상자는 D시와 C시에 소재한 2개 대학의 간호대학생 266명이었다. 구조화된 자가 보고식 설문지를 이용하여 자료를 수집하였으며, 자료 분석은 SPSS WIN 18.0 프로그램을 사용하여 빈도와 백분율, 평균과 표준편차, t-test, ANOVA, Pearson correlation coefficient, multiple stepwise regression analysis를 실시하였다. 연구결과, 간호대학생의 대학생활적응 수준은 중간 이상이였다. 대학생활적응은 일반적 특성 중 지원동기와 지각된 신체건강상태에 따라 유의한 차이가 있었다. 대학생활적응은 분노표현방식과 사회적 지지와 유의한 상관관계를 보였고, 대학생활적응에 영향을 미치는 요인은 분노표출, 사회적 지지, 지각된 신체건강상태, 분노조절, 분노억제이었으며 이들 변수의 대학생활적응에 대한 설명력은 27.1%이었다. 결론적으로, 적절한 분노표현과 사회적 지지 및 신체건강상태를 증진시키는 것은 간호대학생의 대학생활적응을 향상시키는데 효과적인 전략이 될 수 있다.

■ 중심어 : | 분노표현 | 사회적 지지 | 대학적응 | 간호학생 |

### Abstract

The purpose of this study was to examine the relationships between anger expression, social supports, and adjustment to college life among nursing students. A convenience sample of 266 students in two colleges participated in the study. Data were analyzed using t-tests, ANOVA, Pearson correlation coefficients, and multiple stepwise regression. The mean score for adjustment to college life was above average. The mean score for adjustment to college life differed significantly according to students' reasons for applying to college and perceived health status. Adjustment to college life significantly correlated with anger expression and social supports. Multiple stepwise regression analysis showed that anger expression (Anger-Out, Anger-In, and Anger-Control), social supports, and perceived health status explained 27.1% of the variance in adjustment to college life. The study findings suggest that interventions intended to promote nursing students' adjustment to college life should focus on improving anger management, social supports, and perceived health status.

■ keyword : | Anger Expression | Social Support | College Adjustment | Nursing Student |

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성

대학생 시기는 개인이 부모로부터 독립하여 자신에 대한 정체감을 형성하며 성인으로 성장해가는 중요한 시기이다. 대학생들은 급속히 변화하는 사회 환경 속에서 미래를 위한 새로운 과제들을 직면하게 되고 이로 인해 많은 부담감을 느끼며 적응상의 어려움을 겪게 된다[1]. 선행연구들은 대학생활에 잘 적응하지 못한 대학생들은 학업수행능력이 저하되고, 사회적 관계에서도 고립감을 경험하며, 이러한 결과는 졸업 후 직업 선택 및 사회적 역량과 연관되어 다양한 문제들을 발생시킬 수 있는 것으로 보고하고 있다[2][3]. 더욱이 대학생활 부적응으로 인한 대학생의 학업능력 저하는 교육 경쟁력을 떨어뜨려 대학의 경쟁력과 국가의 경쟁력까지 위협하게 되므로[4] 대학생들이 대학생활에 적응하도록 돕는 것은 대학의 중요한 과제라 할 수 있다.

간호대학생들은 대학생활을 통해 인간의 생명과 건강을 책임지는 미래의 전문 의료인으로서의 기본적 소양과 간호 전문지식을 습득하고 이를 통해 졸업 후 복잡하고 급변하는 임상현장에서 적절히 대응할 수 있는 능력을 키워 나간다[5]. 즉, 간호대학생들의 성공적인 대학생활은 미래 간호 전문 인력의 질적 역량과 연관되어 중요한 의미를 지닌다고 볼 수 있다. 그러나 국내 뿐 아니라 국외에서도 간호대학생들은 타 과에 비해 과중한 학업과 임상실습으로 인해 상당한 수준의 소진과 스트레스를 경험하며 이로 인해 대학생활의 정서적, 사회적 적응에 어려움을 경험한다[6][7]. 또한, 최근 다른 전공에 비해 높은 취업률과 부모의 요구에 의해 적성과 상관없이 간호학을 선택하는 경우가 많아 이 또한 대학생활 적응의 어려움을 나타낸다[8]. 따라서 간호교육자들은 간호대학생의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인들을 파악하여 이들의 대학생활적응을 지원할 수 있는 구체적인 방안을 마련할 필요가 있다.

간호대학생의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인으로는 자아존중감, 자기효능감, 심리적 안녕감, 스트레스, 자아탄력성, 정서인식 및 정서표현 등이 제시되고 있는데[8-12], 이 중 감정을 인식하고 표현하는 능력은

적절한 사회적 기능을 유지하는데 중요한 부분으로 개인의 적응에 영향을 미치는 주요 변인이 된다[12]. 감정을 억제하는 사람은 겉으로는 감정을 잘 조절하는 것으로 보일 수 있으나 내부에는 여전히 부정적인 감정이 남아있어 감정 회복이 더디고 대인관계를 형성할 때에도 깊은 관계를 회피하는 경향을 보인다[13]. 특히 일상생활에서 흔히 경험할 수 있는 분노감정은 자연스럽게 정상적인 감정이나 이를 적절히 통제하지 못하고 억압하거나 회피하는 경우 불안과 우울, 자아존중감 저하, 신경증과 같은 여러 가지 심리적 장애나 고혈압, 심장병, 관상동맥질환, 암과 같은 신체적인 질환을 유발할 수 있고 과도한 분노표현은 대인관계뿐만 아니라 반사회적인 행동으로 확대될 수 있는 가능성이 있다[12]. 반면, 적절한 분노표현은 사회적 관계나 신체적, 심리적 안녕감을 증진시킨다는 점에서[14][15] 분노표현방식은 간호대학생의 대학생활적응에 영향을 미치는 변인으로 고려될 수 있다. 그러나 간호대학생을 대상으로 분노표현방식과 대학생활적응 간의 관련성을 조사한 연구는 없어 이들 간의 관련성을 파악하는 것은 대학생활적응 증진을 위한 중재방안을 마련하는데 의미 있는 자료가 될 수 있다고 본다.

또한 개인이 실제적 대인관계에서 지지를 지각하는 정도가 높을수록 심리적 안녕감이 증가하고 지각된 사회적 지지 정도가 낮을수록 부정적인 스트레스와 병리적 문제들을 경험하게 된다[16][17]. 즉, 사회적 지지는 개인이 스트레스 상황에서 경험하게 되는 심리, 생리적 측면의 부정적 효과를 약화시키고 개인의 환경 적응력을 높이는 요인이 될 수 있다[18]. 사회적 지지와 대학생활적응 간의 관련성을 조사한 선행연구들을 살펴보면, 일반 대학생을 대상으로 한 연구에서[19] 사회적 지지와 대학생활적응 간에 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났고 간호대학생을 대상으로 한 연구[18][20]에서는 대학생활적응 정도가 높았던 학생들은 그렇지 못한 학생들보다 사회적 지지 수준을 높게 인식하고 있었다. 그러나 정효주와 정향인[21]의 연구에서는 간호대학생의 지각된 사회적 지지와 대학생활적응 간에 유의한 관련성이 없는 것으로 나타나 이들 변인 간의 보다 명확한 관계 규명을 위한 추가적인 연구가

필요할 것으로 사료된다.

이에 본 연구는 간호대학생의 분노표현방식, 사회적 지지와 대학생활적응 간의 관련성을 파악하고 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 규명함으로써 간호대학생들의 대학생활적응에 대한 이해를 넓히고 이를 증진시키기 위한 방안을 모색하는데 기초자료로 활용하고자 한다.

## 2. 연구 목적

본 연구의 목적은 간호대학생의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 규명하는데 있으며 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 첫째, 대상자의 분노표현방식, 사회적 지지와 대학생활적응 정도를 파악한다.
- 둘째, 대상자의 일반적 특성에 따른 대학생활적응의 차이를 파악한다.
- 셋째, 대상자의 분노표현방식, 사회적 지지와 대학생활적응 간의 상관관계를 파악한다.
- 넷째, 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

## II. 연구방법

### 1. 연구 설계

본 연구는 간호대학생의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2. 연구 대상

본 연구 대상자는 D시와 C시에 소재한 2개 4년제 간호학과에 재학 중인 간호대학생을 편의 표집한 후 본 연구의 목적을 이해하고 자발적으로 연구 참여에 서면 동의한 266명을 대상으로 선정하였다. 대상자 수는 G-power 3.1.5 프로그램을 이용하여 산정하였으며 다중회귀분석에서 유의수준 .05, 효과크기는 중간 효과크기인 .15, 검정력 95%, 예측요인 9개를 기준으로 하였을 때 최소 166명이 산출되어[22] 본 연구 대상자 수는 추정된 최소 표본 수를 충족하였다.

## 3. 연구 도구

### 3.1 분노표현방식

분노표현방식을 측정하기 위해 Spielberger 등[23]의 상태-특성 분노표현측정도구(state-trait anger expression inventory, STAXI)의 한국어판[24]을 사용하였다. 이 도구는 상태분노 10문항, 특성분노 10문항, 분노표출 8문항, 분노억제 8문항, 분노조절 8문항으로 구성되어 있으나 본 연구에서는 분노표현방식을 측정하는 24문항을 사용하였다. 4점 Likert 척도이며 각 하위요인의 점수가 높을수록 해당 하위요인의 방식을 많이 사용함을 의미한다. 한국어판 도구의 신뢰도 Cronbach's alpha는 분노표출 .74, 분노억제 .75, 분노조절 .88이었다. 본 연구에서 Cronbach's alpha는 분노표출 .75, 분노억제 .74, 분노조절 .85이었다.

### 3.2 사회적 지지

사회적 지지는 Zimet, Dahlem, Zimet와 Parley[25]가 개발한 '사회적 지지 인지 정도를 측정하기 위한 다중 척도(Multidimensional Scale of Perceived Social Support: MSPSS)'를 신준섭과 이영분[26]이 한국어로 번안한 도구를 사용하여 측정하였다. MSPSS 척도는 총 12문항으로 가족지지, 친구지지, 특별지지의 세 가지 하위척도로 구성되어 있다. 각 문항은 '매우 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점까지 5점 Likert식으로 측정하며 점수가 높을수록 사회적 지지의 수준이 높은 것을 의미한다. 도구의 개발 당시 신뢰도는 Cronbach's alpha는 .85, 신준섭과 이영분[26]의 연구에 Cronbach's alpha는 .89였고, 본 연구에서 Cronbach's alpha는 .90이었다.

### 3.3 대학생활적응

본 연구에서 대학생활적응은 Bake과 Siryk[27]가 개발한 대학생활적응 도구(Student Adaptation to College Questionnaire: SACQ)를 현진원[28]이 번안한 대학생활적응 척도를 사용하여 측정하였다. 이 도구는 총 67문항으로 개인-정서적 적응, 학업적 적응, 사회적 적응, 대학환경 적응의 4개 하위요인으로 구성되어 있다. 5점 Likert 척도이며 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점까지 5점 Likert 척도이며 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점까지 5점 Likert 척도이다.

우 그렇다' 5점으로 평정한다. 점수가 높을수록 대학생 활적응 정도가 높은 것을 의미하며 현진원[28]의 연구에서 Cronbach's alpha는 .95이었고 본 연구에서 Cronbach's alpha는 .92이었다.

#### 4. 자료 수집

자료 수집은 D시와 C시에 소재한 2개 대학의 4년제 간호학과 학과장으로부터 자료수집에 대한 승인을 얻은 후 2013년 9월 1일부터 2013년 10월 5일까지 이루어졌다. 연구자는 해당 대학의 간호학과 강의실을 방문하여 학생들의 휴식시간 동안 본 연구의 목적과 내용을 설명하였으며, 이후 연구자가 자리를 비운 상태에서 연구보조원에 의해 연구 참여 동의서가 배포되었고 연구 참여에 서면 동의한 대상자에 한하여 구조화된 자가 보고식 설문지를 사용하여 자료 수집을 실시하였다. 연구자는 자료 수집 전 대상자의 윤리적 문제를 고려하여 연구 참여의 자발성과 익명성에 대해 명시하였고 대상자가 연구 참여를 원하지 않을 경우 언제든지 중단할 수 있으며 이로 인해 어떠한 불이익도 받지 않음을 설명하였다. 설문지는 대상자가 직접 작성하도록 하였으며 응답이 완성된 설문지는 일괄 수거하여 학과 사무실에 제출하도록 하였다. 총 270부의 설문지를 배부하여 270부가 회수되었으며 이 중 응답내용이 불성실한 4부를 제외한 266(99%)부를 최종분석에 사용하였다.

#### 5. 자료 분석

자료 분석은 SPSS 18.0 프로그램을 이용하였다. 대상자의 일반적 특성 및 주요 변수들의 정도는 빈도와 백분율, 평균과 표준편차로 산출하였다. 대상자의 일반적 특성에 따른 대학생활적응의 차이는 t-test와 ANOVA로 분석하였고 사후 검증은 Scheffe-test를 사용하였다. 변수들 간의 상관관계는 Pearson's correlation coefficients로 분석하였다. 대상자의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 Stepwise multiple regression을 실시하였다.

### III. 연구결과

#### 1. 대상자의 일반적 특성

본 연구 대상자의 성별은 여학생 245명(92.1%), 남학생 21명(7.9%)이었다. 학년은 3학년이 74명(27.8%)으로 가장 많았고, 1학년이 61명(22.9%)으로 가장 적었다. 지원동기는 취업용이성이 95명(35.7%)으로 가장 많았고, 적성 92명(34.6%), 타인의 권유 42명(15.8%), 입학성적 37명(13.9명) 순이었다. 지각된 신체건강상태는 건강이 177명(66.5%)으로 가장 많았고, 불건강 50명(18.8%), 보통 39명(14.7%) 순이었다[표 1].

표 1. 대상자의 일반적 특성 (N=266)

특성	구분	n(%)
성별	여자	245(92.1)
	남자	21( 7.9)
학년	1학년	61(22.9)
	2학년	69(25.9)
	3학년	74(27.8)
	4학년	62(23.4)
종교	개신교	49(18.4)
	천주교	42(15.8)
	불교	35(13.2)
	무교	140(52.6)
지원동기	적성	92(34.6)
	기타	174(65.4)
지각된 신체건강상태	건강	177(66.5)
	보통	39(14.7)
	불건강	50(18.8)

#### 2. 분노표현방식, 사회적 지지와 대학생활적응 정도

대상자의 분노표현방식은 분노표출 2.0±0.43점, 분노억제 2.59±0.45점, 그리고 분노조절 2.53±0.49점이었다. 대상자의 사회적 지지는 4.11±.58점이었다. 대상자의 대학생활적응은 3.23±0.43점이었고, 하위요인별 평균점수는 학업적 적응이 2.89±0.37점, 개인-정서적 적응이 3.09±0.42점, 사회적 적응이 3.34±0.39점, 그리고 대학환경 적응이 3.63±0.40점이었다[표 2].

표 2. 분노표현방식, 사회적 지지와 대학생활적응 정도 (N=266)

변수		Range	M(SD)	Min	Max
분노 표현 방식	분노표출	1.0~4.0	2.00(.43)	1.13	3.50
	분노억제	1.0~4.0	2.59(.45)	1.25	3.88
	분노조절	1.0~4.0	2.53(.49)	1.25	3.88
사회적 지지		1.0~5.0	4.11(.58)	2.00	5.00
대학생활적응		1.0~5.0	3.23(.43)	2.13	4.18
학업적 적응		1.0~5.0	2.89(.37)	1.45	4.45
개인-정서적 적응		1.0~5.0	3.09(.42)	1.25	4.05
사회적 적응		1.0~5.0	3.34(.39)	2.15	4.35
대학환경 적응		1.0~5.0	3.63(.40)	2.75	4.75

3. 일반적 특성에 따른 대학생활적응의 차이

일반적 특성에 따른 대학생활적응은 지원동기( $t=2.54, p=.012$ )와 지각된 신체건강상태( $F=5.77, p=.004$ )에 따라 유의한 차이가 있었다. 지원동기에서는 적성에 따라 지원한 군의 대학생활적응 점수(3.32점)가 기타 군의 점수(3.18점)에 비해 유의하게 높았다. 지각된 신체건강상태는 사후검정 결과, 건강하다고 지각한 군이 불건강하다고 지각한 군에 비해 대학생활적응 점수가 유의하게 높았다[표 3].

표 3. 일반적 특성에 따른 대학생활적응 (N=266)

변수	대학생활적응		
	M(SD)	t/F	p
<b>성별</b>			
여자	3.23(.44)	0.23	.634
남자	3.28(.36)		
<b>학년</b>			
1학년	3.24(.45)	2.11	.100
2학년	3.17(.44)		
3학년	3.19(.37)		
4학년	3.34(.47)		
<b>종교</b>			
개신교	3.28(.45)	2.51	.059
천주교	3.11(.45)		
불교	3.13(.39)		
무교	3.28(.43)		
<b>지원동기</b>			
적성	3.32(.43)	2.54	.012
기타	3.18(.44)		
<b>지각된 신체건강상태</b>			
건강 <sup>a</sup>	3.28(.42)	5.77	.004
보통	3.27(.47)		
불건강 <sup>b</sup>	3.05(.42)		

4. 분노표현방식, 사회적 지지와 대학생활적응 간의 관계

대학생활적응은 분노표현방식의 하위항목 중 분노표출( $r=-.34, p<.001$ )과 분노억제( $r=-.28, p<.001$ )와 부적 상관관계를 보였고, 분노조절( $r=.33, p<.001$ )과 사회적 지지( $r=.27, p=.001$ )와는 정적 상관관계를 보였다[표 4].

표 4. 분노표현방식, 사회적 지지와 대학생활적응간의 관계 (N=266)

변수	대학생활적응	
	r	(p)
분노 표현 방식	분노표출	-.34 (<.001)
	분노억제	-.28 (<.001)
	분노조절	.33 (<.001)
사회적 지지		.27 (.001)

5. 대학생활적응에 영향을 미치는 요인

대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위하여 일반적 특성에서 유의한 차이가 있었던 지원동기와 지각된 신체건강상태, 상관관계 분석에서 유의한 상관관계를 보인 분노표현방식의 하위영역과 사회적 지지를 독립변수로 투입하여 단계적 다중회귀분석을 실시하였다. 이 때 지원동기(적성: 1, 기타: 0)와 지각된 신체건강상태(건강: 1, 보통, 불건강: 0)는 더미변수로 처리하였다. Durbin-Watson 통계량은 2.072이었고 상관계수는 .27-.34로 나타나 자기 상관의 문제는 없었다. 공차한계(tolerance)는 0.720~.956으로 0.1이상이었고 분산팽창계수(Variance Inflation Factor, VIF)는 1.003~1.390으로 10보다 작아 다중공선성의 문제가 없음을 확인하였다.

최종적으로 분노표출( $\beta=-.15, p=.019$ ), 사회적 지지( $\beta=.20, p<.001$ ), 지각된 신체건강상태( $\beta=.18, p=.001$ ), 분노조절( $\beta=.24, p<.001$ ), 분노억제( $\beta=-.23, p<.001$ )은 대학생활적응의 영향요인으로 나타났고 이들 변수는 대학생활적응 전체 변량의 27.1%를 설명하였다[표 5].

표 5. 대학생활적응에 영향을 미치는 요인 (N=266)

변수	$\beta$	t	$\rho$	Adjusted R <sup>2</sup>	VIF	F ( $\rho$ )
분노표출	-.15	-2.36	.019	.113	1.390	20.69 (.001)
사회적 지지	.20	4.20	<.001	.172	1.046	
지각된 신체 건강상태	.18	3.47	.001	.200	1.003	
분노조절	.24	4.07	<.001	.227	1.257	
분노억제	-.23	-4.07	<.001	.271	1.203	

\* 더미변수(건강: 1, 보통, 불건강: 0)

#### IV. 논의

본 연구는 간호대학생의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 파악하여 이들의 대학생활적응을 증진시키기 위한 중재방안을 마련하는데 기초자료를 제공하고자 시도되었다.

본 연구 대상자들의 대학생활적응 평균점수는 5점 만점에 3.23점으로 4년제 간호대학생을 대상으로 한 연구 [18][29] 결과와 유사하였으나 3년제 간호대학생을 대상으로 한 연구들 [10][21][30][31]에서의 2.90-2.96점보다는 조금 높은 점수를 보였다. 이러한 차이는 학제별 교육목표나 교육과정, 표본수집 대학의 환경 차이 등에서 기인한 것으로 추측해 볼 수 있는데, 예를 들어 4년제 간호대학생들은 3년제 학생들에 비해 전공교육과정을 이수하고 국가시험과 취업 준비를 하는데 좀 더 시간적 여유를 가질 수 있어 학업에 대한 심리적 부담감이 적을 수 있다 [31]. 그러나 선행연구에서 사용된 측정도구가 동일하지 않아 직접적으로 결과를 비교하기에는 제한이 있으므로 추후 동일한 측정도구를 사용하여 학제별 대학생활적응의 차이에 대해 보다 심도 있게 조사할 필요가 있다.

대학생활적응의 하위영역에서는 학업적 적응이 2.89점으로 가장 낮았고 개인-정서적 적응이 3.09점으로 두 번째로 낮았다. 이는 대학환경 적응과 사회적 적응에 비해 학업과 개인-정서적 적응이 낮았던 선행연구 [9][20][30-32] 결과들과 일치하였고 일반 대학생을 대

상으로 한 연구 [33]에서 학업적 적응 수준이 가장 높았던 결과와는 차이가 있었다. 이러한 결과들을 종합해 볼 때, 간호대학생들은 대체적으로 학업적 적응과 개인-정서적 적응에 많은 어려움을 경험하고 있음을 알 수 있고 이는 이론교육과 임상실습을 병행해야하는 간호학과의 과중한 교육과정과 관련이 있을 것으로 짐작된다. 그러므로 간호 교육은 선·후배 학습공동체나 튜터링 등의 학습 지원 프로그램을 보다 활성화하여 학업적 적응을 지원하고 다양한 형태의 상담 프로그램을 개발하여 자기이해 및 전문가로부터 정서적 지지를 받는 기회를 확대함으로써 개인-정서적 적응을 증진시켜나갈 필요가 있다.

대상자들의 대학생활적응 정도는 일반적 특성 중 지원동기와 지각된 신체건강상태에 따라 유의한 차이가 있었다. 지원동기에서는 자신의 적성을 고려하여 간호학과를 선택한 경우 그렇지 않은 경우에 비해 대학생활적응 정도가 유의하게 높았다. 이는 적성에 따른 진로선택이 취업의 용이성과 타인의 권유에 따른 진로결정보다 대학생활적응이 높은 것으로 나타난 선행연구들 [8][10][18][30][31]과 일관된 결과를 보였다. 적성에 따라 전공을 선택한 학생들의 경우 내적 동기가 있어 전공에 대한 만족도와 학습의욕이 높고 미래에 대한 기대감이 증대되어 대학생활에 더 잘 적응할 수 있다 [18][31]. 그러나 적성보다는 취업 용이성이나 주위의 권유로 간호학과를 선택한 학생들은 미래에 대한 모호성과 적성에 대한 갈등으로 대학생활적응에 어려움을 겪을 수 있다 [11][30][31]. 따라서 중·고등학생을 대상으로 한 진로체험 프로그램을 개발 및 활용하여 간호학과에 입학하는 학생들이 자신의 진로에 대해 충분히 숙고할 수 있도록 지원할 필요가 있다. 또한 대학 입학 후에는 간호학과의 다양한 진로 관련 정보를 제공하여 학생들이 자신의 적성과 전공분야의 연계점을 찾을 수 있도록 지도하는 것이 이들의 대학생활적응을 도울 수 있는 방법이 될 수 있다.

지각된 신체건강상태에서는 자신의 신체건강상태를 건강한 것으로 지각한 학생들은 건강하지 않은 것으로 지각한 경우에 비해 대학생활적응 정도가 유의하게 높은 것으로 나타나 간호대학생들의 신체건강상태가 대

대학생활적응에 중요한 역할을 할 수 있음을 확인할 수 있었다. 다만, 선행연구[10]에서 간호대학생들은 미래의 전문 의료 인력이자 건강의 중요성을 배우고 있음에도 불구하고 적극적으로 건강증진행위를 실천하지 않는 것으로 보고되고 있어 간호교육자들은 학생들이 자신의 신체건강의 중요성을 제대로 인식하도록 지도할 필요가 있다.

상관관계 분석 결과, 대학생활적응은 분노표현방식 하위요인 중 분노표출과 분노억제는 부적 상관관계가 있었고, 분노조절과 사회적 지지와는 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 다시 말해, 분노감정 자체를 부정하거나 자기 내부로 돌리는 분노억제와 타인에게 공격적인 방식으로 분노를 표현하는 분노표출[23]은 대학생활적응에 역기능적 작용을 하는 반면, 적절한 분노표현과 사회적 지지를 높게 인식하는 것은 대학생활적응을 향상시킬 수 있다고 본다. 이러한 결과는 분노표출과 분노억제 방식을 사용한 분노표현은 타인과의 깊은 관계 형성 및 대학생활적응을 어렵게 하고 분노조절을 잘 하는 사람은 문제 해결을 위한 의사소통을 할 수 있어 대인관계에서 좋은 평가를 받는 것으로 보고한 선행연구 결과와 일맥상통한다[14][34][35]. 또한 간호대학생의 사회적 지지와 대학생활적응 간의 유의한 관련성을 보고한 선행연구[18][20] 결과들과 일치하였다.

한편, 분노표출, 사회적 지지, 지각된 신체건강상태, 분노조절, 분노억제는 대학생활적응에 유의한 영향을 미치는 요인으로 규명되었다. 특히, 분노표현방식의 세 개 하위유형은 모두 대학생활적응에 영향을 미치는 요인으로 나타났는데, 이러한 결과는 간호대학생의 분노표현방식과 대학생활적응간의 관계를 파악한 선행연구가 없어 정확한 비교는 어려우나 간호대학생을 대상으로 정서를 정확하게 인식하고 효과적으로 조절하여 표현하는 정서지능과 대학생활적응 간에 유의한 정적 상관관계가 있다고 한 연구[36]와 대학생에서 분노억제 수준이 높은 경우 더 낮은 행복 수준을 보인 연구[15] 결과와 유사한 맥락으로 이해할 수 있다. 그러므로 간호대학생의 대학생활적응을 증대하는 데 있어 분노표현방식은 중요한 변수로 고려되어야 하며 나아가 분노를 조절하고 관리함으로써 적절하게 표현하는 훈련이

필요할 것으로 판단된다.

분노표현방식 이외에 간호대학생의 대학생활적응의 영향요인으로는 사회적 지지가 있었다. 이는 간호대학생에서 사회적 지지가 대학생활적응을 예측하는 요인임을 보고한 연구[20] 결과와 일관된다. 선행연구에서 사회적 지지가 높은 사람은 자아정체감이 높아 보다 쉽게 타인과 친밀한 관계를 맺고 잘 적응하지만, 그렇지 않은 사람은 대인관계에서 위축되어 고립감을 경험하는 것으로 언급되고 있다[20]. 또한 교수의 지지는 학업적 적응도를 향상시켜 대학생들 만족도와 대학생활적응에 긍정적인 영향을 미치고, 부모와 교수의 지지가 높을수록 대학생활에서 사회적 적응이 높으며, 친구의 지지는 정서적 적응과 관련이 있는 것으로 나타났다[21][29][37]. 윤영미와 석민현의 연구[38]에서는 간호대학생을 대상으로 멘토링을 실시 후 학생들의 대학생활적응이 증진되었고 정효주와 정향인의 연구[21]에서는 동아리 활동이 대학생활 적응에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 간호대학생들이 다양한 차원의 지지체계를 구축하는 것은 대학생활적응을 위해 중요한 부분이 될 수 있다. 이러한 점에서 간호교육자는 교수와 학생들 간의 소규모 모임이나 전공 동아리 등의 다양한 프로그램을 개발 및 적용하여 간호대학생들이 사회적 지지를 높게 지각할 수 있도록 지원해야 할 것이다.

그 외에도 지각된 신체건강상태가 대학생활적응의 영향요인으로 규명되었다. 이는 지각된 건강상태와 대학생활적응간의 유의한 정적 상관관계를 보고한 연구[10]와 대학생활적응에 영향을 미치는 요인으로 지각된 건강상태를 보고한 선행연구[30] 결과와 유사하였다. 즉, 학생들이 자신의 건강관리에 책임감을 갖고 지속적으로 건강증진행위를 실천할 수 있도록 교육 및 관리 프로그램을 개발하여 제공하는 것은 간호대학생의 대학생활적응에 기여할 수 있다고 생각된다. 다만, 본 연구에서는 간호대학생의 신체건강상태를 일반적 특성에 포함하여 단일문장으로 측정하였다는 한계점이 있으므로 추후 신체건강상태를 측정하는 체계적인 도구나 생리적 지표를 사용하여 이들 변인간의 관련성을 보다 명확히 규명하는 것이 필요할 것으로 사료된다. 본 연구

는 2개 대학의 간호대학생을 대상으로 하였기 때문에 연구결과를 확대 적용하는데 신중을 기해야 할 것이다.

## V. 결론

본 연구는 간호대학생의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위한 횡단적 서술적 조사연구이다. 연구결과, 간호대학생의 대학생활적응은 일반적 특성 중 지원동기와 지각된 신체건강상태에 따라 유의한 차이가 있었고 분노표현방식의 세 개 하위유형들과 사회적 지지와 유의한 상관관계가 있었다. 또한 분노표출, 사회적 지지, 지각된 신체건강상태, 분노조절, 분노억제는 대학생활적응에 영향을 미치는 유의한 변수로 나타났다으며, 이들 변수는 대학생활적응 전체변량의 27.1%를 설명하였다.

결론적으로, 적절한 분노표현과 사회적 지지 및 신체건강상태를 증진시키는 것은 간호대학생의 대학생활적응을 향상시키는데 효과적인 전략이 될 수 있다.

본 연구는 국내에서 간호대학생을 대상으로 분노표현방식과 대학생활적응 간의 관계를 조사한 첫 번째 연구로서 간호대학생의 대학생활적응을 이해하고 증재하는데 유용한 자료를 제공할 뿐만 아니라 관련연구 활성화에 기여할 것으로 기대된다.

본 연구결과를 토대로 다음과 같이 제언한다. 첫째, 연구결과를 일반화하기 위해 대상자 선정 지역을 달리 하여 반복연구를 시행할 필요가 있다. 둘째, 학년에 따른 대학생활적응의 변화를 확인하는 종단적 연구를 제언한다.

## 참고 문헌

- [1] 박효정, 김미영, 정덕유, “여대생의 스트레스, 사회적지지 및 자기효능감이 정신건강에 미치는 영향”, 기본간호학회지, 제15권, 제4호, pp.513-521, 2008.
- [2] 이희영, “양육 행동과 대학생활적응: 문화성향의

중재효과”, 동북아 문화연구, 제14권, pp.337-355, 2008.

- [3] 서수균, 김계현, “대학생활적응도테스트 타당화 연구”, 학생연구, 제36권, 제1호, pp.1-12, 2002.
- [4] 김계현, 황매향, 선혜연, 김영빈, “대학생 학교생활 적응검사의 예연타당도 연구”, 상담학연구, 제6권, 제4호, pp.1103-11171, 2005.
- [5] 박현숙, 정경순, “간호학생의 자기주도적 학습능력과 창의성이 대학생활적응에 미치는 영향”, 한국간호교육학회지, 제19권, 제4호, pp.549-557, 2013.
- [6] C. T. Beck, “Burnout in Undergraduate Nursing Students,” Nurse Education, Vol.20, pp.19-23, 1995
- [7] L. Warbah, M. Sathiyaseelan, C. Vijayakumar, B. Vasantharaj, S. Russell, and K. S. Jacob, “Psychological Distress, Personality, and Adjustment among Nursing Students,” Nurse Education Today, Vol.27, pp.597-601, 2007
- [8] 양경희, 이정란, 박복남, “간호대학 신입생의 학교적응에 영향을 미치는 요인”, 한국간호교육학회지, 제18권, 제1호, pp.5-13, 2012.
- [9] 박진아, 이은경, “간호대학생의 자아탄력성, 스트레스 대처방식이 대학생활 적응에 미치는 영향”, 간호행정학회지, 제17권, 제3호, pp.267-276, 2011.
- [10] 양남영, 문선영, “간호대학생의 지각된 건강상태, 건강증진행위 및 사회적 문제해결 능력이 대학적응에 미치는 영향”, 한국간호교육학회지, 제19권, 제1호, pp.33-42, 2013.
- [11] 김은아, 장금성, “간호대학생의 대학생활적응 예측모형 구축”, 한국간호교육학회지, 제18권, 제2호, pp.312-322, 2012.
- [12] 박승미, 김철규, 차선경, “간호대학생의 정서인식, 정서표현양면성, 정서조절이 대학생활적응에 미치는 영향”, 한국간호교육학회지, 제20권, 제2호, pp.300-311, 2014.
- [13] J. J. Gross and O. P. John, “Individual Differences in Two Emotion regulation



- processes: Implications for Affect, Relationships and Well-being," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.85, pp.348-362, 2003.
- [14] 차남현, 서은주, "간호대학생의 분노표현과 자아 존중감", *지역사회간호학회지*, 제23권, 제4호, pp.451-459, 2012.
- [15] 박상혁, 노윤경, 조은혜, 이동귀, "분노표현양식에 따른 하위집단 간 대인관계문제 및 행복의 차이", *한국심리학회지: 사회와 성격*, 제25권, 제3호, pp.77-92, 2011.
- [16] 서미, 최보영, 조한희, "생활스트레스, 스트레스 대처 방식, 사회적 지지가 대학생의 정신건강에 미치는 영향", *상담학 연구*, 제7권, 제2호, pp.271-288, 2006.
- [17] 전소연, "대학생들의 사회적 지지와 건강상태, 대학생활 적응 및 학업 성취도와의 관계", *한국학교보건교육학회지*, 제11권, 제1호, pp.93-115, 2010.
- [18] 이경완, 문인오, 박숙경, "간호대학생의 사회적 지지가 대학생활 적응과 학업적응에 미치는 영향", *한국학교보건교육학회지*, 제14권, 제2호, pp.15-27, 2013.
- [19] 김종운, 김지현, "대학생의 부모애착과 사회적 지지가 대학생활적응에 미치는 영향", *한국콘텐츠학회논문지*, 제13권, 제9호, pp.248-259, 2013.
- [20] 박윤경, "간호대학생의 자존감, 자아탄력성, 사회적 지지가 대학생활적응에 미치는 영향", *대한산학기술학회지*, 제14권, 제5호, pp.2178-2186, 2013.
- [21] 정효주, 정향인, "3년제 간호대학 신입생의 자아 존중감, 정서지능, 사회적 지지가 대학생활 적응에 미치는 영향", *정신간호학회지*, 제21권, 제3호, pp.188-196, 2012.
- [22] F. Faul, E. Erdfelder, A. G. Lang, and A. Buchner, "G\*POWER 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences," *Behavior Research Methods*, Vol.39, No.2, pp.175-191, 2007.
- [23] C. D. Spielberger, S. S. Krasner, and E. P. Solomon, "The Experience, Expression and Control of Anger," In *Health Psychology: Individual Differences and Stress* (Janisse, M.P., ed.), Springer Verlag, New York, pp.32-58, 1988.
- [24] 전경구, 한덕웅, 이장호, "한국판 상태-특성 분노 표현 척도(STAXI-K): 대학생 집단", *한국심리학회지: 건강*, 제3권, 제1호, pp.18-32, 1998.
- [25] G. D. Zimet, N. W. Dahlem, S. G. Zimet, and G. K. Parley, "The Multidimensional Scale of Perceived Social Support," *Journal of Personality Assessment*, Vol.52, pp.30-41, 1988.
- [26] 신준섭, 이영분, "사회적 지지가 실직자의 심리 사회적 안녕감에 미치는 영향에 관한 연구", *한국사회복지학*, 제37권, pp.241-269, 1999.
- [27] R. W. Bake and B. Siryk, "Measuring Adjustment to College," *Journal of Counseling Psychology*, Vol.31, pp.179-189, 1984.
- [28] 현진원, *완벽주의 성향과 평가수준이 과제수준에 미치는 영향*, 연세대학교 대학원, 석사학위논문, 1992.
- [29] 김건희, "간호대학생의 스트레스 대처, 유머감과 대학생활적응의 관계", *한국콘텐츠학회논문지*, 제14권, 제1호, pp.301-313, 2014.
- [30] 최예숙, "3년제 간호대학생의 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인", *한국간호교육학회지*, 제19권, 제3호, pp.423-432, 2013.
- [31] 최지혜, 박미정, "일 지역 3년제 간호대학생의 대학생활 적응: 방법론적 트라이앵글레이션 적용", *한국콘텐츠학회지*, 제13권, 제7호, pp.339-349, 2013.
- [32] 김근면, 차선경, "간호대학신입생의 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성이 대학생활적응에 미치는 영향", *한국콘텐츠학회지*, 제13권, 제1호, pp.322-332, 2013.
- [33] 최바울, *대학생의 적응유연성신념이 대학생활의 적응과 스트레스 조절에 미치는 영향*, 연세대학교

교, 석사학위논문, 2006.

- [34] 한금선, 박영주, 김근면, 오연재, 진종희, 강현철, “간호대학생의 의사소통 유형, 자기효능감, 감정 조절, 대처방법간의 관계”, 정신간호학회지, 제17권, 제1호, pp.28-34, 2008.
- [35] D. R. Baldacchino, “Student nurses’ Personality traits and The nursing profession: Part 1,” British Journal of Nursing, Vol.21, No.7, pp.419-425, 2012.
- [36] 박현태, “간호학과 신입생의 정서지능이 대학생 활적응에 미치는 영향”, 대한산학기술학회지, 제15권, 제3호, pp.1576-1583, 2014.
- [37] 김지현, *대학생의 사회적 지지와 정신건강이 대학생 활적응에 미치는 영향*, 배재대학교, 석사학위논문, 2011.
- [38] 윤영미, 석민현, “간호대학생의 학과적응과 진로 정체감 향상을 위한 멘토링 프로그램 개발 및 효과”, 경영컨설팅연구지, 제12권, 제1호, pp.185-203, 2012.

조 명 주(Myoung-Ju Jo)

정회원



- 2002년 2월 : 부산가톨릭대학교 간호대학(간호학사)
  - 2007년 2월 : 가톨릭대학교 간호대학(간호학석사)
  - 2013년 2월 : 가톨릭대학교 간호대학(간호학박사)
  - 2014년 3월 ~ 현재 : 부산가톨릭대학교 간호대학 조교수
- <관심분야> : 아동간호, 간호교육

나 현 주(Hyunjoo Na)

정회원



- 2004년 2월 : 가톨릭대학교 간호대학(간호학학사)
  - 2008년 2월 : 가톨릭대학교 간호대학(간호학석사)
  - 2013년 12월 : University of Illinois at Chicago(간호학박사)
  - 2014년 3월 ~ 현재 : 동아대학교 간호학과 조교수
- <관심분야> : 정신건강, 간호교육

저 자 소 개

전 원 희(Won-Hee Jun)

정회원



- 1992년 2월 : 가톨릭대학교 간호대학(간호학학사)
  - 2004년 8월 : 가톨릭대학교 간호대학(간호학석사)
  - 2012년 8월 : 가톨릭대학교 간호대학(간호학박사)
  - 2014년 9월 ~ 현재 : 계명대학교 간호대학 조교수
- <관심분야> : 정신건강, 간호교육