

간호대학생의 주관적 행복감에의 영향요인

김은만¹⁾ · 양영희²⁾ · 이해영³⁾ · 유미⁴⁾

서 론

연구의 필요성

대학생 시기는 생의 중요한 발달단계에 속하면서 많은 스트레스로 인해 여러 가지 정신적 문제가 발병되는 초기 시점이기도 하다(Settersten, Furstenberg, & Rumbaut, 2008). 또한 이 시기는 젊은이들이 성인으로, 전문직 삶으로 전환되는 시기이기 때문에 대학 캠퍼스에서 행복은 이슈가 되고 있다.

주관적인 웰빙 혹은 정신건강은 개인의 삶에 대한 평가적 반응으로 정의되며 삶의 만족도 평가와 같은 인지적 요소와 행복과 같은 감정적 요소로 구분될 수 있으며(Keyes et al., 2012), 건강 행위, 부적절한 행위의 감소, 건전한 정신건강, 업무수행능력 향상, 사회적, 개인적 기능의 향상 등과 관련되어 있다(Piqueras, Kuhne, Vera-Villaruel, van Straten, & Cuijpers, 2011). 그러나 만약 대학생활에 있어서 정신적으로 건강하지 못한 학생의 경우 흡연, 물질남용, 학업문제나 탈락과 같은 결과를 초래하게 된다(Keyes et al., 2012). 간호대학생의 경우 높은 취업률, 주위의 권유 등을 이유로 전공에 대해 깊은 고민 없이 간호학을 전공으로 선택하는 학생이 늘고 있는 반면, 과중한 학업스트레스, 임상실습 및 환자간호에 대한 부담감, 적성 불일치로 인해 대학생활에 어려움을 느끼고 간호학 전공에 대한 회의마저도 느끼게 되는 심각한 상황이 이르고 있다(Whang, 2006).

간호대학생들은 타 학과에 비해 과중한 학과 공부뿐만 아니라 임상실습을 하게 되면서 이중의 스트레스를 겪고 있다. 특히 임상실습현장에서 의료인과 환자, 보호자와 대인관계, 실습환경과 상황, 역할, 지식, 기술, 과제물 등 다양한 측면으로부터 스트레스를 경험한다(Kim & Lee, 2005). 이러한 스트레스를 적절하게 예방하고 당면한 스트레스를 효과적으로 처리하지 못하면, 긴장, 불안, 우울 등과 같은 심리적 장애를 초래할 수 있다(Yang, Han, Bae, & Yang, 2014). 그러나 간호학을 전공하는 학생은 대상자에 대한 전인적, 개별적 돌봄과 이타적인 헌신 속에서 자신의 간호행위에 대한 기쁨이나 삶의 만족과 같은 긍정적 정서를 경험하는 것이 필요하므로(Jo, K. H., 2011) 간호대학의 교수자들에게도 학생들의 행복감을 증진시킬 수 있는 방안을 마련하는 것이 매우 중요하다.

우리나라에서는 대학을 선택할 때 자신의 능력이나 소질 또는 흥미를 고려하는 것 보다는 합격 가능한 학과위주로 진학을 선택함으로써 많은 학생들이 전공만족도가 떨어지고 전공에 쉽게 적응하지 못하는 문제를 보인다고 한다(Nam & Lee, 2014). 이러한 전공학과에 대한 만족도는 대학생활 뿐만 아니라 졸업 후의 진로와 사회생활에도 영향을 미친다(Jung, Jeong, & Yoo, 2014). 이러한 대학생의 전공만족도는 개개인이 가지고 있는 내적자원에 의해 달라질 수 있으며(Kim & Lee, 2014), Nam과 Lee (2014)의 연구에서는 전공만족도가 높을수록 행복지수가 높아진다고 보고하였다. 따라서 전문직업인으로서 사회에 적응하고 자신의 직업에 대한 가치정도를

주요어 : 행복감, 회복탄력성, 스트레스, 전공만족, 간호대학생

- 1) 선문대학교 간호학과 교수
- 2) 단국대학교 간호대학 교수
- 3) 호서대학교 간호학과 조교수
- 4) 경상대학교 간호대학, 건강과학연구원, 부교수(교신저자 E-mail: yumi825@gnu.ac.kr)

Received: March 30, 2016 Revised: July 8, 2016 Accepted: July 14, 2016

높게 평가하는 직업 존중감을 유지하기 위하여 지속적으로 교과과정과 다양한 체험활동을 통해 전공만족도를 높이는 노력이 필요하다.

대처방식 중 다시 튀어 오르거나 원래 상태로 회복된다는 것을 뜻하는 의미인 회복탄력성은 주로 '정신적 저항력'으로 이해된다(Hong, 2006). 회복탄력성은 효과적인 대처기전, 긍정적인 감정, 자아리더십, 자아존중감을 높이고 우울과 같은 부정적 감정, 스트레스 및 스트레스 반응을 낮추며, 스트레스로부터 개인을 보호하거나 완화시키는 완화요인의 역할을 한다(Lee, 2012). 그런데 회복탄력성은 타고나는 것이 아니라 변화와 도전적인 환경에서 긍정적인 적응과 개인적 발달을 포함하는 역동적 개념이며 생성되거나 소멸되는 특성을 갖는다. 더 나아가 개인과 환경의 역동적인 상호작용을 통해 발달과정에서 점진적으로 형성되고 변화 가능하므로 교육이나 지속적 훈련으로 향상시킬 수 있는 능력이다(Hong, 2006). 이러한 회복탄력성은 생활스트레스와 심리적 안녕감 간에 간접적인 영향을 미치기 때문에 대학생의 안녕감을 증진시키기 위해서는 생활스트레스 관리 및 회복탄력성을 높일 필요가 있다(Lee, 2012).

스트레스와 관련하여 자아경직적인 사람들이나 성격유형 중 내향적 성향을 가진 경우 스트레스를 더 많이 지각하고 정서 중심적, 감정적 대처를 더 많이 사용한다고 밝혀졌다(Lee, Jeong, Lee, & Lee, 2006). 또 자아탄력적인 사람일수록 긍정적인 정서를 사용하며 스트레스 경험에서 빠르고 효율적으로 회복하며 스트레스와 충돌할 경우 긍정적인 의미를 찾아내고 효과적인 정서조절기제를 활용할 수 있는 능력을 가지고 있다(Tugade & Fredrickson, 2004). 따라서 긍정적인 정서인 행복감을 증진시키기 위한 것으로 회복탄력성의 효과를 살펴보는 것이 의미가 있다고 본다.

스트레스, 회복탄력성과 행복감 간의 관계에 대한 연구 중 Lee 등(2006)의 연구에서는 회복탄력성과 행복감이 스트레스를 지각하고 스트레스 상황에 대처하는 데 영향을 미치는 중요한 변인으로 나타났으며, Lee (2012)의 연구에서는 생활스트레스가 심리적 안녕감에 직접적인 영향을 미침과 동시에 회복탄력성이 생활 스트레스와 심리적 안녕감 간의 관계에서 간접효과를 갖는 요인으로 나타났다. 이러한 결과는 대학생의 스트레스와 회복탄력성, 그리고 행복감간의 관계를 확인할 필요성을 시사하고 있다.

이에 본 연구에서는 간호학을 전공하는 대학생의 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인이 무엇인지 파악하기 위해 대학생활동안의 스트레스와 전공에 대한 만족도 및 회복탄력성을 주요 변수로 영향력정도를 확인하고자 시도되었다. 또한 이러한 스트레스 및 전공에 대한 만족도와 주관적 행복감 간에 회복탄력성의 매개효과는 무엇인지 검증함으로써 추후 간

호대학생의 행복감을 증진하기 위한 중재를 함에 있어 근거를 제시하고자 한다.

연구 목적

본 연구는 간호대학생의 지각된 스트레스, 전공만족도 및 회복탄력성이 주관적 행복감에 미치는 영향을 파악하고자 시행되는 연구로서, 구체적인 목표는 다음과 같다.

- 간호대학생의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감의 차이를 분석한다.
- 간호대학생의 지각된 스트레스, 전공만족도, 회복탄력성, 주관적 행복감 정도를 파악한다.
- 간호대학생의 주관적 행복감에의 영향요인을 파악한다.
- 간호대학생의 지각된 스트레스와 주관적 행복감에서 회복탄력성의 매개효과를 검증한다.
- 간호대학생의 전공만족도와 주관적 행복감에서 회복탄력성의 매개효과를 검증한다.

연구 방법

연구 설계

본 연구는 간호대학생의 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

연구 대상 및 자료 수집 방법

본 연구의 대상은 충남에 위치한 A시와 C시에 소재한 5개 대학의 임상실습 경험이 있는 3, 4학년 간호학생 200명으로, 학교 당 40명 정도를 할당하여 편의 추출하였다. 본 연구에 필요한 대상자 수는 G* Power 3 program을 이용하여, 유의수준 .05, 효과크기 .15(중간효과), 검정력(1-β) .90, 예측인자 12개(성적, 건강상태, 스트레스의 2가지 하위영역, 전공만족도, 회복탄력성의 7가지 하위영역)를 가정하여 양측 검정하였을 때 회귀분석에 필요한 적정 대상자는 157명이었으며 탈락률 10~15%를 고려하여 203부를 배부하여 이중 불성실하게 작성한 3부를 제외한 200명의 자료를 분석에 이용하였다. 본 연구의 자료수집 기간은 2014년 5월부터 6월까지였으며, 자료수집에 소요된 시간은 약 10~15분이었다.

연구 도구

● 지각된 스트레스

지각된 스트레스 측정은 Cohen, Karmarck과 Mermelstein

(1983)에 의해 개발되어 Park과 Seo (2010)가 번안하고 대학생을 대상으로 타당도 및 신뢰도를 검증한 한국판 지각된 스트레스 척도(perceived stress scale: PSS)를 사용하였다. 지각된 스트레스는 자신의 삶에서 경험하는 상황을 스트레스로 지각되는 정도를 측정하는 것으로 각 문항은 지난 한달 동안의 상황에 대한 자신의 감정과 생각에 대해서 더 구체화하여 자신이 얼마나 자주 그렇게 느끼고 생각하는지에 대한 질문으로 구성되어 있으며 부정적 지각과 긍정적 지각의 두 개의 하위요인으로 구분되며 부정적 지각은 문제 상황이 개인의 역량을 넘어선다고 지각될 때 경험하는 스트레스를 측정하며, 긍정적 지각은 문제 상황이 개인의 역량을 넘어서지 않는다고 지각하는 것으로 일상생활에서 발생하는 일들을 예측하고 적절히 통제하며 성공적으로 대처하는 정도를 측정한다. 각 5문항씩 총 10문항으로 구성되어 있으며, 긍정적 지각의 경우 역채점하며 Likert식 5점 척도(0=전혀 없었다. 4점=매우 자주 있었다)로 점수가 높을수록 모두 지각된 스트레스 정도가 높음을 의미한다. Park과 Seo (2010)의 연구에서의 Cronbach's α 는 .82(부정적 지각 .77, 긍정적 지각 .74)이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .86(부정적 지각 .87, 긍정적 지각 .84)이었다.

● 전공만족도

전공만족도는 Braskamp, Wise와 Hengstler (1979)의 도구를 Kim과 Ha (2000)가 수정·보완한 총 27문항의 전공만족도 척도 중 학교만족 문항을 제외한 18문항을 사용하였다. 본 도구는 전공학과 학문에 대한 일반적 관심에 따른 '일반 만족' 7문항, 전공에 대한 사회적 인식에 대한 '인식만족' 5문항, 전공하고 있는 교과 내용에 대한 '교과만족' 3문항, 교수-학생간의 '관계만족' 3문항의 4개의 하위요인으로 구성되어 있으며, 5점 Likert 척도로써 점수가 높을수록 전공만족도가 높음을 의미한다. Kim과 Ha (2000)의 연구에서 도구의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .92이었고, 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .91이었다.

● 회복탄력성

회복탄력성은 역경에서 회복해 되살아나거나 성공적으로 대처하는 능력을 말하며, Yang, Kim, Yu, Park과 Lee (2015)가 개발한 간호대학생을 위한 회복탄력성 측정도구를 사용하였다. 본 척도는 7개의 하위요인으로 구성되었으며, 자신감 3문항, 긍정성 4문항, 대처능력 2문항, 감정조절능력 4문항, 조직적 스타일 3문항, 관계성 4문항, 사회적 지지 4문항으로 총 24문항이다. 각 문항은 Likert식 5점 척도로 점수가 높을수록 회복탄력성 정도가 높음을 의미한다. 개발당시 신뢰도 Cronbach's α 는 .84(Yang et al., 2015)이었으며, 하위영역의 Cronbach's α

는 자신감 .77, 긍정성 .72, 대처능력 .60, 감정조절능력 .72, 조직적 스타일 .76, 관계성 .76, 사회적 지지 .65 이었다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 .86이었으며, 하위영역은 자신감 .79, 긍정성 .74, 대처능력 .62, 감정조절능력 .74, 조직적 스타일 .76, 관계성 .80, 사회적 지지 .65 이었다.

● 주관적 행복감

주관적 행복감을 측정하기 위하여 Lyubomirsky와 Lepper (1999)가 개발한 Subjective Happiness Scale을 Lim (2004)이 번안한 도구를 사용하였다. 이 도구는 전반적인 주관적 행복을 측정하기 4개의 문항으로 구성된 7점 Likert 척도(1=매우 행복하지 않다, 7=매우 행복하다)이며, 총 점수 분포는 4점에서 28점까지이고, 점수가 높을수록 주관적 행복이 높음을 의미한다. 도구의 신뢰도는 Lim (2004)의 연구에서 Cronbach's α 는 .76이었고, 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .87이었다.

자료 분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 22.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

- 대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율 및 평균과 표준편차로 산출하였다.
- 대상자의 지각된 스트레스, 전공만족도, 회복탄력성과 주관적 행복감 정도는 평균과 표준편차로 산출하였다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감 차이는 t-test, one way ANOVA를 이용하였으며, 사후 검정은 Scheffe test를 실시하였다.
- 대상자의 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인을 분석하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다.
- 지각된 스트레스와 전공만족도와 주관적 행복감과의 관계에 대해 회복탄력성의 매개효과 검증은 Baron과 Kenny (1986)의 세 단계법, 즉 독립변수가 매개변수에 미치는 영향, 독립변수가 종속변수에 미치는 영향, 종속변수에 독립변수와 매개변수가 미치는 영향을 회귀분석을 통해 분석하였으며, 좀 더 정확한 매개효과를 분석하기 위해 추가적으로 Sobel test를 실시하였다.

윤리적 고려

본 연구는 연구대상자의 윤리적 보호를 위해 S 대학교의 생명윤리위원회 심의를 거쳐 2013년 11월 연구승인(IRB No. SMC-C-13-11-03)을 받았다. 자료수집에 앞서 해당 학교 학과 장에게 자료수집 허락을 받은 후 연구팀이 학생들의 수업 전에 직접 방문하여 연구의 목적을 설명하고 설문작성이 수업

의 결과와 관련이 없음과 작성 도중 언제든지 참여를 철회할 수 있다는 정보를 제공하고 자의적인 서면동의를 받았다. 또한 수집된 자료는 기밀이 유지되며 부호화함으로 익명이 보장되고 연구목적으로만 사용되며 연구결과 보고 후 폐기할 예정임이 포함된 내용의 피험자 동의서를 받고 작성된 설문지는 연구자가 직접 회수하였다.

연구 결과

연구대상자의 일반적 특성

설문에 응답한 간호대학생의 특성은 표 1과 같다. 조사대상자 200명 중 여자가 199명으로 대부분이었으며, 연령의 평균

은 21.84세였다. 학년은 4학년이 112명(56.0%), 3학년 88명(44.0%)이었고 종교는 무교가 124명(62.0%)으로 가장 많았다. 지각된 경제 상태는 중간 정도가 162명(81.0%)으로 가장 많았고, 거주지는 자취를 하는 학생이 83명(41.5%)으로 가장 많았다. 용돈은 평균 28.79만원으로 30만 원대가 63명(31.7%)으로 가장 많았으며, 술 마시는 횟수는 월 2~4회가 87명(43.5%)으로 가장 많았다. 흡연량은 경험이 없는 경우가 186명(93.0%)으로 대부분이었으며, 성적은 3.5~4.0이 87명(43.5%)으로 가장 많았다. 지각된 건강상태는 보통인 경우가 112명(56.0%)으로 가장 많았다.

또한 일반적 특성에 따른 간호대학생의 주관적 행복감 차이를 분석한 결과, 간호대학생들은 성적과 지각된 건강상태에 따라 주관적 행복감에 유의한 차이가 나타났다. 성적에 따라

<Table 1> Demographic Characteristics and Differences in Subjective Happiness

(N=200)

Variable	Categories	n	%	Mean±SD	t or F(p)	Scheffe
Gender	Female	199	99.5	5.03±1.03		
	Male	1	0.5	4.75±0.00		
Age(yr)				21.84±0.89		
Grade	Junior	88	44.0	4.89±1.09	1.65(.100)	
	Senior	112	56.0	5.13±0.97		
Religion	Christian	36	18.0	5.11±1.10	0.86(.465)	
	Buddhism	11	5.5	5.18±0.94		
	Catholic	29	14.5	5.23±0.94		
	No religion	124	62.0	4.93±1.04		
Perceived economic status	High	4	2.0	5.06±0.99	0.08(.923)	
	Middle	162	81.0	5.04±0.99		
	Low	34	17.0	4.96±1.25		
Residence	Dormitory	59	29.5	5.03±0.99	0.19(.828)	
	Rent	84	42.0	5.06±1.05		
	Parental house	57	28.5	4.95±1.04		
Allowance (10,000won /month)	≤ 19	28	14.1	4.96±1.07	0.66(.622)	
	20 ~ 29	56	28.1	4.88±1.13		
	30 ~ 39	63	31.7	5.16±0.92		
	40 ~ 49	35	17.6	5.07±1.03		
	≥ 50	17	8.5	5.15±0.97		
Alcohol	No	27	13.5	4.84±1.15	0.75(.526)	
	<1 /month	78	39.0	4.96±0.93		
	2~ 4/month	87	43.5	5.14±1.07		
	2~ 3/week	8	4.0	5.06±1.15		
Smoking	No	186	93.0	5.07±1.01	2.86(.060)	
	Past smoker	12	6.0	4.35±1.28		
	Current smoker	2	1.0	5.38±0.88		
Grade point average	< 3.0 ^a	12	6.0	4.23±1.11	5.19(.002)	a<c,d
	3.0 ~ 3.5 ^b	78	39.0	4.86±1.04		
	3.5 ~ 4.0 ^c	87	43.5	5.28±0.95		
	≥ 4.0 ^d	23	11.5	5.07±0.98		
Perceived health status	Poor ^a	22	11.0	4.42±1.09	11.01(<.001)	a<c,d b<d
	Moderate ^b	112	56.0	4.87±1.03		
	Good ^c	56	28.0	5.39±0.80		
	Very good ^d	10	5.0	6.13±0.68		

성적이 3.0 미만인 학생이 3.5~4.0과 4.0 이상인 경우보다 주관적 행복감이 낮았다($F=5.19, p=.002$). 지각된 건강상태가 좋거나 매우 좋다고 생각하는 학생이 나쁘다고 응답한 학생보다, 지각된 건강상태가 매우 좋다고 응답한 학생이 보통이라고 응답한 학생보다 주관적 행복감이 높게 나타났다($F=11.01, p<.001$)(Table 1).

간호대학생의 지각된 스트레스, 전공만족도, 회복탄력성과 주관적 행복감 정도

간호대학생의 지각된 스트레스, 전공만족도, 회복탄력성과 주관적 행복감의 평균은 Table 2와 같다. 지각된 스트레스 정도는 2.21±0.38점, 전공만족도는 3.95±0.51점, 회복탄력성은 3.60±0.41점, 주관적 행복감 총점의 평균은 21.11±4.13점이고 7점 척도로 보았을 때 평균 5.03±1.03점 이었다.

주관적 행복감에의 영향요인

주관적 행복감에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위하여 1 단계로 주관적 행복감에 유의한 영향을 주는 일반적 특성, 2 단계는 스트레스(긍정적, 부정적), 전공만족도, 3단계 회복탄력성 하위변수에 대한 위계적 회귀분석을 시행하였다(Table 3).

각 단계별 회귀분석 모형에 대한 기본가정과 다중공선성 진단을 한 결과, 최종모델 3의 경우 Durbin-Watson이 1.866로 2에 가까운 값으로 오차항 간 상관관계가 낮다고 볼 수 있으며, 다중공선성을 검정한 결과 공차한계(tolerance)는 0.1이상으로 나타났고, 분산팽창인자(VIF)는 10미만으로 나타나 다중공선성의 문제가 없는 것으로 확인되었다. 따라서 회귀분석을 시행하기 위한 기본가정은 충족되었다.

모델단계별 R² 변화량이 통계적으로 유의하게 나타나, 각 모형에 추가된 변수로 인한 설명력이 유의하게 증가하였으며,

<Table 2> Descriptive Statistics of Research Variables

(N=200)

Variable	Categories	Mean±SD	Range
Stress	Negative perception	2.38±0.77	0-4
	Positive perception	2.05±0.61	0-4
	Total	2.21±0.38	0-4
Major satisfaction		3.95±0.51	1-5
Resilience	Self confidence	3.64±0.63	1-5
	Relationship	3.80±0.58	1-5
	Positivity	4.05±0.63	1-5
	Coping ability	3.40±0.75	1-5
	Social support	3.96±0.60	1-5
	Emotional regulation	3.20±0.63	1-5
	Structured style	2.92±0.87	1-5
	Total	3.60±0.41	1-5
Subjective happiness	Item	5.03±1.03	1-7
	Total	20.11±4.13	4-28

<Table 3> Hierarchical Linear Regression Analyses Results

Variable	Model 1				Model 2				Model 3			
	b	SE	Beta	p	b	SE	Beta	p	b	SE	Beta	p
(Constant)	2.75	0.37		<.001	5.18	0.72		<.001	2.33	0.79		.004
Perceived health status	0.51	0.09	.36	<.001	0.27	0.08	.19	.001	0.17	0.08	.12	.025
Grade point average	0.23	0.09	.17	.009	0.07	0.08	.05	.348	0.04	0.07	.03	.554
Stress_positive perception					-0.52	0.11	-.31	<.001	-0.33	0.10	-.20	.001
Stress_negative perception					-0.36	0.08	-.27	<.001	-0.26	0.08	-.20	.001
Major satisfaction					0.35	0.12	.17	.003	0.07	0.12	.04	.539
Resilience_self confidence									0.39	0.10	.24	<.001
Resilience_positivity									0.28	0.10	.17	.005
Resilience_social support									0.24	0.09	.14	.011
R ²	17.1%				43.1%				53.4%			
Adjusted R ²	16.3%				41.7%				51.4%			
R ² change	26.0% (p<.001)				10.3% (p<.001)							
F(p)	20.32(<.001)				29.42(<.001)				27.35(<.001)			

b: unstandardized regression coefficient, SE: standard error.

최종 모형에 대한 위계적 회귀분석 결과, 주관적 행복감에 영향을 주는 요인은 건강상태($\beta=.12, p=.025$), 지각된 스트레스_긍정적 지각($\beta=-.20, p=.001$), 지각된 스트레스_부정적 지각($\beta=-.20, p=.001$), 회복탄력성_자신감($\beta=.24, p<.001$), 회복탄력성_긍정성($\beta=.17, p=.005$), 회복탄력성_사회적 지지($\beta=.14, p=.011$) 이었고, 독립변수들의 상대적인 영향력은 자신감 회복탄력성, 지각된 스트레스_부정적 지각, 지각된 스트레스_긍정적 지각, 회복탄력성_긍정성, 회복탄력성_사회적 지지, 건강상태 순이었다.

추정된 회귀모형의 적합도에 대한 F통계량은 $27.35(p<.001)$ 로 매우 유의한 것으로 나타났으며, 설명력은 53.4%이었다.

지각된 스트레스와 주관적 행복감에서 회복탄력성의 매개효과

주관적 행복감에 영향을 미치는 변인 중 지각된 스트레스에 대한 회복탄력성이 주관적 행복감에의 매개효과를 검증한 결과(Table 4), 1단계에서 지각된 스트레스는 주관적 행복감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나($\beta=-.60, p<.001$), 지각된 스트레스가 낮을수록 주관적 행복감이 높아지는 것을 알 수 있다. 2단계에서 지각된 스트레스는 매개변수인 회복탄력성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나($\beta=-.54, p<.001$), 지각된 스트레스가 낮을수록 회복탄력성이 높아지는 것을 알 수 있

다. 3단계에서 지각된 스트레스와 주관적 행복감의 관계에서 회복탄력성($\beta=.42, p<.001$)이 매개변수로 작용하고 있는 것으로 나타났다. 매개변수인 회복탄력성을 투입한 결과, 설명력이 13% 증가하였으며, 매개변수인 회복탄력성에 의해 통제되었을 때의 지각된 스트레스가 주관적 행복감에 미치는 영향($\beta=-.37, p<.001$)이, 회복탄력성을 통제하기 전의 영향($\beta=-.60, p<.001$)보다 적으나, Sobel test 결과에서는 유의한 것으로 나타나($Z=-5.67, p<.001$), 회복탄력성이 지각된 스트레스와 주관적 행복감과의 관계에서 부분매개효과가 있는 것으로 분석되었다.

또한 회귀분석결과 주관적 행복감에의 영향요인에서는 배제된 전공만족도에 대하여 주관적 행복감에의 회복탄력성의 매개효과를 검증한 결과(Table 5), 1단계에서 전공만족도는 주관적 행복감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나($\beta=.34, p<.001$), 전공만족도가 높을수록 주관적 행복감이 높아지는 것으로 나타났다. 2단계에서 전공만족도는 매개변수인 회복탄력성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나($\beta=.44, p<.001$), 전공만족도가 높을수록 회복탄력성이 높아지는 것을 알 수 있었다. 3단계에서 전공만족도와 주관적 행복감의 관계에서 전공만족도는 주관적 행복감에 유의한 영향을 미치지 않으나 Sobel test 결과($Z=5.65, p<.001$), 회복탄력성($\beta=.59, p<.001$)을 매개로 하여 주관적 행복감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나, 전공만족도와 주관적 행복감의 관계에서 회복탄력성

<Table 4> Mediating Effect of Resilience on the Relationship between Stress and Subjective Happiness

Step	Dependent variable	Independent variable	b	SE	beta	t	p	R ²
1	Subjective happiness	(constant)	8.16	0.31		26.62	<.001	.35
		Stress	-1.06	0.10	-.60	-10.42	<.001	
2	Resilience	(constant)	4.74	0.13		36.66	<.001	.28
		Stress	-0.38	0.04	-.54	-8.92	<.001	
3	Subjective happiness	(constant)	3.17	0.77		4.12	<.001	.48
		Stress	-0.65	0.11	-.37	-6.07	<.001	
		Resilience	1.06	0.15	.42	6.96	<.001	

Sobel test Z= -5.67 (p<.001), SE: standard error.

<Table 5> Mediating Effect of Resilience on the Relationship between Major Satisfaction and Subjective Happiness

Step	Dependent variable	Independent variable	b	SE	beta	t	p	R ²
1	Subjective happiness	(constant)	2.33	0.54		4.29	<.001	.11
		Major satisfaction	0.68	0.14	.34	5.01	<.001	
2	Resilience	(constant)	2.18	0.21		10.51	<.001	.19
		Major satisfaction	0.36	0.05	.44	6.91	<.001	
3	Subjective happiness	(constant)	-0.86	0.56		-1.53	.128	.38
		Major satisfaction	0.16	0.13	.08	1.24	.218	
		Resilience	1.46	0.16	.59	9.46	<.001	

Sobel test Z= 5.65 (p<.001), SE: standard error.

에 의한 완전매개효과가 있는 것으로 분석되었다.

논 의

본 연구는 간호대학생의 행복감에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 시도되었다.

연구결과, 간호대학생의 주관적 행복감 정도는 평균평점 5.03점(7점 만점)이었으며, 100점으로 환산할 경우 71.4점으로 전체 대학생의 행복점수인 56점(Jo, Y. C., 2011)보다는 높게 나타났다. 그러나 Piqueras 등(2011)의 연구에서 칠레 대학생의 주관적 행복감은 평균평점 5.23점(7점 만점)으로 보고되어 한국 간호대학생이 칠레 대학생보다 행복감 수준이 낮은 것으로 나타났다.

본 연구에서 일반적 특성 중 행복감에 차이를 보인 것은 학과성적과 건강상태로 성적이 평점 4.0점 이상인 경우와 건강이 양호하다고 생각하는 경우 주관적 행복감이 높았다. 성적에 따라 행복감이 차이가 있다는 결과는 학업성취도와 심리적 임파워먼트, 회복탄력성 및 영적 웰빙과 유의한 관계가 있다는 Beauvais, Stewart, DeNisco와 Beauvais (2014)의 연구결과와 유사한 것이다. 청소년시기의 치열한 학업 경쟁률을 뚫고 간호학과에 입학하였으나 여전히 많은 학업내용과 취업과 연관된 학과성적을 취득하고자 하는 스트레스로 인해 간호대학생들의 행복지수를 올리는 것은 어려울 수 있다. 또한 모든 학생들이 스스로 만족스러운 성적을 낸다는 것은 사실상 불가능한 일이다. 따라서 성적을 단순히 시험에 의해 평가할 것이 아니라 환자 간호에서 드러나는 감성적인 돌봄, 어려움을 극복해내는 회복탄력성 정도 등을 학업성취도 평가에 활용해보는 것도 추천하고 있다(Ahmed, Abdullah, & Hassane, 2011).

본 연구에서 간호대학생들은 자신의 건강상태가 ‘나쁘다’고 생각하는 경우보다 ‘좋거나 매우좋다’고 생각하는 경우 주관적 행복감이 더 높게 나타났는데, 이는 행복감이 심리적, 사회적 건강상태와 상관관계가 있다는 Mikolajczak 등(2010)의 연구와 유사한 결과이다. Piqueras 등(2011)은 긍정심리와 웰빙의 구성요소인 주관적 행복감이 좋은 건강결과와 연관되어 있으며 불행은 비만과, 행복은 야채나 과일섭취, 규칙적인 운동 및 신체활동량 증가와 유의한 관련이 있음을 보고하였다. 따라서 학생들의 건강상태를 향상시키기 위해서는 영양과 운동에 대한 직접적인 교육도 필요하지만 건강행동을 위한 개인의 의지나 자신감, 긍정성을 키우고 교수와 주변에서 이를 지지해주는 노력이 선행되어야 할 것이다. 이러한 자신감, 긍정성 및 지지체계가 바로 회복탄력성을 구성하고 있는 하위영역이므로 대학생의 건강증진에도 회복탄력성 함양이 필요할 것으로 생각된다.

본 연구에서 주관적 행복감에의 영향요인으로 지각된 스트레스, 전공만족도를 투입하였을 때 지각된 스트레스는 주관적 행복감에 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 긍정적 지각($\beta=-.27$), 부정적 지각($\beta=-.31$) 스트레스가 증가할수록 주관적 행복감은 감소하는 것으로 나타났다. 이는 지각된 스트레스가 행복과 역의 상관관계가 있으며(Schiffirin & Nelson, 2010), 칠레 대학생의 행복에 대한 연구에서도 시험과 같은 스트레스를 낮게 지각할수록 행복정도는 0.6-0.9배정도 높은 것으로 나타난 연구(Piqueras et al., 2011)결과와 유사하여 본 연구결과를 지지하였다.

본 연구에서 전공만족도의 경우 주관적 행복감에 긍정적 영향요인($\beta=.17$)으로 나타났다. 간호대학생의 경우 전공만족도에 따라 간호학 교육 및 실습에 임하는 태도에 차이를 보이며(Oh, Choi, Kwon, & Park, 2005), 진로의식 형성과 간호 전문직관에도 중요한 영향을 미치는데, 전공에 대한 불만족은 간호대학생들이 간호사가 되었을 때 직무수행을 효율적으로 수행하기 위한 올바른 신념과 태도를 형성하는데 장애가 되며 자신의 직업에 대한 혼란과 부정적 시간으로 이어지게 되는 것을 의미한다(Barron, West, & Reeves, 2007). 따라서 전공에 대한 만족도를 증대시켜주며 동시에 행복감을 증진시킬 수 있는 전략이 필요하겠다.

또한 주관적 행복감에의 영향요인으로 회복탄력성을 추가로 투입하였을 때 회복탄력성의 하위변인 중 자신감, 긍정성, 사회적지지 영역이 유의한 영향요인으로 분류되었다. 이중 자신감과 긍정성은 개인적 역량에 속하며 사회적 지지는 상황적 차원에 속한다(Yang et al., 2015).

간호대학생을 대상으로 한 여러 연구에서 회복탄력성이 높은 학생들은 전공만족도, 실습만족도, 그리고 임상수행능력이 높았고, 불안과 스트레스는 낮았다(Kim & Lee, 2014).

본 연구결과, 회복탄력성이 전공만족도와 주관적 행복감 간의 완전 매개효과가 있는 것으로 나타나 대학생이 자신의 전공과목에 대해 만족도가 다소 낮다 하더라도 자신의 회복탄력성 정도에 따라 주관적인 행복감 수준이 달라질 것으로 예측할 수 있다. 또한 지각된 스트레스와 행복감 사이에서 회복탄력성의 매개효과를 확인하였는데 스트레스 자체가 주관적 행복감을 감소시키는 요인으로 작용하지만 회복탄력성이 중간에 작용을 할 경우 스트레스의 영향을 감소시키고 행복감은 증진시키는 데 중요한 역할을 하는 것을 확인할 수 있었다. 이러한 결과는 자아탄력성과 행복감이 스트레스상황을 지각하는 수준과 스트레스에 대한 대처방식과의 관련성을 살펴본 Lee 등(2006)의 연구에서 스트레스 지각에 회복탄력성이 주관적 행복감보다 더 큰 영향을 미치는 것으로 나타난 결과와 맥락을 같이한다.

즉 회복탄력성은 스트레스 정도를 완화하고 전공에 대한

만족에 영향을 미치는 요인으로 파악된 바, 회복탄력성이 간호학 전공 대학생들의 전공 적응에 중요한 요인이 되는 것으로 해석할 수 있다. 즉 회복탄력적 특성을 가진 경우 스트레스를 완충하거나 줄이는데 유용한 보호적 요소나 자원을 갖고 있는 것이므로(Ahern, Kiehl, Sole, & Byers, 2006) 간호대학생들이 스트레스를 이겨내고, 미래의 간호사로 성장하는데 반드시 필요한 요건이다(Yang et al., 2015). 이러한 회복탄력성은 타고나는 것보다는 개인과 환경의 역동적 상호작용을 통해 점진적으로 형성되는 것이고 교육과 훈련을 통해 향상시킬 수 있는 개인의 능력이므로(Hong, 2006), 간호대학생의 교과과정에서 회복탄력성을 증진시킬 수 있는 중재가 필요하며, 간호대학생의 스트레스 및 전공과 관련된 문제에 대한 접근에 있어 회복탄력성을 높임으로 행복감 증진을 도모할 수 있는 구체적인 전략을 병행하는 것도 필요하다.

결론 및 제언

본 연구는 간호대학생의 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 시도되었다. 연구결과 주관적 행복감에 영향을 주는 요인은 건강상태, 지각된 스트레스_긍정적 지각, 지각된 스트레스_부정적 지각, 회복탄력성_자신감, 회복탄력성_긍정성, 회복탄력성_사회적 지지이었고, 설명력은 51.4%이었다. 독립변수들의 상대적인 영향력은 회복탄력성_자신감, 지각된 스트레스_부정적 지각, 지각된 스트레스_긍정적 지각, 회복탄력성_긍정성, 회복탄력성_사회적 지지, 건강상태 순이었다. 또한 회복탄력성은 지각된 스트레스와 전공만족도에 대한 매개효과가 있는 것으로 나타났다. 따라서 회복탄력성은 스트레스 정도를 완화하고 전공에 대한 만족에 영향을 미치는 요인이며, 행복감에 영향을 주는 요인으로 나타났다. 추후 간호대학생의 행복감에 대한 모형 구축 연구와 더불어 회복탄력성을 높여 행복감을 증진시킬 수 있는 전략의 개발과 적용을 제언하는 바이다.

References

- Ahmed, S., Abdullah, A., & Hassane, S. (2011). The role of emotional intelligence in the academic success of United Arab Emirates university students. *International Education, 41*(1), 7-25.
- Ahern, N. R., Kiehl, E. M., Sole, M. L., & Byers, J. (2006). A review of instruments measuring resilience. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing, 29*(2), 103-125. <http://dx.doi.org/10.1080/01460860600677643>
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*, 1173-1182.
- Barron, D., West, E., & Reeves, R. (2007). Tied to the job: Affective and relational components of nurse retention. *Journal of Health Services Research & Policy, 12*, 46-51.
- Beauvais, A. M., Stewart, J. G., DeNisco, S., & Beauvais, J. E. (2014). Factors related to academic success among nursing students: A descriptive correlational research study. *Nurse Education Today, 34*, 918 - 923.
- Braskamp, L. A., Wise, S. L., & Hengstler, D. D. (1979). Student satisfaction as a measure of developmental quality. *Journal of Educational Psychology, 71*, 494-498.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. A. (1983). Global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior, 24*, 385-396.
- Hong, E. S. (2006). Conceptual understanding of resilience and instructional suggestion. *Korean Journal of Special Education, 41*(2), 45-67.
- Jo, K. H. (2011). Perception of undergraduate nursing students toward happiness: A Q-methodological approach. *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education, 17*(2), 178-189.
- Jo, Y. C. (2011, May 23). Highest stress level in the local private college students. *The Financial News*, Retrieved from <http://fnnews.com>
- Jung, J. S., Jeong, M. J., & Yoo, I. Y. (2014). Relations between satisfaction in major, career decision-making self-efficacy and career identity of nursing students. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education, 20*(1), 27-36. <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.1.27>
- Keyes, C. L. M., Eisenberg, D., Perry, G. S., Dube, S. R., Kroenke, K., & Dhingra, S. S. (2012). The relationship of level of positive mental health with current mental disorders in predicting suicidal behavior and academic impairment in college students. *Journal of American College Health, 60*(2), 126-133.
- Kim, K. H., & Ha, H. S. (2000). A study of department satisfaction factors of undergraduate students. *The Korean Journal of Counseling, 1*(1), 7-20.
- Kim, D. J., & Lee, J. S. (2014). Influence of ego-resilience and self-efficacy on satisfaction in major of nursing student. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education, 20*(2), 244-254. <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.2.244>

- Kim, S. L., & Lee, J. E. (2005). Relationship among stress coping strategies, and self-esteem in nursing students taking clinical experience. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education, 11*(2), 98-106.
- Lee, H. N., Jeong, H. J., Lee, K. H., & Lee, H. J. (2006). The relationship among stress perception, stress coping, ego-resilience and happiness of university students. *The Korea Journal of Counselling, 7*(3), 701-713.
- Lee, O. H. (2012). The influence of life stress, ego-resilience and social support on psychological well-being among college students. *Korean Journal of Youth Studies, 19*(1), 29-57.
- Lim, J. S. (2004). *Relationships of a self-enhancement bias, life events and subjective well-being in old-adults*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research, 46*, 137-155.
- Mikolajczak, M., Quoidbach, J., Vanootighem, V., Lambert, F., Lahaye, M., Fillee, C., et al. (2010). Cortisol awakening response (CAR)'s flexibility leads to larger and more consistent associations with psychological factors than CAR magnitude. *Psychoneuroendocrinology, 35*, 752-757.
- Nam, M. H., & Lee, M. R. (2014). Factors influencing subjective happiness index of health behavior, self esteem and major satisfaction by nursing students. *Journal of Digital Convergence, 12*(10), 363-374. <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2014.12.10.363>
- Oh, D. J., Choi, C. J., Kwon, B. E., & Park, Y. H. (2005). The effects of images of nurses on professional socialization among nursing students. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education, 11*(1), 64-72.
- Park, J. H., & Seo, Y. S. (2010). Validation of the perceived stress scale(PSS) on samples of Korean university students. *Korean Journal of Psychology: General, 29*(3), 611-629.
- Piqueras, J. A., Kuhne, W., Vera-Villarroel, P., van Straten, A., & Cuijpers, P. (2011). Happiness and health behaviours in Chilean college students: A cross-sectional survey. *BMC Public Health, 11*, 443. Available at: <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/11/443>
- Schiffirin, H., & Nelson, S. (2010). Stressed and happy? Investigating the relationship between happiness and perceived stress. *Journal of Happiness Studies, 11*, 33-39.
- Settersten, R. A., Furstenberg Jr, F. F., & Rumbaut, R. G. (2008). *On the frontier of adulthood: Theory, research, and public policy*. Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experience. *Journal of Personality and Social Psychology, 86*, 320-333.
- Whang, S. J. (2006). The relationship between clinical stress, self-efficacy, and self-esteem of nursing college students. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education, 12*(2), 205-213.
- Yang, Y. K., Han, K. S., Bae, M. H., & Yang, S. H. (2014). Social support, academic Stress, clinical practice stress in college student of nursing. *The Korean Journal of Stress Research, 22*(1), 23-33.
- Yang, Y. H., Kim, E. M., Yu, M., Park, S. M., & Lee, H. (2015). Development of the resilience scale for Korean nursing college students. *Korean Journal of Adult Nursing, 27*(3), 337-346.

Factors Influencing Subjective Happiness in Korean Nursing Students

Kim, Eun Man¹⁾ · Yang, Young Hee²⁾ · Lee, Haeyoung³⁾ · Yu, Mi⁴⁾

1) Professor, Department of Nursing, Sunmoon University

2) Professor, College of Nursing, Dankook University

3) Assistant professor, Department of Nursing, Hoseo University

4) Associate professor, College of Nursing, Institute of Health Sciences, Gyeongsang National University

Purpose: The purpose of this study was to determine subjective happiness related factors in Korean nursing students. **Methods:** A purposive sample of 200 nursing students was recruited for the cross-sectional survey design. The instruments were perceived stress scale, major satisfaction scale, resilience scale, and subjective happiness scale. Data were analyzed using descriptive statistics, hierarchical linear regression, and the Sobel test for testing mediating effects. **Results:** The mean score of stress, major satisfaction, resilience and subjective happiness was 2.21, 3.95, 3.60 and 5.03, respectively. Perceived health status, stress_positive perception, stress_negative perception, resilience_self confidence, resilience_positivity, resilience_social support had significant effects on subjective happiness. Explained variance for the subjective happiness was 53.4%. Resilience had a partial mediating effect in the relationship between stress and subjective happiness (Sobel test: $Z=-5.67$, $p<.001$). Also, resilience had a mediating effect in the relationship between major satisfaction and subjective happiness (Sobel test: $Z=5.65$, $p<.001$). **Conclusion:** Based on the findings of this study, nursing intervention programs focusing on improving resilience are recommended to improve subjective happiness in nursing students.

Key words : Happiness, Resilience, Stress, Student, Nursing

• Address reprint requests to : Yu, Mi

College of Nursing, Gyeongsang National University

816-15 Jinju-daero, Jinju-si, Gyeongnam, Korea

Tel: 82-55-772-8229 Fax: 82-55-772-8222 E-mail: yumi825@gnu.ac.kr