https://doi.org/10.14400/JDC.2017.15.12.381

스트레스가 간호대학생의 행복지수에 미치는 영향 : 낙관성의 매개효과를 중심으로

김은영*, 임경숙**
광주대학교 간호학과*, 송원대학교 간호학과**

The Effect of Stress on the Happiness Index of Nursing College Students : Focusing on Mediating Effects of Optimism

Eun-Young Kim*, Kyoung-Suk Lim**
Dept. of Nursing, Gwangju University*
Dept. of Nursing, Songwon University**

요 약 본 연구의 목적은 낙관성을 매개로 스트레스가 행복지수에 주는 영향을 파악하고자 하는데 있다. 대상자는 G광역시 소재 3개 대학 간호학과 학생 중 임상실습경험이 있는 3, 4학년을 대상으로 시행하였으며, 362부의 설문지를 연구 자료로 사용하였다. 자료분석은 회귀분석과 SPSS Macro 및 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 이용하여 대학생의 스트레스와 행복감에 있어 낙관성의 매개효과를 검증하였다. 연구결과 스트레스, 행복지수, 낙관성은 유의한 상관관계가 있었고, 스트레스가 대학생의 행복지수에 직접적인 영향을 주었다. 즉, 스트레스의 수준이 높을수록 대학생의 행복지수를 저하시켰다. 낙관성은 스트레스와 대학생의 행복지수 사이에서 부분적으로 매개효과를 보였다. 따라서 대학생의 행복지수를 높이기 위해서는 스트레스 관리와 낙관성을 높일 수 있는 프로그램 전략의 하나로 행복증진 프로그램 개발 및 시행이 요구된다.

주제어 : 스트레스, 간호대학생, 낙관성, 행복지수, 매개효과

Abstract The purpose of this study is to investigate the effect of optimism on stress on happiness index. The subjects were 3 and 4 grade students who had clinical practice experience among 3 nursing students at G university, and 362 questionnaires were used as research data. The data analysis used regression analysis, SPSS macro and bootstrapping methods to examine the mediating effects of optimism on college students' stress and happiness. The results showed that stress, happiness, and optimism were significantly correlated, and stress had a direct effect on college students' happiness. In other words, the higher the level of stress, the lower the happiness index of college students. The optimism was partially mediated between stress and college students' happiness index. Therefore, in order to increase the happiness index of college students, it is necessary to develop and implement a program for happiness enhancement as one of the program strategies that can enhance stress

Key Words : Stress, Nursing college student, Optimism, Happiness index, Mediating effect

* 이 연구는 2017년도 광주대학교 대학 연구비의 지원을 받아 수행되었음
Received 19 October 2017, Revised 23 November 2017
Accepted 20 December 2017, Published 28 December 2017
Corresponding Author: Kyoung Suk Lim (Songwon University)
Email: ssoya@songwon.ac.kr

ISSN: 1738-1916

© The Society of Digital Policy & Management. All rights reserved. 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.

1. 서론

1.1 연구의 필요성

간호대학생은 타 전공 대학생들보다 대학생활 스트레스(학업, 취업, 대인관계 등)뿐만 아니라 엄격한 교과과정과 과도한 학습량, 의료인으로써 갖게 되어야 할 직업관 및 가치관 확립 등으로 강도 높은 스트레스를 경험하고 있다[1,2]. 또한 간호대학생은 간호사 면허시험에 응시하기 위해서는 임상실습교과목 중 임상실습을 1,000시간 이상을 이수해야만 가능하다. 그렇다보니 간호대학생은 임상실습지에서 겪게 되는 다양한 스트레스 요인들(낯선 환경, 실수에 대한 불안감, 과도한 과제물, 역할갈등 및 지식적용의 한계, 위기의 대처능력 및 대인관계 등)로 인해 강도 높은 스트레스와 부정적인 경험에 노출되어 있어[3,4], 간호대학생에서 스트레스는 피할 수 없는 것으로 주위의 환경이나 개인의 입장에서 모두 스트레스의 부정적인 측면이 일반적으로 강조되고 있다.

이러한 과도한 스트레스가 오래 지속되게 되면 우울을 초래[5]할 뿐만 아니라 개인의 안녕을 위협하게 되고 질병을 유발하게 되며[6], 궁극적으로 개인의 행복저하를 초래[5,7]하는 중요한 요인이다. 이에 많은 연구자들은 간호대학생의 행복에 대한 관심을 가지고 간호대학생의 행복과 관련된 연구들을 보고하였다[8,9,10].

행복지수와 관련된 요인을 살펴본 선행연구들을 살펴보면, 낙관성[8], 사회적 지지[8,9], 감사성향[7,11,12], 자아존중감[11,13], 긍정적 정서[11], 취업결정 자기효능감[9,13], 스트레스[9,14,15], 전공 만족도[8,12,13,14], 몰입[11], 경제수준[11,13], 주관적 건강상태[11,13], 대인관계 능력[12] 등이 간호대학생의 행복과 관련이 있는 것으로 확인되었으며, 대부분이 결과를 중심으로 이루어진 연구들이다. 특히 스트레스는 행복지수의 주요한 원인으로 알려져 있는데[9,14,15], 지속되는 높은 수준의 스트레스는 사회진출 후에도 사회의 적응과 자신의 직업관에 부정적인 영향을 초래할 수 있다[16]. 하지만 스트레스는 개인이 어떻게 스트레스를 해석하고 평가하는지에 따라 긍정적 또는 부정적일 수도 있다[17].

이에 낙관성은 시간과 상황이 변경되더라도 일관성 있는 안정적인 면을 가지고 개인이 어떤 역경에 처해 있더라도 그 안에서 긍정적인 면을 발견하고 미래에 대한 희망을 가지게 한다[18]. 이러한 낙관성은 긍정적인 결과에 대한 일반적인 기대로 정의되고, 기질적인 요인이기도 하지만, 성장과정에서 학습을 통해 증진되기도 하며[19], 부정적인 영향을 미치는 스트레스 요인들을 감소시키기도 한다[20]. 또한 수준 높은 낙관성을 가진 사람들은 대처전략이 높기 때문 문제 상황에서 효과적으로 문제해결을 잘 한다[21]. 이러한 낙관성은 학교적응에도 긍정적인 영향을 주며[22], 개인의 주관적인 만족감이나 안녕감이 행복에 중요한 요소임을 알 수 있다[8,23]. 이는 간호대학생의 대학 및 임상차원 스트레스가 본인의 행복에 영향을 미칠 뿐만 아니라 전공 만족도 등으로 연결되는 요인이기 때문에 매우 중요하다. 이에 대학 및 임상차원 스트레스를 어떻게 인식하고 느끼는지 개인의 성향에 따라 다를 수 있으므로 개인성향을 파악하고 스트레스 수준을 적절하게 유지하는 방법에 대한 고찰이 필요하다고 할 수 있다.

따라서 이상의 선행연구를 통하여 연구모형을 도출하였으며, 본 연구의 모형은 대학 및 임상차원 스트레스가 낙관성과 행복지수에 영향을 미치며, 이 과정에서 낙관성은 대학 및 임상차원 스트레스가 행복지수로 가는 과정을 매개하는 역할을 한다. 이 모형은 스트레스에 노출되어 있는 경우 심리적 요인이 영향을 주고[24], 이 스트레스는 행복감에 대해서 부정적인 영향을 미치므로 높은 수준의 스트레스는 낮은 행복감을 초래한다[9,10]. 또한 낙관성을 통해서 어떤 스트레스 상황에서도 긍정적으로 받아들이고 인식함으로써 행복을 추구한다는[25] 선행연구들의 결과를 바탕으로 본 연구에서는 심리적 변인인 낙관성이 스트레스에서 시작하여 행복지수로 가는 과정에서 어떠한 역할을 하는지를 검증함으로써, 향후 개인특성에 따른 스트레스 관리 방안의 하나로 긍정적인 태도를 향상시키는데 기초자료로 제공하고자 한다.

1.2 연구목적

본 연구의 목적은 스트레스가 간호대학생의 행복지수 간의 관계에서 낙관성의 매개효과를 확인하기 위함이여 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 스트레스, 낙관성 및 행복지수 정도를 파악한다.

둘째, 스트레스, 낙관성 및 행복지수 간의 관계를 파악한다.

셋째, 스트레스와 행복지수와의 관계에서 낙관성의 매개효과를 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 스트레스가 간호대학생의 행복지수 간의 관계에서 낙관성의 매개효과를 확인하기 위한 서술적 상관관계 연구이다.

2.2 연구대상

본 연구의 대상자는 G광역시 소재 3개 대학교의 간호학과 3, 4학년에 재학중인 임상실습경험이 있는 간호대학생에게 연구목적을 이해하고, 연구 참여에 서면으로 동의한 간호대학생 370명을 대상으로 하였다. 이 중 설문에 응답하지 않은 문항이 있고, 불성실하게 응답한 8부의 설문을 제외한 총 362명(98%)의 자료가 최종 분석에 사용되었다.

2.3 연구도구

2.3.1 스트레스

간호대학생의 스트레스를 측정하기 위해서 본 연구에서는 Yoo 등[26]이 우리나라 간호대학생의 스트레스를 측정할 수 있도록 개발한 스트레스 도구를 사용하였다.

본 도구는 대학차원 스트레스 39문항(개인내 15문항, 개인간 5문항, 학업 10문항, 환경 9문항)과 임상차원 스트레스 20문항(실습대상자 8문항, 임상환경 4문항, 실습지도자 5문항, 실습생 3문항)으로 총 59문항으로 구성된 자기보고식 질문지이다. 각 문항은 1점(스트레스를 전혀 경험하지 않는다)에서 5점(매우 많이 경험한다)까지 5점 Likert식 척도로 응답하도록 구성되어 있으며, 가능한 총점의 범위는 59점부터 295점까지이며, 점수가 높을수록 스트레스 정도가 높음을 의미한다. 개발당시 도구의 신뢰도는 대학차원 스트레스가 Cronbach′sα=.94이었고, 임상차원의 스트레스 Cronbach′sα=.92였으며, 본 연구에서는 대학차원 스트레스는 Cronbach′sα=.96, 임상차원의 스트레스 Cronbach′sα=.97이었다.

2.3.2 낙관성

본 연구에서는 낙관성을 측정하기 위해 Scheier, Carver와 Bridges[27]가 개정한 삶의 지향성검사(Life Orientation Test-Revised, LOT-R) 도구를 Kwon[28]이 번안한 척도를 사용하였다. LOT-R은 6개의 낙관성 측정 문항과 연구 참여자들이 낙관성 측정을 위한 질문지임을 인식하지 못하게 하는 4개의 여과 문항으로 구성되어 있다. 낙관성 측정 6문항은 긍정적 문항 3개과 부정적 문항 3개 이루어져 있고, 부정적인 문항은 역채점 한다. 각 문항은 1점(전혀 그렇지 않다)에서 5점(매우 그렇다)까지 Likert식 5점 척도로 응답하도록 구성되어 있으며, 가능한 총점의 범위는 5점부터 30점까지이며, 점수가 높을수록 낙관성이 높은 것을 의미한다. 원저자의 전체 척도에 대한 신뢰도 Cronbach′s α=.78이었으며, 본 연구에서는 Cronbach′s α=.96이었다.

2.3.3 행복지수

본 연구에서는 행복지수를 측정하기 위해서 Suh와 Koo[29]가 개발한 행복지수 척도를 사용하였다. 본 도구는 삶의 만족 3문항, 긍정적 정서 3문항, 부정적 정서 3문항으로 총 9문항으로 구성된 자기보고식 질문지이다. 부정적인 문항은 역채점하여 점수화 하였다. 각각의 문항은 1점(매우 그렇지 않다)에서 7점(매우 그렇다)까지 Likert식 7점 척도로 응답하도록 구성되어 있으며, 가능한 총점의 범위는 9점부터 63점까지이며, 점수가 높을수록 행복지수가 높은 것을 의미한다. 개발 당시 측정도구의 신뢰도 Cronbach′s α는 .81이었고 본 연구에서는 Cronbach′s α는 .72였다.

2.3.4 자료수집 및 윤리적 고려

본 연구의 자료수집은 G광역시 소재 3개 대학교의 간호학과 학과장 및 학생회장에게 연구자와 연구보조원이 직접 연구목적을 설명하고 협조 및 승인을 받은 후 2017년 5월 22일부터 6월 23일까지 자료 수집을 진행하였다. 연구의 설명문에는 연구의 목적, 절차, 비밀보장, 언제든지 철회 가능함 등이 내용이 포함되어 있다. 즉, 연구 목적 이외에 다른 목적으로 사용하지 않을 것이며, 연구 참여로 인한 어떠한 불이익도 발생하지 않을 것과 자유의사에 따라 연구 참여를 철회할 수 있다는 것, 모든 자료는 연구 종료 후에 분쇄 폐기 처리할 것임을 알려주고, 설문응답에 감사의 표현으로 소정의 선물을 증정하였다.

2.3.5 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 18.0 Package와 SPSS PROCESS Macro, 그리고 Mplus 4을 이용하여 분석을

실시하였다. 먼저 연구 대상자의 일반적 특성을 살펴보기 위해 빈도분석과 기술통계를 사용한 분석을 실시한 다음, 일반적 특성에 따른 행복지수 간의 차이는 t-test와 ANOVA로 분석하고, Scheffé test로 사후검정을 실시하였다. 주요 변수 간의 상관관계를 파악하기 위해 Pearson 상관계수로 산출하고, 그 다음단계로 스트레스와 간호대학생의 행복지수 간 관계에서 낙관성의 매개효과를 검증하기 위해 Baron와 Kenny[30]에 제안한 절차에 따라 위계적 다중회귀분석(multi regression analysis)을 실시하였다. Baron과 Kenny의 3단계 매개효과 검증절차는 다음과 같다. 1단계에서는 독립변인인 스트레스가 매개변인인 낙관성에 영향을 미치는지를 확인한다. 2단계에서는 독립변인인 스트레스가 종속변인인 행복지수에 영향을 미치는지를 확인한다. 3단계에서는 매개변인인 낙관성이 반드시 종속변인인 행복지수에 영향을 미치는지를 확인한다. 이때 독립변인인 스트레스와 매개변인인 낙관성을 설명변수로 설정하고, 종속변인인 행복지수를 반응변수로 설정한 다중회귀모형에 대한 분석을 통하여 독립변인인 스트레스와 매개변인인 낙관성이 종속변인인 행복지수에 미치는 영향력의 유의성이 2단계와 비교해서 어떻게 변하는지를 확인한다. 마지막으로 매개효과 계수의 유의미성을 확인하여 위해 부스트래핑(bootstrapping)을 실시하였다. 정규분포가정에 의존하지 않은 부스트래핑 검증방법은 Sobel test보다 더 안전하고 강력한 간접효과 검증방법이며[31], 이는 통계적 모의실험 단계를 통해 대규모 가상무선 표본 기반으로 유의성을 확인하는 방법이며 간접효과의 표준오차에 대한 보다 정확한 추정치 계산이 가능하다[32].

3. 연구결과

3.1 대상자의 스트레스, 낙관성, 행복지수 정도

연구대상자의 스트레스는 평균 170.69점(가능점수: 59~295점)으로 나타났고, 대학차원스트레스 정도에서는 평균 110.77점(가능점수: 39~195점), 임상차원스트레스 평균 59.92점(가능점수: 20~100점)으로 나타났다. 낙관성은 평균 20.93점(가능점수: 5~30점)으로 나타났으며, 행복지수는 평균 28.09점(가능점수: 9~63점)으로 나타났고, 삶의 만족 정도에서는 평균 8.78점(가능점수: 3~21점), 긍정적인 정서는 평균 12.75점(가능점수: 3~21점), 부정적 정서에서는 평균 6.56점(가능점수: 3~21점)으로 나타났다<Table 1>.

<Table 1> Levels of Major Variables

Variables	M±SD	Possible range	Obtained range
Stress	170.69±36.55	59~295	60~266
College based stress	110.77±27.87	39~195	39~187
Clinical based stress	59.92±17.55	20~100	20~95
Optimism	20.93±3.71	5~30	12~30
Happiness index	28.09±3.75	9~63	18~40
Life satisfaction	8.78±1.60	3~21	5~13
Positive emotion	12.75±1.52	3~21	8~15
Negative emotion	6.56±1.87	3~21	3~15

3.2 대상자의 일반적인 특성에 따른 행복지수

본 연구에 포함된 대상자는 총 362명으로 연령은 23세가 49.7%로 가장 많은 것으로 나타났다. 학년은 4학년이 240명(66.3%)으로 많았으며, 종교는 없거나 기타로 응답한 경우가 206명(56.9%)으로 가장 많았으며, 기독교가 95명(26.2%), 천주교 42명(11.6%), 불교가 19명(5.2%) 순으로 나타났다. 대상자의 주관적인 건강상태는 '건강하다'가 176명(48.6%), 대인관계에서는 '보통'이 191명(52.8%)으로 가장 많았으며, 지원동기에서는 '적성과 흥미'가 108명(29.8%), '부모님인 주위의 권유'가 95명(26.2%)으로 나타났으며, '고교 성적을 고려해서'가 26명(7.2%)으로 가장 낮은 응답을 보였다. 전공 만족도에 대한 질문에서는 '만족'이 160명(44.2%), 희망진로는 '병원취업'이 297명(82.0%)으로 가장 많았다. 전 학기 학점에서 평점이 3.0에서 3.5사이에 해당한다고 응답한 학생이 159명(43.9%)으로 가장 많았으며, 거주형태는 '부모님과 함께 거주'가 194명(53.6%)로 나타났다. 대상자의 일반적 특성에 따른 행복지수의 차이를 살펴본 결과, 연령($F=4.108$, $p<.01$), 종교($F=3.750$, $p<.01$), 주관적 건강상태($F=15.087$, $p=.001$), 대인관계($F=25.728$, $p<.001$), 전공 만족도($F=37.741$, $p<.001$), 전 학기 학점($F=4.190$, $p<.01$)에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 사후검정 Scheffé 결과에서 주관적인 건강상태에서 '건강하다'와 '나쁘다'고 응답한 경우보다 '매우 건강하다'에서 행복지수가 높은 것으로 나타났다. 또한 대인관계에서는 '불만족'보다는 '보통'에서,

'보통'보다는 '만족'에서, 전공만족도에서는 '불만족'과 '매우 불만족'보다 '만족'에서, '만족'보다는 '매우만족'에서 행복지수가 높은 것으로 나타났다. 연령, 종교와 전 학기 평점에서는 항목들 간에 유의한 차이는 없었다<Table 2>.

3.3 스트레스, 낙관성 및 행복지수 간의 관계

연구대상자의 행복지수는 스트레스(r=-.506, p<.001)와 유의한 부적상관계를, 낙관성(r=.561, p<.001)과 유의한 정적상관관계가 있는 것으로 나타났다. 스트레스는 낙관성(r=-.481, p<.001)과 유의한 부적상관관계가 있었다<Table 3>.

3.4 스트레스와 행복지수와의 관계에서 낙관성의 매개효과

매개효과를 검정하기 전에 종속변수의 자기상관과 독립변수 간의 다중공선성을 확인한 결과, 모든 변인에서 공차한계(tolerance)가 .1보다 크고, 분산팽창계수

<Table 2> Happiness Index according to General Characteristics (N=362)

Characteristics	Categories	n	%	M±SD	t or F (p)
Age	21	17	4.7	29.88±3.66	4.108**
	22	152	42.0	27.39±3.99	(.007)
	23	180	49.7	28.42±3.32	
	24	13	3.6	29.31±5.04	
Grade	Grade 3	122	33.7	27.95±4.28	-0.498
	Grade 4	240	66.3	28.16±3.46	(.619)
Religion	Protestant christian	95	26.2	27.15±3.83	3.750*
	Catholic christian	42	11.6	27.69±3.06	(.011)
	Buddhist	19	5.2	29.37±4.95	
	None & others	206	56.9	28.49±3.63	
Subjective health status*	Very good[a]	87	24.0	30.23±3.95	15.087***
	Good[b]	176	48.6	27.46±3.32	(.000)
	Bad[c]	83	22.9	27.04±3.57	a>b,c
	Very bad[d]	16	4.4	28.81±3.51	
Interpersonal relations*	Satisfied[a]	78	21.5	30.19±3.78	25.728***
	Moderate[b]	191	52.8	28.09±3.35	(.000)
	Unsatisfied[c]	93	25.7	26.32±3.62	a>b>c
Selection motivation to study nursing	Academic score	26	7.2	27.69±4.23	1.550
	Advice of parents	95	26.2	28.08±4.05	(.187)
	Job opportunity	82	22.7	27.73±3.49	
	Interest	108	29.8	28.77±3.51	
	Profession	51	14.1	27.43±3.69	
Major satisfaction*	Very Satisfied[a]	42	11.6	32.00±3.68	34.741***
	Satisfied[b]	160	44.2	28.69±3.11	(.000)
	Unsatisfied[c]	139	38.4	26.58±3.53	a>b>c,d
	Very unsatisfied[d]	21	5.8	25.67±2.35	
Desired course	Hospital	297	82.0	27.99±3.80	2.181
	Health teacher	17	4.7	27.18±2.01	(.114)
	Official	48	13.3	29.04±3.75	
Grade point average	≥4.0	24	6.6	28.67±2.55	4.190**
	3.5≤ ~ <4.0	92	25.4	29.28±3.70	(.003)
	3.0≤ ~ <3.5	159	43.9	27.72±3.77	
	2.5≤ ~ <3.0	70	19.3	27.11±3.67	
	<2.5	17	4.7	28.24±4.12	
Residence type	Living with parents	194	53.6	28.32±3.60	2.517
	Dormitory	56	15.5	27.13±4.21	(.058)
	Self-boarding	72	19.9	27.71±3.12	
	Others	40	11.0	28.98±4.51	

* Scheffé test
*p<.05, **p<.01, ***p<.001

<Table 3> Relationships among in Stress, Optimism, and Happiness Index

Variables	Stress	College based stressl	Clinical based stres	Optimism
	r (*p*)	r (*p*)	r (*p*)	r (*p*)
College based stress	.886(.000)	1		
Clinical based stress	.676(.000)	.257(.000)	1	
Optimism	-.418(.000)	-.482(.000)	-.104(.048)	1
Happiness Index	-.506(.000)	-.561(.000)	-.163(.002)	.561(.000)

<Table 4> Mediating Effect of Optimism in the Relationship between Stress and Happiness Index

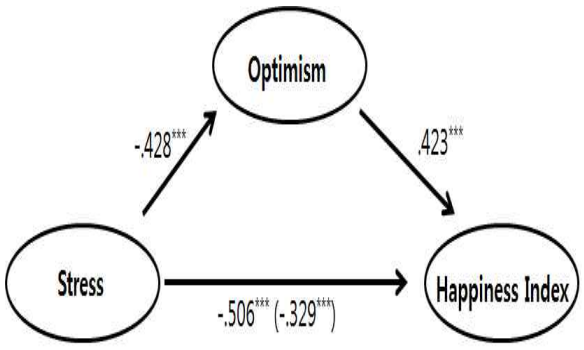
Steps	B	β	t	*p*	Adj. R2	F	*p*
Stress → Optimism	-.042	-.418	-8.749	<.001	.172	76.026	<.001
Stress → HI	-.052	-.506	-11.133	<.001	.254	123.943	<.001
Stress, Optimism → HI					.401	121.728	<.001
Stress → HI	-.034	-.329	9.442	<.001			
Optimism → HI	.428	.423	9.442	<.001			

HI=Happiness Index

(variance inflation factor; VIF)가 1.014~1.472로 10보다 작으므로 다중공선성의 문제는 없는 것으로 나타나 본 데이터는 회귀분석을 실시하기에 적합하였다.

본 연구에서 스트레스와 행복지수와의 관계에서 낙관성의 매개효과를 검정하기 위하여 Baron와 Kenny[30]의 3단계 검증절차 결과는 <Table 4>와 같다. 검정결과, 1단계 회귀분석에서 독립변인인 스트레스변인이 매개변인인 낙관성에 통계적으로 유의한 영향을 주었다(β=-.418, p<.001). 낙관성을 설명하는 설명력은 17.2%로 나타났다. 2단계 회귀분석에서는 독립변인인 스트레스가 종속변인인 행복지수에 미치는 영향을 검정한 결과 β값이 -.506이었고 통계적으로 유의하였다(p<.001). 행복지수를 설명하는 설명력은 25.4%로 나타났다. 3단계에서 매개변인인 낙관성이 종속변인인 행복지수에 미치는 영향을 검정하기 위해 스트레스와 낙관성을 예측요인으로 하고, 행복지수를 종속변인으로 하여 회귀분석을 실시한 결과, 매개변수인 낙관성이 종속변수인 행복지수에 미치는 영향력(β=.423, p<.001)도 유의하였다. 그리고 낙관성이 통제되었을 때의 스트레스의 영향력(β=-329, p<.001)이 여전히 유의한 것으로 나타나 매개의 유형은 부분매개임을 알 수 있다[Fig. 1].

스트레스가 주관적 행복감에 미치는 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위하여 Hayes와 Preacher[33]가 제시한 SPSS Macro방법을 사용하여 부트스트래핑(bootstrapping)을 적용해 확인하였다. 부트스트래핑을 위해 재추출한 표본수는 5,000개였고, 이를 95% 신뢰구간에서 구한 매개효과 계수의 하·상한 값은 <Table 5>에서 알 수 있듯이 각각 -.0247와 -.0129로 나타나 0의 값을 포함하고 있지 않기에, 낙관성의 매개효과는 통계적으로 유의하다고 할 수 있다. 따라서 높은 스트레스는 낙관성을 낮추고, 이것이 행복지수로 연결되는 매개경로는 통계적으로 유의하고, 스트레스가 행복지수에 직접적으로 영향을 미치는 효과 또한 유의하기 때문에 부분매개모형을 지지하는 것으로 볼 수 있다.



[Fig. 1] Mediating Effect of Optimism in the Relationship between Stress and Happiness Index.

<Table 5> Mediating Effect Test

Variable	MEV	Boot. S.E.	95% CI	
			Boot. LLCI	Boot. ULCI
Optimism	-.0181	.0030	-.0275	-.0132

MEV=Mediating effect variable, CI=confidence interval

4. 논의

본 연구는 선행연구들에 기초하여 간호대학생의 높은 수준의 스트레스로 인해 긍정적인 낙관성을 감소시키며 행복지수에 부정적인 영향을 주는 것으로 가정하였다. 특히, 낙관성은 다양한 스트레스 노출에서 개인의 부적응 문제를 완화시켜주는 개인의 긍정적인 성격특성으로 제시되고 있어 대학생활에서 경험하게 되는 과도한 학업, 취업, 선후배와의 관계, 여가활동 등으로 인한 스트레스와 행복지수와의 관계에서 낙관성의 매개효과를 검증하여 낙관성의 중요성을 제시하고 간호대학생의 행복지수 증진에 적절한 간호전략의 기초자료를 제시하고자 하였다.

본 연구 대상자의 스트레스 정도는 평균 170.69점(가능점수: 59~295점)으로 선행연구의 결과[9]와 거의 유사한 결과를 보였다. 이는 같은 3, 4학년만을 대상으로 한 것과 관련 있다. 그러나 대학차원스트레스와 임상차원스트레스 정도를 비교했을 때 전자가 평균 110.77점(가능점수: 39~195점), 후자가 평균 59.92점(가능점수: 20~100점)으로 선행연구의 결과[9,10]와 상이한 결과를 보였다. 또한 Song[34]의 연구에서도 간호대학생의 임상실습으로 인한 스트레스는 보통이하의 수준이었으나 과다한 시험 및 과제, 학업량 등 학업스트레스가 높은 수준으로 타 학과생들 보다 높은 수준의 학업 스트레스를 보고하였다. 이러한 결과는 간호학과 학생 수에 비해 상대적으로 실습기관의 부족 및 과도한 실습학생의 수로 인해 체계적인 실습지도의 부족, 이론수업과 임상실습의 병행에 따른 과도한 소진[35]에 따른 것으로 사료되며, 이에 따라 임상실습으로 인해 받게 되는 스트레스에 대해 좀 더 집중적인 관심이 요구된다고 본다.

임상실습 중에 경험하는 스트레스는 간호전문직에도 부정적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 스트레스 정도에 따라 임상실습의 수행능력, 임상실습에 임할 시 중요한 실수우려, 이러한 우려로 오히려 더 스트레스를 초래하게 되고 결국은 스트레스의 반복을 지속하게 된다[26]. 스트레스가 장기간 지속될수록 학습능력에도 악영향을 미치게 되며[37], 높은 임상실습 스트레스는 간호대학생의 삶의 질에 부정적인 영향을 미치게 되므로[38], 간호대학생의 임상실습에 대한 다양한 측면에서 심층적인 분석도 절실함을 알 수 있다.

선행연구 결과, 간호대학생의 긍정적인 인식은 임상실습에 대한 만족도를 높여주며[39], 학생들의 임상수행능력도 높은 것으로 보고하였다[40]. 그러므로 일관성 있게 안정적인 면을 갖고 그 속에서 긍정적인 면을 발견하게 되는 낙관성[18]을 높이는 것은 간호대학생의 행복지수를 증진시키기 위한 중요한 요인으로써 본 연구는 의미가 있다.

본 연구 대상자의 낙관성은 평균 20.93점(가능점수: 5~30점)으로 중간보다 약간 높은 점수를 보였으며, 이는 선행연구의 결과[20]와 거의 유사한 결과를 보였다. 행복지수는 평균 28.09점(가능점수: 9~63점)으로 선행연구[10]의 결과 인 평균 44.55점보다 매우 낮은 결과를 보였다. 또한 측정도구가 동일하지 않아 비교하기는 어려우나 Park[14], Jo와 Park[11]의 연구결과에서도 행복지수가 중간정도 이상인 것으로 나타나 본 연구와는 상이한 결과를 보였다. 이러한 결과는 본 연구에서 이론수업을 마치고 임상실습이 2주 이상 진행되고 있는 시점에 자료수집을 하게 된 것이 결과에 반영된 것이다.

본 연구에서 간호대학생의 스트레스와 행복지수와의 관계에서 낙관성의 매개효과를 검정한 결과, 낙관성의 부분매개효과가 있는 것으로 나타났다. 즉, 간호대학생의 스트레스 정도가 높을수록 낙관성이 더 부정적인 영향을 받게 되고 결국 행복지수에 부정적인 영향을 미치게 된다는 것을 의미한다. 이러한 본 연구 결과는 모형의 40.1%를 설명하고 있어 간호대학생의 낙관성이 행복지수에 큰 영향을 주는 것으로 나타났다. 낙관성은 다른 성격과 마찬가지로 유전적인 영향을 받게 되나[41], 높은 낙관성을 가진 경우에는 동일한 스트레스 환경 속에 있더라도 낮은 수준의 스트레스를 경험하고[27], 스트레스 상황에서도 효과적인 대처[18]가 가능하여 높은 수준의 낙관성을 가진 개인은 높은 수준의 스트레스가 있을 때 더 좋은 성과를 낸다고 보고하였다[42]. 청소년을 대상으로 한 연구[23]에서도 학교스트레스와 우울간의 관계에

서 낙관성의 조절효과가 있다고 보고하였으며, 대학생을 대상으로 한 연구[43]에서도 생활스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 낙관성의 조절효과를 보고하였다. 따라서, 본 연구 결과를 통하여 주목해야할 부분은 간호대학생의 스트레스와 행복지수와의 관계에서 낙관성이 부분매개역할을 하므로 간호대학생의 행복지수에 부정적인 영향을 초래하는 낙관성에 보다 초점을 두고 스트레스를 관리하는 중재가 필요하다는 것이다. 즉, 어려운 상황에 처하거나 실패했을 때 부정적인 면보다 긍정적인 사고로 극복할 수 있는 자기관리가 필요하며, 이는 결국 감사성향이 행복감에 영향을 미친다는 결과[42]를 반영한다.

이상의 본 연구는 임상실습을 포함한 대학생활에서 높은 스트레스 환경에 있는 간호대학생을 중심으로 스트레스와 행복지수에 미치는 영향을 제시한 점에서 의의가 있다. 특히, 스트레스와 행복지수와의 관계에서 낙관성의 부분매개효과가 있다는 것을 검증함으로써 향후 간호대학생의 간호중재 및 교육에 낙관성의 중요성을 제시하였다는 점에서 의의가 있다. 그러나 본 연구는 3개교의 대상자를 편의 표집 하였고, 대상자의 주관적인 자가 보고식 수집 방법으로만 스트레스 정도를 조사한 것이다. 추후 연구에서는 스트레스 정도를 생리적 측정에 따라 정확하게 파악하는 연구가 수행될 필요가 있다는 제한점을 제시하고자 한다.

5. 결론

본 연구는 간호대학생의 스트레스와 행복지수와의 관계에서 낙관성의 매개효과를 규명함으로써 간호대학생의 행복지수의 증가를 위한 간호중재 및 교육 개발의 기초자료를 제공하고자 하였다. 본 연구에 참여한 간호대학생의 스트레스 정도는 심각한 수준은 아니었으나, 대상자의 스트레스 정도가 평균 170.69점(가능점수: 59~295점)으로 나타났고, 낙관성은 평균 20.93점(가능점수: 5~30점), 행복지수는 평균 28.09점(가능점수: 9~63점)으로 나타났으며, 특히 행복지수는 동일 도구로 측정한 다른 간호대학생의 행복지수보다 낮았다. 또한 스트레스, 낙관성 및 행복지수간의 관계를 분석한 결과, 세 변인 상호간에 모두 유의한 상관관계가 있었으며, 스트레스와 행복지수간의 관계에서 낙관성은 부분매개효과가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 간호대학생을 중재할 때 낙관성을 높여주고 개인의 성향을 파악하여 고려하는 것이 간호대학생의 행복지수를 향상시키는데 효율적이라는 것을 제시한다.

ACKNOWLEDGMENTS

This study was conducted by research funds from Gwangju University in 2017.

REFERENCES

[1] J. K. Kim, “A Review Study on Nursing Students Stress for Improvement of Nursing Education”, J. of the Korea Academic Society of Nursing Education, Vol. 20, No. 1, pp. 47-59, 2014.
https://doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.1.47

[2] R. Watson, E. Gardiner, R. Hogston, H. Gibson, A. Stimpson, R. Wrate et al., “Alongitudinal Study of Stress and Psychological Distress in Nurses and Nursing Students”, Journal of Clinical Nursing, Vol. 18, No. 2, pp. 270-278, 2009.
https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2008.02555.x

[3] H. Y. Jung, “The Convergence Influence of Life Stress, Depression and Ego Resiliency on College Life Adaptation in Nursing Students”, Journal of Digital Convergence, Vol. 14, No. 7, pp. 259-568, 2016.
https://doi.org/10.14400/JDC.2016.14.7.259

[4] S. J. Park, B. J. Park, “Relationship of Clinical Practice Stress to Clinical Competence among One College Nursing Students”, Korean Journal of Stress Research, Vol. 21, No, 4, pp. 313-322, 2013.

[5] N. H. Jo C. H. Seong, “Effects of Stress and Self-esteem on Depression in Middle-aged Women and Middle-aged Men”, Journal of the Korea Convergence Society, Vol. 7. No. 6, pp. 89-97, 2016.
https://doi.org/10.15207/JKCS.2016.8.7.089

[6] World Health O. “Pharmacological Treatment of

Mental Disorders in Primary Health Care", Geneva: World Health, Organization. 2009.

[7] E. Y. Kim, "A Study on Happiness of Nursing Students", Journal of Digital Convergence, Vol. 15, No. 9, pp. 385-395, 2017. https://doi.org/10.14400/JDC.2017.15.9.385

[8] J. G. Kim, H. S. Park, "The Factors Related to Happiness among Nursing Students", Journal of The Korean Data Analysis Society, Vol. 17, No. 1, pp. 545-559, 2015.

[9] J. H. Kim, H. O. Jeon, "Factors Influencing Subjective Happiness in Nursing Students: Focused on Psycho-social Factors", Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing", Vol. 25 No. 2, pp. 123-132, 2016. https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2016.25.2.123

[10] Y. S. Kim, M. Y. Han, "Factors Influencing Happiness Index of Nursing Students", Journal of Korean Academy of Nursing Administration, Vol. 21, No. 5, pp. 501-510, 2015. https://doi.org/10.11111/jkana.2015.21.5.501

[11] G. Y. Jo, H. S. Park, "Predictors of Subjective Happiness for Nursing Students", The Korea Academia-Industrial cooperation Society, Vol. 12, No. 1, pp. 160-169, 2011. https://doi.org/10.5762/KAIS.2011.12.1.160

[12] W. H. Jun, K. S. Cha, K. L. Lee, "Factors Affecting Subjective Well-being in Nursing Students", Korean Academic Society of Nursing Education, Vol.21, No. 2, pp. 276-284, 2015.

[13] S. H. Kim, S. H. Lee, "The Influence of Job-seeking Stress, Career Decision-making Self-efficacy, Self-esteem and Academic Achievement on Nursing Students' Happiness", Korean Journal of Adult Nursing, Vol. 27, No. 1, pp. 63-72, 2015. https://doi.org/10.7475/kjan.2015.27.1.63

[14] H. S. Park, "Stress, Yangsaeng and Subjective Happiness among Female Undergraduate Nursing Students in the Republic of Korean", J. of the Korea Academic Society of Nursing Education, Vol. 20, No. 4, pp. 471-481, 2014. https://doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.4.471

[15] D. Ruiz-Aranda, N. Extremera, C. Pineda-Galan, "Emotional Intelligence, Life Satisfaction and Subjective Happiness in Female Student Health Professionals: The Mediating Effect of Perceived Stress", Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing, Vol. 21, No. 2, pp. 106-113, 2014. https://doi.org/10.1111/jpm.12052

[16] B. H. Son, Y. M. Kim, I. G. Jun, "A Study on Nursing Students's Job Esteem, Work Values, and Satisfaction of Their Major", Korean Journal of Occupational Health Nursing, Vol. 20, No. 3, pp. 240-249, 2011.

[17] J. S. Jun, K. H. Shin, W. S. Gim et al., "The Difference of Diabetes Stress on Depression: The Moderating Effects of Individual Variables", Korean Journal of Health Psychology, Vol. 12, No. 4, pp. 851-868, 2007.

[18] M. J. Kim, H. K, Lee, "The Effect of Optimism on Psychological Well-Being: Cognitive Emotion Regulation Strategies and Social Support as a Mediating Variable", Catholic Journal of Social Science, Vol. 25, pp. 49-67, 2009.

[19] M. E. P Seligman, Authentic Happiness ed. Mulpure Publishing(Gyeonggi-do), 2006.

[20] H. S. Kim, Y. S. Lee, C. S. Kim, "The Effects of Happiness Enhancement Program of College Students: Repeated Measure Mediated Effects of Hardiness and Optimism on Subjective-well being", The Korean J. of Health Psychology, Vol. 15, No. 3, pp. 499-514, 2010.

[21] K. M. Bellizzi, T. O. Blank, "Predicting Posttraumatic Growth in Breast Cancer Survivors", Health Psychology, Vol. 25, No. 1, pp. 47-56, 2006.

[22] S. J. Kim, M. S. Kim, S. H. Yeo, "The Relation of Resilience, Positive Psychological Capital and School Adaptation of Middle School Students of Broken Family", Journal of Digital Convergence, Vol. 14, No. 9, pp. 525-535, 2016. https://doi.org/10.14400/JDC.2016.14.9.525

[23] H. Y. Jung, J. Y. Lee, "The Relationship between

Optimism and School Adjustment among Adolescents: The Mediating Effects of Self-efficacy and Stress Coping", The Koran J. of Counseling, Vol. 10, No. 4, pp. 2367-2381, 2009.

[24] T. Cassidy, M. Giles, M. McLaughlin, "Psychological Capital and Health: A Resource Model of Stress using Structural Equation Modelling", Current Advances in Psychology Research, Vol. 1, No. 1, pp. 1-7, 2014.

[25] J. S. Park, T. Y. Jung, "Life-stress and Happiness between Protestants and Non-believers in Middle-age: The Moderating Effects of Optimism, Self-regulation, and Religiosity", Korean Journal of Stress Research, Vol. 19, No. 1, pp. 31-38, 2011.

[26] J. S. Yoo, S. J. Chang, E. K. Choi, J. W. Park, "Development of A Stress Scale for Korean Nursing Students", Journal of Korean Academy of Nursing, Vol. 38, No. 3, pp. 410-419, 2008.

[27] M. F. Scheier, C. S. Carver, M. W. Bridges, "Distinguishing Optimism from Neuroticism(and Trait Anxiety, Self-mastery, and Self-esteem): A Reevaluation of The Life Orientation Test", Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 67, No. 6, pp. 1063-1078, 1994.

[29] S. H. Kim, Psychological Characteristics of Realistic and Unrealistic Optimists. Catholic University, Unpublished master's thesis, 2003.

[29] E. K. Suh, J. S. Koo, "A Concise Measure of Subjective Well-being (COMSSWB): Scale Development and Validation", Korean Journal of Social and Personality Psychology, Vol. 25, No. 1, 95-113, 2011.

[30] R. M. Baron, D. A. Kenny, "The Moderator-mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations", Society for Personality and Social Psychology, Vol. 51, No. 6, pp. 1173-1182, 1986.

[31] K. J. Preacher, J. P. Selig, "Advantages of Monte Carlo Confidence Intervals for Indirect Effects, Communication Methods & Measures", Vol. 6, pp. 67-98, 2012.
http://dx.doi.org/10.1080/19312458.2012.679848

[32] P. E. Shrout, N. Bolger, "Mediation in Experimental and Nonexperimental Studies: New Procedures and Recommendations", Psychological Methods, Vol. 7, No, 4, pp. 422-445, 2002. https://doi.org/10.1111/bmsp.12028

[33] A. F. Hayes, K. J. Preacher, Statistical Mediation Analysis with a Multicategorical Independent Variable, Manuscript Submitted for Publication, 2012.

[34] Y. S. Song, "Stressful Life Events and Quality of Life in Nursing Students", Journal of Korean Academic Society of Nursing Education, Vol. 18, No, 1, pp. 71-80, 2012.
https://doi.org/10.5977/jkasne.2012.18.1.071

[35] H. H. Cho, J. M. Kang, "Factors Influencing Clinical Practice Burnout in Student Nurses", Child Health Nursing Research, Vol.23, No.2, pp. 199-206, 2017. https://doi.org/10.4094/chnr.2017.23.2.199

[36] B. J. Park1, S. J. Park, H. N. Cho, "The Relationship between Clinical Practice Stress, Satisfaction of Clinical Practice, Clinical Performance Ability and the Nursing Profession in Nursing College Students", Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society, Vol. 17, No. 7 pp. 220-227, 2016.
https://doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.7.220

[37] K. H. Lee "Mediation Effect of Clinical Practice Satisfaction in the Relationship between Nursing Students' Powerlessness and Nursing Image", Journal of East-West Nursing Research, Vol. 16, No. 1, pp. 26-34, 2010.

[38] M. S. Lee, K. S. Kim, M. K. Cho, J. W. Ahn, S. N. Kim, "Study of Stress, Health Promotion Behavior, and Quality of Life of Nursing Students in Clinical Practice and Factors Associated with Their Quality of Life", The Journal of Muscle and Joint Health, Vol. 21 No. 2, pp. 125-134, 2014.

[39] G. Y. Choi "The Relationship between Perceptions of Nursing College Students Regarding Clinical Practice Environment and Related Variables",

Korean Journal of Adult Nursing. Vol. 21, No. 1, pp. 129-139, 2009.

[40] J. Y. Han, H. S. Park, "Effects of Teaching Effectiveness and Clinical Learning Environment on Clinical Practice Competency in Nursing Students", Journal of Korean Academy Fundamental Nursing, Vol. 18, No. 3, pp. 365-372, 2011.

[41] D. Keith, M. E. P. "Seligman, Is Optimism Heritable?: A Study of Twins", Behavioral Research and Therapy, Vol. 31, No. 6, pp. 569-574, 1993. https://doi.org/10.1016/0005-7967(93)90108-7

[42] J. C. L. Lai, "Dispositional Optimism Buffers the Impact of Daily Hassles on Mental Health in Chinese Adolescents", Personality and Individual Differences, Vol. 47, No. 4, pp. 247-249, 2009. https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.03.007

[43] J. W. Lee, "The Relationship among Daily Stress, Optimism and Psychological Well-Being of College Students", The Korean Journal of East West Science, Vol. 19, No. 1, pp. 1-17, 2016.

김 은 영(Kim, Eun Young)

・2011년 8월 : 조선대학교 일반대학원 간호학과 (간호학박사)
・2013년 3월 ~ 현재 : 광주대학교 간호학과 조교수
・관심분야 : 건강증진, 간호교육, 아동청소년 간호
・E-Mail : eykim@gwangju.ac.kr

임 경 숙(Lim, Kyoung Suk)

・2012년 2월 : 전남대학교 일반대학원 간호학과 (간호학박사)
・2014년 8월 ~ 현재 : 송원대학교 간호학과 조교수
・관심분야 : 의료정보와 관리, 청소년 정신건강, 근골절질환의 건강관리
・E-Mail : ssoya1225@hanmail.net