

자기효능감, 긍정적 사고가 간호대학생의 주관적 행복감에 미치는 영향

김수올
광주대학교 간호학과

The Effect of Self-Efficacy and Positive Thinking on Subjective Happiness of Nursing Students

Su-Ol Kim
Dept. of Nursing, Gwangju University

요약 본 연구는 간호대학생의 자기효능감, 긍정적 사고, 주관적 행복감 정도를 파악하고, 자기효능감, 긍정적 사고가 간호대학생의 주관적 행복감에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다. 2016년 4월 4일부터 2016년 4월 22일 까지 D 시에 위치한 4년제 간호학과 학생을 대상으로 연구에 동의한 265명의 자료를 수집하였으며, 수집된 자료는 SPSS/WIN 21.0 프로그램을 이용하여 실수, 백분율, 평균과 표준편차, t-test와 ANOVA, Pearson 상관계수(correlation coefficients, multiple regression)으로 분석하였다. 연구결과, 주관적 행복감은 자기효능감($r=.448, p<.001$), 긍정적 사고($r=.677, p<.001$)와 통계적으로 유의한 양의 상관관계가 있었고, 간호대학생의 주관적 행복감에 영향 미치는 요인은 자기효능감($\beta=.023, p<.01$), 긍정적 사고($\beta=.610, p<.001$) 이었으며, 이들 요인들은 주관적 행복감을 48.7% 설명하였다. 결론적으로 간호대학생의 주관적 행복감에 큰 영향을 미치는 요인은 긍정적 사고로 나타났으며, 이러한 연구결과는 간호대학생의 주관적 행복감을 증진시키는 전략을 개발하는데 유용하게 활용될 것이다. 향후 대상자를 확대하여 간호대학생의 주관적 행복감을 설명할 수 있는 후속연구를 제안한다.

주제어 : 주관적 행복감, 긍정적 사고, 자기효능감, 간호대학생, 프로그램

Abstract The purposes of this study was to evaluate the effect of self-fficacy and positive thinking on subjective happiness of nursing students. In this study, 265 data was collected from nursing students of D-city in South Korea from April 4 to 22, 2016. Collected data was analyzed using the SPSS 21.0 Statistics Program. with descriptive statistics, t-test, ANOVA, Pearson's correlation coefficients, and multiple regression using SPSS WIN 21.0 program. There were significant predictors of subjective happiness for nursing students were self efficacy ($\beta=.023, p<.01$), positive thinking ($\beta=.610, p<.001$), explaining 48.7% of the variance in subjective happiness. The most important predictors of subjective happiness for nursing students were positive thinking. These findings can be utilized to development of strategies for increasing subjective happiness of nursing students. We suggested a follow-up study that explains the subjective happiness of nursing students by expanding students number.

Key Words : Subjective Happiness, Positive Thinking, Self Efficacy, Nursing Students, Program

* 이 연구는 2017년도 광주대학교 대학 연구비의 지원을 받아 수행되었음

Received 2 November 2017, Revised 30 November 2017
Accepted 20 December 2017, Published 28 December 2017
Corresponding Author: Su-Ol Kim(Gwangju University)
Email: suolkim@Gwangju.ac.kr

© 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.

ISSN: 1738-1916

1. 서론

1.1 연구의 필요성

삶에 대해 느끼는 개인의 긍정적인 감정 상태인 행복은[1], 최근 삶의 목적이 되고 있고[2], 긍정 심리학의 등장으로 인해 행복에 대한 연구가 활발하게 진행되고 있다[3]. 행복은 흔히 주관적 행복감(subjective happiness)으로 표현되며 주관적 안녕감, 심리적 안녕감, 삶의 만족도, 삶의 질, 웰빙 등과 같은 개념으로도 사용되고 있다[4].

주관적 행복감은 삶에 대한 긍정적이고 적극적인 인식과 태도를 반영하고[4], 강한 면역체계를 가지며, 장수하는 경향이 있고[5], 주변 환경이나 어떤 상황에 대해 긍정적으로 반응하며[6], 자기조절 능력과 대처 능력이 뛰어난 것으로 보고되고 있다[7].

행복감은 행복한 일이 반드시 일어나야만 행복하다고 느끼는 것이 아니라, 어떤 상황을 긍정적으로 받아들이고 낙관적으로 해석하면 행복감을 느낄 수 있는 것으로[8], 우울, 자살, 편집증과 같은 증상의 감소와 자기조절 능력과 어떤 상황에 직면했을 때 상황을 해결할 수 있는 대처능력을 증가시키고, 적극적이고 활기차게 사회활동에 참여하는 것으로 나타났다[9].

우리나라 19세 이상 인구의 스트레스, 우울, 자살에 대한 연구에서 우울감 경험률이 20대에서 가장 높게 나타났고[10], 이는 대학생들이 변화되는 환경 속에서 학업이나 취업에 대한 압박, 불확실한 미래에 대한 고민 등으로 스트레스, 우울 등 불안정한 정서를 경험[11]하는 것으로 생각된다.

대학생의 상당수도 전공에 대한 부적응 및 심리적 갈등을 경험[12]하고 있지만, 특히 간호대학생은 일반 대학생들보다 스트레스가 4배 정도 높고, 삶의 만족도나 주관적 행복감이 다른 전공 대학생들보다 낮게 나타나는 것으로 보고되고 있어[13] 간호대학생의 주관적 행복감에 대한 영향요인을 알아볼 필요가 있다[14].

간호대학생의 경우 다른 전공 학생들보다 임상실습 및 환자 간호에 대한 부담감, 고민 없이 주위의 권유 등을 이유로 전공을 선택하여 전공에 대한 적성 불일치로 인해 다양한 측면으로 스트레스에 노출[15]되고, 국가고시에서 오는 과중한 스트레스[16]를 경험한다. 이러한 이유로 임상 실습 환경에 대해 긴장하고 심해지면 불안, 우

울함이 나타나는 등 일반대학생보다 행복감이 낮고[17], 심리적 장애를 경험하는 것으로 보고되고 있다[18].

미래의 간호사가 될 간호대학생들이 심리, 사회, 정신적으로 건강한 인성을 갖추는 것은 매우 중요하다[19]. 따라서 간호대학생이 주관적으로 행복감을 경험하는 것은 학교생활 적응뿐만 아니라, 취업 후 직업 적응에도 도움을 주는 방안이 될 수 있다[18]. 따라서 간호대학의 교수자들이 학생들의 행복감을 증진시킬 수 있는 방안을 마련하는 것[20]은 간호대학생에게 있어 매우 중요하며 필요하다.

최근 행복과 관련이 있는 주요 변인으로 인간 본성의 회복에 초점을 둔 긍정적 사고에 관심을 보이고 있다[3]. 긍정적 정서가 높은 사람들은 스트레스 상황을 잘 받아들이고[21], 학교생활에도 적응을 잘 하는 것으로 나타났다[22]. 또한, 자기효능감이 높을수록 긍정적 사고를 하는 것으로 나타났다[23].

자기효능감은 문제에 대해 비판적으로 사고하도록 하고, 문제 상황에 효과적으로 대처하도록 하므로[24], 자기효능감이 높을수록 현재의 스트레스와 어려움을 극복하는 것으로 보고하였다[23]. 실제 간호대학생인 경우 자기효능감이 높을수록 임상 실습에서 자신감을 느끼는 것으로 나타났다[25].

최근 주관적 행복감에 대한 연구들이 활발하게 진행되고 있으며, 주로 긍정 정서, 감사성향, 몰입과 자아 존중감[18], 스트레스와 양생[4], 감사성향, 대인관계 능력[13], 스트레스, 전공만족도와 회복 탄력성[20] 등으로 주관적 행복감의 영향요인을 확인하는 연구 등이 이루어지고 있다. 그러나 자기효능감과 긍정적 사고는 간호대학생의 행복에 필요한 요소로 예측되나 긍정적 사고와 자기효능감을 포함하여 주관적 행복감을 살펴본 연구는 거의 이루어지지 않았다. 이에 본 연구에서는 본인의 능력으로 성공할 수 있다는 신념인 자기효능감과 같은 상황에서도 스트레스를 덜 받는 긍정적 사고가 간호대학생의 주관적 행복감에 영향을 미칠 것으로 예상하였다. 그러므로 간호대학생의 자기효능감, 긍정적 사고 및 주관적 행복감의 정도를 파악하고, 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인을 규명함으로써 간호대학생의 주관적 행복감 향상을 위한 방안을 마련하고자 한다.

1.2 연구 목적

본 연구의 목적은 자기효능감, 긍정적 사고가 간호대학생의 주관적 행복감에 미치는 영향을 파악하기 위함이며, 구체적인 연구목적은 다음과 같다.

- 1) 간호대학생의 자기효능감, 긍정적 사고, 주관적 행복감 정도를 파악한다.
- 2) 간호대학생의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감 정도의 차이를 파악한다.
- 3) 간호대학생의 자기효능감, 긍정적 사고, 주관적 행복감 간의 상관관계를 파악한다.
- 4) 간호대학생의 자기효능감, 긍정적 사고가 주관적 행복감에 미치는 영향을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구 설계

본 연구는 간호대학생의 자기효능감, 긍정적 사고 및 주관적 행복감 간의 관계를 파악하고 자기효능감, 긍정적 사고가 주관적 행복감에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 연구이다.

2.2 연구 대상 및 자료수집 방법

본 연구는 D 시에 위치한 4년제 간호학과 학생 중 본 연구의 목적을 이해하고 자발적으로 연구 참여에 동의한 대학생을 대상으로 하였다. 본 연구의 목적을 이해하고 연구 참여에 동의한 286명을 편의추출 하였다. 총 286부의 설문지를 배부하여 270부가 회수되었고 이 중 일부 문항의 응답이 누락된 5부를 제외한 265(92.6%)부를 최종 분석에 사용하였다.

2.3 연구 도구

2.3.1 자기효능감

자기효능감은 Sherer와 Maddux [26]의 자기효능감 척도(Self Efficacy Scale, SES)를 이용하여 측정하였다. 본 연구에서 사용한 자기효능감 척도는 일반적 효능감 17문항의 Likert 5점 척도로 점수가 높을수록 자기효능감이 높음을 의미한다. 도구 개발 당시 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.86$ 이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha=.87$ 이었다.

2.3.2 긍정적 사고

긍정적 사고는 Kim 등[27]이 개발한 측정 도구로 이메일을 통해 저자에게 도구사용의 허락을 받아 측정하였다. 본 연구에서 사용한 긍정적 사고 도구는 16개의 긍정 문항과 2개의 부정 문항 총 18개 문항의 5점 Likert척도로, 점수가 높을수록 긍정적인 사고가 높음을 의미한다. 도구 개발 당시 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.83$ 이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha=.84$ 이었다.

2.3.3 주관적 행복감

주관적 행복감은 Lyubomirsky와 Lepper[28]가 개발한 도구를 사용하여 측정하였다. 본 연구에서 사용한 주관적 행복감 도구는 4개 문항의 7점 Likert 척도이며, 점수가 높을수록 주관적 행복감이 높음을 의미한다. 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.87$ 이었다.

2.4 자료수집 및 윤리적 고려

본 연구의 자료수집은 해당 대학교의 간호학과 학과장에게 연구의 목적과 방법을 설명하고 동의를 구하였으며, 간호학과에 재학 중인 1, 2, 3, 4학년을 대상으로 2016년 4월 4일부터 2016년 4월 22일까지 이루어졌다. 설문지 배포 전에 연구의 목적과 방법 등을 설명하고, 본 연구로 인해 취득한 개인정보를 연구목적 이외에 사용하지 않을 것과 비밀보장 및 무기명처리, 연구 참여 중 철회가 가능하며 연구 참여 철회로 인한 어떤 불이익도 없음을 충분히 설명하고, 설문이 끝난 후 소정의 선물을 증정하였다.

2.5 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 21.0 Statistics Program을 이용하여 분석하였으며, 구체적인 분석방법은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 일반적 특성, 자기효능감, 긍정적 사고, 주관적 행복감 정도는 실수와 백분율, 평균과 표준편차를 구하였다.
- 2) 대상자의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감은 t-test와 ANOVA로 분석하였으며, 사후 검정을 Scheffé test로 분석하였다.
- 3) 대상자의 자기효능감, 긍정적 사고, 주관적 행복감의 상관관계는 Pearson's Correlation Coefficients로 분석하였다.

4) 대상자의 자기효능감, 긍정적 사고가 주관적 행복감에 미치는 영향은 단계적 다중회귀(Stepwise multiple regression)분석을 이용하여 분석하였다.

3. 연구결과

3.1 대상자의 일반적 특성

연구 대상자의 평균 연령은 22.38세(±1.98)이며, 성별은 여학생이 89.1%로 많았다. 학년별로는 3학년이 26.4%로 가장 많았으며, 1학년이 66명(24.9%), 2학년이 67명(25.3%), 4학년이 62명(23.4%)으로 나타났다. 주관적 건강 수준의 경우 좋다고 느끼는 대상자가 231명(87.1%)으로 가장 많았고, 건강하지 않다고 느끼는 대상자가 34명(12.9%)으로 나타났다. 학교성적은 중간 정도로 인식하는 대상자가 220명(83.0%)으로 가장 많았고, 성적이 높다고 인식하는 대상자가 24명(9.1%), 낮다고 인식하는 대상자가 21명(7.9%)으로 나타났다. 간호학과 전공 만족에 대한 문항에서는 만족한다고 답한 대상자가 114명(43.0%)으로 가장 많았고, 매우 만족하는 대상자가 56명(21.2%), 보통 69명(26.0%), 불만족 26명(9.8%)으로 나타났다 <Table 1>.

<Table 1> General Characteristics of the Subjects (N=265)

Characteristics	Category	n(%)
Gender	Male	29(10.9)
	Female	236(89.1)
Age	<20	210(79.2)
	>21	55(20.8)
School year	First	66(24.9)
	Second	67(25.3)
	Third	70(26.4)
	Fourth	62(23.4)
Subjective health status	Good	231(87.1)
	Bad	34(12.9)
Grade level	High	24(9.1)
	Moderate	220(83.0)
	Low	21(7.9)
Satisfaction of major	Very satisfactiona	56(21.2)
	Satisfactionb	114(43.0)
	Moderatec	69(26.0)
	Unsatisfactiond	26(9.8)

3.2 자기효능감, 긍정적 사고 및 주관적 행복감 정도

대상자들이 인지하는 자기효능감은 5점 만점에 3.37±0.47점이었으며, 긍정적 사고는 5점 만점에 3.42±0.43점으로 나타났다. 종속변수인 주관적 행복감은 7점 척도로 평균 4.80±1.04점으로 나타났으며, 하위항목에서 ‘나는 매우 행복한 사람이다’ 평균 5.06±1.18점, ‘나는 내 친구들과 비교했을 때, 매우 더 행복한 사람이다’ 평균 4.82±1.15점, ‘나는 내 삶을 아주 많이 즐긴다’ 평균 4.65±1.21점, ‘나는 우울하지는 않지만 그렇다고 전혀 행복한 것도 같지 않다’ 평균 4.30±1.35점 순으로 나타났다 <Table 2>.

<Table 2> Mean Scores for Self-Efficacy, Positive Thinking and Subjective happiness (N=265)

Variables	M±SD	Min	Max
Self efficacy	3.37±0.47	2.17	4.72
Positive thinking	3.42±0.43	2.10	4.79
Subjective happiness	4.80±1.04	1.74	7.00
Very happiness	5.06±1.18	4.89	5.23
Much happiness	4.82±1.15	4.66	4.99
Enjoy	4.65±1.21	4.48	4.82
Not depressed, but I am not happy	4.30±1.35	4.11	4.49

3.3 일반적 특성에 따른 주관적 행복감

일반적 특성에 따른 주관적 행복감은 성별(t=4.26, p<.001), 주관적 건강상태(t=2.99, p<.01), 전공 만족도(F=12.20, p<.001)에 따라 유의한 차이가 있었다. 성별은 남자가 5.43점, 여자가 4.58점으로 나타나 남학생인 경우 주관적 행복감 점수가 높은 것으로 나타났고, 주관적 건강상태가 좋다고 답한 대상자가 4.77점, 나쁘다고 답한 대상자가 3.96점으로 주관적 건강상태가 좋다고 답한 대상자가 주관적 행복감 점수가 높게 나타났다. 사후분석 결과, 전공 만족도는 전공에 매우 만족으로 답한 대상자가 5.61점, 만족한 대상자가 4.71점, 보통인 대상자가 4.29점, 불만족인 대상자가 4.12점으로 나타나 전공에 만족하거나 보통, 불만족 하는 대상자보다 전공에 매우 만족하는 대상자가 주관적 행복감이 높은 것으로 나타났다 <Table 3>.

<Table 3> Differences of Subjective Happiness according to Participants' General Characteristics (N=265)

Characteristics	Category	Subjective happiness			
		Mean±SD	t/F	p	Scheffé
Gender	Male	5.43±0.97	4.26	p=.000**	
	Female	4.58±0.97			
Age	<20	4.62±1.03	-1.32	.188	
	>21	4.81±0.99			
School year	First	4.66±0.93	1.36	.254	
	Second	4.55±1.10			
	Third	4.64±1.10			
	Fourth	4.94±0.92			
Subjective health status	Good	4.77±1.00	2.99	.003*	
	Bad	3.96±0.92			
Grade level	High	4.83±1.05	.627	.535	
	Moderate	4.71±0.99			
	Low	4.54±1.09			
Satisfaction of major	Very satisfaction ^a	5.61±0.93	12.20	p=.000**	a>b,c,d
	Satisfaction ^b	4.71±0.86			
	Moderate ^c	4.29±1.02			
	Unsatisfaction ^d	4.12±1.38			

*p<.01 ** p<.001

3.4 자기효능감, 긍정적 사고, 주관적 행복감 간의 상관관계

대상자의 자기효능감, 긍정적 사고, 주관적 행복감 간의 상관관계를 확인한 결과 주관적 행복감은 자기효능감(r=.448, p<.001), 긍정적 사고(r=.677, p<.001)와 통계적으로 유의한 양의 상관관계가 있었고, 긍정적 사고와 자기효능감(r=.660, p<.001)은 순 상관관계를 보였다 <Table 4>.

<Table 4> Correlation of Self-Efficacy, Positive Thinking, Subjective Happiness

Variables	Self efficacy	Positive thinking
	r(p)	
Subjective happiness	.448(p=.000)*	.677(p=.000)*
Positive thinking	.660(p=.000)*	1

* p<.001

3.5 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인

대상자의 주관적 행복감에 미치는 영향을 파악하기

위해 대상자의 일반적인 특성 중 주관적 행복감에 유의한 차이가 있었던 성별, 주관적 건강상태, 전공만족도와 자기효능감, 긍정적 사고를 독립변수로 투입하고 주관적 행복감을 종속변수로 하여 단계적 다중회귀분석을 하였다. 독립변수 중 주관적 건강상태는 나쁘다, 전공만족도는 불만족을 기준으로 가변수 처리하여 분석하였다. 다중회귀분석을 시행한 결과는 다음과 같다. 다중공선성 문제를 검정하기 위해 공차 한계(tolerance)가 .511에서 .962로 0.1 이상이었고, 분산 확대 인자(VIF)가 1.958로 10 이상을 넘지 않아 다중공선성의 문제가 없는 것을 확인하였다. 또한, 잔차의 독립성 검정인 Durbin-Watson Test를 실시한 결과 d=1.876으로 2에 가까운 수용기준에 부합하여 잔차의 자기상관성에 문제가 없음을 확인하였다. 다중 회귀분석을 하여 산출된 회귀모형의 모형 적합도가 적절하였으며(F=37.248, p<.001), 자기효능감(β =.023, p=.004), 긍정적 사고(β =.610, p<.001)가 주관적 행복감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이들 변인은 주관적 행복감에 대해 48.7%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다 <Table 5>.

<Table 5> Predictors of Subjective Happiness

Predictors	Subjective happiness								
	B	SE	β	t	p	F	p	R2	Adjusted R ²
Self efficacy	2.074	.134	.023	.325	.004*	37.248	p=.000**	.500	.487
Positive thinking	1.184	.141	.610	8.416	p=.000**				
Health status ⁺	-.344	.201	-.091	-1.717	.088				
Satisfaction of major ⁺	-.103	.086	-.073	-1.207	.229				

⁺ Dummy Variables

*p<.01 ** p<.001

4. 논의

본 연구는 간호대학생의 주관적 행복감 증진에 도움을 주고자 시도되었다.

연구결과, 간호대학생의 자기효능감은 3.37점으로 간호대학생을 대상으로 한 선행연구[29]의 3.36점과 같고, 선행연구[30]의 3.60점보다 낮은 수준으로 나타났다. 자기효능감이 높은 대학생이 문제해결 능력이 좋고 학업이나 취업에 대한 스트레스가 낮다는 점을 볼 때[31], 자기효능감은 대학 생활 적응에 중요한 특성임을 알 수 있다. 선행연구[32]에서 긍정적인 성격인 경우 자기효능감이 높게 나타났으며, 자기효능감이 높은 사람은 문제해결을 보다 적극적으로 수행하고, 부정적인 생각보다는 긍정적인 생각을 많이 한다고 보고하였다. 또한, Lee[33]의 연구에서도 자기효능감은 자신의 생활을 적극적이고 주체적으로 주도하는 것으로 보고하였다. 따라서 간호대학생들에게 자기효능감은 유용한 자원이 될 수 있으므로 자기효능감을 증진하기 위한 프로그램 적용이 필요하다고 생각한다.

연구결과 간호대학생의 긍정적 사고는 3.42점으로 같은 도구와 동일한 대상을 상대로 측정한 선행연구[34]의 3.37점보다 높고, 선행연구[20]의 3.59점보다는 낮게 나타났다. 이러한 결과는 연구 대상자 차이로 선행연구[34]는 2학년 124명을 대상으로 하였고, 본 연구는 1, 2, 3, 4학년 265명을 대상으로 하였기 때문으로 생각한다. 선행연구[2]에서 학년이 올라갈수록 임상 실습이나 전공수업을 통해 취업에 대한 확신 등이 생기면서 행복지수가 높게 나타난 결과와 같은 맥락이다. 선행연구[34]는 간호대학생들에게 있어 긍정적인 사고는 행복을 경험하고 만족하는 삶으로의 방향 설정에 좋은 원천이 될 수 있을 것으로 보고하였다.

대상자의 주관적 행복감 정도는 4.80점으로 같은 도구를 사용한 선행연구[14]의 연구에서 일반 대학생의 주관적 행복감 4.83보다 낮게 나타났다. 이러한 결과는 선행연구[18]에서 간호대학생이 일반대학생보다 주관적 행복감이 더 낮게 나타난 결과와 일치하며, 간호대학생의 주관적 행복감이 일반 대학생들보다 낮은 수준으로 보고한 선행연구[13]의 결과를 지지한다. 따라서 간호대학생의 주관적 행복감을 높이는 중재방안이 모색되어야 한다.

일반적 특성에 따른 주관적 행복감은 주관적 건강 수준, 전공 만족도에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 주관적 건강 수준이 좋다고 느끼는 대상자의 경우, 전공 만족도에서 매우 만족으로 답한 경우 주관적 행복감이 높게 나타났다. 주관적으로 건강수준이 좋다고 인지하는 경우 주관적 행복감이 높게 나타난 결과는 건강상태가 양호하다고 생각하는 경우 주관적 행복감이 높게 나타난 선행연구[2, 20]의 연구결과와 유사하며, 주관적 행복감이 좋은 건강상태와 상관관계가 있다는 연구[35]와 유사한 결과이다. 따라서 학생들의 건강상태를 향상하기 위해서 건강 활동을 위한 개인의 의지나 자신감, 긍정성을 키우고 교수와 주변에서 이를 지지해주는 노력이 선행되어야 할 것이다[20].

또한, 전공만족도가 긍정적일수록 주관적 행복감이 높게 나타난 선행연구[2, 13, 15, 18]의 연구결과와 일치한다. 이러한 결과는 진로가 결정되지 않은 다른 학과 대학생들보다 간호대학생은 학업의 스트레스와 어려움은 있지만, 진로와 직업이 결정되어 있기 때문으로 생각한다. 따라서 간호대학생들은 전공에 만족할수록 전반적인 삶에 대해서도 행복함을 경험하게 되므로 전공만족도를 높여 학과에 대한 적응을 유도하기 위한 학과 차원의 노력이 필요하다[13]고 생각한다.

본 연구에서 간호대학생의 자기효능감, 긍정적 사고,

주관적 행복감 간의 상관관계를 확인한 결과 주관적 행복감은 자기효능감이 높을수록, 긍정적 사고가 높을수록 유의하게 높았는데 이러한 결과는 자기효능감이 간호대학생의 행복감과 통계적으로 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타난 선행연구[36]의 연구결과와 일치하며, 간호대학생의 긍정적 사고가 높을수록 간호대학생의 주관적 행복감이 높다는 연구결과[18]가 있어 본 연구의 결과를 지지한다. 이는 간호대학생이 현재의 스트레스와 어려움을 자기효능감과 긍정적 사고를 갖고 이를 극복해야 함을 알 수 있다. 또한, 이러한 자기효능감과 긍정적 사고 향상은 간호대학생의 취업 후에도 영향을 미칠 수 있으므로 자기효능감과 긍정적 사고를 증진하기 위한 프로그램 적용이 필요하다 여겨진다.

본 연구결과 간호대학생의 주관적 행복감에 미치는 영향 요인은 자기효능감, 긍정적 사고이었으며, 이들 요인 중 설명력이 가장 높은 요인은 긍정적 사고로 나타났다. 자기효능감은 긍정적 사고 다음으로 간호대학생의 주관적 행복감에 영향 미치는 것으로 나타났다. 이는 대학생의 자기효능감이 높을수록 주관적 행복감이 높다는 연구결과[14, 36]와 일치한다. 이러한 연구결과에 비추어 볼 때 간호대학생의 자기효능감 증진은 주관적 행복감을 높일 수 있을 것으로 보이며, 자기효능감 증진을 위한 교육 프로그램을 개발하고 효과 검증을 위한 연구가 필요하다.

긍정적 사고는 간호대학생의 주관적 행복감에 영향을 미치는 가장 큰 요인으로 이는 긍정적 사고를 할수록 주관적 행복감이 높은 것으로 보고 한[16]의 연구와 일치된 결과이다. 긍정적 사고는 부정적인 면이 있더라도 긍정적으로 생각하고 이를 통해 어떤 상황에 대처하고 행동하는 것을 의미한다[37]. 따라서 간호대학생의 주관적 행복감을 증진하기 위해 긍정적 사고를 향상할 필요가 있음을 시사하므로 이에 긍정적 사고를 증진하기 위한 프로그램을 개발할 필요가 있다. 또한, 본 연구는 일개 지역에 거주하는 간호대학생을 대상으로 하였기 때문에 연구결과를 확대 적용하는데 신중을 기해야 하며 향후 연구대상 및 지역을 확대하여 반복연구를 시행해야 할 것이다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 간호대학생의 자기효능감, 긍정적 사고와 관련하여 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인을 파악하고자 시도되었다.

본 연구결과 간호대학생 중 주관적 행복감은 주관적 건강상태가 좋다고 인지하는 경우, 전공 만족도에 매우 만족하는 경우 높게 나타났다. 간호대학생의 주관적 행복감에 영향 미치는 변인은 자기효능감, 긍정적 사고로 나타났으며, 이들 변인을 포함한 모델의 설명력은 48.7%로 나타났다.

본 연구결과를 바탕으로 간호대학생의 주관적 행복감 향상을 위한 중재를 계획할 때, 자기효능감과 긍정적 사고를 증진하기 위한 전략이 필요하다. 특히 긍정적 사고 향상을 위한 전략으로 교수자가 관심을 두고 지도할 필요가 있으며 이를 교수학습법에 반영하는 것이 필요하다 여겨진다. 또한, 자기효능감을 높이기 위한 전략으로 이론적 접근보다는 적극적으로 참여할 수 있는 환경을 조성하고, 훈련할 기회를 제공해주어야 한다.

이상의 연구결과를 토대로 간호대학생의 주관적 행복감을 증진할 수 있는 프로그램 개발 및 효과를 규명하는 연구를 제안한다. 또한, 본 연구는 일개 지역에 거주하는 간호대학생을 대상으로 연구를 진행하였다는 점에서 연구결과를 일반화하는데 제한점이 있다. 이에 연구대상 및 지역을 확대하여 반복연구를 시행하고 연구결과를 일반화할 필요가 있다.

ACKNOWLEDGMENTS

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

REFERENCES

- [1] J. I. Park, C. U. Park, H. J. Seo, Y. S. Youm, "Collection of korean child well-being index and its international comparison with other OECD countries", Korean Journal of Sociology, Vol. 44, No. 2, pp.121-154, 2010.

- [2] M. H. Nam, M. R. Lee, "Factors influencing subjective happiness index of health behavior, self esteem and major satisfaction by nursing students", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 12, No. 10, pp.363-374, 2014.
<http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2014.12.10.363>
- [3] Dalai Lama · Howard C. Cutler. "(The)art of happiness in a troubled world", Seoul: Maumsup, 2012.
- [4] H. S. Park, "Stress, yangsaeng and subjective happiness among female undergraduate nursing students in the republic of Korean", *J. of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol. 20, No. 4, pp.471-481, 2014.
- [5] G. V. Ostir, K. S. Markides, S. A. Black, J. S. Goodwin, "Emotional well-being predicts sussequent functional independence and survival", *Journal of the American Geriatrics Society*, Vol. 48, pp.473-478, 2000.
- [6] Lyubomirsky, S. "Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being", *The American Journal of Psychology*, Vol. 56, No. 3, pp.239-249, 2001
- [7] B. L. Fredrickson, M. Tugade, C. E. Wauugh, G. R. Larkin, "What good are emotions in crisis? a prospective study of resilience and emotions following the terrorist attack on the united states on september 11th 2001", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 84, pp.356-376, 2003.
- [8] W. C. Compton, "An introduction to positive psychology", Belmont, CA: Thomson Wadsworth. 2005.
- [9] J. H. Kim, "The effect of happiness on health", *Korean Journal of Stress Research*, Vol. 16, No. 2, pp.123-141, 2008.
- [10] Ministry of Health and Welfare Korea Centers for Disease Control and Prevention, "Korea Health Statistics 2015 : Korea National Health and Nutrition Examination Survey (KNHANES VI-3).", Ministry of Health and Welfare, pp.30-113, 2016.
- [11] S. Y. Lee, Y. Y. Kim, J. S. Lee, "The convergent effect of self-esteem, depression, and social support on suicidal ideation in university students", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 15, No. 8, pp.323-331, 2017. <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2017.15.8.323>
- [12] Y. H. Kim, M. S. Yang, H. R. Park. "A study on a relationship between university students life stress and suicidal ideation: mediating effect of mental health." *Journal of Digital Convergence*, Vol. 13, No. 11, pp. 291-301, 2015. <https://doi.org/10.14400/JDC.2015.13.11.291>
- [13] W. H. Jun, K. S. Cha, K. L. Lee, "Factors affecting subjective well-being in nursing students", *J. of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol. 21, No. 2, pp.276-284, 2015.
<http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2015.21.2.276>
- [14] S. H. Lee, B. Y. Chung, S. H. Kim, "Influence on subjective happines of university students, *Journal of Korean Public Health Nursing*, Vol. 29, No. 1, pp.115-126, 2015.
- [15] E. Y. Kim, "A study happiness of nursing students ", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 15, No. 9, pp.385-395, 2017.
- [16] 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. 259-268, 2016. <https://doi.org/10.14400/JDC.2016.14.7.259>
- [17] J. G. Kim, H. S. Park, "The factors related to happiness among nursing students", *J. of The Korean Data Analysis Society*, Vol. 17, Vol. 1, pp.545-559, 2015.
- [18] G. Y. Jo, H. S. Park, "Predictors of subjective happiness for nursing students", *J. of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol. 2, No. 1, pp.160-169, 2011.
- [19] K. H. Jo, "Perception of undergraduate nursing students toward happiness: A q-methodological approach", *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol. 17, No. 2, pp.178-189, 2011.
- [20] E. M. Kim, Y. H. Yang, H. Y. Lee, M. Yu, "Factors influencing subjective happiness in korean nursing students", *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol. 22, No. 3,

- pp.294-303, 2016.
- [21] O. R. Lightsey, Jr, G. Boyraz, "Do positive thinking and meaning mediate the positive affect - life satisfaction relationship?", *Canadian Journal of Behavioural Science*, Vol. 43, No. 3, pp.203-213, 2011.
- [22] S. O. Kim, "Influence of Positive Thinking and Subjective Happiness on School Adaptation in Nursing Students", *Journal of Korean public health nursing*, Vol. 30, No. 3, pp.365-404, 2016. <http://dx.doi.org/10.5932/JKPHN.2016.30.3.395>
- [23] S. O. Kim, S. M. Kim, "Predictors of positive thinking for nursing students", *Journal of the Korean Data Analysis Society*, Vol. 18, No. 3, pp.1717-1727, 2016.
- [24] Chung, Y. L., Kim, S. O. "Analysis of metacognition, self-efficacy, and perceptions of the constructivist learning environment in science for middle and high school students", *Research Institute of Curriculum Instruction*, Vol. 16, No. 1, pp. 125-144, 2012.
- [25] Kim, M., O. "Study of self-efficacy, communication competency, critical thinking disposition and clinical performance ability of nursing students", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol. 17, No. 6, pp. 609-617, 2016.
- [26] M. Sherer, J. E. Maddux, "The self efficacy scale: contraction and validation", *Psychological Reports*, Vol 51, pp.663-667, 1982.
- [27] H. J. Kim, Y. H. Oh, G. S. Oh, D. W. Suh, Y. C. Shin, J. Y. Jung, "Development and validation study of the positive thinking scale", *The Korean Journal of Health Psychology*, Vol. 11, No. 4, pp.767-784, 2006.
- [28] S. Lyubomirsky, H. Lepper, "A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation", *Social indicators research*, Vol. 46, No. 2, pp.137-155, 1999.
- [29] E. Y. Chin, M. I. Lee, Y. L. Kim, "Study on meta-cognition, self-efficiency, clinical competence of nursing students", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 15, No. 4, pp.317-326, 2017. <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2017.15.4.317>
- [30] M. J. Park, W. H. Jun, "Effects of social support and self-efficacy on hope among nursing students", *Journal of Korean Academic Society Nursing Education*, Vol. 22, No. 1, pp.34-41, 2016.
- [31] H. S. Park, Y. J. Bae, S. Y. Jeong, "A study on self-esteem, self-efficacy, coping methods, and the academic and job-seeking stress of nursing students", *The Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, Vol. 11, No. 4, pp.621-631, 2002.
- [32] S. Y. Yun, M. S. Kim, "A study on the relevance among self efficacy, major satisfaction, nursing ethics values in nursing students before clinical practice", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 12, No. 2, pp.363-372, 2014. <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2014.12.2.363>
- [33] S. R. Lee, "The convergence study of self-management and self-efficacy on health promotion activities of university student", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 14, No.1, pp.311-320, 2016. <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2016.14.1.311>
- [34] I. O. Moon, G. W. Lee, S. H. Jeong, "Effect of image making programs on image making efficacy, positive thinking, self-esteem, and nursing professionalism in nursing students", *Journal of Korean Academic Nursing Administration*, Vol. 21, No. 1, pp.122-132, 2015.
- [35] J. A. Piqueras, W. Kuhne, P. Vera-Villarroel, A. van Straten, P. Cuijpers, "Happiness and health behaviours in chilean college students: a cross-sectional survey", *BMC Public Health*, Vol. 11, p.443, 2011.
- [36] J. I. Kim, Y. K. Kim, Y. M. Jo, "A study on the factors affecting happiness in nursing students", *J. of The Korean Data Analysis Society*, Vol. 18, No. 2(B), pp.1137-1149, 2016.
- [37] B. L. Fredrickson, "The role of positive emotions in positive psychology. The broaden-and-build theory of positive emotions", *American Psychologist*, Vol. 56, No. 3, pp.218-226, 2001.

김 수 올(Kim, Su Ol)



- 2016년 2월 : 이화여자대학교대학원
(간호학 박사)
- 2017년 9월 ~ 현재 : 광주대학교 간호학과 조교수
- 관심분야 : 성인간호, 간호교육
- E-Mail : suolkim@gwangju.ac.kr