



간호대학생의 투지(Grit), 학업탄력성 및 심리적 안녕감*

진 종 임¹⁾ · 김 남 초²⁾

서 론

연구의 필요성

간호대학생은 타 전공 학생들에 비해 직업적 장래가 뚜렷하고 취업률이 높아 안정된 대학생활인 것처럼 보이거나(Cho & Lee, 2006), 실제로는 과중한 학업량, 잦은 시험, 임상실습 및 취업 경쟁 등으로 많은 스트레스를 경험하고 있다(Chernomas & Shapiro, 2013). 간호대학생의 스트레스는 꼭 짜여진 수업 일정, 강도 높은 이론교육, 다양한 간호실무현장의 임상실습으로 주로 학업과 관련된 것으로 나타났다(Acharya & Chalise, 2015). 이러한 스트레스로 간호대학생은 대학생활에 상당한 어려움을 겪고 있으며 이로 인해 심리적 안녕감이 낮은 것으로 보고되고 있다(Jo & Park, 2011). 그러나 같은 스트레스 상황 속에 있더라도 심리적 안녕감이 높은 사람은 스트레스를 잘 극복하고 이를 도약의 기회로 삼는 반면 심리적 안녕감이 낮은 사람은 소진, 자존감 저하, 전과와 같은 부정적인 대처반응을 나타낸다(Salles, Cohen, & Mueller, 2014). 이러한 차이는 스트레스를 성숙한 경험으로 바꾸는 회복탄력성에서 찾아볼 수 있다(Thomas, Jack, & Jinks, 2012).

심리적 안녕감은 개인이 속한 환경에서 자아를 수용하고 긍정적인 대인관계를 형성하며 자율성을 가지고 자신의 행동을 조절하고 주위환경에 대한 통제력이 있으며 삶의 목적을 가지고 성장해 가는 정서적 태도이다(Ryff, 1989). 이러한 심리적 안녕감은 간호제공자의 돌봄 자세와 관련되기 때문에

간호대학생 때부터 심리적 안녕감을 증진시키기 위한 준비가 필요하다(Jo, 2011). 회복탄력성은 어려움에 직면했을 때 이를 극복하고 환경에 적응하여 정신적으로 성장하는 능력으로 스트레스로부터 개인을 보호하거나 완화시키는 역할을 하며(Kim, 2011), 개인의 내·외적 자원을 효과적으로 활용하여 부정적 감정과 스트레스를 낮추면서 심리적 안녕감에 영향을 미친다(Kim, 2011). 최근 회복탄력성은 특정 영역에서는 유능함을 보이나 타 영역에서는 취약점을 보임에 따라 영역을 세분화하여 접근하고 있다(Olsson, Bond, Burns, Vella-Brodrick, & Sawyer, 2003). 따라서, 간호대학생이 처한 환경과 상황에 맞는 회복탄력성의 요소를 찾아 이들의 심리적 안녕감을 증진시킬 수 있는 방안을 찾아야 할 필요가 있다.

이 중 투지(Grit)는 힘들고 어려운 조건에도 불구하고 끝까지 이겨낸 사람들이 공통적으로 지닌 탄력성 요인으로 밝혀졌다(Duckworth, Peterson, Matthews, & Kelly, 2007; Duckworth & Quinn, 2009). 투지는 자신이 세운 목표를 달성하기 위해 온갖 어려움을 극복하고 지속적인 노력을 기울일 수 있는 집념과 열정 있는 끈기로 정의되는데(Duckworth et al., 2007), 국내에서는 그릿(Grit)이라는 영문 그대로 통용되기도 한다. 투지가 강한 사람은 상황의 변화에도 개의치 않고 꾸준히 노력하여 목표달성을 함으로써 심리적 안녕감을 느낀다(Salles et al., 2014). 최근 중도 탈락되는 학생의 증가, 대학을 갓 졸업한 신입 간호사들이 육체적, 정신적 어려움을 극복하지 못하고 쉽게 이직하는 것이 문제가 되면서 간호핵심역량으로 끈기 즉, 투지가 요구되고 있다(Lee, Park, & Jeong, 2012). 따

주요어 : 간호대학생, 심리적 안녕감

* 본 논문은 2017년 가톨릭대학교 간호대학 학술연구비에 의하여 연구되었음.

1) 서울성모병원 간호사

2) 가톨릭대학교 간호대학 교수(교신저자 E-mail: kncpjo@catholic.ac.kr)

Received: March 15, 2017 Revised: May 4, 2017 Accepted: May 6, 2017

라서, 집념 있는 끈기로 정의되는 투지는 추후 간호사가 될 간호대학생들에게 심리적 안녕감을 느끼게 할 회복탄력성 요인으로 예측해 볼 수 있다.

간호대학생은 과중한 학업부담감으로 행복수준이 낮은 것으로 보고된 바 있는데(Jo & Park, 2011), 학업스트레스 감소요인은 간호대학생이 가지고 있는 학업탄력성으로 나타났다(Shin, 2016). 학업탄력성은 공부의 실패나 스트레스를 효과적으로 다루며 학교생활적응을 도모하고, 학습의 부적응과 어려운 상황을 이겨낼 수 있는 학업측면에서의 회복탄력성이다(Park & Kim, 2009). 학업탄력성이 높은 간호대학생은 학업스트레스에 긍정적으로 적응하면서 높은 학업성취도를 보이고 인간관계, 직업적인 면에 있어서도 높은 성취를 보인다(Bac & Park, 2014). 따라서, 학업탄력성은 정해진 시간 동안의 방대한 학업량과 다양한 장소의 실습으로 간호대학생들이 느끼는 학업부담감에 잘 대처하면서 간호대학생들의 심리적 안녕감을 증진시킬 수 있는 요인으로 고려할 수 있다.

간호대학생을 대상으로 한 심리적 안녕감에 대한 연구는 주로 주관적 안녕감의 관점에서 행복의 의미, 의의를 파악하거나(Jo & Park, 2011; Jo, 2011), 간호대학생이 경험하는 스트레스와 안녕감의 관계(Smith & Yang, 2016), 간호대학생 안녕감 저해의 주요 요인인 스트레스의 중재 전략(Por, Barriball, Fitzpatrick, & Roberts, 2011)을 본 연구들이었다. 그러나 이타주의적인 헌신과 전인적인 돌봄 속에서 자신의 간호행위에 대한 긍정적 정서, 삶의 만족도를 경험하는 것이 필요한 간호대학생(Jo, 2011)을 대상으로 회복탄력성 요인들로 심리적 안녕감을 본 연구는 부족하다. 간호대학생은 타 전공학생이나 일반 초기 성인과 비교하여 심리적 안녕감이 낮은 것으로 보고되고 있으므로(Jo & Park, 2011), 간호대학생의 상황에 적합한 회복탄력성 변수들을 고려하여 심리적 안녕감을 향상시키기 위한 방안이 필요한 실정이다.

이에 본 연구는 간호대학생의 투지, 학업탄력성과 심리적 안녕감을 파악하고 투지와 학업탄력성이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 규명함으로써 간호대학생의 심리적 안녕감 증진을 위한 교육프로그램 개발에 기초자료를 제공하고자 한다.

연구 목적

본 연구는 간호대학생의 투지, 학업탄력성 및 심리적 안녕감 정도와 제 변수간의 관계를 확인하고, 심리적 안녕감에 영향을 미치는 요인을 파악하는 것으로 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 투지, 학업탄력성 및 심리적 안녕감 정도를 파악한다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 투지, 학업탄력성 및 심리적

안녕감의 차이를 파악한다.

- 대상자의 투지, 학업탄력성 및 심리적 안녕감 간의 관계를 확인한다.
- 대상자의 심리적 안녕감에 미치는 영향요인을 파악한다.

연구 방법

연구 설계

본 연구는 간호대학생의 투지, 학업탄력성 및 심리적 안녕감의 정도와 제 변수간의 상관관계를 알아보고, 심리적 안녕감에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

연구 대상

대상자는 서울 소재 C 대학교 간호대학 학생 271명 이었다. 대상자에게 본 연구의 목적과 절차, 설문결과는 연구 이외의 목적으로 이용되지 않을 것과 연구종류와 함께 폐기할 것임을 직접 설명하였다. 연구 참여에 동의한 대상자에게 설문지를 배부하였고, 서면으로 참여 동의서를 받았다.

G-Power 3.1.9.2 프로그램으로 중간 효과크기 .25, 유의수준 .05, 검정력 .90, 8개의 독립변수에서 ANOVA분석을 위한 표본수를 산출한 결과 총 264명이었다. 탈락률을 고려하여 각 학년 당 70명씩 총 280명에게 설문지를 배부하였다. 이 중 278명(99.2%)이 응답하였으나, 응답내용이 불충분한 7명은 제외되었다.

연구 도구

● 투지(Grit)

투지는 Duckworth와 Quinn (2009)이 개발한 Short Grit Scale (Grit-S)로 조사하였다. 개발자에게 사용허락을 받은 후 연구자가 한국어로 번역하였으며, 간호학과 교수 1인과 국내 그릿 연구자 1인이 번역의 정확성, 문화적 차이와 간호학 실정을 반영하여 수정이 필요한 문항이 있는지 검토하였다. 미국에서 간호사로 근무한 경력이 있으며, 영어와 한국어에 모두 능통한 1인이 다시 역번역 하였다. 역번역한 설문지와 원래의 설문지를 비교하여 의미의 변화 없이 정확하게 번역되었는지 논의한 후 최종 완성하였다.

본 도구는 총 8개의 문항으로 2개의 하위요인 관심의 지속성 4문항과 꾸준한 노력 4문항으로 구성되어 있다. 각 문항에 대하여 전혀 그렇지 않다 1점에서 매우 그렇다 5점으로 응답하도록 하여 점수가 높을수록(범위 8점 - 40점) 투지가 높은

것으로 해석한다. 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 개발 당시 관심의 지속성과 꾸준한 노력이 각각 .73, .63이었으며, 본 연구에서는 각각 .62, .73이었고, 도구 전체의 Cronbach's α 는 .67이었다.

● 학업탄력성

학업탄력성은 Park과 Kim (2009)이 개발한 24문항의 5점 척도로 측정하였다. 본 도구는 학습조절 5문항, 친구지지 5문항, 자기통제 3문항, 긍정적 태도 3문항, 과제책임감 4문항, 부모지지 4문항의 6개 하위요인으로 구성되어 있다. 각 문항에 대하여 전혀 그렇지 않다 1점에서 매우 그렇다 5점으로 응답하도록 하여, 점수가 높을수록 학업탄력성이 높음(범위 24점 - 120점)을 의미한다. 도구의 Cronbach's α 는 개발 당시 .72-.78이었으며, 본 연구에서는 .62-.83이었고, 도구 전체의 Cronbach's α 는 .90 이었다.

● 심리적 안녕감

심리적 안녕감은 Ryff (1989)가 성인을 대상으로 개발한 심리적 안녕감 척도(Psychological Well-being Scale, PWBS)를 Kim, Kim과 Cha (2001)가 타당도와 신뢰도를 분석하고 확장적 요인분석을 통해 한국 실정에 맞게 변안한 도구로 조사하였다. 본 도구는 자아 수용 8문항, 환경 지배력 8문항, 긍정적 대인관계 7문항, 자율성 8문항, 삶의 목적 7문항, 개인적 성장 8문항의 6개 하위영역으로 구성되어 있다. 각 문항에 대하여 전혀 그렇지 않다는 1점에서부터 매우 그렇다 5점으로 응답하도록 하여 점수가 높을수록(범위 46점 - 230점) 심리적 안녕감이 높은 것을 의미한다. 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 Kim, Kim과 Cha (2001)의 연구에서 .91이었으며, 본 연구에서는 .92이었다.

자료 수집

자료는 2016년 9월 5일부터 9월 30일 까지 수집하였으며, 설문지 응답에 소요된 시간은 약 7분이었다.

자료 분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 21.0 프로그램을 이용하여 분석하였다.

- 대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율로, 투지, 학업탄력성 및 심리적 안녕감 정도는 평균과 표준편차로 제시하였다.
- 일반적 특성에 따른 투지, 학업탄력성 및 심리적 안녕감의 차이는 t-test와 ANOVA, Scheffé test로 분석하였다.

- 투지, 학업탄력성 및 심리적 안녕감의 간의 관계는 Pearson correlation coefficient로 파악하였다.
- 심리적 안녕감에 영향을 미치는 요인은 심리적 안녕감을 종속변수로 하고, 일반적 특성 중 유의한 차이가 있었던 변수와 상관관계가 있었던 변수를 독립변수로 투입하여 단계적 다중회귀분석(Stepwise multiple regression)을 실시하였다.

연구의 윤리적 고려

본 연구의 내용과 방법에 대하여 C대학교 생명윤리심의위원회 의 승인(IRB No.KC16QIMI0679)을 받았다. 본 연구자가 간호학과의 협조를 얻어 학년 별 공강 시간을 확인한 뒤 간호대학 강의실을 직접 방문하여 연구 대상자들에게 연구의 목적, 내용, 방법을 구두로 설명한 후 연구에 대한 서면동의를 받았다. 설문은 개별적으로 작성되었으며 학년대표가 일괄 회수한 설문지를 연구자가 직접 수령하였다. 수집한 자료는 익명으로 처리되어 연구 목적으로만 사용 할 것과 대상자가 원할 경우 언제든지 자율적으로 연구 참여를 철회할 수 있고 이에 대한 불이익이 없음과 비밀보장을 약속하였다. 연구 종료 후 모든 자료는 폐기됨을 알려줌으로써 윤리적 측면을 고려하였다.

연구 결과

대상자의 일반적 특성

대상자 중 여학생이 93.7%였으며, 거주형태는 자택이 72.0%로 가장 많았고, 종교는 무교 45.0%, 가톨릭 34.3%의 순이었다. 간호학과를 선택한 동기는 취업보장이 32.1%로 가장 많았고, 45.8%가 전공에 만족한다고 하였다(Table 1).

대상자의 투지, 학업탄력성, 심리적 안녕감 정도

간호대학생의 투지는 5점 만점에 평균 3.02점이었으며, 하위요인별 점수는 관심의 지속성이 2.76점으로 꾸준한 노력 3.28점 보다 낮았다. 학업탄력성은 5점 만점에서 평균 3.66점이었고, 부모지지가 3.46점으로 가장 낮았다. 간호대학생의 심리적 안녕감 정도는 5점 만점 중 평균 3.42점이었다(Table 2).

대상자의 일반적 특성에 따른 투지, 학업탄력성, 심리적 안녕감의 차이

대상자의 일반적 특성에 따른 투지, 학업탄력성, 심리적 안녕감의 차이를 분석한 결과, 투지는 가톨릭, 기독교 이외의

<Table 1> Differences in Grit, Academic Resilience, Psychological Well-being by Respondent's Demographic Characteristics (N=271)

Variables	Categories	n(%)	Grit			Academic resilience			Psychological well-being		
			Mean±SD	t or F(p)	Scheffé	Mean±SD	t or F(p)	Scheffé	Mean±SD	t or F(p)	Scheffé
Gender	Female	254(93.7)	3.01±0.48	1.19		3.66±0.41	0.02		3.41±0.39	0.74	
	Male	17(6.3)	3.15±0.45	(.234)		3.66±0.46	(.987)		3.49±0.50	(.462)	
Grade	Freshman	65(24.0)	3.02±0.49			3.66±0.45			3.41±0.37		
	Sophomore	70(25.8)	2.95±0.49	1.23		3.64±0.46	0.15		3.40±0.42	0.27	
	Junior	69(25.5)	3.01±0.48	(.299)		3.68±0.34	(.930)		3.43±0.43	(.844)	
	Senior	67(24.7)	3.11±0.46			3.67±0.37			3.46±0.38		
				3.12±0.47	3.38		3.73±0.41	3.40		3.46±0.40	1.25
Religion	Catholic ^a	93(34.3)	3.12±0.47			3.71±0.43	(.035)		3.46±0.42	(.287)	
	Christian ^b	48(17.7)	2.98±0.48		a>c	3.60±0.39			3.38±0.37		
	The others ^c	130(48.0)	2.96±0.48			3.68±0.40 ^a			3.43±0.40		
Place of residence	Home ^a	195(72.0)	3.01±0.48	1.88		3.72±0.40 ^b	3.83		3.48±0.39	2.78	
	Dormitory ^b	48(17.7)	3.11±0.47	(.155)		3.46±0.41 ^c	(.023)		3.27±0.37	(.064)	
	Rented room ^c (Boarding house)	28(10.3)	2.90±0.46			3.70±0.37			3.55±0.40		
			3.17±0.41			3.62±0.35			3.36±0.42		
Motivation of entrance	Corresponding to score	36(13.2)	3.00±0.46	2.33		3.67±0.44	0.32		3.41±0.39	2.83	
	Recommendation of others	56(20.7)	2.99±0.49	(.056)		3.65±0.43	(.865)		3.38±0.37	(.055)	
	Job security	87(32.1)	2.95±0.49			3.62±0.39			3.29±0.38		
	The others	24(8.9)	2.92±0.53			3.78±0.40			3.55±0.37		
Satisfaction in major	Satisfaction ^a	162(59.8)	3.14±0.44	12.74		3.49±0.33	20.35		3.31±0.31	30.14	
	Moderate ^b	73(26.9)	2.86±0.43	(<.001)	a>b,c	3.45±0.39	(<.001)		3.08±0.41	(<.001)	a>b>c
	Dissatisfaction ^c	36(13.3)	2.83±0.59								

<Table 2> Degree of Grit, Academic Resilience, and Psychological Well-being of the Respondents (N=271)

Variables	Mean±SD	Min	Max
Grit	3.02±0.48	1.63	4.13
Perseverance of effort	3.28±0.62	1.00	4.75
Consistency of interest	2.76±0.60	1.00	5.00
Academic resilience	3.66±0.41	2.45	5.00
Self control	3.78±0.44	2.50	5.00
Task responsibility	3.78±0.56	1.50	5.00
Positive attitude	3.64±0.60	1.40	5.00
Peer supporting	3.64±0.63	1.60	5.00
Learning regulation	3.63±0.59	1.40	5.00
Parents supporting	3.46±0.72	1.50	5.00
Psychological well-being	3.42±0.40	2.09	4.54

종교를 가졌거나 종교가 없을 때($p=.035$), 전공에 보통, 불만족, 매우 불만족한 학생들의 투지가 2.85-2.75점으로 매우 만족한 학생의 3.33점보다 낮았다($p<.001$). 학업탄력성의 경우가톨릭, 기독교 이외의 종교를 가졌거나 종교가 없을 때($p=.035$). 자취나 하숙 할 경우($p=.023$) 그리고 전공 만족도가 낮을수록 학업탄력성이 낮았다($p<.001$). 심리적 안녕감에 있어서는 전공에 불만족 할수록 낮았다($p<.001$)(Table 1).

투지, 학업탄력성 및 심리적 안녕감 간의 상관관계

투지, 투지의 하위요인, 학업탄력성 및 심리적 안녕감의 상관관계를 분석한 결과, 투지는 학업탄력성($r=.41, p<.001$), 심

리적 안녕감($r=.52, p<.001$)과 순상관관계를 보였다. 심리적 안녕감은 투지의 하위요인인 꾸준한 노력($r=.56, p<.001$)과 관심의 지속성($r=.24, p<.001$) 모두에서 순상관관계를 보였으며, 학업탄력성은 투지의 하위요인 중 꾸준한 노력만 순상관관계($r=.56, p<.001$)를 보였다. 학업탄력성과 심리적 안녕감은 순상관관계($r=.65, p<.001$)가 있어 학업탄력성이 높을수록 심리적 안녕감도 높았다(Table 3).

투지, 학업탄력성이 심리적 안녕감에 미치는 영향요인

간호대학생의 심리적 안녕감에 미치는 요인을 파악하기 위해서 심리적 안녕감을 종속변수로 하고 일반적 특성 중 유의한 차이를 보인 전공만족도, 유의한 상관관계가 있었던 투지와 학업탄력성을 독립변수로 하여 다중회귀분석을 실시하였다. 모든 변수의 공차한계(tolerance)의 범위는 .84였고, 분산팽창인자(Variance Inflation Factor, VIF)의 범위는 1.18-1.30으로 10을 넘는 것이 없어 다중공선성의 문제는 없었다. Durban-Watson통계량은 1.769로 자기상관성의 문제도 없었다. 회귀분석 결과 간호대학생의 심리적 안녕감에 영향을 미치는 유의한 요인은 학업탄력성($\beta=.47, p<.001$), 투지($\beta=.26, p<.001$), 전공 만족도($\beta=.20, p<.001$)로 나타났으며($F=101.53, p<.001$), 이러한 요인은 대상자의 심리적 안녕감을 53.1% 설명하였다(Table 4).

<Table 3> Correlations among Grit, Academic Resilience and Psychological Well-being

(N=271)

Variables	Grit	Perseverance of effort	Consistency of interest	Academic resilience
	$r(\rho)$	$r(\rho)$	$r(\rho)$	$r(\rho)$
Perseverance of effort	.79 ($<.001$)	1		
Consistency of interest	.77 ($<.001$)	.23 ($<.001$)	1	
Academic resilience	.41 ($<.001$)	.56 ($<.001$)	.08 (.155)	1
Psychological well-being	.52 ($<.001$)	.56 ($<.001$)	.24 ($<.001$)	.65 ($<.001$)

<Table 4> Stepwise Multiple Regression on Psychological Well-being

(N=271)

Variables	B	SE	β	t	R^2	Adj. R^2	F	p
(constant)	0.79	0.15		4.99				
Satisfaction in major	0.08	0.01	.20	4.52	.537	.531	101.53	$<.001$
Grit	0.21	0.03	.26	5.51				
Academic resilience	0.46	0.04	.47	9.86				

논 의

본 연구에서 간호대학생의 투지는 5점 만점에 평균 3.02점으로 100점으로 환산했을 때 60.4점으로 중간보다 높은 수준이었다. 간호대학생을 대상으로 한 투지의 선행연구가 전무하여 전문적 직업의식을 가지고 의료계에 종사하는 외과의의 연구와 비교했을 때 외과 전공의의 투지가 3.65점(Salles et al., 2014)인 것 보다는 낮았다. 전공의는 이미 학부과정을 마친 상태로 그 동안의 축적된 노력과 어려움을 극복했던 경험이 투지에 영향을 준 것으로 사료된다. 마찬가지로 학부과정을 마친 간호사들의 투지가 간호대학생들보다 높을 것으로 추측할 수 있는데, 후속연구를 통한 비교가 필요하다고 생각된다.

투지를 하위영역별로 살펴보면 관심의 지속성이 꾸준한 노력보다 낮았다. 이러한 결과는 미국 아이다호 주 의사들의 관심의 지속성이 꾸준한 노력보다 낮은 것(Reed, Schmitz, Baker, Nukui, & Epperly, 2012)과 유사하다. 관심의 지속성은 한 목표를 장기간 고수할 수 있는지를 나타내는데(Duckworth, 2016) 이는 오랫동안 같은 목표에 집중하는 일이 간호대학생에게 어려운 일임을 알 수 있다. 따라서, 간호대학생이 세운 목표를 꾸준히 지속할 수 있는 교육목표의 설정과 교육과정의 마련이 필요하다고 생각된다. 지금까지 투지에 관한 선행연구를 살펴보면 대부분 관심의 지속성이 꾸준한 노력보다 낮았는데(Duckworth & Quinn, 2009), 이러한 결과는 투지를 구성하는 하위 요소가 독립적인 요소이기 때문(Duckworth, 2016)이라고 하였다. 즉, 투지는 관심의 지속성인 끈기와 꾸준한 노력인 열정, 이 두 가지의 인성이 합쳐진 개념(Duckworth, 2016)인 것이다. 선행연구에서 꾸준한 노력은 학부성적의 탁월한 예측 인자였던 반면 관심의 지속성은 성인들의 직업변화 횟수, 국립 철자 맞추기 결승대회 최종 라운드 진출의 예측인자였다(Duckworth & Quinn, 2009). 이는 본 연구에서 간호대학생의 꾸준한 노력은 성적관련 요소인 학업탄력성에 영향을 주었지만, 관심의 지속성은 영향을 주지 못한 결과와 유사하였다. 선행연구에서 관심의 지속성은 주로 경력 유지와 채용에 영향을 주었으므로, 이 변수로 간호대학생이 간호사가 되었을 때의 경력과 이직을 예측해 볼 수 있을 것으로 생각된다. 또한 관심의 지속성이 뒷받침 되었을 때 꾸준한 노력이 가능하다고 하였으므로(Duckworth, 2016), 오랜 기간 목표에 대한 관심을 지속시킬 수 있는 개인별 전략을 수립할 필요가 있겠다. 그 방법으로 상중하로 위계화된 목표를 세우고 상위목표는 궁극적 관심으로 끝까지 유지하되 목표달성에 기여하는 하위목표를 수정하거나 새로운 하위목표를 추가시키는 전략을 적용할 수도 있겠다. 또한 이러한 투지는 '할 수 있다', '해낼 수 있다'라는 자기 자신에 대한 유능감이

높을수록 강하다고 하였다(Kim, 2013). 그러므로 간호대학생은 자신이 가진 강점을 잘 알고 자신에 대한 유능감을 높일 수 있도록 노력하여야 할 것이다. 또한 강한 투지를 가진 사람들의 주변에는 끝까지 자신을 믿고 격려해 준 동료 및 가족의 지지가 있었는데(Kim, 2013) 동료, 선후배 및 교수들이 함께하는 지지모임을 만들고 간호대학생들이 가진 어려움 및 고충을 함께 나누고 해결하는 시간을 가진다면 간호대학생은 어려운 상황 속에서도 포기하지 않고 해결책을 찾음으로 투지가 향상될 것으로 생각된다.

본 연구에서 간호대학생의 학업탄력성은 3.66점으로 보통보다 높았고, 각 학년의 학업탄력성은 3.64-3.68점으로 비슷한 수준이었다. 이는 Bae와 Park (2014)의 지방 소재 일개 대학 2학년의 학업탄력성 3.67점과 유사하였고, Shin (2016)의 지방 2개 대학 1, 2학년의 학업탄력성 3.39점 보다는 높았다. 구체적으로 살펴보면 전공에 대해 만족할수록 학업탄력성이 높았다. 이는 Bae와 Park (2014), Shin (2016)의 전공만족도가 높아질수록 학업탄력성이 상승한다는 선행연구와 일치하였으나, Bae와 Park (2014)의 지원동기가 영향을 준 것과는 달랐다. 이러한 결과는 연구마다 학업탄력성의 예측변수가 달랐기 때문으로 생각된다. 또한 집이나 기숙사에 거주하는 간호대학생이 하숙이나 자취를 하는 간호대학생보다 학업탄력성이 높았는데 이는 안정된 주거가 간호대학생들의 학업탄력성에 영향을 주는 요인임을 알 수 있었다. 주거지는 인간생활의 기본인 의식주가 해결되는 곳으로 간호대학생이 마주하는 여러 학업 스트레스를 효과적으로 극복하기 위해서는 잘 먹고 편히 쉬 수 있는 안정적인 주거환경이 뒷받침 되어야 하는 것으로 생각된다. 따라서 학업부적응으로 방황하거나 어려움을 겪는 간호대학생들에게는 그들이 주거상태가 안정되었는지를 먼저 확인해 볼 필요가 있을 것이다.

심리적 안녕감은 5점 만점 중 3.42점이었는데 이는 Choi와 Sung (2013)의 일개 병원 간호사의 심리적 안녕감 3.45점 보다 낮았고, Jeon, Lee와 Lee (2015)의 상급종합병원에 근무하는 간호사의 3.3점 보다는 약간 높았다. Choi와 Sung (2013)은 간호사의 심리적 안녕감이 다른 직업에 종사하는 사람들보다 낮다고 하였는데 간호대학생의 심리적 안녕감이 간호사의 심리적 안녕감과 비슷하거나 더 낮으므로 이에 대한 중재 방안이 시급히 필요함을 시사한다. 심리적 안녕감에는 회복탄력성 변인들이 영향을 준다고 하였으므로(Thomas, Jack, & Jinks, 2012) 간호대학생의 상황에 맞는 회복탄력성 변수들을 찾는 노력이 추후 연구를 통해 계속 이루어져야 할 것이다. 또한 개인이 가진 내·외적 자원은 각기 다르므로 스스로가 자신의 장점과 약점을 잘 파악하여 역경의 상황을 극복할 수 있는 개인별 대처전략을 수립해 놓는 것도 필요할 것으로 생각된다.

본 연구결과 간호대학생의 투지와 학업탄력성 정도의 상관관계는 양의 관계가 있는 것으로 나타났다. 즉, 투지점수가 높을수록 학업탄력성이 높았다. 이는 미국 육군사관학교 웨스트포인트에서 야수의 막사(Beast Barracks)에 입소한 신입생도 1,218명 중 어렵고 힘든 예비훈련을 성공적으로 마친 생도와 중도에 포기한 생도의 차이를 가르는 결정적 요인이 투지라는 것(Duckworth et al., 2007)과 유사한 결과였다. 이는 지능이나 재능과 같은 인지적 능력보다 회복탄력성, 투지와 같은 비인지적 능력이 학업적응을 돕는 핵심요인이라는 점(Duckworth, 2016; Duckworth & Quinn, 2009)을 뒷받침 해주는 결과이다. 특히 본 연구에서는 투지의 하위요인 중 꾸준한 노력이 높을수록 학업탄력성 정도가 높았는데 이러한 결과는 관심의 지속성 즉, 학업에 대한 열정이 높을 때 학업탄력성이 증가한다는 결과(Shin, 2016)와는 차이가 있었다. 이는 선행연구에서 간호대학생의 학업에 대한 열정은 학교생활, 전공만족도, 대학원 진학의 희망으로 주로 열정의 강도에 대해 초점을 맞추고 있었지만 본 연구에서는 시간이 흘러도 목표를 꾸준히 고수할 수 있는 열정의 지속성을 알아본 것이라는 점에서 차이가 있었다. 따라서 후속연구를 통해 열정의 지속성과 열정의 강도 중 어느 것이 간호대학생의 학업탄력성에 영향을 주는지 알아볼 필요가 있겠다.

본 연구에서 간호대학생의 투지와 심리적 안녕감 정도의 상관관계는 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 즉, 투지점수가 높을수록 심리적 안녕감이 높았다. 간호대학생의 투지와 심리적 안녕감의 선행연구는 찾아보기 어려우므로, 긍정적 정서와 삶의 만족감으로 정의되는 주관적 안녕감 연구를 포함하여 비교 논의하였다. 공과대학생들의 투지가 주관적 안녕감과 유의미한 상관관계가 있었다는 결과(Singh & Jha, 2008)와 유사하였는데 이는 투지가 주관적 안녕감과도 상호 연관된 개념이며, 투지점수로 심리적 안녕감이 높은 사람들과 낮은 사람들을 예측해 볼 수 있을 것으로 판단된다.

본 연구에서 간호대학생의 학업탄력성이 높을수록 심리적 안녕감이 높음을 알 수 있었다. 이는 학업적응이 심리적 안정과 관련 있다는 주장(Beauvais, Stewart, DeNisco, & Beauvais, 2014)과 유사하였고, 탄력성은 개인의 삶에서 효과적으로 기능하는 능력과 연결됨(Thomas et al., 2012)을 뒷받침해주는 연구결과라 하겠다. 즉, 간호대학생이 지닌 학업탄력성은 단지 어렵고 힘든 학업과정을 극복할 수 있는 능력을 넘어 자신의 삶의 목적, 방향, 자기실현 등에서 잘 기능할 수 있는 힘을 가지고 있는 것이다. 그러므로 간호대학생의 심리적 안녕감을 증진시키기 위해서는 학업탄력성을 증진시키는 방안이 필요함을 알 수 있었다. Bae와 Park (2014)은 간호대학생의 학업탄력성은 계획을 수립하고 이를 행동으로 옮기는 실행능력이 뒷받침 되었을 때 증진된다고 하였으므로 목표, 세부목

표를 구체적으로 정리하여 실행할 수 있도록 도와주는 만다라트(Mandal-Art), 마인드 맵(Mind map) 등의 방법을 적용해 볼 수 있겠다.

심리적 안녕감의 영향요인은 투지, 학업탄력성, 전공만족도였고 총 설명력은 53.1%였다. 간호대학생의 심리적 안녕감이 가장 영향력이 있는 변수는 학업탄력성으로 46%를 설명했으며, 이어서 투지, 전공만족도의 순으로 나타났다. 이는 투지, 긍정적, 부정적 정서가 공과대학생 전체 행복의 11%, 삶의 만족도의 19%를 설명하는 결과보다(Singh & Jha, 2008) 높았으나, 공과대학생의 행복과 삶의 만족도에 가장 큰 영향력을 준 변수는 투지였고, 본 연구에서는 학업탄력성인 점과는 차이가 있었다. 간호대학생의 심리적 안녕감에 대한 연구가 시작단계이므로 추후 반복적 연구가 이루어져야 할 것이며 간호대학생의 심리적 안녕감 증진을 위해서는 학업탄력성과 연계한 교육과정의 개발 및 교육방법의 도입이 필요하다고 생각된다.

본 연구결과를 통해 학업탄력성이 간호대학생의 심리적 안녕감을 예측하는 가장 유력한 선행변수임을 알 수 있었다. 이로써 간호대학생의 학업에 대한 부담감과 어려움을 극복하는 능력이 개인 인생의 목적, 방향, 대인관계의 만족도, 자기실현 등의 영역까지 영향을 주고 있음을 확인하였으며, 심리적 안녕감 증진을 위한 구체적 전략 수립 방안의 토대를 마련하였다는 점에서 연구의 의의가 있다.

결론 및 제언

본 연구는 간호대학생들의 투지, 학업탄력성이 심리적 안녕감에 미치는 영향력을 살펴봄으로써 간호대학생의 심리적 안녕감 증진을 위한 교육프로그램 개발에 기초자료를 제공하고자 시행되었다. 본 연구 결과, 간호대학생은 투지와 학업탄력성이 높을수록, 전공에 대해 만족할수록 심리적 안녕감이 높게 나타났다. 이들 변수는 심리적 안녕감에 대해 53.1%의 설명력을 보였고 이 중 학업탄력성이 47%로 가장 높게 나타났다. 따라서 간호대학생의 교육과정이나 프로그램을 개발함에 있어 무엇보다도 학업탄력성을 증진시킬 수 있는 방안이 고려되어야 하며 특히 투지와 연계된 학업탄력성 증진 전략의 수립으로 심리적 안녕감을 높일 수 있을 것으로 판단되며 다음을 제언한다. 첫째, 지역과 대상자를 확대한 반복연구를 통해 연구결과를 일반화 할 필요가 있다. 둘째, 투지와 학업탄력성을 연계하여 심리적 안녕감을 증진시키는 프로그램을 개발하고 그 효과를 평가하는 후속연구를 제언한다.

References

Acharya, P. R., & Chalise, H. (2015). Self-esteem and academic

- stress among nursing students. *Kathmandu University medical journal (KUMJ)*, 13(52), 298-302.
- Bae, Y. J., & Park, S. Y. (2014). Study on predictors of academic resilience in nursing students. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 15(3), 1615-1622.
- 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(6), 918-923.
- Chernomas, W. M., & Shapiro, C. (2013). Stress, depression, and anxiety among undergraduate nursing students. *International Journal of Nursing Education Scholarship*, 10(1), 255-266.
- Cho, H., & Lee, G. Y. (2006). Self esteem and career identity of nursing students. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 20(2), 163-173.
- Choi, Y. J., & Sung, Y. H. (2013). Psychological well-being, perceived health status, and health promoting behavior of clinical nurses. *The Journal of Korean Nursing Administration Academic Society*, 19(5), 589-598.
- Duckworth, A. L. (2016). *Grit: The power of passion and perseverance*. New York: Simon and Schuster.
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087-1101.
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (2009). Development and validation of the short grit scale (Grit-S). *Journal of Personality Assessment*, 91(2), 166-174.
- Jeon, W. H., Lee, E. S., & Lee, K. L. (2015). Relationship among gratitude, depression, and psychological well-being in clinical nurses. *The Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 24(2), 136-144.
- Jo, G. Y., & Park, H. S. (2011). Predictors of subjective happiness for nursing students. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 12(1), 160-169.
- Jo, K. H. (2011). Perception of undergraduate nursing students toward happiness: A q-methodological approach. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 17(2), 178-189.
- Kim, J. H. (2013). *Grit*. Seoul: Sam and Pakeoseu.
- Kim, J. H. (2011). *Resilience*. Seoul: Wijeudeom House.
- Kim, M. S., Kim, H. W., & Cha, K. H. (2001). Analyses on the construct of psychological well-being(PWB) of Korean male and female adults. *The Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 15(2), 19-39.
- Kleiman, E. M., Adams, L. M., Kashdan, T. B., & Riskind, J. H. (2013). Gratitude and grit indirectly reduce risk of suicidal ideations by enhancing meaning in life: Evidence for a mediated moderation model. *Journal of Research in Personality*, 47(5), 539-546.
- Lee, S. K., Park, S. N., & Jeong, S. H. (2012). Nursing core competencies needed in the fields of nursing practice for graduates in nursing. *The Journal of Korean Nursing Administration Academic Society*, 18(4), 460-473.
- Olsson, C. A., Bond, L., Burns, J. M., Vella-Brodrick, D. A., & Sawyer, S. M. (2003). Adolescent resilience: A concept analysis. *Journal of Adolescence*, 26(1), 1-11.
- Park, J. Y., & Kim, N. R. (2009). A study on the development and validity of academic resilience scale for non-traditional student. *The Korea Educational Review*, 15(3), 215-239.
- Por, J., Barriball, L., Fitzpatrick, J., & Roberts, J. (2011). Emotional intelligence: Its relationship to stress, coping, well-being and professional performance in nursing students. *Nurse Education Today*, 31(8), 855-860.
- Reed, A. J., Schmitz, D., Baker, E., Nukui, A., & Epperly, T. (2012). Association of "grit" and satisfaction in rural and nonrural doctors. *The Journal of the American Board of Family Medicine*, 25(6), 832-839.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Salles, A., Cohen, G. L., & Mueller, C. M. (2014). The relationship between grit and resident well-being. *The American Journal of Surgery*, 207(2), 251-254.
- Shin, S. H. (2016). The effect of academic stress and the moderating effects of academic resilience on nursing students' depression. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 22(1), 14-24.
- Singh, K., & Jha, S. D. (2008). Positive and negative affect, and grit as predictors of happiness and life satisfaction. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34(2), 40-45.
- Smith, G. D., & Yang, F. (2016). Stress, resilience and psychological well-being in Chinese undergraduate nursing students. *Nurse Education Today*, 49, 90-95.
- Thomas, J., Jack, B. A., & Jinks, A. M. (2012). Resilience to

care: A systematic review and meta-synthesis of the qualitative literature concerning the experiences of student

nurses in adult hospital settings in the UK. *Nurse Education Today*, 32(6), 657-664.

Grit, Academic Resilience, and Psychological Well-being in Nursing Students*

Jin, Jong Im¹⁾ · Kim, Nam Cho²⁾

1) Registered Nurse, Seoul St. Mary's Hospital

2) Professor, College of Nursing, The Catholic University of Korea

Purpose: This study was conducted to investigate the relationship among grit, academic resilience, and psychological well-being among nursing students. **Methods:** The participants were 271 nursing students, enrolled in C university. Data were collected from September 5 to 30, 2016 and analyzed using descriptive analysis, t-test, ANOVA, Pearson correlation coefficients, and stepwise multiple regression with the SPSS/WIN 21.0 program. **Results:** The mean scores for academic resilience were above average. The mean score for grit and psychological well-being presented an appropriate level. Psychological well-being in nursing students was significantly correlated with academic resilience ($r=.65$, $p<.001$) and grit ($r=.52$, $p<.001$). The significant predictors of psychological well-being for nursing students were academic resilience ($\beta=.47$, $p<.001$), grit ($\beta=.26$, $p<.001$), and major satisfaction ($\beta=.20$, $p<.001$) which explained 53.1% of the variance in psychological well-being. **Conclusion:** The results indicate that it is necessary to develop grit and academic resilience enhancement programs to improve the psychological well-being of nursing students.

Key words : Nursing student, Psychological resilience

* This paper was supported by the Academic Research Fee of College of Nursing, the Catholic University of Korea in 2017.

• Address reprint requests to : Kim, Nam Cho

College of Nursing, The Catholic University of Korea

222 Banpo-daero, Seocho-gu, Seoul, 06591, Korea.

Tel: 82-2258-7405 Fax: 82-2258-7772 E-mail: kncpjo@catholic.ac.kr