

간호대학생의 행복감에 관한 연구

김은영
광주대학교 간호학과

A Study on Happiness of Nursing Students

Eun-Young Kim
Dept. of Nursing, Gwangju University

요 약 본 연구는 간호대학생을 대상으로 행복감에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 시행되었다. 본 연구이 대상자는 G시에 소재한 3개 대학의 간호학과 학생으로 자료수집기간은 2016년 11월 1일부터 11월 20일까지였으며, 최종 219부를 분석에 사용하였다. 수집된 자료는 SPSS/WIN 18.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 연구결과, 행복감은 27.77±2.99점으로 나타났으며 대상자의 행복감은 스트레스($r=-.889, p<.001$)에서 역 상관관계를 나타냈고, 감사성향($r=.335, p<.001$), 사회적지지($r=.334, p<.001$)에서 정 상관관계를 나타냈다. 행복감에 영향을 미치는 요인으로는 스트레스($\beta=-.848, p<.001$), 감사성향($\beta=.126, p<.001$), 전 학기 평점($\beta=-.083, p=.003$), 사회적지지($\beta=.090, p=.005$) 순이었으며, 이들 변수의 행복감에 대한 설명력은 84.0%였다. 본 연구를 결과를 통하여 간호대학생을 대상으로 행복감을 향상시킬 수 있는 프로그램 개발이 필요하다.

주제어 : 간호대학생, 감사성향, 사회적지지, 스트레스, 행복감

Abstract The purpose of this study was to identify factors influencing happiness of nursing students. Data were collected from 219 nursing students in G city and analyzed by the SPSS/WIN 18.0 program. The degree of happiness of nursing students was 27.77±2.99. Happiness had negative correlations with stress in ($r=-.889, p<.001$), and positive correlations with Gratitude disposition ($r=.335, p<.001$), Social support ($r=.334, p<.001$). Factors that had an influence on happiness included stress($\beta=-.844, p<.001$), gratitude disposition($\beta=.126, p<.001$), grade point average($\beta=-.083, p=.003$), social support, ($\beta=.090, p=.005$). These factors explained 84.0% of the variance in nursing students happiness. These results suggest that development of program to improve happiness of nursing students.

Key Words : Nursing students, Gratitude disposition, Social support, Stress, Happiness

1. 서론

1.1 연구의 필요성

“모든 국민은 인간으로서의 존엄과 가치를 가지며, 행복을 추구할 권리를 가진다”라는 우리나라의 헌법 제 10조에 명시되어 있다. 행복은 어떠한 객관적인 기준으로

* 이 연구는 2016년도 광주대학교 대학 연구비의 지원을 받아 수행되었음

Received 31 July 2017, Revised 31 August 2017

Accepted 20 September 2017, Published 28 September 2017

Corresponding Author: Eun-Young Kim(Gwangju University)

Email: eykim@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.

평가하기 보다는 자신의 삶을 어떻게 느끼는지에 대한 주관적인 판단이 중요하다[1]. 실제로 자신이 생각하는 행복의 정도를 OECD (Organization for Economic Cooperation and Development) 평균(100점)과 비교해 점수화한 결과, 우리나라 청소년의 행복지수는 OECD 회원국 22개국 가운데 가장 낮았으며, 청소년 5명 중 1명은 자살충동을 경험한 것으로 나타났다[2]. 연령대를 살펴보면, 10대, 20대, 30대에서 사망원인 1위가 고의적 자해(자살)로 보고되었으며[3], 이는 청소년들의 과도한 학업과 입시 등으로 많은 심리·정서적인 어려움을 겪게 되고, 더 나아가 취업에 대한 부담감 등 많은 스트레스에 노출되어 있음을 시사하며, 특히 여대생의 경우 취업불안은 여러 정신적문제와 관련되고 있다[4]. 이 시기는 인간의 성장발달단계에 따라 청소년기는 제2의 급성장기이며, 이후 성인기의 삶에도 매우 중요한 시기이므로[5] 긍정적인 행복감을 가질 수 있도록 전반적인 자신의 삶의 질에 보다 호의적으로 받아드릴 수 있게[6] 환경 분위기를 조성할 필요가 있다. 특히, 취업에 대한 불안감 등으로 많은 학생들이 취업률이 높은 인기 있는 간호학과를 선택하지만 자신의 적성과는 별개로 지원하거나 부담감이 높은 학습량, 임상현장실습, 간호사면허 취득에 대한 부담감 등은 개인의 역량에 따라 심적 부담감을 유발하게 되고 대학생활에서 많은 스트레스를 겪게 된다[7]. 이러한 과도한 스트레스는 오히려 전공에 대한 만족감 저하와 개인 삶의 행복에 부정적인 결과를 초래하여 의료인에 대한 낮은 사회적 가치 등을 형성할 수도 있다. 그러므로 간호사는 간호대상자의 건강증진 및 행복증진을 위한 간호수행을 궁극적인 목표로 하는 간호이므로[8] 간호학과를 선택하여 학과에 적응하는 과정에서부터 적극적인 관심과 관리가 절실하다고 사료되며, 이들의 행복감에 영향을 미치는 다양한 원인들을 좀 더 반복적으로 파악할 필요가 있다.

간호대학생의 행복감 관련요인으로 나타난 선행연구들을 살펴보면, 사회적지지와 전공만족도[9,10,11], 자아탄력성[10,11,12], 감사성향[13,14], 스트레스[10,11,15,16] 등이 있는 것으로 나타났다. 또한 취업현황을 살펴보면, 수도권 지역에서 취업률이 더 높았다는 연구결과[17]에 따라 지방대학생들이 희망하는 Big 5 병원 취업을 위한 많은 스펙 쌓기와 끈임 없는 노력을 하고 있을 가능성이 높다. 특히, 남자 대학생보다 여자 대학생이 취업 관련하

여 스트레스를 더 많이 겪고 있으며, 일상생활에서의 위 기감 또한 더 많이 받는 것으로 나타났다[18,19]. 그러므로 스트레스 완화를 위해 학과 동료나 선후배 등 주위 사람으로부터 제공받는 사회적지지가 중요시 되고 있으며 [11], 안정적인 정서를 나타내는 감사성향이 높을수록 삶의 만족뿐만 아니라 스트레스 또한 낮아[20] 감사의 경험은 긍정적인 정서와 행복, 삶의 만족과 사회적 관계의 만족과도 높은 관련이 있음을 알 수 있다[21]. 또한 긍정적인 정서는 개인 행복 및 성장뿐만 아니라 조직 번영의 촉진적인 역할을 하므로[22] 여성 직원 채용시 지원자의 감사성향 평가의 필요성을 요구하고 있어[23] 이는 감사성향과 사회적지지의 관심을 가져야 함을 시사하고 있다.

감사는 문화와 시간을 초월한 인간의 성격과 사회생활의 바탕이 되는 아주 바람직한 부분으로[24] 감사성향이 마음의 편안함과 관계 속에서 더 높은 만족과 행복을 주는 유익한 것으로 밝혀지고 있다[24,25,26]. 이는 감사성향, 사회적지지와 함께 스트레스를 완화시켜주고 행복감을 유지시키며, 서로 상호작용하여 행복감에 영향을 줄 수 있음을 알 수 있다.

이에 본 연구는 과중한 학업, 국가고시에 대한 압박감 등의 과중한 스트레스에 노출되는 간호대학생을 대상으로 하여 간호대학생의 감사성향, 사회적지지, 스트레스 및 행복감의 관계를 확인하고, 행복감에 영향을 미치는 요인을 파악하여 간호대학생의 행복감을 보다 증진시킬 수 있는 방안을 알아보려고 한다.

1.2 연구 목적

본 연구의 목적은 간호대학생의 일반적인 특성, 감사성향, 사회적지지, 스트레스가 행복감에 미치는 영향을 분석하고자 위함이며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 감사성향, 사회적지지, 스트레스 및 행복감의 정도를 파악한다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 행복감 차이를 파악한다.
- 대상자의 감사성향, 사회적지지, 스트레스 및 행복감의 상관관계를 파악한다.
- 대상자의 감사성향, 사회적지지, 스트레스가 행복감에 미치는 영향을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구 설계

본 연구는 간호학을 전공하는 학생으로 일반적 특성, 감사성향, 사회적지지, 스트레스가 행복감에 미치는 영향을 조사하기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구 대상

본 연구대상자는 G광역시에 소재한 3개의 대학교에서 간호학을 전공하고 있는 1, 2학년 재학 중인 학생 중 본 연구의 목적을 이해하고, 연구 참여에 서면 동의한 여학생을 대상으로 하였다. 대상자 수는 G*Power 3.1.6 프로그램[27]을 이용하여 계산하였으며, 회귀분석에서의 중간효과 크기인 .15, 양측검정 유의수준 .05, 검정력 .95, 예측변수(감사성향, 사회적지지, 스트레스, 행복감, 일반적 인 특성)가 15개일 때 199명으로 산출되었다. 이를 근거로 대상자의 탈락률 20%를 고려하여 240명에게 설문지를 배부하였고 총 224부(93.3%)가 수거되었으며, 이 중 답변이 누락된 설문지 5부를 제외한 총 219부를 분석하였다.

2.3 연구 도구

2.3.1 감사성향

감사성향은 McCullough, Emmons와 Tsang[28]이 만든 감사성향 척도를 Kwon, Kim, Lee[29]가 번안하고 타당화한 한국판 감사성향척도(K-GQ-6)를 사용하였다. 문항 구성은 감사성향의 강도(긍정적 사건에 대해 감사를 보다 강하게 느끼는 것)와 빈도(감사를 보다 자주 느끼는 것), 범위(삶의 여러 가지 영역에서 감사를 느끼는 것), 밀도(한 가지 긍정적 사건에 대해 여러 사람들에게 감사를 느끼는 것)를 측정하도록 되어 있다. 긍정 문항(4 문항), 부정문항(2문항)으로 나뉘져 있으며, 총 6문항으로 구성되었다. 각 문항은 '전혀 아니다' 1점에서 '정말 그렇다' 7점까지의 Likert 7점 척도로 되어 있다. 부정문항은 역환산 처리하였으며, 점수 범위는 6~42점까지이며, 점수가 높을수록 감사성향이 높음을 의미한다. Kwon, Kim, Lee[29]의 연구에서 Cronbach's α =.85이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's α =.89이었다.

2.3.2 사회적지지

본 연구에서는 Park[30]이 개발한 사회적지지(Social support)도구를 사용하였다. 사회적지지의 각 하위영역은 정서적지지(9문항), 물질적 지지(6문항), 평가적지지(5문항), 정보적지지(5문항)의 4개 하위영역으로 총 25문항으로 구성되어 있다. 5점 척도로 '매우 그렇다' 5점에서 '전혀 그렇지 않다' 1점으로 되어 있으며, 측정된 점수가 높을수록 사회적지지가 높음을 의미한다. Park[30]의 연구에서 도구의 신뢰도는 Cronbach's α =.94였으며, 본 연구에서는 Cronbach's α =.97이었다

2.3.3 스트레스

대학생의 스트레스 지각을 측정하기 위해 Cohen, Kamarck와 Mermelstein[29]에 의해 개발한 지각된 스트레스 척도(Perceived Stress Scale:PSS)를 Cohen과 Williamson[32]이 수정한 도구를 Lee[33]가 번안한 척도를 사용하였다. 이 도구는 총 10문항으로 자신의 삶에서 경험하는 상황을 스트레스로 지각하게 되는 정도를 측정하는 것으로 지난 1달 동안의 상황에 대한 자신의 감정 및 생각을 좀 더 구체화하여 자신이 얼마나 자주 그렇게 느끼고 생각하는가에 관한 질문으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점의 되어 있고, 4, 5, 7, 8문항은 역으로 채점되어 총점이 높을수록 지각된 스트레스 수준이 높음을 의미한다.

Lee[33]의 연구에서 내적합치도로서의 신뢰도는 Cronbach's α =.83이었고, 본 연구에서 스트레스 척도 전체의 신뢰도는 Cronbach's α =.79이었다.

2.3.4 행복감

본 연구에서는 Suh와 Koo[34]가 개발한 단축형 행복 척도(Concise Measure of Subjective Well-Being: COMOSWB) 도구를 이용하여 측정하였다. 단축형 행복 척도는 3개의 하위요인(삶의 만족, 긍정정서, 부정정서)을 포함하고 있으며, 총 9개 문항으로 구성되었다. 모든 문항은 7점 Likert 척도 '전혀 느끼지 않았다' 1점에서 '항상 느꼈다' 7점으로 되어있고, 점수가 높을수록 주관적 행복감이 높음을 의미한다.

Suh와 Koo[34]의 연구에서 내적합치도로서의 신뢰도는 Cronbach's α =.86이었고, 본 연구에서 행복감 척도 전

체의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.76$ 이었다.

2.4 자료수집 및 윤리적 고려

본 연구의 자료수집은 각 해당 대학교의 간호학과 학과장 및 학생회의 사전동의를 구하고, 간호학과에 재학 중인 1, 2학년을 대상으로 2016년 11월 1일부터 11월 20일까지 이루어졌다. 해당 대학의 학과장 및 학생회장에게 연구자와 연구보조원이 직접 연구 목적을 설명한 후 협조 및 승인을 거쳤다. 또한 연구자 및 연구보조자가 직접 각 대상자에게 연구목적과 비밀보장, 언제든지 철회 가능함 등에 관해 설명하고 연구 목적 이외에 다른 목적으로 사용하지 않을 것이며, 연구 참여로 인한 어떠한 불이익도 발생하지 않을 것임을 충분히 설명한 다음 연구 참여에 동의한 자에 한하여, 서면화된 동의서를 받음으로써 참여자의 윤리적 보호를 최대한 보장 받을 수 있도록 하였으며, 소정의 선물을 증정하였다.

2.5 자료분석

자료수집은 본 연구의 수집된 자료는 SPSS/WIN 18.0 프로그램을 이용하여 분석하였으며, 구체적인 분석방법은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적인 특성, 감사성향, 사회적지지, 스트레스 및 행복감 정도는 기술통계로 분석하였다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 행복감 정도는 independent t-test와 One way ANOVA로 분석하였으며 사후 검정은 Scheffé test를 실시하였다.
- 대상자의 감사성향, 사회적지지, 스트레스 및 행복감의 상관관계는 Pearson's correlation coefficients로 분석하였다.
- 대상자의 행복감에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위하여 단계적 다중 회귀분석(Stepwise multiple regression)을 사용하여 분석하였다.

3. 연구결과

3.1 대상자의 일반적 특성에 따른 행복감 정도의 차이검정

본 연구의 대상자는 총 219명으로, 1학년 122명(55.7%), 2학년 97명(44.3%)이었으며, 종교는 없는 경우가 127명

(58.0%), 기독교 58명(26.5%), 천주교 22명(10.0%), 불교 12명(5.5%) 순으로 나타났다. 건강상태는 건강한 편이라고 응답한 경우가 115명(52.5%), 보통이 52명(23.7%), 매우 건강한 편 40명(18.3%), 나쁜 편 12명(5.5%) 순이었고, 가족과의 관계는 좋은 편이라고 응답한 경우가 129명(58.9%), 보통 58명(26.5%), 매우 좋은 편은 32명(14.6%) 순으로 응답하였다. 전공 선택 동기는 적성과 흥미가 62명(28.3%)으로 가장 높았으며, 반면에 고교 성적을 고려해서가 11명(5.0%)으로 가장 낮은 응답을 보였다. 전공만족도는 만족 102명(46.6%), 보통 92명(42.0%), 불만족 14(6.4%), 매우 만족 11명(5.0%) 순이었다. 전 학기 평점은 평점이 4.0 이상이 94명(42.9%), 평점 3.5에서 4.0 사이가 72명(32.9%), 평점 3.0에서 3.5 사이 39명(17.8%), 평점 3.0 이하가 14(6.4%) 순으로 나타났다. 거주형태는 부모와 함께 거주하는 경우가 124명(56.6%)으로 가장 많았으며, 교수와의 관계 만족도에서는 보통이 100명(45.7%), 선배와의 관계 만족도는 좋은 편이 123명(56.2%), 친구와의 관계에서는 좋은 편이 94명(42.9%)으로 가장 높은 응답을 보였다.

대상자의 일반적 특성에 따른 행복감 정도의 차이는 가족과의 관계($F=6.979, p=.001$), 전공 만족도($F=12.085, p=.000$), 전 학기 평점($F=4.616, p=.004$), 교수와의 관계 만족도($F=6.745, p=.001$), 친구와의 관계($F=5.843, p=.003$)가 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다. 사후검증결과, 가족과의 관계에서는 매우 좋은 편이 평균 28.56점, 보통 또는 나쁨이 각각 평균 28.11, 26.57점으로 나타나 가족관계가 좋은 편이 행복감 점수가 높은 것으로 나타났다. 전공 만족도는 매우 좋은 편이 평균 30.18점, 만족한 편 28.64점, 불만족한 편 25.71점으로 전공만족도가 매우 좋은 편이 가장 행복감 점수가 높았으며, 전공만족도가 만족한 편, 보통인 편 순으로 행복감에 차이가 있었다. 교수와 친구와의 관계에서는 좋은 편이 나쁜 편보다 행복감이 높은 것으로 집단 간의 차이를 보였다. 그러나 전 학기 평점의 사후검증 결과에는 전 학기 평점에 따른 집단 간의 행복감 차이는 나타나지 않았다<Table 1>.

3.2 대상자의 감사성향, 사회적지지, 스트레스 및 행복감의 정도

대상자의 감사성향은 가능한 점수 최고점 42점에 평균 32.06 ± 5.49 점으로 나타났으며, 하위항목에서 긍정문항

의 최고점 28점에 평균 21.11±3.95점, 부정문항은 최고점 14점에 평균10.74±2.22점으로 나타났다. 사회적지지는 가능한 점수 최고점 125점에 평균 93.91±13.53점이었으며, 하위항목에서 정서적지지는 최고점 45점에 평균 34.24±5.04점, 정보적지지의 최고점 25점에 평균 18.90±2.90점, 물질적지지의 최고점 30점에 평균 22.21±3.35점, 평가적지지의 최고점 25점에 평균 18.54±3.01점으로 나타났다. 스트레스는 가능한 점수 최고점 50점에 평균 30.03±3.29점, 종속변수인 행복감은 가능한 점수 최고점 63점에 평

균 27.77±2.99점으로 나타났으며, 하위항목에서 각 영역별 가능한 최고 점수가 21점으로 삶의 만족도는 평균 9.33±1.36점, 긍정정서는 평균 9.60±1.49점, 부정정서 8.84±1.62점으로 나타났다<Table 2>.

3.3 대상자의 감사성향, 사회적지지, 스트레스 및 행복감의 정도

대상자의 관련된 변수 간의 상관관계는 <Table 3>과 같다. 분석 결과, 본 연구의 종속변수인 행복감은 연령

<Table 1> Differences in happiness according to general characteristics (N=219)

| Variables | Categories | n(%) | M±SD | t or F | p |
|---|-----------------------------|-----------|------------|--------------|-------|
| Age | | | 21.20±1.37 | | |
| | | | | range(19~25) | |
| Grade | Grade 1 | 122(55.7) | 27.92±2.80 | 0.882 | .379 |
| | Grade 2 | 97(44.3) | 27.56±3.21 | | |
| Religion | Protestant christian | 58(26.5) | 27.45±3.21 | 0.714 | .544 |
| | Catholic christian | 22(10.0) | 28.55±2.60 | | |
| | Buddhist | 12(5.5) | 27.83±2.04 | | |
| | None & others | 127(58.0) | 27.77±3.03 | | |
| Health status | Very good | 40(18.3) | 28.78±2.68 | 2.377 | .071 |
| | Good | 115(52.5) | 27.66±3.00 | | |
| | Moderate | 52(23.7) | 27.15±3.01 | | |
| | Bad | 12(5.5) | 28.08±3.37 | | |
| Family Relations* | Very good ^a | 32(14.6) | 28.56±2.75 | 6.979 | .001 |
| | Good ^b | 129(58.9) | 28.11±2.73 | | c<a,b |
| | Moderate ^c | 58(26.5) | 26.57±3.36 | | |
| Selection motivation to study nursing | Academic score | 11(5.0) | 26.64±2.98 | 1.253 | .290 |
| | Advice of parents | 59(26.9) | 27.53±3.76 | | |
| | Job opportunity | 61(27.9) | 28.05±2.36 | | |
| | Interest | 62(28.3) | 28.19±2.77 | | |
| | Profession | 26(11.9) | 27.12±2.82 | | |
| Major satisfaction* | Very Satisfied ^a | 11(5.0) | 30.18±2.32 | 12.085 | .000 |
| | Satisfied ^b | 102(46.6) | 28.64±2.46 | d<b<a | |
| | Moderate ^c | 92(42.0) | 26.83±3.20 | | |
| | Unsatisfied ^d | 14(6.4) | 25.71±2.43 | | |
| Grade point average | ≥4.0 | 94(42.9) | 28.60±2.84 | 4.616 | .004 |
| | ≥3.5~<4.0 | 72(32.9) | 27.06±3.12 | | |
| | ≥3.0~<3.5 | 39(17.8) | 27.12±2.98 | | |
| | <3.0 | 14(6.4) | 27.50±1.95 | | |
| Residence type | Living with parents | 124(56.6) | 27.93±2.81 | 0.849 | .496 |
| | Dormitory | 34(15.5) | 27.50±3.19 | | |
| | Self-boarding(alone) | 37(16.9) | 27.32±3.15 | | |
| | Self-boarding(together) | 24(11.0) | 28.53±2.74 | | |
| Relationship with the professor satisfaction* | Unsatisfied ^d | 27(12.3) | 26.55±4.46 | 6.745 | .001 |
| | Moderate ^b | 100(45.7) | 27.36±2.65 | | a<c |
| | Satisfied ^c | 92(42.0) | 28.56±2.61 | | |
| Relationship with the senior satisfaction | Unsatisfied | 28(12.8) | 27.07±2.77 | 1.964 | .143 |
| | Moderate | 68(31.1) | 27.44±2.94 | | |
| | Satisfied | 123(56.2) | 28.10±3.04 | | |
| Friendship satisfaction* | Unsatisfied ^d | 47(21.5) | 26.59±3.20 | 5.843 | .003 |
| | Moderate ^b | 78(35.6) | 27.73±2.59 | | a<c |
| | Satisfied ^c | 94(42.9) | 28.38±3.04 | | |

*Scheffé test.

을 제외한 모든 변수 간의 상관관계를 보였다. 행복감은 감사성향($r=.335$), 사회적지지($r=.334$)와는 양의 상관관계를 보였고, 스트레스($r=-.889$)와는 음의 상관관계를 보였다.

3.4 대상자의 행복감에 영향을 미치는 요인

대상자의 행복감에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위하여 대상자의 일반적인 특성 중 행복감에 유의한 차이가 있었던 가족과의 관계, 전공 만족도, 전 학기 평점,

교수와의 관계, 친구와의 관계, 그리고 주요 변수인 감사성향, 사회적지지, 스트레스를 독립변수로, 행복감을 종속변수로 투입하여 단계적 다중회귀분석을 실시하였다. 명목척도인 전 학기 평점은 더미변수로 변환하여 분석하였다. 행복감의 위계적 회귀분석 결과는 <Table 4>와 같다. 대상자의 행복감에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위하여 행복감에 유의한 상관이 있는 변수를 예측변수로 하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 먼저, 회귀분석의 가정을 검정한 결과를 살펴보면, Durbin-Watson을 이

<Table 2> Levels of Major Variables

| Variables | M±SD | Possible range | Minimum | Maximum |
|-----------------------|-------------|----------------|---------|---------|
| Gratitude disposition | 32.06± 5.49 | 6~42 | 16 | 42 |
| Positive | 21.11± 3.95 | 4~28 | 12 | 28 |
| Negative | 10.74± 2.22 | 2~14 | 4 | 14 |
| Social support | 93.91±13.53 | 25~125 | 60 | 120 |
| Emotional support | 34.24± 5.04 | 9~45 | 21 | 45 |
| Informational support | 18.90± 2.90 | 5~25 | 12 | 25 |
| Material support | 22.21± 3.35 | 6~30 | 12 | 29 |
| Appraisal support | 18.54± 3.01 | 5~25 | 9 | 25 |
| Stress | 30.03± 3.29 | 5~50 | 23 | 44 |
| Happiness | 27.77± 2.99 | 9~63 | 15 | 34 |
| Life satisfaction | 9.33± 1.36 | 3~21 | 6 | 13 |
| Positive emotion | 9.60± 1.49 | 3~21 | 5 | 14 |
| Negative emotion | 8.84± 1.62 | 3~21 | 4 | 13 |

<Table 3> Correlations among happiness and related variables of subjects (N=219)

| Variables | age | Gratitude disposition | Social support | Stress |
|-----------------------|-------------|-----------------------|----------------|--------------|
| | r(p) | r(p) | r(p) | r(p) |
| Gratitude disposition | -.100(.141) | | | |
| Social support | .032(.635) | .459(<.001) | | |
| Stress | -.040(.559) | -.192(.004) | -.218(<.001) | |
| Happiness | -.021(.756) | .335(<.001) | .334(<.001) | -.889(<.001) |

<Table 4> The Influencing Factors on Subjective Happiness (N=219)

| Variables | B | SE | β | t | p |
|-----------------------|-------|-------|---------|---------|------|
| (Constant) | 46.86 | 1.150 | | 40.830 | |
| Stress | -.687 | .026 | -.844 | -29.141 | .000 |
| Gratitude disposition | .687 | .017 | .126 | 3.936 | .000 |
| Grade point average* | -.651 | .220 | -.083 | -2.58 | .003 |
| Stress | .020 | .007 | .090 | 2.814 | .005 |

Adj. R²=.828, F=262.70, p <.001

* Higher scores means low Grade point average

용하여 오차의 장기상관을 검색한 결과 2.809로 나타나 자기상관이 없었다. 다음으로 공차한계(tolerance)와 분산팽창인자(Variance Inflation Factor, VIF)을 이용하여 독립변수들 간의 다중공선성 유무를 확인한 결과 공차한계는 0.772~0.995로 0.1 이상이었고, 분산팽창요인은 1.005~1.296으로 10보다 크지 않아 다중공선성의 문제가 없는 것으로 확인되었다. 다음으로 잔차를 분석한 결과, 모형의 선형성, 오차항의 정규성, 등분산성이 확인되었다.

회귀모형을 분석한 결과 회귀모형은 유의한 것으로 나타났으며($F=262.70, p<.001$), 대상자의 행복감에 영향을 미치는 요인으로는 스트레스($\beta=-.844, p<.001$), 감사성향($\beta=.126, p<.001$), 전 학기 평점($\beta=-.083, p=.003$), 사회적지지($\beta=.090, p=.005$) 순으로 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 이 예측변수들의 행복감에 대한 설명력은 약 83%로 나타났다.

4. 논의

본 연구는 간호대학생의 행복감 정도를 알아보고 행복감에 영향을 미치는 요인을 파악하여, 간호대학생의 행복감 증진을 위한 중재방안을 마련하기 위해 시도되었다.

본 연구에서 대상자의 감사성향은 최고 42점 만점에 32.06점으로 이는 Kim과 Park[9]의 연구에서 평균 32.01점으로 나타난 결과와 유사하다. 본 연구에서 사회적지지는 125점 만점에 평균 93.91점으로 중간 이상으로 높은 점수로 나타났으며, 이러한 결과는 동일한 도구는 아니지만 간호대학생 1학년에서 4학년 전체 학년 241명을 대상으로 한 Kim과 Park[9]의 연구에서 사회적지지가 최고 55점에서 평균 45.43점, 임상실습을 경험한 남녀간호대학생 3, 4학년 205명을 대상으로 한 연구결과[11] 최고 7점 만점에 평균 5.91점으로 중간이상으로 높게 나타난 것과 유사한 결과이다. 사회적지지는 주위 혹은 의미 있는 타자들의 지지가 대부분 높게 차지하는 것으로 간호대학생들의 경우 학업이나 동아리활동, 실습 등을 통해 함께 하는 시간이 많은 결과[11]라고 볼 수 있다. 사회적지지가 높아짐으로써 행복감이 높아지므로[9,11] 사회적지지가 부족한 경우 그 원인을 파악하여 지도교수와 만남, 메토-멘터, 동아리 활동의 다양성 등으로 사회적지지

체계의 확대에 기회제공이 필요하다[10]. 그러므로 이를 고려하여 학과 내에서의 교수, 선후배 및 동료와 함께 공감할 수 있는 사회적 지지 프로그램 개발하여 꾸준히 유지시킬 수 있는 전략이 요구된다.

본 연구에서 대상자의 스트레스 정도는 최고 50점 만점에 평균 30.03점으로 중간 이상으로 높은 스트레스를 보였다. 일반적으로 임상실습에 대한 스트레스보다는 대학원원에서 받는 스트레스가 높았다는 연구결과[10,11, 15]로 이는 학기 중 과중한 과제제출, 시험, 학업량 등의 성적관리가 주요한 스트레스원임을 알 수 있다. 특히 여대생에서 학년이 올라갈수록, 낮은 자존감과 높은 우울감을 느낄수록 취업스트레스가 높았다[35]. 스트레스가 주관적인 행복에 직접적인 효과를 제시하지 못했지만 대학생의 스트레스는 주관적 행복에 부정적인 영향을 초래하므로[36], 사전에 스트레스 대처방식에 대한 교육을 통해 스트레스를 감소시키거나[37], Kim과 Han[11]이 제안한 과도한 학습량 및 평가방법에 대한 경쟁의 분위기의 개선 요구에 따라 교과과정에서 스트레스 완화를 위한 방안이 모색되어야 함을 지지한다.

본 연구에서 대상자의 행복감 정도는 최고 63점에 평균 27.77점으로 중간이하의 낮은 수준으로 나타났고, Kim과 Han[11]의 연구에서의 평균 44.5점보다 훨씬 낮은 수준이었다. 이는 본 연구대상자가 1, 2학년으로 높은 스트레스를 경험하고 있으며, 전공만족에 대한 학생이 비율을 보면, 매우 만족보다는 불만족이 더 많고, 부모 및 주위의 권유나 높은 취업률 때문에 전공을 선택한 경우의 비율이 높은 결과에 따라 낮은 행복감을 보인 것으로 사료된다. 본 연구에서 행복감의 정도는 가족관계가 좋을수록 전공에 대한 만족도가 높은 경우, 전 학기 평점이 좋을수록, 교수·친구와의 관계가 좋을수록 높은 행복감을 보였다.

본 연구에서 대상자의 감사성향이 긍정적일수록, 사회적지지가 높을수록 행복감이 높았으며, 스트레스가 낮을수록 행복감이 높은 것으로 나타나 감사성향, 사회적지지, 스트레스가 행복감의 관련 변인임을 알 수 있다. Kim과 Park[9]의 연구에서 감사성향이 높을수록 행복감이 높았다는 연구결과와 동일하다. 또한 동일한 대상은 아니지만 여성 직장인의 경우 감사성향이 긍정적일수록 행복감이 높은 것으로 보고되었고[38], 간호대학생에서 사회적지지가 높을수록 행복감이 높았으며[9,10,11], 스트

레스가 낮을수록 행복감이 높은 것으로 나타났다 [10,11,15]. 이는 간호대학생의 행복감은 감사성향, 사회적지지, 스트레스와 관련성이 높음을 의미하므로 개인의 긍정적인 마인드, 동료 및 선후배, 교수와의 관계를 좀 더 강화하고 학업량, 과제 및 성적의 부담감 등으로 받게 되는 과도한 스트레스 관리방안을 좀 더 적극적으로 대처할 수 있는 중재 방안의 시급함을 알 수 있다.

본 연구에서 간호대학생의 행복감에 관한 연구로 그 요인을 파악하기 위해 단계적 회귀분석을 실시한 결과, 스트레스, 감사성향, 전 학기 평점, 사회적지지 순으로 간호대학생의 행복감에 미치는 요인으로 나타났으며, 이들 변수의 설명력은 약 83%로 나타났다. 이 중 스트레스는 간호대학생의 행복감을 설명하는데 약 79%로 중요한 영향요인임을 확인하였다. 이는 간호대학생의 스트레스가 행복감에 영향을 미치는 부적인 요인으로 보고한 Park[15]과 Kim과 Han[11]의 연구결과를 지지한다. 또한 본 연구에서 감사성향과 전 학기 평점이 간호대학생의 행복감에 영향요인으로 타나났는데, 이는 같은 감사성향과 관련성의 연구결과를 보고한 Jo와 Prak[14]의 연구와 동일한 결과를 보였다. 그러나 Kim과 Park[9]의 연구결과에서 감사성향과 행복감 간의 양의 상관관계를 보였으나 행복감 관련요인으로 나타나지 않았던 연구결과와는 상이한 결과로 나타났다. 이러한 결과는 본 연구 대상자의 경우 1, 2학년이었으나, 선행연구에서는 전체 학년을 대상으로 실시한 결과라고 해석하기에는 다소 어려움이 있으므로 성적을 포함한 감사성향과 행복감과 관련하여 좀 더 탐색적 연구의 필요함을 알 수 있다. 또한 본 연구에서 사회적지지가 행복감의 관련요인으로 나타났는데, 이는 선행연구[9,10,11]와 같이 사회적지지가 간호대학생의 행복감에 유의한 영향을 미치는 요인으로 나타났다.

본 연구에서 간호대학생의 행복감에 가장 큰 설명력을 보인 스트레스는 일상적인 생활에서 얼마나 예측할 수 없고, 통제가 불가능한, 과도한 부담을 느끼는 부분에 대한 질문으로 이루어진 척도로 삶에서 경험하는 상황에 대한 스트레스 정도를 살펴본 것이다. 이러한 과도한 스트레스로 인해 개인의 심적 부담감은 정신건강을 위협하게 되고 행복감을 저해시킬 수 있다[39]. 간호학과의 경우 타전공과는 다르게 학과 적응과 무관하게 1학년부터 시작되는 전공기초 교과목의 어려움, 팀 학습으로 발생되는 과제의 부담감, 다수의 학생 등은 오히려 행복감에

영향을 미치는 다양한 변인이 될 수 있으므로 입학생부터 학과적응에 필요한 다양한 교과 외 활동이나 소모임, 멘토-멘티 등에 반영하는데 고려해 볼 필요가 있다. 특히, 행복은 개인의 주관적인 감정이나 평가로 이루어지므로 부모 및 주위의 권유나 취업의 용이성 때문에 전공을 선택한 경우에는 학과에 대한 불만족이나 관심이 저조할 수 있다. 이러한 부정적인 정서는 낮은 행복감을 초래하게 되므로[40], 먼저 교수-학습자 간 수업에 대한 흥미나 집중도를 높이기 위해 서로 몰입할 수 있는 준비과정도 필요하다고 본다. 감사성향은 행복감을 증진시키는데 중요한 심리적 자원[41]으로 간호대학생, 즉 개인의 특성을 고려하여 스트레스를 낮추고, 감사성향을 높여 줌으로써 부정적인 정서를 예방하고 완화시키기 위한 프로그램 개발 연구를 제안한다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 간호대학생의 일반적 특성, 감사성향, 사회적지지, 스트레스가 행복감에 미치는 영향을 파악하고자 시도되었다. 연구결과 스트레스, 감사성향, 전 학기 학점, 사회적지지의 순으로 나타났으며, 이들 요인들은 간호대학생의 행복감의 약 83%를 설명하였다. 즉, 스트레스가 낮을수록 행복감이 높았으며, 감사성향, 전 학기 학점, 사회적지지가 높을수록 행복감이 높은 것으로 나타났다.

본 연구결과를 바탕으로 스트레스를 완화하고, 감사성향을 높여줄 수 있는 중재전략이 요구되며, 특히 간호대학생의 스트레스 수준을 고려하여 스스로 문제해결능력 강화 및 대처전략을 보다 효과적으로 접근할 수 있는 구체적인 관리가 필요하다. 또한 개인의 특성을 고려한 행복감을 향상시키기 위한 감사증진 프로그램 개발에 대한 다양한 탐색이 요구되며, 감사증진 프로그램을 개발 및 효과에 대한 연구를 제안한다.

ACKNOWLEDGMENTS

This study was conducted by research funds from Gwangju University in 2016.

REFERENCES

- [1] E. Diener, "Subjective well-being, psychological bulletin", Vol. 95, No. 3, pp.542-575, 1984.
- [2] Y. S. Youm, "Collection of Korean child well-being index and its international comparison with other OECD countries", Institute for Social Development Studies Yonsei University, pp.11-19. 2016. www.korsofa.org
- [3] Statistics Korea. "Cause of death statistics 2015", [Internet]. 2016 Sept 27[cited 2017 July 2]. Available from:http://www.kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/2/6/2/index.board?bmode=read&aSeq=356345&pageNo=&rowNum=10&amSeq=&sTarget=&sTxt=
- [4] S. Y. Bae, S. H. Kim, "Analysis of convergent influence of positive emotion, negative emotion and job seeking stress on depression among college women of health affiliated educations", J of Digital Convergence, Vol. 14. No. 3, pp.269-278, 2016. <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2016.14.3.269>
- [5] E. S. Choi, "Research: psychometric test of the peds QLTM 4.0 generic core scale in korean adolescents", J. of nursing query, Vol. 14, No. 1, pp.166-182, 2005.
- [6] R. Veenhoven, "Is happiness relative?", Social Indicators Research, Vol. 24, pp.1-34, 1991.
- [7] M. H. Jeong, M. A. Shin, "The relationship between self-esteem and satisfaction in major of nursing students", J. of Korean Academic Society of Nursing Education, Vol. 12, No. 2, pp.170-177, 2006.
- [8] K. H. Jo, "Perception of undergraduate nursing students toward happiness: a Q-methodological approach", The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education, Vol. 17, No. 2, pp.178-89, 2011. <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2011.17.2.178>
- [9] 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.
- [10] J. H. Kim, H. O. Jeon, "Factors influencing subjective happiness in nursing students: focused on psycho-social factors", J. of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing", Vol. 25 No. 2, pp.123-132, 2016. <http://dx.doi.org/10.12934/jkpmhn.2016.25.2.123>
- [11] Y. S. Kim, M. Y. Han, "Factors influencing happiness index of nursing students", J. of Korean Academy of Nursing Administration, Vol. 21 No. 5, pp.501-510, 2015.
- [12] 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.
- [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.276-84, 2015. <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2015.21.2.276>
- [14] 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. <http://dx.doi.org/10.5762/kais.2011.12.1.160>
- [15] 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. <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.4.471>
- [16] 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", J. of Psychiatric and Mental Health Nursing, Vol. 21, No. 2, pp.106-113. 2014. <http://dx.doi.org/10.1111/jpm.12052>
- [17] B. S. Kim, "Economic activity state of new graduates", Labor Rev, September, pp.37-49. 2014.
- [18] S. H. Cheon, "Relationships among daily hassles, social support, entrapment and mental health status by gender in university students", Korean J. of Women Health Nursing, Vol. 18, No. 3, pp.223-235,

- 2012.
- [19] K. M. Yang, S. Y. Bang, S. Y. Kim, "Factors influencing suicidal ideation in university students", *Korean J. of Stress Research*, Vol. 20, pp.41-50, 2012.
- [20] M. G. Adler, N. S. Fagley, "Appreciation: individual differences in finding value and meaning as a unique predictor of subjective well-being", *J. of Personality*, Vol. 73, No. 1, pp.79-114, 2005.
- [21] R. Emmons, "Gratitude, subjective well-being, and the brain", *The Science of Subjective Well-Being*, Vol. 11, pp.469-489, 2008.
- [22] B. L. Fredrickson, M. M. Tugade, C. E. Waugh, G. R. Larkin, "What good are positive emotions in crisis?: a prospective study of resilience and emotions following the terrorist attacks on the United States on September 11th, 2001", *J. of Personality and Social Psychology*, Vol. 84, No. 2, pp.365-376, 2003.
- [23] 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 J. of Occupational Health Nursing*, Vol. 20, No. 3, pp.240-249, 2011. <http://dx.doi.org/10.5807/kjohn.2011.20.3.240>
- [24] R. A. Emmons, M. E. McCullough, "Counting blessings versus burdens: an experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life", *J. of Personality and Social Psychology*, Vol. 84, pp.377-389, 2003.
- [25] P. C. Watkins, K. Woodward, T. Stone, R. L. Kolts, "Gratitude and happiness: development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well-being", *Social Behavior and Personality*, Vol. 31, pp.431-451, 2003.
- [26] S. H. Lee, E. D. Choi, "Effects of hope, grateful disposition, workplace spirituality on organizational citizenship behavior among nurses", *J. of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol. 18, No. 2, pp.277-286, 2017. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.2.277>
- [27] F. Faul, E. Erdfelder, A. Buchner, A. G. Lang, "Statistical power analyses using G*Power 3.1: tests for correlation and regression analyses", *Behavior Research Methods*, Vol. 41, pp.1149-1160, 2009.
- [28] M. E. McCullough, R. A. Emmons, J. Tsang, "The grateful disposition: a conceptual and empirical topology", *J. of Personality and Social Psychology*, Vol. 82, pp.112-127, 2002.
- [29] S. J. Kwon, K. H. Kim, H. S. Lee, "Validation of the Korean version of gratitude questionnaire", *The Korean Journal of Health Psychology*, Vol. 11, pp.177-190, 2006.
- [30] J. W. Park, "A study on the developing of social support scale", Unpublished doctoral dissertation, Hanyang University, Seoul. 1985.
- [31] S. Cohen, T. Kamarck, R. Mermelstein, "A global measure of perceived stress," *J. of Health and Social Behavior*, Vol. 24, pp. 385-396, 1983. <http://dx.doi.org/10.2307/2136404>
- [32] S. Cohen, G. Williamson, Perceived stress in a probability sample of the US, In S. Spacapan & S. Oskamp (Eds.), *The social psychology of health: Claremont Symposium on Applied Social Psychology*. Newbury Park, CA: Sage, 1988.
- [33] J. E. Lee, "The effects of self-complexity and self-efficacy on depression and perceived stress", Department of Psychology The Graduate School of Ajou University, 2005.
- [34] E. K. Suh, J. S. Koo, "A concise measure of subjective well-being(COMOSWB): scale development and validation", *The Korean J. of Social and Personality Psychology*, Vol. 25, pp.96-114, 2011.
- [35] S. Y. Bae, S. H. Kim, "Analysis of convergent influence of self esteem, depression, hopelessness, locus of control and type A behavior pattern on job seeking stress among some college women", *J. of Digital Convergence*, Vol. 14, No. 12, pp.323-333, 2016. <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2016.14.12.323>
- [36] S. A. Ahn, M. Y. Sim, "A study on the mediation effects of depression and self-efficacy on college students' stress and subjective happiness", *J. of the Korea Academia-Industrial cooperation Society* Vol.

16, No. 10 pp.7021-7033, 2015.

- [38] S. H. Son, J. Y. Park, K. H. Suh, "Relationships between gratitude disposition, subjective well-being, and feeling of happiness among female workers: focused on mediating effects of job attitude", Korean J. of Stress Research, Vol. 23, No. 4, pp.215-223, 2015.
<http://dx.doi.org/10.17547/kjsr.2015.23.4.215>
- [39] H. C. Cho, "A study on the stress involved in preparing for employment on college student's happiness: the moderating effects of social support," Studies on Korean Youth, Vol. 24, No.1, pp.157-184, 2003.
- [40] E. D. Diener, E. M. Suh, R. E. Lucas, H. L. Smith, "Subjective well-being: three decades of progress", Psychological Bulletin, Vol. 125, No. 2, pp.276-302, 1999.
- [41] S. J. Kang, J. Y. Lee, "The moderating effects of gratitude disposition and interpersonal competence on the relationship between teachers's teaching flow and happiness", The J. of Yeolin Education, Vol. 22, No. 1, pp.257-277, 2014.

김 은 영(Kim, Eun Young)



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