

간호학과 신입생의 긍정적 사고, 자기효능감이 학교생활 적응에 미치는 영향*

김 수 올¹⁾

서 론

연구의 필요성

대학생은 신입생부터 진로선택과 그에 대한 준비과정을 통한 대학생활 적응이 선행되어야 하는데(Park & Choi, 2017), 우리나라 대학생들은 자아정체성이나 가치관이 확립되지 않은 상태에서 고등학교와 다른 새로운 환경에 본인 스스로 결정하고 책임지게 되는 상황으로 인해 대학생활 적응의 어려움을 겪고 있다(Jung, 2005).

간호학과 신입생들 역시 전공 과정에 대해 깊은 고민 없이 성적과 상황에 맞춰 간호학과에 지원하게 되고(Park & Choi, 2017), 이미 직업이 결정된 상태로 전공에 대한 탐색 시간 없이 바로 전공에 적응해야 하므로 전공 교과에 대한 학습 부담감은 대학생활 적응의 어려움을 초래한다(Kim, Y. H., 2016). 간호대학생의 대학생활을 성공적으로 적응시키는 것은 미래 간호사로서의 질적 역량을 강화시킴을 의미(Kim & Park, 2014)하므로 대학생활 적응은 가장 우선시 되어야 한다. 그러나 간호학과 신입생들은 1학년부터 과도한 학습 스트레스와 긴장감을 경험하고(Choi & Lee, 2012), 학과 특성상 학업에 대한 부담감을 겪게 되고, 학교 적응에 어려움을 겪는 것으로 보고되고 있다(Newton, Smith, Moore, & Magnan, 2007). 따라서 1학년부터 대학생활에 성공적으로 적응할 수 있도록 체계적인 방안이 마련되어 지원할 필요가 있다(Oh, 2017).

바람직한 대학생활 적응은 대학생이 새로운 환경에 직면했

을 때, 자발적으로 행동하고 주어진 환경을 최대한 활용하는 것으로(Hong & Kang, 2010), 자기효능감은 성공적인 대학생활 적응의 중요한 영향요인으로 선행연구들에서 보고되고 있다(Choi & Lee, 2012; Kim, Lee, Park, Kim, & Lee, 2016). 자기효능감은 목표한 과업을 달성하기 위해 필요한 행동을 계획하고 수행할 수 있는 본인의 능력에 대한 신념으로(Bandura, 1993), 자기효능감이 높은 사람은 강한 성취동기를 가지고 도전적으로 행동하므로, 어려움에 처했을 때 그 상황을 극복하는 긍정적인 성과를 가져온다(Printrich & DeGroot, 1990). 실제 자기효능감이 높은 간호대학생은 주어진 환경을 긍정적으로 해석하므로(Min & Chaung, 2006), 대학생활에 잘 적응할 수 있다.

긍정적인 사고는 외적인 스트레스가 있을 때 스트레스 상황을 문제로만 보지 않고 자기 내면의 경험들을 조절하는 능력을 통해 긍정적으로 지각할 수 있는 것으로(Sim & Hwang, 2013), 학교 적응에 관한 연구에서 같은 환경에서도 개인의 인지적 해결의 차이가 원인으로 보고되면서 긍정적 사고를 강조하고 있다(Goodhart, 1985). 긍정적 사고 수준이 높을수록 스트레스 상황을 잘 받아들이고, 학교생활에도 잘 적응하는 것으로 보고되고 있고(Park & Seo, 2015; Sim & Hwang, 2013), 간호대학생의 학교생활 적응에 긍정적 사고는 주요 변수로 나타났다(Kim, S. O., 2016).

최근 11년간 발표된 대학신입생의 학교적응 관련 문헌 분석 결과 학교적응과 긍정적 관계를 보인 변수는 자아효능감, 자기존중감, 만족, 셀프리더십, 자아, 자아탄력성, 부모애착,

주요어: 간호, 학생, 긍정적 사고, 자기효능감, 적응

* 이 연구는 2018년도 광주대학교 대학 연구비의 지원을 받아 수행되었음.

1) 광주대학교 간호학과 조교수(교신저자 E-mail: suolkim@gwangju.ac.kr)

Received: January 10, 2018 Revised: February 12, 2018 Accepted: February 13, 2018

자기자비, 심리적 안녕감, 회복력, 지지, 진로정체감, 의사결정 역량, 교수의 열정 등으로 나타났다(Yoo, & Kim, 2016). 살펴본 바와 같이 긍정적인 사고는 대학생의 학교생활 적응에 중요하게 영향을 미칠 수 있는 변인으로 예측되지만 대학신입생의 학교 적응 연구에서 긍정적 사고와 같은 긍정심리 특성과의 관련성을 조사한 연구는 찾아보기 힘든 실정이다.

이에 본 연구는 간호학과 신입생의 긍정적 사고와 자기효능감, 학교생활 적응을 파악하고 그 관련성을 규명하며 간호학과 신입생의 학교생활 적응에 미치는 영향을 파악하여 간호학과 신입생들이 학교생활에 적응할 수 있도록 도움을 주고자 시도되었다.

연구 목적

본 연구의 목적은 간호학과 신입생의 긍정적 사고, 자기효능감이 학교생활 적응에 미치는 영향을 확인하기 위한 것으로, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 간호대학생의 긍정적 사고, 자기효능감, 학교생활 적응 정도를 파악한다.
- 간호대학생의 일반적 특성에 따른 학교생활 적응 정도를 파악한다.
- 간호대학생의 긍정적 사고, 자기효능감, 학교생활 적응간의 관계를 파악한다.
- 간호대학생의 학교생활 적응에 영향 미치는 요인을 파악한다.

연구 방법

연구 설계

본 연구는 간호학과 신입생의 긍정적 사고, 자기효능감, 학교생활 적응 정도를 파악하고, 긍정적 사고, 자기효능감이 학교생활 적응에 미치는 영향을 확인하기 위한 서술적 조사연구이다.

연구 대상

본 연구의 대상자는 D 광역시, G 광역시 소재 2개의 간호학과 1학년 신입생으로 본 연구의 목적을 이해하고 동의한 학생으로 하였다. 한국간호교육평가원의 인증 교육기관 중 학교 규모, 학생수, 교육환경이 유사한 대학의 신입생을 선정하였고, 이중 간호학과 입학 전 다른 전공으로 대학생활을 경험한 학생은 연구대상에서 제외하였다. 연구대상자 수는 G*Power 3.1.3 프로그램으로 분석한 결과 다중회귀분석에 필요한 효과 크기 .15, 유의수준 .05, 검정력 .95, 독립변수 9개로 하였

을 때 최소 표본 수 166명으로 제시되어, 탈락율을 고려하여 190명을 선정하였다. 그러므로 본 연구의 대상자 수 172명은 필요한 표본 수를 충족하였다.

연구의 윤리적 고려

해당 대학의 학과장으로부터 자료수집에 대한 승인을 얻은 후 연구 대상자에게 연구의 목적과 절차, 익명성 및 자료에 대한 비밀유지, 연구 참여를 철회하여도 어떤 불이익도 없음을 설명하고 자발적으로 연구에 참여하고자 하는 대상자에게 구조화된 설문지를 제공하였다.

연구 도구

● 일반적 특성

일반적 특성은 선행연구에서 학교생활 적응에 영향을 미치는 것으로 보고된 성별, 연령, 학교 성적, 진로 참여 경험, 간호학과 지원동기, 전공 만족도, 대인관계 등으로 구성하였다. 연령은 20세 이하, 21세 이상으로 분류하였고, 학교 성적은 본인이 생각하는 성적정도를 ‘상’, ‘중’, ‘하’로 분류하였다. 진로관련 프로그램 참여 경험은 참여한 경험이 있는 경우 ‘Yes’, 참여한 경험이 없는 경우 ‘No’로 답하도록 분류하였다. 전공을 선택한 동기는 ‘본인의 의지’, ‘성적에 맞춰서’, ‘주위의 권유’로 분류하였고, 전공 만족도 본인이 전공에 만족하는 정도에 따라 ‘매우 만족’, ‘만족’, ‘보통’, ‘조금 불만족’으로 분류하였다. 대인관계는 본인이 생각하는 정도를 ‘좋음’, ‘보통’, ‘나쁨’으로 분류하였다.

● 긍정적 사고

긍정적 정서는 Kim 등(2006)이 개발한 도구로 측정하였다. 본 도구는 18개 문항으로 구성되어 있으며 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점까지 Likert 5점 척도로 부정적 문항은 역환산하여 계산하였고, 점수의 범위는 최저 18점에서 최고 90점으로 점수가 높을수록 긍정적 사고가 높은 것을 의미한다. Kim 등(2006)의 연구에서 Cronbach α 는 .83이었으며, 본 연구에서 신뢰도 Cronbach's α 는 .87이었다.

● 자기효능감

자기효능감은 Sherer와 Maddux (1982)가 개발한 자기효능감 척도(Self Efficacy Scale, SES)를 Hong (1995)이 수정·보완한 도구로 측정하였다. 본 도구는 일반적 자기효능감 17문항으로 구성되어 있으며 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점까지 Likert 5점 척도로 부정적 문항은 역환산하여 계산하였고, 점수의 범위는 최저 17점에서 최고 85점으

로 점수가 높을수록 자기효능감 수준이 높은 것을 의미한다. Hong (1995)의 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 .86이었으며, 본 연구에서 신뢰도 Cronbach's α 는 .89이었다.

● 학교생활 적응

학교생활 적응은 Kim (2002)이 대학생을 대상으로 개발한 학교 적응 척도를 사용하여 측정하였다. 총 20문항으로 구성되어 있으며 '전혀 그렇지 않다' 1점, '매우 그렇다' 5점의 Likert 5점 척도이며, 점수의 범위는 최저 20점에서 최고 100점으로 점수가 높을수록 학교생활 적응을 잘 하는 것을 의미한다. Kim (2002)의 연구에서 Cronbach's α 는 .89이었으며, 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach's α 는 .75이었다.

자료 수집 방법

본 연구의 자료 수집은 2017년 12월 1일부터 12월 8일까지 G 광역시와 D 광역시에 소재한 각각 1개 간호학과 1학년 학생 중 자발적으로 연구 참여에 동의한 학생을 대상으로 자가 보고 설문지를 배부하고 작성하도록 하였으며, 설문지 작성은 10분 정도 소요되었으며, 연구 대상자에게 소정의 선물을 제공하였다. 설문지 190부를 배부하여 불성실하게 응답한 18부를 제외한 총 172부를 최종 분석에 사용하였다.

자료 분석 방법

본 연구의 조사 자료는 SPSS WIN 21.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

- 대상자의 일반적 특성과 긍정적 사고, 자기효능감, 학교생활 적응은 빈도와 백분율로 분석하였다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 학교생활 적응은 t-test, ANOVA, Scheffe test로 분석하였다.
- 대상자의 긍정적 사고, 자기효능감, 학교생활 적응 간의 관계는 Pearson's correlation coefficients로 분석하였다.
- 대상자의 학교생활 적응에 영향 미치는 요인은 다중회귀분석 (multiple regression) 단계적(Stepwise) 방법으로 분석하였다.

연구 결과

일반적 특성

연구대상자의 평균 연령은 20.11세로, 성별은 여학생이 148명(86.0%), 남학생이 24명(14.0%)이었다. 성적은 '보통이다' 125명(72.7%)으로 가장 많았고, 진로 프로그램 참여 경험이 있는 학생이 81명(47.1%), 진로 프로그램 참여 경험이 없는 학생이 91명(52.9%)으로 나타났다. 전공을 선택한 동기가 '주위의 권유'인 학생이 121명(70.3%)로 가장 많았고, 전공 만족도는 '만족한다'로 답한 학생이 94명(54.7%)으로 가장 많은 것으로 나타났다. 대인관계는 '좋은 편이다'로 답한 학생이 101명(58.7%), '보통이다'로 답한 학생이 71명(41.3%)로 나타났다(Table 1).

Table 1. General Characteristics

(N=172)

Characteristics	Categories	n(%)	Mean±SD
Age	<20	149(86.6)	20.11±3.82
	≥21	23(13.4)	
Gender	Male	24(14.0)	
	Female	148(86.0)	
Grade level	High	16(9.3)	
	Midium	125(72.7)	
	Low	31(18.0)	
Career program experience	Yes	81(47.1)	
	No	91(52.9)	
Entrance motive	Personal willingness to major	39(22.7)	
	Grades	12(7.0)	
	Influence of significant others	121(70.3)	
Satisfaction in major	Very satisfied	38(22.1)	
	Satisfied	94(54.7)	
	Moderate	37(21.5)	
	Unsatisfied	3(1.7)	
Interpersonal relationship	Good	101(58.7)	
	Moderate	71(41.3)	
	Bad	0(0.0)	

대상자의 긍정적 사고, 자기효능감, 학교생활 적응

대상자의 긍정적 사고는 5점 만점에 평균 3.67±0.49점, 자기효능감은 5점 만점에 평균 3.40±0.54점, 학교생활 적응은 5점 만점에 평균 3.48±0.36점으로 나타났다(Table 2).

일반적 특성에 따른 학교생활 적응

대상자의 일반적 특성에 따른 학교생활 적응은 학교 성적($F=3.66, p=.028$), 진로 프로그램 참여 경험($t=2.36, p=.019$), 전공 만족도($F=10.66, p<.001$), 대인관계($t=5.01, p<.001$)에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 사후분석 결과 학교성적이 '상'으로 답한 학생인 경우 학교 성적이 '중'과 '하'로 답한 학생보다 학교생활 적응이 높게 나타났고, 진로 프로그램 참여 경험이 있는 학생이 학교생활 적응이 높게 나타났다. 전공에 매우 만족한다고 답한 학생이 만족, 보통, 불만족으로 답한 학생보다 학교생활 적응이 높게 나타났고, 대인관계가 좋다고 답한 학생이 대인관계가 보통이라고 답한 학생보다 학교생활 적응이 높게 나타났다(Table 3).

긍정적 사고, 자기효능감, 학교생활 적응간의 상관관계

긍정적 사고는 자기효능감($r=.50, p<.001$)과 학교생활 적응($r=.62, p<.001$)과 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났고, 자기효능감은 학교생활 적응($r=.45, p<.001$)과 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다(Table 4).

Table 4. Correlation among Positive Thinking, Self-efficacy and College Adjustment (N=172)

Variables	Positive thinking	Self-esteem
	r(ρ)	r(ρ)
Self-efficacy	.50(<.001)	1
College adjustment	.62(<.001)	.45(<.001)

학교생활 적응에 영향을 미치는 요인

학교생활 적응에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 긍정적 사고, 자기효능감, 그리고 일반적 특성 중 통계적으로 유의한 차이를 보인 학교 성적, 진로 프로그램 참여 경험, 전공 만족도, 대인관계를 독립변수로 투입하여 단계적(Stepwise)

Table 2. Mean scores for Positive Thinking, Self-efficacy and College Adjustment (N=172)

Variables	Mean±SD	Min	Max	Possible range
Positive thinking	3.67±0.49	2.67	5.00	1-5
Self-efficacy	3.40±0.54	2.24	4.94	1-5
College adjustment	3.48±0.36	2.70	4.40	1-5

Table 3. College Adjustment according to General Characteristics (N=172)

Characteristics	Categories	Mean±SD	t or F	ρ	Scheffe
Age	<20	3.49±0.36	.58	.560	
	≥21	3.44±0.37			
Gender	Male	3.59±0.42	1.51	.133	
	Female	3.47±0.35			
Grade level	High ^a	3.71±0.43	3.66	.028*	a>b,c
	Midiumb	3.46±0.35			
	Low ^c	3.44±0.36			
Career program experience	Yes	3.55±0.36	2.36	.019*	
	No	3.42±0.36			
Entrance motive	Personal willingness to major	3.49±0.40	0.19	.825	
	Grades	3.42±0.30			
	Influence of significant others	3.48±0.36			
Satisfaction in major	Very satisfied ^a	3.70±0.37	10.66	<.001	a>b,c,d
	Satisfied ^b	3.49±0.33			
	Moderate ^c	3.26±0.30			
	Unsatisfied ^d	3.35±0.20			
Interpersonal relationship	Good	3.60±0.36	5.01	<.001	
	Moderate	3.33±0.29			

* $p<.05$

Table 5. Influence Factors on College Adjustment

(N=172)

Variables	B	SE	β	t	p	F	p	R ²	Adjusted R ²
(Constant)	2.44	.23		10.56	<.001				
Satisfaction in major*	3.76	.04	.50	7.79	<.001				
Positive thinking	0.10	.04	.45	2.35	<.001	44.98	<.001	.44	.43
Interpersonal relationship*	0.09	.03	.18	2.99	.003				
Self-efficacy	0.30	.04	.14	6.68	<.001				

* Dummy Variable: Satisfaction in major (0=Very satisfied), Interpersonal relationship (0=Good)

방식을 이용하여 다중회귀분석을 실시하였다. 독립변수들 중 학교 성적, 전공 만족도, 대인관계는 가변수 처리하여 분석하였으며, Durbin-Watson의 통계량이 1.529로 자기상관이 없고, 공차 한계와 분산 팽창 인자를 이용하여 다중 공선성을 검정한 결과, 공차 한계가 0.1 이상, 분산팽창지수 10 이상을 넘지 않아 모든 변수는 다중 공선성의 문제가 없는 것으로 나타났다. 본 연구의 회귀분석 모형은 유의하였으며(F=44.98, $p<.001$), 설명력은 43.6%로 나타났다. 학교생활 적응에 영향을 미치는 요인은 전공 만족도($\beta=.50$, $p<.001$), 긍정적 사고($\beta=.45$, $p<.001$), 대인관계($\beta=.18$, $p=.003$), 자기효능감($\beta=.14$, $p<.001$) 순으로 나타났다(Table 5).

논 의

간호학은 인간의 생명을 다루는 학문으로 자신의 소명감이나 직업 정체성 등의 확립이 중요하다(Kim et al., 2016). 그러므로 간호학과 입학과 동시에 대학생활에 잘 적응할 수 있도록 다양한 프로그램이 제공되어야 한다. 이에 본 연구는 간호학과 신입생의 긍정적 사고, 자기효능감이 학교생활 적응에 미치는 영향을 파악하여 간호학과 신입생의 학교생활 적응에 도움이 되고자 수행하였다.

대상자의 일반적 특성에 따른 학교생활 적응은 학교 성적, 진로 프로그램 참여 경험, 전공 만족도, 대인관계에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 학교 성적이 높은 경우 학교생활 적응이 높게 나타났다. 이는 선행연구(Choi, 2013; Kim, Y. H., 2016)와 일치하는 결과로 간호대학생의 성적은 학교생활 적응에 차이를 주는 주요한 요인이므로 성적이 낮은 학생들에 대한 학교생활 적응 방안이 시급하며(Kim, Y. H., 2016), 학업 성취도가 학생의 학교상황에 대한 일반적인 평가로서만이 아닌 사회진출에 있어 직접적인 개인의 능력 수준을 반영하는 근거가 되기 때문에 (Choi, 2013), 성적과 관련된 학교생활 부적응 요인을 먼저 파악하여 해결방안을 마련해야 한다. 또한, 학생 스스로의 학습의욕 고취 및 대학생활에 대한 만족도 향상을 통한 학교 적응력 증진과 학업성취도 향상을 위한 교수자의 개별 면담과 멘토링 프로그램이 필

요하다.

연구결과 진로 프로그램 참여 경험이 있는 학생이 학교생활 적응이 높게 나타났다. Park과 Choi (2017)는 진로교육을 통해 학교생활 적응뿐 아니라 자신감에도 긍정적인 영향을 미친다고 보고하였고, 선행연구(Lee & Kwag, 2017)에서 진로 개발은 대학생활 적응을 예측하는 변수로 나타났다.

최근 대학 평가 항목에 진로 적응교육이 포함되어 있어 대학마다 입학식 전과 후에 진로 프로그램을 진행하고 있다. 그러나 이들 프로그램은 개개인 학생의 특성과 상관없이 일률적으로 이루어지고 있으므로 대학 전체 진로 교육 프로그램 뿐 아니라 간호학과 특성을 고려한 학과 자체적인 맞춤형 진로 교육 프로그램의 개발이 요구된다.

본 연구결과 전공에 만족하는 경우 학교생활 적응이 높게 나타났다. 전공 만족도에 따라 학교 적응에 차이가 있는 것으로 나타난 결과는 선행연구(Kim, Y. H., 2016; Kim et al., 2016)와 일치하였다. 이는 전공에 만족하므로 학교 적응을 잘 하고 있는 것으로 생각한다. 따라서 전공 만족도는 간호학과 신입생의 대학생활 적응에 중요한 요인으로 작용하므로 간호학생들의 전공 만족도를 높이기 위해 대학생활 전공에 대한 이해를 돕는 프로그램 등 간호대학생 개개인의 특성에 맞는 다양한 프로그램을 개발하고 적용하는 것이 필요하다는(Kim, Y. H., 2016) 연구결과를 지지한다.

일반적 특성에 따른 학교생활 적응은 대인관계가 좋은 학생이 학교생활 적응이 높게 나타났다. 이는 간호대학생을 대상으로 한 Yang, Lee와 Park (2012)의 연구결과와 일치한다. 대인관계에서 나타나는 심리적 스트레스를 잘 관리해야 대학생활에 잘 적응해 나갈 수 있고(Kim, Kim, & Kim, 2014), 관계 형성의 어려움은 대학생활 적응에도 영향을 미치므로(Kim, Y. H., 2016), 간호학과 신입생들이 대인관계를 증진시키기 위해 방안 마련이 필요하다.

연구결과 긍정적 사고는 자기효능감과 학교생활 적응과 유의한 정의 상관관계가 있는 것으로 나타났고, 자기효능감은 학교생활 적응과 유의한 정의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 즉, 긍정적 사고가 높을수록 자기효능감이 높을수록 학교생활에 잘 적응하는 것을 알 수 있다. 이러한 결과는 간호

대학생을 대상으로 한 선행연구(Kim, 2017)의 긍정적 사고가 자기효능감과 유의한 양의 상관관계가 있는 것으로 나타난 결과와 긍정적 사고가 학교생활 적응과 정의 상관관계가 있는 것으로 나타난 선행연구(Kim, S. O., 2016)와 일치한다. 또한, 학교 적응과 자기효능감이 정의 상관관계가 있는 것으로 나타난 선행연구(Kim et al., 2016; Yang et al., 2012) 결과와 일치한다. 자기효능감과 긍정적 사고 향상은 간호대학생의 취업 후에도 영향을 미치므로, 자기효능감과 긍정적 사고를 증진하기 위한 프로그램 적용이 필요하다(Kim, 2017)는 연구결과를 지지한다. 이러한 점에서 할 수 있다는 자신감을 가질 수 있는 자기효능감과 같은 상황에서도 스트레스를 잘 관리할 수 있는 긍정적 사고는 학교생활 적응을 향상시킬 수 있으므로 간호학과 신입생의 학교생활 적응을 위해서는 자기효능감과 긍정적 사고를 증진시키는 것이 중요하겠다.

본 연구결과 학교생활 적응에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 전공 만족도이었으며, 다음으로 긍정적 사고, 대인관계, 자기효능감 순으로 나타났다. 이는 전공 만족도가 높을수록 대학생활 적응이 높았던 선행연구(Kim, Y. H., 2016; Lee & Eo, 2013; Yang et al., 2012)와 일치한다. 전공 만족도는 대학생활 적응에 가장 강력한 영향 변인으로(Kim, 2014), 신입생들이 전공에 만족할 수 있는 다양한 프로그램을 활성화하여 전공과 관련된 체계적인 진로에 대한 정보를 제공한다면 전공에 빨리 적응하고 만족하는데 효과적인 전략이 될 수 있다.

학교생활 적응에 영향을 미치는 요인 중 두 번째로 설명력이 높은 요인은 긍정적 사고로, 긍정적 사고가 대학생활 적응에 직접적인 영향을 미친다(Park & Seo, 2015)는 연구결과와 같은 맥락이다. 긍정 사고가 높은 사람은 스트레스 상황에서 덜 혼란스러워하며 학교생활에서 오는 스트레스를 감소시키는 것으로 나타났다(Park & Seo, 2015). 그러므로 간호학과 신입생의 긍정적 사고 증진을 위한 다양하고 구체적인 활동 프로그램을 운영한다면 학교생활 적응에 긍정적인 영향을 미칠 수 있을 것으로 볼 수 있다.

그다음으로 학교생활 적응에 영향을 미치는 요인은 대인관계와 자기효능감이었다. 이는 Oh (2017)의 연구에서 간호대학생이 대인관계가 좋을수록 대학생활 적응을 더 잘하고, 자기효능감이 높을수록 대학생활 적응을 잘하는 것으로 나타난 연구결과와 일치한다. Yoo와 Kim (2016)의 대학 신입생 학교 적응 관련 문헌 분석 결과에서도 대인관계가 좋을수록 대학 신입생 적응이 높은 것으로 나타났다. 특히, 간호대학생은 대인관계 능력이 필수적으로 요구되므로(Oh, 2017), 입학 초기부터 동아리 활동과 봉사 활동을 통한 다양한 대인관계 경험을 할 수 있는 기회를 제공하고(Lee & Nam, 2014), 교수자들은 면담을 통해 학생들의 교우관계를 자세히 살펴 대인관계를 하지 못하는 학생들에게 도움을 줄 수 있는 방안을 마련

하는 등 원만한 대인관계 형성을 위해 노력해야 할 것이다. 또한, 목표 달성을 위한 계획과 수행에 필요한 자신의 능력에 대한 신념인 자기효능감 또한 자기효능감을 증진시키는 프로그램을 활용하여 긍정적인 자기효능감을 향상시켜 학교생활 적응을 도와주는 것이 필요하다. 본 연구는 대상자 선정에 있어 2개 대학에 재학 중인 간호학과 신입생을 대상으로 편의 추출하였으므로 연구결과를 일반화하는 데 한계가 있다.

결론 및 제언

본 연구는 간호학과 신입생의 긍정적 사고, 자기효능감이 학교생활 적응에 미치는 요인을 규명하기 위해 실시된 서술적 조사연구이다. 본 연구결과, 간호학과 신입생의 일반적 특성 중 전공 만족도와 대인관계, 긍정적 사고, 자기효능감이 학교생활 적응에 영향을 주는 요인으로는 나타났으며, 학교생활 적응을 43.6% 설명하는 것으로 나타났다. 결론적으로, 간호학과 신입생의 긍정적 사고와 자기효능감을 증진시켜 대인관계 증진을 통한 전공 만족도를 높이는 것은 학교생활 적응을 위한 효과적인 전략이 될 수 있다. 따라서 본 연구결과를 토대로 간호학과 신입생의 학교생활 적응의 영향 요인을 제시함으로써 기존의 대학생활 적응과 관련된 선행연구 결과를 보완할 수 있을 뿐 아니라 신입생을 대상으로 한 학교생활 적응 프로그램 개발의 기초자료로 활용될 수 있을 것으로 생각한다. 본 연구결과를 토대로 다음과 같이 제언한다. 대상자를 확대한 반복 연구를 시행하고 연구결과를 일반화할 필요가 있다. 또한, 본 연구결과를 반영하여 긍정적 사고 증진을 위한 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하는 후속연구를 제언한다.

References

- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational psychologist*, 28(2), 117-148.
- Choi, H. J., & Lee, E. J. (2012). Mediation effects of self-efficacy between academic stress and college adjustment in first year nursing students. *Journal of Korea Academic Fundamental Nursing*, 19(2), 261-268.
- Choi, Y. S. (2013). Factors influencing college life adjustment in nursing students. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 19(3), 423-432. <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2013.19.3.234>
- Goodhart, D. E. (1985). Some psychological effects associated with positive and negative thinking about stressful event outco

- mes: Was pollyanna right? *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(1), 216-232.
- Hong, H. Y. (1995). *The relationship of perfectionism, self-efficacy and depression* (Unpublished master's thesis). The Ewha Woman's University, Seoul.
- Hong, K. O., & Kang, H. W. (2010). The influence of college students' attachment to parents, their self-efficacy for academic attainment to college life adaptation. *The Association of Young Children Studies*, 13(1), 133-144.
- 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.
- Jung, T. H. (2005). Effects of self leadership education on college students. *The Journal of Korean Education*, 32(1), 223-248.
- Kim, E. A., & Park, K. I. (2014). Factors affecting adjustment of freshmen nursing students to college life. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 20(2), 234-243. <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.2.234>
- Kim, M. A., Kim, J., & Kim, E. J. (2014). Relationships among self-leadership, self-esteem, and interpersonal competence in college freshmen. *Journal of the Korean Data Analysis Society*, 16(2), 1103-1114.
- Kim, M. A., Lee, K. H., Park, H. J., Kim, E. J., & Lee, I. H. (2016). Relationships among irrational beliefs, self-efficacy, and adjustment to college with four-year-course nursing freshmen: Mediating effect of self-efficacy. *Journal of the Korean Data Analysis Society*, 18(2), 1163-1178.
- Kim, Y. H. (2016). Influence of academic self-efficacy and department satisfaction on college life adaptation of nursing freshman. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 17(11), 104-113. <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.11.104>
- Kim, S. O. (2016). Influence of positive thinking and subjective happiness on school adaptation in nursing students. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 30(3), 395-404. <http://dx.doi.org/10.5932/JKPHN.2016.30.3.395>
- Kim, S. O. (2017). The effect of self-efficacy and positive thinking on subjective happiness of nursing students. *Journal of Digital Convergence*, 15(12), 435-444. <https://doi.org/10.14400/JDC.2017.15.12.435>
- Kim, H. J., Oh, Y. H., Oh, G. S., Suh, D. W., Shin, Y. C., & Jung, J. Y. (2006). Development and validation study of the positive thinking scale. *The Korean Journal of Health Psychology*, 11(4), 767-784.
- Kim, A. Y. (2002). Development of standardized student motivation scales. *Journal of Educational Evaluation*, 15(1), 157-184.
- Kim, J. Y. (2014). *Factors associated with college life adjustment of nursing students* (Unpublished master's thesis). University of Sungshin, Seoul.
- Lee, M. R., & Kwag, Y. K. (2017). Effects of developmental task on adaptation in college living of nursing students. *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, 17(1), 897-905. <http://dx.doi.org/10.14257/AJMAHS.2017.01.77>
- Lee, M. R., & Nam, M. H. (2014). Interpersonal relationship and the influencing factors in nursing student. *Journal of Digital Convergence*, 12(6), 509-517. <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2014.12.6..509>
- Lee, J. W., & Eo, Y. S. (2013). Effect of clinical stress and stress coping on college adjustment in nursing students. *The Korean Journal of Health service Management*, 7(2), 125-134.
- Newton, S. E., Smith, L. H., Moore, G., & Magnan, M. (2007). Predicting early academic achievement in a baccalaureate nursing program. *Journal of Professional Nurse*, 23(3), 144-149. <http://dx.doi.org/10.1016/j.profnurs.2006.07.001>
- Min, S. Y., & Chaung, S. K. (2006). Self efficacy and stress coping strategies of nursing students. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 15(3), 299-307.
- Oh, Y. J. (2017). Predictors of college life adjustment among nursing students. *Journal of digital convergence*, 15(7), 307-317. <https://doi.org/10.14400/JDC.2017.15.7.307>
- Park, J. H., & Seo, J. D. (2015). A study on examining the mediating effect of stress upon the relationships between irrational beliefs, positive-negative emotions and adaptation to school life of university students. *Korean Journal of Youth Studies*, 22(6), 161-185.
- Park, M. J., & Choi, D. W. (2017). The convergence effect of career education program for freshmen of nursing department on learning motivation, college life adaptation and self-efficacy. *Journal of digital convergence*, 15(4), 339-349. <https://doi.org/10.14400/JDC.2017.15.4.339>
- Printrich, P. R., & DeGroot, E. V. (1990). Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. *Journal of Educational Psychology*, 82, 33-40.
- Sherer, M., & Maddux, J. E. (1982). The self efficacy scale: Co

- traction and validation. *Psychological Reports*, 51, 663-667.
- Sim, H. S., & Hwang, K. J. (2013). The effects of self-regulation ability and positive thinking on school adjustment of middle school students. *Journal of Educational Innovation Research*, 23(1), 1-19.
- Yang, K. H., Lee, J. R., & Park, B. N. (2012). Factors affecting adaptation to school life of freshmen enrolled in nursing at a junior college. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 18(1), 5-13. <http://dx.doi.org/10.5977/jksne.2012.18.1.005>
- Yoo, K. H., & Kim, J. K. (2016). A review study on adjustment of college freshmen for suggesting adaptation program. *The Journal of the Korea Contents Association*, 16(8), 580-591. <http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2016.16.08.580>

Influence of Positive Thinking and Self-esteem on School Adjustment of Freshmen in a Nursing Department*

Kim, Su-Ol¹⁾

1) Assistant Professor, Department of Nursing, Gwangju University

Purpose: The purpose of this study was to investigate the effects of positive thinking and self-esteem on school adaptation among freshmen in a nursing department. **Methods:** Data were collected by questionnaires from 172 nursing students in the month of December 2017. The collected data were analyzed using descriptive statistics, an independent t-test, ANOVA, Pearson's correlation coefficient, and stepwise multiple regression. **Results:** A positive correlation was found for school adaptation with positive thinking and self-esteem. Positive thinking, self-esteem, major satisfaction and interpersonal relationships were all significant predictors of school adaptation. The model explained 43.6% of the variables. **Conclusion:** The results of this study suggest that positive thinking should be considered when developing strategies to increase school adaptation among freshmen in nursing departments.

Key words: Nursing, Students, Positive thinking, Self-esteem, Adjustment

* This study was conducted by research funds from Gwangju University in 2018.

• Address reprint requests to : Kim, Su-Ol

Department of Nursing, Gwangju University

277, Hyodeok-ro, Nam-gu, Gwangju, 61743, Korea..

Tel: 82-62-670-2919 Fax: 82-62-670-2058 E-mail: suolkim@gwangju.ac.kr