

## 간호학생의 적응유연성에 영향을 미치는 요인

박미향  
수성대학교 간호학과

### Factors Influencing Resilience in Nursing Students

Mi-Hyang Park

Department of Nursing, Suseong University

요 약 본 연구는 간호학생의 적응유연성 수준을 파악하고 적응유연성에 영향을 미치는 요인을 규명하고 간호학생의 적응유연성을 향상시키는 프로그램을 개발하는데 필요한 기초자료를 마련하고자 시행한 서술적 조사연구이다. 자료 수집은 D광역시 일개 대학의 간호학과 학생 중 자발적 참여에 서면 동의한 155명을 대상으로 2018년 4월 15일부터 5월 30일까지 자가보고형 설문조사를 통해 이루어졌다. 변수의 측정을 위해 적응유연성, 생활스트레스, 자기효능감, 사회적 지지, 긍정정서, 스트레스 대처전략 측정도구를 사용하였으며 수집된 자료분석을 통해 대상자의 일반적 특성 및 그에 따른 적응유연성 차이, 각 변수의 수준 및 변수 간의 상관관계를 파악하였으며 다중회귀분석을 통해 적응유연성에 영향을 미치는 요인을 분석하였다. 대상자의 적응유연성은 평균 3.54점으로 측정되었으며 학업성적과 전공에 대한 만족도에 따라 유의한 차이가 있었다. 적응유연성은 생활스트레스, 자기효능감, 사회적 지지, 긍정정서, 적극적 스트레스 대처전략, 소극적 스트레스 대처전략과 유의한 상관관계가 있었다. 적응유연성에 영향을 주는 요인으로는 자기효능감( $\beta=0.39, p<0.001$ ), 적극적 스트레스 대처전략( $\beta=0.26, p<0.001$ ), 사회적 지지( $\beta=0.16, p<0.001$ ) 순으로 나타났으며 이들 요인들의 적응유연성에 대한 전체 설명력은 51.0%였다. 간호학생이 학업 및 취업과 관련된 스트레스 상황에서 효과적으로 대처하고 회복하여 적응할 수 있도록 적응유연성을 증진시킬 필요가 있다. 특히, 본 연구결과를 토대로 자기효능감, 적극적 스트레스 대처전략, 사회적 지지와 같이 간호학생의 적응유연성에 중요하게 영향을 미치는 보호요인들을 촉진하여 간호학생의 적응유연성을 증진시킬 수 있는 프로그램의 개발과 효과검증이 이루어져야 할 것이다.

**Abstract** This study was conducted to investigate the level of resilience and the factors affecting resilience in nursing students, and to provide basic data to develop a program that improves resilience of nursing students. Data were collected from 155 nursing students in D city from April 15 to May 30, 2018 using the Resilience Scale, College Life Stress Scale, Self-Efficacy Scale (SES), Multi-Dimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), Positive Affect Scale, and Stress Coping Strategy Scale. Data were analyzed using t-tests, ANOVA, Pearson's correlation coefficient, and multiple regression. The mean score for resilience in nursing students was 3.54 points. There was a significant difference in resilience according to academic score and satisfaction with major. Resilience was significantly correlated with self-efficacy, social support, and active stress coping strategy. Factors that impacted resilience in multiple regression were self-efficacy ( $\beta=0.39, p<0.001$ ), active stress coping strategy ( $\beta=0.26, p<0.001$ ), and social support ( $\beta=0.16, p<0.001$ ). These factors explained 51.0% of the variance in the resilience of nursing students. Therefore, it will be necessary to develop a program that can enhance resilience by strengthening protective factors such as self-efficacy, active stress coping strategies, and social support.

**Keywords** : Nursing student, Resilience, Self-efficacy, Social support, Stress coping strategy

\*Corresponding Author : Mi-Hyang Park(Suseong Univ.)

Tel: +82-53-749-7350 email: pmhss@sc.ac.kr

Received August 23, 2018

Revised (1st September 14, 2018, 2nd September 19, 2018)

Accepted November 2, 2018

Published November 30, 2018

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성

최근 간호서비스의 질 향상을 위한 제고, 간호간병통합서비스 사업 시행 등의 국내 보건의료체계 내에서의 변화로 간호인력의 수요는 계속 증가하고 있다[1]. 그에 따라 정부는 간호인력 불안정에서 기인한 간호학과 신설 및 입학정원의 증원을 시행하고 있으며[2] 간호학과 정원의 수요가 증가함에 따라 취업난의 돌파구로 적성과 상관없이 간호학과를 지망하여 입학하는 학생이 늘고 있다.

간호학과에 입학한 학생들은 타 과에 비해 많은 학점을 이수해야하고, 엄격한 교육과정 및 평가, 방대한 학습량, 낯선 환경에서의 임상실습, 국가고시 준비 등을 감당해야하는 과중한 과업에 맞닥뜨리게 된다[3]. 이는 국외의 경우도 마찬가지인데 전공에 대한 스트레스 뿐 아니라 첫 임상실습에서 생생하게 경험하는 죽음, 환자들의 처참한 상황, 질병에 노출되게 된다[4]. 이러한 과업들에 대한 부담과 그로 인한 스트레스는 학과 적응에 장애물이 될 수 있다[5]. 또한 간호학생들은 취업 후 대부분의 대학생들이 경험하는 삶의 변화 외에도, 자신이 선택한 간호사라는 직업과 관련된 특수한 상황이 주는 도전에 적응하고 대처해야한다[4]. 병원 환경에서의 특수한 경험 이외에도 스트레스 관련 경험에 대한 인지 능력의 부조화, 취업 초기에 수평 또는 수직 관계에서의 갈등 등을 경험하는데[6] 이것은 간호학생 또는 신규 간호사의 높은 사직 및 이직과도 관련되어있다[7]. 이와 같이 갈수록 증가하는 학과 및 취업 부적응을 효과적으로 중재하기 위해서는 학교, 병원 및 정부의 정책적 개입을 비롯한 개인의 대처 역량이 중요한 역할을 한다. 이와 같이 스트레스에 대처할 수 있는 개인의 역량에 대한 관심이 증가하고 있는데 그 중 적응유연성(Resilience)의 개념에 대한 연구가 최근 많이 이루어지고 있다. ‘Resilience’는 스트레스 및 그 상황을 극복하고 변화된 환경에 적응하는 능력이라는 의미에서 회복력, 탄력성, 회복탄력성, 적응유연성 등의 용어로 번역되어 사용되고 있다[8]. 본 연구에서는 인간의 심리사회적 특성으로 적절하게 설명한 적응유연성이라는 개념을 사용하였다. 많은 연구에서 적응유연성은 불변하는 특성이 아니며 살아가면서 언제든지 개발되거나 향상될 수 있다고 하였다[4]. 적응유연성을 강화하였을 때 얻을 수 있는 이점은 다양하게 제시되

는데, 적응유연성이 높을수록 공감능력과 문제해결능력이 우수하고 스트레스 상황에 유연하게 대처할 수 있으며[9] 수동적으로 상황에 맞서 방어할 뿐 아니라 도전에 직면할 수 있는 자신감과 성취감을 형성하는데 도움이 된다[4]. 또한 Roh[9]의 연구에 따르면 간호학생들의 스트레스를 감소시키는데 적응유연성이 완충효과를 나타내며 대학생활 적응을 증대할 수 있다고 보고하였다. 따라서 스트레스 수준이 높은 간호학생의 적응유연성에 대한 연구는 필수적이다[10]. 적응유연성을 강화하기 위해서는 스트레스 상황과 관계된 위험요인과 스트레스 상황을 극복하게 하는 유능감과 관계된 보호요인을 이해할 필요가 있다[11]. 특히, 보호요인에는 자기 효능감, 긍정정서, 자기통제력, 적극적 대처전략과 같은 개인적 요인, 부모의 감시 및 통제, 가정의 긍정적 기능 등과 같은 가족관련 요인, 사회적 지지, 또래와의 긍정적 관계 등과 같은 사회 환경적 요인 또는 내·외적 요인으로 구분된다[4,12]. Ahern[13]은 이러한 보호요인의 강화를 통해 현재의 스트레스로 인한 부정적 결과를 피할 뿐 아니라 미래의 역경에 더 잘 대처할 수 있도록 도움을 줄 수 있다고 제안하였다.

적응유연성의 영향요인에 대한 선행연구를 살펴보면 적응유연성의 보호요인과 위험요인을 주요 변수로 분석한 연구가 많았다. 간호학생의 적응유연성에 대한 연구로 국외에서는 간호학생의 적응유연성과 임파워먼트의 상관성 연구[14], 간호학생의 적응유연성 모델 개발[4], 적응유연성 강화를 위한 중재연구[15] 등이 이루어졌다. 한편, 국내에서는 학업 스트레스, 대학생활 적응 간의 적응유연성의 매개효과[9], 회복탄력성, 임상수행능력, 임상실습이 대학생활 적응에 미치는 영향[17] 등이 이루어졌으며 적응유연성에 영향을 미치는 요인으로 분노표현, 사회적 지지와 자기효능감[18], 공감능력[19], 임상수행능력, 교수-학생상호작용, 진로성숙도[20], 자아존중감, 정서지능, 심리적 안녕감[21]이 제시되었다. 하지만 간호학생의 적응유연성 영향요인으로 다루지 못한 변수가 많이 있어 지속적인 후속연구가 필요하다. 따라서 본 연구에서는 적응유연성의 보호요인과 위험요인의 개념, Stephens[4]의 간호학생의 적응유연성 모델을 바탕으로 선행연구에서 다루지 않은 변수를 추가하여 적응유연성의 영향요인을 탐색하고자 한다.

청소년을 대상으로 한 연구에서 자기효능감은 적응유연성을 강화시키는 직접적인 보호요인으로 나타났는데

[22] 자기효능감은 성공 경험을 바탕으로 얻을 수 있는 여러 영역에 대한 자신의 평가로 볼 수 있다. Stephens[4]의 연구에서 구축한 간호학생의 적응유연성 모델에 따르면 누적된 성공 경험이 적응유연성 향상의 주요 요인으로 작용한다. 따라서 자기효능감은 적응유연성 향상과 밀접한 관련이 있다. 또한 간호학생을 대상으로 한 질적 연구에서 가족이나 친구의 지지는 간호학생의 적응유연성 향상에 기여하는 것으로 확인되었다[23]. 적응유연성의 보호요인으로 스트레스 대처전략은 위험요인의 영향을 상쇄시키거나 조절한다[24]. 스트레스 대처전략은 스트레스에 대처하는 노력의 방식에 따라 구분되는데 공통적으로 나타난 요인으로는 문제중심대처, 사회적 지지의 추구, 소망적 사고, 정서중심적 대처 등이 있다 [25]. Kim[26]은 대처전략을 적극적 대처와 소극적 대처로 분류하였는데 이는 대처방식에 따른 분류이므로 더 좋거나 나쁜 것이 아님을 강조하였다. 하지만 선행연구에서 적극적 대처가 적응유연성에 영향을 미치는 것으로 제시되고 있다[27,28].

이상의 요인 이외에도 다양한 집단을 대상으로 적응유연성의 영향요인에 대한 연구가 이루어지고 있지만 연구결과가 일관되지 않거나 대상자가 달라 간호학생에게 일반화할 수 없다는 한계가 있다. 이에 본 연구에서는 문헌고찰을 통해 자기효능감, 사회적 지지, 스트레스 대처전략을 포함한 변수들을 적용하여 간호학생의 적응유연성에 영향을 미치는 요인을 파악하고자 한다. 본 연구결과는 추후 간호학생이 학교나 직장에서 경험할 수 있는 역경과 스트레스를 효과적으로 극복하는데 필요한 적응유연성을 향상시키는 프로그램을 개발하는데 기초자료로 사용될 수 있을 것이다.

## 1.2 연구의 목적

본 연구의 목적은 간호학생의 적응유연성 정도와 적응유연성에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위함이다. 구체적 목적은 다음과 같다.

- 첫째, 대상자의 적응유연성, 생활스트레스, 자기효능감, 사회적 지지, 긍정정서, 스트레스 대처전략을 파악한다.
- 둘째, 대상자의 일반적 특성에 따른 적응유연성의 차이를 파악한다.
- 셋째, 대상자의 적응유연성, 생활스트레스, 자기효능감, 사회적 지지, 긍정정서, 스트레스 대처전략

간의 상관관계를 파악한다.

넷째, 대상자의 적응유연성에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구설계

본 연구는 간호학생의 적응유연성 수준을 파악하고, 생활스트레스, 자기효능감, 사회적 지지, 긍정정서, 스트레스 대처전략 간의 상관관계를 파악한 후 적응유연성에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2.2 연구 대상

본 연구의 대상자는 D광역시 소재의 S대학교 간호학과 재학 중인 학생으로 연구의 목적과 방법을 이해하고 연구에 참여하기를 동의한 자이다. 본 연구를 위해 필요한 표본수는 G\*power 3.1.9 프로그램을 통해 다중회귀 분석에 필요한 지표를 투입하여 산출하였다. 효과크기 ( $F^2$ ) .15(중간크기), 유의수준( $\alpha$ ) .05, 검정력( $1-\beta$ ) 80%, 예측요인 13개를 적용하여 산출한 결과, 적정 표본수는 131명이었다. 탈락률을 고려하여 158명에게 설문지를 배부하여 불충분한 응답 3명의 설문을 제외한 155부를 최종 분석하였다.

### 2.3 연구 도구

#### 2.3.1 적응유연성

대상자의 적응유연성은 Lim[29]이 개발한 도구를 사용하여 측정하였다. 이 도구는 자신의 긍정적 평가, 삶에 대한 태도, 낙관성 등 3개 하위영역의 총 18개 문항의 5점 Likert 척도로 구성되었으며 점수가 높을수록 적응유연성이 높음을 의미한다. Lim[29]의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .89였으며 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .90이었다.

#### 2.3.2 대학생 생활스트레스

대상자의 생활스트레스는 Chon, Kim과 Yi[30]가 개발한 도구를 사용하여 측정하였다. 이 도구는 대학생의 대인관계 차원의 이성친구, 동성친구, 가족문제, 교수문제의 4개 하위영역과 당면과제 차원의 학업문제, 경제문

제, 장래문제, 가치관문제의 4개 하위영역 등 8개 하위 영역의 총 50개 문항의 4점 Likert 척도로 구성되었으며 점수가 높을수록 대학생 생활스트레스가 높음을 의미한다. 본 연구 도구의 개발 당시 각 하위요인의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .75~.88의 범위였으며 본 연구에서 도구 전체 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .96이었다.

### 2.3.3 자기효능감

대상자의 자기효능감은 Sherer, Maddux, Mercadante, Prentice-Dunn, Jacobs와 Roers[31]가 개발한 자기효능감척도(Self Efficacy Scale, SES)를 Hong[32]이 변안한 도구를 사용하여 측정하였다. 이 도구는 일반적 자기효능감과 사회적 자기효능감 등 2개 하위영역의 총 23개 문항의 5점 Likert 척도로 구성되었으며 점수가 높을수록 자기효능감 수준이 높은 것을 의미한다. Hong[32]의 연구에서 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .86이었으며 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .86이었다.

### 2.3.4 사회적 지지

대상자의 사회적 지지는 Zimet, Dahlem, Zimet과 Farley[33]가 개발하고 Shin과 Lee[34]가 변안한 Multi Dimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) 도구를 사용하여 측정하였다. 이 도구는 가족의 지지, 친구의 지지, 의미있는 타인의 지지 등 3개 하위영역의 총 12개 문항의 5점 Likert 척도로 구성되었으며 점수가 높을수록 사회적 지지가 높음을 의미한다. 본 연구 도구의 개발 당시 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .85였으며 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .95이었다.

### 2.3.5 긍정정서

대상자의 긍정정서는 Watson, Clark와 Tellegen[35]이 개발한 긍정정서 및 부정정서 척도(Positive and Negative Affect Scale; PANAS)를 Lee, Kim과 Lee[36]가 타당화한 한국판 PANAS에서 긍정정서 측정 문항을 발췌하여 사용하였다. 이 도구는 긍정정서를 나타내는 단어 10개로 구성되었으며 긍정정서를 일상적으로 얼마나 경험하는지 평가하는 5점 Likert 척도로 구성되었으며 점수가 높을수록 긍정정서를 더 많이 경험하는 것을 의미한다. Lee 등[36]의 연구에서 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .84였으며 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .90이었다.

### 2.3.6 스트레스 대처전략

대상자의 스트레스 대처전략은 Lazarus와 Folkman[37]이 개발한 대처방식척도(The ways of coping checklist)를 Kim[26]이 번역하고 수정·보완한 도구를 Hwang[38]이 수정한 도구를 사용하여 측정하였다. 이 도구는 문제 지향적 대처전략, 사회적 지지추구 대처전략으로 구성된 적극적 대처와 정서완화 대처전략, 소망적 사고 대처전략으로 구성된 소극적 대처 등 2개 하위영역의 총 24개 문항의 5점 Likert 척도로 구성되었으며 점수가 높을수록 해당 스트레스 대처전략을 많이 사용하고 있다는 것을 의미한다.

본 연구도구의 개발 당시 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .85였으며 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .85였다.

## 2.2 자료 수집 방법

D광역시 소재 S대학교 간호학과 재학생 중 입학 후 학과생활 기간이 짧고 전공 수업의 비중이 적은 1학년을 제외한 2, 3, 4학년 학생을 대상으로 연구자가 직접 연구의 목적, 방법, 기간 등을 설명하고 동의하는 경우에 연구 참여에 대한 서면동의를 받았다. 본 연구의 자료 수집은 2018년 4월 15일부터 동년 5월 30일 사이에 이루어졌다. 연구대상자는 배부한 자가보고형 설문지를 직접 작성하도록 하였고 설문지 작성시 평균 15분 정도의 시간이 소요되었다.

## 2.3 자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS/Win 22.0 program을 이용하여 분석하였으며 분석방법은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 일반적 특성은 실수, 백분율, 평균 및 표준편차로 분석하였다.
- 2) 대상자의 일반적 특성에 따른 적응유연성, 생활스트레스, 자기효능감, 사회적 지지, 긍정정서, 스트레스 대처전략의 차이는 t-test, ANOVA 및 Scheffe test로 분석하였다.
- 3) 대상자의 적응유연성, 스트레스, 자기효능감, 사회적 지지, 긍정정서, 스트레스 대처전략은 최솟값과 최댓값, 평균과 표준편차로 분석하였다.
- 4) 대상자의 적응유연성, 스트레스, 자기효능감, 사회적 지지, 긍정정서, 스트레스 대처전략 간의 상관관계를 파악하기 위해 피어슨 상관관계 계수(Pearson's correlation coefficient)로 분석하였다.

5) 대상자의 적응유연성에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 다중회귀분석(multiple regression)으로 분석하였다.

2.4 윤리적 고려

연구대상자의 윤리적 보호를 위해 대상자의 모든 자료는 기밀이 유지되며 익명이 보장된다는 것을 알려주었다. 연구대상자가 참여를 원하는 않는 경우, 언제든지 참여를 철회할 수 있음을 설명하였다.

3. 연구 결과

3.1 연구 결과

3.1.1 대상자의 일반적 특성 및 그에 따른 적응유연성, 생활스트레스, 자기효능감, 사회적 지지, 긍정정서, 스트레스 대처전략의 차이  
 대상자의 일반적 특성에서 20세에서 24세 사이가 98명(63.2%)이었으며 성별은 여성이 129명(83.2%)이었다. 학년은 2학년이 61명(39.3%), 3학년이 50명(32.3%), 4

Table 1. Difference in Resilience, Life Stress, Self-efficacy, Social Support, Positive Emotion, Stress Coping Strategy according to General Characteristics

(n=155)

Variables	Categories	n(%)	Resilience		Life stress		Self-efficacy		Social support		Positive emotion		Active stress coping strategy		Passive stress coping strategy	
			M ±SD	t or F(p) Scheff'e	M ±SD	t or F(p) Scheff'e	M ±SD	t or F(p) Scheff'e	M ±SD	t or F(p) Scheff'e	M ±SD	t or F(p) Scheff'e	M ±SD	t or F(p) Scheff'e		
Age(yr)	<20 <sup>a</sup>	32(20.6)	3.45±0.41		1.78±0.44		3.22±0.38		4.02±0.70		3.04±0.81		3.86±0.50		3.37±0.38	
	20~24 <sup>b</sup>	98(63.2)	3.55±0.46	0.76 (.520)	1.69±0.49	5.83 (.001) a,b,c<d	3.37±0.46	1.27 (.286)	3.96±0.67	0.58 (.631)	3.06±0.72	0.10 (.960)	3.93±0.54	0.85 (.469)	3.28±0.44	0.91 (.440)
	25~29 <sup>c</sup>	14(9.0)	3.60±0.43		1.71±0.45		3.32±0.44		4.09±0.68		3.14±0.55		3.97±0.65		3.42±0.47	
	≥30 <sup>d</sup>	11(7.2)	3.66±0.45		2.32±0.55		3.48±0.52		3.76±0.68		3.14±0.77		4.19±0.53		3.45±0.39	
Gender	Male	26(16.8)	3.52±0.59	-0.21 (.836)	1.66±0.49	-1.08 (.280)	3.51±0.14	2.06 (.041)	4.00±0.77	0.08 (.939)	3.33±0.82	2.06 (.041)	3.91±0.54	-0.19 (.846)	3.13±0.29	-3.41 (.001)
	Female	129(83.2)	3.54±0.42		1.77±0.50		3.31±0.15		4.00±0.66		3.02±0.69		3.95±0.54		3.37±0.44	
Grade	Sophomore <sup>a</sup>	61(39.3)	3.51±0.39		1.75±0.47		3.26±0.39		3.94±0.67		3.08±0.79		3.96±0.53		3.38±0.38	
	Junior <sup>b</sup>	50(32.3)	3.46±0.48	2.69 (.071)	1.75±0.59	0.01 (.987)	3.31±0.42	3.97 (.021) a<c	3.88±0.69	1.40 (.251)	3.10±0.56	0.16 (.850)	3.82±0.43	2.25 (.109)	3.10±0.39	12.84 (<.001) a,b<c
	Senior <sup>c</sup>	44(28.4)	3.66±0.47		1.76±0.45		3.45±0.45		4.10±0.68		3.02±0.80		4.05±0.64		3.51±0.44	
Image for Nurse	Positive <sup>a</sup>	55(35.5)	3.63±0.42		1.69±0.52		3.46±0.42		4.12±0.68		3.34±0.64		3.98±0.44		3.28±0.46	
	Moderate <sup>b</sup>	87(56.1)	3.47±0.44	2.24 (.110)	1.79±0.48	0.65 (.522)	3.27±0.45	3.16 (.045) a>b	3.86±0.68	2.80 (.064)	2.94±0.74	6.42 (.002) a>b	3.93±0.55	0.70 (.500)	3.34±0.39	1.05 (.352)
	Negative <sup>c</sup>	13(8.4)	3.58±0.56		1.80±0.60		3.33±0.49		4.06±0.54		2.81±0.62		3.82±0.84		3.46±0.53	
Academic score	<3.0 <sup>a</sup>	25(16.1)	3.31±0.41		2.00±0.49		3.42±0.42		3.80±0.73		2.86±0.63		3.68±0.48		3.24±0.46	
	3.0≤, 3.5> <sup>b</sup>	59(38.1)	3.58±0.39	3.46 (.018)	1.66±0.44	2.83 (.040) a>b	3.37±0.44	2.22 (.088)	1.00±0.69	0.62 (.604)	3.07±0.74	0.98 (.405)	3.90±0.52	4.37 (.006) a<d	3.35±0.45	0.62 (.602)
	3.5≤, 4.0> <sup>c</sup>	56(36.1)	3.55±0.50	a<d	1.76±0.55		3.36±0.45		3.99±0.68		3.16±0.65		4.02±0.55		3.32±0.43	
	≥4.0 <sup>d</sup>	15(9.7)	3.73±0.40		1.70±0.51		3.04±0.45		4.05±0.56		3.07±1.02		4.23±0.48		3.41±0.28	
Experience of clinical practice	Have	102(65.8)	3.54±0.47	0.22 (.830)	1.77±0.51	0.64 (.524)	3.4±0.48	2.63 (.010)	3.99±0.68	0.48 (.637)	3.09±0.72	0.53 (.599)	3.97±0.54	0.85 (.396)	3.34±0.45	0.50 (.619)
	None	53(34.2)	3.52±0.40		1.72±0.49		3.23±0.36		3.93±0.68		3.03±0.75		3.89±0.53		3.30±0.38	
Satisfaction with major	Satisfied <sup>a</sup>	74(47.7)	3.72±0.44		1.68±0.47		3.53±0.45		4.15±0.71		3.27±0.77		4.11±0.50		3.39±0.46	
	Moderate <sup>b</sup>	73(47.1)	3.40±0.39	14.93 (<.001) a>b,c	1.83±0.54	1.69 (.188)	3.20±0.38	15.82 (<.001) a>b,c	3.81±0.61	5.61 (.004) a>b	2.92±0.63	6.36 (.002) a>b,c	3.82±0.53	8.17 (<.001) a>b,c	3.26±0.41	1.75 (.178)
	Unsatisfied <sup>c</sup>	8(5.2)	3.13±0.28		1.81±0.36		2.96±0.28		3.74±0.54		2.61±0.71		3.54±0.51		3.26±0.30	

학년이 44명(28.4%)이었으며 간호사에 대한 이미지는 ‘긍정적’이 55명(35.5%)이었다. 학업성적은 평점 3.0에서 3.5 사이가 59명(38.1%)이었으며 병원실습을 경험한 학생이 102명(65.8%)이었다. 전공에 대한 만족도는 74명(47.7%)이 만족한다고 응답하였다.

일반적 특성에 따라 적응유연성, 생활스트레스, 자기효능감, 사회적 지지, 긍정정서, 스트레스 대처전략의 차이를 분석한 결과, 대상자의 학업성적이 평점 4.0점 이상인 학생이 3.0점 미만인 학생보다 적응유연성이 높았으며( $F=3.46, p=.018$ ) 전공에 대해 만족하는 학생이 보통 또는 불만족하는 학생보다 적응유연성이 높았다( $F=14.93, p<.001$ ).

생활스트레스는 나이가 30세 이상인 학생이 그 외 학생보다 생활스트레스가 높았으며( $F=5.83, p=.001$ ), 학업성적이 3.0미만인 학생이 3.0에서 3.5사이인 학생보다 생활스트레스가 통계적으로 높게 나타났다( $F=2.83, p=.040$ ).

자기효능감은 남학생이 여학생보다 높게 나타났으며( $F=2.06, p=.041$ ) 4학년이 2학년보다 높게 나타났다( $F=3.97, p=.021$ ). 또한 간호사에 대한 이미지를 ‘긍정적’으로 생각하는 학생이 ‘보통’으로 생각하는 학생보다 자기효능감이 높게 나타났으며( $F=3.16, p=.045$ ) 실습 경험이 있는 학생이 실습 경험이 없는 학생보다 높게 나타났다( $F=2.63, p=.010$ ). 전공에 대해 만족하는 학생이 보통 또는 불만족하는 학생보다 자기효능감이 높게 나타났다( $F=15.82, p<.001$ ).

사회적 지지는 전공에 대해 만족하는 학생이 보통인 학생보다 유의하게 높았다( $F=5.61, p=.002$ ).

긍정정서는 남학생이 여학생보다 통계적으로 높게 나타났으며( $F=2.06, p=.041$ ) 간호사에 대한 이미지를 ‘긍정적’으로 생각하는 학생이 ‘보통’으로 생각하는 학생보다 높게 나타났다( $F=6.42, p=.002$ ). 또한 전공에 대해 만족하는 학생이 보통 또는 불만족하는 학생보다 높게 나타났다( $F=636, p=.004$ ).

스트레스 대처전략 하위요인에서 적극적 대처전략은 학업성적이 4.0이상인 학생이 3.0미만인 학생보다 통계적으로 높게 나타났으며( $F=4.37, p=.006$ ) 전공에 대해 만족하는 학생이 보통 또는 불만족하는 학생보다 높게 나타났다( $F=8.17, p<.001$ ). 소극적 대처전략은 여학생이 남학생보다 높게 나타났으며( $F=-3.41, p=.001$ ) 4학년이 다른 학년에 비해 유의하게 높게 나타났다( $F=12.84, p<.001$ )(Table 1).

### 3.1.2 대상자의 적응유연성, 생활스트레스, 자기효능감, 사회적 지지, 긍정정서, 스트레스 대처전략 수준

대상자의 적응유연성의 평균은  $3.54\pm 0.45$ 점, 생활스트레스의 평균은  $1.75\pm 0.50$ 점, 자기효능감의 평균은  $3.35\pm 0.15$ 점, 사회적 지지의 평균은  $3.97\pm 0.68$ 점, 긍정정서의 평균은  $3.07\pm 0.72$ 점, 적극적 스트레스 대처전략의 평균은  $3.37\pm 0.45$ 점, 소극적 스트레스 대처전략의 평균은  $3.33\pm 0.43$ 으로 나타났다(Table 2).

Table 2. Resilience, Life Stress, Self-efficacy, Social Support, Positive Emotion, Stress Coping Strategy in Nursing Students

(n=155)

Variables	Min-Max	Mean±SD	Scale range
Resilience	1.94-4.72	3.54±0.45	1-5
Life stress	1.00-3.00	1.75±0.50	1-4
Self-efficacy	2.39-4.52	3.35±0.15	1-5
Social support	1.83-5.00	3.97±0.68	1-5
Positive emotion	1.20-5.00	3.07±0.72	1-5
Active stress coping strategy	2.33-4.67	3.37±0.45	1-5
Passive stress coping strategy	2.17-4.67	3.33±0.43	1-5

### 3.1.3 대상자의 적응유연성, 생활스트레스, 자기효능감, 사회적 지지, 긍정정서, 스트레스 대처전략 간의 상관관계

대상자의 적응유연성은 생활스트레스( $r=-.26, p=.001$ )와 유의한 음의 상관관계가 있었고, 자기효능감( $r=.63, p<.001$ ), 사회적 지지( $r=.50, p<.001$ ), 긍정정서( $r=.43, p<.001$ ), 적극적 스트레스 대처전략( $r=.59, p<.001$ ), 소극적 스트레스 대처전략( $r=.27, p=.001$ )과 유의한 양의 상관관계가 있었다(Table 3).

### 3.1.4 대상자의 적응유연성 영향요인

대상자의 적응유연성에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 일반적 특성 중 적응유연성에 유의한 차이를 나타낸 학업 성적, 전공에 대한 만족도와 적응유연성과 유의한 상관관계를 나타낸 생활스트레스, 자기효능감, 사회적 지지, 긍정정서, 적극적·소극적 스트레스 대처전략을 투입하여 다중회귀분석을 실시하였다. 이 중 명목변수는 더미변수로 처리하여 분석하였다. 적응유연성에 대

Table 3. Correlations among Variables

(n=155)

Variables	Resilience	Life stress	Self-efficacy	Social support	Positive emotion	Active stress coping strategy	Passive stress coping strategy
Life stress	-.26 (.001)	1					
Self-efficacy	.63 ( $<.001$ )	-.21 (.010)	1				
Social support	.50 ( $<.001$ )	-.30 ( $<.001$ )	.40 ( $<.001$ )	1			
Positive emotion	.43 ( $<.001$ )	-.18 (.022)	.43 ( $<.001$ )	.48 ( $<.001$ )	1		
Active stress coping strategy	.59 ( $<.001$ )	-.11 (.183)	.58 ( $<.001$ )	.44 ( $<.001$ )	.36 ( $<.001$ )	1	
Passive stress coping strategy	.27 (.001)	.15 (.072)	.23 (.004)	.22 (.007)	.23 (.004)	.49 ( $<.001$ )	1

한 다중회귀분석의 기본가정과 다중공선성을 확인한 결과, Durbin-Watson 값이 1.87로 자기상관이 없다고 할 수 있으며 공차한계 값이 0.60~0.78로 0.1 이상이었으며, 분산팽창인자(variance inflation factor, VIF) 값은 1.28~1.64로 10미만으로 나타나 다중공선성의 문제가 없는 것으로 확인되어 다중회귀분석을 시행하기 위한 기본가정은 충족되었다.

다중회귀분석 결과 유의하게 나타났으며( $F=54.59, p<.001$ ), 적응유연성에 영향을 주는 요인으로는 자기효능감( $\beta=.39, p<.001$ ), 적극적 스트레스 대처전략( $\beta=.26, p<.002$ ), 사회적 지지( $\beta=.16, p<.001$ ) 순으로 나타났다. 이들 요인들의 적응유연성에 대한 전체 설명력은 51.0%였다(Table 4).

Table 4. Factors Influencing Resilience in Nursing Students

Variables	B	SE	$\beta$	t	p
(Constant)	0.75	0.22		3.42	.001
Self-efficacy	0.39	0.07	0.39	5.46	$<.001$
Social support	0.16	0.04	0.24	3.69	$<.001$
Active stress coping strategy	0.26	0.07	0.26	3.66	$<.001$

Tolerance=.60~.78, VIF=1.28~1.64, Durbin-Watson=1.87  
Adj.R<sup>2</sup>=.51, R<sup>2</sup>=.52, F=54.59, p<.001

#### 4. 논의

본 연구는 간호학생의 적응유연성에 영향을 미치는 요인을 규명하여 학교나 직장에서 경험할 수 있는 역경과 스트레스를 효과적으로 극복하는데 필요한 적응유연성을 향상시키는데 기여하기 위한 서술적 조사연구이다.

본 연구에서 간호학생의 적응유연성은 평균 3.54±0.45 점으로 Jang[19]의 연구에서의 평균 3.44점보다는 높고 Lee, Lee와 Kang[20]의 연구에서의 평균 3.64점, Lee, Kim와 Park[21]의 연구에서의 평균 3.70점보다 낮았다. 이러한 차이는 측정도구와 대상자의 학년 구성의 차이에 따른다고 보여진다. 따라서 추후 연구에서는 동일한 도구를 사용하거나 학년 구성을 통제하여 비교해 볼 필요가 있을 것이다.

본 연구에서 적응유연성은 일반적 특성의 학업 성적에 따라 유의한 차이를 보였는데 Kim[39]의 연구에서 학업성적에 따라 적응유연성이 유의한 차이를 보인 것과 일치하였다. 이는 학습량이 많은 간호학과 학생에게 학업 성적은 학과 생활에서 자신감, 성공 경험의 중요한 선행요소가 됨을 의미한다. 따라서 적응유연성이 낮은 학생의 경우, 전공과목에 대한 학업성취를 높일 수 있는 효과적인 학습프로그램이 필요하다. 그 외 일반적 특성 중 전공에 대한 만족도에 따라 적응유연성의 유의한 차이를 보였는데 이러한 결과는 선행연구 결과와 일치한다 [19-21]. 전공에 대한 만족도가 높은 학생은 교내 수업 또는 임상실습에서 경험하는 스트레스에 대해 긍정적으로 대처하고 극복할 수 있는 조건을 가진다. 따라서 간호학과 저학년부터 전공에 대한 만족도가 낮은 학생을 선별하여 전문적인 상담 또는 만족도를 향상시킬 수 있는 중재를 제공하는 등 지속적이고 체계적인 관리가 필요할 것으로 생각된다.

본 연구에서는 간호학생의 적응유연성이 생활스트레스, 자기효능감, 사회적 지지, 긍정정서, 스트레스 대처전략과 모두 유의한 상관관계를 가지는 것으로 분석되었다. 먼저 생활스트레스는 간호학생의 적응유연성과 유의한 음의 상관관계를 가지는 것으로 나타났는데 이는

Hong과 Kim[17]의 연구와 Roh[9]의 연구에서 적응유연성이 학업 및 실습 스트레스와 음의 상관관계를 보인 것과 일치하였다. 생활 속에서 학업 및 실습의 비중이 높은 간호학생의 경우, 스트레스가 높을수록 스트레스를 극복하는데 한계를 느끼게 되고 스트레스를 극복함으로써 강화되는 적응유연성은 낮아지게 될 것이다. 따라서 스트레스에 대처하는 역량이 낮은 고위험 학생들을 효과적으로 관리할 수 있는 방안을 마련할 필요가 있다. 자기효능감은 간호학생의 적응유연성과 유의한 양의 상관관계를 가지는 것으로 나타나 Jee와 Kim[18]의 연구 결과와 일치하였다. 간호학생이 지각된 스트레스나 역경을 효과적으로 다루는 과정 중에 축적된 성공은 스트레스에 대한 대처나 적응을 이전보다 강화시키고 적응유연성을 증진시킬 수 있다[4]. 간호학생이 경험하는 스트레스 상황은 부정적이지만 반복된 노출과 극복을 통해 성공의 경험이 될 수 있다. 즉, 자기효능감의 원천인 성공 경험은 적응유연성을 향상시킬 수 있는 자원이 될 수 있으므로[4] 학생들이 쉽게 달성할 수 있는 과업부터 제시하여 수행하도록 하여 결과에 대한 긍정적인 피드백을 제공하여 자기효능감을 높이도록 한다. 사회적 지지는 간호학생의 적응유연성과 유의한 양의 상관관계를 가지는 것으로 나타났다. 이는 간호학생을 대상으로 한 연구[18]와 일반 대학생을 대상으로 한 연구[40]에서 두 변수가 양의 상관관계를 나타내는 것과 일치하였다. 사회적 지지는 적응유연성의 보호요인 중 지역사회요인으로 사회적 관계에서 얻을 수 있는 긍정적 자원이다. 따라서 전공의 특성이 뚜렷한 간호학생에게 전공경험과 관련된 동료, 선배, 교수 등 다양한 지지체계를 연결해준다면 적응유연성을 강화할 수 있을 것이다. 긍정정서는 간호학생의 적응유연성과 유의한 양의 상관관계를 가지는 것으로 나타났는데 간호학생의 긍정정서와 적응유연성의 관계를 분석한 연구가 없어 비교하기 어렵지만 긍정정서는 스트레스 상황에서 개인의 적응을 돕는 요소로 적응유연성에도 영향을 미치는 것으로 나타났다[41]. 하지만 간호학생의 긍정정서에 대한 연구는 미비한 실정이므로 추후 다양한 연구의 시도가 이루어져야 할 것이다. 스트레스 대처전략의 하위요인인 적극적 대처전략과 소극적 대처전략은 간호학생의 적응유연성과 유의한 양의 상관관계를 가지는 것으로 나타났다. 간호학생의 적응유연성과 스트레스 대처전략의 상관계를 분석한 연구가 없어 일반 대학생을 대상으로 한 연구와 비교한 결과, Ahn과 Kim[27]의 연

구에서도 적응유연성과 과제지향적 대처전략 간 유의한 양의 관계를 보였다. 개인은 스트레스 상황에서 특정 대처방식만을 고집하지 않는다. 이는 각 상황에 맞는 대처방식을 사용하는 것을 의미한다. 따라서 간호학생이 처해지는 스트레스 상황에 따라 대처방식을 효과적으로 사용할 수 있도록 훈련을 제공하는 것이 필요하다. 이와 같이 적응유연성은 스트레스, 자기효능감, 긍정정서, 스트레스 대처 전략 등의 개인적 요인 뿐 아니라 사회적 지지와 같은 사회적 요인과 유기적인 관계를 맺고 있으므로 학생의 다면적인 요소를 고려한 지원이 필요하다.

본 연구에서 간호학생의 적응유연성에 영향을 미치는 요인은 자기효능감, 적극적 스트레스 대처전략, 사회적 지지로 적응유연성을 51.0% 설명하는 것으로 나타났다. 먼저 자기효능감이 적응유연성을 설명하는 중요한 영향요인으로 나타났는데 자기효능감은 Bandura가 처음으로 제시한 개념으로 개인이 어떤 결과를 만들어내는데 필요한 행동을 성공적으로 수행할 수 있다는 신념이다[42]. Jee와 Kim[18]의 연구에서 자기효능감이 간호학생의 적응유연성의 영향요인으로 보고되었으며 일반 대학생을 대상으로 한 적응유연성 연구에서도 자기효능감은 적응유연성의 가장 주요한 영향요인으로 보고되었다[40]. Rutter[43]는 적응유연성의 중요 보호요인으로 자기효능감을 강조하였는데 자기효능감을 가진 사람들은 자신에 대한 가치를 인정함으로써 역경이나 스트레스 상황에 성공적으로 대처할 수 있게 된다. 특히, Bandura는 자기효능감의 요소 중 성공적 경험이 효능감을 더욱 강하게 형성시킨다고 하였다[42]. 이는 지각된 스트레스, 강화된 보호요인, 역경을 극복한 성공적 경험 등 3가지 요소로 간호학생의 적응유연성 모델을 구축한 Stephens[4]의 연구에서 자기효능감을 적응유연성의 주요 보호요인이면서 성공적 경험을 촉진하는 주요 요소로 인식하는데 중요한 근거가 된다. 따라서 간호학생이 인식하는 다양한 스트레스 상황에서 문제를 해결하는 성공적 경험을 축적시킬 수 있는 구조화 된 프로그램을 제공하여 훈련시킨다면 자기효능감을 강화하고 적응유연성을 촉진함으로써 적응을 이끌어낼 수 있을 것이라 생각된다.

다음으로 스트레스 대처전략 중 적극적 대처전략이 간호학생의 적응유연성의 영향요인으로 나타났다. 스트레스 대처는 스트레스 상황에 적응하기 위한 개인의 적응행동의 과정, 문제해결 노력 또는 인지적 활동으로 [44] 적응유연성의 보호요인 중 하나이다. 스트레스 대



처전략은 문제중심 대처와 사회적 지지추구로 이루어진 적극적 대처전략과 감정완화 대처와 소망적 사고 대처로 이루어진 소극적 대처전략으로 나누어 측정할 수 있다 [38]. Gillespie, Chaboyer와 Wallis[45]는 문헌고찰을 통해 적응유연성의 3가지 속성으로 자기효능감, 희망, 대처를 도출하였다. 간호학생의 스트레스 대처전략과 적응유연성에 대한 연구가 없어 비교가 힘들지만 일반 대학생의 적응유연성 영향요인을 연구한 결과에 따르면 적응유연성이 뛰어난 학생들의 경우, 문제중심 대처전략을 많이 사용하는 것으로 보고되었으며 적응유연성에 높은 영향을 미치는 것으로 해석된다. 고등학생을 대상으로 한 연구에서 적극적 대처의 하위영역인 문제중심 대처전략이 적응유연성의 주요 영향요인으로 나타났으며[46], Won[47]의 연구에서 스트레스 대처 전략의 하위인 중 적극적 대처전략이 대학생활적응을 53% 설명하였다. 적극적 대처전략은 스트레스 문제에 대해 여러 가지 정보를 얻고 도움을 구하면서 문제를 해결하기 위해 노력하는 방식이다. 간호학생은 적극적 대처전략을 사용함으로써 지각된 스트레스나 역경을 효과적으로 다룰 수 있으며 이러한 과정 중의 축적된 성공은 스트레스에 대한 대처나 적응을 강화함으로써 적응유연성을 증진시킬 수 있게 된다[4]. 따라서 적응유연성 프로그램을 통해 간호학생들이 스트레스 상황에서 문제에 직면하여 능동적으로 변화를 시도하고 주변의 지지체계로부터 도움을 탐색하는 것과 같은 적극적 대처전략을 사용하도록 한다면 적응유연성을 향상시킬 수 있을 것이다.

본 연구에서 사회적 지지가 간호학생의 적응유연성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났는데 국내 간호학생을 대상으로 한 연구에서 사회적 지지는 적응유연성의 영향요인으로 나타났으며[18], 질적 연구를 통해서도 간호학생에게 부모님, 친구나 의미있는 사람들로 부터의 지지가 적응유연성을 증진시켜준다는 것이 입증되었다 [48]. 또한 사회적 지지는 Stephens[4]이 기존의 연구를 바탕으로 개발한 간호학생의 적응유연성 모델에서 보호요인의 중요한 요소로 정의된다. Jee와 Kim[18]의 연구에서도 사회적 지지는 간호학생의 적응유연성에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 일반 대학생의 적응유연성 연구에서는 사회환경적 요인 중 사회적 지지가 적응유연성에 가장 큰 영향을 미쳤으며[40] 적응유연성 연구가 많이 이루어진 청소년 대상 연구에서는 사회적 지지 관계 중 부모, 특히 어머니와의 관계나 형제와의 관계가 큰 영

향을 미치는 것으로 나타났다[12,46]. 하지만 대학생의 경우, 가족의 형태나 기능이 고착된 경우가 많기 때문에 적응유연성 프로그램 개발과정에 가족이나 형제의 지지를 주요하게 개입시키기에는 현실적 제약이 따른다. 따라서 학교 및 사회생활에서 지원할 수 있는 지지체계를 마련할 필요가 있다. 특히 간호학생과 교수자와의 지지적인 관계를 형성하거나 동료들 통해 사회적 지지를 제공할 때 적응유연성이 더욱 효과적으로 향상될 수 있다. 대학이라는 체계 안에서 가지는 사회적 관계에서의 사회적 지지가 높을수록 적응유연성은 높게 나타나는데[40] 간호학생의 경우, 선·후배, 교수, 임상간호사, 상담전문가 등과의 지속적이고 지지적인 형태의 코칭 또는 멘토링이 이루어진다면 학생들의 적응유연성을 강화할 수 있을 것이다. 특히, 간호학생이 주로 어려움을 겪는 학업, 임상실습, 취업 등과 같은 영역의 주제에 대하여 관심을 고취시키고 자발적 동기를 부여할 수 있는 주제를 다룬다면 더욱 효과적일 것이다.

간호학생들은 학과 생활과 관련된 과업이나 임상에서 간호를 수행하는 동안 그들이 예상치 못했거나 이미 예견한 역경에 맞닥뜨리게 된다. 이러한 스트레스 상황을 긍정적으로 대처하고 극복할 수 있는 능력인 적응유연성은 개인마다 다른 수준을 가지게 되는데 우리는 학생들이 각자의 적응유연성을 촉진할 수 있는 보호요인을 탐색하고 사용할 수 있도록 격려해 줄 필요가 있다. 따라서 본 연구 결과를 토대로 간호학생을 교육하는 현장에서 그들의 적응유연성을 증진시키고 궁극적으로 학업 및 취업에 적용할 수 있도록 개인적인 요인 뿐 아니라, 사회환경적인 요인들을 고려한 지원이 이루어져야 할 것이다. 기존의 대학신입생을 대상으로 시행되었던 새내기 적응 프로그램과 같은 형식적이고 제공자 중심의 프로그램에서 벗어나 학년별로, 시기별로 적응에 취약한 학생들을 선별하고 그들의 개별적인 특성을 고려한 프로그램 개발이 필요하다. 특히, 간호학과 특성상 학년별로 달성해야 할 과업과 역량에 대한 기대치가 급변하는 경우, 스트레스 상황에 노출된 학생들의 상태 및 요구를 고려하여 적응유연성 향상을 위한 관심과 지원을 제공해 준다면 대학생활 적응에도 긍정적인 효과가 있으리라 기대해본다.

본 연구의 제한점으로 첫째, 일개 대학의 간호학생을 대상으로 한 연구로 전체 간호학생에 일반화하는데 제약이 따른다. 둘째, 대상자의 일반적 특성 중 가족의 형태

및 가족의 기능 등 일부 변수에 대한 고려가 이루어지지 않았기 때문에 추후 연구에서는 영향요인에 대한 포괄적인 탐색이 이루어져야 할 것이다. 셋째, 간호학생의 임상실습과 관련된 개인의 임상수행능력이나 지각된 임상실습 스트레스를 측정하지 못해 실습 스트레스와 적응유연성의 관계를 심도있게 다루지 못하였다. 후속연구에서는 임상실습과 관련된 변수를 추가하여 상관성 및 영향요인 연구가 필요할 것이다.

## 5. 결론

본 연구는 간호학생을 대상으로 적응유연성의 영향요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구로 향후 간호학생의 적응유연성 향상 프로그램을 개발하는데 기초자료로 활용하기 위해 수행되었다. 간호학생의 적응유연성의 영향요인은 자기효능감, 적극적 스트레스 대처전략, 사회적 지지로 나타났으며 이들 변수들은 간호학생의 적응유연성을 51.0% 설명하는 것으로 나타났다. 간호학생은 학과의 특성상 타 학과 학생들이 경험하는 스트레스원 이외에 과중한 학업, 낯선 임상실습현장에서의 대인관계 문제, 예기치 못한 질병과 죽음에 노출 등 복합적인 요인들로 인해 실제 경험 및 좌절감을 자주 느끼게 된다. 따라서 스트레스 상황에 효과적으로 대처하고 회복하여 적응할 수 있는 적응유연성이라는 장치가 필요하다. 따라서 추후 연구에서는 기존의 적응유연성 중재 프로그램의 효과를 분석하는 연구가 필요하며 학년별, 시기별 학생들의 스트레스원, 보호요인들을 탐색하는 연구가 수행되어야 한다. 또한 본 연구 결과를 토대로 적응유연성의 영향요인인 자기효능감, 사회적 지지, 적극적 스트레스 대처 전략 촉진을 통해 간호학생의 적응유연성을 증진시킬 수 있는 프로그램의 개발과 효과검증이 이루어져야 할 것이다.

## References

- [1] T. H. Lee, K. H. Kang, Y. K. Ko, S. H. Cho, E. Y. Kim, "Issues and challenges of nurse workforce policy: a critical review and implication", *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*, vol. 20, no. 1, pp. 106-116, 2014.  
DOI: <https://doi.org/10.1111/jkana.2014.20.1.106>
- [2] J. H. Kim, H. J. Bae, S. Y. Jung, "Forecasting supply and demand for registered nurses workforce in Korea", *Journal of the Korean Data Analysis Society*, vol. 19, no. 2, pp. 1083-1097, 2017.
- [3] Y. J. Son, E. Y. Choi, Y. A. Song, "The relationship between stress and depression in nursing college students", *The Korean journal of stress research*, vol. 18, no. 4, pp. 345-351, 2010.
- [4] T. M. Stephens, "Nursing student resilience: a concept clarification", *Nursing forum*, vol. 48, no. 2, pp. 125-133, 2013.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1111/nuf.12015>
- [5] Y. K. Yang, K. S. Han, M. H. Bae, S. H. Yang, "Social support, academic stress, clinical practice stress in college student of nursing", *The Korean journal of stress research*, vol. 22, no. 1, pp. 23-33, 2014.
- [6] S. P. Thomas, R. Burk, "Junior nursing students' experiences of vertical violence during clinical rotations", *Nursing outlook*, vol. 57, no. 4, pp. 226-231, 2009.  
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.outlook.2008.08.004>
- [7] I. J. Deary, R. Watson, R. Hogston, "A longitudinal cohort study of burnout and attrition in nursing students", *Journal of advanced nursing*, vol. 43, no. 1, pp. 71-81, 2003.  
DOI: <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.2003.02674.x>
- [8] M. S. Choi, "Development and effects of the resilience training program for nurses", Doctoral Dissertation, Ehwa Womans University, Seoul, 2014.
- [9] S. Y. Roh, "Mediating effects of resilience between academic stress and college adjustment in nursing students", *The Korean Journal of Growth and Development*, vol. 25, no. 2, pp. 203-209, 2017.
- [10] D. Edwards, P. Burnard, K. Bennett, U. Hebden, "A longitudinal study of stress and self-esteem in student nurses", *Nurse education today*, vol. 30, no. 1, pp. 78-84, 2010.  
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2009.06.008>
- [11] S. K. Yoo, "A prevention/intervention program for delinquent youth", *The Korea Journal of Youth Counseling*, no. 7, pp. 26-40, 1999.
- [12] S. C. Han, "Analysis of influence factors on resilience of adolescents in multi-cultural family", *Journal of Future Oriented Youth Society*, vol. 9, no. 4, pp. 239-258, 2012.
- [13] N. R. Ahern, "Adolescent resilience: an evolutionary concept analysis", *Journal of Pediatric Nursing*, vol. 21, no. 3, pp. 175-185, 2006.  
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2005.07.009>
- [14] E. W. Pines, M. L. Rauschhuber, G. H. Norgan, J. D. Cook, L. Canchola, C. Richardson, M. E. Jones, "Stress resiliency, psychological empowerment and conflict management styles among baccalaureate nursing students", *Journal of advanced nursing*, vol. 68, no. 7, pp. 1482-1493, 2012.  
DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2011.05875.x>
- [15] E. W. Pines, M. L. Rauschhuber, J. D. Cook, G. H. Norgan, L. Canchola, C. Richardson, M. E. Jones, "Enhancing resilience, empowerment, and conflict management among baccalaureate students: outcomes of a pilot study", *Nurse Educator*, vol. 39, no. 2, pp. 85-90,

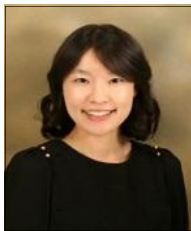
2014.  
DOI: <https://doi.org/10.1097/NNE.0000000000000023>
- [16] M. J. Shin, Y. E. Chun, "Convergence among resilience, clinical performance ability, stress in clinical practice of nursing students", *Journal of the Korea Convergence Society*, vol. 9, no. 2, pp.19-32, 2018.  
DOI: <https://doi.org/10.15207/JKCS.2018.9.2.019>
- [17] H. S. Hong, H. Y. Kim, "Effect of academic stress, clinical practice stress, resilience on nursing student's adjustment to college life", *Asia-pacific journal of multimedia services convergent with art, humanities, and sociology*, vol. 6, no. 2, 2016.  
DOI: <https://dx.doi.org/10.14257/AJMAHS.2016.02.38>
- [18] Y. J. Jee, K. N. Kim, "Factors influencing resilience of a nursing college student", *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, vol. 6, no. 12, pp. 19-27, 2016.  
DOI: <https://dx.doi.org/10.14257/AJMAHS.2016.12.09>
- [19] S. Y. Jang, "The effect of empathy on resilience of nursing students", *Korean Journal of Health Commun*, vol. 12, no. 2, pp. 211-221, 2017.
- [20] H. J. Lee, H. Y. Lee, K. J. Kang, "The effect of clinical performance, professor-student interaction, and career maturity upon resilience of nursing students", *Journal of the Korean Society for Wellness*, vol. 12, no. 1, pp. 425-437, 2017.  
DOI: <https://dx.doi.org/10.21097/ksw.2017.02.12.1.425>
- [21] Y. E. Lee, E. Y. Kim, S. Y. Park, "Effect of self-esteem, emotional intelligence and psychological well-being on resilience in nursing students", *Child Health Nursing Research*, vol. 23, no. 3, pp. 385-393, 2017.  
DOI: <https://dx.doi.org/10.4094/chnr.2017.23.3.385>
- [22] D. Y. Hong, "The mediating effect of self-efficacy in relation to the effect of the social support for 'studying' type of school dropouts on their adjustment resilience", Master's Thesis, Gyeongnam National University of Science and Technology, Jinju, 2016.
- [23] S. Carroll, "Resiliency as a factor in the successful completion of a California community college based associate degree in nursing program", Unpublished Doctoral Dissertation, California Lutheran University, California, 2011.
- [24] M. Dumont, M. A. Provost, "Resilience in adolescents: Protective role of social support, coping strategies, self-esteem, and social activities on experience of stress and depression", *Journal of youth and adolescence*, vol. 28, no. 3, pp. 343-363, 1999.  
DOI: <https://doi.org/10.1023/A:1021637011732>
- [25] J. Y. Shin, "The mediating effects of ego-resilience and coping strategy, social support in the relation between life stress and on adjustment in college life", Doctoral Dissertation, Catholic University of Daegu, Daegu, 2014.
- [26] J. H. Kim, "Relations of perceived stress, cognitive set, and coping behaviors to depression", Doctoral Dissertation, Seoul National University, Seoul, 1987.
- [27] D. H. Ahn, J. A. Kim, "Resilience of university students: coping strategies, social support, competence, and academic performance", *Korean journal of educational psychology*, vol. 21, no. 1, pp. 47-67, 2007.
- [28] H. S. Choi, "The mediated effects of resilience and stress-coping strategy on the relations between physical activity and academic stress in middle and high school students", Doctoral Dissertation, Sungkyunkwan University, Seoul, 2018.
- [29] S. S. Lim, "Development of integrated model of resilience and positive development of adolescents", Doctoral Dissertation, Daegu Haany University, Kyoungbuk, 2013.
- [30] K. K. Chon, K. H. Kim, J. S. Yi, "Development of the revised life stress scale for college students", *Korean journal of health psychology*, vol. 5, no. 2, pp. 316-335, 2000.
- [31] M. Sherer, J. E. Maddux, B. Mercadante, S. Prentice-Dunn, B. Jacobs, R. W. Rogers, "The self-efficacy scale: construction and validation", *Psychological Reports*, vol. 51, pp. 663-671, 1982.
- [32] H. Y. Hong, "The relationship of perfectionism, self-efficacy and depression", Master's Thesis, Ehwa Womans University, Seoul, 1995.
- [33] G. D. Zimet, W. Dahlem, S. G. Zimet, G. K. Farley, "The multidimensional scale of perceived social support", *Journal of Personality Assessment*, vol. 52, no. 1, pp. 30-41, 1988.  
DOI: [https://dx.doi.org/10.1207/s15327752jpa5201\\_2](https://dx.doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2)
- [34] J. S. Shin, Y. B. Lee, "The effects of social supports on psychosocial well-being of the unemployed", *Korean journal of social welfare*, vol. 37, no. 4, pp. 241-269, 1999.
- [35] D. Watson, L. Clark, A. Tellegen, "Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS Scales", *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 54, no. 6, pp. 1063-1070, 1988.  
DOI: <https://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>
- [36] H. H. Lee, E. J. Kim, M. K. Lee, "A validation study of Korea positive and negative affect schedule: The PANAS Scales", *Korean Journal of Clinical Psychology*, vol. 22, no. 4, pp. 935-946, 2003.
- [37] R. S. Lazarus, S. Folkman, "Stress, appraisal, and coping", New York: Springer Publishing Company, 1984.
- [38] Y. K. Hwang, "Relationship among self-efficacy, campus life satisfaction, stress perception and stress coping style of rural college student", Master's Thesis, Inje University, Kyungnam, 2013.
- [39] S. Y. Kim, "The influence of self-control and resilience on college life adjustment in nursing students", *Journal of the Korea entertainment industry association*, vol. 12, no. 1, pp. 253-262, 2018.  
DOI: <https://dx.doi.org/10.21184/jkeia.2018.1.12.1.253>
- [40] D. S. Son, Y. H. Moon, "A study on the influence factors the resilience of social welfare majors in college", *Korean Journal of Social Welfare Education*, vol. 16, pp. 48-69, 2011.
- [41] C. T. Gloria, M. A. Steinhardt, "Relationships among positive emotions, coping, resilience and mental health", *Stress and Health*, vol. 32, no. 2, pp. 145-156, 2016.  
DOI: <https://doi.org/10.1002/smi.2589>
- [42] G. S. Lee, "Relationships among job stress, resilience and self-efficacy in nurses", Master's Thesis, Konyang

University, Daejeon, 2018.

- [43] M. Rutter, "Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder", *The British Journal of Psychiatry*, vol. 147, no. 6, pp. 598-611, 1985.  
DOI: <https://doi.org/10.1192/bjp.147.6.598>
- [44] H. S. Jang, "The effects of self-disclosure and empathy on stress perception and stress coping strategy of university students", *Korean Journal of Communication Studies*, vol. 21, no. 3, pp. 5-28, 2013.
- [45] B. M. Gillespie, W. Chaboyer, M. Wallis, "Development of a theoretically derived model of resilience through concept analysis", *Contemporary nurse*, vol. 25, no.1/2, pp. 124-135, 2007.  
DOI: <https://dx.doi.org/10.5172/conu.2007.25.1-2.124>
- [46] K. A. Nam, J. Y. Lim, H. Y. Song, "Predictors of resilience for high school adolescents", *Child Health Nursing Research*, vol. 12, no. 2, pp. 244-252, 2006.
- [47] H. J. Won, "Effects of self-leadership and stress coping on college life adjustment in nursing students", *The Korean journal of health service management*, vol. 9, no. 1, pp. 123-131, 2015.  
DOI: <https://doi.org/10.12811/kshsm.2015.9.1.123>
- [48] A. Crombie, J. Brindley, D. Harris, D. Marks-Maran, T. M. Thompson, "Factors that enhance rates of completion: what makes students stay?", *Nurse education today*, vol. 33, no. 11, pp. 1282-1287, 2013.  
DOI: <https://dx.doi.org/10.1016/j.nedt.2013.03.020>

박 미 향(Mi-Hyang Park)

[정회원]



- 2006년 2월 : 계명대학교 간호학과 (간호학학사)
- 2012년 8월 : 계명대학교 일반대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2017년 2월 : 계명대학교 일반대학원 간호학과 (간호학박사)
- 2015년 3월 ~ 2017년 2월 : 영남이공대학교 간호학과 조교수
- 2017년 3월 ~ 현재 : 수성대학교 간호학과 조교수

<관심분야>

성인간호학, 간호시뮬레이션, 간호교육