

# 간호대학생의 그릿(Grit)과 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향

이승주, 박주영\*  
건양대학교 간호대학

## The Effects of Grit and Stress on Nursing Student's Adjustment to College Life

Seung Ju Lee, Ju Young Park\*  
College of Nursing, Konyang University

요 약 본 연구는 간호대학생의 그릿(Grit)과 스트레스 및 대학생활 적응간의 관계를 살펴보고 대학생활 적응에 미치는 영향을 확인하여 간호대학생의 대학생활 적응에 도움이 되고자 시행되었다. 연구 대상자는 간호대학에 재학 중이면서 최소 1학기의 임상실습을 이수하고 본 연구에 참여하기를 동의한 145명의 학생이며, 자료수집 기간은 2017년 6월 14일부터 6월 16일까지였다. 수집된 자료는 SPSS Statistics 23.0 프로그램을 이용하여 기술통계, Pearson's correlation, Multiple regression으로 분석하였다. 연구결과 본 연구대상자의 그릿(Grit)은 대학생활적응과 유의한 양의 상관관계( $r=.17, p=.047$ )가 나타났으며, 스트레스는 대학생활적응과 유의한 음의 상관관계( $r=-.31, p<.001$ )가 나타났다. 대학생활 적응에 그릿(Grit)과 스트레스는 11.2%의 설명력( $F=9.98, p<.001$ )을 보이고 있다. 이에 본 연구 결과를 바탕으로 간호대학생의 대학생활 적응을 위해서는 그릿(Grit) 수준의 향상과 효과적인 스트레스 관리를 위한 교육 프로그램 개발 및 적용을 제안한다.

주제어 : 그릿(Grit), 스트레스, 대학생활, 간호, 대학생

**Abstract** The purpose of this study was to investigate the relationship between Grit and stress and college adjustment of nursing college students and to confirm the effect of nursing students' adaptation to college life. The study subjects were 145 students who agreed to participate in this study after completing at least one semester of clinical practice. The collected data were analyzed by SPSS 23.0 program using descriptive statistics, Pearson's correlation, Multiple regression analysis. There was a significant positive correlation between college life adaptation and grit ( $r=.17, p=.047$ ) and a negative correlation between stress and university life ( $r=-.31, p<.001$ ). Grit and stress had an explanatory power of 11.2% on adaptation to college life( $F=9.98, p<.001$ ). The results of this study suggest that it is necessary to improve nursing students' Grit level and to develop effective stress management programs for their adaptation to college life.

**Key Words** : Grit, Stress, College life, Nursing, Student

### 1. 서론

#### 1.1 연구필요성

최근 통계청 사회조사에 따르면 전국 2만 여개의 가구 중 만 13세 이상 가구원을 조사한 결과 전반적인 생활에

대한 스트레스를 느낀다는 응답이 54.7%로 나타났다[1]. 학교생활에서 오는 스트레스를 초점화해서 보면 초·중·고등학교 재학생의 경우 40.9%인 반면 대학생은 58.4%로 나타났다. 이는 대학생이 초·중·고등학생 보다 학교생활에서 오는 스트레스를 더 많이 받고 있다는

\*Corresponding Author : Ju Young Park(jypark@konyang.ac.kr)

Received December 26, 2017

Accepted February 20, 2018

Revised January 30, 2018

Published February 28, 2018

것을 알 수 있다. 이와 더불어 교육부 조사에서 전국 대학생 전체의 중도탈락 비율은 2014년 6.38%, 2015년 7.41%로 1.03% 증가하는 것으로 나타났다[2].

한편, 대학생의 전반적인 학교생활에 대한 만족도 조사결과 51%정도가 만족을 느끼는 것으로 나타났으며[1], 이 중 본 연구대상자가 속한 일개 D시의 사례를 보면 학생들의 전공에 대한 만족도는 35.7% 인 것으로 나타났다. 이들 대학생 중 특히 간호대학생은 이론과 임상실습을 병행하는 교과과정으로 학업에 대한 스트레스와 임상실습에 대한 스트레스가 높고[3] 이와 같은 대학생활에서 오는 스트레스가 많으면 대학생활 적응에 어려움이 있을 수 있다[4]. 또한, 최근 심각한 취업난으로 타 전공에 비해 높은 취업률을 나타낸다는 이유로 전공에 대한 이해 없이 간호학과를 지망하는 학생들이 늘어나고 있는데 이러한 실정으로 본인의 적성과 맞지 않아 다양한 스트레스를 받고, 대학생활 적응에 힘겨워하는 학생들이 점점 늘어나고 있는 추세이다[5]. 이는 사회적 현상의 하나로써 해결해야 될 문제를 교육적으로 접근할 필요가 있다.

대학생활 적응은 학업과 관련된 생활과 대인관계 등의 사회생활에서의 스트레스에 적절히 대처하며 자신이 다니는 대학에 전반적인 호감을 갖는 것을 의미한다[6]. 대학생활 적응에 관한 선행적인 연구들을 살펴보면, 대학생활의 적응정도는 대학생활의 다양한 스트레스를 어떻게 대처하느냐에 따라 결정이 되어 진다고 언급하고 있으며[7] 대학생활 적응의 여러 변인으로 효율적인 문제해결능력, 자아존중감, 자기 주장성, 부모와의 애착정도, 가족형태와 가족관계, 부모로부터의 독립과정 등이 제시되고 있다[8]. 또한 자기효능감, 사회적 지지, 스트레스 대처는 대학생활 적응에 유의한 관계를 보이고 있으며, 자기효능감과 사회적 지지는 대학생활 적응력을 높이는 데 도움이 될 수 있는 것으로 나타났다[9]. 이와 같이 선행연구에서는 대학생활 적응과 관련된 다양한 변인들을 제시하여 일관성 있는 연구결과를 도출하고 있으나 이들 간 전반적 높고 낮음과 관계를 연구하는 반복연구에 머물러 있는 상황으로 개인이 설정한 목표의 성취를 위한 장기적인 노력과 투지의 측면을 반영하지는 않았다.

그릿(Grit)은 2007년에 본격적으로 연구가 시작된 개념으로 각계각층에서 탁월한 성취를 한 사람들이 공통으로 소유하고 있는 성격특성으로 정의되고 있다[10]. 이는 단순한 노력이나 수행을 잘 하는 것을 의미하지 않으며 목표에 오랜 기간 일관된 관심을 가지고 상황에 따라 다

른 시도를 하거나 도전하는 것으로 종합하고 있다[11]. 국내연구에서는 주로 초·중·고등학생들을 대상으로 그릿과 학업성취에 관한 연구가 진행되었으며[12] 대학생을 대상으로 대학생활 적응에 관한 연구는 거의 없는 실정이다.

최근 한국으로 유학 온 대학생들을 대상으로 한 연구[13]에 의하면 그릿의 수준이 높은 대학생은 학업을 중도 포기 할 가능성이 적고, 정서적 적응과 사회적응, 대학생활 만족, 학업 적응능력이 높게 나타났다. 또한 국내 대학생의 그릿 수준이 높을수록 대학생활만족도 및 주관적 안녕감에 기여하는 소속감이 높게 나타났으며[14], 의학과 레지던트들을 대상으로 한 연구에서 그릿 수준이 높을수록 심리적 소진이 낮게 나타남을 알 수 있었다[15]. 이러한 연구들을 미루어 볼 때 스트레스를 느끼는 상황을 극복하고 대학생활 적응하는 것에서 그릿의 효과에 주목해 볼 필요성이 있어 보인다.

따라서 본 연구에서는 임상실습을 경험한 간호대학생을 대상으로 그릿, 스트레스, 대학생활 적응 간의 상관관계를 분석하고 그릿과 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향을 파악함으로써 간호대학생의 성공적인 대학생활 적응을 위한 교육 프로그램 마련의 기초를 제공하고자 한다.

## 1.2 연구목적

본 연구는 임상실습을 경험한 3, 4학년 간호대학생의 그릿과 스트레스, 대학생활 적응 간의 상관관계를 파악하고, 그릿과 스트레스가 대학생활 적응에 어떤 영향을 미치는지 확인하고자 한다. 이에 구체적 목적은 다음과 같다.

- 1) 연구대상자의 그릿, 스트레스, 대학생활 적응의 정도를 확인한다.
- 2) 연구대상자의 그릿, 스트레스, 대학생활 적응 간 상관관계를 파악한다.
- 3) 연구대상자의 대학생활 적응에 미치는 영향요인을 분석한다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구설계

본 연구는 임상실습을 경험한 3, 4학년 간호대학생의

그릿과 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향을 확인하기 위한 서술적 조사연구이다.

## 2.2 연구대상자

본 연구의 대상자는 편의표집에 의하여 선정된 D시 소재 4년제 간호대학에 재학 중인 학생으로 임상실습을 최소 1학기를 이수하고 본 연구에 참여하기를 동의한 145명이다. 선행연구를 참조하여 효과크기 .30, 검정력 .95, 유의수준 .05로 하고 G-power 3.1.2 program을 이용하여 134명의 표본수가 산정되었다. 본 연구의 대상자 수는 중도 탈락을 고려하는 경우 충분한 대상자 크기로 판단된다.

## 2.3 연구도구

### 2.3.1 그릿

그릿의 측정도구는 Duckworth[10]가 개발한 그릿 측정도구를 이수란[12]이 번안과 역번안으로 타당도와 신뢰도를 확보한 그릿척도를 사용하였다. 총 12문항으로 관심의 일관성 6문항과 노력의 꾸준함 6문항으로 구성되어 있다. 문항은 '전혀 아니다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점으로 5점 Likert 척도로 구성되며 관심의 일관성은 모두 부정문항으로 역산하였다. 점수가 높을수록 장기적 목표를 달성하기 위한 열정과 의지가 높음을 의미한다. 이수란[12]의 연구에서 신뢰도 Cronbach'  $\alpha$ 는 .79이었으며 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach'  $\alpha$ 는 .79로 나타났다.

### 2.3.2 스트레스

대학생활 스트레스를 측정하기 위해 유지수, 장수정, 최은경과 박지원[16]이 개발한 한국 간호대학생들의 스트레스 측정 도구이며, 총 59문항으로 대학차원 스트레스 39문항과 임상차원 스트레스 20문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 '스트레스를 전혀 경험하지 않는다' 0점에서 '매우 많이 경험한다' 4점으로 최저 0점부터 최고 4점이며 점수가 높을수록 스트레스 정도가 높음을 의미한다. 도구 개발당시 신뢰도는 대학차원 스트레스가 Cronbach'  $\alpha$ 는 .94, 임상차원의 스트레스는 Cronbach'  $\alpha$ 는 .92였다. 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach'  $\alpha$ 는 대학차원 스트레스 .95, 임상차원 스트레스 .94였으며 전체는 .97이었다.

### 2.3.3 대학생활 적응

간호대학생의 특수성을 반영하여 박신영[17]이 개발

한 간호대학생 대학생활 적응 도구를 사용하였다. 총 43 문항으로 전반적 대학생활 적응 34문항과 현장실습적응 9문항으로 구성되어 있다. '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점으로 5점 Likert식 척도로 구성되며 부정적인 문항은 역환산하여 계산하고 점수가 높을수록 대학생활 적응 정도가 높다는 것을 의미한다. 도구개발 당시 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .92였으며 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach' s  $\alpha$ 는 전반적 대학생활 .86, 현장실습적응 .71이었으며 전체는 .83이었다.

### 2.3.4 일반적 특성

일반적 특성은 선행연구를 참고하여 나이, 성별, 학년, 동아리활동, 거주형태, 학과선택 이유의 6개 항목으로 구성되었다.

## 2.4 자료수집 및 연구의 윤리적 고려

본 연구를 위한 자료 수집은 K대학교 생명윤리심의위원회 심의를 거쳐 승인 받은 후 2017년 6월 14일부터 6월 16일까지 시행하였다(IRB No. 2017-018). 모집방법에서는 연구 참여를 알리는 첫 공지를 교수가 하게 될 경우 취약한 대상자인 학생은 동의하기의 자유로움을 상실할 수도 있으므로 연구대상자가 연구자를 알 수 없게 진행을 도와 줄 공동연구자 1명이 직접 설문조사를 진행하였다. 공동연구자는 연구대상자에게 먼저 연구에 대해 직접 설명한 후 연구 참여에 동의한 대상자에게 자발적인 연구동의서를 받은 후 진행하였다. 공동연구자는 연구대상자에게 본 연구의 참여는 수업과 무관하며, 스스로 자율적인 동의하에 진행됨을 설명하였다. 또한 연구참여 중 언제든지 자발적으로 참여를 중단할 수 있으며, 이로 인한 어떠한 불이익도 받지 않음을 설명하였다.

## 2.5 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS Statistics 23.0 통계 프로그램을 사용하여 연구 목적에 맞게 다음과 같은 방법으로 분석하였다.

- 1) 연구대상자들의 일반적 특성, 그릿, 스트레스 및 대학생활 적응 정도를 파악하기 위해 평균과 표준편차, 빈도와 백분율로 분석하였다.
- 2) 연구대상자의 그릿, 스트레스, 대학생활 적응 간 상관관계를 알아보기 위해 Pearson's correlation를 이용하였다.

3) 연구대상자의 대학생활 적응에 미치는 영향요인을 확인하기 위하여 입력방식의 다중 회귀분석 (Multiple regression)을 실시하였다.

### 3. 연구결과

#### 3.1 연구대상자의 일반적 특성

본 연구대상자의 나이는 21.99±1.81세이며 여자가 87.6%(127명)로 남자 12.4%(18명) 보다 많았다. 4학년이 66.9%(97명)로 3학년 33.1%(48명) 보다 많았으며 동아리 활동은 없는 경우가 77.9%(113명)로 있는 경우 22.1%(32명) 보다 많았다. 거주형태는 자취가 48.3%(70명)로 자택 30.3%(44명), 기숙사 21.4%(31명) 보다 많았고 간호학과 지원 동기는 취업 고려 45.6%(66명)로 가장 많았으며 스스로 선택 한 경우 35.2%(51명), 주변의 권유 13.8%(20명), 성적을 고려한 경우 5.5%(8명) 순이었다(Table 1 참고).

Table 1. General characteristics of the participants (N=145)

Variables	Categories	n(%) or M±SD
Age	20-31	21.99±1.81
Gender	Female	127(87.6)
	Male	18(12.4)
Grade	4th	97(66.9)
	3rd	48(33.1)
Club member	No	113(77.9)
	Yes	32(22.1)
Living in	Lodging house	70(48.3)
	Home	44(30.3)
	Dormitory	31(21.4)
Application motivation	Job	66(45.6)
	Aptitude	51(35.2)
	Inducement	20(13.8)
	High school grade	8(5.5)

#### 3.2 연구대상자의 그릿, 스트레스, 대학생활 적응의 정도

본 연구대상자의 그릿은 5점 만점 중 3.31±.31점 이었으며, 하위영역인 흥미일관성 3.27±.50점, 노력지속성 3.36±.53점으로 나타났다. 스트레스는 4점 만점 중 2.77±.66점 이었으며 대학차원 스트레스는 2.93±.69점, 임상차원 스트레스 2.62±.75점 이었다. 대학생활 적응은 5점 만점 중 3.37±.43점으로 전반적 대학생활 적응은 3.40±.44점, 임상실습 적응 3.35±.55점 이었다(Table 2 참고).

Table 2. Degree of grit, stress, and college adjustment (N=145)

Variables	Categories	M±SD
Grit	Total	3.31±.31
	Consistency of interests	3.27±.50
	Persistence of effort	3.36±.53
Stress	Total	2.77±.66
	College-based stress	2.93±.69
	Clinical-based stress	2.62±.75
College adjustment	Total	3.37±.43
	General adjustment	3.40±.44
	Clinical practice adjustment	3.35±.55

#### 3.3 연구대상자의 그릿, 스트레스, 대학생활 적응 간 상관관계

본 연구대상자의 대학생활 적응은 그릿( $r=.17, p=.047$ )과 유의한 양의 상관관계가 나타났으며 스트레스( $r=-.31, p<.001$ )와 유의한 음의 상관관계를 나타냈다. 그릿과 스트레스( $r=.11, p=.201$ )는 통계적으로 유의한 상관관계가 나타나지 않았다(Table 3 참고).

Table 3. Correlations between grit, stress, and college adjustment (N=145)

	College adjustment	Stress
	$r(p)$	
Stress	-.31(<.001)	
Grit	.17(.047)	.11(.201)

#### 3.4 연구대상자의 대학생활 적응 영향요인

본 연구대상자의 대학생활 적응에 미치는 관련요인을 규명하기 위하여 그릿과 스트레스를 독립변수로 투입하여 다중 회귀분석을 실시한 결과는 Table 4와 같다. 회귀분석을 위한 분산팽창지수(Variance Inflation Factor, VIF)는 1.009로 다중공선성의 문제는 없고 Durbin-Watson 결과 1.846으로 독립성을 만족하여 자기상관성에 문제가 없는 것으로 나타났다. 투입된 변인들 가운데 그릿( $\beta=.169, p=.035$ )과 스트레스( $\beta=-.327, p<.001$ ) 모두 유의하게 예측하였다. 최종적으로 회귀분석을 실시한 결과 회귀모형은 유의한 것으로 나타났으며 ( $F=9.98, p<.001$ ), 모형의 설명력을 나타내는 수정된 결정계수 Adjust R<sup>2</sup>은 .112로 11.2%의 설명력을 나타내고 있다(Table 4 참고).

Table 4. Influencing factors to college adjustment (N=145)

Variables	B	SD	$\beta$	t	$p$	VIF
(Constant)	3.175	.391		8.112	<.001	
Stress	-.216	.051	-.327	-4.112	<.001	1.009
Grit	.242	.113	.169	2.132	.035	1.009

R<sup>2</sup>=.125, Adjust R<sup>2</sup>=.112, F=9.98,  $p$ <.001

#### 4. 논의

본 연구는 임상실습을 경험한 3,4학년 간호대학생의 그릿과 스트레스 및 대학생활 적응 정도를 확인하고, 그릿, 스트레스, 대학생활 적응 간의 상관관계를 파악하며 대학생활 적응에 미치는 영향요인을 분석하고자 하였다.

본 연구대상자인 간호대학생의 그릿의 정도는 1-5점의 범위에서 3.31점으로 하위영역인 흥미일관성은 3.27점, 노력지속성은 3.36점으로 나타났다. 이는 같은 도구를 사용하고 일반계 고등학생을 대상으로 한 그릿과 진로결정 자기효능감이 진로준비행동에 미치는 영향에 대한 연구결과의 3.07점 보다는 높았으나[18] 간호대학생이 포함된 대학생의 그릿과 학업성취에 대한 연구결과의 3.37점과는 유사한 결과였으며[19], 흥미일관성 3.24점, 노력지속성 3.37점으로 하위영역과도 유사하게 나타났다. 이는 그릿의 가장 중요한 특성이 목표의 지속성 즉 동일한 목표를 위해 노력하는 것임을[12] 고려해 볼 때 자신의 목표를 향하여 좋은 대학에 진학하기 위한 우리나라 고등학생의 꾸준한 노력이 대학에서도 그 힘이 유지되고 있음을 유추할 수 있으며, 대학은 그러한 노력들을 성과로 이끌기 위하여 구체적 활용방법을 고민하고 개발 할 필요가 있을 것이다.

본 연구대상자의 스트레스는 1-4점의 범위에서 2.77점으로 같은 도구를 사용하여 일반 대학생의 스트레스를 측정된 김나영[20]의 연구결과 1.82점 보다는 높았으나 간호대학생을 대상으로 한 손영주, 최은영과 송영아[21]의 연구결과 2.58점과는 유사한 수준으로 나타났다. 본 연구에서의 하위영역인 대학차원 스트레스 평균은 2.93점, 임상차원 스트레스 2.62점으로 대학차원 스트레스가 더 높은 것으로 확인되었다. 이는 박주영[3]의 연구결과 대학차원 스트레스 1.99점, 임상차원 스트레스 1.67점과 손영주, 최은영과 송영아[21]의 연구결과 대학차원 스트레스 2.61점, 임상차원 스트레스 2.51점을 보인 것과 맥락

을 같이한다. 이를 통해 타 전공 학생보다 간호대학생의 스트레스가 높으며 또한 간호대학생의 경우 임상실습에서 오는 스트레스 즉 실습대상자와의 의사사통, 대상자를 돌봄에서 기대 충족, 대상자 간호 등 목표가 있는 스트레스 보다 교수, 가족, 친구와의 인간관계, 외로움, 삶의 의미, 나에 대한 부담, 개인적 성취, 친구와의 경쟁 등 일상과 학업의 경쟁적 구조 속에서 오는 스트레스를 더 크게 인지하고 있음을 알 수 있다. 따라서 일상과 학업에서 오는 스트레스를 스스로 인식하고 그 경험을 주변에 솔직하게 이야기하며 자신만의 스트레스 목표를 설정한다면 스트레스를 긍정적 성장으로 전환하는 기회를 얻을 수 있을 것이다. 또한 대학 내 스트레스가 높은 학생을 사전 선별 할 수 있는 상담체계가 필요하다.

본 연구대상자의 대학생활 적응은 1-5점의 범위에서 3.37점으로 나타났고 하위항목으로 전반적 대학생활 적응 3.40점과 임상현장 실습적응 3.35점으로 나타났다. 대학생활 적응과 관련된 많은 연구들이 있었으나, 본 연구에서 사용한 대학생활 적응 측정도구는 2017년에 개발되어 타 연구와 비교가 어려웠으므로, 간호대학생 대상으로 하였으나 다른 도구를 사용한 홍혜숙과 김현영[22]의 연구와 비교한 결과 5점 만점 중 3.10점으로 측정된 것과 한중숙[23]의 연구결과 5점 만점 중 3.27점으로 측정된 것을 미루어 보아 유사한 결과임을 알 수 있다. 그리고 사범 계열과 사회과학 계열 전공생을 대상으로 한 이숙정[24]의 연구에서 대학생활 적응은 3.67점으로 나타났다. 이는 전공계열에 따른 대학생활 적응에 유의한 차이가 없었던 결과[25]도 있는 반면, 간호대학생의 대학생활 적응 정도는 타 전공 학생보다 낮음을 알 수 있다. 따라서 간호대학생의 대학생활 적응을 향상시키기 위한 프로그램 개발 시 간호학과와 문화나 선후배 및 교수와의 인간관계, 전공 적성, 도전, 대처, 효율적 시간관리 등 대학생활 전반에 대한 적응을 포함하거나, 상대적으로 대학생활에 비하여 스트레스는 적지만 적응정도가 낮은 임상현장 실습적응 즉, 현장실습에서의 자존감 저하, 이론과 실습병행의 어려움, 간호사로부터의 무례함 경험 등의 부정적 부분을 해결할 수 있는 구체적 방법을 포함할 수 있을 것이다.

본 연구대상자의 대학생활 적응은 스트레스와 31%의 유의한 음의 상관관계가 있었는데, 이것은 홍혜숙과 김현영[22]의 연구에서 간호대학생의 대학생활 적응이 학업스트레스와 29%의 유의한 음의 상관관계를 보인 것과

고민석과 정지나[26]의 연구에서 보건계열 대학생의 대학생활 적응이 일상생활 스트레스와 65%의 유의한 음의 관계를 나타낸 것과 일치하는 것으로 간호대학생의 대학생활 적응에 일상적 스트레스, 학업적 스트레스가 모두 관계가 있다는 것을 알 수 있다. 이는 간호대학생의 최종 역량 평가를 간호사 국가고시로 평가하고 있는 것과 최근 간호대학생의 효과적인 역량평가를 위해 학기 중 수시평가를 시행하는 대학이 늘어나고 있는 등의 경쟁적 구조 속에서 오는 다양한 스트레스를 조절하고 대처할 수 있는 학과차원의 비교과 프로그램 및 대학차원의 Well-playing 프로그램 개발이 무엇보다 필요하겠다. 또한 대학생활적응은 그것과의 17%의 유의한 양의 상관관계를 보였다. 그것과의 상관관계 연구 부족으로 비교는 어렵지만 본 연구의 대학생활 적응 측정도구의 하위영역인 학업성취 및 학업 자기효능감과 비교를 해보면, 한상춘[18]의 연구에서 학업성취는 그것과 22%, 학업 자기효능감은 그것과 41%로 유의한 양의 상관관계를 나타내었다. 이는 학업성취와 학업 자기효능감을 포함하고 있는 대학생활 적응이 그것과 유의한 양의 상관관계를 나타내는 것을 유추 할 수 있다. 학업성취라는 것은 대학생활적응의 하위요인 중 하나로[27] 본 연구에서 그것은 대학생활적응과 높은 상관관계를 보였으므로 그것 역시 높은 학업성취의 중요한 변인이 될 수 있음을 알 수 있다. 따라서 이에 대한 반복연구가 이루어져 대학생의 중도탈락 비율을 높이는 방법을 모색해 보아야 할 것이다. 하지만, 스트레스는 그것과 유의한 상관관계가 나타나지 않았다. 스트레스와 그것의 직접적 비교를 한 연구를 찾아볼 수는 없었지만 장기적인 노력과 투자를 나타내는 것과 유사한 개념인 스트레스 극복력과 비교를 해보면, 박주영[3]의 연구에서 스트레스와 스트레스 극복력은 16%로 유의한 음의 관계를 보였다. 이것은 본 연구와는 차이를 보이는 것을 볼 수 있으며, 스트레스와 그것과의 관계에 대하여 추후 반복연구가 필요할 것으로 보인다.

마지막으로 대학생활 적응에 미치는 영향 요인을 규명하기 위한 다중 회귀분석 결과 스트레스와 그것은 모두 대학생활 적응에 유의하게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 양현정[8], 홍혜숙과 김현영[22] 등의 연구에서 스트레스가 적을수록 대학생활 적응을 잘 한다는 결과와 유사하며 또한 그것의 수준이 높을수록 대학생활 적응이 쉽다는 것을 알 수 있다. Slick과 Lee[13]의 연구 결과에서도 그것이 높을수록 대학생활 적응을 잘한다는

결과와 일치하였는데 이는 대학생활 적응을 높이기 위해 스트레스를 줄이고 그것을 높이는 방법에 대해 대학, 교수, 학생이 함께 고민해 볼 필요가 있겠다. 특히 그것은 대학생활 적응에 의미 있는 예측 요인이라는 것에 주목할 필요가 있으므로 반복연구가 필요할 것으로 사료된다.

본 연구결과를 종합해보면, 본 연구는 선행연구가 없는 시점에서 간호대학생의 대학생활 적응에 그것의 영향을 확인하였다는 데 의의가 있으며, 그것의 수준이 높을수록, 스트레스가 적을수록 대학생활적응이 수월하다는 것을 확인 할 수 있었다. 따라서 그것 수준 향상과 효과적인 스트레스 관리 방안을 적극적으로 모색한다면 대학생활 적응을 높여 중도탈락률 감소에 기여 할 수 있을 것이다.

## 5. 결론 및 제언

본 연구의 목적은 간호대학생의 그것과 스트레스, 대학생활 적응의 정도를 파악하고, 이들 간의 상관관계를 분석하며 연구대상자의 그것과 스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향을 알아보고자 하였다. 본 연구대상자는 D광역시에 위치한 4년제 간호대학에 재학 중이며 임상실습을 최소 1학기를 이수한 학생 145명이 대상이며, 자료수집은 구조화된 설문지를 사용하여 2017년 6월 14일부터 6월 16일까지 시행되었다. 수집된 자료는 SPSS Statistics 23.0 통계프로그램을 사용하여 분석하였으며 본 연구 결과는 다음과 같다.

첫째, 본 연구대상자의 그것과 스트레스, 대학생활 적응 간의 상관관계를 살펴본 결과 대학생활 적응과 그것( $r=.17, p=.047$ )은 양의 상관관계, 스트레스( $r=-.31, p<.001$ )는 음의 상관관계를 나타내는 것을 알 수 있었다. 둘째, 그것과 스트레스는 대학생활 적응에 11.2%의 설명력으로 영향을 미치는 것( $F=9.98, p<.001$ )으로 나타났으며, 이 중 스트레스( $\beta=-.327, p<.001$ )는 가장 높은 영향력을 가지고 대학생활 적응에 부정적인 영향을 미치며 그것( $\beta=.169, p=.035$ )은 대학생활 적응에 긍정적인 영향을 미치는 것을 확인 할 수 있었다.

본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 앞으로 개인이 목표한 바를 달성하기 위해 노력을 기울이고, 포기하지 않는 근성을 나타내는 그것에 대한 연구를 지속적으로 이어간다면 대학생들의 학교생활 적응과 나아가 취업성취도 등에 긍정적 효과를 얻을

수 있을 것으로 기대되어 진다. 또한 대학생활의 중요한 변수로 알려져 있는 사회적 지지, 자기효능감 등의 독립 변수를 함께 분석에 고려해 볼 필요도 있다. 둘째, 그릿은 지금까지 주로 초·중·고등학생들을 대상으로 학업성취에 관한 연구가 대부분이었으므로 대학생을 대상으로 하여 그릿에 매개 및 조절변수로써 역할을 하는 변수의 탐색에 대한 추후 연구를 제안한다.

## REFERENCES

- [1] Korean Statistical Information Service. (2016). *Social Survey Results in 2016*. Korean Statistical Information Service. [http://kostat.go.kr/portal/korea/kor\\_nw/3/index.board?bmode=read&aSeq=357458&pageNo=&rowNum=10&amSeq=&sTarget=&sText=](http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/3/index.board?bmode=read&aSeq=357458&pageNo=&rowNum=10&amSeq=&sTarget=&sText=)
- [2] Y. H. Lim. (2016). *College student dropping out of 5,000 last year*. Dtnews24. <http://www.dtnews24.com/news/article.html?no=401675>
- [3] J. Y. Park. (2011). *Stress, stress response and influencing factors on resilience among nursing students*. Master's thesis. Seonam University, Chonbuk.
- [4] B. O. Choi. (2006). *The effect of the college students' resilience belief on adjustment to college life and the students' daily hassles*. Master's thesis. Yonsei University, Seoul.
- [5] E. A. Kim & K. S. Jang, (2012). Developing a prediction model regarding adjustment of nursing students to college life. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 18(2), 312 - 322. DOI : 10.5977/jkasne.2012.18.2.312
- [6] R. W. Banker & B. Siryk. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 179-189. DOI : 10.1037//0022-0167.31.2.179
- [7] E. J. Kim, (1992). The psychological and academic adjustment of college students. *Yonsei Journal of Counseling*, 8, 85-114.
- [8] H. J. Yang. (2002). *The interaction effect between daily hassles and self-esteem on adjustment to college*. Master's thesis. Yonsei University, Seoul.
- [9] H. J. Lee. (2017). *The influence of self-efficacy, social support and stress coping on college adjustment among male nursing students*. Master's thesis. Honam University, Gwangju.
- [10] A. L. Duckworth, C. Peterson, M. D. Matthews & D. R. Kelly. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087-1101. DOI : 10.1037/0022-3514.92.6.1087
- [11] K. Hwang. (2017). *A study on application of grit to character education*. Master's thesis. Seoul National University, Seoul.
- [12] S. R. Lee. (2014). *Effect of grit, deliberate practice and contingencies of self-worth on academic achievement*. Master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- [13] S. N. Slick & C. S. Lee. (2014). The relative levels of grit and their relationship with potential dropping-out and university adjustment of foreign students in Korea. *Journal of Digital Convergence*, 12(8), 61-66. DOI : 10.14400/jdc.2014.12.8.61
- [14] N. A. Bowman, P. L. Hill, N. Denson & R. Bronkema. (2015). Keep on Truckin' or stay the course? Exploring grit dimensions as differential predictors of educational achievement, satisfaction, and intentions. *Social Psychology and Personality Science*, 6(6), 639-645. DOI : 10.1177/1948550615574300
- [15] A. Salles, G. L. Cohen & C. M. Mueller. (2014). The relationship between grit and resident well-being, *The American Journal of Surgery*, 207(2), 251-254. DOI : 10.1016/j.amjsurg.2013.09.006
- [16] J. S. Yoo, S. J. Jang, E. K. Choi & J. W. Park. (2008). Development of a stress scale for korean nursing students. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 38(3), 410-419. DOI : 10.4040/jkan.2008.38.3.410
- [17] S. Y. Park. (2016). *Development validation of the college life adjustment instrument for nursing students*. Master's thesis. Dankook University, Cheonan.
- [18] Y. S. Noh. (2016). *The effects of high school students' grit and career decision-making self-efficacy on their career preparation behavior*. Master's thesis. Yonsei University, Seoul.
- [19] S. C. Han. (2017). *The mediating effects of academic self-efficacy on the relationship between grit and academic achievement of university students*. Master's thesis. Chonbuk National University, Chonbuk.
- [20] N. Y. Kim. (2011). *A study on relationships among stress, social support, and life satisfaction of university students*. Master's thesis. Konkuk University, Chungbuk.
- [21] Y. J. Son, E. Y. Choi & Y. A. Song. (2010). The relationship between stress and depression in nursing college students. *The Korean Journal of Stress Research*, 18(4), 345-351.
- [22] H. S. Hong & H. Y. Kim. (2016). 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, 6 (2), 221-234. DOI : 10.14257/ajmahs.2016.39*
- [23] J. S. Han. (2015). Factors affecting nursing students' adjustment to college life. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society, 16(7), 4459-4466. DOI : 10.5762/kais.2015.16.7.4459*
- [24] S. J. Lee. (2011). The effect of flow on learning and self-efficacy on college adaptation and academic achievement in undergraduate students. *The Korean Journal of Educational Psychology, 25(2), 235-253.*
- [25] M. J. Shin. (2014). *The relationships between communication ability, self-identity and college adjustment among college students.* Master's thesis. Sahmyook University, Seoul.
- [26] M. S. Ko & J. N. Jeong. (2012). The mediating effects of health promoting lifestyle in the relationship between life stress and adaptation to college life of health department college students. *The Korean Journal of Health Service Management, 6(4), 131-142. DOI : 10.12811/kshsm.2012.6.4.131*
- [27] H. J. Hwang. (2017). *The effect of ego-resilience and social support of college students on adjustments university life.* Master's thesis, Kwangju Women's University, Kwangju.

이 승 주(Lee, Seung Ju)

[정회원]



- 2006년 2월 : 건양대학교 간호학과 (학사)
- 2017년 2월 ~ 현재 : 건양대학교 간호학과(석사과정)
- 관심분야 : 지역사회간호, 간호행정, 간호교육

▪ E-Mail : magi337@naver.com

박 주 영(Park, Ju Young)

[정회원]



- 1998년 2월 : 국군간호사관학교 간호학과(간호학사)
- 2006년 8월 : 연세대학교 간호학과 (간호학 석사)
- 2011년 2월 : 연세대학교 간호학과 (간호학 박사)

▪ 2011년 3월 ~ 현재 : 건양대학교 간호학과 교수

▪ 관심분야 : 간호교육, 재난 및 IT 융합간호, 응급간호

▪ E-Mail : jypark@konyang.ac.kr