

## 간호대학생의 성격유형, 학업 스트레스, 스트레스 대처방식이 대학생활 적응에 미치는 영향

장현정<sup>†</sup>

경운대학교 간호학과, 조교수  
(2020년 8월 6일 접수: 2020년 8월 25일 수정: 2020년 8월 31일 채택)

### Effects of Personality Type, Academic Stress and Stress Coping Methods on College Life Adjustment among Nursing Students

Hyun-Jung Jang<sup>†</sup>

*Assistant Professor, Department of Nursing Kyungwoon University  
(Received August 6, 2020; Revised August 25, 2020; Accepted August 31, 2020)*

**요 약 :** 본 연구는 2018년 10월 29일부터 11월 1일까지 G시의 간호대학 3학년 139명을 대상으로 간호대학생의 성격유형, 학업 스트레스 및 스트레스 대처방식이 대학생활 적응에 미치는 영향요인을 파악하기 위하여 실시하였다. 연구결과, 대학생활 적응은 성별( $t=-3.55, p=.001$ ), 전공만족도( $F=9.38, p<.001$ ), 대인관계 만족도( $F=12.24, p<.001$ ), MBTI 선호유형 중 삶의 양식(JP)과 유의한 차이가 있었다( $t=2.54, p=.012$ ). 대학생활 적응은 학업 스트레스( $r=-.56, p<.001$ )와 유의한 음의 상관관계가 있었다. 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인으로는 학업 스트레스( $\beta=-.40, p<.001$ ), 대인관계 만족도( $\beta=-.27, p<.001$ ), 성별( $\beta=.22, p=.002$ )로 나타났으며 설명력은 40.6%였다. 본 연구결과를 토대로 간호대학생의 대학생활 적응을 위해 학업 스트레스 감소 및 대인관계 향상을 위한 성격유형을 고려한 맞춤형 교·내외 프로그램 개발 및 적용이 필요할 것으로 사료된다.

**주제어 :** 성격유형, 학업 스트레스, 스트레스 대처방식, 대학생활 적응

**Abstract :** This study was conducted on 139 nursing students in their junior year of college in G City from October 29 to November 1, 2018, in order to identify the effects of personality type, academic stress and stress coping methods on college life adjustment. The results of the study showed that there were significant differences in college life adjustment ( $t=2.54, p=.012$ ) according to gender ( $t=-3.55, p=.001$ ), satisfaction of major ( $F=9.38, p<.001$ ), satisfaction of interpersonal relationships ( $F=12.24, p<.001$ ), and judging or perceiving (JP) among the MBTI preference pairs ( $t=2.54, p=.012$ ). College life adjustment had a significant negative correlation with academic stress ( $r=-.56, p<.001$ ). Factors that affected college life adjustment included academic stress ( $\beta=-.40, p<.001$ ), satisfaction of

---

<sup>†</sup>Corresponding author  
(E-mail: jangah74@hanmail.net)

interpersonal relationships ( $\beta = -.27, p < .001$ ), and gender ( $\beta = .22, p = .002$ ), and the explanatory power of these factors was 40.6%. Based on the findings of the study, it is necessary to develop and apply extracurricular programs to help nursing students reduce academic stress and improve their interpersonal relationships so that they can adjust well to college life.

*Keywords* : Personality type, Academic Stress, Stress Coping Methods, College Life Adjustment

## 1. 서론

### 1.1. 연구의 필요성

간호대학생은 학과 특수성으로 인한 여러 가지 부담이 가중되어 있으며 그 중에서도 많은 전공 관련 학업, 임상 실습 이수, 국가고시에 대한 부담감 등으로 인해 타 학과보다 많은 스트레스를 경험하고 있다[1]. 취업률이 높고 간호학과에 대한 좋은 이미지를 가지고 입학하게 된 학생들에게는 이러한 스트레스로 인해 신체적 건강뿐 아니라 자신감 상실과 성적 저하 등으로 인해 대학 생활에 부정적 영향을 주게 된다[2]. 더욱이 자신의 적성이나 선호도에 따라 학과를 선택하기보다 취업 가능성 등의 이유로 간호학과를 지원하는 경우 학과나 전공에 대한 만족도가 저하되고 스트레스에 대한 부적절한 대처로 대학생활 적응에 여러 가지 영향을 미치게 된다[3]. 대학생활 적응은 대학 환경 내에서 생활하면서 대학생활 요구에 적절하게 반응하고 만족을 느끼는 상태이며[4] 대학생활 시 요구되는 학업 외에도 다양한 환경에 대해 대처해가는 전반적인 과정을 의미한다[5]. 학생들의 대학생활 적응을 높이기 위해서는 스트레스를 줄이고 스스로 스트레스에 대처할 수 있도록 해야 한다[6]. 즉, 이를 위해서는 개인이 어떠한 스트레스를 경험하고 어떻게 대처하는가를 파악하는 것이 중요하며 개인의 심리적 특성에 대해 객관적이고 체계적으로 분석하는 것이 필요하다[7].

개인의 심리적 특성을 나타내는 대표적인 것 중의 하나인 성격은 인간의 행동성향을 설명하는 감정, 사고, 태도, 인지 방식 등과 관련된 특성으로[8] 성격의 어느 것이 좋고 나쁨을 나타냄이 아니라 개인의 성향을 나타내는 것이며[9] 이는 개인의 요구와 개인을 둘러싼 환경요인과의 상호작용에 의해 형성된다[10]. 성격은 주관적인 부분으로 동일한 스트레스 상황이라도 각 성격유형에

따라 스트레스 대처방식이 달라진다[11]. 개인별 성향을 나타내는 대표적인 성격유형으로는 에니어그램, MBTI (Myers-Briggs Type Indicator: 이하 MBTI) 등이 있으며 이중 MBTI는 개인의 심리유형을 잘 반영한 성격 지표라 할 수 있다[12]. MBTI 검사는 Carl. Jung의 심리유형 이론을 근거로 한 것으로 인간의 개별 성향을 이해하는데 도움을 주는 비 진단적 검사이며 규범화되어 있다[12]. MBTI는 양극의 대립되는 두 개의 선호경향을 가진 각각의 4쌍의 선호지표에 따라 개인의 성격 및 행동의 독특성과 다양성을 나타낸다[13]. 성격은 학업성취도 및 학습 태도[14], 스트레스와 스트레스 대처방식[15] 등과 관련성이 있으므로 대학생들이 경험할 수 있는 스트레스와 관련된 부분에 대하여 개인의 성격유형을 반영한 프로그램이 도움이 될 수 있을 것이다.

학생들의 스트레스 요인 중 가장 큰 학업 스트레스는 학업으로 인해 학생들이 심리적 부담 또는 긴장, 초조함, 우울 등의 심리적 상태를 경험하는 것을 통칭한다[16]. 대학생에게 있어서의 학업은 중·고등학교 때의 수동적 지식 습득을 위한 학업과는 다르며 스스로 결정하고 실천하는 것에 적응하지 못하면 전공 불만족, 학사경고, 휴학 등으로 이어지며 자신의 학업과 진로에 대해 스트레스를 받게 되고 대학생활에 대한 부적응까지도 나타나게 된다[17]. 또한 다양한 스트레스 상황에 대한 적절한 대처가 이루어지지 않게 되면 신체적, 정신적 증상을 유발하게 되므로[18] 적절한 스트레스 대처방안에 대한 모색이 필요하다.

간호대학생의 학업 및 임상실습 스트레스 관련 연구대상은 1학년[5], 2학년[19], 3학년[1], 몇 개 학년[6] 등 다양하게 연구되고 있다. 그러나 다른 학년에 비해 3학년의 경우 처음으로 많은 이론적 전공 교과목을 접하게 되며 첫 임상실습이 시작되는 시기이므로 이들의 전공과 관련된 학업 스트레스는 타 학년보다 더 클 것으로 생각된다. 따라서 이들이 경험하게 되는 학업 스트레스를

파악하고 이를 감소시키기 위한 대처방안 및 효율적인 적응에 대한 노력이 필요할 것이다.

스트레스와 관련된 연구 중 Cha [8]는 간호대학생의 스트레스와 성격유형은 유의한 음의 상관관계가 있다는 결과를 보고하였으며 Nam [19]은 성격의 심리기능 및 심리기질 유형에 따라 스트레스 대처방식에 대해 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 스트레스 대처와 성격유형이 관련성이 있음을 알 수 있다. 이를 토대로 학생들의 스트레스를 감소시키기 위해서는 성격유형별에 따른 자가 관리법 및 지도방안이 필요하리라 사료된다.

스트레스 대처방식은 자신이 받은 피해를 최소화하기 위한 대응행동이며[20] 스트레스 대처는 성격특성과 관련이 있다[11],[21]. Lee와 Choi[9]는 대학생의 MBTI 성격유형에 따른 스트레스 대처방식 중 문제 중심적 스트레스 대처방식은 EP(외향 인식형)와 IP(내향 인식형)에서 부정적 영향을 미치고 소망적 사고 및 정서 중심적 스트레스 대처방식은 EP(외향 인식형)에서 긍정적 영향을 미친다고 하여 스트레스 대처방식에 성격유형이 도움 되는 부분이라 할 수 있다. 따라서 개인에 따라 서로 다르게 적용되는 스트레스 대처방식을 이해하기 위해서는 다양한 변인인 개인적 특성이나 사회 심리적 환경과 같은 것을 고려해야 할 필요가 있다.

간호대학생에게 있어서의 스트레스 대처와 대학생활 적응은 초기성인기에 달성해야 할 부분이며[22] 인성과 전문적 실력을 갖춘 간호사로 성장함에 있어 영향을 미칠 수 있는 대학생활 적응을 위해 대학초기부터 체계적인 관리방안이 마련되어 적용되어야 할 필요가 있다[2]. 또한 긍정적인 대학생활을 위해 스스로가 적극적이며 긍정적인 스트레스 대처방식과 대학생활 적응을 위한 노력이 필요할 것이다.

대학생활 적응과 관련된 연구 변수로는 대학생활 스트레스[23], 자아 탄력성과 스트레스 대처방식[24], 학업 스트레스, 진로정체감과 자기 효능감[25], 임상실습 스트레스와 스트레스 대처양식[26], 자기효능감과 학업 스트레스[27], 성격유형과 자아 탄력성[28], 스트레스 대처방식[29] 등이 있다. 선행연구의 대부분이 스트레스와 관련된 연구들이 많으나 스트레스가 개인마다 다르다는 특성을 고려할 때 개별적 성향의 성격유형과 관련된 연구는 미흡하며 특히 간호대학생 중 많은 변화를 경험하게 되는 3학년을 대상으로 한 연구가 미흡한 편이었다. 따라서 본 연구는 간호대학생의

대학생활 적응에 영향을 주는 주요 요인으로 성격유형, 학업 스트레스와 스트레스 대처방식을 파악하여 보다 나은 대학생활 적응을 위한 기초자료를 제공함에 도움이 되고자 한다.

## 1.2. 연구목적

본 연구는 간호대학생의 성격유형, 학업 스트레스, 스트레스 대처방식 및 대학생활 적응과의 관계를 조사하고 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위함이다. 이에 긍정적인 대학생활에 도움이 되는 기초자료를 제공하고자 하며 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 학업 스트레스, 스트레스 대처방식 및 대학생활 적응 정도를 파악한다.
- 2) 대상자의 일반적 특성 및 성격유형에 따른 학업 스트레스, 스트레스 대처방식 및 대학생활 적응과의 차이를 파악한다.
- 3) 학업 스트레스, 스트레스 대처방식 및 대학생활 적응과의 관계를 파악한다.
- 4) 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

## 2. 연구방법

### 2.1. 연구설계

본 연구는 간호대학생의 성격유형, 학업 스트레스, 스트레스 대처방식, 대학생활 적응과의 관계 및 대학생활 적응에 미치는 요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2.2. 윤리적 고려

연구 전 대상자에게 연구목적 및 설문 응답 내용에 대한 비밀 보장성과 조사에 의한 연구결과에 대한 연구목적 이외에는 사용되지 않음에 대해 설명하였다. 또한 대상자가 연구 참여를 원하지 않을 시 언제든지 철회할 수 있음을 설명하고 서면으로 연구 참여 동의를 받은 후 조사를 실시하였으며 설문에 참여한 대상자에게는 소정의 답례품을 제공하였다.

### 2.3. 연구대상 및 자료수집 방법

본 연구는 2018년 10월 29일부터 11월 1일까지 G시의 간호대학 3학년 재학생을 대상으로 하였다. 대상자 선정은 G\*Power 3.1.9.2 program

을 이용하여 다중회귀분석을 위해 예측변수 11에 대하여 유의수준( $\alpha$ )=.05, 효과크기(ES)=.15, 검정력( $1-\beta$ )=.80으로 예측할 때, 최소 표본수가 123명으로 산출되었으며 탈락률을 고려하여 3학년 재학생 151명에게 실시하였다. 본 연구목적에 이해하고 자발적 연구 참여에 동의한 대상자 중 응답에 미비한 자료 12부를 제외한 총 139명이 최종 분석에 사용되었으며 본 연구에서의 대상자 수를 충족하였다.

## 2.4. 연구도구

### 2.4.1. MBTI 성격유형

MBTI는 성격유형 지표로 Myers와 Briggs가 개발한 것을 Kim과 Shim [30]이 한국판에 맞게 번역한 MBTI GS<sup>®</sup>형의 자기기입식 도구로 대상자가 설문 문항 중 자신의 성격 선호경향에 가까운 항목을 선택한다. MBTI는 16가지 성격유형에 대한 네 쌍의 지표에 대해 총 94문항으로 구성되어 있다. 네 쌍의 지표 중 에너지 방향은 주의집중 및 초점 방향에 따라 외향(Extraversion; 이하 E)-내향(Intraversion; 이하 I), 인식기능은 정보수집과 인식방법에 따라 감각(Sensing; 이하 S)-직관(Intuition; 이하 N), 판단기능은 결정과 선택의 기능에 따라 사고(Thinking; 이하 T)-감정(Feeling; 이하 F), 삶의 양식은 생활양식의 표현과 행동 이해에 따라 판단(Judgement; 이하 J)-인식(Perception; 이하 P)으로 분류된다[31]. 한국판 MBTI 표준화 신뢰도는 EI 지표 .86, SN 지표 .85, TF 지표 .81, JP 지표는 .88이었다[13].

### 2.4.2. 학업 스트레스

Schaufeli 등[32]에 의해서 개발된 MBI-SS (Maslach Burnout Inventory-Student Survey) 척도를 Shin [33]이 변안한 것으로 총 15문항이며 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점부터 '매우 그렇다' 4점까지의 Likert 4점 척도로 점수가 높을수록 학업 스트레스가 높은 것을 의미한다. Shin [33] 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ =.87이었으며 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ =.73이었다.

### 2.4.3. 스트레스 대처방식

Folkman과 Lazarus [21]가 개발한 스트레스 대처방식 척도(The way of Stress Coping

Checklist)를 기초로 하여 Park [34]이 수정·보완한 것으로 스트레스 대처방식에 대해 '문제 중심적 대처', '사회적 지지추구 대처', '정서적 대처', '소망적 대처'의 4개 영역 총 24개 문항으로 재구성한 척도를 사용하였다. 각 문항은 '전혀 사용하지 않음' 1점부터 '아주 많이 사용' 4점까지의 Likert 4점 척도로 점수가 높을수록 스트레스 대처방식이 적극적이고 긍정적이며 그 대처방식을 많이 사용하는 것을 의미한다. Park [34] 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ =.81이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ =.77이었다.

### 2.4.4. 대학생활 적응

대학생활 적응(Student Adjustment to College Questionnaire: SACQ)은 Baker와 Siryk [4]가 개발하고 Lee [35]가 연구의 목적에 맞게 수정한 척도를 사용하였다. 대학생활 적응 척도는 '정서적 적응', '대학에 대한 애착 적응', '학업적 적응', '사회적 적응', '신체적 적응'의 5가지 영역 총 25문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점부터, '매우 그렇다' 5점까지의 Likert 5점 척도로, 점수가 높을수록 대학생활 적응 정도가 높음을 의미한다. Lee [35] 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ =.85이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ =.80이었다.

## 2.5. 자료분석

IBM SPSS Win 21.0 Program을 이용하여 수집된 자료를 다음과 같이 분석하였다.

- 1) 대상자의 일반적 특성 및 MBTI 성격유형은 실수와 백분율로, 학업 스트레스, 스트레스 대처방식 및 대학생활 적응 정도는 평균 및 표준편차의 기술적 통계를 이용하여 분석하였다.
- 2) 일반적 특성 및 성격유형에 따른 학업 스트레스, 스트레스 대처방식 및 대학생활 적응과의 차이는 t-test 및 One way ANOVA를 이용하여 분석하였고, 집단 간의 유의한 차이 확인을 위해 사후검정은 scheffé test로 분석하였다.
- 3) 학업 스트레스, 스트레스 대처방식 및 대학생활 적응과의 상관관계는 Pearson correlation coefficients로 분석하였다.
- 4) 대학생활 적응에 미치는 영향요인은 Multiple regression으로 분석하였다.

### 3. 연구결과

#### 3.1. 대상자의 일반적 특성 및 MBTI 성격유형

대상자의 성별은 '여학생'이 123명(88.5%), 연령은 '21-23세'가 127명(91.4%), 전공만족도는 '만족' 68명(48.9%), 대인관계 만족도는 '만족' 78명(56.1%)이 가장 높게 나타났다. 대상자의 선호학습법으로는 '강의식' 57명(41.0%)으로 가장 많은 분포를 나타냈으며 간호학과 입학 동기로는 '높은 취업률'이 47명(33.8%)으로 가장 높았다 <Table 1>.

대상자의 MBTI 성격유형별에 따른 분포는 Table 2와 같다. MBTI 성격유형 중 ENFP(외향성 직관형)가 20명(14.4%)으로 가장 많았으며 MBTI 선호유형 중 에너지 방향(EI)에서는 E(외향)가 74명(53.2%), 인식기능(SN)에서는 S(감각)가 88명(63.3%), 판단기능(TF)에서는 F(감정)가 83명(59.7%), 삶의 양식(JP)에서는 P(인식)가 81명(58.3%)으로 높게 나타났다 <Table 2>.

#### 3.2. 학업 스트레스, 스트레스 대처방식 및 대학생활 적응 정도

학업 스트레스는 4점 만점에 평균 평점  $2.61 \pm 0.30$ 점이었다. 스트레스 대처방식은 4점 만점에  $2.56 \pm 0.28$ 점이었으며 하위영역 중 '소망적 대처'가 2.81점으로 가장 높았고 '정서적 대처'가 2.32점으로 가장 낮게 나타났다. 대학생활 적응은 5점 만점에  $2.85 \pm 0.42$ 점이었으며 하위영역 중 '사회적 적응'이 3.34점으로 가장 높았고 '신체적 적응'이 2.70점으로 가장 낮게 나타났다 <Table 3>.

#### 3.3. 대상자의 일반적 특성에 따른 학업 스트레스, 스트레스 대처방식 및 대학생활 적응 차이

학업 스트레스는 성별( $t=2.46, p=.015$ ), 전공만족도( $F=17.10, p<.001$ ), 대인관계 만족도( $F=5.49, p=.005$ )에서 유의한 차이가 있었다. 세부적으로 살펴보면 '남학생'보다 '여학생'이 학업 스트레스

Table 1. General Characteristics of the Participants (N=139)

Variables	Categories	n(%)
Gender	Male	16(11.5)
	Female	123(88.5)
Age	21-23	127(91.4)
	≥24	12(8.6)
Satisfaction of Major	Dissatisfied	19(13.7)
	Moderate	52(37.4)
	Satisfied	68(48.9)
Satisfaction of Interpersonal Relationships	Dissatisfied	6(4.3)
	Moderate	55(39.6)
	Satisfied	78(56.1)
Preference Learning Style	Lecture	57(41.0)
	Debate	13(9.4)
	Self study	18(12.9)
	Problem-Based Learning	16(11.5)
	Practice	35(25.2)
Motivation for Entering School	Aptitude	36(25.9)
	High school score	6(4.3)
	Recommendation of Parents or Teacher	36(25.9)
	High Employment Rate	47(33.8)
	Nurse's Good Image	14(10.1)

Table 2. MBTI Personality Type

(N=139)

MBTI Personality Type							
Categories	n(%)	Categories	n(%)				
ENFJ (Extraversion iNtuition Feeling Judgement)	6(4.3)	INFJ (Introversion Sensing Feeling Judgement)	3(2.2)				
ENFP (Extraversion iNtuition Feeling Perception)	20(14.4)	INFP (Introversion iNtuition Feeling Perception)	7(5.0)				
ENIJ (Extraversion iNtuition Thinking Judgement)	2(1.4)	INIJ (Introversion iNtuition Thinking Judgement)	3(2.2)				
ENTP (Extraversion iNtuition Thinking Perception)	8(5.8)	INTP (Introversion iNtuition Thinking Perception)	2(1.4)				
ESFJ (Extraversion Sensing Feeling Judgement)	5(3.6)	ISFJ (Introversion iNtuition Feeling Judgement)	15(10.8)				
ESFP (Extraversion Sensing Feeling Perception)	12(8.6)	ISFP (Introversion Sensing Feeling Perception)	15(10.8)				
ESTJ (Extraversion Sensing Thinking Judgement)	11(7.9)	ISTJ (Introversion Sensing Thinking Judgement)	13(9.4)				
ESTP (Extraversion Sensing Thinking Perception)	10(7.2)	ISTP (Introversion Sensing Thinking Perception)	7(5.0)				
MBTI Preference Pairs							
Categories	n(%)	Categories	n(%)	Categories	n(%)	Categories	n(%)
E	74(53.2)	S	88(63.3)	T	56(40.3)	J	58(41.7)
I	65(46.8)	N	51(36.7)	F	83(59.7)	P	81(58.3)

Table 3. Degree of Academic Stress, Stress Coping Methods and College Life Adjustment (N=139)

Variables	Mean ± SD	Min	Max
Academic Stress	2.61 ± 0.30	2	4
Stress Coping Methods	2.56 ± 0.28	2	3
Problem Solving Coping	2.53 ± 0.41	2	4
Seeking Social Support	2.59 ± 0.46	2	4
Emotional Focused Coping	2.32 ± 0.37	2	4
Withful thought Coping	2.81 ± 0.46	2	4
College Life Adjustment	2.85 ± 0.42	2	4
Emotional Adjustment	2.71 ± 0.71	1	5
Attachment to the College	2.95 ± 0.69	1	5
Academic Adjustment	2.77 ± 0.49	1	4
Social Adjustment	3.34 ± 0.54	2	5
Physically Adjustment	2.70 ± 0.54	1	4

가 높았다. 전공만족도는 사후분석 결과, '불만족'과 '보통'의 경우가 '만족'보다, 대인관계 만족도에서는 '불만족'의 경우가 '만족'의 경우보다 학업 스트레스가 유의하게 높게 나타났다.

스트레스 대처방식은 대인관계 만족도( $F=4.25$ ,  $p=.016$ )에서만 유의한 차이가 있었으며 사후분석 결과, '만족'이 '불만족'의 경우보다 스트레스 대처방식을 잘 사용하는 것으로 나타났다. 전체 스트레스 대처방식에서는 유의한 차이가 없었으나 하위영역 중 문제 중심적 대처방식에서만 '성별'( $t=-2.71$ ,  $p=.008$ )과 '연령'( $t=-2.42$ ,  $p=.017$ ),

'전공만족도'( $F=5.82$ ,  $p=.004$ )에 대해 유의한 차이가 있었다. 성별에서는 '남학생'이 '여학생'보다, 연령은 '24세 이상'에서, 전공만족도는 '만족'이 '불만족'보다 문제 중심적 대처를 잘 하는 것으로 나타났다. 대인관계 만족도에 대해서는 문제 중심적 대처방식( $F=4.37$ ,  $p=.014$ )과 사회적 지지 추구 대처방식( $F=6.64$ ,  $p=.002$ )에서만 유의한 차이가 있었으며 둘 다 '만족'이 '불만족'보다 대처방식을 잘하는 것으로 나타났다.

대학생활 적응은 성별( $t=-3.55$ ,  $p=.001$ ), 전공만족도( $F=9.38$ ,  $p<.001$ ), 대인관계 만족도( $F=12.24$ ,

$p<.001$ )에서 유의한 차이가 있었다. 세부적으로 살펴보면 ‘남학생’이 ‘여학생’보다 대학생활 적응을 잘하는 것으로 나타났다. 전공만족도 및 대인관계 만족도에 대한 사후분석 결과, ‘만족’인 경우가 ‘보통’ 및 ‘불만족’보다 대학생활 적응을 잘하는 것으로 나타났다. 대학생활 적응의 하위영역 중 성별은 사회적 적응을 제외한 모든 하위영역에서 유의한 차이가 있었으며( $p<.05$ ) ‘여학생’보다 ‘남학생’이 대학생활 적응이 높았다. 또한 전체 대학생활 적응에서는 통계적으로 유의하지는 않았지만 하위영역 중 사회적 적응이 입학 동기에 따라 유의한 차이가 있었으며 사후분석 결과, ‘좋은 간호사 이미지’라는 응답이 ‘부모나 교사의 권유’나 ‘높은 취업률’ 때문이라는 이유보다 유의하게 사회적 적응의 대학생활 적응이 높은 것으로 나타났다.

대인관계 만족도는 신체적 적응을 제외한 모든 대학생활 적응 하위영역에서 유의한 차이가 있었다( $p<.05$ ). 사후분석 결과, 대학에 대한 애착적 적응과 사회적 적응은 ‘만족’인 경우가 ‘보통’과 ‘불만족’보다, 학업적 적응은 ‘만족’인 경우가 ‘불만족’인 경우보다 대학생활 적응이 높게 나타났다. 입학 동기에 대해서는 사회적 적응에서만 통계적으로 유의하였으나( $F=2.96, p=.014$ ) 전체 대학생활 적응에 대해서는 유의한 차이가 없었다.

### 3.4. MBTI 선호유형에 따른 학업 스트레스, 스트레스 대처방식 및 대학생활 적응과의 차이

학업 스트레스와는 MBTI 선호유형 중 삶의 양식(JP)에서 유의한 차이가 있었으며( $t=-2.51, p=.013$ ) ‘P(인식)’가 ‘J(판단)’보다 학업 스트레스가 높은 것으로 나타났다.

스트레스 대처방식에서는 총 스트레스 대처방식에서는 MBTI 선호유형에 따른 유의한 차이가 없었으나 하위영역 중 문제 중심적 대처는 판단기능(TF)( $t=2.30, p=.023$ )과 삶의 양식(JP)( $t=3.94, p<.001$ )에서 유의한 차이가 있었다. 판단기능에서는 T(사고)가 F(감정)보다, 삶의 양식 기능에서는 ‘J(판단)’가 ‘P(인식)’보다 문제 중심적 대처방식을 잘 사용하는 것으로 나타났다. 정서적 대처는 삶의 양식(JP)( $t=-2.52, p=.013$ )에서 유의한 차이가 있었으며 ‘P(인식)’가 ‘J(판단)’보다 스트레스 대처방식을 유의하게 잘 사용하는 것으로

나타났다. 대학생활 적응에서는 MBTI 선호유형 중 삶의 양식(JP)에서 유의한 차이가 있었으며( $t=2.54, p=.012$ ), ‘J(판단)’가 ‘P(인식)’보다 대학생활 적응이 높은 것으로 나타났다. 대학생활 적응의 하위영역에 대해서는 ‘대학에 대한 애착적 적응’( $t=3.02, p=.003$ ), ‘학업적 적응’( $t=2.39, p=.018$ ), ‘사회적 적응’( $t=2.26, p=.026$ )에서 유의한 차이가 있었으며 모두 ‘J(판단)’가 ‘P(인식)’보다 대학생활 적응이 높은 것으로 나타났다(Table 5).

### 3.5. 학업 스트레스, 스트레스 대처방식 및 대학생활 적응과의 관계

대학생활 적응은 학업 스트레스( $r=-.56, p<.001$ )와 유의한 음의 상관관계가 있었으며 이는 학업 스트레스가 적을수록 대학생활 적응을 잘하는 것을 의미한다. 그러나 본 연구결과, 스트레스 대처방식과 대학생활 적응, 스트레스 대처방식과 학업 스트레스 간에는 유의한 상관관계가 없는 것으로 나타났다(Table 6).

### 3.6. 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인

대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 일반적 특성에서 유의하게 나타난 성별, 전공만족도, 대인관계 만족도 및 MBTI 선호유형 중 삶의 양식(JP)과 대학생활 적응과 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타난 학업 스트레스를 변수로 하여 다중회귀 분석을 실시하였다. 이 중 성별은 더미변수(Dummy Variables)로 처리하였다. 독립변수들 간의 다중 공선성 문제유무 확인을 위해 공차 한계(Tolerance), 분산팽창인자(Variance Inflation Factors, VIF), Durbin Watson을 이용하여 검토하였다. 공차 한계는 0.731~0.934, 분산팽창인자는 1.071~1.368로 분포하여 각각 정상범위인 1이하와 1~9를 벗어 나지 않았다. Durbin Watson 통계량은 2.039로 나타나 다중 공선성에 문제가 없었으며, 분석결과 회귀 모형은 유의하였다( $F=19.90, p<.001$ ). 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인은 학업 스트레스( $\beta=-.40, p<.001$ ), 대인관계 만족도( $\beta=.27, p<.001$ ), 성별( $\beta=.22, p=.002$ ) 순으로 나타났으며 설명력은 40.6%였다(Table 7).

Table 4. Differences of Academic Stress, Stress Coping Method and College Life Adjustment according to General Characteristics of Participants (N=139)

Variable	Categories	Stress Coping Methods											
		Academic Stress		Total		Problem Solving Coping		Seeking Social Support Coping		Emotional Focused Coping		Witful Thought Coping	
		Mean±SD	t/F(p) scheffé	Mean±SD	t/F(p) scheffé	Mean±SD	t/F(p) scheffé	Mean±SD	t/F(p) scheffé	Mean±SD	t/F(p) scheffé	Mean±SD	t/F(p) scheffé
Gender	Male	2.44±0.40	2.46 (.015)	2.58±0.27	-0.20 (.839)	2.79±0.35	-2.71 (.008)	2.50±0.41	0.88 (.381)	2.28±0.27	0.47 (.640)	2.74±0.51	0.63 (.532)
	Female	2.64±0.28		2.56±0.28		2.50±0.41		2.61±0.45		2.33±0.39		2.82±0.39	
Age	21-23	2.62±0.30	1.10 (.275)	2.56±0.28	-0.51 (.611)	2.51±0.41	-2.42 (.017)	2.33±0.38	1.19 (.235)	2.33±0.38	0.57 (.572)	2.80±0.45	-0.76 (.449)
	≥24	2.52±0.36		2.60±0.26		2.81±0.39		2.44±0.61		2.26±0.29		2.90±0.42	
Satisfaction of Major	Dissatisfied <sup>a</sup>	2.87±0.32	17.10 ( $<.001$ )	2.43±0.29		2.30±0.39	5.82 (.004)	2.46±0.51		2.25±0.39		2.73±0.56	
	Moderate <sup>b</sup>	2.69±0.28		2.58±0.29	2.46 (.089)	2.49±0.41		2.62±0.44	0.89 (.414)	2.41±0.41	2.39 (.096)	2.81±0.46	0.34 (.712)
	Satisfied <sup>c</sup>	2.49±0.26	a,b>c	2.59±0.26		2.63±0.39	c>a	2.61±0.46		2.28±0.33		2.83±0.43	
Satisfaction of Interpersonal Relationships	Dissatisfied <sup>a</sup>	2.94±0.45	5.49 (.005)	2.37±0.17	4.25 (.016)	2.14±0.27	4.37 (.014)	2.08±0.33	6.64 (.002)	2.25±0.27	0.15 (.857)	3.00±0.33	2.03 (.135)
	Moderate <sup>b</sup>	2.65±0.29		2.51±0.30		2.48±0.44		2.52±0.44		2.32±0.40		2.72±0.52	
	Satisfied <sup>c</sup>	2.56±0.28	a>c	2.62±0.26	c>a	2.60±0.38	c>a	2.69±0.45	c>a	2.33±0.36		2.85±0.41	
Preference Learning Style	Lecture <sup>a</sup>	2.62±0.28		2.57±0.28		2.49±0.42		2.64±0.45		2.35±0.35		2.81±0.45	
	Debate <sup>b</sup>	2.48±0.44		2.52±0.28	0.40 (.811)	2.67±0.41	0.67 (.616)	2.63±0.45	0.80 (.527)	2.17±0.33	0.77 (.527)	2.62±0.50	0.98 (.549)
	Self study <sup>c</sup>	2.67±0.32	1.75 (.142)	2.51±0.28		2.57±0.40		2.43±0.48		2.28±0.34		2.75±0.43	
	Problem-based learning <sup>d</sup>	2.74±0.38		2.60±0.37		2.59±0.49		2.61±0.51		2.36±0.60		2.83±0.54	
	Practice <sup>e</sup>	2.57±0.20		2.59±0.24		2.52±0.37		2.58±0.45		2.35±0.32		2.90±0.43	
Motivation for Entering School	Aptitude <sup>a</sup>	2.58±0.31		2.56±0.25		2.56±0.36		2.54±0.48		2.30±0.35		2.84±0.48	
	High school score <sup>b</sup>	2.50±0.17		2.61±0.27		2.39±0.44		2.56±0.27		2.69±0.46		2.81±0.49	
	Recommendation parents or teacher <sup>c</sup>	2.67±0.36	0.82 (.512)	2.52±0.26	0.70 (.595)	2.45±0.36	0.81 (.522)	2.56±0.42	0.90 (.468)	2.31±0.34	2.01 (.097)	2.75±0.47	0.30 (.878)
	High employment rate <sup>d</sup>	2.63±0.26		2.57±0.33		2.59±0.48		2.61±0.49		2.27±0.43		2.79±0.43	
	Nurse's good image <sup>e</sup>	2.54±0.30		2.66±0.22		2.54±0.42		2.80±0.43		2.42±0.18		2.89±0.48	



(N=139)

Table 4. Continue

Variable	Categories	College Life Adjustment											
		Total		Emotional Adjustment		Attachment to the College		Academic Adjustment		Social Adjustment		Physically Adjustment	
		Mean±SD	t/F(p) scheffé	Mean±SD	t/F(p) scheffé	Mean±SD	t/F(p) scheffé	Mean±SD	t/F(p) scheffé	Mean±SD	t/F(p) scheffé	Mean±SD	t/F(p) scheffé
Gender	Male	3.19±0.51	-3.55 (.001)	3.11±0.96	-2.48 (.015)	3.35±0.81	-2.49 (.014)	3.00±0.64	-3.02 (.003)	3.55±0.66	-1.71 (.090)	2.95±0.68	-2.04 (.044)
	Female	2.81±0.39		2.66±0.66		2.90±0.66		2.53±0.58		3.31±0.52		2.66±0.51	
Age	21-23	2.84±0.42	-1.69 (.093)	2.69±0.69	-1.07 (.287)	2.93±0.67	-1.22 (.226)	2.56±0.61	-1.11 (.269)	3.31±0.53	-1.45 (.149)	2.68±0.52	-0.93 (.356)
	≥24	3.05±0.46		2.92±0.88		3.18±0.93		2.77±0.61		3.55±0.62		2.83±0.66	
Satisfaction of Major	Dissatisfied <sup>a</sup>	2.58±0.44	9.38 ( $<.001$ )	2.63±0.90	0.40 (.673)	2.21±0.57	33.36 ( $<.001$ )	2.29±0.77	7.32 (.001)	3.11±0.52	2.57 (.080)	2.66±0.66	0.09 (.914)
	Moderate <sup>b</sup>	2.78±0.42		2.67±0.59		2.74±0.64		2.44±0.61		3.32±0.51		2.72±0.56	
	Satisfied <sup>c</sup>	2.99±0.37		2.76±0.74		3.32±0.52		2.77±0.49		3.41±0.55		2.69±0.49	
Satisfaction of Interpersonal Relationships	Dissatisfied <sup>a</sup>	2.32±0.39	12.24 ( $<.001$ )	2.20±0.62	3.63 (.029)	2.13±0.78	9.02 ( $<.001$ )	2.03±0.61	4.98 (.008)	2.70±0.37	23.59 ( $<.001$ )	2.53±0.41	0.44 (.644)
	Moderate <sup>b</sup>	2.73±0.37		2.59±0.62		2.79±0.54		2.48±0.61		3.08±0.45		2.73±0.50	
	Satisfied <sup>c</sup>	2.98±0.41		2.83±0.75		3.13±0.72		2.70±0.58		3.57±0.49		2.68±0.57	
Preference Learning Style	Lecture <sup>a</sup>	2.84±0.40		2.76±0.68		2.95±0.62		2.58±0.64		3.24±0.48		2.68±0.51	
	Debate <sup>b</sup>	3.03±0.65		2.97±0.94		3.09±1.04		2.68±0.69		3.62±0.70		2.80±0.74	
	Self study <sup>c</sup>	2.87±0.37	1.40 (.239)	2.79±0.67	1.41 (.233)	2.76±0.67	1.86 (.121)	2.72±0.58	0.58 (.680)	3.27±0.44	1.88 (.117)	2.82±0.51	0.68 (.609)
	Problem-based learning <sup>d</sup>	2.67±0.45		2.41±0.61		2.66±0.71		2.44±0.64		3.30±0.58		2.55±0.45	
	Practice <sup>e</sup>	2.89±0.36		2.62±0.70		3.14±0.62		2.54±0.52		3.45±0.56		2.68±0.55	
Motivation for Entering School	Aptitude <sup>a</sup>	2.88±0.41		2.67±0.78		3.16±0.62		2.53±0.52		3.42±0.54		2.64±0.53	
	High school score <sup>b</sup>	2.96±0.40		3.03±0.59		2.90±0.60		2.60±0.91		3.43±0.61		2.83±0.66	
	Recommendation parents or teacher <sup>c</sup>	2.79±0.42	1.09 (.362)	2.71±0.66	1.09 (.362)	2.81±0.67	1.71 (.153)	2.52±0.55	0.50 (.738)	3.18±0.59	3.71 (.007)	2.74±0.55	0.28 (.889)
	High employment rate <sup>d</sup>	2.81±0.42		2.61±0.66		2.85±0.71		2.68±0.67		3.26±0.42		2.67±0.52	
	Nurse's good image <sup>e</sup>	3.03±0.46		2.99±0.82		3.14±0.84		2.54±0.63		3.76±0.52		2.74±0.56	

Table 5. Differences of Academic Stress, Stress Coping Method and College Life Adjustment by MBTI personality types (N=139)

Variable	Categories	Stress Coping Methods																	
		Academic Stress			Total			Problem Solving Coping			Seeking Social Support Coping			Emotional Focused Coping			Withful Thought coping		
		Mean±SD	t(p)		Mean±SD	t(p)		Mean±SD	t(p)		Mean±SD	t(p)		Mean±SD	t(p)		Mean±SD	t(p)	
MBTI Preference Pairs	E	2.61±0.27	-0.28 (782)		2.58±0.28	0.56 (579)		2.53±0.42	-0.03 (976)		2.63±0.44	1.05 (296)		2.37±0.40	1.58 (115)		2.77±0.45	-0.95 (345)	
	I	2.62±0.35			2.55±0.28			2.54±0.40			2.55±0.48			2.27±0.34			2.85±0.47		
	S	2.62±0.31	0.45 (655)		2.55±0.27	-0.89 (377)		2.48±0.39	-1.90 (060)		2.60±0.49	0.13 (899)		2.30±0.37	-1.04 (298)		2.81±0.43	0.25 (802)	
	N	2.60±0.30			2.59±0.30			2.62±0.44			2.59±0.40			2.37±0.38			2.79±0.50		
	T	2.58±0.27	-1.09 (278)		2.58±0.25	0.51 (608)		2.63±0.39	2.30 (023)		2.57±0.39	-0.58 (561)		2.28±0.35	-1.11 (269)		2.84±0.42	0.68 (495)	
	F	2.64±0.32			2.55±0.30			2.47±0.42			2.61±0.50			2.35±0.39			2.79±0.48		
MBTI Preference Pairs	J	2.54±0.30	-2.51 (013)		2.60±0.24	1.44 (152)		2.69±0.39	3.94 (<.001)		2.65±0.43	1.13 (260)		2.23±0.34	-2.52 (013)		2.85±0.42	1.02 (312)	
	P	2.67±0.30			2.54±0.30			2.42±0.39			2.56±0.47			2.39±0.38			2.77±0.50		

Table 5. Continue (N=139)

Variable	Categories	College Life Adjustment																	
		Total			Emotional Adjustment			Attachment to the College			Academic Adjustment			Social Adjustment			Physically Adjustment		
		Mean±SD	t(p)		Mean±SD	t(p)		Mean±SD	t(p)		Mean±SD	t(p)		Mean±SD	t(p)		Mean±SD	t(p)	
MBTI Preference Pairs	E	2.87±0.39	0.41 (684)		2.74±0.78	0.48 (630)		2.98±0.62	0.54 (588)		2.87±0.39	-0.17 (864)		3.40±0.54	1.46 (147)		2.65±0.54	-0.99 (322)	
	I	2.84±0.46			2.68±0.62			2.92±0.77			2.84±0.46			3.26±0.53			2.74±0.53		
	S	2.85±0.41	-0.04 (965)		2.69±0.67	-0.47 (639)		2.98±0.71	0.53 (595)		2.61±0.62	0.65 (516)		3.32±0.53	-0.56 (579)		2.68±0.53	-0.42 (675)	
	N	2.86±0.44			2.75±0.77			2.91±0.67			2.54±0.58			3.37±0.56			2.72±0.56		
	T	2.88±0.46	0.52 (604)		2.74±0.40	0.43 (669)		2.96±0.78	0.13 (893)		2.65±0.59	1.16 (250)		3.36±0.54	0.46 (648)		2.67±0.56	-0.45 (653)	
	F	2.84±0.40			2.69±0.72			2.94±0.63			2.53±0.62			3.32±0.54			2.71±0.52		
MBTI Preference Pairs	J	2.96±0.42	2.54 (012)		2.74±0.67	0.47 (639)		3.16±0.72	3.02 (003)		2.72±0.59	2.39 (018)		3.46±0.56	2.26 (026)		2.72±0.60	0.52 (607)	
	P	2.78±0.41			2.68±0.74			2.80±0.64			2.48±0.60			3.25±0.51			2.68±0.49		

Table 6. Correlations among Variables

(N=139)

	College Life Adjustment	Academic Stress
	$r(p)$	
Academic Stress	-.56(<.001)	
Stress Coping Method	-.05(.575)	-.16(.055)

Table 7. Influencing Factors on College Life Adjustment

(N=139)

Variables	B	SE	$\beta$	t	p
Gender*	0.29	0.09	.22	3.18	.002
Major Satisfaction	0.05	0.05	.09	1.19	.236
Satisfaction with Interpersonal Relationship	0.19	0.05	.27	3.83	<.001
MBTI Preference Pairs(JP)	-0.03	0.06	-.04	-0.58	.562
Academic Stress	-0.56	0.11	-.40	-5.21	<.001
	Adjusted R <sup>2</sup> =.406	F(p)=19.90(<.001)			

\*Dummy variables= Gender

#### 4. 논 의

본 연구는 간호대학생의 성격유형, 학업 스트레스, 스트레스 대처방식 및 대학생활 적응과의 관계를 파악하고 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 알아보려고 시도되었다.

선행연구에서와 동일한 연구 도구가 아닌 부분에 대해서는 직접적 비교에 제한점이 있었다.

대상자의 학업 스트레스는 4점 만점에 2.61점으로 중간수준 이상으로 나타났으며 연구도구가 상이하지만 Jeong [36]의 2.26점(4점 만점)과 Choi와 Byun [6]의 2.33점(4점 만점)보다는 높게 나타났다. Jeong [36]의 연구에서는 대상자가 1~4학년, Choi와 Byun [6]의 연구 대상자는 2~3학년임을 고려할 때 대상자의 학년별에 따라 시험, 과제 등과 관련된 학업 스트레스 정도가 상이하았을 것이라 생각된다. 또한 고학년이 될수록 전공 및 실습 등의 다양하고 많은 학업으로 인한 스트레스가 더욱 가중될 수 있으므로 학년별에 따른 반복연구가 필요하리라 생각된다.

스트레스 대처방식은 4점 만점에 2.56점으로 이는 Son [37]의 연구에서 나타난 2.51점보다 다소 높았으며 Yi와 Kwak [38]의 2.88점보다는 낮게 나타났다. 본 연구결과, 스트레스 대처방식의 하위영역 중 '소망적 대처'가 가장 높고 '정서적 대처'가 가장 낮게 나타나 선행연구[37,38]의 연

구와 일치하였다. 본 연구에서 적용된 스트레스 대처방식은 대처하는 노력이 외부로 투여되는 것으로 장애요소를 극복하고자 하는 '문제 중심적 대처'와 '사회적 지지'를 적극적 대처로, 대처에 노력하는 감정이나 사고가 내부로 투여되는 것으로 문제를 회피하거나 방어하는 '정서적 대처'와 '소망적 대처'를 소극적 대처로 구분하였다[34]. '소망적 대처'는 어떠한 상황에서 문제에 부딪혀 적극적으로 해결하기보다는 한발 물러나 바람직한 상황으로 생각해보거나 그에 대해 대처하는 방식이다[37]. 연구결과에서 '소망적 대처'가 높게 나타난 것은 간호학과가 타 학과와는 달리 취업에 대해 보장되는 부분들이 있으므로 학생들이 다른 부분들에서 실패하더라도 그에 대해 적극적으로 대처하기보다는 다른 방향으로 선회하여 문제를 해결하고자 하는 경향이 있으리라 생각된다. 또한 간호학과 학생의 경우 많은 학업량과 교과과정으로 인한 부분이 당연한 것으로 받아들여져 소극적인 대처를 주로 사용하는 것으로 볼 수 있다[38]. 본 연구와 동일한 도구를 사용한 Song [29]의 연구와 본 연구 도구와는 상이하나 Park과 Lee [24]의 연구에서는 간호학생들이 스트레스 상황에 대해 문제를 직시하고 적극적 대처행위를 주로 하는 것으로 나타나 본 연구결과와 상이하여 이에 대해 추후 반복 연구가 필요하리라 생각된다. 적극적 대처에 대한 의존도가 높고 소

극적 대처방식에 대한 의존도가 낮을수록 대학생 활 적응이 높으므로[39] 간호대학생이 주로 사용하는 스트레스 대처방법에는 구체적으로 어떤 것이 있는지 파악하여 학생들에게 좀 더 적극적이며 긍정적으로 활용할 수 있는 방법을 모색할 필요가 있을 것이다.

대학생활 적응은 5점 만점에 2.85점으로, 하위 영역 중 '사회적 적응'이 가장 높았으며 '신체적 적응'이 가장 낮게 나타나 Cha [40]의 연구결과와 일치하였다. 1, 2학년을 대상으로 한 Cha [40]의 연구와 3학년을 대상으로 한 본 연구에서 '사회적 적응'이 가장 높게 나타난 것은 새로운 환경의 변화가 생기는 학년에서의 사회적 적응도가 높게 나타났으리라 생각된다. 즉, 저학년에게서는 새로운 친구, 동아리 활동 등의 환경적 변화를 통한 적응이, 3학년의 경우에는 임상실습 등을 통한 새로운 대인관계의 적응이 관련성이 있을 것이다. 연구 도구가 상이하어 직접적 비교에는 제한이 있으나 Song [29]의 연구에서 하위 영역 중 '정서적 적응'이 가장 높고 '대학에 대한 애착적 적응'이 가장 낮게 나타난 결과와는 상이하였다. 이는 Song [29]의 연구 대상자가 모두 여학생임을 감안할 때 대상자의 특성으로 나타난 결과일 수도 있으리라 생각되므로 대학생활 적응에 대해 다양한 대상자를 통한 반복연구가 필요할 것으로 생각된다.

대상자의 일반적 특성 및 MBTI 선호유형에 따른 변수 간의 차이는 다음과 같다.

먼저 학업 스트레스는 성별, 전공만족도, 대인관계 만족도 및 MBTI 선호유형 중 삶의 양식(JP)과 유의한 차이가 있었다. 본 연구 도구와는 상이하나 Seo [41]의 연구에서 학업 스트레스가 성별, 전공만족도와 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 본 연구결과와 유사하였다. 본 연구에서 만족도(전공만족도 및 대인관계 만족)가 낮은 경우가 학업 스트레스가 더 높게 나타난 결과를 볼 때, 학업 스트레스 증가로 인해 학업 성취도가 저하될 수 있으므로 학생들의 만족도 향상을 위한 개선책이 필요할 것이다. MBTI 선호유형 중 'P(인식)'는 자율적이고 융통성 있는 방식으로 생활하는 것을 선호하는 즉, 분명하게 끝을 맺기보다 자유로움을 추구하는 유연한 생활양식의 특성을 가진 성격유형이므로[11],[37] 학업 성취도 향상을 위해 체계적으로 계획하고 실천해야 하는 부분에 대한 부담이 계획적이고 조직적인 생활양식을 선호하는 'J(판단)'보다는 학업 스트레스가

더 많을 수 있었을 것이라 생각된다. 따라서 학생들의 학업 스트레스를 줄이기 위해 개별 성향을 반영한 학습법 적용도 도움이 될 수 있으리라 생각되며 이에 대한 다양한 연구가 필요할 것으로 사료된다.

스트레스 대처방식은 대인관계 만족도에서만 유의한 차이가 있었다. 또한 전체 스트레스 대처방식에서는 유의하지 않았으나 하위영역 중 문제 중심적 대처방식은 성별, 연령, 전공만족도, 대인관계 만족도, MBTI 선호유형 중 판단기능(TF)과 삶의 양식(JP)에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이는 보육 및 아동교육을 공부하는 대학생을 대상으로 조사한 Kim [42]의 연구와 일치하게 나타났는데 판단기능(TF)에서는 문제 중심적 대처와 정서적 대처에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 본 연구결과와 일치하였다. 즉, 판단기능(TF)에서는 'T(사고)'가, 삶의 양식(JP)에서는 'J(판단)'가 문제 중심적 대처방식을 더 많이 사용하고, 삶의 양식(JP)에서의 'P(인식)'는 정서적 대처방식을 더 많이 사용하였다[42]. 또한 연구 도구가 상이하나 Lee [13]의 연구에서 'T(사고)'와 'J(판단)'가 문제 중심적 대처방식이 높은 것으로 나타나 본 연구결과와 유사하였다. 'T(사고)'와 'J(판단)'가 논리적이고 객관적인 공통점으로 볼 때 문제 중심적 대처에 더 많이 적용했을 것으로 생각된다. 또한 정서적 대처는 스트레스 상황과 관련하여 부정적 정서를 감소시키고자 시도하거나 스트레스로부터의 정서를 통제하고자 하는 대처방식이므로[43] 사전계획이 철저하고 체계적인 성격의 'J(판단)'보다 상황에 따라 융통성있게 대처하려는 'P(인식)'가 더 많이 적용되었을 것으로 사료된다. 그러나 Son[37]의 연구에서는 에너지 방향(EI)에 따른 선호지표 중 'E(외향)'가 'I(내향)'보다 문제 중심적 대처방식을 제외한 모든 스트레스 대처방식의 하위영역을 더 많이 사용한다고 나타나 본 연구 결과와 상이하였다. 성격유형의 특성을 고려할 때 본인이 선호하는 방향으로 에너지 방향(EI)에 따라 어떤 태도를 취하는가가 달라질 수도 있을 것으로 생각된다. 또한 선행연구[37]에서는 전체 1~4학년을 대상으로 하였으므로 일개학년을 대상으로 한 본 연구와는 차이가 있었을 것으로 생각되므로 전체학년을 대상으로 한 반복연구가 필요하리라 생각된다.

스트레스에 관한 이론에서는 대처의 어떤 전략이 좋거나 나쁘다고 보지 않으며 이것은 초점에

대해 문제지향인가 정서 지향적인 것인가에 대한 차이일 뿐이다[42]. 따라서 적극적인 스트레스 대처방식을 활용하기 위해 개별적 특성인 성별, 연령, 대인관계, 성격 등을 파악하여 각각의 대상자가 본인의 상황에 따라 합리적이면서도 자연스럽게 스트레스에 대처할 수 있도록 도와주는 지원에 관한 후속연구가 필요하리라 생각된다. 그러나 본 연구 대상자는 한 학년에게서만 실시하였으며 스트레스 대처방식과 일반적 특성과의 차이에 대한 부분이 선행연구와 다소 상이하여 이 부분에 대해서는 추후 연구가 필요하리라 생각된다.

대학생활 적응은 성별, 전공만족도, 대인관계 만족도 및 MBTI 선호유형 중 삶의 양식(JP)과 유의한 차이가 있었다. 본 연구 도구와 상이하지만 Oh [44]의 연구에서도 '남학생'이 '여학생'보다 대학생활 적응을 더 잘 하는 것으로 나타나 본 연구결과와 유사하였다. 이는 소수의 남학생 집단이 여학생보다 결속력이 있으므로 그들만의 단결된 부분이 대학생활 적응에 도움이 되었을 것으로 생각된다. 도구가 상이한 Kim 등[25]의 연구에서도 대학생활 적응이 전공만족도와 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 본 연구결과를 지지해 주었다. 전공만족도가 낮아지면 학업 성취도도 낮아지게 되어 대학생활 적응에 부정적인 결과를 초래하게 되므로[44] 학습자들이 전공에 대해 적극적으로 긍정적인 부분을 가질 수 있도록 저학년 때부터 선후배 관계나, 동아리 활동, 대학 및 학과 등에서의 다양한 지원체계가 필요할 것으로 생각된다. 또한 전체 대학생활 적응에서는 통계적으로 유의하지 않았으나 하위영역 중 사회적 적응이 입학 동기에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 이는 Lee [35]가 입학에 대한 동기, 열의 등의 심리적 환경의 차이가 대학생활 적응에 영향을 줄 것이라는 결과가 본 연구결과를 지지해 주었다. 즉, 간호대학생에게 저학년 때부터 학과에 대한 긍정적인 이미지를 갖게 함으로써 좀 더 적극적인 동기부여가 생길 수 있도록 노력이 필요할 것이다.

본 연구 도구와는 상이하나 Lee와 Jeon [28]의 연구에서 성격유형이 대학생활 적응과 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 본 연구결과를 지지해 주었다. 선행연구[28]에서는 대학생활 적응 정도가 가장 높은 성격유형이 1형으로 나타났으며 이 유형은 무슨 일이든 완벽하게 처리하고 원칙을 지키는 비판적인 성격의 유형을 의미한다[4]. 본 연구에서 MBTI 선호유형의 'J(판단)'가 선행연구

에서의 성격유형 1과 유사하게 계획적이고 체계적인 성격 선호유형임을 고려할 때 성격유형이 대학생활 적응과 차이가 있다는 본 연구결과를 뒷받침해주는 결과로 사료된다. 또한 유아교육 및 보육관련학과 1, 2학년을 대상으로 한 Ha와 Song [11]의 연구에서도 도구가 상이하나 MBTI 성격유형 중 에너지 방향(EI)중 'E(외향)'가 'I(내향)'보다, 판단기능(TF)은 'T(사고)'보다 'F(감정)'가 대학생활 적응을 잘하는 것으로 나타나 성격유형에 따라 대학생활 적응에 유의한 차이가 있었다.

각 변수 간의 상관관계를 살펴보면 대학생활 적응은 학업 스트레스는 유의한 음의 상관관계가 있었으며 본 연구 도구와 상이하지만 Choi와 Lee [5], Seo [41], Jung과 Chae [27], Kim 등 [25]의 연구결과와 유사하였다. 학업 스트레스가 높을수록 대학생활에 부정적인 결과를 초래할 수 있으므로 근본적인 기본대책을 세워 실천하는 것이 가장 이상적인 상황이지만 학생들 각자가 느낄 수 있는 학업 스트레스를 미연에 방지하기는 불가능한 현실이다. 따라서 대다수의 학생들이 느낄 수 있는 학업 스트레스 원인을 파악하고 대학생활 적응을 향상시킬 수 있도록 학년별에 따른 정기적 교·내외 프로그램 개발이 필요하리라 생각된다.

대학생활 적응에 영향을 미치는 요인으로는 성별, 대인관계 만족도 및 학업 스트레스였으며 이중 학업 스트레스가 가장 높은 영향요인으로 나타났다.

Cho와 Lee [45]의 연구에서는 스트레스 요인 중 학업 및 대인관계 스트레스가 대학생활 적응에 영향을 주며 Kim 등[25]의 연구에서도 대학생활 적응에 영향을 주는 요인 중 하나가 학업 스트레스로 나타나 본 연구결과와 유사하였다. Oh [2]의 연구에서는 교우관계 만족도가 높을수록 대학생활 적응을 잘 하는 것으로 나타나 대인관계 만족도가 영향요인으로 나타난 본 연구결과와 유사하였다. 대학생활도 하나의 축소된 사회생활이라 볼 수 있으므로 앞으로 임상생활을 통해 다양한 대상자를 대해야 하는 간호대학생에게 있어 대인관계는 중요한 부분이라 볼 수 있다. 이에 대인관계 향상을 위해 동아리 활동 등을 통한 학교 및 학과 참여기회를 높이고 교우관계를 돈독히 함으로써 대학생활 적응을 도울 수 있는 전략이 필요하다고 한 Oh [44]의 주장이 본 연구결과를 지지해 주는 부분이라 할 수 있다.

## 5. 결론 및 제언

본 연구는 간호대학생의 성격유형, 학업 스트레스, 스트레스 대처방식이 대학생활 적응에 미치는 영향을 파악하고 긍정적인 대학생활 적응을 위한 요인을 검증하고자 시도되었다. 연구결과는 다음과 같다.

1. 대상자의 학업 스트레스는 4점 만점에 평균 2.61점, 스트레스 대처방식은 4점 만점에 평균 2.56점, 대학생활 적응은 5점 만점에 평균 2.85점이었다.
2. 일반적 특성 및 MBTI 선호유형에 따른 학업 스트레스는 성별, 전공만족도, 대인관계 만족도, MBTI 선호유형 중 판단기능(TF)와 삶의 양식(JP)에서 유의한 차이를 나타냈다. 스트레스 대처방식은 대인관계 만족도에 대해 유의한 차이가 있었으며 대학생활 적응은 성별, 전공만족도, 대인관계 만족도 및 MBTI 선호유형의 삶의 양식(JP)에서 유의한 차이를 나타냈다.
3. 대상자의 대학생활 적응은 학업 스트레스와 유의한 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다( $r=-.56, p<.001$ ).
4. 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인으로는 성별, 대인관계 만족도 및 학업 스트레스로 나타났다.

이상의 연구결과를 토대로 간호대학생의 과중한 학업 스트레스를 감소시키고 긍정적인 대학생활 적응을 위해서는 다양한 프로그램 개발 및 적용을 통해 대인관계 만족도 향상을 위한 노력이 필요하리라 생각된다. 또한 개별적 성향을 나타내는 MBTI 선호유형 중 일부분이 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인으로 나타났으므로 그 특성 중 개인의 생활양식의 표현과 행동이해에 따른 판단과 인식의 차이를 반영한 맞춤형 대학생활 적응 프로그램 개발을 고려해 볼 필요가 있으리라 사료된다. 본 연구는 일개 학년의 일반적 특성 중 하나인 성격유형을 토대로 조사한 연구이므로 일반화하기에는 어려우므로 다양한 대상자를 통한 반복연구가 필요할 것으로 생각된다.

## References

1. 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.2, pp. 23-33, (2014).
2. Y. J. Oh, "Predictors of College Life Adjustment among Nursing Students", *Journal of Digital Convergence*, Vol.15, No.7, pp. 307-317, (2017).  
<https://doi.org/10.14400/JDC.2017.15.7.307>
3. E. A. Kim, K. S. Jang, "Developing a Prediction Model regarding Adjustment of Nursing Students to College Life", *The Journal of Korean Academic Society Nursing Education*, Vol.18, No.2, pp. 312-322, (2012).  
<https://doi.org/10.5977/jkasne.2012.18.2.312>
4. R. W. Baker, B. Siryk, "Measuring Adjustment to College", *Journal of Counselling Psychology*, Vol.31, No.2, pp. 179-189, (1984).
5. H. J. Choi, E. J. Lee, "Mediation Effects of Self-Efficacy between Academic Stress and College Adjustment in First Year Nursing Students," *The Korean Journal of Fundamentals of Nursing*, Vol.19, No.2, pp. 261-268, (2012).
6. S. H. Choi, E. K. Byun, "Factors Influencing Academic Stress for the Elderly in Nursing Students", *Journal of Korean Data Analysis Society*, Vol.18, No.4 pp. 2303-2313, (2016).
7. B. H. Kim, "A Study on Job Stress and Stress Coping Style by the Personality Types of Clinical Nurses", Unpublished master's thesis, Catholic University, (2002).
8. N. H. Cha, "Learning Ability and Stress by Character Type in Nursing College Students", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.14, No.12, pp. 6257-6264, (2013).

9. K. O. Lim, Y. T. Choi, "Study on University Student's Personality Types and Stress Management Techniques and their Effect on Academic Burnout-based on the MBTI Personality Assessment", Vol.8, No.5, pp. 785-790, (2013).
10. A. Caspi, D. J. Bem, *Personality Continuity and Change across the Life Course*, in L. A. Pervin(Ed.). *Handbook of Personality: Theory and Research*, New York: Guilford press, (1990).
11. J. D. Ha, K. A. Song, "A Study of the Relationships among Personality Types, Stress, Coping Strategy and Adjustment to College Life of Preparatory Teachers for Young Children", *Journal of Early Childhood Education & Educare Administration*, Vol.11, No.4, pp. 29-58, (2007).
12. J. T. Kim, H. S. Shim, S. B. Je, (Translation), *Manual a Guide to the Development and Use of the Myers-Briggs Type Indicator*, Seoul; Assesta, (2009).
13. J. Y. Lee, "MBTI Personality Type, Self-Efficacy, and Ways of Coping in Nursing Students", *The Korean Journal of Stress Research*, Vol.18, No.3, pp. 219-227, (2010).
14. H. K. Jung, M. S. Kim, Y. J. Yoo, S. O. Kim, D. Y. Won, "A Study on the Relationship between Personality, Learning Attitude and Academic Achievement Nursing Students", *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*, Vol.13, No.4, pp. 516-525, (2007).
15. M. J. Kang, Y. S. Hah, "Clinical Nurses' Job Stress and Coping Style according to Enneagram Personality Type", *The Korean Journal of Stress Research*, Vol.18, No.1, pp. 1-10, (2010).
16. B. G. Park, S. M. Park, "Development and Validation of Academic Stress Scale", *The Korean Journal of Educational Psychology*, Vol.26, No.2, pp. 563-585, (2012).
17. M. S. Song, "Analysis of University Students' Academic Stressors with Q Methodology", Unpublished doctoral dissertation, Chonbuk National University, (2016).
18. K. S. Han, E. Y. Park, J. A. Song, K. M. Kim, J. H. Jin, H. C. Kang, "Interpersonal Attachment Style, Emotional Regulation, and Symptoms of Stress, among University Students", *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, Vol.16, No.2, pp. 198-204, (2007).
19. S. H. Nam, "A Study on Stress in Practice and Coping Style according to the Personality Types of Nursing Students", Unpublished master's thesis, Kyungpook National University, (2007).
20. A. G. Billings, R. H. Moos, "Coping, Stress, and Social Resources among Adults with Unipolar Depression", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.46 No.4, pp. 877-891, (1984).  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.4.877>
21. S. Folkman, R. S. Lazarus, "If it Changes it must be a Process: Study of Emotion and Coping during Three Stages of College Examination", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.48, No.1, pp. 150-170, (1985).
22. Y. R. Lee, S. H. Kim, M. S. Ju, "Stress, Stress Coping, and School Adaptation according to Myers-Briggs Type Indicator (MBTI) Personality Type in Freshmen Nursing Students", *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol.19, No.2, pp. 172-182, (2013).  
<https://doi.org/10.5977/JKASNE.2013.19.2.172>
23. K. H. Yoo, "A Study on the Stress and Adjustment to College Life among Nursing Students", *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol.24, No.3, pp. 269-278, (2018).
24. J. A. Park, E. K. Lee, "Influence of Ego-Resilience and Stress Coping Style on College Adaptation in Nursing Students", *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*, Vol.17, No.3, pp. 267-276, (2011).

25. M. Y. Kim, J. S. Jung, C. E. Yang, "Influence of Academic Stress, Career Identity and Self Efficacy on Adjustment to College Life among Nursing Students", *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, Vol.20, No.6, pp. 1267-1284, (2020).  
<https://doi.org/10.22251/jlcci.2020.20.6.1267>
26. J. W. Lee, Y. S. Eo, "Effect of Clinical Stress and Stress Coping on College Adjustment in Nursing Students", *The Korean Journal of Health Service Management*, Vol.7, No.2, pp. 125-134, (2013).  
<https://doi.org/10.12811/kshsm.2013.7.2.125>
27. H. J. Jung, M. J. Chae, "Influence of Self-Efficacy and Academic Stress on Adjustment to College Life among Nursing Students", *Asia-Pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, Vol.8, No.8, pp. 403-417, (2018).  
<https://doi.org/10.35873/AJMAHS.2018.8.8.039>
28. M. R. Lee, H. S. Jeon, "Personal Types, Ego-Resilience, and College Adaptation in Nursing and Health Care related Students", *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol.16, No.12, pp. 8861-8869, (2015).
29. M. S. Song, "Effect of Stress Coping Strategies on Nursing Student's Adjustment to College Life", *Journal of Korean Society for Multicultural Health*, Vol.8, No.2, pp. 13-20, (2018).
30. J. T. Kim, H. S. Shim, *Characteristics of 16 Personality Types*, Seoul; Assesta, (2007).
31. I. B. Myers, M. H. McCaulley, R. Most, *Manual: A guide to the Development and use of the Myers-Briggs Type Indicator*, Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, (1985).
32. W. B. Schaufeli, I. M. Martinez, A. M. Pinto, M. Salanova, A. B. Bakker, "Burnout and Engagement in University Students: A Cross-National Study", *Journal of Cross-Cultural Psychology*, Vol.33, No.5, pp. 464-481, (2002).
33. D. W. Shin, "Effects of the Perceptions of Parents' Expectations for the Future Careers of Children on Academic and Employment Stress among College Students: Focusing on the Moderating Effects of Self-Differentiation", Unpublished master's thesis, Kyunghee University, (2012).
34. J. Y. Park, "A Study on the Relationship among Character Type A & B, Ego-Identity and Stress Coping", Unpublished master's thesis, Sookmyung Women's University, (1995).
35. Y. J. Lee, "The Non-Residential Students' Adaptation to College Life and Career Plans", Unpublished master's thesis, Ewha Womens University, (2000).
36. H. S. Jeong, "Influence Factors on Academic Stress of Nursing Students: Focused on Dimensions of Empathy, Ego-resilience, Stress-coping Strategies", *The Journal of the Korea Contents Association*, Vol.17, No.4, pp. 256-266, (2017).
37. H. J. Son, "Ways of Coping and Academic Resilience according to MBTI Personality Type of Nursing Students", Unpublished master's thesis, Catholic Kwandong University, (2015).
38. G. E. Yi, H. W. Kwak, "Relation of Interpersonal Relationship Harmony, Stress Coping and Adjustment to College Life among Nursing Students", *Journal of Digital Convergence*, Vol.14, No.11 pp. 527-537, (2011).  
<https://doi.org/10.14400/JDC.2016.14.11.527>
39. 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).  
<https://doi.org/10.12811/kshsm.2015.9.1.123>
40. H. S. Cha, "Influence on Adjustment of University Life among Nursing Students", *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol.20, No.8, pp.



- 381-391, (2002).  
<https://doi.org/10.5762/KAIS.2019.20.8.381>
41. M. J. Seo, "The Mediating Effect of Social Support On Academic Stress Of Nursing Students and Their Adaptation to College Life", Unpublished master's thesis, Danguk University, (2020).
42. Y. H. Kim, "The Relationships between Personality Type, Sense of Humor and Stress Coping", *Korean Journal of Family Welfare*, Vol.5, No.1, pp. 121-138, (2000).
43. J. H. Park, H. Y. Kang, "University Students' Major-interest agreement, the relationship between stress coping strategies and adaptation Department", *Journal of Korean Institute of Industrial Educators*, Vol.38, No.1, pp. 69-85, (2013).
44. J. H. Oh, "The Influencing Factors of Self-Esteem and Major Satisfaction on College Adjustment among Nursing Students", *The Journal of the Korea Contents Association*, Vol.14, No.10, pp. 261-268, (2014).  
<https://doi.org/10.5392/JKCA.2014.14.10.873>
45. B. R. Cho, J. M. Lee, "Effects of Undergraduate Students' Stress, Social Support, and Resilience on College Life Adjustment", *Journal of Digital Convergence*, Vol.17, No.4, pp. 1-11, (2019).  
<https://doi.org/10.14400/JDC.2019.17.4.001>