

# 대학생의 생활사건, 대인감정, 심리적 강인성, 자기통제력이 대학차원스트레스에 미치는 영향

박미라<sup>1</sup>, 제남주<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>창신대학교 간호학과 조교수, <sup>2</sup>창신대학교 간호학과 부교수

## The Effects of College Students' Life Events, Interpersonal Emotion, Psychological Hardiness, and Self-Control on College-Based Stress

Meera Park<sup>1</sup>, Nam Joo Je<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Assistant Professor, Department of nursing, Changshin University, Changwon

<sup>2</sup>Associate Professor, Department of nursing, Changshin University, Changwon

요약 본 연구는 대학생의 대학차원스트레스의 영향요인을 파악하여 대학차원스트레스 감소를 위한 교육프로그램을 마련하고자 시도되었다. G도 대학생 169명을 대상으로 2020년 6월 15일부터 7월 15일까지 자료수집하였다. IBM SPSS 21.0으로 빈도와 백분율, 평균, 표준편차, t-test, ANOVA, Pearson correlation coefficient, Multiple regression로 분석하였다. 대학차원스트레스는 생활사건발생, 생활사건중요도, 대인감정, 자기통제력과 양의 상관관계가 있었다. 대상자의 대학차원스트레스에 가장 영향을 미치는 요인은 심리적강인성( $\beta = -.323, p < .001$ )이었고, 그 다음으로 동아리활동( $\beta = .237, p < .001$ ), 대인갈등( $\beta = .215, p = .001$ ), 학년-2( $\beta = -.203, p = .001$ ), 학과적응( $\beta = .161, p = .010$ ), 연령-21세( $\beta = -.149, p = .024$ )순이었다. 모형에 대한 설명력은 44.4%이었다( $F = 42.43, p < .001$ ). 본 연구의 결과가 대학차원에서 스트레스 감소를 위한 교육프로그램 개발에 기초자료로 활용되어 질 것으로 기대한다. 또한 대학차원스트레스 감소를 위해서는 심리적강인성과 학과적응을 도모할 수 있는 교육프로그램 마련이 필요하며, 연령과 학년을 고려하고, 지지체계인 동아리활동을 활용한 맞춤형 교육이 요구된다.

주제어 : 대인감정, 대학차원스트레스, 생활사건, 심리적강인성, 자기통제력.

Abstract The purpose of this study was to identify factors affecting college-based stress and develop stress-relieving educational programs. Data were collected from 169 students in G-province, from June 15th to July 15th, 2020. Analysis was done using IBM SPSS 21.0 for frequency, percentage, average, standard deviation, t-test, ANOVA, Pearson correlation coefficient, and Multiple regression. College-based stress positively correlated with life event, life event importance, interpersonal emotion, and self-control. The most important factor affecting college-based stress was psychological hardiness ( $\beta = -.323, p < .001$ ), followed by club activities ( $\beta = .237, p < .001$ ), interpersonal conflict ( $\beta = .215, p = .001$ ), grade-2 ( $\beta = -.203, p = .001$ ), department adaptation ( $\beta = .161, p = .010$ ), and age-21 ( $\beta = -.149, p = .024$ ). The explanatory power was 44.4% ( $F = 42.43, p < .001$ ). The results of this study are expected to be used as basic data for the development of educational programs for stress reduction at the university level. Therefore, educational programs considering age and grade, using club activities as support systems, and dealing with psychological hardiness and department adaptation are needed.

Key Words : Interpersonal Emotion, College-Based Stress, Life Event, Psychological Hardiness, Self-Control

\*This work was supported by the Changshin University Research Fund of 2019(Changshin-2019-5).

\*Corresponding Author : Nam Joo Je(jnj4757@cs.ac.kr)

Received August 7, 2020

Revised August 25, 2020

Accepted September 20, 2020

Published September 28, 2020

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성

대학생은 17세 이상의 후기 청소년기에 속하면서 동시에 20세 초반의 초기 성인기에 속하는 과도기적 존재로, 인간의 발달 과정 중 가장 혼란스러운 시기이다[1]. 한국의 대학생들은 대학입시경쟁의 학습구조 속에서 주어진 환경에서 주위의 과도한 관심과 기대 속에서 의존적으로 생활함으로써, 고등학생 때 발달해야 할 과업들을 유보한 채 대학생 시기를 맞이하였다[2]. 대학생은 부모로부터의 독립과 사회로 나아가갈 준비를 하는 초기 성인기에 해당하며, 이 시기의 적응정도가 이후의 직업선택과 진로에 영향을 미친다[3]. 대학생이 되어서 그 시기에 요구되는 책임과 자율성 등의 상황에 적응해야 하면서 대학차원의 많은 스트레스를 경험하게 된다[4]. 스트레스 상황에서 심리적 강인성의 정도에 따라 스트레스 경험이 개인에게 미치는 영향이 다를 수 있다[5].

또한, 심리적 강인성은 생활사건에서 느끼는 스트레스 반응 악화를 최소화할 수 있는 심리적 특성으로, 선행연구에서 심리적 강인성이 높을수록 육체적, 정신적 건강이 좋으며[6] 불안이나 우울은 낮고[7], 심리적 강인성이 높은 집단은 낮은 집단에 비해 사건에 대한 스트레스가 적은 것으로 평가하며 그 사건에 대처하는 자신의 능력을 긍정적으로 본다고 보고되어 있어[5] 심리적 강인성과 생활사건의 연관성을 살펴볼 필요가 있다.

생활사건으로 인한 스트레스는 많은 사람들이 일상적으로 경험할 수 있는 외로움, 가족과의 다툼, 성적하락 등의 일상적인 상황에서 느낄 수 있는 스트레스이고, 중대한 생활사건의 발생보다 개인에게 미치는 순간적 영향력은 작을 수도 있지만 훨씬 자주 발생한다는 특징이 있다[8]. 어떤 경우는 중대한 생활사건이 중요한 스트레스원이지만 또다른 어떤 경우는 물건을 잃어버리는 것과 같은 생활사건에서 경험하는 좌절이나 실패경험이 더 중요한 스트레스원일 수 있으므로[9], 일상적 생활사건에 대한 스트레스를 확인할 필요가 있다.

대인관계는 한 개인의 삶의 질을 결정하는 중요한 요소로써 원만한 대인관계가 충족되지 않으면 불안, 우울, 욕구좌절, 스트레스 등 정서적 어려움으로 심리적 병리의 주원인이 된다[10]. 그러므로 대학생들의 대인관계에서 느끼는 대인감정을 살펴볼 필요가 있다.

자기통제는 스스로 선택한 결과를 얻기 위해 신중하게 일을 착수하는 행동으로서 개인이 원하는 결과를 얻기 위해 목표를 결정하고 과정을 실행한다[11]. 자기통제력

은 대학생의 학업성취수준, 대인관계, 대학차원적응 등과 관련 있다는 선행연구의 결과로 미루어 볼 때 자기 통제력 역시 대학차원스트레스를 확인하기 위해 확인할 필요가 있다[12, 13].

선행연구에서 대학차원스트레스를 확인하기 위해 대인감정[10], 자기통제[12], 대학적응[13] 등의 각각의 변수와의 관계를 확인한 경우가 많으나, 생활사건, 대인감정, 심리적 강인성, 자기통제력 등의 변수와의 관계 등을 확인한 연구는 없었다.

이에 본 연구는 대학생을 대상으로 생활사건, 대인감정, 심리적 강인성, 자기통제력, 대학차원 스트레스 정도를 파악하고, 이 변수들이 대학생 스트레스에 미치는 영향을 확인하고자 시도하였다.

### 1.2 연구목적

본 연구의 목적은 대학생을 대상으로 생활사건, 대인감정 척도, 심리적 강인성, 자기통제력, 대학차원스트레스 정도를 파악하고, 이 변수들이 대학차원스트레스에 미치는 영향을 확인하기 위함이며 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 대학생의 일반적 특성을 파악한다.
- 2) 대학생의 생활사건, 대인감정, 심리적 강인성, 자기통제력, 대학차원스트레스를 파악한다.
- 3) 대학생의 제 특성에 따른 생활사건, 대인감정, 심리적 강인성, 자기통제력, 대학차원스트레스 차이를 파악한다.
- 4) 대학생의 생활사건, 대인감정, 심리적 강인성, 자기통제력, 대학차원스트레스 평균을 파악한다.
- 5) 대학생의 생활사건, 대인감정, 심리적 강인성, 자기통제력, 대학차원스트레스의 상관관계를 파악한다.
- 6) 대학차원스트레스의 영향요인을 파악한다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구설계

본 연구는 대학생의 생활사건, 대인감정, 심리적 강인성, 자기통제력, 대학차원스트레스를 파악하기 위한 서술적 상관관계 연구이다.

### 2.2 연구대상

본 연구는 G도 C시의 C대학교 대학생 168명을 대

상으로 편의표집 하였으며, 다음과 같은 기준으로 선정하였다.

- 1) 본 연구를 이해하고 협조할 것을 동의한 자
- 2) 질문지 내용을 읽고 의사소통이 가능한 자

## 2.3 연구도구

본 연구는 구조화된 설문지를 사용하였으며, 제 특성과 생활사건, 대인감정, 심리적 강인성, 자기통제력, 대학차원스트레스 정도를 측정하는 문항으로 구성하였다.

### 2.3.1 대상자 제 특성

대상자 제 특성은 선행연구[14]에서 사용한 문항을 참조하여 대학생의 대학생활과 스트레스에 영향을 미칠 수 있는 변수인 연령, 성별, 종교, 휴학여부, 동아리 활동여부, 학년, 거주환경, 부모님 경제력, 성격, 학과적응, 면담횟수, 지난학기 성적, 갈등경험의 총 13문항으로 측정하였다.

### 2.3.2 생활사건

생활사건은 Sarason, Johnson과 Siegel [15]이 제작한 LES(the Life Experience Survey)와 Lee [16]가 57개의 문항으로 이루어진 LES문항들을 검토하여 대인관계적 문항과 성취관련 문항을 선정하여 한국 실정에 맞게 수정하고, Ma [17]이 일부 문항을 새롭게 추가한 도구를 사용하였다. 이 도구는 총 20개의 4점 Likert 척도로 '전혀없음'(1점), '매우자주'(4점)으로 생활 사건의 양적인 측면과 질적인 측면을 함께 고려하기 위해 사건의 발생빈도와 중요성을 각각 체크하도록 되어있다. Ma [16]의 연구에서 측정한 생활사건 빈도와 중요도는 모두 Cronbach's  $\alpha=.84$ 이었으며, 본 연구에서는 생활사건 발생 Cronbach's  $\alpha=.78$ , 중요도 Cronbach's  $\alpha=.88$ 이었다.

### 2.3.3 대인감정

대인감정은 Kim 과 Cho [18]가 개발하고 타당화한 내현적 대인반응 척도의 하위 척도인 대인감정 척도를 사용하였다. 총 57개의 5점 Likert 척도로 '전혀 그렇지 않다'(1점), '매우 그렇다'(5점)으로, 점수가 높을수록 각 하위척도별 명명된 영역의 감정을 크게 느끼고 있음을 의미하며, 8개의 하위영역으로 구성되어있다(혐오/분석, 수치/죄책감, 연민/동정, 자신감, 불안/난감, 두려움/무력감, 애정/기쁨, 신뢰, 우울/질투심). KIm 과 Cho [18]

의 연구에서 신뢰도 Cronbach's  $\alpha=.90$ 이었으며 본 연구에서는 신뢰도 Cronbach's  $\alpha=.95$ 이었다.

### 2.3.4 심리적 강인성

심리적 강인성은 Kobasa [6]의 척도를 Bartone, Ursano, Wright와 Ingranham [19]이 수정 보완한 것으로, Cho [20]가 번안하고 Kim [5]이 타당화하였으며, Ma [17]의 연구에서 사용된 도구이다. 총 45개의 5점 Likert 척도로 '전혀 그렇지 않다'(1점), '매우 그렇다'(5점)으로 역점수는 역코딩하여 점수가 높을수록 심리적 강인성이 높은 것을 의미하며, 3개의 하위영역으로 구성되어있다(몰입, 강인, 도전). Kim [4]의 연구에서 하부영역별 신뢰도는 몰입 .80, 통제 .76, 도전 .68이었고 Ma [17]의 연구에서 Cronbach's  $\alpha=.72$ 이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's  $\alpha=.76$ 이었다.

### 2.3.5 자기통제력

자기통제력은 Gottfredson과 Hirschi [21], Grasmick 등[22]과 Jeong [23]의 척도를 참고하여 Park [24]이 재구성한 자기통제력 척도를 사용하였다. 총 28개의 Likert 5점 척도로 '전혀 그렇지 않다'(1점), '매우 그렇다'(5점)으로 산출하며 점수가 높을수록 자기통제력이 높은 것을 의미한다. Park [24]의 연구에서 Cronbach  $\alpha=.88$ 이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's  $\alpha=.92$ 이었다.

### 2.3.6 대학차원스트레스

대학차원스트레스는 Yoo, Chang, Choi와 Park [25]이 개발한 대학차원스트레스 도구를 사용하였다. 총 39개의 Likert 5점 척도로 '스트레스를 전혀 경험하지 않는다'(0점), '매우 많이 경험한다'(4점)으로 점수가 높을수록 스트레스 정도가 높음을 의미한다. 개발당시 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha=.94$ 이었고, 본 연구에서는 Cronbach's  $\alpha=.96$ 이었다.

## 2.4 자료수집 및 방법

자료수집 및 연구진행 절차는 다음과 같다.

자료수집은 연구목적에 대한 설명을 듣고 동의·서명한 재학생을 대상으로 편의표집하여 2020년 6월 15일부터 7월 15일까지 구조화된 설문지를 이용하여 수집하였다. 연구에 참여하기를 서면으로 동의한 대상자들에 한하여 설문지를 배부하였고, 자기기입식으로 설문지를 작성하

였다. 대상자 수는 G\*power 3.1.9 프로그램[10]을 이용하여 주 분석방법인 회귀분석에서 효과크기(effect size) .15(중간), 유의수준( $\alpha$ ) .05, 검정력( $1-\beta$ ) .8, 변수 18개로 산출한 결과, 적정표본 크기의 최소 인원은 150명으로 산출되었으나 탈락률을 고려하여 180명을 대상으로 표집을 하였다. 이 중 응답이 부실한 12부를 제외한 168명의 자료를 최종 분석에 사용하였다.

## 2.5 윤리적 고려

연구자는 대상자의 자율성과 권리 보호를 위해 연구목적, 진행 절차, 익명성 보장 등을 설명하고 자발적 참여를 희망하는 대상자에게 연구 참여 동의를 받았다. 자유의사에 따라 언제든지 도중에 연구 참여를 포기할 수 있고 중도포기로 인한 불이익이 없다는 것을 설명하였다. 설문지 작성 소요시간은 평균 20분이며, 작성 후 설문지 수거함을 통해 수거하였다. 자료는 잠금장치의 보관과일에 따로 저장하며 본 연구자 외에는 접근을 제한하였다. 설문지는 연구종료 후 3년 동안 보관 한 후 소각할 것이며, 연구자는 연구와 관련된 대상자의 개인정보와 조사 자료는 숫자화 하여 오직 연구목적으로만 사용하며, 비밀과 익명이 보장됨을 설명하였다.

## 2.6 자료분석

수집된 자료는 IBM SPSS WIN/21.0을 사용하여 분석하였다.

- 1) 연구대상자의 제 특성은 실수와 백분율, 평균과 표준편차로 분석하였다.
- 2) 연구대상자의 생활사건, 대인감정, 심리적 강인성, 자기통제력, 대학차원스트레스 정도는 평균과 표준편차로 분석하였다.
- 3) 연구대상자의 제 특성에 따른 생활사건, 대인감정, 심리적 강인성, 자기통제력, 대학차원 스트레스 차이는 t-test, 일원변량분석, Scheffe's test로 분석하였다.
- 4) 연구대상자의 생활사건, 대인감정, 심리적 강인성, 자기통제력, 대학차원스트레스 정도와 하부영역별 평균과 표준편차로 분석하였다.
- 5) 연구대상자의 생활사건, 대인감정, 심리적 강인성, 자기통제력, 대학차원스트레스 정도의 상관관계는 Pearson's correlation coefficient로 분석하였다.
- 6) 연구대상자의 대학차원 스트레스에 영향을 미치는

요인은 multiple regression을 이용하였다.

## 2.7 연구의 제한점

본 연구는 G도, C시 소재 일개 대학교에서 진행하였으므로, 연구결과를 확대하여 일반화하는 데는 제한점이 있다.

# 3. 연구결과

## 3.1 대상자의 제 특성

대상자의 연령은 '21세'가 75명(44.6%)으로 가장 많았다. 성별은 '여성' 115명(68.5%), '남성' 53명(31.5%)으로 대부분이 여성이었다. 종교는 '없음'이 가장 많았으며(84명, 50.0%), 있는 경우는 기독교가 가장 많았다(61명, 36.3%). 대상자는 '휴학 경험 없음'(152명, 90.5%), '동아리활동 함'(128명, 76.2%)이 대부분이었다. 4학년이 가장 많았으며(72명, 42.9%), 2학년(62명, 36.9%), 1학년(28명, 16.7%), 3학년(6명, 3.5%) 순이었다. 거주환경은 '부모와 같이'가 125명(74.4%), 부모님의 경제력은 '중' 149명(88.7%), 성격은 '혼합적' 82명(48.8%)이 가장 많았다. 학과적응은 '잘 적응' 105명(62.5%)으로 과반수였다. 면담은 학기당 1회(105명, 62.5%), 지난학기 성적은 3.5이상(91명, 54.2%)가 많았으며, 갈등경험은 '있음' 100명(59.5%)으로 많았다. Table 1

Table 1. Characteristics of participants (N=168)

Characteristics	Categories	n(%)
Age(yr)	≤20	32(19.0)
	21	75(44.6)
	22	35(20.8)
	≥23	26(15.6)
Gender	Male	53(31.5)
	Female	115(68.5)
Religion	Christian	61(36.3)
	Buddhism	12( 7.2)
	Catholicism and others	11( 6.5)
	None	84(50.0)
Leave of Absence	Yes	16( 9.5)
	No	152(90.5)
Club activities	Yes	40(23.8)
	No	128(76.2)
Grade	1	28(16.7)
	2	62(36.9)

	3	6( 3.5)
	4	72(42.9)
Living Environment	Living with parents	125(74.4)
	Lodging/Dormitory	31(18.5)
	Cooking oneself/Other	12( 7.1)
Economic Power of Parents	Upper	10( 6.0)
	Middle	149(88.7)
	Lower	9( 5.3)
Character	Extrovert	59(35.1)
	Introvert	27(16.1)
	Mixed	82(48.8)
Department Adaptation	Adapt well	118(70.2)
	Difficult but trying	50(29.8)
Interview frequency	1	105(62.5)
	2	33(19.6)
	≥3	30(17.9)
Last Semester Rating	<3.5	77(45.8)
	≥3.5	91(54.2)
Conflict Experience	None	68(40.5)
	Haved	100(59.5)

3.2 대상자의 생활사건발생, 생활사건중요도  
 대상자의 생활사건발생은 평균 1.90회(4점 만점)이었

고, 생활사건중요도는 평균 2.44점(4점 만점)이었다. Table 2. 세부적으로 살펴보면, 생활사건발생은 ‘졸업후 진로 때문에 고민했다(평균 2.86회)’와 ‘공부해야할 것이 너무 많았다(평균 2.86회)’의 문항이 가장 많았고, ‘친구들과 잘 어울리지 못했다(평균 1.30회)’와 ‘친구들로부터 따돌림을 당했다(평균 1.21회)’의 문항이 가장 낮았다. 생활사건 중요도는 역시 ‘졸업 후 진로 때문에 고민했다’(평균 3.33점)이었고, 가장 중요도가 낮은 문항은 ‘이성친구와 사이에 문제가 있었다’(평균 1.78점)이었다.

3.3 대상자의 생활사건발생, 생활사건중요도, 대인 감정, 심리적강인성, 자기통제력, 대학차원스트레스

대인감정은 평균 1.97점(5점 만점), 심리적강인성 평균 3.17점(5점 만점), 자기통제력은 평균 2.15점(5점 만점), 대학차원스트레스는 평균 1.54점(4점 만점)이었다. Table 3. 세부적으로 살펴보면, 대인감정은 연민/동정, 애정/기쁨/신뢰가 가장 높았고(평균2.96점), 혐오/분노가 가장 낮았다. 심리적강인성은 몰입이 가장 높았고(평균 3.57점), 도전이 가장 낮았다(평균 3.01점).

Table 2. Participants' life event and importance

(N=168)

	Life Event			Life Event Importance		
	Mean±SD	Min	Max	Mean±	Min	Max
1. Had an argument with a friend.	1.56±0.58	1.00	3.00	2.58±0.94	1.00	4.00
2. Worried about career after graduation.	2.86±0.75	1.00	4.00	3.33±0.78	1.00	4.00
3. Didn't get along well with friends.	1.30±0.61	1.00	4.00	2.54±0.95	1.00	4.00
4. Worried about not being able to get a good job after graduation.	1.79±0.87	1.00	4.00	2.69±0.77	1.00	4.00
5. Run into someone that I didn't like.	2.39±0.97	1.00	4.00	2.70±0.93	1.00	4.00
6. Feel dumb.	1.85±0.79	1.00	4.00	2.11±1.04	1.00	4.00
7. Disagreement with parents.	1.59±0.76	1.00	4.00	2.63±1.06	1.00	4.00
8. Don't know what to do.	2.02±0.88	1.00	4.00	2.64±1.02	1.00	4.00
9. Quarreled with brothers/sisters.	1.68±0.92	1.00	4.00	2.08±0.97	1.00	4.00
10. Didn't use time properly.	2.43±0.97	1.00	4.00	2.79±0.76	1.00	4.00
11. Had problem with friend of opposite sex.	1.51±0.86	1.00	4.00	1.78±0.91	1.00	4.00
12. Too much to study.	2.86±0.95	1.00	4.00	3.14±0.86	1.00	4.00
13. Disillusioned with people.	1.51±0.69	1.00	4.00	1.82±0.85	1.00	4.00
14. Didn't do well on exam.	1.99±0.79	1.00	4.00	2.43±0.98	1.00	4.00
15. Something uncomfortable with professor.	1.45±0.65	1.00	3.00	2.05±0.85	1.00	4.00
16. Course content was too difficult.	2.29±0.91	1.00	4.00	2.39±0.97	1.00	4.00
17. Couldn't make friends that I like.	1.42±0.67	1.00	4.00	2.01±1.01	1.00	4.00
18. Couldn't study as planned.	2.21±0.85	1.00	4.00	2.67±0.95	1.00	4.00
19. Be ostracized by friends.	1.21±0.50	1.00	3.00	1.95±1.14	1.00	4.00
20. Worried about not being able to get a job after graduation.	2.13±0.83	1.00	4.00	2.51±1.18	1.00	4.00
Total score	1.90±0.35	1.20	2.85	2.44±0.53	1.40	3.95

Table 3. Participants' interpersonal emotion, psychological hardiness, self-control, and college-based stress (N=168)

Variables	Mean±SD	Min	Max
Interpersonal Emotion	1.97±0.46	1.35	3.08
Hate/Rage	1.58±0.59	1.00	3.00
Shame/Guilt	1.65±0.63	1.00	3.50
Compassion/Sympathy	2.96±0.64	1.00	3.25
Confidence	1.87±0.63	1.60	4.80
Anxiety/Perplex	1.86±0.63	1.00	3.25
Fear/Helpless	1.69±0.61	1.00	3.17
Affection/Joy/Trust	2.96±0.27	2.13	4.25
Melancholy/Jealous	1.65±0.64	1.00	3.25
Psychological Hardiness	3.17±0.29	2.60	3.84
Immersion	3.62±0.47	2.80	4.53
Control	3.57±0.42	2.67	4.47
Challenge	3.01±0.29	2.20	3.80
Self-Control	2.15±0.51	1.21	3.07
College-Based Stress	1.54±0.70	0.00	3.51

### 3.4 대상자의 제 특성에 따른 생활사건발생, 생활사건중요도, 대인감정, 심리적강인성, 자기통제력, 대학생활스트레스

대상자의 제 특성에 따른 생활사건발생은 연령( $F=5.87, p=.001$ ), 휴학( $t=2.50, p=.013$ ), 부모의 경제력( $F=6.29, p=.002$ ), 학과적응( $t=-2.14, p=.034$ ), 면담횟수( $F=3.55, p=.031$ ), 지난학기 성적( $t=5.78, p<.001$ ), 갈등경험( $t=-2.49, p=.014$ )에 따라 유의한 차이를 보였다( $F=3.20, p=.025$ ).

생활사건중요도는 성별( $t=-2.32, p=.002$ ), 종교( $F=10.57, p<.001$ ), 학년( $F=10.57, p<.001$ )에 따라 유의한 차이가 있었다. 학년에 대한 사후검증 결과, 2학년이 4학년보다 낮았다. 면담횟수에 따라 유의한 차이가 있었는데( $F=0.82, p=.004$ ), 사후검증 결과, 1회가 3회보다 높았다.

대인감정은 연령( $F=17.04, p<.001$ ), 성별( $t=4.302, p<.001$ ), 휴학( $t=2.60, p=.010$ ), 지난학기 성적( $t=7.08, p<.001$ )에 따라 유의한 차이를 보였다.

심리적 강인성은 연령( $F=17.04, p<.001$ ), 성별( $t=-3.47, p<.001$ ), 학과적응( $t=3.23, p=.002$ ), 지난학기 성적( $t=-3.78, p<.001$ ), 갈등경험( $t=2.14, p=.034$ ), 면담횟수( $F=5.87, p=.003$ )에 따라 유의한 차이를 보였다. 연령에 대한 사후검증 결과, 20세 이하가 21세와 22세보다 높았고, 21세와 22세가 23세보다 낮았다. 면담횟수에 대한 사후검증 결과, 1회가 3회이상보다 낮았다.

자기통제력은 연령( $F=9.19, p<.001$ ), 휴학( $t=2.61, p=.010$ ), 동아리활동( $t=-6.04, p<.001$ ), 성격( $F=9.47, p<.001$ ), 학과적응( $t=-2.09, p=.040$ ), 면담횟수( $F=4.22, p=.016$ ), 지난학기 성적( $t=5.83, p<.001$ )과 갈등경험( $t=-2.30, p=.023$ )에 따라 유의한 차이를 보였다. 면담에 따른 사후검증 결과, 1회가 3회보다 높았다.

대학차원스트레스는 연령( $F=8.35, p<.001$ ), 동아리활동( $t=-3.16, p=.003$ ), 학년( $F=8.889, p<.001$ ), 성격( $F=3.65, p=.028$ ), 학과적응( $t=-4.04, p<.001$ ). 지난학기 성적( $t=2.47, p=.015$ )과 갈등경험( $t=-4.76, p<.001$ )에 따라 유의한 차이를 보였다. 사후검증 결과, 20세 이하가 21세보다 높았고, 21세가 22세보다 낮았다. 학년에 대한 사후검증 결과, 1학년이 2학년보다, 4학년이 2학년보다 높았다. Table 4

### 3.5 생활사건발생, 생활사건중요도, 대인감정, 심리적강인성, 자기통제력, 대학차원스트레스의 상관관계

생활사건 발생은 생활사건 중요도( $r=.47, p<.001$ ), 대인감정( $r=.54, p<.001$ ), 자기통제력( $r=.51, p<.001$ ), 대학차원 스트레스( $r=.33, p<.001$ )와 양의 상관관계가 있었으며, 심리적강인성과 음의 상관관계가 있었다( $r=-.54, p<.001$ ). 생활사건 중요도는 심리적 강인성과 음의 상관관계가 있었으며( $r=-.18, p=.021$ ), 자기통제력( $r=.17, p=.032$ ), 대학차원 스트레스( $r=.17, p=.025$ )과 양의 상관관계가 있었다. 대인감정은 자기통제력( $r=.56, p<.001$ ), 대학차원 스트레스( $r=.38, p<.001$ )과 양의 상관관계가 있었으며, 심리적 강인성과 음의 상관관계가 있었다( $r=-.60, p<.001$ ). 심리적 강인성은 자기통제력과 음의 상관관계가 있었으며( $r=-.53, p<.001$ ), 대학차원 스트레스와 양의 상관관계가 있었다( $r=.42, p<.001$ ). 자기통제력은 대학차원 스트레스와 양의 상관관계가 있었다( $r=.45, p<.001$ ). Table 5

### 3.6 대학차원 스트레스에 영향을 미치는 요인

대상자의 대학차원 스트레스에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 상관관계가 있었던 연령, 동아리활동, 학년, 학과적응, 지난학기 성적, 갈등경험, 생활사건발생, 생활사건중요도, 대인감정, 자기통제력을 독립변수로 투입하였다. 연령과 학년은 더미변수 처리하였다.

단계적(Stepwise) 방식으로 다중회귀분석을 실시하였다. 다중공선성 문제를 검정하기 위해 공차한계

Table 4. Participants' life event, life event importance, interpersonal emotion, psychological hardiness, self-control, and college-based stress based on characteristics (N=169)

Characteristics	Categories	Life Event		Life Event Importance		Interpersonal Emotion		Psychological Hardiness		Self-Control		대학차원스트레스	
		Mean±SD	t/F(p) Scheffe's test	Mean±SD	t/F(p) Scheffe's test	Mean±SD	t/F(p) Scheffe's test	Mean±SD	t/F(p) Scheffe's test	Mean±SD	t/F(p) Scheffe's test	Mean±SD	t/F(p) Scheffe's test
Age(yr)	≤20 <sup>a</sup>	2.06±0.38	5.87 (.001)	2.40±0.53	0.84 (.473)	2.22±0.45	17.04 (<.001)	3.23±0.26	9.80 (<.001)	2.41±0.49	9.19 (<.001)	1.84±0.34	8.35 (<.001)
	21 <sup>b</sup>	1.85±0.32		2.48±0.56		1.79±0.35		3.13±0.32		1.94±0.53		1.27±0.79	
	22 <sup>c</sup>	1.77±0.31		2.49±0.56		1.85±0.39		3.17±0.27		2.25±0.39		1.69±0.67	
	≥23 <sup>d</sup>	2.02±0.35		2.31±0.39		2.34±0.50		3.20±0.28		2.30±0.38		1.78±0.53	
Gender	Male	1.97±0.32	1.61 (.108)	2.32±0.42	-2.32 (.002)	2.20±0.50	4.30 (<.001)	3.14±0.30	-3.47 (<.001)	2.23±0.55	1.29 (.198)	1.50±0.64	-0.55 (.584)
	Female	1.87±0.36		2.50±0.57		1.87±0.40		3.18±0.29		2.12±0.49		1.57±0.73	
Religion	Christian	1.85±0.39	0.93 (.430)	2.22±0.51	10.57 (<.001)	1.93±0.50	0.53 (.662)	3.21±0.33	1.17 (.325)	2.79±0.33	1.65 (.180)	1.52±0.61	0.25 (.860)
	Buddhism	1.90±0.33		2.34±0.45		1.89±0.41		3.38±0.20		2.62±0.20		1.62±0.54	
	Catholicism/others	1.84±0.26		2.18±0.26		1.98±0.48		3.20±0.34		2.80±0.34		1.40±0.67	
	None	1.95±0.32		2.65±0.50		2.01±0.43		3.17±0.25		2.89±0.25		1.57±0.79	
Leave of Absence	Yes	2.10±0.26	2.50 (.013)	2.54±0.41	0.79 (.429)	2.25±0.40	2.60 (.010)	3.28±0.21	-1.13 (.259)	2.46±0.44	2.61 (.010)	1.66±0.40	1.07 (.295)
	No	1.88±0.35		2.43±0.54		1.94±0.46		3.16±0.39		2.12±0.51		1.53±0.73	
Club activities	Yes	1.93±0.35	0.50 (.621)	2.52±0.42	1.22 (.225)	1.88±0.33	-1.72 (.089)	2.97±0.21	-0.44 (.660)	1.77±0.41	-6.04 (<.001)	1.14±1.03	-3.16 (.003)
	No	1.89±0.35		2.42±0.56		2.00±0.49		3.23±0.29		2.27±0.48		1.67±0.51	
Grade	1 <sup>a</sup>	2.03±0.33	0.93 (.430)	2.37±0.44	10.57 (<.001)	2.39±0.47	0.53 (.662)	3.23±0.24	2.62 (.053)	2.39±0.51	1.65 (.180)	1.81±0.49	8.88 (<.001)
	2 <sup>b</sup>	1.83±0.33		2.23±0.36		1.89±0.50		3.14±0.35		1.98±0.59		1.21±0.72	
	3 <sup>c</sup>	2.02±0.54		2.26±0.67		1.81±0.37		3.19±0.37		2.10±0.33		1.91±0.79	
	4 <sup>d</sup>	1.91±0.34		2.67±0.59		1.93±0.37		3.17±0.25		2.21±0.39		1.70±0.65	
Living Environment	Living with parents	1.92±0.34	0.50 (.607)	2.48±0.54	1.62 (.200)	1.97±0.45	1.02 (.367)	3.14±0.28	1.43 (.242)	2.16±0.53	0.34 (.713)	1.47±0.74	2.63 (.075)
	Lodging/Dormitory	1.88±0.37		2.36±0.52		2.04±0.52		3.26±0.29		2.09±0.53		1.72±0.55	
	Cooking oneself /Other	1.82±0.41		2.24±0.42		1.82±0.36		3.23±0.37		2.23±0.19		1.84±0.52	
Economic Power of Parents	Upper	2.01±0.28	6.29 (.002)	2.80±0.25	2.43 (.091)	1.68±0.38	2.24 (.110)	3.19±0.32	0.82 (.444)	2.24±0.37	0.58 (.560)	1.61±0.57	0.88 (<.001)
	Middle	1.87±0.34		2.42±0.54		1.99±0.46		3.17±0.30		2.14±0.52		1.52±0.72	
	Lower	2.27±0.35		2.38±0.61		2.04±0.48		3.13±0.18		2.30±0.48		1.83±0.62	
Character	Extrovert	1.92±0.37	0.55 (.581)	2.54±0.63	1.97 (.143)	1.97±0.48	1.95 (.146)	3.17±0.29	2.91 (.057)	2.33±0.48	9.47 (<.001)	1.68±0.61	3.65 (.028)
	Introvert	1.95±0.36		2.33±0.43		2.12±0.30		3.11±0.19		2.27±0.45		1.70±0.59	
	Mixed	1.88±0.33		2.40±0.48		1.92±0.48		3.19±0.33		1.99±0.50		1.40±0.77	
Department Adaptation	Adapt well	1.87±0.34	-2.14 (.034)	2.40±0.46	-1.44 (.156)	1.95±0.48	-1.08 (.280)	3.18±0.32	3.23 (.002)	2.10±0.50	-2.09 (.040)	1.41±0.70	-4.04 (<.001)
	Difficult but trying	1.99±0.34		2.55±0.67		2.03±0.41		3.15±0.23		2.28±0.51		1.87±0.60	
Interview frequency	1	1.95±0.35	3.55 (.031)	2.44±0.51	0.82 (.004)	2.01±0.47	1.09 (.339)	3.13±0.30	5.87 (.003)	2.23±0.55	4.22 (.016)	1.50±0.75	1.25 (.290)
	2	1.86±0.37		2.35±0.53		1.88±0.45		3.20±0.24		2.06±0.40		1.53±0.69	
	≥3	1.77±0.27		2.53±0.61		1.93±0.43		3.29±0.28		1.96±0.39		1.73±0.50	
Last Semester Rating	<3.5	2.06±0.32	5.78 (<.001)	2.52±0.55	1.85 (.066)	2.22±0.46	7.08 (<.001)	3.13±0.27	-3.78 (<.001)	2.38±0.52	5.83 (<.001)	1.69±0.61	2.47 (.015)
	≥3.5	1.77±0.32		2.37±0.51		1.77±0.34		3.21±0.31		1.95±0.41		1.42±0.75	
Conflict Experience	None	1.83±0.31	-2.49 (.014)	2.40±0.51	-0.80 (.423)	1.89±0.46	-1.97 (.050)	3.18±0.31	2.14 (.034)	2.04±0.53	-2.30 (.023)	1.25±0.67	-4.76 (<.001)
	Haved	1.96±0.37		2.47±0.55		2.03±0.45		3.16±0.29		2.22±0.49		1.75±0.65	

Table 5. Correlation between life event, life event importance, interpersonal emotion, psychological hardiness, self-control, and college-based stress. (N=169)

	Life Event	Life Event Importance	Interpersonal Emotion	Psychological Hardiness	Self-Control	College-Based Stress
	r(p)					
Life Event	1					
Life Event Importance	.47(<.001)	1				
Interpersonal Emotion	.54(<.001)	.10(.218)	1			
Psychological Hardiness	-.54(<.001)	-.18(.021)	-.60(<.001)	1		
Self-Control	.51(<.001)	.17(.032)	.56(<.001)	-.53(<.001)	1	
College-Based Stress	.33(<.001)	.17(.025)	.38(<.001)	.42(<.001)	-.45(<.001)	1

Table 6. Multiple regression analysis on nursing professionalism

(N=169)

	B	SE	$\beta$	t	p
(constant)	2.63	.539		4.88	<.001
Psychological Hardiness	-.701	.133	-3.23	-5.27	<.001
Club Activities	.390	.103	.237	3.80	<.001
Interpersonal Conflict	.307	.087	.215	3.55	.001
Grade-2	-.295	.090	-.203	-3.28	.001
Department Adaptation	.247	.095	.161	2.61	.010
Age- 21	-.210	.092	-.149	-2.28	.024
R <sup>2</sup> = .464, Adj R <sup>2</sup> = .444, F=42.43 p<.001					

(Tolerance)와 VIF(Variance Inflation Factor)를 확인한 결과 공차한계 .77-91, VIF 1.11-1.29으로, 공차한계가 0.1이상, 분산팽창지수 10 이상을 넘지 않아 다중 공선성의 문제가 없었다. 또한 Durbin-Watson Test의 경우 d=1.650로 수용기준에 부합하여 잔차의 자기상관성에 문제가 없는 것으로 확인되었다.

대상자의 대학차원 스트레스에 가장 영향을 미치는 요인은 심리적 강인성( $\beta=-.323, p<.001$ )이었고, 동아리활동( $\beta=.237, p<.001$ ), 대인갈등( $\beta=.215, p=.001$ ), 학년-2학년( $\beta=-.203, p=.001$ ), 학과적응( $\beta=.161, p=.010$ ), 연령-21세( $\beta=-.149, p=.024$ )순이었다. 모형에 대한 설명력은 44.4%이었다( $F=42.43, p<.001$ ). Table 6

#### 4. 논의

본 연구는 대학생의 생활사건발생, 생활사건중요도, 대인감정, 심리적 강인성, 자기통제력이 대학차원스트레스에 미치는 영향을 확인하기 위한 서술적 조사연구로 연구결과를 토대로 한 논의는 다음과 같다.

본 연구에서 생활사건발생은 평균 1.90점이었고, 생활사건중요도는 평균 2.44점이었다. 가장 발생빈도가 높은 문항은 '졸업 후 진로 때문에 고민했다' 이며 가장 낮은 문항은 '친구들로부터 따돌림을 당했다'이었다. 중요도정도에서는 가장 중요하게 생각하는 문항 역시 '졸업 후 진로 때문에 고민했다' 이었고, 가장 중요도가 낮은 문항은 '이성친구와 사이에 문제가 있었다' 이었다. 대학생들이 경험하게 되는 스트레스 중 학업과 진로문제가 가장 크고, 친구와의 문제가 낮았던 선행연구[26,27]와 대학생이 대학생활에서 가장 많이 경험하는 심리적 스트레스는 학업, 진로 및 취업, 그리고 인간관계와 같은 사회적 성취와 관련된 선행연구[28]와 같이 대학생들은 졸업 후 진로에

대한 고민을 가장 자주하며 가장 중요하게 느끼는 생활사건임을 뒷받침하였다. 이성친구와 따돌림은 청소년기에 중요한 생활사건임에 반해 대학생들은 발생빈도와 중요도가 낮은 것으로 나타나 시기별 차이가 있음이 확인되었다.

본 연구에서의 대인감정은 평균 1.97점이며, 평균점수가 높은 감정은 연민/동정, 애정/기쁨/신뢰이며, 가장 낮은 감정은 혐오/분노로 나타났다. 그러나, 본 연구대상자의 자신감은 평균보다 낮은 1.87점으로 파악되었다. 같은 도구로 같은 대상자를 대상으로 한 연구가 없어 직접적인 비교는 어려우나, 대상자는 다르지만 같은 도구를 사용한 Kim [29]의 연구에서는 본 연구와 다르게 혐오/분노, 연민/동정, 애정/기쁨이 가장 높았으며, 자신감이 가장 낮게 나타났다. 이는 본 연구에서는 본인과의 친밀한 사람과의 관계에서의 감정을 질문한 것과 다르게, Kim [29]의 연구의 대상자는 도움으로 청하러 온 상담자로 사회적인 관계 속에서 상대방이 부정적 모습을 보일 때 부정적인 감정을 느끼면서 혐오/분노가 나타나는 것으로 생각되며, 본 연구와 유사하게 연민/동정, 애정/기쁨/신뢰가 높은 것은 일단적으로 인간에게는 상대를 보호하고 돕고자 하는 마음이 있기 때문으로 생각된다. 대인감정은 타인과의 관계 속에서 경험하는 다양한 정서적 체험으로 대상자의 관계속에서 감정은 달라질 수 있으므로, 타인을 이해하고 수용하는 능력이 길러진다면 바람직한 대인감정을 가질 수 있을 것이라 생각된다.

심리적 강인성은 스트레스에 대한 반응 악화를 최소화하기 위한 저항자원으로[6], 본 연구에서는 심리적 강인성이 평균 3.17점이었으며, 같은 도구로 대학생을 조사한 연구 [30]의 2.96점보다 점수가 약간 높았다. 이는 본 연구의 조사시기가 covid 19로 인해 사회문화적 환경의 제약이 많은 시기로, 수업과 대학생활 등에서 제약이 많았다. 선행연구가 이뤄졌던 시기에 비해 여러 스트레스



정도가 높았을 것이며, 그에 대한 대처 방법 중 하나로 심리적 강인성이 높아졌을 것이라 유추된다. 세부영역에서는 본 연구에서는 연령, 성별, 대학적응, 상담횟수, 성적, 대인관계 갈등 경험에 따라 유의한 차이가 있고, 몰입이 가장 높은 반면, 도전이 가장 낮았다. 심리적 강인성은 어떠한 스트레스 상황에서도 자기 자신을 통제하고 적극적으로 생활에 임하고 변화를 발전의 계기로 삼고 도전하는 태도이며[6] 대학생생활을 통해 심리적 강인성을 높이기 위해서는 연구결과를 기초자료로 활용하여 프로그램을 개발할 필요가 있다.

본 연구에서 자기통제력은 평균 2.15점이며, 교수와의 면담횟수가 적고, 성적이 높으며, 갈등이 없는 경우 자기통제력이 높은 것으로 나타났다. 또한 휴학을 한 경우와 학과적응이 힘들지만 노력하는 대학생이 자기통제력이 높았다. 자기통제력은 대학차원 스트레스와 음의 상관관계가 있었다. 대학생을 대상으로 자기통제력과 스트레스를 살펴본 선행연구[31]와 유사한 결과로, 자기통제력이 높아질수록 스트레스관리능력이 높아져 스트레스에 대처가 좋아지는 것으로 유추된다. 본 연구에서 대상자의 자기통제력정도가 높은 것은 아니나, 자기통제력 정도를 높여준다면 더 효과적인 스트레스 대처가 가능할 것이라 생각된다.

대학차원 스트레스는 평균 1.54점이며, 20세 이하가 21세보다 높았고, 21세가 22세보다 낮았다. 이는 일반적으로 새내기 대학차원 스트레스가 높고, 전공수업이 시작되는 2학년부턴 전공수업이 심화되는, 연령이 높아지면서 스트레스 정도도 높아졌다. 이는 진로 및 취업에 대한 스트레스가 높아지기 때문으로 유추된다. 내성적인 성격과 성적이 높을수록 스트레스가 높았고 학과적응이 힘들지만 노력하는 것과 갈등경험이 있는 경우 스트레스가 높았다. 이는 집단의 특성을 반영한 신중한 대응 전략 수립을 통해 대학차원스트레스 관리에 있어 유용한 정보로 활용될 수 있을 것이다. 대상자의 대학차원스트레스에 가장 영향을 미치는 요인은 심리적강인성이었고, 그 다음으로 동아리활동, 대인갈등, 학년-2학년, 학과적응, 연령-21세 순이었다. 설명력은 44.4%이었다. 이는 심리적강인성의 하위요인인 통제력이 있는 사람이 많은 스트레스 상황에서도 스트레스 대처가 원활하다는 연구결과[6]를 뒷받침한다.

심리적 강인성이 높은 사람은 성공적인 대처전략의 사용을 증가시키고 부적절한 대처전략을 감소시키는 완충 역할을 하는 자원이며, 심리적강인성 등과 같은 개인적인 자원과 사회적지지 같은 환경적인 자원이 필요하다. 또

한, 상황적인 면에서 대학생들은 삶에서 많은 변화를 경험하는 시기이며, 학업 이외에도 취업준비, 이성관계를 포함한 여러 대인관계 등의 생활 영역에서 스트레스를 경험하므로[32], 대학차원 스트레스 완화 프로그램 개발 및 적용이 필요하다.

## 5. 결론 및 제언

본 연구는 G도의 대학생을 대상으로 대학차원스트레스에 영향요인을 파악하여 대학차원스트레스 감소를 위한 교육프로그램을 마련하고자 시도되었다.

대학차원스트레스에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 심리적강인성이었고, 동아리활동, 대인갈등, 학년, 학과적응, 연령 등이 대학차원스트레스에 영향을 미쳤다. 이 결과를 반영하여, 대학차원스트레스 감소를 위해서 심리적 강인성과 학과적응을 도모할 수 있는 교육프로그램 마련이 필요하며, 연령과 학년을 고려하고, 지지체계인 동아리활동을 활용한 맞춤형 교육이 요구된다.

본 연구 결과를 바탕으로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구결과는 일개 지역의 일개 대학을 대상으로 진행한 연구이므로 영역을 확대한 연구를 제언한다.

둘째, 본 연구는 전공과 학과에 따라, 휴학과 학과적응 정도에 따라 결과의 차이가 있을 수 있으나 이를 확인하지 못하였으므로, 이를 고려한 후속연구를 제언한다.

셋째, 대상자의 심리적강인성을 강화할 수 있는 프로그램 개발 연구를 제언한다.

## REFERENCES

- [1] E. H. Kim, & S. J. Park. (2012). Validity and Application of the Life Stress Scale for University Students. *The Journal of Education Research*, 10(2), 69-93. UCI: G704-SER000010453.2012.10.2.002
- [2] H. S. Cho. (2009). Relationship of Stress, Depression and Suicidal Tendencies in Nursing Students. *The Academy Society of Parent Child Health*, 12(1), 3-14. UCI(KEPA): I410-ECN-0102-2012-510-001105806
- [3] 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: <https://doi.org/10.5977/jkasne.2012.18.2.312>

- [4] G. H. Song, & G. P. Cho. (2013). Analysis of the Structural Relationship among Moral Self, Self-Control, Empathy and Moral Behavior of University Students. *The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 13(3), 23-44. UCI(KEPA): G704-001586.2013.13.3.005
- [5] H. Y. Kim. (2006). *The Study in Hardiness Development Process*. Master's Thesis. The Catholic university of Korea
- [6] S. C. Kobasa. (1982). Commitment and Coping in Stress Resistance among Lawyer. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 707-717. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.42.4.707>
- [7] K. D. Allred, & T. W. Smith. (1989). The Hardy Personality; Cognitive Physiological Response to Evaluative Threat. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 257-266. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.257>
- [8] C. C. Edward. (2002). Predicting Suicide Ideation in an Adolescent Population: Examining the Role of Social Problem Solving as a Moderator and a Mediator. *Personality and Individual Differences*, 32(7), 1279-1291. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00118-0](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00118-0)
- [9] W. A. Dixon, K. G. Rumford, P. Heppner & B. J. Lips. (1992). Use of different Sources of Stress to Predict Hopelessness and Suicide Ideation in a College Population. *Journal of Counseling Psychology*, 39(3), 342-349. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-0167.39.3.342>
- [10] B. Bee. (2006). *The Effect of Parentification on Interpersonal Problems*. Master's Thesis. Sookmyung Women's University.
- [11] A. E. Kazdin. (1987). *Child psychotherapy: Developing and Identifying Effective Treatments*. Elmsford, NY: Pergamon Press.
- [12] H. R. Lee. (2009). *The Effects of Parents' Rearing Attitude and Self-control on School Adaptation*. Master's Thesis. Daegu University.
- [13] H. S. Han. (2007). *Self-Control and Ego-Resiliency as Chief Self-Regulatory Variables*. Master's thesis, Korea University.
- [14] S. Y. Park. (2017). *Development and Validation of the College Life Adjustment Instrument for Nursing Students*. Doctor's Dissertation, Dankook University.
- [15] I. G. Sarason, J. H. Johnson, & J. M. Siegel. (1978). Assessing the Impact of Life Changes: Development of the Life Experiences Survey. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 46(5), 932-946.
- [16] M. K. Lee. (2005). The personality-event CONgruency Hypotheses for Depression. *Korean Journal of Clinical Psychology* 19(2), 247-257. DOI: <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE06370878>
- [17] S. Y. Ma. (2009). *The Influence of Parentification and Psychological Hardiness on Interpersonal Relation*. Master's Thesis. The Catholic University of Korea
- [18] J. E. Kim, & S. H. CHo. (2004). Development and Validation of The Covert Interpersonal Reaction Inventory. *The Korean Journal of Counselling Psychothrapy*, 16(3), 407-434. DOI: <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE06369460>
- [19] P. T. Bartone, R. J. Ursano, K. M. Wright, & L. H. Ingraham. (1989). The Impact of a Military Air Disaster on the Health of Assistance Workers. *A Prospective Study*, 77(6), 317-28. DOI: <https://doi.org/10.1097/00005053-198906000-00001>
- [20] H. Y. Cho. (1998). *(The) Volunteers' Psychological Characteristics Related to the Continuance of Telephone Counseling Activities: Focused on Subjective Well-Being, Hardiness, Helping Beliefs*. Master's thesis. The Catholic University of Korea
- [21] M. R. Gottfredson, & T. Hirschi. (1990). *A General Theory of Crime*. Palo Alto, Calif.: Stanford University Press.
- [22] H. G. Grasmick, C. R. Tittle, R. J. Bursik, Jr., & B. J. Arneklev. (1993). Testing the Core Empirical Implications of Gottfredson and Hirschi's General Theory of Crime. *Journal of Research n Crime and Delinquency*, 30, 5-29. DOI: <https://doi.org/10.1177/0022427893030001002>
- [23] H. S. Jeong. (1996). *(A) Study on the Self-Control and the Delinquency Opportunity of the Delinquency Adolescents and the Normal Adolescents*. Master's Thesis, Seoul Women's University.
- [24] H. Y. Park. (2004). *Perceived Maternal Discipline Style and Self-control of Their Adolescent Children*. Doctor's Dissertation, Chonnam National University
- [25] J. S. Yoo, S. J. Chang, 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: <http://doi.org/10.4040/jkan.2008.38.3.410>
- [26] H. Y. Hong. (2005). *Self-Actualization Tendency of University Students Based on Stress Level*. Master's Thesis. Konyang University.
- [27] J. S. Baek. (2007). *Comparison of the Effects of Free Improvisation*. Master's thesis. Myongji University
- [28] Y, S, Park, & O. C. Kim. (2016). *Korean stress-Indigenous Psychology Exploration*. Paju: KYOYOOKBOOK.
- [29] J. E. Kim. (2011). A Comparative Study of Covert Interpersonal Responses between Interpersonal Conflict and Negative Countertransference. *Korea Journal of Counseling*, 12(3), 811-833. UCI(KEPA): I410-ECN-0102-2014-300-001737079
- [30] A. R. Kim. (2010). *The Relationship of Self-Resilience*.

*Hardiness and Stress Coping style*. Master's Thesis, Catholic University of Daegu.

- [31] H. S. Lee. (2016). A Convergence Study the Effect of College Students' Parent-Son/Daughter Communication on Addiction to Smartphones : Focused on the Mediated Effect of Stress Level, Self-Control and Self-Efficacy, *Journal of the Korea Convergence Society*, 7(4), 163-172.  
DOI: <http://doi.org/10.15207/JKCS.2016.7.4.163>
- [32] H. J. Kang. (2020). The Relationships among College Students' Life Stress, Self-Efficacy, Locus of Control, and Subjective Well-Being. *Journal of Digital Convergence*, 18(4), 461-467.  
DOI: <https://doi.org/10.14400/JDC.2020.18.4.461>

박 미 라(Meera Park)

[정회원]



- 2016년 8월 : 계명대학교 일반대학원 간호학과 (간호학박사)
- 2017년 3월 ~ 현재 : 창신대학교 간호학과 조교수
- 관심분야 : 신생아, 임신·분만, 모유수유, 성교육, 피임
- E-Mail : [minerva32@cs.ac.kr](mailto:minerva32@cs.ac.kr)

제 남 주(Nam Joo Je)

[정회원]



- 2016년 2월 : 경상대학교 일반대학원 간호학과 (간호학박사)
- 2017년 3월 ~ 현재 : 창신대학교 간호학과 부교수
- 관심분야 : 임신·분만, 수태 전 관리, 성교육, 여성건강.
- E-Mail : [poo4757@naver.com](mailto:poo4757@naver.com)