

# 보건계열 대학생의 사회적지지, 정신건강이 회복탄력성에 미치는 영향

정지나  
전주대학교 보건관리학과 조교수

## The Effect of Social Support and Mental Health on Resilience of Health Science College Students

Ji Na Jeong  
Professor, Department of Health Management, Jeonju University

요약 본 연구의 목적은 보건계열 대학생의 사회적지지, 정신건강이 회복탄력성에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다. 자료 수집은 J도에 소재한 3개 대학의 보건계열 대학생 191명을 대상으로 구조화된 설문지를 이용하여 실시하였다. 수집된 자료는 SPSS 24.0 프로그램을 이용하여, t-test, ANOVA, 피어슨 상관분석, 회귀분석을 실시하였다. 본연구의 결과 회복탄력성에 사회적 지지는 양의 상관관계를 보였으며, 정신건강은 통계적으로 유의한 음의 상관관계를 보였다. 회복탄력성에 영향을 미치는 변인은 사회적지지의 하위변수인 물질적 지지와 평가적지지, 정신건강의 하위변수인 불안, 인구사회학적 특성인 대학생생활만족도로 나타났으며, 설명력은 48.9%이었다. 보건계열 대학생의 회복탄력성을 증진시키기 위하여 영향요인인 사회적 지지와 정신건강증진 방안을 개발하고 적용할 필요가 있다

주제어 : 회복탄력성, 사회적지지, 정신건강, 보건계열대학생

Abstract The purpose of the study is to investigate the impact of social support and mental health of health science college students on their resilience. 191 students enrolled in 3 health science colleges located in J Province were asked to answer structured questionnaires, and the collected data was analyzed by T-test, ANOVA, Pearson correlation, and regression analysis with SPSS 24.0 software. The result of this study shows that social support has positive correlation to resilience, whereas mental health has statistically significant negative correlation to psychological resilience. Subfactor of social support that affect psychological resilience are material and repetitional support, and subfactor of mental health are anxiety and college life satisfaction, which is also a sociologic characteristic, with explanatory power of 48.9%.

The study suggests the need to develop and apply measures to improve social support and mental health of health science college students to embolden their resilience.

Key Words : Resilience, Mental health, Social support, Health science college students

\*Corresponding Author : Ji Na Jeong(naji2004@jj.ac.kr)

Received April 17, 2020

Accepted September 20, 2020

Revised August 8, 2020

Published September 28, 2020

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성

대학생은 미래사회에서 주도적인 역할과 위치를 담당할 중요한 재원으로 여러 가지 과제를 해결하기 위한 인생의 중요한 과도기의 시기를 겪게 된다[1]. 그러나 대학생활은 학업의 성취, 동아리 활동, 다양한 인간관계, 진로 및 취업준비 등을 스스로 선택하고 책임져야 하므로 불안과 많은 스트레스를 받을 수 있다[2].

특히, 보건계열 학생들은 인간의 생명을 다루어야 하는 학문으로 과중한 전공수업과 임상실습, 면허와 관련된 국가고시의 압박감을 느끼며, 건강을 책임지며 휴먼서비스의 윤리적 가치관부담감으로 적응에 많은 어려움으로 강도 높은 스트레스를 경험하고 있다[3]. 이러한 스트레스가 지속되면 부적응과 심리적으로 불안과 우울로 정신건강에 부정적인 영향을 미칠 수 있으므로, 보건계열 학생들이 스트레스를 극복할 수 있는 방안을 마련해주는 것이 필요하다[4]. 최근 스트레스관리에 관심을 갖고 많은 연구가 진행되고 있으며, 많은 연구에서 스트레스를 극복하고 미래를 준비할 수 있는 도구로 회복탄력성 강화에 관심이 많아지고 있다[5, 6].

회복탄력성(Resilience)은 변화되는 상황과 스트레스가 많은 환경에서 역경을 극복하고 유연하게 반응하여 정신적으로 성장하는 능력을 말한다[7]. 이를 통하여 스트레스를 극복하고 스트레스 이전의 수준, 나아가 삶의 도전을 통해 삶의 전반에 긍정적으로 영향을 끼치게 된다[8]. 회복탄력성은 청소년기에 친구와 가족과의 긍정적인 관계를 통하여 발달할 수 있으며 어려운 상황에서 실패의 두려움을 극복하여 도전을 가능하게 하는 원동력으로 작용하게 된다[9].

개인의 특성과 환경적 요인에 따라 회복탄력성의 정도가 차이가 있어서 그 상황을 다르게 해석하고 대처하게 되는데, 회복탄력성이 높은 사람은 긍정적이며 적극적인 태도로 스트레스에 임하게 되며, 스트레스를 대처한 후에는 더욱 삶의 도전에 역량을 발휘한다고 한다[10]. 즉, 회복탄력성은 다양한 요인들과 상호작용하며 한 가지 측면만으로는 설명하기 어려우며 다차원적인 개념으로 복잡적으로 상호작용한다[11]. 회복탄력성에 유의한 영향을 미치는 요인으로 보호요인과 위험요인으로 나누어 살펴볼 수 있는데[12], 보호요인 중 사회변인의 대표적인 요인으로 사회적 지지를 들 수 있다. 사회적 지지는 한 개인의 가족, 친구, 동료, 교수 등의 사회적 관계를 통해 얻

어지는 도움과 원조의 긍정적인 자원으로 스트레스 극복과 능력 강화에 도움이 된다[13].

간호 대학생을 대상으로 회복탄력성에 영향요인의 연구[6]와 일반대학생을 대상의 선행연구[14]에서는 사회적 지지가 회복탄력성의 가장 큰 영향요인으로 조사되었다. 또한 회복탄력성의 위험요인으로는 개인차원의 성격적 특성인 불안, 정서반응, 정신건강 등이 확인되었다[6]. 새로운 환경이나 스트레스를 유발하는 사건에서 회복탄력성이 낮은 사람은 새로운 경험이나 도전에 불안해하며, 선행연구에 의하면 우울, 불안, 자살, 등의 정신건강 각 영역과 회복탄력성은 밀접한 관련성을 보이며, 대학생의 정신건강은 회복탄력성에 부정적인 요인으로 밝혀졌다[4]. 청소년을 대상으로 선행연구에서는 불안, 우울 등의 부정 정서와 정신건강에 밀접한 관련이 있다고 보고하였다[16].

대학생을 대상으로 회복탄력성과 관련된 선행연구는 대학생활 적응[13,17,18]이 가장 많았으며, 스트레스[19,20], 자아존중감[4,21], 정서지능[6,22], 우울[21,23] 등이 있다. 이 중 보건계열 중 간호대학생과 비보건 계열의 연구가 거의 대부분이다. 보건계열 대학생의 회복탄력성과 관계된 선행연구는 공감능력[24]과 학업소진[6]요인이 연구되었으며, 사회적 지지와 정신건강과 회복탄력성의 연구는 거의 미흡한 실정이다.

따라서 보건계열 대학생들의 회복탄력성에 관한 사회적 지지와 정신건강의 영향요인을 확인하고 미래의 직업인 보건계열 종사자로 건강하게 성장할 수 있는 역량과 교육적 준비가 필요하리라 사료된다.

이에 본 연구는 보건계열 대학생의 사회적 지지와 정신건강이 회복탄력성에 미치는 영향을 파악하고 보건계열 대학생의 내적 자원을 강화하여 회복탄력성증진을 도모하기 위한 중재프로그램 개발의 기초자료로 활용하고자 시도하였다.

### 1.2 연구 목적

본 연구는 보건계열 대학생들을 대상으로 회복탄력성에 미치는 영향을 미치는 사회적지지, 정신건강요인의 상호요인을 규명하고자 하며, 이에 따른 연구목적은 다음과 같다.

첫째, 연구대상자의 인구사회학적 특성 및 인구사회 특성에 따른 사회적지지, 정신건강, 회복탄력성의 차이를 파악한다.

둘째, 연구대상자의 사회적지지, 정신건강, 회복탄력

성의 상관관계를 분석한다.

셋째, 연구대상자의 사회적지지, 정신건강이 회복탄력성에 미치는 영향을 확인 한다.

## 2. 연구 방법

### 2.1 연구 설계

본 연구는 보건계열 대학생의 사회적지지, 정신건강, 회복탄력성의 수준과 변인 간의 관계를 파악하고, 회복탄력성에 영향을 주는 관련 변인을 확인하기 위한 서술적 조사연구이다

### 2.2 연구대상

본 연구의 대상자 표본 크기는 G\*power 3.1 프로그램을 이용하여 회귀분석의 중간효과크기 0.15, 유의수준 0.05, 통계적 검정력 0.95를 적용하여 산출하였을 때 178명이었다. 이를 근거로 연구대상자수는 부실응답 등을 고려하여 220명으로 선정하였으며, 조사대상은 J지역에 소재한 대학교 3곳의 보건계열에 재학 중인 학생이다. 설문기간은 2019년 4월 14일-5월 14일 까지였으며, 208개의 설문지가 회수되었으며 부실한 17개의 자료를 제외한 191명의 자료를 최종 분석하였다.

### 2.3 연구도구

연구도구는 구조화 된 설문지로 121문항이며, 세부적으로는 인구사회학적 특성으로 11문항, 회복탄력성 27문항, 사회적 지지 27문항, 정신건강 56문항으로 구성되었다.

인구사회학적 특성은 계열, 성별, 연령, 학년, 종교, 경제상태, 전공만족도, 직전학기 성적, 건강상태, 음주, 흡연유무로 구성하였다.

#### 2.3.1 회복탄력성

회복탄력성 측정도구로는 Shin et al[26]이 개발한 한국형 회복탄력성 도구를 사용하여 측정하였다. 본 도구는 27문항이며, 하위영역으로 통제성, 긍정성, 사회성의 3영역으로 구성되어 있다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점으로 점수가 높을수록 회복탄력성이 높음을 의미한다. 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  계수는 .90로 나타났다.

#### 2.3.2 사회적 지지

사회적지지 측정도구로는 Park[27]이 개발한 척도를 Yu와 Seo[28]가 수정한 도구를 사용하였다. 본 도구는 27문항이며, 하위영역으로 정서적지지, 정보적지지, 물질적지지, 평가적지지 4영역으로 구성되어 있으며, Likert 5점 척도로 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점으로 점수가 높을수록 사회적 지지가 높음을 의미한다. 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .969였다.

#### 2.3.3 정신건강

정신건강 측정도구로는 Oh 와 Kim[29]의 '학생 정신건강 척도 개발 타당화 연구'에서 개발된 설문지를 Shin[30]이 수정·보완한 도구를 사용하였다.

본 도구는 56문항으로 하위영역은 일반영역 요인인 신체화, 우울, 불안, 대인예민성, 주의력 결핍으로 구성되어 있다. Likert 5점 척도를 이용하여 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점으로 점수가 높을수록 정신건강 수준이 좋지 않다는 것을 의미한다. 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .968였다.

### 2.4 윤리적 고려

본 연구는 윤리적인 측면을 고려하여 J시에 소재하고 있는 J대학의 기관생명윤리심의위원회(jjIRB-181015-HR-2018-1005)의 승인을 받은 후 연구윤리절차에 따라 실시하였다. 대상자에게 작성된 설문지는 익명으로 처리되며 개인정보 비밀이 보장되고 연구 목적, 참여의 자율성, 조사내용은 연구의 목적 이외에는 사용하지 않는다는 사항을 설명하였다. 이후, 설문 참여에 동의한 참여자에게 서면동의서를 받은 후 무기명 자기기입식 설문지를 작성하게 하고 연구가 완료된 후 폐기함을 충분히 설명하였다.

### 2.5 자료분석 방법

수집된 자료는 SPSS/ WIN 24.0 을 이용하여 분석하였으며, 연구목적에 따른 분석 방법은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 인구사회학적 특성은 빈도와 백분율, 평균과 표준편차로 분석하였다.
- 2) 대상자의 인구사회학적 특성에 따른 정신건강, 사회적지지, 회복탄력성의 차이는 t-test, ANOVA, Scheffés test 로 분석 하였다.
- 3) 대상자의 정신건강, 사회적지지, 회복탄력성간의 상관관계는 피어슨 상관계수(Pearson's correlation)

로 분석하였다.

- 4) 회복탄력성 영향요인을 규명하기 위해 multiple regression analysis를 이용하여 분석하였다.

### 3. 연구결과

#### 3.1 대상자의 인구사회학적 특성

인구사회학적 특성에 따른 빈도는 Table 1과 같다. 성별은 여학생이 130명(68.1%) 많았으며 남학생은 61명(31.9%)이었다. 학년은 3학년이 67명(35.1%)으로 가장 많았으며, 1학년 56명(29.3%), 4학년 50명(26.2%), 2학년 18명(9.4%) 순으로 나타났고, 종교는 '없음' 120명(62.8%)으로 많았으며 '있음' 71명(37.2%)으로 나타났다. 학교생활 만족도는 '보통' 106명(55.5%)이 가장 많았으며 '만족함' 74명(38.7%), '만족하지 않음' 11명(5.8%) 순으로 나타났고, 전공만족도는 보통 99명(51.8%)으로 가장 많았으며 만족함 79명(41.4%), 만족하지 않음 13명(6.8%) 순으로 나타났다. 전 학기 성적은 3.0이상 168명(88.0%)으로 많았으며 3.0미만 23명(12.0%)으로 나타났고, 건강상태는 좋다 94명(49.2%)으로 가장 많았으며 보통 86(45.0%), 나쁘다 11명(5.8%) 순으로 나타났다. 음주는 한 달에 1-2회 98명(51.3%)으로 많았으며 '먹지

Table 1. Socio-demographic characteristics.

(N=191)			
Variables	Categories	N	%
Gender	Male	61	31.9
	Female	130	68.1
Grade	1st	56	29.3
	2nd	18	9.4
	3rd	67	35.1
	4th	50	26.2
Religion	Yes	71	37.2
	No	120	62.8
Collegiate-life satisfaction	Satisfaction	74	38.7
	Usually	106	55.5
	Dissatisfaction	11	5.8
Satisfaction of major	Dissatisfaction	13	6.8
	Usually	99	51.8
	Satisfaction	79	41.4
School record	≥3.0	168	88.0
	<3.0	23	12.0
Health status	Good	94	49.2
	Average	86	45.0
	Bad	11	5.8
Drinking	No	51	26.7
	1-2/m	98	51.3
	1-4/w	42	22.0
Smoking	Yes	29	15.2
	No	162	84.8

않는다' 51명(26.7%), 1주에 1-4회 42명(22.0%) 순으로 나타났고, 담배는 '피지 않는다' 162명(84.8%), '핀다' 29명(15.2%)으로 나타났다.

#### 3.2 대상자의 사회적 지지, 정신건강, 회복탄력성수준

대상자의 사회적지지, 정신건강, 회복탄력성의 정도는 Table 2 와 같다. 사회적 지지는 평균 3.90점(5점 만점), 정신건강은 평균 2.40점(5점 만점), 회복탄력성은 평균 3.18점(5점 만점)으로 나타났다.

Table 2. Degree of Resilience, Social support Mental health

Variables	Items	Min/Max	M±SD	Skewness/Kurtosis
Social support	27	2.00/5.00	3.90±0.62	0.15/1.05
Mental health	56	1.93/4.11	2.40±0.47	-0.37/0.15
Resilience	27	2.00/4.67	3.18±0.38	-0.35/-0.67

#### 3.3 대상자의 인구사회학적 특성에 따른 사회적지지, 정신건강, 회복탄력성 차이

연구대상자의 인구사회학적 특성에 따른 사회적지지, 정신건강, 회복탄력성 차이는 Table 3과 같다.

인구사회학적 특성에 따른 사회적 지지의 차이는 학교생활 만족도( $F=13.273, p=.000$ ), 전공 만족도( $F=7.086, p=.001$ ), 건강상태( $F=6.108, p=.003$ )에서 차이가 있었다. 학교생활 만족도는 '만족한다'가 '보통'과 '만족하지 않음'보다 높았고, 전공 만족도는 '만족한다'가 '만족하지 않음'보다 높았다. 건강상태는 '좋다'가 '나쁘다'보다 사회적지지 점수가 높았다. 인구사회학적 특성에 따른 정신건강의 차이는 학교생활 만족도( $F=16.022, p=.000$ ), 전공 만족도( $F=6.554, p=.002$ ), 건강상태( $F=16.609, p=.000$ ), 흡연여부( $t=3.402, p=.002$ )에서 차이가 있었다. 학교생활 만족도는 '만족하지 않음'이 '만족한다'와 '보통'보다 높았고, 전공 만족도는 '만족하지 않는다'가 '만족한다'보다 높았다. 건강상태는 '나쁘다'가 '보통'과 '좋다'보다 높았고, 흡연여부는 '핀다'가 '피지 않는다'보다 정신건강 점수가 높았다.

인구사회학적 특성에 따른 회복탄력성의 차이를 분석한 결과 학년( $F=2.739, p=.045$ ), 학교생활 만족도( $F=22.283, p=.000$ ), 전공 만족도( $F=5.258, p=.006$ ), 전 학기 성적( $t=2.679, p=.008$ ), 건강상태( $F=5.062, p=.007$ )에서 차이가 있었다. 학년은 3,4학년이 2학년보다 높았고, 학교생활 만족도는 '만족한다', '보통', '만족하지 않음' 순으로

Table 3. Difference in Resilience, Social support and Mental Health

Variables	Categories	Social support		mental health		Resilience	
		M±SD	t or F(p)	M±SD	t or F(p)	M±SD	t or F(p)
Gender	Male	3.90±0.62	.112	2.50±0.58	1.818	3.21±0.35	.811
	Female	3.89±0.63	(.911)	2.35±0.40	(.073)	3.16±0.39	(.418)
Grade	1st <sup>a</sup>	3.92±0.64		2.33±0.42		3.17±.038	2.739
	2nd <sup>b</sup>	3.65±0.75	1.029	2.47±0.37	1.370	2.94±0.38	(.045)
	3rd <sup>c</sup>	3.94±0.60	(.381)	2.36±0.41	(.253)	3.22±0.37	b<c,d
	4th <sup>d</sup>	3.90±0.60		2.49±0.59		3.22±0.37	
Religion	Yes	3.90±0.59	.127	2.34±0.41	-1.280	3.15±0.35	-.737
	No	3.89±0.65	(.899)	2.43±0.50	(.202)	3.19±0.40	(.462)
Collegiate life satisfaction	Satisfaction <sup>a</sup>	4.17±0.49	13.273	2.21±0.30	16.022	3.36±0.34	22.283
	Usually <sup>b</sup>	3.74±0.64	(.000)	2.47±0.49	(.000)	3.09±0.36	(.000)
	Dissatisfaction <sup>c</sup>	3.56±0.67	b,c<a	2.92±0.65	a,b<c	2.76±0.18	c<b<a
Satisfaction of major	Dissatisfaction <sup>a</sup>	3.73±0.61	7.086	2.69±0.57	6.554	2.97±0.28	5.258
	Usually <sup>b</sup>	3.76±0.65	(.001)	2.46±0.51	(.002)	3.13±0.38	(.006)
	Satisfaction <sup>c</sup>	4.09±0.54	a,b<c	2.27±0.35	c<a	3.27±0.38	a<c
School record	≥3.0	3.93±0.60	1.912	2.37±0.45	-1.779	3.20±0.37	2.679
	<3.0	3.66±0.78	(.057)	2.56±0.60	(.077)	2.98±0.40	(.008)
Health status	Good <sup>a</sup>	4.04±0.54	6.108	2.25±0.34	16.609	3.24±0.35	5.062
	Average <sup>b</sup>	3.80±0.65	(.003)	2.48±0.50	(.000)	3.14±0.41	(.007)
	Bad <sup>c</sup>	3.49±0.76	c<a	2.98±0.57	a,b<c	2.89±0.30	c<a,b
Drinking	No	3.89±0.63		2.34±0.38		3.20±0.43	
	1-2/m	3.90±0.62	.007	2.37±0.45	2.220	3.15±0.35	.570
	1-4/w	3.90±0.66	(.993)	2.53±0.59	(.111)	3.21±0.40	(.567)
Smoking	Yes	3.77±0.70	-1.173	2.75±0.64	3.402	3.11±0.36	-1.019
	No	3.92±0.61	(.242)	2.33±0.40	(.002)	3.19±0.38	(.309)

나타났다. 전공 만족도는 ‘만족한다’가 ‘만족하지’ 않음보다 높았고, 전 학기 성적은 3.0이상이 3.0미만보다 높았다. 건강상태는 ‘좋다’와 ‘보통’이 ‘나쁘다’ 보다 회복탄력성 점수가 높았다.

### 3.4 사회적지지, 정신건강과 회복탄력성의 상관관계

연구대상자의 사회적지지, 정신건강 하위요인과 회복탄력성 간의 상관관계는 Table 4와 같다.

사회적지지의 하위요인인 정서적지지( $r=.569, p=.000$ ), 정보적지지( $r=.520, p=.000$ ), 물질적지지( $r=.585, p=.000$ ), 평가적지지( $r=.605, p=.000$ )는 회복탄력성과 정적 (+) 상관관계를 보였으며, 정신건강의 하위요인인 우울 ( $r=-.155, p=.032$ ), 불안( $r=-.286, p=.000$ )은 회복탄력성과 부적 (-)상관관계를 보였다.

### 3.5 회복탄력성에 영향을 미치는 요인

연구대상자의 회복탄력성에 영향을 미치는 세부요인을 설명하기 위해 사회적지지, 정신건강의 하위요인을 독립변수로 투입하고 회복탄력성을 종속변수로 하여 다중회귀분석을 실시하였다. 사회적지지, 정신건강의 하위요인을 독립변수로 투입하고 회복탄력성을 종속변수로 하

여 사회적지지, 정신건강의 하위요인을 독립변수로 사회적지지, 정신건강의 하위요인을 독립변수로 투입하고 회복탄력성을 종속변수로 하여 다중회귀분석을 실시하였다. 독립변수에 대한 회귀분석의 가정을 검증하기 위하여 변수들의 정규분포성, 자기상관성, 다중공선성(multicollinearity)을 분석하였다. 진단한 결과 상관계수가  $-.29 \sim .61$ 로  $.80$ 미만으로 나타났으며, Dubin Watson 지수는  $2.055$ 로 독립성이 인정되며, 분산팽창지수는  $1.221 \sim 9.399$ 로  $10$ 미만으로 다중공선성에 문제가 없었다. 연구대상자의 회복탄력성에 영향을 미치는 변수확인을 위하여 다중회귀분석을 실시하였으며, 연구대상자의 인구사회학적 특성에서 유의한 차이를 보인 학년, 대학생활만족도, 전공만족도, 성적, 건강상태를 투입하였으며, 다중회귀분석 결과는 Table 5와 같다. 연구대상자의 회복탄력성에 영향을 미치는 요인은 대학생활만족도에서 “만족( $\beta=518, p=.000$ )”과 “보통”( $\beta=.378, p=.005$ ), 사회적 지지의 하위요인 에서는 물질적지지( $\beta=.384, p=.001$ )와 평가적지지( $\beta=.298, p=.023$ )가 영향을 주는 것으로 나타났으며, 정신건강의 하위요인에서는 신체화( $\beta=.185, p=.013$ )와 불안( $\beta=-.240, p=.004$ )이 영향을 주는 것으로 나타났다. 이들 변수의 회복탄력성에 대한 전체

Table 4. Correlation among variables

Variables	1	2	3	4	5	6	7	8	9
	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)
<b>Social support</b>									
1. Emotional	1								
2. Informative	.901**	1							
3. Materialistic	.858**	.865**	1						
4. Evaluative	.987**	.847**	.824**	1					
<b>mental health</b>									
5. Somatization	-.131	-.099	-.094	-.131	1				
6. Lack of attention	-.116	-.119	-.156*	-.104	.515**	1			
7. Depression	-.094	-.098	-.118	-.147*	.613**	.670**	1		
8. Anxiety	-.197**	-.171*	-.185*	-.193**	.460**	.601**	.674**	1	
9. Interpersonal sensitivity	-.217**	-.170*	-.185*	-.206**	.574**	.608**	.655**	.639**	1
10. Resilience	.569**	.520**	.585**	.605**	.016	-.114	-.155*	-.286**	-.121

\* p<.01, \*\* p<.001

Table 5. Affecting Factors of Resilience

Division	Dependent variable					
	Resilience on Relationship					
	B	$\beta$	S.E	t	VIF	
(constant)B	1.416		.219	6.475***		
Grade	2nd	-.100	-.077	.077	-1.298	1.315
	3rd	.009	.012	.051	.180	1.563
	4th	.046	.053	.056	.8519	1.572
	Collegiate life satisfaction					
Control variable	Satisfaction	.404	.518	.111	3.637***	7.593
	Usually	.289	.378	.102	2.832**	6.671
	Satisfaction of major					
	Usually	-.014	-.018	.094	-.145	5.375
Satisfaction	-.043	-.056	.099	-.433	6.182	
School record						
$\geq 3.0$	.031	.027	.067	.473	1.221	
Health status						
Good	.043	.057	.105	.414	7.163	
Average	.017	.022	.099	.172	6.282	
Social support						
Emotional	.069	.119	.092	.751	9.399	
Informative	-.146	-.259	.076	-1.911	6.864	
Materialistic	.224	.384	.069	3.239**	5.263	
Evaluative	.175	.298	.076	2.300*	6.290	
mental health						
Somatization	.114	.185	.045	2.508*	2.044	
Attention deficit	.007	.014	.043	.173	2.557	
Depression	-.042	-.064	.060	-.697	3.133	
Anxiety	-.113	-.240	.039	-2.918**	2.535	
Interpersonal sensitivity	.101	.160	.051	1.961	2.480	

$R^2 = .556$   $adj R^2 = .492$  Model  $F = 8.670***$

설명력은 49.2%로 나타났다(F=11.399, p=.000).

#### 4. 논의

본 연구는 보건계열 대학생의 사회적지지와 정신건강이 회복탄력성에 미치는 영향을 규명하고자 하였으며, 주요연구 결과를 중심으로 논의하고자 한다.

첫째, 본연구의 결과 보건계열 대학생의 회복탄력성

평균은 3.18점으로 나타났으며, 이러한 결과는 보건계열 대학생의 회복탄력성을 연구한 Park과 Yoon의 연구 [24]에서의 회복탄력성 평균 3.37점(±.41)과 의무기록 전공 대학생의 회복탄력성연구[25]의 평균 3.45점보다 낮은 결과이다. 또한 Kim과 Yoo[9]의간호대학생의 자아존중감과 회복탄력성의 영향 연구에서의 회복탄력성이 평균 3.78점으로, 전공을 구분하지 않은 일반대학생의 연구[30]의 평균 3.61점보다 낮게 나타났다. 본연구의 결과가 선행연구의 결과보다 점수가 나온 결과는 같은 도

구를 사용하지 않은 것도 있지만, 보건계열 대학생의 반복적인 연구를 통한 회복탄력성의 평가가 이루어져야 할 것이다. 회복 탄력성은 대학생에게서 특히 스트레스, 정신건강, 및 대학생활 만족도 향상에 기여하기 때문에 보건계열 대학생에게 필요한 역량으로[24], 회복탄력성 향상을 위한 프로그램이 필요하리라 사료된다.

둘째, 인구사회학적 특성에 따른 회복탄력성의 차이에서는 학년( $F=2.739, p=.045$ ), 학교생활 만족도( $F=22.283, p=.000$ ), 전공 만족도( $F=5.258, p=.006$ ), 전 학기 성적( $t=2.679, p=.008$ ), 건강상태( $F=5.062, p=.007$ )에서 차이가 있었다.

3,4학년의 회복탄력성 점수가 높은 결과는 간호대학생을 대상으로 연구 [6,31]에서 학년이 올라갈수록 회복탄력성이 높은 것으로 나타나 연구결과와 일치하였다. 이는 학년이 올라 갈수록 회복탄력성이 높은 것으로 나타난 결과에서 미루어 볼 때 3, 4학년이 되면 임상실습 및 국가고시 준비, 진로와 취업 등을 준비하면서 자기조절능력, 인계능력 등이 변화되어 나타난 결과인 것으로 생각된다. 대학생활 만족도의 경우 만족과 보통이 회복 탄력성도 높았으며 이는 보건계열 대학생을 대상으로 Park,과Yoon의 연구[24]와 Lee 등[32]의 연구, Ju와 Kim[33]의 연구와 유사하였다.

간호학생 3,4학년을 대상으로 한 Lee 등의 연구[34]에서도 본인이 주관적으로 인식하는 건강상태가 좋을수록 회복탄력성이 높게 나타난 결과와 본 연구는 일치한다. 보건계열 대학생의 회복탄력성 향상을 위한 교과 외 프로그램 개발 시 이러한 제 특성 요인을 고려 할 필요가 있겠다.

셋째, 보건계열의 회복탄력성에 영향을 미치는 요인은 대학생활만족도에서 “만족( $\beta=518, p=.000$ )”과 ‘보통’( $\beta=.378, p=.005$ ), 사회적 지지의 하위요인에서는 물질적 지지( $\beta=.384, p=.001$ )와 평가적지지( $\beta=.298, p=.023$ )가 영향을 주는 것으로 났고, 정신건강의 하위요인에서는 신체화( $\beta=.185, p=.013$ )와 불안( $\beta=-.240, p=.004$ )이 영향을 주는 것으로 나타났다. 사회적 지지의 하위요인인 물질적 지지와 평가적 지지는 회복탄력성의 영향을 주는 요인으로 Shin[35]의 연구와 유사한 결과를 나타냈다. 이는 물질적, 평가적 지지는 대학생활에서 금전, 시간, 환경조성 등의 직접적으로 도움을 주는 행위와 자기평가와 관련된 정보를 통해 행위에 대한 인정이나 부정을 전달하는 것으로[35], 물질적인 지지를 통해 자신에 대한 긍정적인 평가가 가능해지며, 고민되는 일에 교수와 선배들에게 상담과 동료 친구들에게 평가와 조언을 받음으로서 자기조절력을 더욱 발휘할 수 있게 됨을 의미한다[36].

사회적지지도로부터 얻은 긍정적인 자원들을 사람들과의 관계형성에 활용하며, 폭 넓은 대인관계로 대학생활적응을 가능하게 해줄 수 있다. 보건계열 대학생의 경우 입학과 동시에 나아가는 목표의 방향이 비교적 비슷하기 때문에 선-후배간의 멘토, 멘티로 다양한 정보제공 및 지지가 가능하고, 임상실습기관의 졸업선배와의 만남 등을 통해 정보공유 및, 정서적 지지를 통하여 회복탄력성이 증대하리라 생각한다. 그러므로 교과과정 내에서 다양한 사회 지지체계를 구축하여 미래 보건인으로 성장을 위하여 회복탄력성을 증진할 수 있도록 교과, 비교과 과정의 프로그램 도입이 필요할 것으로 생각된다.

본 연구결과 정신건강의 하위요인인 신체화와 불안이 회복탄력성에 영향을 미치는 것으로 나타난 결과는 청소년은 대상으로 연구한 Lee 등[16]의 연구와 일치한 결과이다. 또한 전문대학생을 대상으로 정신건강이 회복탄력성에 중용한 영향요인으로 설명한 Kim 등[16]의 연구와 유사한 결과이다. 회복탄력성이 낮으면, 새로운 환경이나 스트레스에 불안해하고 자아통제를 융통성 있게 하지 못하기 때문에 불안, 우울 등의 부정 정서와 신체 증상을 경험한다. 회복탄력성은 지속적으로 학습되고 발달될 가능성이 있는 가변 요소이기 때문에 정신건강증진 시킬 수 있는 스트레스 대처자원 활용체계 프로그램개발 이 필요하다 생각한다.

또한 인구사회학적 특성의 대학생활 만족도는 회복탄력성에 영향을 미치는 요인으로 Lee 등[16] 연구와 유사한 결과로, 보건계열 대학생은 과중한 학업수행과 함께 임상실습을 병행해야하며 국가고시 준비로 인한 스트레스와 불안감을 가지게 되는데 대학생활 만족도가 높게 되면 회복 탄력성이 높아지기 때문에 이를 통해 대학생들의 대학 생활 만족도와 전공만족도를 향상시킬 수 있는 다양한 중재 프로그램과 교육학적 노력이 필요하겠다.

보건계열 대학생의 회복탄력성을 향상시키기 위하여 사회적 지지, 대학생활 만족에 관한 학년 별 비교 연구를 통해 특성에 맞는 회복탄력성 훈련프로그램 도입 및 활성화시키며 정신건강증진을 위한 상담 및 중재프로그램의 구축도 필요하리라 사료된다.

## 5. 결론 및 제언

본 연구는 연구 대상자의 사회적지지와 정신건강이 회복탄력성에 미치는 영향을 검증하여 회복탄력성을 증진시키고 정신건강증진 기초자료를 제공하고자 시도되었다.

본 연구의 결과, 인구학적 특성에 따른 회복탄력성의 차이는 학년, 대학생활만족도, 직전학기 성적, 건강상태에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 보건계열 대학생의 회복탄력성은 대학생활만족도와 사회적지지, 정신건강에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며 설명력은 48.5%이었다.

이상의 본 연구의 다음과 같은 제한점이 있으므로 이에 따라 향후 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 본 연구는 일지역의 보건계열 대학생을 대상으로 한정하였기에 모든 대학생에게 적용하기에는 제한이 있으며 연구결과를 일반화하는데 한계가 있다.

둘째, 본 연구는 양적연구인 설문조사의 결과에 따른 것으로 더 많은 지역과 표본을 확대하여 후속연구 및 연구대상자를 확대하여 회복탄력성에 관한 탐색연구가 필요하다.

셋째, 대학생의 회복탄력성에 유의미한 영향을 미치는 내적, 외적요인 및 환경적인 다양한 변인들을 규명하는 후속 연구를 제언한다.

## REFERENCES

- [1] J. W. Kim, & J. H. Kim. (2013). Relationships among parental attachment, social support and adjustment to college life. *Journal of the Korea Contents Association*, 13(9), 248-259.
- [2] J. J. Jeong. (2018). An Exploratory Study about Stress Coping Strategy of University Student: Utilizing Photovoice Methodology. *Journal of Digital Convergence*, 16(10), 545-555.
- [3] H. J. Kang, & Y. G. Jee. (2019). The Effect of Self-esteem on Mental Health to the Students of College of Health : Analysis of Mediating Effect of Stress. *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, 9(9), 427-436.  
DOI : 10.35873/ajmahs.2019.9.9.037
- [4] J. K. Kim, & K. H. Yoo. (2019). Effects of Self-esteem on Nursing Students' Resilience. *J Muscle Jt Health*, 26(3), 261-269.
- [5] J. H. Yu, & J. H. Cho. (2018). Influencing of Coworker support and Psychological well-being on Resilience of Nurse. *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, 18(3), 733-743.
- [6] N. H. Kim, & S. Y. Park. (2019). Effect of Emotional Intelligence and Social Support on Resilience of Student Nurses. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 20(3), 194-202. DOI : 10.5762/KAIS.2019.20.3.194
- [7] M. McAllister, & J. McKinnon. (2009). The importance of teaching and learning resilience in the health disciplines: a critical review of the literature. *Nurse education today*, 29(4), 371-379.
- [8] W. Y. Shin, M. G. Kim, & J. H. Kim. (2009). Developing measures of resilience for Korean adolescents and testing cross, convergent, and discriminant validity. *Studies on Korean Youth*, 20(4), 105-131.
- [9] J. K. Kim, & K. H. Yoo. (2019). Effects of Self-esteem on Nursing Students' Resilience. *J Muscle Jt Health* 26(3), 261-269.  
DOI : 10.5953/JMJH.2019.26.3.261
- [10] H. Y. Lee, & H. J. Cho. (2016). The effect of resilience on perceived stress- The mediating effect of positive emotion and cognitive flexibility. *Korean Journal Of Counseling And Psychotherapy*, 28(1), 147-168.
- [11] K. L. Kumpfer, & J. F. Summerhays. (2006). Prevention approaches to enhance resilience among high-risk youth: comments on the papers of Dishion & Connell and Greenberg. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 151-163.  
DOI : /10.1196/annals.1376.014
- [12] K. H. Lee & S. W. Lee. (2005). Concept analysis of resilience. *The Korean journal of stress research*.13(1), 9-13.
- [13] J. J. Jeong. (2020). The Impacts of Resilience, Social Support on Adjustment to College Life of Freshman and sophomore year in university students. *Journal of the Korea Convergence Society* 11(2), 385-394. DOI : /10.15207/JKCS.2020.11.2.385
- [14] H. S. Shin. (2018). The Mediating Effects of Resilience on Relationship between Social Support and Career Decision-Making Self-Efficacy in University Students. Unpublished master's thesis. Konyang University, Seoul
- [15] S. H. Jung. (2014). Effects of college students' ego-resilience, self-esteem and social support on their mental health promotion. Unpublished doctoral dissertation, Chosun University, Gwangju
- [16] J. T. Lee, K. M. Kim, B. H. Yoon, & Y. E. Jung. (2020). Factors Associated with Resilience in School-Aged Adolescents. *J Korean Soc Biol Ther Psychiatry*, 26(1),14-22.
- [17] S. Y. Kim. (2018). The Influence of Self - Control and Resilience on College Life Adjustment in Nursing Students. *The korea Entertainment industry association*, 12(1),253-262.
- [18] B. R. Cho, & J. M. Lee. (2019). Effects of Undergraduate Students' Stress, Social support, and Resilience on College Life adjustment. *Journal of Digital Convergence*, 17(4), 1-11.
- [19] H. H. Park. (2018). The Effects of Stress, Depression, and Resilience on Cognitive Failure of Nursing



- Students. *The Korea Entertainment Industry Association*, 12(4), 323-333.  
DOI : 10.21184/jkeia.2018.6.12.4.32
- [20] E. H. Cho. (2019). Mediating Effects of the Relationship of Perceived Stress and Anxiety with Resilience in Nursing Students Asia-pacific. *Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, 19(10), 677-688.
- [21] S. H. Choi. (2017). Influence on College Students' Depression of Anxiety, Unemployment Stress, and Self-esteem - Moderating Effect of Resilience. *The Journal of the Korea Contents Association*, 14(10), 619-627.
- [22] Y. E. Lee, E. Y. Kim, & S. Y. Park. (2018). Effect of Self-Esteem, Emotional Intelligence and Psychological Well-Being on Resilience in Nursing Students. *Korean Academy of Child Health Nursing*, 23(3), 385-393.  
DOI : 10.4094/chnr.2017.23.3.385
- [23] H. H. Park. (2018). The Effects of Stress, Depression, and Resilience on Cognitive Failure of Nursing Students. *The Korea Entertainment Industry Association*, 12(4), 323-333.
- [24] J. H. Park, & B. G. Yoon. (2018). Capability of empathy and resilience among healthcare college students. *The Korean Journal of Emergency Medical Services*, 22(3), 117-129.
- [25] H. J. Lee. (2017). Convergence differences of academic burnout, career preparation behavior etc. by resilience clusters of students majoring in Medical records. *Korea Convergence Society*, 8(4), 67-77.
- [26] W. Y. Shin, M. K. Kim, & J. H. Kim. (2009). Developing Measures of Resilience for Korean Adolescents and Testing Cross, Convergent, and Discriminant Validity. *Studies on Korean Youth*, 20(4), 105
- [27] J. W. Park. (1985). A Study on Development a Scale of Social support. Unpublished thesis of master, Yonsei University.
- [28] E. K. Yu, & H. S. Seol. (2015). Factorial Structure of the Social Support Scale. *The Korean Association for Survey Research*, 16(1)1, 155-184.
- [29] H. Y. Oh, & S. E. Kim. (2016). Development and validation of the mental health scale for college student. *Korean Journal of Counseling*, 17(6), 333-356.
- [30] J. Y. Shin. (2019). The effects of university students' ego-resilience, family cohesion and social support on their mental health. *Korean Association Of Family Relations*, 24(2), 85-108.
- [31] M. H. Nam, & O. H. Kim. (2016). Effect of Personality and Resilience on Satisfaction with Major in Nursing Students. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*, 24(4), 298-306.
- [32] Y. E. Lee, E. Kim, & S. Y. Park. (2017). Effect of self-esteem, emotional intelligence and psychological well-being on resilience in nursing students. *Korean Academy of Child Nursing*, 23(3):385-93.  
DOI : 10.4094/chnr.2017.23.3.385
- [33] H. H. Ju, & D. W. Kim. (2017). Influence of ego resilience and self efficacy on major satisfaction of paramedic students. *Korean J Emerg Med Ser*, 21(3), 85-95.  
DOI : 10.14408/KJEMS.2017.21.3.085
- [34] Y. E. Lee, E. Kim, & S. Y. Park. (2017). Effect of self-esteem, emotional intelligence and psychological well-being on resilience in nursing students. *Korean Academy of Child Nursing*, 23(3), 385-93.  
DOI : 10.4094/chnr.2017.23.3.385
- [35] H. S. Shin. (2018). The Mediating Effects of Resilience on Relationship between Social Support and Career Decision-Making Self-Efficacy in University Students. Unpublished thesis of master, Konyang University, Nonsan
- [36] H. J. Kim, S. Y. Lee, & C. W. Nam. (2015). The Impact of Social Support on the Psychological Well-Being of Returnee College Students and Ordinary College Students: Mediating Effects of Resilience. *Korean Counseling Association*, 16(3), 433-449.

정지나(Ji Na Jeong)

[정회원]



- 1989년 2월 : 연세대학교 간호학과 (간호학사)
- 2014년 2월 : 원광대학교 보건행정학 (보건학 박사)
- 2015년 9월 ~ 현재 : 전주대학교 보건관리학과 교수
- 관심분야 : 보건행정, 보건의료정보관리, 의무실무, 보건정책, 보건교육

· E-Mail : naji2004r@jj.ac.kr