

<http://dx.doi.org/10.17703/JCCT.2022.8.1.167>

JCCT 2022-1-19

## 간호대학생의 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력이 주관적 행복감에 미치는 영향

### Effects of Academic Stress, Self-Efficacy and Problem Solving Ability on Subjective Happiness in Nursing College Student

변은경\*, 김미영\*\*

Eun Kyung Byun\*, Mi Young Kim\*\*

**요약** 본 연구는 간호대학생을 대상으로 주관적 행복감의 정도를 알아보고, 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력이 주관적 행복감에 미치는 영향을 확인하기 위하여 시도되었다. 연구참여자는 B시 2개 대학의 간호대학생 348명을 대상으로 실시하였다. 자료분석은 SPSS 22.0 프로그램을 이용하여 실수, 백분율, 평균, 표준편차, t-test, ANOVA, 피어슨 상관계수, 다중회귀분석으로 분석하였다. 대상자의 주관적 행복감은  $41.91 \pm 9.53$ 점이었다. 주관적 행복감은 학업스트레스( $r = -.523$ ,  $p < .001$ )와 부적상관관계, 자기효능감( $r = .515$ ,  $p < .001$ ), 문제해결능력( $r = .466$ ,  $p < .001$ )과 정적상관관계를 나타냈다. 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인은 학업스트레스( $\beta = -.351$ ,  $p < .001$ ), 자기효능감( $\beta = .255$ ,  $p < .001$ ), 문제해결능력( $\beta = .132$ ,  $p = .049$ )으로 나타났고, 설명력은 37.2%로 확인되었다. 본 연구결과를 통하여 간호대학생의 주관적 행복감을 향상하기 위하여 학업스트레스를 줄이고, 자기효능감과 문제해결능력을 높일 수 있는 다양한 프로그램 개발이 필요하다.

**주요어** : 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력, 주관적 행복감

**Abstract** The purpose of this study was to evaluate the effect of academic stress, self-efficacy and problem solving ability on subjective happiness of nursing college students. Participants in this study were 348 nursing students from 2 universities in B city. Data analysis was performed using SPSS 22.0 program with real number, percentage, mean, standard deviation, t-test, ANOVA, Pearson correlation coefficient, and multiple regression analysis. The mean score for subjective happiness was  $41.91 \pm 9.53$  (range: 9 to 63). Subjective happiness negatively correlated with academic stress ( $r = -.523$ ,  $p < .001$ ) and positively correlated with self-efficacy ( $r = .515$ ,  $p < .001$ ), problem solving ability ( $r = .466$ ,  $p < .001$ ). Significant predictors of subjective happiness included academic stress ( $\beta = -.351$ ,  $p < .001$ ), self-esteem ( $\beta = .255$ ,  $p < .001$ ), and problem solving ability ( $\beta = .132$ ,  $p = .049$ ), and the explanation power was 37.2%. Therefore, we need various program development that can enhance self-efficacy, problem solving ability, and academic stress management in order to improve nursing students' subjective happiness.

**Key words** : Academic Stress, Self-Efficacy, Problem Solving Ability, Subjective Happiness

\*정희원, 경남정보대학교 간호학과 부교수 (제1저자)  
\*\*정희원, 경남정보대학교 간호학과 부교수 (교신저자)  
접수일: 2021년 12월 27일, 수정완료일: 2022년 1월 5일  
게재확정일: 2022년 1월 8일

Received: December 27, 2021 / Revised: January 5, 2022  
Accepted: January 8, 2022  
\*Corresponding Author: miyoungk@eagle.kit.ac.kr  
Dept. of Nursing, Kyungnam College of Information & Technology, Korea

## 1. 서 론

### 1. 연구의 필요성

행복한 사람은 정신적인 면에서 우울, 자살, 편집증과 같은 병리적인 증상을 덜 보이고, 자기조절을 더 잘 하며 문제에 대한 대처기술이 좋고, 더 큰 사회적 보상과 더 우수한 직업 적성을 얻으며 더 활동적이고 에너지가 넘치며 몰입하는 삶을 사는 것으로 보고되고 있다[1]. 이러한 인간이 느끼는 행복은 어떠한 객관적인 기준으로 평가하기 보다는 자신의 삶을 어떻게 느끼는지에 대한 주관적인 판단이 중요하다[2].

행복은 건강을 유지하는데 필수적인 긍정적인 개념이며, 행복한 사람은 타인의 안위와 행복에도 더 많은 관심을 가지기 때문에 타인을 더 잘 돌볼 수 있다[3]. 또한 간호는 대상자의 건강과 행복 증진을 궁극적인 목표로 수행되는 행위이기 때문에 간호대학생이 인본주의적인 헌신과 돌봄의 간호행위를 수행하기 위해 행복감을 경험하는 것이 필요하다[4]. 무엇보다 간호대학생은 과중한 스트레스로 인해 행복감이 저하되면 학습수행의 어려움 뿐만 아니라 대학생활적응, 더 나아가 간호현장에서의 적응을 어렵게 할 수 있기 때문에 행복감에 대한 확인이 필요하다[5]. 이에 따라 학교생활 적응 뿐만 아니라 간호사로서 임상현장에 적응할 때에도 도움을 줄 수 있는 행복감을 증진할 수 있는 방안을 마련하는 것이 필요하다고 생각된다.

주관적 행복감은 순간적인 긍정적 감정을 평가하는 것이 아니라 영속적인 행복의 수준을 평가하여 개인이 주변의 동료들과 비교하여 자신과 세계에 대해서 얼마나 행복하게 느끼는지에 대한 정서적인 판단으로[6] 주관적 행복감이 높을수록 자기조절능력과 대처능력이 뛰어난 것으로 보고되고 있다[7]. 따라서 간호대학생의 주관적 행복감과 관련된 학습 및 자기조절 변수를 중심으로 보고자 한다.

학업스트레스는 공부나 성적과 관련되어 경험하는 심리상태를 의미하는 것[8]으로 많은 학습량과 임상실습을 병행하는 학습과정을 수행하는 간호대학생들은 일반대학생보다 높은 학업스트레스를 받고 있다[9]. 간호대학생의 학업스트레스가 주관적 행복감과 관련성이 확인된 결과[10]는 주관적 행복감에 영향 요인으로 학업스트레스를 파악하는 것이 필요하다. 행복한 사람은 다양한 스트레스에 강하고 즐겁게 생활할 수 있으며

직무에 대한 만족이 높다는 것[11] 학업스트레스가 높은 간호대학생의 주관적 행복감의 조절을 통해 자기조절을 높일 수 있을 것으로 생각된다.

스트레스 상황에서 개인의 심리적 안녕감에 영향을 주는 요인으로 자기효능감이 있다. 자기효능감은 어떤 행동을 성공적으로 수행할 수 있다는 자신의 능력에 대한 확신감을 의미하는 것으로[12], 자기효능감이 높은 간호대학생은 상황에 대한 긍정적인 해석과 적극적인 대처로 스트레스 상황에서 자신을 조절하고 통제하여 대학생활에 잘 적응하고[13] 주관적인 행복감이 향상되는 것으로 나타났다[14]. 또한 간호대학생의 자기효능감은 행복감에 영향을 미치는 요인으로 확인되어[15] 자기효능감과 주관적 행복감의 관련성을 확인하여 자기효능감 증진을 통한 주관적 행복감의 향상을 가져올 수 있을 것이다.

문제해결능력은 주어진 문제가 무엇인지 파악하고 그 문제를 해결하기 위하여 가능한 지식과 정보를 주어진 상황에서 해결책을 스스로 주도하여 단계에 따라 해결할 수 있는 능력이다[16]. 효과적인 문제해결능력은 심리적 스트레스와 행동적 부적응을 해소할 수 있고[17], 자신의 문제해결을 긍정적으로 평가하는 사람은 문제 수가 적고 문제를 해결하려는 동기를 지니고 있으며, 성공적인 해결에 대한 기대가 높고 충동적이거나 회피적인 경향이 적다고 하였다[18]. 선행연구에서 대학생의 사회적 문제해결능력이 주관적 안녕감에 영향을 미치는 요인으로 확인되어[19] 간호대학생의 문제해결능력은 주관적 행복감의 관련 요인으로 고려되어야 할 것이다.

이에 본 연구는 간호대학생의 주관적 행복감의 정도를 파악하고, 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력이 주관적 행복감에 미치는 영향을 확인하여 주관적 행복감 향상을 위한 중재방안 마련의 기초자료를 제공하고자 본 연구를 시도하였다.

### 2. 연구의 목적

본 연구는 간호대학생의 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력이 주관적 행복감에 미치는 영향을 파악하기 위함이며 구체적인 연구목적은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력이 주관적 행복감의 정도를 파악한다.
- 2) 대상자의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감의

차이를 파악한다.

3) 대상자의 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력이 주관적 행복감의 상관관계를 파악한다.

4) 대상자의 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력과 주관적 행복감에 미치는 영향을 파악한다.

## II. 연구방법

### 1. 연구설계

본 연구는 간호대학생의 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력이 주관적 행복감에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 B시에 소재한 2개 대학교의 간호학과 학과장에게 연구목적을 설명하고 자료수집에 대한 동의를 얻었다. 간호학과 재학생을 대상으로 연구의 목적, 연구참여자의 권리, 익명성 보장 등에 대해 설명하였고, 참여자가 원하지 않을 경우에는 언제든지 철회할 수 있음을 알리고 동의서에 서명 후 설문지를 작성하도록 하였다.

본 연구의 대상자 수는 G\*Power 3.1.3 프로그램을 이용하여 표본 수를 산출한 결과 유의수준 .05, 검정력 .95, 효과크기 .10, 예측변수 12개로 하여 산출한 결과 필요 대상자 수는 270명이었다. 자료수집은 2021년 5월 3일에서 5월 15일까지 진행되었다. 탈락율을 고려하여 설문지 360부를 배부하여 최종 348부를 분석에 사용하였다.

### 3. 연구도구

#### 1) 학업스트레스

본 연구에서 학업스트레스를 측정하기 위해 Schaufeil 등[20]에 의해서 개발된 MRI-SSS(Maslach burnout inventory- student survey)척도를 Shin, Yoo[21]이 번안한 15문항을 사용하였다. 이 도구는 정서소진(Exhaustion) 5문항, 냉소주의(Cynicism) 4문항, 효능감 감소(Professional Efficacy) 6문항의 3가지 요인으로 구성되어 있다. 본 도구는 4점 Likert 척도로, 점수가 높을수록 학업 스트레스가 높음을 의미한다. Shin, Yoo[20]의 연구에서 신뢰도 Cronbach's  $\alpha=.87$ 이었고 본 연구에서는 Cronbach's  $\alpha=.88$ 이었다.

#### 2) 자기효능감

자기효능감은 Kim[22]이 개발, 수정한 일반적 자기효능감 24문항을 사용하였다. 이 도구의 하위요인은 자신감 7문항, 자기조절효능감 12문항, 과제난이도 선호 5문항으로 구성되어 있고, 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 자기효능감이 높을 것을 의미한다. Kim [22]의 연구에서 전체 신뢰도 Cronbach' $\alpha=.89$ 였고, 본 연구의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha=.87$ 로 나타났다.

#### 3) 문제해결능력

문제해결능력은 Heppner와 Peterson[18]이 개발한 문제해결능력척도(Problem-Solving Inventory; PSI)를 Hong[23]이 우리나라 실정에 맞게 번안한 한국판 문제해결능력 도구를 사용하였다. 이 도구는 문제해결의 자신감, 문제해결의 실제능력이나 기술을 포함하는 접근-회피양식, 문제에 부딪혔을 때의 정서적 반응을 나타내는 개인적 통제 등을 평가하기 위한 총 32문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 6점 척도이며, 점수가 높을수록 문제해결의 자신감이 있고, 개인적 통제를 잘하는 것을 의미한다. Heppner와 Peterson[18]의 도구개발 당시의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha=.90$ 이었고, Hong[23]의 연구에서 신뢰도 Cronbach's  $\alpha=.87$ 이었다. 본 연구의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha=.92$ 로 나타났다.

#### 4) 주관적 행복감

주관적 행복감을 측정하기 위해 Suh, Koo[24]가 개발한 단축형 행복척도를 사용하였다. 이 도구는 삶의 만족감, 긍정적 정서, 부정적 정서의 3영역으로 구성되어 있으며, 각 영역은 3문항씩 총 9개 문항으로 Likert 7점 척도이다. 주관적 행복감은 최저 9점에서 최고 63점으로 점수가 높을수록 행복 수준이 높음을 의미한다. 개발 당시 Suh, Koo[24]의 연구에서 신뢰도 Cronbach's  $\alpha=.88$ 이었고, 본 연구의 Cronbach's  $\alpha=.87$ 로 나타났다.

### 4. 분석방법

수집된 자료는 SPSS/WIN 22.0 프로그램을 이용하여 대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율, 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력, 주관적 행복감은 평균, 표준편차, 일반적 특성에 따른 주관적 행복감의 차이는 t-test, ANOVA, 사후검정은 scheffe's test로 분석하였다. 대상자의 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력,

주관적 행복감의 상관관계는 피어슨 상관계수로, 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인은 다중회귀분석으로 분석하였다.

### III. 연구결과

#### 1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성에서 ‘여학생’이 296명(85.1%)으로 대부분을 차지하였고, 연령은 ‘21-24세’ 158명(45.4%), ‘20세 이하’ 117명(33.6%), ‘25세 이상’ 73명(21.0%)의 순으로 나타났다. 학년은 ‘3학년’ 105명(30.2%), ‘4학년’ 86명(24.7%), ‘1학년’ 85명(24.4%), ‘2학년’ 72명(20.7%) 순으로 나타났고, 종교는 ‘무’ 254명(73.0%), ‘유’ 94명(27.0%)으로 나타났다. 경제상태는 ‘중’이 282명(81.0%), 건강상태는 ‘좋음’이 188명(54.0%), 전공만족도는 ‘만족’이 190명(54.63%)으로 가장 많았다(Table 1).

표 1. 대상자의 일반적 특성  
Table 1. General Characteristics of the Subjects(N=348)

Characteristics	Categories	n	%
Sex	Female	296	85.1
	Male	52	14.9
Age (year)	≤20	117	33.6
	21-24	158	45.4
	≥25	73	21.0
Grade	1 <sup>st</sup>	85	24.4
	2 <sup>nd</sup>	72	20.7
	3 <sup>rd</sup>	105	30.2
	4 <sup>th</sup>	86	24.7
Religion	Yes	94	27.0
	No	254	73.0
Economic status	High	21	6.0
	Moderate	282	81.0
	Low	45	12.0
Health status	Good	188	54.0
	Moderate	125	35.9
	Bad	35	10.1
Satisfaction of major	Good	190	54.6
	Moderate	136	39.1
	Bad	22	6.3

#### 2. 대상자의 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력, 주관적 행복감의 정도

대상자의 학업스트레스는 평균 2.33±.48점, 자기효능감은 평균 3.34±.48점, 문제해결능력은 평균 3.99±.63점, 주관적 행복감은 평균 41.91±9.53점이었다(Table 2).

표 2. 대상자의 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력, 주관적 행복감의 정도

Table 2. Degree of Academic Stress, Self-Efficacy, Problem Solving Ability, Subject Happiness(N=348)

Variable	M±SD	Min	Max
Academic stress	2.33±.48	1.00	3.93
Self-efficacy	3.34±.48	1.75	5.00
Problem solving ability	3.99±.63	1.97	6.50
Subject happiness	41.91±9.53	14.00	63.00

#### 3. 대상자의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감의 차이

대상자의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감은 경제상태(F=3.843, p=.022), 건강상태(F=13.968, p<.001), 전공만족도(F=34.071, p<.001)에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 사후검정에서 경제상태는 ‘상’이 ‘중’과 ‘하’ 보다 건강상태는 ‘보통’과 ‘나쁨’ 보다 ‘좋음’이 유의하게 높게 나타났다. 전공만족도는 ‘불만족’ 보다 ‘보통’이, ‘보통’ 보다 ‘만족’이 유의하게 높게 나타났다(Table 3).

표 3. 대상자의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감의 차이  
Table 3. Difference of Subject Happiness according to General Characteristics(N=348)

Characteristics	Categories	Subject happiness	
		M±SD	t/F(p) scheffé
Sex	Female	41.84±9.29	.370 (.711)
	Male	42.37±6.44	
Age (year)	≤20	42.79±9.63	.768 (.465)
	21-24	41.37±9.62	
	≥25	41.70±9.19	
Grade	1 <sup>st</sup>	41.99±11.343	1.558 (.199)
	2 <sup>nd</sup>	9.85±7.07	
	3 <sup>rd</sup>	42.48±9.56	
	4 <sup>th</sup>	42.88±9.21	
Religion	Yes	42.58±10.70	.787 (.432)
	No	41.67±9.07	
Economic status	High <sup>a</sup>	47.19±11.96	3.843 (.022) a>b, a>c
	Moderate <sup>b</sup>	41.75±9.15	
	Low <sup>c</sup>	40.91±9.53	
Health status	Good <sup>d</sup>	44.23±9.86	13.968 (<.001) a>b, a>c
	Moderate <sup>b</sup>	39.74±8.08	
	Bad <sup>e</sup>	37.26±9.16	
Satisfaction of major	Good <sup>d</sup>	45.20±9.74	34.071 (<.001) a>b, a>c
	Moderate <sup>b</sup>	38.81±7.38	
	Bad <sup>e</sup>	32.77±7.03	

#### 4. 대상자의 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력, 주관적 행복감과의 관계

표 4. 대상자의 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력, 주관적 행복감의 관계  
 Table 4. Correlation between Academic Stress, Self-Efficacy, Problem Solving Ability, Subject Happiness(N=348)

Characteristics	Academic stress	Self-efficacy	Problem solving ability	Subject happiness
	r(p)			
Academic stress	1			
Self-efficacy	-.455(<.001)	1		
Problem solving ability	-.411(<.001)	.751(<.001)	1	
Subject happiness	-.523(<.001)	.515(<.001)	.466(<.001)	1

표 5. 대상자의 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인  
 Table 5. Influencing Factors of Subject Happiness(N=348)

Variable	B	SE	$\beta$	t	p
Constant	3.675	.532		6.909	<.001
Academic stress	-.772	.106	-.351	-7.277	<.001
Self-efficacy	.568	.151	.255	3.754	<.001
Problem solving ability	.222	.112	.132	1.975	.049
Adj.R <sup>2</sup> =.372, F=69.567(p<.001)					

대상자의 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력, 주관적 행복감의 상관관계를 분석한 결과 주관적 행복감은 학업스트레스( $r=-.523$ ,  $p<.001$ )와 부적상관관계, 자기효능감( $r=.515$ ,  $p<.001$ ), 문제해결능력( $r=.466$ ,  $p<.001$ )과 정적상관관계를 나타냈다. 문제해결능력은 학업스트레스( $r=-.411$ ,  $p<.001$ )와 부적상관관계, 자기효능감( $r=.751$ ,  $p<.001$ )과 정적상관관계를 나타냈다. 학업스트레스와 자기효능감( $r=-.455$ ,  $p<.001$ )은 부적상관관계를 나타냈다(Table 4).

2에 가까워 잔차의 자기상관성에 문제가 없음을 확인하였다. 다중회귀 분석 결과 회귀모형은 유의한 것으로 나타났다( $F=69.567$ ,  $p<.001$ ). 대상자의 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인은 학업스트레스( $\beta=-.351$ ,  $p<.001$ ), 자기효능감( $\beta=.255$ ,  $p<.001$ ), 문제해결능력( $\beta=.132$ ,  $p=.049$ )이었으며, 수정된 결정계수( $R^2$ )는 .372로 설명력은 37.2%로 나타났다.

#### IV. 논 의

##### 5. 대상자의 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인

대상자의 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위하여 유의한 상관관계를 보인 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력을 설명변수로 하였다. 회귀 분석의 기본가정을 확인한 결과 잔차의 분포는 정규성을 만족하였고, 독립변수 간의 다중 공선성을 검정하였을 때, 공차한계가 .393-.778로 0.1 이상이었고, 분산팽창인자(VIF)는 1.285-2.545로 나타나 모두 10보다 낮았으므로 다중공선성의 문제가 없음을 확인하였다. 또한 잔차의 독립성 검정인 Durbin-Watson의 통계량이 2.079로

본 연구는 간호대학생을 대상으로 주관적 행복감의 정도를 알아보고, 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력이 주관적 행복감에 미치는 영향을 확인하기 위해 시도되었다.

대상자의 주관적 행복감의 정도는  $41.91 \pm 9.53$ 점으로 나타나 간호대학생을 대상으로 같은 도구로 측정하여 27.77점으로 나타난 결과[25] 보다는 높게 나타났다. 이는 연구대상자의 차이에 따른 결과로 보여지며, 반복연구를 통한 주관적 행복감의 정도를 확인하는 것이 필요하다. 또한 간호사는 간호대상자의 건강증진과 행복증진을

위한 간호를 궁극적인 목표로 수행하는 것[26]이 필요하고, 행복한 사람은 타인의 안위와 행복에도 더 많은 관심을 가지고 타인을 더 잘 돌볼 수 있음[3]을 근거로. 미래의 간호사가 될 간호대학생의 주관적 행복감 증진을 위해 중재방안을 마련하는 것도 필요할 것으로 생각된다.

대상자의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감의 차이는 경제상태, 건강상태, 전공만족도에서 유의한 차이가 나타나 이는 성별, 주관적 건강상태, 전공만족도에 유의한 차이를 나타낸 결과[27], 주관적 건강상태, 대인관계, 전공만족도, 학업성취, 경제상태에서 차이를 보인 결과[28]와 일부 유사하였다. 선행연구와 비교에서 경제상태, 주관적 건강상태, 전공만족도는 일치하는 요인으로 간호대학생을 대상으로 주관적 행복감을 증진할 수 있는 중재방안이 요구된다.

대상자의 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력, 주관적 행복감의 상관관계에서 주관적 행복감은 학업스트레스와 부적상관관계, 자기효능감, 문제해결능력과는 정적상관관계를 나타냈다. 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인은 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력으로 나타났다. 이는 주관적 행복감이 학업스트레스와 부적상관관계를 나타낸 결과[10]와 유사하고, 자기효능감과 주관적 행복감이 정적상관관계를 나타낸 결과[24][27], 사회적 문제해결능력이 주관적 안녕감과 정적상관관계를 나타낸 결과[19]와 유사하다. 또한 자기효능감이 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인으로 확인된 결과[24][27][29], 사회적 문제해결능력이 주관적 안녕감에 영향을 미치는 요인으로 확인된 결과[19]와 유사하다.

간호대학생의 학업스트레스를 감소시키기 위한 전략으로 주관적 행복감의 증진하는 프로그램의 필요하다는 연구[10]를 통해 주관적 행복감을 높일 수 있는 교육 및 프로그램의 개발과 적용이 고려되어야 한다. 이를 통해 학업스트레스의 감소를 통한 주관적 행복감 증진 효과를 확인하는 것도 필요하다. 또한 간호학과와 사례기반학습, 문제해결학습, 팀기반학습, 협동학습 등의 능동적 교수학습방법의 성취를 통해 학업성취도가 향상되었다는 것은[30] 학업성취도를 향상시키기 위한 다양한 학습방법을 적용하여 학업스트레스를 줄일 수 있는 중재방안도 필요할 것으로 생각된다.

대상자의 자기효능감은 주관적 행복감에 영향을 미치는

요인으로 나타나 자기효능감이 높은 학생은 상황에 대한 긍정적인 해석과 적극적인 대처로 스트레스 상황에서 자신을 조절하고 통제하여 대학생활에 잘 적응하고 [13] 상황적 스트레스가 높은 간호대학생은 자기효능감을 향상시킬 수 있는 전략이 필요하다는 결과[29]를 지지한다. 또한 셀프리더십 프로그램이 임파워먼트, 행복감을 향상할 수 있는 것으로 확인된 연구결과[31]를 통해 간호대학생의 긍정적 성취 경험과 긍정적 지지를 얻을 수 있는 교육과정과 프로그램을 개발하고 적용함으로써 자기효능감을 높일 수 있을 것이다.

문제해결능력도 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인으로 문제해결능력을 개발시키거나 문제해결능력을 향상시킬 수 있는 방안으로 주관적 안녕감의 증진을 가져오는 것이 필요하다는 결과[19]는 문제해결능력의 향상을 위한 교육과 프로그램의 적용의 필요성을 뒷받침한다. 또한 간호현장에서 직면하는 다양한 문제를 효과적으로 다루고 주어진 상황에 유연하게 적용할 수 있도록 하는 문제해결능력은 간호사가 갖추어야 할 핵심역량 중의 하나[32]로 인식되고 있어 간호대학생의 문제해결능력의 향상은 다양한 임상현장의 적응을 높이며 주관적 행복감의 향상도 가져올 것으로 생각된다. 따라서 문제해결능력과 주관적 행복감의 관련성에 대한 반복연구와 문제해결능력을 증진하는 교육 및 프로그램의 개발과 적용을 통해 주관적 행복감의 효과를 확인하는 연구도 필요할 것이다.

본 연구결과를 통하여 간호대학생의 주관적 행복감의 증진을 위해 학업스트레스를 낮추고, 자기효능감과 문제해결능력 향상을 위한 교육 및 프로그램의 개발 및 적용이 필요하다.

## V. 결 론

본 연구는 간호대학생을 대상으로 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력이 주관적 행복감에 미치는 영향을 확인하고, 주관적 행복감의 증진을 위한 중재방안을 마련하기 위한 기초자료를 제공하고자 시도되었다.

본 연구결과 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인은 학업스트레스, 자기효능감, 문제해결능력으로 확인되었다. 간호대학생을 대상으로 학업스트레스를 낮추고, 자기효능감과 문제해결능력을 증진하여 주관적 행복감의 향상을 위한 교육 및 프로그램의 적용이 필요하다. 본

연구는 간호대학생의 학업스트레스, 자기효능감, 문제 해결능력이 주관적 행복감에 미치는 영향을 확인한 것으로 연구에 의의가 있으나 일부 간호대학생을 대상으로 하여 전체 간호대학생에게 확대, 해석하는 것에는 제한이 있다.

따라서 본 연구결과를 통하여 간호대학생을 대상으로 학업스트레스를 낮추고, 자기효능감과 문제해결능력을 증진하기 위한 교육과 프로그램의 개발 및 적용이 필요하다.

## References

- [1] B.L. Fredrickson, "The broaden-and-build theory of positive emotions", *Philosophical Transactions of the Royal Society of London*, Vol. 359, No. 2, pp. 1367-1377, 2004. DOI: <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1512>
- [2] E. Diener, "Subjective well-being, psychological bulletin", Vol. 95, No. 3, pp. 542-575, 1984.
- [3] G.H. Kim, and K.H. Kim "Factors related to happiness in first year women nursing students", *Journal of Korean Academy Psychiatric Mental Health Nursing*, Vol. 21, No. 2, pp. 149-157, 2012.
- [4] K.H. Jo, "Perception of undergraduate nursing students toward happiness: a Q-methodological approach", *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol. 20, No. 4, pp. 650-658, 2014. DOI: <https://doi.org/10.5977/jkasne.2011.17.2.178>
- [5] E.Y. Kim, and K.S. Lim, "The effect of stress on the happiness index of nursing college students: focusing on mediating effects of optimism", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 15, No. 12, pp. 381-391, 2017. DOI: <https://doi.org/10.14400/JDC.2017.15.12.381>
- [6] S. Lyubomirsky, and H.S. Lepper "A measure of subjective happiness: preliminary reliability and construct validation", *Social Indicators Research*, Vol. 46, pp. 137-155, 1999.
- [7] W.C. Compton, "An introduction to positive psychology. Belmont, CA: Thomson Wadsworth, 2005.
- [8] M.H. Oh, and S.M. Chun, "Analysis of academic stressors and symptoms of juveniles effects of meditation training on academic stress reduction", *Journal of Guidance and Counseling Sogang University Student Counseling Center*, Vol. 15, pp. 63-96, 1994.
- [9] S.K. Cha, and E.M. Lee, "Comparison of stress, depression and suicidal ideation between nursing students and students of other major", *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol. 20, No. 4, pp. 650-658, 2014. DOI: <https://doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.4.650>
- [10] E.J. Oh, G.J. Jo, and Y.K. Jung, "Nursing students' academic stress, self-esteem and the relationship between subjective happiness", *The Journal of Humanities and Social Science*, Vol. 11, No. 6, pp. 2583-2595, 2020. DOI: <https://doi.org/10.22143/HSS21.11.6.182>
- [11] D.D. Danner, D.A. Snowdon, and W.V. Friesen, "Positive emotions in early life and longevity: findings from the nun study", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 80, No. 5, pp. 804-813, 2001. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.5.804>
- [12] M. Sherer, J.E. Maddux, B. Meracndante, S. Prentice-Dunn, B. Jacope, and R.W. Rogers, "The self-efficacy scale : construction and validation", *Psychological Reports*, Vol. 51, No. 2, pp. 663-671, 1982. DOI: <https://doi.org/10.2466/pr.0.1982.512.663>
- [13] J.A. Park, and E.K. Lee, "Influence of ego-resilience and stress coping styles on college adaptation in nursing students", *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*, Vol. 17, No. 3, pp. 267-276, 2011. DOI: <https://doi.org/10.11111/jkana.2011.17.3.267>
- [14] S.A. Ahn, and M.Y. Sim, "A study on the mediation effects of depression and self-efficacy on college students' stress and subjective happiness", *Journal of the Korean Academia-Industrial cooperation Society*, Vol. 16, No. 10, pp. 7021-7033, 2015. DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.16.10.7021>
- [15] J.I. Kim, Y.K. Kim, and Y.M. Jo, "A study on the factors affecting happiness in nursing students", *Journal of the Korean Date Analysis Society*, Vol. 18, No. 2, pp. 1137-1149, 2016.
- [16] E.Y. Choi, and J.Y. Kim, "The relationship of core competencies(problem solving ability, communication ability, self-directed learning ability) to critical thinking", *Journal of Korean Academy Fundamental Nursing*, Vol. 14, No. 4, pp. 412-419, 2007.
- [17] R.B. Ruback, T.S. Carr, and C.H. Hopper, "Perceived control in prison: its relation to reported crowding, stress, and symptoms", *Journal of Applied Social Psychology*, Vol. 16, No. 5, pp. 375-386, 1986. DOI: <https://doi.org/10.11111/jkana.2011.17.3.267>

- 11/j.1559-1816.1986.tb01147.x
- [18]P.P. Heppner, and C.H. Peterson, "The development and implication of a personal problem-solving inventory", *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 29, No. 1, pp. 66-75, 1982. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-0167.29.1.66>
- [19]K.R. Lee. and K.H. Park, "The effects of emotional expressiveness and social problem solving ability on subjective well-being among Korean college students", *Catholic Journal of Social Science*, Vol. 23, pp. 97 -109, 2007.
- [20]W.B. Schaufeli, M. Salanova, V. González-Romá, and A.B. Bakker, "The measurement of engagement and burnout : a two sample confirmatory factor analytic approach", *Journal of Happiness Studies*, Vol. 3, No. 1, pp. 71-92, 2002.
- [21]D.W. Shin, and G.S. Yoo, "Effects of 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", *Journal of Family Relations*, Vol. 17, No. 1, pp. 3-22, 2012.
- [22]A. Y. Kim, "A study on the academic failure-tolerance and its correlates", *Journal of Educational Psychology*, Vol. 11, No. 2, pp. 1-19, 1997.
- [23]Y.S. Hong, "The effects of life stress and psychosocial resources for adolescent suicidal behavior", Doctoral dissertation, Yonsei University, Seoul, 2004.
- [24]E.K. Suh, and J.S. Koo, "A concise measure of subjective well-being(COMOSWB): scale development and validation, *Korean Journal of Social and Personality Psychology*, Vol. 25, No. 1, pp. 95-113, 2011.
- [25]E.Y. Kim, "A study on happiness of nursing students", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 15, No. 9, pp. 385-395, 2017. DOI: <https://doi.org/10.14400/JDC.2017.15.9.385>
- [26]K.H. Jo, "Perception of undergraduate nursing students toward happiness: a Q-methodological approach", *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol. 17, No. 2, pp. 178-189, 2011. DOI: <https://doi.org/10.5977/jkasne.2011.17.2.178>
- [27]S.O. Kim, "The effect of self-efficacy and positive thinking on subjective happiness of nursing students", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 15, No. 12, pp. 435-444, 2017. DOI: <https://doi.org/10.14400/JDC.2017.15.12.435>
- [28]M.S. Park, "Influence of nursing students' stress and self esteem on subjective happiness", *Journal of Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol. 19, No. 4, pp. 395-402, 2018. DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2018.19.4.395>
- [29]J.H. Kim, and H.O. Jeon, "Factors influencing subjective happiness in nursing students: focused on psycho-social factors", *Journal of Korean Academy Psychiatric Mental Health Nursing*, Vol. 25, No. 2, pp. 123-132, 2016. DOI: <https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2016.25.2.123>
- [30]S.J. Han, and H.W. Kim, "The relationship of the subjective happiness, ego-resilience and academic achievement of nursing students: focusing on the Giver, Taker, Matcher", *Journal of the Korea Convergence Society*, Vol. 9, No. 4, pp. 461-467, 2018. DOI: <https://doi.org/10.15207/JKCS.2018.9.4.461>
- [31]J.H. Park, "The Effect of self-leadership program for nursing students on empowerment, self-directed learning, and happiness", *Journal of the Korean Academia-Industrial cooperation Society*, Vol. 20, No. 7, pp. 61-67, 2019. DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2019.20.7.61>
- [32]M.H. Lee, H.K. Kim, S.H. Jung, and I.O. Moon, "Effects of task performance style in nursing management practicum on problem-solving and nursing competency according to communication ability of nursing students", *The Journal of Korean Nursing Administration Academic Society*, Vol. 17, No. 1, pp. 106-114, 2011.