

대학신입생의 정서표현성과 발표불안 관계에서 긍정적사고의 매개효과

김자숙¹, 김종혁², 박아영^{3*}

¹군산대학교 간호학과 조교수, ²중원대학교 의료뷰티케어학과 조교수, ³광주대학교 간호학과 조교수

Positive Thinking as a Mediator of the Relationship between Emotional Expressivity and Public Speaking Anxiety of University Freshmen's

Ja-Sook Kim¹, Jong-Hyuck Kim², A-Young Park^{3*}

¹Assistant Professor, Department of Nursing, Kunsan National University

²Assistant Professor, Department of Medical Beauty Care, Jungwon University

³Assistant Professor, Department of Nursing, Gwangju University

요약 본 연구는 대학신입생의 정서표현성과 발표불안의 관계에서 긍정적사고의 매개효과를 탐색하는 서술적 조사 연구이다. 본 연구의 대상자는 광주광역시 일개대학의 신입생 146명을 편의추출하였다. 자료분석은 SPSS WIN 23.0 version을 이용하여 Baron과 Kenny의 3단계 매개효과 검증절차와 Sobel test를 이용하였다. 정서표현성과 발표불안에서 긍정적사고의 매개효과가 있는지 살펴본 결과 2단계에서는 정서표현성이 발표불안에 유의한 영향을 미쳤으며, 3단계에서는 정서표현이 발표불안에 통계적으로 유의하지 않았고 긍정사고는 발표불안에 통계적으로 유의하였다. 따라서 긍정적사고는 정서표현성과 발표불안의 관계를 완전매개하였다. 매개효과의 유의성은 Sobel test를 이용하여 검증한 결과 유의하였다($z=-4.57, p<.001$). 대학신입생의 발표불안을 감소시키기 위해서는 긍정적사고를 증진할 수 있는 중재 프로그램 개발이 필요하다.

키워드 : 정서표현성, 긍정적사고, 발표불안감, 대학신입생, 매개효과

Abstract The purpose of this study was to identify the mediating effects of positive thinking in the relationship between emotional expressivity and public speaking anxiety. Participants were recruited from one university freshmen located in Gwangju city. Data were collected from 146 university freshmen. The self-reported questionnaire was used to assess the level of positive thinking, emotional expressivity, public speaking anxiety. The SPSS WIN 23.0 version program was used with Baron and Kenny's 3-Step mediating effect and Sobel test. It was examined whether there was a mediating effect of positive thinking on emotional expression and presentation anxiety. In the second stage, emotional expressivity showed a significant effect on presentation anxiety. In stage 3, emotional expressivity was not statistically significant in presentation anxiety, and positive thinking was statistically significant in presentation anxiety. Positive thinking had a total mediating effect($z=-4.57, p<.001$) in the relationship between emotional expressivity and public speaking anxiety. To reduce the public speaking anxiety among university freshmen, it is necessary to develop interventions that enhance positive thinking in addition to providing emotional expressivity.

Key Words : Emotional expressivity, Positive thinking, Public speaking anxiety, University freshmen. Mediating effect

This study was conducted by research funds form Gwangju University in 2022.

*Corresponding Author : A-Young Pakr(ayoung@gwangju.ac.kr)

Received May 4, 2022

Revised June 7, 2022

Accepted June 20, 2022

Published June 28, 2022

1. 서론

21세기 대학교육은 지식기반경제에 요구되는 핵심 역량을 갖춘 인재 양성의 중요성이 대두되고 있으며, 4차 혁명시대의 인재상으로 비판적 사고와 문제해결, 창의성, 의사소통, 협력이 강조되고 있다[1]. 이러한 사회적 환경 변화에 따라 학습자는 능동적으로 지식을 찾고 문제해결을 위해 자신의 생각과 의견을 표현하고 전달하는 능력을 갖추어야 하고 대학은 주입식 강의에서 벗어나 발표와 토론 학습활동의 비중을 늘려 학습자의 창의적 사고와 말하기 능력을 함양시켜야 한다. 2017년~2020년 4개년도 우리나라 대학생 핵심역량 진단 결과 의사소통 역량이 가장 낮게 조사되었고[2] 대학생은 자기표현 및 의사소통 상황을 어려워하며 대학생의 약 20%가 발표불안을 경험하는 것으로 나타났다[3]. 발표불안(speech anxiety or public speaking anxiety)은 사회불안장애(Social Anxiety Disorder)의 하위 유형 중 하나로 대중이 있는 발표상황에서 지나친 불안과 두려움을 경험하는 것을 말한다[4]. 발표불안이 있는 대학생은 발표상황에서의 불안감으로 심리적 스트레스를 경험하며 학업성취에 어려움을 겪게 되고 대인관계에 소극적으로 대처하여 학업을 넘어 삶의 질에 영향을 미치게 된다[5,6]. 특히 현재 코로나19 팬데믹이 장기화되면서 대학생은 불안과 우울, 사회적 고립감을 경험하고 있으며[7,8], 대학신입생은 고등학교 때와는 현저히 다른 확장된 사회적 네트워크에 노출되어 새롭게 만나게 되는 사람들과의 적응이라는 과제를 안고 있다. 이러한 발표불안은 다수의 청중 앞에서 발표하는 상황에서 경험하는 불안을 적절하게 조절하지 못해 나타나는 것으로 발표불안이 높은 사람들은 자신이 경험하는 정서를 지각하고 표현하는데 어려움을 초래한다.

정서표현성은 자신의 정서 및 그와 관련된 욕구를 정확히 표현하는 능력이며[9], 개인이 타인과 관계를 맺고 관계에 대한 영향력을 전달하기 위한 수단이며 의사소통 도구이다[10]. 정서표현성이 높으면 대인관계에 긍정적인 영향을 주며 심리적 안정감이 높은 반면 정서표현성이 낮으면 불안 및 우울 등 심리적 문제가 동반되고[11] 긍정적 사고 수준이 높을수록 공감 능력과 의사소통능력이 높은 것으로 나타났다[12]. 대학신입생의 발표불안은 학업성적뿐만 아니라 대인관계 및 전반적인 대학 생활과 졸업 후 사회활동에 영향을 미칠 수 있으므로 발표불안이 높은 이들에게 자신의 정서를 지각하고 적절

한 표현할 수 있도록 대학차원의 적극적 개입이 필요하다. 그러나 선행연구를 살펴보면 대학신입생의 정서표현성과 발표불안에 대한 연구는 미흡한 실정으로 정서표현성과 발표불안 간의 관계에 대해서 탐색하고자 한다.

긍정적사고는 사물이나 현상이 가진 좋은 면과 좋지 않은 면을 모두 인정하고 수용하며, 부정적인 면이 있더라도 긍정적으로 수용하여 이를 통해 성장 가능성을 높이는 대처방식 또는 인지적 태도를 의미한다[13]. 발표불안은 다른 불안장애보다 인지적 요인이 강력한 영향을 미치는 것으로 알려져 있으며[6], 주요 인지적 변인으로 부정적 평가에 대한 두려움이 핵심적인 특징으로 입증되었다[14]. 긍정적사고를 가진 사람은 스트레스 상황을 쉽게 받아들이고 대처를 잘하는 것으로 보고되었다[15]. 최근 발표불안에 관한 연구를 살펴보면 인지적 요소의 영향이 부정적 평가에 대한 연구에 편중되어 있음을 지적하면서 불안의 정도를 낮춰주는 긍정적인 내적 기제 요인에 관한 연구가 시도되었으며[16] 정서표현성과 긍정적 사고가 발표 불안감에 영향을 미치는 요인일 수 있음에도 지금까지 이를 체계적으로 다룬 연구는 미흡한 실정이다. 따라서 본 연구는 대학 신입생의 발표불안을 감소시키기 위하여 정서표현성, 긍정적사고와 발표불안의 관계를 파악하고 정서표현성과 발표불안의 관계에서 긍정적사고의 매개효과를 확인하고자 한다. 이를 기반으로 대학신입생의 발표불안을 감소시킬 수 있는 기초자료로 활용하고자 한다.

2. 연구방법

2.1 연구대상

본 연구의 대상자는 광주광역시 일개대학의 신입생을 편의추출 하였다. 본 연구의 구체적인 대상자 선정 기준은 신입 대학생으로 본 연구에 대한 설명을 듣고 서면으로 자발적 참여를 동의한 자로 설문지의 내용을 이해하고 작성 가능한 자이다. 제외기준으로는 연구 참여를 동의하지 않은 자와 연구 참여를 도중 철회한 자이다. 표본의 크기는 G*Power 3.1.2 program을 이용하여 다중회귀분석에 필요한 최소 표본 크기를 구한 결과 유의수준 .05, 검정력 .95, 효과크기 .15, 회귀분석에 이용한 독립변수 6개를 기준으로 했을 때 표본 수가 146명이었다. 탈락률을 고려하여 총 155명을 모집하였으며, 이중 응답이 불성실하거나 대학신입생이 아닌 설문지 9명을 제외한 146명(96.9%)을 최종 분석에 사용하였다.

2.2 연구도구

2.2.1 일반적 특성

대상자의 일반적 특성은 연령, 성별, 종교, 전공 만족도, 대학 생활 만족도, 교우관계 만족도로 구성하였다.

2.2.2 정서표현성

정서표현성은 Hong과 Han[17]이 개발한 도구를 수정하여 사용하였다. 이 도구는 활동성을 나타내는 9문항, 연민과 인정을 나타내는 4문항, 표현성을 나타내는 3문항의 총 16문항의 5점 척도로 구성되었다. 점수가 높을수록 정서표현성이 높은 것을 의미한다. 도구개발 당시 Cronbach's α 는 .85이었으며 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .80이었다.

2.2.3 긍정적 사고

긍정적 사고는 Kim[18]이 개발한 도구를 사용하였다. 이 도구는 주관적 만족 13문항, 목표추구 5문항의 총 18문항의 5점 Likert 척도로 구성되었다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점으로 이루어져 있으며 역문항으로 된 2개 문항은 역환산하여 분석하였다. 점수 범위는 최저 18점에서 최고 90점까지이며 점수가 높을수록 긍정적 사고를 하는 것을 의미한다. 점수가 높을수록 긍정적 사고를 하는 것을 의미한다. 도구개발 당시 Cronbach's α 는 .85이었으며 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .90이었다.

2.2.4 발표불안

발표불안은 Cho[19]이 개발한 도구를 사용하였다. 본 도구는 수행부족에 대한 예언을 나타내는 13문항, 청중의 부정적 평가에 대한 공포를 나타내는 10문항의 총 23문항의 5점 Likert 척도로 구성되어 있다. 각 문항은 '전혀 믿지 않는다' 1점에서 '완전히 믿는다' 5점으로 이루어져 있으며 점수가 높을수록 발표불안이 높은 것을 의미한다. 도구개발 당시 Cronbach's α 는 .95이었으며 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .95이었다.

2.3 자료수집 및 윤리적 고려

본 연구는 2022년 3월 24일부터 2022년 3월 31일까지 광주광역시에 있는 일개 대학 신입생을 대상으로 자료수집을 하였다. 대상자에게는 지면으로 연구목적

구체적으로 설명한 후 서면동의를 구하였다. 수집된 자료는 연구목적만으로 익명으로 처리되고 설문 조사를 원하지 않는 경우 언제든지 철회할 수 있음을 공지하였다. 설문지의 소요 시간은 10분 정도이며 대상자가 직접 작성하였다.

2.4 자료 분석

수집된 자료는 SPSS 23.0 version 프로그램을 사용하여 유의수준 $p < .05$ 로 하여 분석하였다.

첫째, 대상자의 일반적 특성은 평균과 표준편차, 빈도, 백분율로 제시하였다.

둘째, 대상자의 정서표현성, 긍정적사고와 발표불안 정도는 평균과 표준편차, 최소값, 최대값으로 제시하였다.

셋째, 대상자의 일반적 특성에 따른 정서표현성, 긍정적사고와 발표불안 정도의 차이분석은 one-way ANOVA, independent t-test로 분석하였으며, 사후검증은 sheffé test로 분석하였다.

넷째, 대상자의 정서표현성, 긍정적사고와 발표불안 간의 상관관계는 Pearson's Correlation Coefficient로 분석하였다.

다섯째, 대상자의 정서표현성과 발표불안 관계에서 긍정적사고의 매개효과는 Baron과 Kenny[20]가 제시한 3단계 매개효과 검증절차에 의거하여 다중회귀로 분석하였다. Sobel test로 매개효과에 대한 통계적 유의성 검증을 실시하였다.

2.5 연구의 제한점

본 연구는 광주광역시에 소재한 일개 대학 간호학과 신입생을 편의표출 하였고, 대상자의 인구학적, 지역적, 사회적, 환경적 차이로 인해 발생할 수 있는 문제를 배제할 수 없었기에 본 연구 결과를 일반화하기에 다소 무리가 있다.

3. 연구결과

3.1 대상자의 일반적 특성

대상자의 연령은 20세 미만 128명(87.7%), 20세 이상 18명(12.3%), 평균 연령은 19.36 ± 1.53 세, 성별에서는 여성이 117명(80.1%), 남성 29명(19.9%)이었다. 종교는 있다 41명(28.1%), 없다 105명(71.9%)이었다.

전공 만족도는 만족한다 87명(59.6%), 보통이다 52명(35.6%), 만족하지 못하다 7명(4.8%)이고, 대학 생활 만족도는 만족한다 77명(52.7%), 보통이다 62명(42.5%), 만족하지 못하다 7명(4.8%)이며 교우관계 만족도는 만족한다 77명(52.7%), 보통이다 63명(43.2%), 만족하지 못하다 6명(4.1%)였다(Table 1 참고).

3.2 대상자의 정서표현성, 긍정적사고와 발표불안 정도
 대상자의 정서표현성은 최소 2.31점, 최대 4.75점, 평균 3.37 ± 0.45 점(범위: 1~5점)이었고, 긍정적사고는 최소 2점, 최대 4.89점 평균 3.52 ± 0.52 점(범위: 1~5점)이었으며, 발표불안은 최소 1점, 최대 4.22점, 평균 2.18 ± 0.70 점(범위: 1~5점)으로 나타났다(Table 2 참고).

Table 1. General Characteristics (N=146)

Characteristics	Category	n(%) or M±SD
Age (year)	<20	128(87.7)
	≥20	18(12.3)
		19.36±1.53
Gender	Female	117(80.1)
	Male	29(19.9)
Religion	Yes	41(28.1)
	No	105(71.9)
Major satisfaction	Satisfaction	87(59.6)
	Moderate	52(35.6)
	Dissatisfaction	7(4.8)
University life satisfaction	Satisfaction	77(52.7)
	Moderate	62(42.5)
	Dissatisfaction	7(4.8)
Friendship satisfaction	Satisfaction	77(52.7)
	Moderate	63(43.2)
	Dissatisfaction	6(4.1)

Table 2. Degree of Emotional Expressivity, Positive Thinking and Public Speaking Anxiety (N=146)

Variables	M±SD	Min	Max	Scale range
Emotional expressivity	3.37±0.45	2.31	4.75	1~5
Positive thinking	3.52±0.52	2.00	4.89	1~5
Public speaking anxiety	2.18±0.70	1.00	4.22	1~5

3.3 대상자의 일반적 특성에 따른 정서표현성, 긍정적사고와 발표불안의 차이

대상자의 일반적 특성에 따른 정서표현성은 종교 유무($t=2.15, p=.036$), 대학 생활 만족도($F=5.32, p=.006$), 교우관계 만족도($F=13.72, p<.001$)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 유의한 변수에 대해 사후 검정한 결과, 대학 생활 만족도에서는 '만족한다' 집단이 '보통이다' 집단보다 통계적으로 유의하게 정서표현성이 높았고 교우관계 만족도에서는 '만족한다' 집단이 '보통이다' 집단보다 통계적으로 유의하게 정서표현성이 높았다. 대상자의 일반적 특성에 따른 긍정적사고는 전공 만족도($F=18.78, p<.001$), 대학 생활 만족도($F=20.09,$

$p<.001$), 교우관계 만족도($F=18.08, p<.001$)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 유의한 변수에 대해 사후 검정한 결과 전공 만족도에서는 '만족한다' 집단이 '보통이다' 집단과 '만족하지 못하다' 집단보다 통계적으로 유의하게 긍정적사고가 높았으며, 대학 생활 만족도에서는 '만족한다' 집단이 '보통이다' 집단과 '만족하지 못하다' 집단보다 통계적으로 유의하게 긍정적사고가 높았다. 또한 교우관계 만족도에서는 '만족한다' 집단이 '보통이다' 집단과 '만족하지 못하다' 집단보다 통계적으로 유의하게 긍정적사고가 높았다. 대상자의 일반적 특성에 따른 발표불안은 전공 만족도($F=7.96, p=.001$), 교우관계 만족도($F=4.87, p=.009$)에 따라 통계적으로

유의한 차이가 있었다. 유의한 변수에 대해 사후 검정한 결과, 전공 만족도에서는 ‘만족한다’ 집단이 ‘만족하지 않다’ 집단보다 통계적으로 유의하게 발표불안이 낮았고 교우관계 만족도에서는 ‘만족한다’ 집단이 ‘보통이다’ 집단보다 통계적으로 유의하게 발표불안이 낮았다(Table 3 참고).

3.4 대상자의 정서표현성, 긍정적사고와 발표불안 간의 상관관계

대상자의 정서표현성, 긍정적사고와 발표불안 간의

상관관계는 다음과 같다. 대상자의 정서표현성과 긍정적사고($r=.64, p<.001$)은 통계적으로 유의한 강한 양의 상관관계를 보였다. 따라서 정서표현성이 높을수록 긍정적사고가 증가하였다. 대상자의 정서표현성과 발표불안($r=-.22, p=.007$), 긍정적사고와 발표불안($r=-.44, p<.001$)은 통계적으로 유의한 음의 상관관계를 나타냈다. 따라서 정서표현성이 낮을수록 발표불안은 증가하였고 긍정적사고가 감소할수록 발표불안은 증가하였다 (Table 4 참고).

Table 3. Difference in Public Speaking Anxiety according to Characteristics of Participants (N=146)

Characteristics	Category	Public Speaking Anxiety	
		M±SD	t or F(p) Scheffe'
Age (year)	<20	2.17±0.69	- .24
	≥20	2.22±0.82	(.808)
Gender	Female	2.17±0.70	- .18
	Male	2.20±0.72	(.855)
Religion	Yes	2.14±0.69	- .45
	No	2.20±0.71	(.654)
Major satisfaction	Satisfaction ^a	2.03±0.63	7.96
	Moderate ^b	2.32±0.67	(.001)
	Dissatisfaction ^c	2.96±1.09	a<c
University life satisfaction	Satisfaction	2.07±0.65	2.87
	Moderate	2.26±0.67	(.060)
	Dissatisfaction	2.65±1.21	
Friendship satisfaction	Satisfaction ^a	2.02±0.61	4.87
	Moderate ^b	2.38±0.75	(.009)
	Dissatisfaction ^c	2.20±0.74	

Table 4. Correlation among Main Variables (N=146)

Variables	Emotional expressivity	Positive thinking	Public speaking anxiety
	r (p)		r (p)
Emotional expressivity	1	.64(<.001)	-.22(.007)
Positive thinking		1	-.44(<.001)
Public speaking anxiety			1

Table 5. Mediating Effect of Positive Thinking between the Emotional Expressivity and Public speaking anxiety (N=146)

Step	Independent variables	Dependent variables	β	t (p)	Adjusted R ²	F (p)
1	Emotional expressivity	Positive thinking	.63	9.91 (<.001)	.401	98.17 (<.001)
2	Emotional expressivity	Public speaking anxiety	-.22	-2.74 (.007)	.043	7.49 (.007)
3	Emotional expressivity	Public speaking anxiety	.10	.98 (.328)	.186	17.60 (<.001)
	Positive thinking		-.50	-5.14 (<.001)		
Sobel test z=-4.57, p<.001						

3.5 대상자의 긍정적사고의 매개효과

대상자의 정서표현성과 발표불안의 관계에서 긍정적 사고의 매개효과를 검증하기 위하여 Baron과 Kenny[20]의 3단계 절차를 이용한 다중회귀분석을 실시하였다(Table 5 참고). 매개효과를 검증하기 전에 종속변수의 Durbin-Waston값으로 자기상관성과 분산팽창요인(VIF)를 이용하여 독립변수간의 다중공선성을 검토하였다. 본 연구에서 Durbin-Waston값은 1.852로 자기상관성이 없는 독립적으로 나타났다. 독립변수간 VIF는 1.682로 10미만이므로 다중공선성은 없는 것으로 회귀분석모형에 적합하였다. 1단계에서 정서표현성은 긍정적사고에 유의한 정적영향을 미치는 것으로 나타났으며($\beta=.63, p<.001$), 정서표현성에 의한 설명력은 40.1%였다($F=98.17, p<.001$). 2단계에서는 정서표현성은 발표불안에 유의한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났으며($\beta=-.22, p=.007$), 설명력은 4.3%였다($F=7.49, p=.007$). 3단계에서 정서표현성($\beta=.10, p=.328$)은 발표불안에 통계적으로 유의하지 않았고 긍정적사고($\beta=-.50, p<.001$)는 발표불안에 부적영향을 미치는 것으로 나타났다. 정서표현성과 긍정적사고에 의한 설명력은 18.6%였다($F=17.60, p<.001$). 정서표현성과 발표불안에서 긍정적사고의 매개효과가 있는지 살펴본 결과 2단계에서는 정서표현성이 발표불안에 유의한 영향을 미쳤고, 3단계에서는 정서표현이 발표불안에 통계적으로 유의하지 않았다. 따라서 긍정적사고는 정서표현성과 발표불안의 관계를 완전매개한다고 할 수 있다. 매개효과 유의성을 Sobel test를 이용하여 검증한 결과 매개효과는 유의하였다($z=-4.57, p<.001$).

4. 논의

본 연구는 대학신입생의 정서표현성, 긍정적사고와 발표불안을 확인하고, 정서표현성과 발표불안에서 긍정적사고의 매개효과를 확인하고자 시도하였다.

본 연구에서 대학신입생의 정서표현성은 5점 만점에 평균 3.37점으로 Kim과 Cha[21]의 간호대학신입생의 연구에서는 7점 만점에 4.74점으로 거의 동일하였다. 이는 본 연구 대상자가 일개 대학의 간호학과 신입생을 대상으로 선정하여 동일한 연구 결과를 보인 것으로 사료된다. 4개 대학의 학부생 390명을 대상으로 연구한 Ok[22]의 연구에서는 102점 만점에서 60.64점으로 본

연구보다는 다소 낮은 정서표현성 정도를 나타냈다. 대상자의 일반적 특성에 따른 정서표현성은 종교 유무, 대학 생활 만족도, 교우관계 만족도에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 이러한 결과는 간호학을 선택하는 신입생은 다른 전공을 선택하는 신입생에 비해서 직업의 특성상 환자를 면대면으로 직접 대면하면서 간호행위를 하기 때문에 간호학을 전공으로 선택할시 이러한 상황을 고려하여 정서표현성이 높은 신입생이 간호학과를 입학한 것으로 판단되며 다른 전공의 신입생보다 다소 정서표현성이 높은 것으로 사료된다. 또한 종교적 행위나 또래의 교우와 친구를 통해서도 본인의 정서 표현을 자유롭게 할수 있는 기회를 갖게 되기 때문이다. 대학신입생이 대학 적응을 잘하기 위해서는 동아리 활동 등 비교과에 대한 대학 차원의 많은 관심이 필요할 것이다. 추후 연구에서는 다양한 학과의 신입생을 대상으로 정서표현성에 대한 반복연구를 제언한다. 연구결과를 기반으로 고등학교 학생들에게 정서표현성을 조사하여 대학 입학 시 전공선택을 위한 기초자료로 활용한다면 대학에 들어와서 전공에 대한 부적응을 미리 예방하면서 대학생활 만족도를 높일 수 있을 것으로 판단된다.

본 연구에서 대학신입생의 긍정적사고는 5점 만점에 3.52점으로 치위생학과 신입생을 대상으로 연구한 Min과 Lee[23]의 3.41점과 거의 유사하였다. 이는 간호학과 학생을 연구대상으로 한 Kim[24]과 4년제 대학에 재학 중인 대학생으로 인문사회, 자연, 보건의료공학, 예체능 전공자를 80명씩 총 400명 편의표집하여 연구한 Jun[25]의 결과와도 유사하였다. 대상자의 일반적 특성에 따른 긍정적사고는 전공 만족도, 대학 생활 만족도, 교우관계 만족도에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 이는 인구학적으로 젊은 대학생들이 갖는 특성으로 대학신입생의 긍정적사고로 인하여 학과 적응이 잘 되면 학습의 효과가 극대화 되면서 발표불안은 감소 될 것으로 사료된다. 요즘 대학 학습의 방향성이 교수자의 일방향이 아닌 교수자와 학생간의 쌍방향 소통을 기본으로 하고 있어서 학습자 간의 발표수업을 통하여 다양한 지식을 습득하고 있는 실정으로 긍정적사고가 대학신입생의 학습향상에 도움이 될 것으로 판단된다. 추후 연구에서는 사회생활 시작하는 사회 초년 직장인들과 대학신입생의 긍정적사고 간의 차이를 비교 연구할 필요성이 대두된다. 사회 초년 직장인들 역

시 긍정적사고를 증가시킬 수 있다면 사회 초년생이 발는 직장 스트레스를 감소시키면서 새로운 사회 환경과 업무에 잘 적응할 것이다.

본 연구에서 발표불안은 5점 만점의 2.18점으로 나타났다. 경찰학부, 레저스포츠학과, 사회복지학과, 건축학과 광고홍보학과의 대학신입생 96명을 대상으로 한 Lee[26]의 연구에서는 4점 만점에 2.52점으로 본 연구 결과보다는 발표불안이 높게 나타났으며, 성별에서는 남학생이 여학생보다 발표불안이 낮은 것으로 나타나 대다수 대학신입생이 여학생인 본 연구와 다른 결과를 보인 것으로 사료된다. Lee[26]의 연구에서 학생들이 경험하는 발표불안의 주요 원인으로 발표할 내용에 대한 망각에 대한 우려였다. 대상자의 일반적 특성에 따른 발표불안은 전공 만족도, 교우관계 만족도에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 우리나라 대학의 풍토가 아직은 자유로운 표현을 권장하기 보다는 전통적인 학습방법을 주로 행하고 있기 때문일 것이다. 따라서 학생들이 발표에 대한 두려움 보다는 자유로운 환경에서 편안한 마음으로 본인이 준비한 내용을 자신감 있고 발표할 수 있도록 긍정적사고를 함양시킬 수 있는 대학내 프로그램이 필요하다. 이에 요즘 대학에서는 학생상담센터를 중심으로 발표가 두려운 학생들이 발표불안에 대한 극복 및 불안 관리 방법을 학습하여 문제 해결 능력과 학교 적응력을 높이도록 발표불안 극복 워크숍을 개최하고 있다. 추후 연구에서는 이러한 대학의 발표불안 감소 프로그램의 효과를 검증할 필요성도 제기된다.

대상자의 정서표현성, 긍정적사고와 발표불안의 상관관계에서 대상자의 정서표현성과 긍정적사고는 통계적으로 유의한 강한 양의 상관관계, 정서표현성과 발표불안, 긍정적사고와 발표불안은 통계적으로 유의한 음의 상관관계를 나타냈다. 대상자의 정서표현성과 발표불안에서 긍정적사고의 매개효과를 확인할 결과 긍정적사고의 완전매개효과가 지지되었다. 따라서 본 연구 결과 정서표현성이 높아지면 긍정적사고가 증가 되고 이러한 긍정적사고가 증가되면서 발표불안을 감소 될 것으로 사료된다. 교수자는 발표불안에서 상태 불안 요소나 특성 불안 요소를 감소시키고 긍정적사고의 매개효과 높이기 위해서 학습을 진행하는 과정에서 대학신입생에게 칭찬과 용기를 주면서 자신감 있게 발표를 준비할 수 있도록 지도할 필요성이 있다. 또한 발표불

안은 대인관계나 사회생활에도 부정적인 영향을 미친다[27]. 최근 긍정적사고를 높이기 위한 방안으로 심리학이나 철학에서 긍정심리와 긍정철학이 학계에 대두되고 있다. 급변화하는 대학환경 안에서 대학신입생이 갖는 발표불안에 대한 적응 프로그램은 대학신입생의 대학 적응을 도와주고 대학생활 만족도를 높이게 될 것이다. 대학신입생이 소통의 시대를 슬기롭게 살기 위해서는 발표라는 중요한 소통의 도구를 적극적으로 준비하여 잘 활용할 수 있는 대학의 적극적 프로그램이 필요하다고 사료된다.

본 연구에서 긍정적사고는 정서표현성과 발표불안의 관계에서 완전 매개효과, 즉 정서표현성은 긍정적사고에 영향을 주고, 긍정적사고는 발표불안에 영향을 주는 인과관계를 확인하였다. 따라서 발표불안이 심각한 대학신입생을 대상으로 긍정적사고를 증진시킬 수 있는 프로그램을 적용함으로써 발표불안을 감소시킬 수 있을 것으로 생각된다. 일개 대학의 간호학과 신입생을 대상으로 편의 추출하였기에 다른 학과의 대학신입생을 대상으로 긍정적사고의 매개효과를 재확인하기 위한 반복연구의 필요성을 제안하고자 한다. 또한 대학신입생의 발표불안을 감소시키기 위한 교과와 비교과 교육프로그램 개발을 제안한다. 본 연구는 대학신입생의 정서표현성과 발표불안의 관계에서 긍정적사고의 완전 매개효과를 확인했다는 점에서 의의가 있었으며, 추후 대학신입생의 발표불안 감소를 위한 중재 프로그램의 기초자료로 이용될 수 있을 것으로 사료된다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 대학신입생의 정서표현성, 긍정적사고와 발표불안 정도를 확인하고 변수 간의 관계를 규명하며 정서표현성과 발표불안의 관계에서 긍정적사고의 매개효과를 탐색하여 대학신입생의 발표 불안을 감소시키기 위한 중재프로그램 개발과 완전매개 효과가 있는 긍정적사고 함양을 위한 교과와 비교과의 교육과정 프로그램 개발과 대학신입생의 대학생활 적응의 기초자료를 제공하고자 하였다.

광주광역시 일개 대학의 신입생 146명을 대상으로 2022년 3월 24일부터 2022년 3월 31일까지 설문지 조사를 수행하였다. 수집된 자료는 SPSS 23.0 version 프로그램을 사용하였다. 연구결과 대학신입생의 정서표현성과 긍정적사고는 강한 양의 상관성, 정서표현성과

발표불안, 긍정적사고와 발표불안은 음의 상관성을 나타냈다. 긍정적사고는 정서표현성과 발표불안 관계를 완전 매개하였다. 따라서 대학신입생의 발표불안을 감소시키기 위해서는 긍정적사고를 증진할 수 있는 교과와 비교과의 교육과정 프로그램 개발이 필요하겠다.

본 연구는 대학신입생 중에서 간호학과 학생으로 편의추출 하였으므로 전체적인 대학신입생으로 일반화하기에는 무리가 있으며 이상의 결과에 기반을 두어 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 대학신입생의 발표불안을 감소하기 위한 교과와 비교과 교육과정을 통한 프로그램 개발과 효과검정을 위한 유사실험연구를 제언한다.

둘째, 간호학과 학생뿐만 아니라 다른 전공학과 대학신입생의 발표불안에 영향을 미치는 예측요인을 규명하는 반복연구를 제언한다.

REFERENCES

- [1] D. Y. Cho et al. (2017). *Investigation and analysis of core competencies of future talent in the era of the 4th industrial revolution*. Research Institute for HRD Policy. Korea University.
- [2] C. Y. Son, Y. M. Son, J. Y. Lee, M. S. Kim & H. J. Kim. (2020). *A Study on Support and Utilization of Korea Collegiate Essential Skills Assessment(K-CESA)*. Korea Research Institute for Vocational Education & Training.
- [3] S. S. Park. (2006). *(The) effect of acceptance-based treatment on speech anxiety reduction in college students*. Unpublished master's dissertation, Hallym University, Chuncheon.
- [4] American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*. American Psychiatric Association.
- [5] Y. K. Kim, H. J. Jang & G. H. Yeom. (2017). The mediating effects of achievement motivation and self-consciousness between university students' type of perfectionism and speech anxiety. *Asian Journal of education*, 18(3), 441-462.
- [6] M. K. Kwon & W. J. Park. (2021). The mediation effect of fear of negative education in the relationship between self-compassion and speech between self-compassion and speech anxiety of university student. *The Journal of Humanities and Social science (HSS21)*, 12(2), 1039-1052. DOI : 10.22143/HSS21.12.2.73
- [7] J. H. Kang, A. R. Park & S. T. Han. (2020). A phenomenological study of the lifestyle change experiences of undergraduate due to COVID-19. *Journal of Korean Entertainment Industry Association*, 14(5), 289-297. DOI : 10.21184/jkeia.2020.7.14.5.289
- [8] J. M. Lee. (2020). An exploratory study on effects of loneliness and YouTube addiction on college life adjustment in the distance education during COVID-19. *The Journal of the Korea Contents Association*, 20(7), 342-351. DOI : 10.5392/JKCA.2020.20.07.342
- [9] P. Salovey, M. A. Brackett & J. D. Mayer. (Eds.). (2004). *Emotional intelligence: Key readings on the Mayer and Salovey model*. Dude Publishing.
- [10] J. J. Chang. (2009). *The effect of emotional awareness based expression(EABE) training on psychological well-being and interpersonal relationship*. dissertation. Yeungnam University. Gyeongsan.
- [11] J. J. Chang & J. M. Kim. (2011). The effect of emotional awareness based expression training on emotional awareness, emotional expression, suppression of emotional expression and interpersonal relationship. *Korean Journal Of Counseling And Psychotherapy*, 20(3), 697-714.
- [12] S. A. Lim. (2021). The relationship between positive thinking, empathy ability and communication ability of some dental hygiene students. *Journal of Korean Society of Oral Health Science*, 9(2), 61-67.
- [13] B. L. Fredrickson. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218-226. DOI : 10.1037/0003-066x.56.3.218
- [14] H. S. Jang & M. J. Lee. (2017). The mediation effects of self-encouragement on the relationship between fear of negative evaluation and speech anxiety in college students. *Korean Journal of Communication Studies*, 25, 63-83. DOI : 10.23875/kca.25.1.3
- [15] S. O. Kim. (2016). Influence of positive thinking and subjective happiness on school adaptation in nursing student. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 30(3), 395-404. DOI : 10.5932/JKPHN.2016.30.3.395
- [16] S. O. Kim & S. M. Kim. (2016). Predictors of positive thinking for nursing students. *Journal of the Korean Data Analysis Society*, 18(3), 1717-1127.

[17] C. H. Hong & G. S. Han. (2002). Development and validation study of the Korean emotional expressivity Scale. *Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 21(4), 133-148.
DOI : 10.21193/KJSPP.2007.21.4.008

[18] K. H. Kim. (2006). A study on establishment of the concept of image making and the effectiveness analysis of the image-making program. *Korean Journal of Youth Studies*, 3(1), 269-289.

[19] Y. R. Cho. (2004). The reliability and validity of a Korean version of the speech anxiety thoughts inventory. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 23(4), 1109-1125.

[20] R. M. Baron & D. A. Kenny. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.

[21] G. M. Kim & S. K. Cha. (2013). Influence of emotional awareness, emotional expressiveness, and ambivalence over emotional expressiveness on college student adjustment in freshman nursing students. *The Journal of the Korea Contents Association*, 13(1), 322-332.
DOI : 10.5392/JKCA.2013.13.01.322

[22] S. J. Ok. (2000). *The emotional characteristics and emotion regulation strategies of repressors*. Unpublished master's dissertation, Seoul National University, Seoul.

[23] H. H. Min & H. J. Lee. (2020). Influence factors of positive thinking and academic self-efficacy on school adjustment of freshman dental hygiene students. *Journal of Convergence for Information Technology*, 10(4), 124-132.
DOI : 10.22156/CS4SMB.2020.10.04.124

[24] S. O. Kim. (2016). Influence of positive thinking and subjective happiness on school adaptation in nursing students. *Journal of Korean public health nursing*, 30(3), 365-404.
DOI : 10.5932/JKPHN.2016.30.3.395

[25] W. H. Jun. (2016). Trait anger, anger expression, positive thinking and gratitude in college students. *Journal of Korean Academic Psychiatric and Mental Health Nursing*, 25(1), 28-36. DOI : 10.12934/jkpmhn.2016.25.1.2

[26] Y. J. Lee. (2022). A Study on Speech Anxiety in College Freshmen. *The Society of Hansung Language and Literature*, 46, 101-123.

[27] T. Docan-Morgan & T. Schmidt. (2012). Reducing public speaking anxiety for native and

non-native English speakers: The value of systematic desensitization, cognitive restructuring, and skills training. *Cross-Cultural Communication*, 8(5), 16-19.
DOI : 10.3968/j.ccc.1923670020120805.2018

김 자 속(Ja-Sook Kim)

[정회원]



- 2020년 2월 : 전남대학교 일반대학원 간호학과 (박사)
- 2021년 3월~현재 : 군산대학교 간호학과 조교수

- 관심분야 : 여성건강간호학, 간호교육중재개발
- E-Mail : jskim-98@kunsan.ac.kr

김 종 혁(Jong-Hyuck Kim)

[정회원]



- 2001년 8월 : 한양대학교 생활스포츠학과(체육학석사)
- 2006년 8월 : 한양대학교 생활스포츠학과(체육학박사)
- 2015년 4월~현재 : 중원대학교 의료뷰티케어학과 교수

- 관심분야 : 운동생리학, 운동처방, 건강관리, 운동재활, 교육중재개발
- E-Mail : jhkim4170@hanmail.net

박 아 영(A-Young Park)

[정회원]



- 2009년 2월 : 조선대학교 간호학과(간호학석사)
- 2015년 2월 : 조선대학교 간호학과(간호학박사)
- 2015년 3월~현재 : 광주대학교 간호학과 조교수

- 관심분야 : 환자안전, 치매, 간호교육
- E-Mail : ayoung@gwangju.ac.kr