

간호대학생의 정신건강에 영향을 미치는 관련 요인

박성희¹, 변은경^{2*}

¹부산여자대학교 간호학과, ²경남정보대학교 간호학과

Factors influencing the mental health in college nursing students

Sung-Hee Park¹, Eun Kyung Byun^{2*}

¹Assistant Professor, Department of Nursing, Busan women's College

²Assistant Professor, Department of Nursing, Kyungnam College of Information & Technology

요약 본 연구는 간호대학생의 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강의 정도를 알아보고 자기효능감과 사회적 지지가 정신건강에 미치는 영향을 파악한 연구이다. 연구대상자는 B시, C시의 3년제 과정에 있는 간호대학생을 186명을 대상으로 하였고, 자료분석은 SPSS WIN/18.0을 이용하여 평균과 표준편차, t-검정, 일원분산분석, 피어슨 상관관계수, 다중회분귀분석을 사용하였다. 연구결과 간호대학생의 정신건강은 2.25 ± 0.65 점으로 나타났다. 연구대상자의 정신건강은 자기효능감($r = -0.434, p < .001$), 사회적지지($r = -0.393, p < .001$)와 역상관계가 있는 것으로 나타났다. 또한 정신건강에 영향을 미치는 요인은 자기효능감과 사회적 지지로 확인되었고, 이러한 요인들은 간호대학생의 정신건강을 24.7%로 설명하였다. 간호대학생의 정신건강을 높이기 위해 반복연구를 통하여 정신건강에 영향을 미치는 요인을 확인하고, 정신건강을 증진할 수 있는 교육 및 프로그램 개발이 필요하다.

Abstract The purpose of this study is to explore degree of nursing student's mental health and the factors influencing mental health of those surveyed. A total of 186 nursing student B, C city were surveyed. All of this data is analyzed by using t-test, ANOVA, Pearson's correlation coefficients, multiple regression analysis with SPSS WIN/18.0. The results were as follows. The mean score for Mental health was 2.25 ± 0.65 . There were negative correlation between Mental health and self-efficacy($r = -0.434, p < .001$), social support($r = -0.393, p < .001$). Regression analysis showed 24.7% of variance in nursing student's mental health can by experience of dating with self-efficacy and social support. The follow-up survey about various factors influencing nursing student's mental health is needed and mental health increasing education and program developing are required.

Keywords : Mental health, Self-efficacy, Social support

1. 서론

1.1 연구의 필요성

대학생 시기는 발달단계상 청소년 후기로 미래 사회인으로서 주어진 다양한 도전과 과제를 수행해 나가는 과정에 있으면서 고등학교에서 대학으로의 환경이 급격히 전환되면서 복잡하고 혼란스런 감정을 경험하기 쉽다. 심리적 독립과 자아정체성 확립이라는 발달 과업 성취의 어려움, 대인관계나 대학생활의 적응의 어려움, 학

업과 진로문제 등으로 심리적 부담감과 갈등을 겪게 된다[1]. 이로 인해 자신에 대한 자아존중감, 자기효능감, 상실, 불안, 우울, 대인예민성 등과 같은 정신건강 관련 삶의 질을 저해하는 부정적인 현상이 심화되고 있다[2]. 특히 간호대학생들은 타 학과에 비해 과중한 학업뿐만 아니라 임상실습에 임해야 하므로 환자간호에 대한 무거운 책임감과 지식 및 경험의 부족, 엄격한 행동규범, 취업 및 국가고시에 대한 압박감 등 적응에 많은 어려움과 스트레스를 경험하게 되어 정신건강수준이 낮게 나타나

*Corresponding Author : Eun Kyung Byun(Kyungnam College)

Tel:+82-10-5574-2065 email:bek@kit.ac.kr

Received August 10 2015

Accepted December 4, 2015

Revised (1st November 20, 2015, 2nd December 4, 2015)

Published December 31, 2015

고 있다[3][4][5].

정신건강에 대한 개념은 가치판단이고 사회문화적 변화에 따라 매우 유동적이기 때문에 명확히 정의내리기 어렵고 여러 가지 복합적인 의미를 지니고 있다[6]. 정신건강은 질환이라는 부정적인 측면보다는 건강이라는 긍정적인 측면에서 정상적인 개인의 정신 상태를 나타내기 위한 다각적이고 보편적인 용어로 그 개념이 정의되고 있다[6]. 또한 정신건강은 개인이 물리적, 사회적, 심리적, 환경에 적응하기 위하여 이성을 갖고 현실을 파악하며 신체적, 정신적으로 건강한 상태이며 건전한 인간관계를 형성하고 유지할 수 있는 능력, 사회에 반항하거나 회피하지 않고 생활에서 부딪히는 긴장을 견디어 내는 능력, 자신을 성장, 발전시킬 수 있는 능력을 포함한다[7]. 정신건강에 관한 메타분석적 연구[8]에 의하면 학생들의 정신건강은 정서적, 사회적, 행동적 안녕감, 자기존중감, 역할수행, 스트레스 대처방식 및 자기효능감에 긍정적이거나 부정적인 영향을 준다. 또한 대학생들의 정신건강에 영향을 주는 요소는 다양하지만 개인이 관여하고 있는 일에 대한 열정은 자신이 좋아하고 중요하게 생각하여 많은 시간과 에너지를 투입하고[9], 자기 정체성의 일부를 형성시키는 강력한 동기요소이다[10].

따라서 개인의 행동을 예측하는데 있어서 자신이 가지고 있는 능력보다 뛰어난 수행을 하는 사람이 있는가 하면 자신의 능력에 미치지 못하는 사람이 있어서 자신의 능력에 대한 자신감으로 자기효능감은 대학생들의 건강증진행위의 가장 강력한 예측요인이다[11]. 한국과 일본의 대학생들을 대상으로 조사한 Kim[12]의 연구에 의하면 어려움 극복 효능감이 높을수록 스트레스가 낮을 뿐만 아니라 우울 수준도 낮은 것으로 나타났으며, 자기효능감은 여대생들의 학업문제 및 장애문제 관련 스트레스 수준과 정신건강과의 관계에서 부적인 상관관계를 나타냄으로써 건강증진행위에서 중요한 영향요인으로 나타났다[13].

사회적 지지는 정신건강을 조정하는데 작용함으로써 심리적 부적응의 결과에 차이를 가져올 수 있는 요인이다. 사회적 지지는 대학생의 심리적 안녕감에 직접적인 영향을 미치는 동시에 생활스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 간접효과를 갖는 보호요인으로 작용하여 생활스트레스를 낮추고 심리적 안녕감을 높이는 완충요인이다[14]. 따라서 사회적 지지체계를 지각하는 정도가 높을수록 심리적 안녕 수준이 높고 긍정적 사고를 하며 반

대로 지각수준이 낮을수록 스트레스로 인한 고통이 많고 정신병리적 문제를 많이 경험하는 것으로 나타났다[15]. 또한 Cho의 연구에서 사회적 지지와 정신건강과의 관계는 사회적 지지가 높을수록 정신건강이 좋은 것으로 나타났다[16].

간호대학생은 졸업 후 간호사로서 임상현장에서 도움을 필요로 하는 대상자를 돌보고, 간호수행의 책임을 지고 다양한 상황에 건설적으로 대처함으로써 정신적으로 건강을 유지하는 노력이 필요하다. 따라서 간호교육의 특수성은 일반 학과에 비해 정신적으로 건강한 성장이 필요한 간호대학생의 정신건강에 부정적인 영향을 미칠 수 있으므로 미래의 간호사 양성을 위한 교육환경이 정신건강의 측면에서 접근될 수 있어야 할 것이다.

정신건강에 영향을 미치는 다양한 요인이 있고 선행 연구에서도 일부 이루어져 왔다. 그러나 정신건강에 영향을 미치는 요인으로 스트레스 변수를 포함한 연구는 주요인이 스트레스인 것으로 나타나[13] 자기효능감과 사회적 지지가 정신건강에 실제로 미치는 영향을 파악한 연구는 거의 이루어지지 않았다. 간호학과 학생은 과중한 스트레스가 높아 정신건강에 영향을 미칠 수 있는 상황이지만 개인의 효능감과 대처자원의 개발을 통해 정신건강을 높일 수 있을 것으로 사료된다. 간호대학생의 정신건강은 전문직업인 간호사로서 국민의 건강을 책임지는 역할을 감당해야 함에도 간호대학생의 정신건강에 영향을 미치는 요인을 확인한 연구도 거의 없다[17]. 이에 본 연구는 간호대학생의 정신건강에 영향을 미치는 요인을 확인하고, 간호대학생의 정신건강을 증진시킬 수 있는 간호교육의 기초자료를 제공하기 위해 시도하였다.

1.2 연구목적

본 연구의 목적은 간호대학생의 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강의 정도를 알아보고 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강과의 관계와 정신건강에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위한 연구로 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 연구 대상자의 일반적 특성을 파악한다.
- 2) 연구대상자의 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강의 정도를 파악한다.
- 3) 연구대상자의 일반적 특성에 따른 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강의 차이를 파악한다.
- 4) 연구대상자의 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강

의 상관관계를 파악한다.

- 5) 연구대상자의 자기효능감, 사회적 지지가 정신건강에 미치는 영향을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 간호대학생의 자기효능감, 사회적 지지가 정신건강에 미치는 영향을 알아보기 위한 서술적 상관관계연구이다.

2.2 연구대상 및 자료수집

본 연구는 2013년 4월 29일부터 5월 10일까지 B, C 시에 소재한 3년제 간호과의 학과장에게 연구의 목적을 설명하여, 허락한 학과의 학생을 대상으로 편의표집하였다. 연구대상자에게는 연구의 목적을 설명하고 서면동의를 얻은 후 설문지를 배부하고 회수하였다. 표본 수 크기 결정은 G*Power3.1 프로그램을 이용하여 유의수준(α) .05, 중간 효과크기 .15, 통계적 검정력 .80을 투입하여 회귀분석에 필요한 표본 수인 103명이 산출되었다. 연구의 목적을 설명하고 동의한 학생을 대상으로 설문지를 배부하였다. 연구참여자의 윤리적 고려를 위해 익명보장, 연구참여 중단에 대한 설명을 한 후 서면으로 된 연구참여 동의서를 받았다. 총 200부를 배부하여 190부를 회수하였고, 응답이 불성실한 4부를 제외한 186부를 최종 분석에 사용하였다.

2.3 연구도구

2.3.1 자기효능감

자기효능감은 개인이 자기 지각력을 가지고 주어진 상황에 자신감을 가지고 얼마나 잘 대처하는가를 의미하며, 본 연구에서는 Sherer 등[18]이 제작한 자기효능감을 Song[19]이 사용한 도구를 사용하였다. 자기효능감은 일반적 자기효능감 17문항과 사회적 자기효능감 6문항 등 총 23문항으로 1점 “전혀 그렇지 않다”에서 “매우 그렇다”의 5점 척도로 구성하였고, 점수가 높을수록 자기효능감이 높은 것을 의미한다. Song[19]의 연구에서는 Cronbach's α =.84 였고, 본 연구에서는 자기효능감, Cronbach's α =.78, 사회적 효능감 Cronbach's α =.67였다.

2.3.2 사회적 지지

본 연구에서 사회적 지지를 측정하기 위한 척도는 Nolten[20]의 Student Social Support Scale을 Jang과 Jin[21]이 수정한 도구를 사용하였다. 3개의 하위 영역별로 각 9문항씩 전체 27문항으로 구성되어있다. 각 문항은 4점 척도로 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘매우 그렇다’(4점)까지 4점 척도로 점수가 높을수록 사회적 지지를 더 많이 받고 있다고 지각하는 것이다. Jang과 Jin[21]의 연구에서 부모지지 Cronbach's α = .91, 교수지지 Cronbach's α = .88, 친구지지 Cronbach's α = .91이었으며, 본 연구에서의 부모지지 Cronbach's α = .91, 교수지지 Cronbach's α = .92, 친구지지 Cronbach's α = .91이었다.

2.3.3 정신건강

본 연구에서 정신건강을 측정하기 위한 도구는 Derogatis[22]의 간이정신진단검사(SCL-90-R)를 Lee[23]가 요인분석하여 47개 문항으로 축소 제작한 것을 사용하였다. 이 도구의 하위영역은 강박증, 적대감, 공포, 대인관계, 신체화, 우울증, 불안, 편집증, 정신증 등 9개의 임상척도로 총 49문항이다. 각 증상마다 대상자는 당일 포함하여 지난 7일 동안 경험한 증상에 따라 1점 ‘전혀 그렇지 않다’ 에서 5점 ‘매우 그렇다’까지 5점 척도로 점수가 낮을수록 정신건강 상태가 양호한 것을 나타낸다. Lee[23]의 연구에서 신뢰도 Cronbach's α =.91이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's α =.95이었다.

2.4 분석방법

수집된 자료는 SPSS WIN/18.0을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성을 실수와 백분율로 구하였고, 대상자의 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강의 정도는 평균과 표준편차를 사용하였다. 대상자의 일반적 특성에 따른 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강의 차이는 일원 분산분석(one-way ANOVA)을 사용하여 분석하였고, 통계적으로 유의한 항목의 사후분석은 Scheffe's test를 실시하였다. 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강의 상관관계는 피어슨 상관계수(Pearson's correlation coefficients)로 분석하였고, 자기효능감, 사회적 지지가 정신건강에 미치는 영향은 다중회귀분석을 사용하였다.

3. 연구결과

3.1 연구대상자의 일반적 특성

연구대상자의 일반적 특성은 Table 1과 같다. 연구대상자는 186명으로 남자 16명(8.6%), 여자 170명(91.4%)으로 나타났다. 연령은 20-22세가 127명(68.3%)로 가장 많았고, 학년은 2학년 107명(57.5%), 3학년 79명(42.5%)로 나타났다. 종교는 무교가 88명(47.3%), 기독교 52명(28.0%)의 순으로 나타났고, 주거형태는 가정이 125명(67.2%), 기숙사 39명(21.0%)의 순으로 나타났다. 학과성적은 중이 98명(52.7%)으로 가장 많았고, 경제수준도 중이 139명(74.7%)으로 가장 많았다.

Table 1. General Characteristics of Subjects (N=186)

Characteristics	Categories	n	%
Gender	Male	16	8.6
	Female	170	91.4
Age	20-22	127	68.3
	23-25	37	19.9
	26≤	22	11.8
School year	2nd	107	57.5
	3rd	79	42.5
	None	88	47.3
Religion	Protestant	52	28.0
	Catholic	18	9.7
	Buddhism	22	11.8
	Others	6	3.2
	Home	125	67.2
Residential type	Board oneself	20	10.8
	A boarding house	39	21.0
	Others	2	1.1
	High	24	12.9
Academic grade	Middle	98	52.7
	Low	64	34.4
	High	3	1.6
Economic status	Middle	139	74.7
	Low	44	23.7

3.2 연구대상자의 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강의 정도

연구대상자의 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강의 정도에서 자기효능감은 3.40 ± 0.40 점, 사회적 지지는 3.10 ± 0.46 점, 정신건강은 2.25 ± 0.65 점으로 나타났다(Table 2).

Table 2. Degree of Self-efficacy, Social support, and Mental health (N=186)

Variable	M±SD	Min	Max
Self-efficacy	3.40±0.40	2.13	4.65
Social support	3.10±0.46	1.37	3.96
Mental health	2.25±0.65	1.06	3.83

3.3 일반적 특성에 따른 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강의 차이

연구대상자의 일반적 특성에 따른 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강은 분석 결과, 자기효능감은 성별($t=5.206, p=.024$), 연령($F=16.033, p<.001$), 학년($t=2.652, p=.035$), 학과성적($F=9.936, p<.001$)에서 유의한 차이를 나타냈고, 사회적 지지는 연령($F=16.033, p=.033$)에서 유의한 차이를 나타냈다. 정신건강에서는 유의한 차이를 나타내지 않았다. 사후검정 결과 연령이 높을수록, 학과성적이 높을수록 자기효능감이 높게 나타났다(Table 3).

Table 3. Difference of Self-efficacy, Social support, and Mental health according to General Characteristics (N=186)

Characteristics	Categories	Self-efficacy		Social support		Mental health	
		M±SD	t/F(p) Scheffe's	M±SD	t/F(p) Scheffe's	M±SD	t/F(p) Scheffe's
Gender	Male	3.62±0.44	5.206	3.26±0.40	2.081	2.22±0.79	.027
	Female	3.38±0.39	(.024)	3.10±0.46	(.151)	2.25±0.63	(.869)
Age	20-22a	3.30±0.35	16.033	3.09±0.45	3.488	2.32±0.60	2.540
	23-25b	3.62±0.40	($p<.001$)	3.26±0.45	(.033)	2.08±0.70	(.082)
	26≤c	3.65±0.45	a<b<c	2.95±0.48		2.12±0.75	
School year	2nd	3.33±0.40	8.836	3.09±0.45	.303	2.31±0.67	2.197
	3rd	3.50±0.38	(.003)	3.13±0.48	(.583)	2.17±0.60	(.140)
	None	3.32±0.38		3.12±0.40		2.24±0.64	
Religion	Protestant	3.45±0.37	2.652	3.11±0.51	.117	2.32±0.66	.298
	Catholic	3.36±0.48	(.035)	3.05±0.51	(.976)	2.24±0.73	(.879)
	Buddhism	3.59±0.45		3.07±0.56		2.17±0.66	
	Others	3.36±0.34		3.07±0.28		2.12±0.33	
	Home	3.44±0.41		3.12±0.46		2.19±0.62	
Residential type	Board oneself	3.42±0.36	1.327	2.90±0.47	2.268	2.49±0.71	1.530
	A boarding house	3.29±0.40	(.267)	3.10±0.46	(.082)	2.33±0.63	(.208)
	Others	3.39±0.40		3.61±0.03		2.13±1.50	
	Higha	3.66±0.40	9.936	3.14±0.44	2.057	2.08±0.60	2.619
Academic grade	Middleb	3.43±0.39	($p<.001$)	3.16±0.45	(.131)	2.20±0.67	(.076)
	Lowc	3.26±0.37	a>b, a>c, b>c	3.01±0.48		2.39±0.61	
	High	3.42±0.52	.003	3.07±0.10	1.285	2.36±1.03	.992
Economic status	Middle	3.40±0.38	(.997)	3.14±0.47	(.279)	2.21±0.63	(.373)
	Low	3.40±0.40		3.01±0.46		2.36±0.66	

3.4 연구대상자의 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강과의 상관관계

연구대상자의 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강과의 상관관계를 분석한 결과, 연구대상자의 정신건강은 자기효능감($r=.434, p<.001$), 사회적 지지($r=.393, p<.001$)와 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 자기효능은 사회적 지지와 양적 상관관계($r=.350, p<.001$)가 있는 것으로 나타났다(Table 4).

Table 4. Correlation between Self-efficacy, Social support, and Mental health(N=186)

Variable	Self-efficacy r(p)	Social support r(p)	Mental health r(p)
Self-efficacy	1		
Social support	.350 ($p<.001$)	1	
Mental health	-.434 ($p<.001$)	-.393 ($p<.001$)	1

3.5 연구대상자의 자기효능감과 사회적 지지가 정신건강에 미치는 영향

연구대상자의 자기효능감, 사회적 지지가 정신건강에 미치는 영향은 Table 5와 같다. 연구대상자의 정신건강에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위하여 유의한 상관관계가 있었던 자기효능감, 사회적 지지를 독립변수로 하여 다중회귀분석을 실시하였다. 회귀분석결과 각 변수들의 공차한계가 0.1이상이었고, 분산팽창인자가 모두 10보다 낮았으므로 다중공선성의 문제가 없는 것으로 나타났다. 잔차의 독립성을 검증하기 위해 Durbin-Watson 값을 구한 결과 1.914로 2에 가까워 오차의 자기상관성이 없는 것으로 나타났다.

다중회귀분석한 결과 정신건강에의 회귀모형은 유의한 것으로 나타났고($F=31.331, p<.001$), 수정된 결정계수(R^2)는 .247로 설명력은 24.7%로 나타났다. 연구대상자의 정신건강에 영향을 미치는 요인은 자기효능감($t=-4.963, p<.001$)과 사회적 지지($t=-4.041, p<.001$)로 나타났다.

Table 5. Influencing Factor of Self-efficacy and Social support on Mental health(N=186)

Variable	B	SE	β	t	p
constant	5.300	.389		13.611	$p<.001$
Self-efficacy	.544	.110	-.338	-4.963	$p<.001$
Social support	-.386	.096	-.275	-4.041	$p<.001$
Adj. $R^2=.247$ $F=31.331(p<.001)$					

4. 논의

본 연구는 간호대학생을 대상으로 간호대학생의 자기효능감과 사회적 지지가 정신건강에 미치는 영향을 알아 보기 위해 시도되었다.

본 연구대상자의 자기효능감은 3.40 ± 0.40 점으로 나타나 간호대학생을 대상으로 한 Park, Bae, Jung[24]의 연구결과 3.78점 보다 낮았고 Lim, Kwon, Jeong, Han[25]의 연구결과 2.73점보다는 높았다. 사회적 지지는 3.10 ± 0.46 점으로 나타나 중고등학생을 대상으로 한 Jang과 Jin[21]의 연구에서 3.09점과 유사하였다. 이는 간호대학생들의 자기효능감, 사회적 지지 정도는 학년별, 학생들의 상황에 따른 차이로 볼 수 있다. 간호대학생들의 학년이 올라가면서 예비 간호사로서 자신의 정체성을 확립하고 이론학습과 임상실습을 통한 간호사 역할에 대한 긍정적인 태도가 이루어진다면 자기효능감은 향상될 것이다. 또한 자기효능감의 향상은 자신이 선택한 간호직에 대한 긍지와 자부심을 넘어 간호에 대한 의미와 목적도 발견할 수 있을 것이다[26].

따라서 지역별, 학년별 간호대학생을 대상으로 반복 연구를 통한 결과에 대한 비교가 필요할 것으로 사료된다.

정신건강은 2.25 ± 0.65 점으로 나타나 간호대학생을 대상으로 한 Moon, Chung, Kim[27]의 연구결과 2.22점과 유사하였고, Jung, Kwon[28]의 연구결과 2.79점 보다 정신건강이 좋았다. 그러나 일반 대학생을 대상으로 한 Lee[29]의 연구결과 2.02점보다는 정신건강이 낮았다. 이를 통해 다른 학과보다는 간호학과의 정신건강이 낮은 것은 과중한 학업, 임상실습에서의 환자간호에 대한 책임과 지식 및 경험의 부족, 국가고시 등의 어려움으로 인한 것으로 생각된다.

따라서 미래의 간호사로서 일한 예비 간호대학생들은 다양한 문제상황에 잘 대처하고 효율적으로 협력하는 대

인관계 기술을 발달시키며 정신건강 증진을 가져오기 위해서 정신건강에 대한 교육은 반드시 필요한 부분이다.

대상자의 정신건강과 자기효능감, 사회적 지지와의 상관관계 분석한 결과 부적 상관관계가 있는 것으로 나타나 Park, Kim, Jung[13]의 연구결과와 유사하다. 이는 자기효능감이 높고 사회적 지지가 높은 학생은 정신건강이 좋은 것으로 볼 수 있다. 폭넓은 대인관계를 가진 학생들은 사회적 지지를 받을 수 있는 자원을 가지게 된다. 자기효능감이 높은 학생은 정신건강증진 행위도 높게 나타나는데 자기효능감이 건강수행 행위에 영향력 있는 인지-지각 요인으로 평가되고 있는 것과 맥을 같이 한다 [11][13].

연구대상자의 자기효능감, 사회적 지지가 정신건강에 미치는 영향을 분석한 결과 자기효능감, 사회적 지지가 정신건강의 24.7%를 설명하였다. 이는 Park, Kim, Jung의 연구에서 스트레스만 정신건강을 39.6% 설명하고, 사회적 지지와 자기효능감, 용돈은 4.6%를 설명한 결과 [13]와는 차이를 보였다. 이와 같은 결과를 통해 스트레스 요인도 정신건강에 중요한 영향요인이지만 간호대학생의 자기효능감과 사회적 지지도 정신건강의 중요한 요인임을 확인할 수 있었다. 간호대학생의 정신건강에 영향을 미치는 요인으로 자기효능감과 사회적 지지의 중요성은 자기효능감이 정신건강의 인식에 있어 중요한 영향을 미치는 요인으로 나타난 결과[2]와 사회적 지지를 높을 때는 정신건강이 좋고 사회적 지지가 낮을 때는 정신건강이 좋지 않은 것으로 나타난 결과[30]로도 확인할 수 있었다.

자기효능감이 높은 개인은 정신건강을 야기시키는 상황에 놓였을 때, 감정적 대응보다 문제중심적 대처전략을 추구하므로 정신건강 문제들에 적절히 대처할 수 있다[31]. 또한 병원근로자를 대상으로 한 연구에서 사회심리적 업무환경이 정신건강에 미치는 영향을 분석한 결과, 감정적 요구, 업무의 의미, 사회적 지지가 가장 강력한 설명변인으로 나타나[32] 본 연구결과를 뒷받침한다.

따라서 정신건강의 있어 가장 취약한 관리 대상인 대학생의 정신건강에 대한 관심을 기울이는 한편 미래의 간호사로 신체적, 심리적, 정신적인 전인간호를 제공하게 될 간호대학생의 정신건강에 대한 관심이 더욱 필요하다. 또한 간호대학생의 정신건강에 대한 관심은 대학생 개인의 차원이 아닌 대학 내 교과목 선정 및 교육, 학과 내의 활동에 있어서도 적극적인 개입 및 참여가 필요

할 것으로 사료된다.

본 연구를 통해 간호대학생의 정신건강의 중요성과 자기효능감과 사회적 지지가 정신건강에 영향을 미치는 요인임을 확인할 수 있었다. 자기효능감과 사회적 지지를 높여 정신건강의 증진을 가져오는 것은 간호대학생으로서의 정체성 확립과 전문직업인으로 성장하게 할 뿐만 아니라 졸업 후에도 임상현장에서 적응력을 높일 것이라 생각된다. 따라서 대학에서도 간호대학생의 정신건강에 관심을 기울이고 학생들의 정신건강을 위한 교육, 정신건강의 사정을 통해 정신건강에 취약한 학생들을 위한 다양한 프로그램 개발뿐만 아니라 간호대학생의 정신건강을 증진할 수 있는 프로그램도 마련되어야 할 것이다.

본 연구는 일부지역의 간호대학생을 대상으로 편의표집하여 이루어진 결과이므로 본 연구의 결과를 일반화하여 전체 간호대학생에게 확대 해석함에는 신중해야 할 것이다. 따라서 간호대학생을 대상으로 지역적으로 확대된 반복연구와 정신건강에 영향을 미칠 수 있는 다양한 요인을 확인하여 교육 및 프로그램을 개발 할 수 있는 추후연구가 필요할 것이다.

5. 결론

본 연구는 간호대학생의 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강의 정도를 알아보고 정신건강에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위하여 시도되었다. 연구결과 연구대상자의 일반적 특성에 따른 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강의 차이에서 자기효능감은 성별, 연령, 학년, 학과성적에서 유의한 차이를 나타냈고, 사회적 지지는 연령에서 유의한 차이를 나타냈다. 정신건강에서는 유의한 차이를 나타내지 않았다. 연구대상자의 자기효능감, 사회적 지지, 정신건강과의 상관관계를 분석한 결과, 연구대상자의 정신건강은 자기효능감, 사회적 지지와 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 연구대상자의 자기효능감, 사회적 지지는 정신건강을 24.7%로 설명하였다. 이를 통해 정신건강 증진을 위해 자기효능감과 사회적 지지의 향상이 필요함을 확인하였다. 본 연구결과를 바탕으로 간호대학생을 대상으로 지역을 확대한 반복연구와 정신건강에 영향을 미치는 다양한 요인을 확인하여 교육 및 프로그램을 개발할 수 있는 추후연구를 제언한다.

References

- [1] S. M. Lee, S. K. Nam, & M. K. Lee, "Economic values of mental health service in college counselling center", *Korean Journal of Psychology:General*, 28, pp363-384, 2009.
- [2] D. S. Moon, & S. K. Han, "The relationship between self-esteem, self-efficacy and mental health among university participation in general physical education", *Research dedicated Promoting Human Wellness*, 7(2), pp133-142, 2012.
- [3] H. S. Kim, "The relationship among personality type, self-esteem and mental health of nursing students", *Journal of Korean Academic Psychiatric Mental Health Nursing*, 12(4), pp385-393, 2003.
- [4] K. S. Han, & G. M. Kim, "Comparison to self esteem, family adaptation health promoting behaviors, and symptoms of stress between nursing and other major university women student", *Journal of Korean Academic Psychiatric Mental Health Nursing*, 16(4), pp78-84, 2007.
- [5] H. I. Lee, "Correlations among self-esteem, depression and academic achievement in nursing college students", *Journal of Korea Community Health Nursing Academic Society*, 22(1), pp97-107, 2008.
- [6] D. H. Kim, "A study on perceived family support and mental health of the urban elderly", *International Journal of Welfare of the Aged*, 11(1), pp171-193. 2001.
- [7] S. H. Yang, "A study on the relationship between self-concept and the mental health of nursing students in junior college in some area", *Journal of Korean Academic Psychiatric Mental Health Nursing*, 10(3), pp376-390, 2001.
- [8] M. M. Barry, A. M. Clarke, R. Jenkins, & V. Patel, A systematic review of the effectiveness of mental health promotion interventions for young people in low and middle income countries, *BMC Public Health*, 13, 1-19, 2013.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1186/1471-2458-13-835>
- [9] R. J. Vallerand, C. M. Blanchard, G. A. Mageau, R. Koestner, C. F. Ratelle, M. Léonard, M. Caner & J. Marsolais, Les passions de l'ane: on obsessive and harmonious passion, *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(4), 756-767, 2003.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.85.4.756>
- [10] H. Gustafsson, P. Hassmén, & N. Hassmén, Are athletes burning out with passion? *European Journal of Sport Science*, 11(6), 387-395, 2011.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1080/17461391.2010.536573>
- [11] D. Von Ah, S. Ebert, A. Ngamvitroj, N. Park, & D. H. Kang, "Predictors of health behaviours in college students", *Journal of Advanced Nursing*, 48(5), pp463-474. 2004.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1365-2648.2004.03229.x>
- [12] U. C. Kim, Y. S. Park, T. Akira, U. Y. Kim, & H. Satoshi, "Comparative analysis of stress symptoms and management among Korean and Japanese university students: with a specific focus on the influence of social support networks and self-efficacy", *The Korean Journal of the Human Development*, 16(1), pp139-164, 2009.
- [13] H. J. Park, M. Y. Kim, & D. Y. Jung, "The effect of stress, social support and self-efficacy on the mental health of female undergraduate students", *The Korean Journal of Fundamentals Nursing*, 15(4), pp513-521, 2008.
DOI: <http://dx.doi.org/10.4040/jkan.2008.38.4.513>
- [14] O. H. Lee, "The influence of life stress, ego-resilience and social support on psychological well-being among college students", *Korean Journal of Youth Studies*, 19, pp29-57, 2012.
- [15] M. Dumont, & M. A. Provost, "Resilience in adolescent: protective role of social support, coping strategies, self-esteem, and social active on experience of stress and depression", *Journal of Youtb Adolescence*, 28, pp343-363, 1999.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1023/A:1021637011732>
- [16] S. Y. Cho, "A study of stress, social support, self-efficacy, self-esteem and mental health in armed forces nursing academy cadets", *Journal of Military Nursing Research*, 22, pp1-22, 2004.
- [17] Y. J. Jee, Y. B. Lee, A. R. Lee, & J. W. Jeon, "Factors influencing mental health among nursing students", *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 14(8), pp3866-3875, 2013.
DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2013.14.8.3866>
- [18] M. Sherer, J. E. Maddux, B. Mercadante, S. Pretice-Dunn, B. Jacobs, & R. W. Roger. "The self-efficacy scale: construction and validation, *Psychological Reports*", 51, pp663-671. 1982.
DOI: <http://dx.doi.org/10.2466/pr0.1982.51.2.663>
- [19] J. Y. Song, "The mediating effect of self-efficacy on the relationship between multiple roles commitment and psychological well-being of middle-aged men in preparing for the old age", *Korean Journal of Social Welfare Research*, 22, pp59-81, 2009.
- [20] P. W. Nolten, "Conceptualization and measurement of social support: the development of the student social support scale, unpublished doctoral dissertation", University of Wisconsin-Madison, 1994.
- [21] S. H. Jang, & S. U. Jin, "A study of comparison of cellular phone addiction level, social support and mental between christian teenagers and non-christian general teenagers", *Korean Journal of Christian Counselling*, 17, pp179-202, 2009.
- [22] L. R. Derogatis, "SCL-90-R: Adiministration and scoring and procedures manual", Baltimore: Clinical Psychometrics Research, 1977.
- [23] H. K. Lee, "External-internal control: the trend of external-internal control of the Korean elementary and second school student", *The Journal of Student Guidance Chungbuk National University*, 1986.
- [24] H. S. Park, Y. J. Bae, & S. Y. Jung, "A study on self-esteem, self-efficacy, coping methods, and the academic and job-seeking stress of nursing students", *Journal of Korean Academic Psychiatric Mental Health Nursing*, 11(4), pp621-631, 2002.
- [25] S. Y. Lim, K. H. Kwon, Y. K. Jeong, & K. S. Han, "Comparison to stress, depression, and self-efficacy between nursing student and the other magic university women student", *The Korean Journal of Stress Research*,

18(2), pp119-124, 2010.

- [26] E. S. Kang, Y. H. Kim, & K. R. Lee, "The effect of holistic health program on spiritual well-being and mental health in nursing students", Journal of Korean Academia-Industrial cooperation Society, 12(5), pp2172-2179, 2011.
DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2011.12.5.2172>
- [27] H. Moon, M. J. Chung, & J. Y. Kim, "Mediating effect of emotion regulation in the relationship between self-esteem and mental health of nursing student", The Korean Journal of Stress Research, 19(3), pp253-260, 2011.
- [28] H. Y. Jung, & J. O. Kwon, "A study on the stress, self-esteem, and mental-health in nursing students, The Korean Journal of Health Service Management, 7(4), pp191-204, 2013.
DOI: <http://dx.doi.org/10.12811/kshsm.2013.7.4.191>
- [29] B. J. Lee, "The effects of career decision making self-efficacy on the relation between career stress and psychiatric symptoms", Social Science Studies, 36(2), pp27-249, 2012.
- [30] M. Seo, B. Y. Choi, & H. I. Jo, "The effect of life stress, stress coping, and social support on mental health", The Korea Journal of Counseling, 7(2), pp271-288, 2006.
- [31] B. Aust, R. Rugulies, J. Skakon, T. Scherzer, & C. Jensen, "Psychosocial work environment of hospital workers: Validation of a comprehensive assessment scale. International Journal of Nursing Studies, 44, pp814-825.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2006.01.008>
- [32] M. R. Alligood, & A. Marriner-Tomey, Nursing theorists and their work(7th ed.), Maryland Heights, Mo: Mosby/Elsevier, pp434-453.

변은경(Eun-Kyun Byun)

[정회원]



- 2002년 8월 : 부산대학교 부산대학원 (간호학석사)
- 2006년 2월 : 부산대학교 부산대학원 (간호학박사)
- 2012년 3월 ~ 2013년 2월 : 창신대학교 간호학과 전임강사
- 2013년 3월 ~ 현재 : 경남정보대학교 간호학과 조교수

<관심분야>

정신건강, 정신장애인, 직업재활

박성희(Sung-Hee Park)

[정회원]



- 2006년 2월 : 고신대학교 고신대학원(간호학석사)
- 2009년 2월 : 고신대학교 고신대학원(간호학박사)
- 2010년 3월 ~ 2015년 2월 : 창신대학교 간호학과 조교수
- 2015년 3월 ~ 현재 : 부산여자대학교 간호학과 조교수

<관심분야>

기본간호학, 노인, 지역사회간호학