

간호학생의 스트레스, 자아존중감이 주관적 행복감에 미치는 영향

박미숙
한국교통대학교 간호학과

Influence of Nursing Students' Stress and Self Esteem on Subjective Happiness

Mi-Sook Park

Department of Nursing, Korea National University of Transportation

요약 본 연구는 간호학생의 스트레스, 자아존중감, 주관적 행복감 정도를 알아보고 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 시도되었다. 연구대상은 충북지역과 경북지역에 소재하는 2개의 간호대학에서 임상실습을 경험한 3,4학년 간호학생 중 설문 조사에 동의한 147명이었다. 자료 수집은 구조화된 설문지를 이용하여 대상자의 스트레스, 자아존중감 및 주관적 행복감을 조사하였다. 자료수집기간은 2016년 9월 26일부터 동년 10월 29일까지였다. 자료 분석은 SPSS 22.0을 이용하여 기술통계, independent t test, ANOVA, scheffe's test와 위계적 회귀분석을 실시하였다. 연구 결과 대상자의 주관적 행복감의 평균은 19.91점(28점 만점), 대학 차원 스트레스 평균 2.91점(5점 만점), 임상 차원 스트레스 평균 2.61점(5점 만점), 자아존중감 평균 29.74점(40점 만점)이었다. 위계적 회귀분석 결과 대상자의 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인은 자아존중감($p<.001$), 경제상태($p=.002$), 대인관계($p=.001$), 전공만족도($p=.003$) 순이었으며, 주관적 행복감에 대한 이들 변인들의 설명력은 68%로, 주관적 행복감에 가장 큰 영향을 미친 변수는 자아존중감으로 나타났다. 이에 간호학생의 주관적 행복감을 증진시키기 위하여 자아존중감과 전공만족도를 높이고 대인관계를 증진시키는 다양한 전략들이 요구된다.

Abstract This study was conducted to identify factors influencing subjective happiness among nursing students. Participants consisted of 147 nursing students who were in the third and fourth years at two universities located in the Chungbuk and Kyungbuk provinces. Data were collected using questionnaires that looked at college-based stress, clinical-based stress, self-esteem, and subjective happiness from September 26 to October 29, 2016. Collected data were analyzed using the SPSS 22.0 statistics program with descriptive statistics, an independent t-test, analysis of variance (ANOVA), Scheffe's test, and hierarchical regression. The mean score for subjective happiness was 19.91 (range: 4 to 28). The mean for college-based stress was 2.92, and clinical-based stress was 2.61 (range: 1 to 5). The mean for self-esteem was 29.74 (range: 10 to 40). The significant predictors of subjective happiness in nursing students were self-esteem ($p<.001$), economic status ($p=.002$), interpersonal relationships ($p=.001$), and satisfaction with their major ($p=.003$). The explanatory power of variance was 68%, with self-esteem serving as the major predictor variable for subjective happiness. Therefore, we need various strategies that can enhance self-esteem, satisfaction with the major, and interpersonal relationships in order to improve nursing students' subjective happiness.

Keywords : Clinical Based Stress, College Based Stress, Nursing Students, Self Esteem, Subjective Happiness

본 논문은 2016년 한국교통대학교 지원을 받아 수행하였음

*Corresponding Author : Mi-Sook Park(Korea National University of Transportation)

Tel: +82-43-820-5189 email: mspark@ut.ac.kr

Received March 9, 2018

Revised April 5, 2018

Accepted April 6, 2018

Published April 30, 2018

1. 서론

1.1 연구의 필요성

주관적 행복감이란 자신의 삶을 긍정적으로 평가하고 판단하는 상태로[1], 행복감을 반드시 경험하지 않더라도 일어난 사건에 대해 긍정적이고 낙관적으로 해석하면 행복감을 경험할 수 있는 것으로 보고되고 있으며[2], 행복을 추구하는 일은 인간의 삶의 질 향상에 매우 중요한 역할을 한다고 볼 수 있다[3].

행복한 사람들은 정신적인 면에서 우울, 자살, 편집증과 같은 병리적인 증상을 덜 보이고, 자기 조절을 더 잘 하며, 문제에 대한 대처 기술이 좋고, 더 큰 사회적 보상과 더 우수한 직업 적성을 얻으며, 더 활동적이고 에너지가 넘치며 몰입하는 삶을 사는 것으로 보고되고 있으며[4], 스트레스에 강하고, 즐거운 생활을 영위하고 있다[5].

그러나 한국인의 행복지수는 매우 낮다고 알려져 있다[6]. 2017년 경제적 수준과 사회적 안전망이 갖춰진 경제협력개발기구(OECD) 22개 회원국들을 대상으로 한 조사에서 우리나라 학생들의 주관적 행복감은 20위를 기록하여 최하위권의 주관적 행복감을 나타냈다(<http://new.chosun.com>)[7].

선행연구에서 간호대학생의 주관적 행복감은 7점 만점에 4.70점~5.08점으로[6,8,9] 100점 만점으로 환산할 때 67.14점~72.57점으로 낮은 수준이었다.

간호대학생이 행복감을 느끼면 자신을 기쁘게 받아들이고, 남을 사랑하며, 도움을 주는 자신을 중요하게 여기고, 학교생활에도 잘 적응하며, 취업 후 자신이 하고 있는 일에 감사하면서, 몰입할 수 있다. 그리고 임상실습 동안 접하는 대상자와 보호자 관계에서도 긍정적인 영향을 줄 수 있을 뿐만 아니라 이후 간호전문직을 수행하는데 도움이 될 수 있다[10].

또한 간호대상자를 전인적이고 개별적으로 돌보아야 하는 간호대학생은 인본적이고 이타주의적인 헌신, 배품과 돌봄의 간호행위를 위해 기쁨이나 삶의 만족 같은 긍정적인 정서인 주관적 행복감을 경험하는 것이 필요하다[11].

그러나 간호대학생은 임상실습 경험 시 대상자 간호에 대한 책임감과 지식 및 경험 부족과 엄격한 행동 규범 등으로 인해 역할 적응에 대한 어려움을 겪고 있고, 다양한 스트레스를 경험하고 있으며[12], 상대적으로 행복감이 낮다[10]고 보고되고 있다. 그러나 간호대학생은 일반대학생들보다 스트레스가 4배 정도 높고, 삶의 만족

도나 주관적 행복감이 다른 전공 학생들보다 낮게 나타나는 것으로 알려지고 있다[13].

이러한 스트레스를 적절하게 예방하고 당면한 스트레스를 효과적으로 처리하지 못하면 긴장, 불안, 우울 등과 심리적 장애를 초래할 수 있다[14].

행복과 높은 상관관계가 있는 또 다른 내적 변인은 자아존중감이다[10]. 자아존중감은 자신의 존엄성과 가치에 대한 믿음의 정도를 의미한다[15]. 자아존중감이 높은 학생은 자신이 중요하고 가치 있으므로 주어진 상황에서 주도적 역할을 하게 된다[16]. 자아존중감이 높은 사람은 원만한 사회생활을 영위하고, 진취적이며, 활력 있는 삶을 살 수 있고, 자아존중감이 낮은 사람은 자기 자신을 쓸모없고, 무가치하며 나쁘다고 생각하여 스스로를 학대한다[17]. 또한 자아존중감이 높으면 주관적 행복감도 높아진다고 보고되고 있다[10,18]. 간호대학생은 자아존중감 정도에 따라 자신을 바람직하고 긍정적으로 여기며 간호전문직에 필수인 임상 실습에 적극적으로 임한다[19].

간호대학생의 주관적 행복감은 개인의 건강과 삶의 질 뿐 만 아니라 향후 예비간호사로서 우리 국민의 미래 건강관리에도 지대한 영향을 미치므로[20], 간호대학생의 대학생활과 임상실습상황에 따른 주관적 행복감에 대한 지속적인 관심이 필요하다.

간호대학생을 대상으로 주관적 행복감에 대한 선행연구를 살펴보면 주관적 행복감에 대한 영향요인으로 자아존중감[8,10,18,21,22], 취업스트레스[22], 지각된 스트레스[23], 스트레스[9], 긍정적 정서[8,10] 등이 보고되었다.

그러나 간호대학생의 주관적 행복감에 대한 위의 선행연구들은 대부분 1학년부터 4학년까지의 간호대학생을 대상으로 연구가 이루어져[8,18,21], 임상실습상황에 따른 주관적 행복감에 대한 파악을 하기위해서는 임상실습을 경험한 3,4학년 간호대학생의 주관적 행복감과 이에 영향을 미치는 요인들에 대해 살펴볼 필요가 있다고 판단된다.

이에 전공교육과정과 임상실습의 병행, 국가고시 준비 등 많은 학업량과 예비의료인으로서의 대인관계 어려움으로 스트레스 수준이 높을 것으로 예측되는 3,4학년 간호대학생을 대상으로 하여[9] 우리나라 간호대학생의 스트레스를 임상 차원 스트레스와 대학 차원 스트레스로 구분하여 총체적으로 파악하고 더불어 자아존중감과 이들 변인이 주관적 행복감에 어떤 영향을 미치는지 파

약하여 주관적 행복감을 높이기 위한 중재 프로그램 개발에 기초 자료를 제공하고자 본 연구를 시도하였다.

1.2 연구의 목적

본 연구의 목적은 간호학생의 스트레스, 자아존중감, 주관적 행복감 정도를 알아보고 주관적 행복감의 영향 요인을 파악하여 간호학생의 주관적 행복감을 증진시키는 프로그램 개발의 기초 자료를 제공하고자 시도되었으며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 대상자의 대학 차원 스트레스, 임상 차원 스트레스, 자아존중감, 주관적 행복감 정도를 파악한다.

둘째, 대상자의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감의 차이를 알아본다.

셋째, 대상자의 주관적 행복감에 대한 영향 요인을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 간호대학생의 대학 차원 스트레스, 임상 차원 스트레스, 자아존중감, 주관적 행복감 정도를 알아보고 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 서술적 상관관계 조사연구이다.

2.2 연구대상

연구대상은 충청북도 J군과 경상북도 G시에 소재하는 4년제 간호학과에서 임상실습을 경험한 3, 4학년의 대상으로 155부의 설문지를 배부하여 150부를 수거하여 (응답률 96.7%) 응답이 부실한 3부를 제외한 최종 147부를 자료 분석에 이용하였다. 본 연구를 위한 표본의 크기는 회귀 분석 시 예측요인 8개, 유의수준 $\alpha=.05$, 검정력 .80, 중간 효과크기(f^2) .15를 적용하여 G Power 3.0 프로그램에서 산출시 114명이었으며, 20% 탈락률을 고려하였을 때 137명을 충족하였다.

2.3 연구 도구

2.3.1 자아존중감

자아존중감을 측정하기 위해 Rosenberg(1965)[15]가 제작한 자아존중감척도(Self Esteem Scale)를 Jeon(1974)

[24]이 변안한 도구를 사용하였다. 이 도구는 총 10개의 문항으로 구성된 4점 Likert 척도로 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점, ‘매우 그렇다’ 4점으로 최소 10점부터 최대 40점까지 분포하며, 점수가 높을수록 자아존중감이 높음을 의미한다.

도구의 신뢰도는 Jeon(1974)[24]의 연구에서 Cronbach's $\alpha=.85$ 이었으며, 본 연구에서 신뢰도 Cronbach's $\alpha=.82$ 였다.

2.3.2 스트레스

대상자의 스트레스를 측정하기 위해 Yoo 등[25]이 개발한 한국 간호대학생의 스트레스 측정도구를 도구개발자의 사용 허락 하에 사용하였다. 이 도구는 총 59문항으로 대학차원 스트레스 39문항, 임상차원 스트레스 29문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 스트레스를 ‘전혀 경험하지 않는다’ 1점, ‘매우 많이 경험 한다’ 5점으로 구성된 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 스트레스 정도가 높음을 의미한다. 개발당시 대학차원 스트레스의 신뢰도 Cronbach's $\alpha=.94$, 임상차원 스트레스의 신뢰도 Cronbach's $\alpha=.92$ 로 나타났다. 본 연구에서 대학차원의 스트레스의 신뢰도 Cronbach's $\alpha=.95$, 임상차원 스트레스의 신뢰도 Cronbach's $\alpha=.94$ 이었다.

2.3.3 주관적 행복감

주관적 행복감은 Lyubomirsky 와 Lepper(1999)[26]가 개발한 주관적 행복감 척도(Subjective Happiness Scale)을 Lim(2004)[27]이 변안한 도구를 활용하여 측정하였다. 이 척도는 전반적인 주관적 행복감을 묻는 4개의 문항으로 구성되었으며, 각 문항은 1점부터 7점까지 분포하는 7점 Likert 척도이다.

긍정적 문항은 척도에 표시된 점수를 그대로 합산하되 부정적 문항에 대해서는 역 채점하여 점수를 산출하였으며, 총 범위는 4점부터 28점까지 분포하며, 점수가 높을수록 주관적 행복감이 높음을 의미한다. 일 연구에서 신뢰도 Cronbach's α 는 .81이었으며[18], 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's α 는 .87이었다.

2.4 자료수집방법

본 연구의 자료수집기간은 2016년 9월 26부터 동년 10월 29일까지였다. 각 대학별로 연구자가 간호학교수에게 연구목적을 설명하고 승인 절차를 거친 후 자료 수

집을 진행하였다. 대상자에게 설문조사에 대한 서면 동의를 받았으며, 수집된 자료는 익명으로 처리하고 연구 목적 이외에는 사용하지 않으며, 본인이 원하지 않을 경우 언제든지 설문조사 참여를 철회할 수 있음을 동의서에 명시하였다.

2.5 자료분석방법

수집된 자료는 SPSS WIN 22.0 통계프로그램을 이용하여 분석하였다.

첫째 대상자의 일반적 특성, 스트레스, 자아존중감, 주관적 행복감은 평균, 표준편차, 빈도, %로 분석하였다.

둘째 대상자의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감의 차이는 independent t-test와 one way ANOVA로 분석하였고, 집단별 차이를 분석하기 위해 사후검증으로 Scheffe's test로 분석하였다.

셋째, 대상자의 주관적 행복감에 대한 영향요인을 파악하기 위하여 위계적 회귀분석을 하였다.

넷째, 측정도구의 신뢰도는 Cronbach's α로 분석하였다.

3. 연구결과

3.1 대상자의 일반적 특성

연구 대상자 중 3학년은 75명(51.0%), 4학년은 72명(49.0%)이었으며, 종교는 없는 대상자는 91명(61.9%)으로 있는 대상자(56명, 38.1%)보다 많았다. 주관적 건강상태에서 '건강하다'는 99명(67.3%), '보통이다' 38명(25.9%), '나쁘다' 10명(6.8%) 순이었다. 대인관계에서는 '좋다' 106명(72.1%), 전공만족도에서도 '만족 한다'가 89명(60.5%)로 가장 많은 분포를 하였다. 학업성적은 B학점이 108명(73.5%)으로 가장 많았고, A학점이 29명(19.7%), C학점 이하는 10명(6.8%)순 이었다. 경제 상태에서는 '보통이다' 86명(58.5%), '여유 있다' 42명(28.6%), '부족하다' 19명(12.9%)순 이었다(Table 1).

3.2 스트레스, 자아 존중감 및 주관적 행복감 정도

1점부터 5점까지 분포하는 대상자의 스트레스평균은 2.81점이었으며, 대학생활 기반 스트레스 2.91점, 임상실습 기반 스트레스는 2.61점으로 나타났다. 자아존중감의 평균은 29.74점, 주관적 행복감은 19.91점이었다(Table 2).

Table 1. General Characteristics (N=147)

Characteristics	Categories	n	%
Grade	3th	75	51.0
	4th	72	49.0
Religion	Yes	56	38.1
	No	91	61.9
Subjective Health Status	Healthy	99	67.3
	Moderate	38	25.9
	Bad	10	6.8
Interpersonal Relationship	Good	106	72.1
	Moderate	38	25.9
	Bad	3	2.0
Major Satisfaction	Satisfied	89	60.5
	Moderate	44	29.9
	Unsatisfied	14	9.5
Academic Achievement	A	29	19.7
	B	108	73.5
	Below C	10	6.8
Economic Status	Deficient	19	12.9
	Average	86	58.5
	Wealthy	42	28.6

Table 2. Descriptive Statistics of Variables (N=147)

Variables	M±SD	Min	Max	Range
Stress	2.81±.67	1.32	4.58	1-5
College based stress	2.91±.69	1.46	4.72	1-5
Clinical based stress	2.61±.77	1.05	4.45	1-5
Self Esteem	29.74±4.26	20	38	10-40
Subjective Happiness	19.91±4.45	8	28	4-28

3.3 대상자의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감의 차이 비교

대상자의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감 차이 비교에서 주관적 건강상태(F=12.08, p<.001), 대인관계(F=26.98, p<.001), 전공 만족도(F=24.36, p<.001), 학업성취(F=6.45, p=.002), 경제상태(F=13.97, p<.001)에서 유의한 차이를 나타냈다. 사후분석 결과 주관적으로 '건강하다'고 지각하는 대상자는 '나쁘다'라고 지각하는 대상자보다, 대인관계가 좋은 대상자는 그렇지 않은 대상자보다 주관적 행복감이 높았다. 또한 전공만족도는 높은 순으로, 학업성취는 B 이상이, 경제 상태는 평균 이상 여유 있는 대상자가 그렇지 않은 대상자 보다 주관적 행복감이 높게 나타났다(Table 3).

Table 3. Difference of subjective happiness by general characteristics (N=147)

Characteristics	Categories	M±SD	t or F	p
Grade	3th	19.60±4.14	-.87	.389
	4th	20.24±4.77		
Religion	Have	19.77±4.60	-.31	.760
	None	20.0±4.39		
Subjective Health Status	Healthy ^a	21.03±4.08	12.08	<.001 a>c
	Moderate ^b	18.05±4.02		
	Bad ^c	15.90±4.45		
Interpersonal Relationship	Good ^a	21.32±4.03	26.98	<.001 a>b,c
	Moderate ^b	16.53±3.10		
	Bad ^c	13.0±3.61		
Major Satisfaction	Satisfied ^a	21.57±4.01	24.36	<.001 a>b>c
	Moderate ^b	18.14±3.61		
	unsatisfied ^c	14.93±3.79		
Academic Achievement	A ^a	20.28±5.33	6.45	.002 a,b>c
	B ^b	20.25±4.08		
	Below C ^c	15.20±2.97		
Economic status	Deficient ^a	15.95±4.90	13.97	<.001 b,c>a
	Average ^b	19.80±3.84		
	Wealthy ^c	21.93±4.24		

3.4 주관적 행복감에 대한 영향 요인

대상자의 주관적 행복감에 대한 영향요인을 알아보기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 회귀분석을 실시하기 위하여 주관적 행복감과 독립변수들 간의 다중공선성을 검토하였다. 주관적 행복감의 자기상관은 Durbin-Waston 지수를 이용하였으며, Durbin-Waston 지수는 1.936으로 나타나 자기상관 없이 독립적이다. 독립변수 간 다중공선성은 VIF(분산팽창요인)지수를 이용하였고, 독립변수간 VIF(분산팽창요인)지수는 1.091~3.595로 10 미만이므로 다중공선성은 없는 것으로 나타났다.

일반적 특성에서 주관적 행복감에서 유의한 차이를 보인 ‘주관적 건강상태’ ‘대인관계’ ‘전공 만족도’ ‘학습성취’ ‘주관적 경제상태’는 통제변수로 설정하여 더미변수로 처리하였다.

모형 1은 일반적 특성인 주관적 건강상태, 대인관계, 전공만족도, 학습성취 및 경제상태가 주관적 행복감에 미치는 영향을 살펴보았다. 모형 1의 설명력은 60.4%로 통계적으로 유의미하게 나왔으며(F=18.48, p<.001), 변수 중 대인관계(보통)(p=.002), 전공만족도(나쁨)(p<.001), 성적(C 학점 이하)(p=.001), 경제상태(보통)(p=.020), 경

제상태(좋음)(p<.001)에서 통계적으로 유의미하게 나타났다. 즉 대인관계가 보통이고, 전공만족도가 나쁠수록, 성적이 C학점 이하일수록 주관적 행복감이 낮았고 경제상태가 좋을수록 주관적 행복감이 높았으며, 경제상태가 주관적 행복감에 가장 많은 영향을 미쳤다(β=.49).

모형 2는 모형 1에 투입된 변수들을 통제한 상태에서 연구변수인 자아존중감, 대학 차원 스트레스와 임상 차원 스트레스 점수를 추가 투입하여 주관적 행복감에 미치는 영향을 살펴본 결과 설명력은 68%로 통계적으로 유의미하였으며(F=17.16, p<.001), 모형2에서 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인으로는 대인관계(보통)(p=.001), 전공만족도(나쁨)(p=.003), 경제상태(좋음)(p=.002), 자아존중감(p<.001)이었다. 이는 대인관계가 보통일수록, 전공만족도가 나쁠수록 주관적 행복감이 낮았고 경제상태가 좋을수록, 자아존중감이 높을수록 주관적 행복감이 높았으며, 자아존중감이 주관적 행복감에 가장 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다(β=.38).

Table 4. Predictors of subjective happiness (N=147)

Characteristics	Model 1				Model 2			
	B	β	t	p	B	β	t	p
Constant	19.84		16.41	<.001	7.87		2.48	.015
HeMod	-.50	-.05	-.71	.482	-.40	-.40	-.61	.54
HeBad	-.100	-.05	-.71	.477	-1.0	-.05	-.78	.44
InMod	-3.86	-.38	-5.32	<.001	-2.54	-.25	-3.55	.001
InBad	-4.78	-.10	-1.47	.145	-2.90	-.06	-.93	.353
MSMod	-1.04	-.11	-1.53	.130	-.56	-.06	-.85	.396
MSBad	-5.63	-.35	-5.48	<.001	-3.30	-.21	-3.08	.003
AcB	-.38	-.04	-.52	.604	.47	.05	.70	.487
AcC	-4.56	-.26	-3.47	.001	-2.41	-.14	-1.88	.063
EcMod	2.32	.26	2.37	.020	1.64	.18	1.81	.074
EcGood	4.63	.49	4.60	<.001	3.09	.33	3.11	.002
SE					.40	.38	4.83	<.001
CST					-.61	-.10	-1.06	.29
LST					.52	.09	1.06	.29
R ² (ΔR ² ,P)	.604				.680(.076, <.001)			
F(P)	18.48(<.001)				17.16(<.001)			

HeMod/Bad: Health Moderate/Bad
 InMod/Bad: Interpersonal Relationship Moderate/Bad, MSMod/Bad: Major Satisfaction Moderate/Bad
 AcB/C: Academic Achievement B/ below C credit
 EcMod/Good: Economic State Moderate/Good
 SE: Self Esteem
 CST: College based Stress
 LST: Clinical practice based Stress

4. 논의

본 연구는 간호대학생의 스트레스, 자아존중감, 주관적 행복감 정도를 알아보고 주관적 행복감에 대한 영향요인을 파악하고자 시도되었다.

본 연구에서 1점에서 5점까지 분포하는 대상자의 총 스트레스는 2.81점이었으며, 대학 차원 스트레스는 2.91점으로 임상 차원 스트레스 2.61점 보다 높게 나타났다. 이는 대학 차원 스트레스가 임상 차원 스트레스보다 더 높게 나타난 다른 연구 결과[6,9]와 유사하였으나 Park와 Jang(2010)의 연구에서 간호학생이 임상실습스트레스를 가장 높게 지각한다는 결과[28]와는 차이를 보였다. 이처럼 간호대학생의 대학차원 스트레스가 임상실습과 관련된 스트레스보다 더 높은 이유는 취업을 위한 스트레스가 과도하기 때문으로 생각된다[9]는 내용을 반영한 것으로 보인다. 그러나 Kim(2014)[29]은 최근 10년 동안 간호대학생의 스트레스 연구 문헌 분석결과 간호대학생의 학교 전반에 걸친 스트레스 보다는 임상실습 관련 스트레스 연구가 4배 정도 많이 이루어져 간호대학생의 학교생활과 학과 프로그램 전반에 걸친 스트레스 요인조사의 필요성을 제기한 바 있다[6]. 본 연구에서 10점부터 40점까지 분포하는 자아 존중감은 29.74점을 나타냈다. 일 연구에서 간호대학생의 자아존중감은 28.85점으로[3]본 연구결과와 유사하였으나 다른 연구[10]에서 자아존중감이 31.21점, 기타 연구에서 간호대학생의 자아존중감 31.15점[18]보다 약간 낮은 수준을 보였다. 자아존중감은 대학생활과 적응에 중요한 요소이고, 과제 수행과 학업 성취에 긍정적인 영향을 주는 심리적 변인 이므로[30]자아존중감을 증진시키는 교육프로그램 개발과 운영이 필요하다고 본다.

본 연구에서 주관적 행복감은 19.91점(28점 만점)이었으며, 일 연구의 19.86점[10]과 비슷하였으나 Lee 등의 연구에서 18.78점[18] 보다 약간 높게 나타났다.

본 연구 대상자의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감 차이 비교에서 건강하다고 지각하는 대상자는 건강상태가 나쁘다고 지각하는 대상자보다, 전공만족도가 높을수록 주관적 행복감이 높게 나타났으며, 이는 다른 연구와 일관되게 유사한 결과를 나타내[8, 9, 18, 31], 건강상태와 전공만족도가 주관적 행복감과 높은 관련이 있음을 알 수 있다.

또한 본 연구에서 대인관계가 좋을수록, 성적이 좋을

수록, 경제상태가 좋을수록 그렇지 않은 대상자 보다 주관적 행복감이 높게 나타나 일 연구의 결과[10]와 유사하였다.

본 연구에서 간호대학생의 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시한 결과 자아존중감, 경제상태, 대인관계, 전공만족도 순으로 간호대학생의 주관적 행복감에 유의한 영향을 미쳤고, 이들 변인의 설명력은 68%였으며, 가장 큰 영향을 미치는 변인은 자아존중감이었다. 일 연구에서 간호대학생의 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인으로 감사성향, 자아존중감, 몰입, 신체적 건강상태, 긍정적 정서 및 경제상태 순으로 이들 요인들이 주관적 행복감을 49.4%를 설명하여[10] 본 연구결과를 지지하였다. 그러나 3,4학년 간호대학생을 대상으로 주관적 행복감에 대한 연구에서 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인으로 자기효능감, 자아탄력성, 전공만족도, 스트레스, 사회지지로 나타났으며, 이들 변인의 설명력은 50%로 보고하였다[9]. 위 연구에서[9] 본 연구와 동일한 스트레스 측정도구를 이용하여 측정된 간호학생의 대학 차원 스트레스와 임상차원 스트레스 평균은 본 연구결과와 유사하였으나, 본 연구결과에서는 대학 차원 스트레스와 임상 차원 스트레스가 주관적 행복감에 유의한 영향을 미치지 않았다. 이는 대상자의 차이 때문으로 생각되며, 추후 민감한 스트레스 측정도구를 이용하여 주관적 행복감에 스트레스가 어떤 영향을 미치는지에 대한 추후 연구가 요구된다. 또한 일 연구에서 대학생들의 주관적 행복감에 대한 영향요인으로 성별, 학년, 월수입, 주관적 건강상태, 전공만족도가 보고되었으며, 대학생의 주관적 행복감에 대한 설명력은 22.6%로 취업스트레스, 진로결정 자기효능감, 자아존중감과 같은 내적 요인보다는 성별, 경제 수준, 주관적 건강상태와 같은 외적 요인이 대상자의 주관적 행복감에 영향을 미치는 것으로 나타나[18] 본 연구의 결과를 일부 지지하였다.

그러므로 간호학생의 주관적 행복감을 높이기 위해서는 대인관계, 전공만족도와 같은 외적 변인과 심리적 내적 변인인 자아존중감을 동시에 고려해야 할 것이다.

이에 간호학생의 주관적 행복감을 높이기 위해서는 최근 연구에서 진행되는 자아존중감 향상을 위한 자신의 강점 찾기, 자신의 긍정적인 개념을 가지도록 구성하여 행복 증진 프로그램[3]과 유사한 자아존중감 증진 프로그램을 운영하는 것이 필요하다고 생각된다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 간호대학생의 주관적 행복감 정도를 알아보고 이와 관련 요인을 알아보기 위한 서술적 조사연구이다.

연구 결과 간호학생의 주관적 행복감은 보통 이상이었고 위계적 회귀분석 결과 간호대학생의 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인은 자아존중감, 경제상태, 대인관계 및 전공만족도 순으로 주관적 행복감에 대한 이들 변인의 설명력은 68%이었으며, 가장 많은 영향을 미치는 요인은 자아존중감으로 나타났다.

결론적으로 간호학생들의 주관적 행복감을 증진시키기 위해서는 대인관계와 전공만족도를 높이며, 자아존중감을 증진시키는 교육프로그램의 개발 및 운영을 제언한다.

References

- [1] E. Y. Kim. "The relationship between ego-identity, university life adjustment and employment strategy of university students". Unpublished master's thesis, Gyeongsang National University. Jinju, 2009.
- [2] W. C. Campton. An introduction to positive psychology. Belmont: Thomson/Wadsworth, 2005.
- [3] G. Y. Jo. "The effects of 'Becoming Happy I' program on Gratitude Disposition, Self-Esteem, Flow, and Subjective Happiness for Nursing Students", Doctoral thesis, Catholic University of Daegu. Daegu, 2011.
- [4] B. L. Fredrickson. "The broaden-and-build theory of positive emotions", *Philosophical Transactions of the Royal Society of London*, vol. 359, pp. 1367-1377, 2004. DOI: <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1512>
- [5] D. Danner, D. Snowdon, W. Friesen. "Positive emotions in early life and longevity: Finding from the nun study", *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 80, pp. 804-813, 2001. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.5.804>
- [6] H. S. Park. "Stress, yangsaeng and subjective happiness among female undergraduate nursing students in the Republic of Korea", *J Korean Acad Soc Nurs Educ*, vol. 20, no. 4, pp. 471-481, 2014. DOI: <https://doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.4.471>
- [7] <http://new.chosun.com/site/data/html.dir/2017/05/02/2017050200141.html>(accessed Mar., 3, 2017).
- [8] S. O. Kim. "The effects of self-efficacy and positive thinking on subjective happiness of nursing students", *Journal of Digital Convergence*, vol. 15, no. 12, pp. 435-444, 2017.
- [9] J. H. Kim, H. O. Jeon. "Factors influencing subjective happiness in nursing students: Focused on psycho-social factors, *J Korean Acad Psychiatr Ment Health Nurs*, vol. 25, no. 2, pp. 123-132. 2016. DOI: <https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2016.25.2.123>
- [10] G. Y. Jo, H. S. Park. "Predictors of subjective happiness for nursing students", *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, vol. 12, no. 1, pp. 160-169, 2011. DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2011.12.1.160>
- [11] K. H. Jo. "Perception of undergraduate nursing students toward happiness: A Q-methodological approach", *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>
- [12] 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 Academy Psychiatric Mental Health Nursing*, Vol16, pp. 78-84, 2007.
- [13] W. H. Jun, K. S. Cha, K. L. Lee.(2015). Factors affecting subjective well-being in nursing students. *J of Korean Academic Society of Nursing Education*, 21(2), 276-284, 2015. DOI: <https://doi.org/10.5977/jkasne.2015.21.2.276>
- [14] Y. K. Yang, K. S. Han, M. H. Bae, S. H. Yang. " Social support, academic stress, clinical practice stress in college student of nursing", *The Korean Journal of Stress Research*, vol. 22, no. 1, pp. 23-33, 2014.
- [15] Rosenberg, M. "Society and the adolescent self-emage" Princeton, New Jersey: Princeton University Press, 1965. DOI: <https://doi.org/10.1515/9781400876136>
- [16] S. J. Lee, J. S. J. Lee, J. H. Yu. "The meditation effect of Self-efficacy between academic and career stress and adjustment to college", *Korean Educational Psychology Association*, vol. 22, no. 3, pp. 589-607, 2008.
- [17] K. B. Byeon. "Study on the relationship of self control, self esteem, and subjective well-being", Unpublished master's thesis, Konyang University, Nonsan, 2005.
- [18] S. H. Lee, B. Y. Chung, S. H. Kim, "Influence on subjective happiness of university Students", *Journal of Korean Public Health Nursing*, vol. 29, no. 1, pp. 115-126, April, 2015. DOI: <https://doi.org/10.5932/JKPHN.2015.29.1.115>
- [19] S. J. Whang. "The relationship between clinical stress, self-efficacy, and self esteem of nursing college students", *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, vol. 12, pp. 205-213, 2006.
- [20] M. H. Nam, M. R. Lee. "Factors influence subjective happiness index of health behavior, self esteem and major satisfaction nursing students, *Journal of Digital Convergence*, vol. 12, no. 10, pp. 363-374, 2014. DOI: <https://doi.org/10.14400/JDC.2014.12.10.363>
- [21] Y. C. Kwon, C. Y. Jeong, Y. S. Seo. "Validation of a path model for subjective happiness of nursing students", *Journal of Digital Convergence*, vol. 16, no. 1, pp. 197-206, 2018.
- [22] S. H. Kim, S.H. Lee. "The influence of job seeking stress, career decision-making self-efficacy, self-esteem and academic achievement on nursing students' happiness", *Korean Journal of Adult Nursing*, vol. 27, No.1, pp. 63-72, 2015.

- [23] E. M., Kim, Y. H. Yang, H. Y. Lee M. Yu. "Factors influencing subjective happiness in Korean nursing students", *J Korean Acad Soc Nurs Edu*, vol. 22, no. 3, pp. 294-303, 2016.
DOI: <https://doi.org/10.5977/jkasne.2016.22.3.294>
- [24] B. J. Jeon. "Self-esteem: A test of it's measurability", *Yonsei Research Institute*, vol. 11, no. 1, pp. 107-130, 1974.
- [25] J. S. Yoo, S. J. Chang, E. K. Choi, J. W. Park, "Development of a stress scale for Korean Nursing Students", *J Korean Acad Nurs*, vol. 38, no. 3, pp. 410-419, June, 2008.
DOI: <https://doi.org/10.4040/jkan.2008.38.3.410>
- [26] S. Lyubomirsky, H. S. Lepper. "A measure of subjective happiness: preliminary reliability and construct validation", *Social indicators Research*, vol. 46, no. 2, pp. 137-155, 1999.
DOI: <https://doi.org/10.1023/A:1006824100041>
- [27] S. J. Lim. "The relationship of a self-enhancement bias, life events and subjective well-being in old-adults", Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul. 2004.
- [28] H. J. Park, I. S. Jang. "Stress, depression, coping styles and satisfaction of clinical practice in nursing students", *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, vol. 16, N0.1, 14-23. 2010.
- [29] J. K. Kim. "A review study on nursing students' stress for improvement of nursing education", *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, vol. 20, N0.1, 47-59. 2014.
- [30] S. Y. Park. "The affection of self-efficacy and self esteem on the college life adjustment", Unpublished master's thesis, Sookmyung Women's University, Seoul.
- [31] M. J. Jo. "The factors related to happiness among nursing students", *J Korean Acad Soc Nurs Educ*, vol. 22, no. 2, pp. 182-190, 2016.
DOI: <https://doi.org/10.5977/jkasne.2016.22.2.182>

박 미 숙(Mi- Sook-Park)

[정회원]



- 1983년 2월 : 국군간호사관학교(간호학사)
- 1992년 2월 : 경북대학교 대학원(간호학석사)
- 2001년 8월 : 이화여자대학교 대학원(간호학박사)
- 1992년 3월 ~ 1997년 8월 : 국군간호사관학교 간호학 교수
- 1997년 9월 ~ 현재 : 한국교통대학교 간호학과 교수

<관심분야>

피로, 간호교육, 노인간호, 감염관리