

간호대학생의 진로동기, 유머감각, 문제해결능력이 정신건강에 미치는 영향

최숙희
영산대학교 간호학과

Effects of Career Motivation, Humor Sense, and Problem-Solving Ability on Mental Health of nursing students

Sook Hee Choi
Department of Nursing, Youngsan University

요약 본 연구는 간호대학생의 진로동기, 유머감각, 문제해결능력이 정신건강에 미치는 영향을 확인하여 정신건강을 향상시키기 위한 기초자료를 제공하기 위하여 시도되었다. 연구대상자는 B, Y시의 간호대학생 253명을 대상으로 하였다. 자료수집은 2018년 10월 22일부터 10월 31일까지였다. 수집된 자료는 SPSS 22.0 program을 이용하여 실수, 백분율, 평균, 표준편차, t-검증, 일원분산분석, 피어슨 상관관계수, 다중회귀분석으로 분석하였다. 연구결과 대상자의 정신건강은 평균 2.19±0.77점으로 나타났다. 대상자의 일반적 특성에 따른 정신건강의 차이는 성별(F=2.219, p=.027), 학년(F=7.142, p<.001), 용돈(F=5.055, p=.007), 학교 성적(F=4.322, p=.014), 동료와의 관계(F=23.561, p<.001), 건강상태(F=21.555, p<.001)에서 유의한 차이가 나타났다. 대상자의 정신건강은 진로동기(r=-.443, p<.001), 유머감각(r=-.400, p<.001), 문제해결능력(r=-.465, p<.001)과 부적 상관관계를 나타냈다. 대상자의 정신건강에 영향을 미치는 요인은 성별(β =-.121, p=.033), 용돈(β =.123, p=.028), 동료와의 관계(β =.165, p=.004), 유머감각(β =-.168, p=.012), 문제해결능력(β =-.186, p=.006)으로 나타났고, 설명력은 33.6%로 나타났다. 본 연구결과를 통하여 간호대학생의 정신건강에 영향을 미치는 다양한 요인을 확인하는 연구가 필요하다. 또한 일반적 특성, 자신을 조절할 수 있는 심리적 요인, 학습을 통해 획득할 수 있는 기술적인 요인을 확인하는 반복연구를 통해 정신건강을 향상시킬 수 있는 중재방안을 개발하는 것이 필요하다.

Abstract This study was undertaken to identify factors affecting the mental health of nursing students, including career motivation, sense of humor, and problem-solving ability, and to provide data for improving mental health of nursing students. This research enrolled 235 nursing students in B and Y cities. Data were collected from October 22 to October 31, 2018, and analyzed by applying t-test, ANOVA, Pearson's correlation coefficient, and multiple regression, using the SPSS/WIN 22.0. The average score for mental health was determined to be 2.19±0.77. Ed. Negative correlation was obtained between mental health and career motivation (r=-0.443, p<0.001), mental health and sense of humor (r=0.400, p<0.001), and mental health and problem-solving ability (r=0.465, p<0.001). Regression analysis showed that 33.4% variance in the mental health of nursing students is affected by gender (β =-0.121, p=0.033), pocket money (β =0.123, p=0.028), peer relation (β =0.165, p=0.004), sense of humor (β =-0.168, p=0.012), and problem-solving ability (β =-0.186, p=0.006). Data from this study indicates a necessity to repeat the study for identifying general characteristics and psychological factors that control an individual, and technical factors that can be acquired through learning. Taken together, we believe that the factors included and indicated in this study influence the mental health of nursing students.

Keywords : Career Motivation, Humor Sense, Problem-solving Ability, Mental Health, Nursing Student

본 연구는 2019년도 영산대학교 교내연구비 지원에 의해 수행되었음.

*Corresponding Author : Sook Hee Choi(Youngsan University)

email: mind4560@ysu.ac.kr

Received December 19, 2019

Revised January 13, 2020

Accepted April 3, 2020

Published April 30, 2020

1. 서론

1.1 연구의 필요성

훌륭한 전문직업인인 간호사가 되기 위해서는 자신을 긍정적으로 보고 자기 자신과 세계를 정확하고 현실적으로 인식하며, 자신이 처한 상황에서 여러 가지 스트레스에 건설적으로 대처하여 정신건강을 유지하는 것이 필요하다[1]. 또한 전문직 간호업무를 효율적으로 수행하기 위해서는 총체적이고 전인적인 간호지식과 경험, 기술, 확고한 간호가치관의 확립이 중요하며[2], 인간 상호간의 관계를 바탕으로 하는 업무의 특성상 성숙된 인격을 바탕으로 긍정적 자아개념 및 건강한 정신건강을 유지할 수 있어야 한다[3].

간호대학생은 간호학과의 특수성으로 인해 타 학과의 학생들에 비해 엄격한 교육과정, 과중한 학습량, 엄중한 행동규범, 간호사 국가고시의 중압감 등으로 적응에 많은 어려움과 스트레스를 경험함으로써 정신건강수준이 낮게 나타나고 있다[4-6].

학업성취도 향상에 성공한 학생은 자기 자신을 긍정적으로 평가하고 실패한 학생은 자기 자신에 대한 부정적이고 자기비하의 개념을 형성하여 우울 등의 부정적인 정서가 높다고 하였다[7-9]. 특히 간호대학생의 스트레스 중 학업스트레스가 가장 높고 학업스트레스가 우울과 상관관계를 나타낸 결과[10]를 통해 간호대학생의 진로동기와 정신건강과의 관련성을 알아보는 것이 필요하다. 진로동기는 동기의 방향인 진로정체성, 진로의 에너지와 각성의 역할인 진로통찰력, 진로에 대한 동기를 유지하고 지속하게 하는 진로탄력성으로 인간의 진로에 대한 다양한 능력을 개발하는데 중요한 역할을 한다[11]. 진로동기는 조직 내에서 직무에 몰입하고 성과를 잘 내기 위해서 단기적인 동기를 높이는 것을 넘어서서 인생의 근본적인 진로동기를 높여야하는 전제에서 시작되었고, 자신의 진로계획을 개발할 수 있도록 촉진하고 진로선택에 대한 정보와 실질적인 기대감을 가지는 것을 강조하였다[12]. 따라서 간호사로서의 분명한 목적의식에 따른 진로에 대한 동기는 능동적인 학습참여를 촉진하여 정신건강에 긍정적인 영향을 미칠 것으로 생각된다.

스트레스 상황에 노출된 간호대학생이 오랜 기간 적절한 중재를 받지 못하면 정신건강 문제를 일으킬 수 있는데[13], 웃음과 유머는 인간의 내면적인 자가 치유능력과 자생능력을 유도하여 우울, 불안, 및 스트레스를 조절하는 것으로 나타났다[14]. 또한 유머감각은 스트레스 및 우울과 같은 부정적 심리반응에 부적상관관계[15]를 나

타내어 유머감각이 부정적인 감정을 조절할 수 있는 요인으로 확인되었다. 이는 유머감각은 복합적인 정신자극으로 다양한 정서적, 인지적 경험으로 사람의 신체적, 심리적 영적 치유에 힘을 발휘하여 인간의 신체와 정신을 건강하게 하는 요소[16]로서 정신건강의 향상을 위한 요인으로 예측할 수 있다.

또 다른 요인으로 문제해결능력이 있는데 사회적 문제해결능력의 결합은 생활스트레스와 우울증과 관련이 있고[17], 불안과 우울증에 의한 심리적 고통과 밀접한 관계가 있는 것으로 알려져 있다[18]. 문제해결능력은 인지적, 정서적, 행동적 과정을 통해 개인이 당면한 문제를 규명하고 해결하는 능력이므로[19] 문제해결프로그램이 문제해결을 통해 우울을 감소시킨 결과[20]를 통해 문제해결능력이 정신건강에 밀접한 영향을 미치는 요인인 것으로 확인할 수 있다.

간호대학생은 다양한 스트레스원에 노출되어 있으나 역동적이고 능동적으로 자신이 처해진 상황에서 생기는 여러 가지 스트레스를 건설적으로 대처함으로써 정신건강을 유지할 수 있는 노력이 필요하다[1].

따라서 본 연구는 간호대학생을 대상으로 진로동기, 유머감각, 문제해결능력이 정신건강에 영향을 미치는 요인을 확인함으로써 정신건강의 향상을 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

1.2 목적

본 연구는 간호대학생을 대상으로 진로동기, 유머감각, 문제해결능력이 정신건강에 미치는 영향을 파악하고자 하며 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 첫째, 대상자의 진로동기, 유머감각, 문제해결능력, 정신건강의 정도를 파악한다.
- 둘째, 대상자의 일반적 특성에 따른 정신건강의 차이를 파악한다.
- 셋째, 대상자의 진로동기, 유머감각, 문제해결능력, 정신건강의 상관관계를 파악한다.
- 넷째, 대상자의 진로동기, 유머감각, 문제해결능력이 정신건강에 미치는 영향을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 간호대학생의 진로동기, 유머감각, 문제해

결능력이 정신건강에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구대상 및 자료수집

본 연구는 연구의 윤리적 측면을 고려하여 Y대학교 생명윤리위원회의 승인(YSUIBB-201907-HR-063-02)을 받은 후 B, Y시 소재한 3개 대학의 간호학과 학과장에게 연구의 목적을 설명하고 협조를 얻은 후 간호대학생을 모집하였다. 연구 참여 학생들에게는 연구의 목적, 연구 참여자의 권리, 익명성 보장, 참여를 원하지 않을 때는 언제든지 철회할 수 있음을 설명하여 동의서에 서명한 후 설문지를 작성하도록 하였다.

본 연구의 대상자 수는 G*Power3.1.3프로그램을 이용하여 다중회귀분석의 표본수를 산출한 결과, 유의수준 .05, 검정력 .90, 효과크기 .10, 예측변수 12개로 하였을 때 필요한 대상자수는 230명이었다. 자료수집은 2018년 10월 22일부터 10월 31일까지 진행되었으며, 탈락률을 고려하여 270부를 배부하여 248부를 회수하였고, 응답이 불성실한 13부를 제외한 235부를 최종 분석하였다.

2.3 연구도구

2.3.1 진로동기

진로동기는 개인이 자신의 진로에 대한 목표를 달성하기 위해 진로에 몰입하고 지속적으로 개발하려는 태도 [12]로 본 연구에서는 Kim, Jyung[21]이 개발한 도구를 사용하였다. 본 도구는 하위요인 진로정체감 5문항, 진로통찰력 5문항, 진로탄력성 6문항, 총 16문항으로 구성되어 있고, 5점 Likert 척도이다. Kim, Jyung[21]의 연구에서 Cronbach's α 는 .81-.88로 나타났고, 본 연구에서 Cronbach's α 는 .84-.94로 나타났다.

2.3.2 유머감각

유머감각은 유머를 인지하고 즐기며 타인을 즐겁게 만드는 개인의 능력으로 [22], Thorson과 Powell[23]이 개발한 다면적 유머감각 척도를 Lee, Cho[24]가 번안하고 수정한 도구를 사용하였다. 본 척도는 유머생성 12문항, 유머에 대한 선호도 8문항, 총 20문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 척도로 점수가 높을수록 유머감각이 높은 것을 의미한다. Lee, Cho[24]의 연구에서 Cronbach's α 는 .92였고, 본 연구에서 Cronbach's α 는 .87이었다.

2.3.3 문제해결능력

Heppner와 Peterson[25]이 개발한 문제해결능력척도(Problem-Solving Inventory; PSI)를 Hong[26]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[25]의 도구개발 당시의 신뢰도는 Cronbach's α 는 .90이고, Hong[26]의 연구에서 신뢰도 Cronbach's α 는 .87이었다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 .94로 나타났다.

2.3.4 정신건강

정신건강은 개인이 물리적, 사회적, 심리적 환경에 적응하기 위하여 이성을 갖고 현실을 파악하며 신체적, 정신적으로 건강한 상태이다 [3]. 정신건강을 측정하기 위해 Derogatis[27]가 개발한 간이정신건강진단검사(Symptom Checklist-90-Revision)를 번안하고 한국판으로 표준화한 척도 [28]의 90문항 중 5개 증상(강박증, 적대감, 공포불안, 편집증, 정신증)을 제외한 신체화, 대인 예민, 우울, 불안을 측정하는 4개 척도 44개 문항의 축소형을 사용하였다. 각 문항은 5점 Likert 척도로, 점수가 낮을수록 정신건강이 좋은 것을 의미한다. Lee[29]의 연구에서 Cronbach's α 는 .97이었고, 본 연구에서 Cronbach's α 는 .97이었다.

2.4 분석방법

수집된 자료는 SPSS WIN/22.0을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율로, 진로동기, 유머감각, 문제해결능력, 정신건강의 정도는 평균과 표준편차로 구하였다. 대상자의 일반적 특성에 따른 정신건강의 차이는 일원분산분석, 사후검정은 Scheffe's test를 실시하였다. 대상자의 진로동기, 유머감각, 문제해결능력, 정신건강과의 상관관계는 피어슨 상관계수로 분석하였고, 정신건강에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다.

3. 연구결과

3.1 연구대상자의 일반적 특성

연구대상자의 일반적 특성은 Table 1과 같다. 일반적 특성에서 '여학생'이 197명(83.8%)으로 대부분을 차지하였고, 연령은 '22세 미만'이 103명(43.6%)으로 가장 많았다. 학년은 '1학년'이 89명(37.9%), 용돈은 '중'이 163명(69.4%)으로 가장 많았다. 주거형태는 '가정'이 165명(70.2%), 학교 성적은 '중'이 171명(72.8%)으로 가장 많았다. 동료와의 관계는 '만족' 134명(57.0%), 건강상태는 '보통'이 135명(57.4%)으로 가장 많았다.

Table 1. General Characteristics of Subjects (N=235)

Characteristics	Categories	n	%
Gender	Female	197	83.8
	Male	38	16.2
Age	<22	103	43.6
	22-24	92	39.0
	≥25	41	17.4
Grade	1st	89	37.9
	2nd	63	26.3
	3rd	62	9.8
	4th	61	26.0
Pocket money	High	19	8.0
	Middle	163	69.4
	Low	53	22.6
Residential type	Home	165	70.2
	Dormitory	50	21.3
	A boarding house	20	8.5
Academic level	High	17	7.2
	Middle	171	72.8
	Low	47	20.0
Peer relation	Good	134	57.0
	Moderate	93	39.6
	Not good	8	3.4
Health state	Good	74	31.5
	Moderate	135	57.4
	Not good	26	11.1

3.2 연구대상자의 진로동기, 유머감각, 문제해결능력, 정신건강의 정도

연구대상자의 진로동기, 유머감각, 문제해결능력, 정신건강의 정도는 Table 2와 같다. 진로동기의 평균은 3.64±0.61점, 유머감각 평균은 3.44±0.61점, 문제해결능력 평균은 3.95±0.64점, 정신건강 평균은 2.19±0.77점으로 나타났다.

Table 2. Degree of Career Motivation, Humor Sense, Problem-solving Ability, Mental Health (N=235)

Variable	M±SD	Min	Max
Career motivation	3.64±0.61	1.75	5.00
Humor sense	3.44±0.61	1.70	5.00
Problem-solving ability	3.95±0.64	2.13	6.00
Mental health	2.19±0.77	1.00	4.86

3.3 연구대상자의 일반적 특성에 따른 정신건강의 차이

일반적 특성에 따른 정신건강은 성별(F=2.219, p=.027), 학년(F=7.142, p<.001), 용돈(F=5.055, p=.007), 학교 성적(F=4.322, p=.014), 동료와의 관계(F=23.561, p<.001), 건강상태(F=21.555, p<.001)에서 유의한 차이가 나타났다. 사후검정 결과 학년에서 '1학년', '4학년'은 '3학년' 보다 정신건강 점수가 유의하게 더 낮아 정신건강이 더 좋은 것으로 나타났다. 용돈과 학교성적에서는 '중'이 '하'보다 정신건강이 유의하게 더 낮아 정신건강이 더 좋은 것으로 나타났다. 동료와의 관계에서는 불만족보다는 보통이, 보통보다는 만족이 정신건강이 유의하게 더 낮아 정신건강이 더 좋은 것으로 나타났다. 건강상태에서도 만족이 보통, 불만족 보다 유의하게 더 낮아 정신건강이 더 좋은 것으로 나타났다(Table 3).

Table 3. Difference of Mental Health according to General Characteristics (N=235)

Characteristics	Categories	M±SD	t/F(p) Scheff's
Gender	Female	2.24±0.75	2.219(.027)
	Male	1.94±0.79	-
Age	<22	2.06±0.69	2.892 (.057)
	22-24	3.32±0.80	
	≥25	2.24±0.84	
Grade	1st	2.07±0.71	7.142 (.001) a<c, c>d
	2nd	2.30±0.85	
	3rd	2.79±0.67	
	4nd	2.05±0.67	
Pocket money	High	2.34±0.68	5.055 (.007) b<c
	Middle	2.09±0.70	
	Low	2.46±0.91	
Residential type	Home	2.20±0.78	.228 (.796) -
	Dormitory	2.15±0.62	
	A boarding house	2.29±0.95	
Academic level	High	2.05±0.71	4.322 (.014) b<c
	Middle	2.13±0.74	
	Low	2.48±0.82	

Peer relation	Good	1.96±0.69	23.561 ($<.001$) a < c
	Moderate	2.43±0.72	
	Not good	3.34±0.68	
Health state	Good	1.78±0.60	21.555 ($<.001$) a < , a < c
	Moderate	2.33±0.72	
	Not good	2.69±0.88	

3.4 연구대상자의 진로동기, 유머감각, 문제해결능력과 정신건강과의 관계

연구대상자의 진로동기, 유머감각, 문제해결능력과 정신건강과의 상관관계는 Table 4와 같다. 대상자의 정신건강은 진로동기($r=-.443$, $p<.001$), 유머감각($r=-.400$, $p<.001$), 문제해결능력($r=-.465$, $p<.001$)과 부적상관관계를 나타냈다. 진로동기는 유머감각($r=.511$, $p<.001$), 문제해결능력($r=.368$, $p<.001$)과 정적상관관계를 나타냈고, 유머감각은 문제해결능력($r=.350$, $p<.001$)과 정적상관관계를 나타냈다.

Table 4. Correlation between Career Motivation, Humor Sense, Problem-solving Ability, Mental Health (N=235)

Variable	Career motivation r(p)	Humor sense r(p)	Problem-solving ability r(p)	Mental health r(p)
Career motivation	1			
Humor sense	.511 ($<.001$)	1		
Problem-solving ability	.368 ($<.001$)	.350 ($<.001$)	1	
Mental health	-.443 ($<.001$)	-.400 ($<.001$)	-.465 ($<.001$)	1

3.5 연구대상자의 진로동기, 유머감각, 문제해결능력이 정신건강에 미치는 영향

연구대상자의 진로동기, 유머감각, 문제해결능력이 정신건강에 미치는 영향은 Table 5와 같다. 연구대상자의 정신건강에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위하여 상관관계를 나타낸 진로동기, 유머감각, 문제해결능력과 일반적 특성에서 유의한 차이를 나타낸 성별, 학년, 용돈, 학교 성적, 동료와의 관계, 건강상태를 더미변수 처리하고 투입하여 다중회귀분석을 실시하였다. 회귀분석의 기본가정을 확인한 결과 잔차의 분포는 정규성을 만족하였고, 독립변수 간의 다중 공선성을 검정한 결과, 공차한계가

.528-.919로 0.1이상이었으며, 분산팽창인자(VIF)는 1.097-1.894로 다중공선성의 문제가 없음을 확인하였다. 잔차의 독립성 검정인 Durbin-Watson의 통계량이 1.855로 2에 가까워 잔차의 자기상관성에 문제가 없음을 확인하였다. 다중회귀분석 결과 정신건강에 대한 회귀 모형은 유의한 것으로 나타났고($F=14.179$, $p<.001$), 수정된 결정계수(R^2)는 .336으로 설명력은 33.6%로 나타났다. 연구대상자의 정신건강에 영향을 미치는 요인은 성별($\beta=-.121$, $p=.033$), 용돈($\beta=.123$, $p=.028$), 동료와의 관계($\beta=.165$, $p=.004$), 건강상태($\beta=.264$, $p<.001$), 유머감각($\beta=-.168$, $p=.012$), 문제해결능력($\beta=-.186$, $p=.006$)으로 나타났다.

4. 논의

본 연구는 간호대학생의 진로동기, 유머감각, 문제해결능력이 정신건강에 미치는 영향을 파악하기 위해 시도되었다.

연구대상자의 정신건강은 평균 2.19±0.77점으로 나타나 Lee[29]의 연구에서 2.28점으로 나타난 결과보다는 낮아 정신건강이 더 좋은 것으로 나타났다. Lee [29]의 연구에서는 1학년 가장 적었으나 본 연구에서는 1학년이 가장 많았고, 이학공학계열보다 인문사회계열이 더 많아 대상자의 특성에 따른 차이로 볼 수 있다. 따라서 대학생을 대상으로 정신건강의 정도를 확인하는 반복연구가 필요할 것이다.

일반적 특성에 따른 정신건강의 차이에서 성별, 학년, 용돈, 학교 성적, 동료와의 관계, 건강상태에 따라 정신건강에 유의한 차이가 나타났다. 이는 대학생을 대상으로 성별이 정신건강에 유의한 차이를 나타낸 결과[30], 간호대학생을 대상으로 연령, 거주형태, 용돈, 환경적응력, 건강상태, 학업성적이 정신건강에 유의한 차이를 나타낸 결과[31]와 유사하고, 간호대학생을 대상으로 성별, 연령, 학년, 학교 성적, 경제적 수준에 차이를 나타내지 않은 결과[32]와는 상이하다. 간호대학생은 학년이 올라갈수록 이론과 실습을 병행된 학업의 과중한 부담, 변화된 교육 상황 및 사회현상, 의료 환경에서 간호대학생의 증가된 역할과 환자수준의 변화 등에 따라 나타난 것[33]으로 생각된다. 또한 취업과 관련된 학점 경쟁, 학업수행에 대한 육체적, 정신적 부담을 경험[33]하기 때문으로 해석된다.

그러나 4학년에서 정신건강 점수가 가장 낮아 정신건강이 가장 좋은 것으로 나타났는데, 이는 4학년 1학기까

Table 5. Affected Factors of Mental Health

(N=235)

Variable	B	SE	β	t	p
Constant	3.956	.375		10.549	<.001
Gender	-.250	.117	-.121	-2.144	.033
Grade †	.060	.089	.038	.681	.497
Pocket money †	.226	.102	.123	2.214	.028
Academic level †	.150	.107	.079	1.399	.163
Peer relation †	.694	.241	.165	2.874	.004
Health state †	.434	.092	.264	4.727	<.001
Career motivation	-.078	.087	-.063	-.905	.367
Humor sense	-.211	.077	-.168	-2.752	.012
Problem-solving ability	-.223	.088	-.186	-2.539	.006

Adj R²=.336, F=14.179(p<.001)

† Dummy variables: Grade(1st, 2nd=0, 3rd, 4th=1), Pocket money(High, Middle=0, Low=1), Academic level(High, Middle=0, Low=1), Peer relation(Good, Moderate=0, Not good=1), Health state(Good=0, Moderate, Not good=1)

지의 성적으로 취업이 결정되어 학업성적에서 다소 해방되고, 실습과 이론이 종결되면서 국가고시에만 집중할 수 있게 된 것에 따른 결과로 보인다.

따라서 간호대학생을 대상으로 학년에 따른 상담, 또래 및 실습현장에서 적용할 수 있는 대인관계훈련프로그램이 적용되는 것이 필요할 것이다. 또한 이론 및 실습 병행에 따른 학습프로그램, 과중한 학습을 조절할 수 있는 여가활동 및 스트레스 관리 등 자기 조절력을 높일 수 있는 프로그램의 개발 및 적용이 필요할 것으로 생각된다.

연구대상자의 정신건강은 진로동기, 유머감각, 문제해결능력과 부적상관관계를 나타냈다. 이는 정신건강과 진로동기의 관계는 선행연구가 없어 비교하기에는 한계가 있으나 진로미결정과 정신건강은 정적상관관계를 나타내어 우울과 불안이 높을수록 진로미결정 수준도 높아진 결과[34]와 진로결정자기효능감이 높을수록 정신건강의 수준이 높게 나타난 결과[35]와 유사하다. 또한 유머감각이 정신건강 영역의 우울과 부적상관관계를 보인 결과 [36]와 정신건강과 문제해결능력과의 관계에서 삶의 대응양식에서 문제해결로 대응한 사람은 삶의 만족이 증가하고 우울이 감소한 결과[37]와 유사하다.

정신건강에 영향을 미치는 요인은 성별, 용돈, 동료와의 관계, 건강상태, 유머감각, 문제해결능력으로 나타났다. 이는 정신건강에 영향을 미치는 요인으로 연령, 용돈, 건강상태로 나타난 결과[31]와 부분적으로 유사하고 친구관계가 정신건강에 영향을 미치는 요인으로 나타난 결과[30]와도 유사하다. 대학생을 대상으로 진로결정자기효능감이 정신건강에 영향을 미친 결과[35], 정신건강의 학과 환자들에게 긍정적 유머가 우울과 불안증상을 조절

하는 요인으로 나타난 결과[38]와 성인의 문제해결이 정신건강에 영향을 미친 결과[37]와도 유사하다.

간호대학생의 정신건강 증진을 위해서는 반복연구를 통하여 일반적 특성을 고려한 중재가 필요하다. 특히 성별, 동료관계에 따른 정신건강 증진을 위하여 개인 및 집단상담프로그램, 자기성장프로그램[39] 등을 통하여 자신의 강점을 개발하고 자신 및 타인 이해와 집단구성원 상호간의 대인관계능력 및 적응력을 높일 수 있는 중재가 필요하다. 또한 유머감각은 스트레스나 우울 같은 부정적인 상황에서 자신을 잘 조절하고 긍정적 정서를 경험하는데 도움을 줄 수 있어[36] 간호대학생을 대상으로 다양한 스트레스 상황에서 유머감각을 높일 수 프로그램의 개발 및 적용을 통하여 정신건강을 증진해야 할 것이다.

문제해결프로그램은 건설적인 문제해결태도와 문제해결 기술을 배워 문제를 스스로 조절하는 능력을 길러주는 프로그램으로 정신건강분야에서 치료 및 예방 프로그램으로 적용되었다[40]. 문제해결 프로그램을 실시 후에 일반 성인, 일반 청소년의 문제해결 태도 및 양식이 긍정적인 방향으로 변화되었고 문제해결 수행능력 및 우울이 향상된 결과[20, 41]를 나타냈다. 이러한 결과를 통하여 간호대학생에게 정신건강 향상을 위한 문제해결프로그램 운영을 고려할 필요가 있다.

본 연구는 3개 대학교의 간호대학생을 대상으로 하여 연구결과를 일반화하는 데는 한계가 있지만, 간호대학생의 성별, 용돈, 동료와의 관계, 건강상태, 유머감각, 문제해결능력이 정신건강에 영향을 미치는 요인을 확인한 것으로 그 의미가 있다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 간호대학생의 정신건강에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 시도되었고, 그 결과 정신건강에 영향을 미치는 요인은 성별, 용돈, 동료와의 관계, 건강상태, 유머감각, 문제해결능력으로 확인되었다. 본 연구결과를 바탕으로 간호대학생의 정신건강에 영향을 미치는 요인으로 일반적 특성, 자신을 조절할 수 있는 심리적 요인, 학습을 통해 획득할 수 있는 기술적인 요인을 확인하기 위한 반복연구가 필요하다.

References

- [1] H. S. Kim, "The relationship among personality type, self-esteem and mental health of nursing students", *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, vol. 12, no. 4, pp. 385-393, 2003.
- [2] M. S. Kim, "Moderating effects of self-esteem and self-efficacy in the relationship between professional self-concept and satisfaction in their major among nursing students", *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, vol. 17, no. 2, pp. 159-167, 2011.
DOI: <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2011.17.2.159>
- [3] 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 Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, vol. 10, no. 3, pp. 376-390, 2001.
- [4] H. S. Kim, "The relationship among personality type, self-esteem and mental health of nursing students", *Journal of Korean Academic Psychiatric Mental Health Nursing*, vol. 12, no. 4, pp. 385-393, 2003.
- [5] 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 of Psychiatric and Mental Health Nursing*, vol. 16, no. 4, pp. 78-84, 2007.
- [6] H. I. Lee, "Correlations among self-esteem, depression and academic achievement in nursing college students", *Journal of Korea Community Health Nursing Academic Society*, vol. 22, no. 1, pp. 97-107, 2008.
- [7] S. J. Lee, S. S. Park, "Educational Psychology . Seoul: Korean National Open University Press. 2005.
- [8] R. Ross, R. Zeller, P. Srisaeng, S. Yimmee, S. Somched, W. Sawatphanit, "Depression, stress, emotional support and self-esteem among baccalaureate nursing students in Thailand", *International Journal of Nursing Education Scholarship*, vol. 2, no. 1, pp. 124-134, 2005.
- [9] H. S. Park, H. Y. Koo E. H. Jang, "The study on predictors of depression for Korean female adolescents", *Journal of Korean Academy of Nursing*, vol. 37, no. 5, pp. 715-723, 2007.
DOI: <http://dx.doi.org/10.4040/jkan.2007.37.5.715>
- [10] Y. J. Son, E. Y. Choi, Y. A. Song, "The relationship between stress and depression in nursing college students", *The Korean Journal of Stress Research*, vol. 18, no. 4, pp. 345-351. 2010.
- [11] R. A. Noe, A. W. Noe, J. A. Bachhuber, "An investigation of the correlators of career motivation", *Journal of Vocational Behavior*, vol. 37, no. 3, pp. 340-356, 1990.
- [12] R. Day, T. D. Allen, "The relationship between career motivation and self-efficacy with protege career success", *Journal of Vocational Behavior*, vol. 64, no. 1, pp. 72-91, 2004.
DOI: [http://doi.org/10.1016/S0001-8791\(03\)00036-8](http://doi.org/10.1016/S0001-8791(03)00036-8)
- [13] N. Shiaki, M. Shono, T. Kitamura, "Effects of coping styles and stressful life events on depression and anxiety in Japanese nursing students: a longitudinal study", *International Journal of Nursing Practice*, vol. 15, no. 3, pp. 198-204, 2009.
DOI: <http://doi.org/10.1111/i.1440-172X.2009.01745.x>
- [14] Y. S. Kim, S. S. Jun, "The influence of one-time laughter therapy on stress response in the elderly", *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, vol. 18, no. 3, pp. 269-277, 2009.
- [15] E. Y. Hong, "The mediating effect of humor on the relationship between perceived stress and depression in college students", *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, vol. 20, no. 4, pp. 558-568, 2014.
DOI: <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.4.558>
- [16] P. Johnson, "The use of humor and its influence on spirituality and coping in breast cancer survivors", *Oncology Nursing Forum*, vol. 29, no. 4, pp. 691-695, 2002.
- [17] A. A. Frye, S. H. Goodman, "Which social problem-solving components buffer depression in adolescent girls?", *Cognitive Therapy and Research*, vol. 24, no. 6, pp. 637-650, 2000.
- [18] S. R. Baker, K. William, "Short communication: relation between social problem-solving appraisals, work stress and psychological distress in male fire fighters", *Stress and Health*, vol. 17, no. 4, pp. 219-229, 2001.
DOI: <http://doi.org/10.1002/smi.901>
- [19] Y. M. Lee, "The effect of perceived social support and ego-resilience on problem solving ability", *Journal of Student Guidance and Counseling*, vol. 28, pp. 46-61, 2010.
- [20] H. Y. Um, H. J. Lee, Y. J. Lim, "Effects of a problem-solving program on problem-solving ability, self-esteem, and depression for middle school girls", *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, vol. 19, no. 3, pp. 318-328, 2010.
- [21] B. K. Kim, C. Y. Jyung, "The casual relationship

- among career decision-making self-efficacy, self-leadership, problem solving ability, and career motivation", *Journal of Agricultural Education and Human Resource Development*, Vol. 44, No. 2, pp. 49-71, 2012.
- [22] G. S. Lee, S. W. Lee, "The effects of the elderly's sense of humor on their self-esteem and life satisfaction level", *Korean Journal of Sports Science* vol. 18, No. 2, pp. 15-22, 2009.
- [23] J. A. Thorson, F. C. Powell, "Development and validation of a multidimensional sense of humor scale", *Psychodynamics and Psychopathology*, vol. 49, no. 1, pp. 13-23, 1993.
- [24] J. S. Lee, A. M. Cho, "The effects of youth's humor sense and style on stress countermeasure and health", *Korean Journal of Youth Studies*, vol. 13, no. 6, pp. 79-100, 2006.
- [25] P. P. Heppner, C. H. Petersen, "The development and implications of a personal problem-solving inventory", *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 29, no. 1, pp. 66-75, 1982.
DOI: <http://doi.org/10.1037/0022-0167.29.1.66>
- [26] Y. S. Hong, "The effect of life stress on adolescent suicidal behavior and the buffering effect of problem-solving ability" *Journal of the Korean Society of Child Welfare*, Vol.20, pp. 7-33, 2005.
- [27] L. R. Derogatis, "Symptom checklist-90-R. Administration, scoring, and procedures manual", 3rd edition, Minneapolis: National Computer Systems, Inc. 1977.
- [28] K. I. Kim, H. T. Won, J. H. Lee, K. Y. Kim, "Standardization study of symptom check list-90- in Korea I : characteristics of normal response", *Journal of the Korean Neuropsychiatric Association*, vol. 17, no. 4, pp. 449-458, 1978.
- [29] G. S. Lee, "Impact of college students' emotional experience on their mental health: mediating effects of interpersonal competence and ego-resilience", Unpublished master's thesis, Yonsei University, 2009.
- [30] M. R. A. Kong, Y. J. Kang, "A study on the influence of college life stresses on the mental health of college students-focus on the college of Pyongtaek city-", *Journal of Rehabilitation Psychology*, vol. 19, no. 1, pp. 1-22, 2012.
- [31] H. Y. Jung, K. S. Lee, "A study on the mental-health in nursing students", *Journal of Korean Clinical Health Science*, vol. 3, no. 3, pp. 390-398, 2015.
DOI: <http://dx.doi.org/10.15205/KSCHS.2015.3.3.390>
- [32] S. H. Park, E. K. Byun, "Factors influencing the mental health in college nursing students", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, vol. 16, no. 12, pp. 8284-8291, 2015.
DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.12.8284>
- [33] M. Y. Chung, "A study of relationships among self-esteem, spiritual well-being and mental health to establish spirituality courses for nursing students", *Korean Journal of General Education*, vol. 6, no. 3, pp. 721-741, 2012.
- [34] S. H. Ha, "Relationship of self-differentiation with mental health and career indecision among male and female college students", *Journal of Family Relation*, vol. 17, no. 2, pp. 177-195, 2012.
- [35] B. J. Lee, "The effect of career decision making self-efficacy on the relation between career stress and psychiatric symptoms", *Locality and Globality: Korean Journal of Social Science*, vol. 36, no. 2, pp. 227-249, 2012.
- [36] H. J. Lee, Y. J. Ko, S. W. Han, "The relationships between sense of humor, stress and depression in the nursing students", *Journal of the Korean Data Information Science Society*, vol. 27, no. 4, pp. 1035-1046, 2016.
DOI: <http://dx.doi.org/10.7465/jkdi.2016.27.4.1035>
- [37] I. J. Lee, "The effect of coping strategies on the outcome of stressful life events and mental health", *Korean Journal of Social Welfare*, vol. 36, pp. 285-307, 1998.
- [38] K. H. Kim, Y. E. Cho, "The impact of depression and anxiety on life satisfaction in psychiatric patients: moderating effect of humor style", *Korean Journal of the Korea Convergence Society*, vol. 7, no. 6, pp. 125-132, 2016.
DOI: <http://dx.doi.org/10.15207/JKCS.2016.7.6.125>
- [39] M. H. Kim, "The effect of MBTI based self growth program on ego identity, self efficacy and interpersonal relations ability in nursing students", *The Journal of Korean Nursing Administration Academic Society*, vol. 12, no. 2, pp. 233-246, 2006.
DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.7.4614>
- [40] T. J. D'Zurilla, A. M. Nezu, "Problem solving therapy: a positive approach to clinical intervention", 3rd edition, New York: Springer Publication, 2007.
- [41] H. R. Kwon, "Effectiveness of a problem-solving skill program for welfare nursing care workers", Unpublished master's thesis, Soongsil University, 2009.

최 숙 희(Sook-Hee Choi)

[정회원]



- 2006년 8월 : 부산가톨릭대학교 간호대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2010년 8월 : 인제대학교 일반대학원 보건학과 (보건학박사)
- 2004년 1월 ~ 2008년 4월 : 부산광역시 정신보건센터 상임팀장
- 2014년 3월 ~ 현재 : 영산대학교 간호학과 부교수

<관심분야>

정신건강, 정신간호