

간호학과 신입생의 대학생활스트레스, 진로결정 자기효능감, 진로태도성숙도가 대학생활 적응에 미치는 영향

박희옥, 박수진*, 김정윤, 최효신
대구보건대학교 간호학과

The effects of College life stress, Career decision-making self-efficacy, Maturity of Career attitude of New Nursing Students on Adaptation to College Life

Hee-Ok Park, Su-Jin Park*, Jeong-Yun Kim, Hyo-Sin Choi
Department of Nursing, Daegu Health College

요약 본 연구는 간호학과 신입생의 대학생활스트레스, 진로결정 자기효능감, 진로태도성숙도가 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 수행된 서술적 조사연구이다. 본 연구 대상자는 D광역시와 경상북도 소재 5개 대학 간호학과 1학년에 재학 중인 1학년 학생 227명을 대상으로 하였으며, 자료수집은 2020년 9월 10일부터 9월 31일까지 실시되었다. 자료분석은 빈도와 백분율, 평균과 표준편차, t-test, ANOVA, Pearson's correlation, Multiple Linear Regression으로 분석하였다. 연구결과 대학생활적응은 대학생활스트레스($r=-.620, p<.001$)과 음의 상관관계, 진로결정 자기효능감($r=.686, p<.001$)과 진로태도성숙도($r=.345, p<.001$)는 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 간호학과 신입생의 대학생활적응에 영향을 미치는 주요 요인을 파악하기 다중회귀분석을 실시한 결과, 대인관계($\beta=.050, p=.032$), 대학생활 스트레스($\beta=-.286, p<.001$), 진로결정 자기효능감($\beta=.463, p<.001$)이 통계적으로 유의한 영향관계를 보였다. 모형의 설명력은 52.7%였으며($F=18.361, p<.001$), 대학생활적응에 가장 많은 영향을 미치는 요인은 진로결정 자기효능감으로 나타났다. 이상의 연구결과로 간호학과 신입생의 대학생활 적응도를 높이기 위해서는 진로결정 자기효능감을 높이고 대학생활스트레스를 관리할 수 있는 프로그램 개발이 요구된다.

Abstract This descriptive survey was conducted to identify the factors that affect college life stress, career decision self-efficacy, and career attitude maturity of new nursing students. This study enrolled 227 first-year students attending nursing departments at five universities in Metropolitan D and Gyeongsangbuk-do. Data was collected from September 10 to September 31, 2020. Data analysis was based on frequency and percentage, mean and standard deviation, t-test, ANOVA, Pearson's correction, and Multiple Linear Regression. Our results indicate a stressful college life adaptation ($r=-0.620, p<0.001$) and a negative correlation with career decision self-efficacy ($r=0.686, p<0.001$), whereas career attitude maturity ($r=0.345, p<0.001$) was observed to be positively correlated. Multiple regression analysis determined that interpersonal relationships were major factors with a statistically significant impact affecting the nursing freshman's adaptation to college life ($\beta=0.050, p=0.032$), college life stress ($\beta=-0.286, p<0.001$), and career-determining self-efficacy ($\beta=0.463, p<0.001$). The explanatory power of the model was 52.7% ($F=18.361, p<0.001$), and the most influential factor for college life adaptation was determined to be career decision self-efficacy. Our results indicate that to improve the adaptation of new nursing students to college life, it is necessary to develop programs that enhance the career decision self-efficacy and help manage college life stress.

Keywords : Stress, Decision Making, Efficacy-Self, Adatationm, Nursing Freshman

본 논문은 대구보건대학교 연구과제로 수행되었음.

*Corresponding Author : Su-Jin Park(Daegu Health College)

email: sjhush@dhc.ac.kr

Received May 28, 2021

Accepted September 3, 2021

Revised June 30, 2021

Published September 30, 2021

1. 서론

1.1 연구의 필요성

우리나라의 대학 신입생들은 주로 대학입시 위주의 고등학교 교육을 마치고 바로 대학에 진학하면서 이전의 교육방식과 달리 학점 이수, 진로선택과 취업준비 등 변화된 환경과 수많은 과업으로 인해 혼란을 느끼며 적응에 어려움을 겪을 수 있다[1]. 이러한 신입생들에게 대학생활적응은 중요한 과업이면서도 동시에 큰 어려움이 되고 있으며, 실제 4년제 대학과 전문대학 모두에서 자퇴 학생의 50%가 1학년 시기에 자퇴를 한다[2].

대학생활적응은 대학 내에서 새로운 구성원 및 환경과 능동적으로 상호작용하여 성공적으로 대학생활을 영위하고 전반적인 애착이나 스스로 높은 만족감을 느끼는 과정으로 신입생이 대학이라는 새로운 환경에서 능동적인 상호작용을 하며 만족감을 느끼는 것은 쉽지 않다[3]. 그 중에서도 간호학과는 적성보다는 높은 취업률만을 고려하여 입학하는 신입생들이 늘고 있어 적응에 더 큰 어려움을 호소하고 있다. 간호학과 학생은 간호사 면허 취득을 위한 국가고시를 준비하기 위하여 신입생 때부터 해부학, 의학용어 등 생소하고 과중한 교과목 이수를 통하여 전문적인 지식을 습득해야 하므로 타과 학생들에 비해 많은 부담과 스트레스를 겪을 수 있다[4].

대학생활 스트레스는 신체적·심리적 증상이 유발되거나 대학생활 적응의 어려움으로 나타나게 되고, 전반적인 대학생활의 불만족을 초래하게 될 뿐만 아니라 졸업 후 사회활동에도 부정적인 영향을 준다[5]. 따라서 대학생활에서의 다양한 스트레스나 갈등을 긍정적으로 관리하는 것이 졸업 후 성공적인 사회진출을 위해 중요하다. 간호학과와 경우 타 학과에 비해 취업의 어려움을 겪고 있지 않지만, 병원에 입사한 신규간호사의 이직율은 2018년 42.7%로 보고되었다[6]. 이로 인해 간호대학생이 졸업 후 임상 환경에서 맞닥뜨리게 되는 스트레스 수준이 높은 사건이나 역경에보다 효과적으로 대처하고 스트레스를 조절할 수 있도록 돕기 위한 진로교육 프로그램에 대한 요구가 증가하고 있다[7].

간호대학생의 진로선택 및 졸업 후 직업에 대한 적응과 만족도를 향상하기 위해서는 개인이 자신감을 가지고 진로 및 취업에 대한 계획과 목표를 세우고 진로행동을 성공적으로 실행할 수 있는 신념과 태도가 필요하다. 특히 취업만을 고려하여 간호학과에 입학하는 학생들이 점점 늘어나는 현실을 고려할 때 진로결정 자기효능감과 진로태도성숙도는 졸업 전 다루어져야 하는 필수요소이

다. 진로태도성숙도는 진로선택과 결정을 위한 합당한 태도로 진로를 선택하기 위한 신념인 진로결정 자기효능감이 높을수록 진로태도성숙도가 높았다[8]. 따라서 대학 신입생부터 한 개인이 진로목표를 이룰 수 있는 신념진로 발달 과업을 성공적으로 수행할 수 있는 자신의 능력인 진로결정 자기효능감을 강화시킬 수 있도록 지원체계를 마련하는 것이 필요하다. 발달단계에서 볼 때 스스로 인생이 중요한 결정을 이루어가야 할 성인초기의 대학 신입생의 경우 진로결정 자기효능감은 취업을 위해서만 국한된 활동이 아니라, 성인기 이후 전 생애 동안 영향을 미치는 중요한 요소이며, 대학생활적응에 유의미한 영향을 미치고 있다고 볼 수 있다[9].

대학생활적응과 관련된 선행연구에서는 대학생활적응 수준에 따라 취업스트레스, 취업불안, 진로태도성숙도의 인식에서 차이가 있었으며[10], 진로태도성숙 수준이 높을수록 대학생활적응을 잘 하는 것으로 나타났다[11]. 또한 진로에 대한 확신이 높을수록 대학적응정도가 높았으며, 대학생활과 관련된 스트레스 등이 대학생활에 영향을 미치는 것으로 나타났다[12]. 이 외에도 대학생활적응에 영향을 주는 요인으로 전공만족도, 자기효능감, 대인관계 등이 보고되고 있다.

대학 신입생의 대학생활적응이 대학생활 이후의 성숙한 성인의 삶에도 영향을 미칠 수 있는 중요성을 고려할 때 대학생활적응에 영향을 미치는 여러 변수 간의 관계를 복합적으로 탐색하는 연구가 필요하다. 그러나 간호학과 신입생을 대상으로 대학생활적응, 대학생활스트레스, 진로결정 자기효능감과 진로성숙도를 동시에 탐색한 연구는 찾아보기 힘들다.

이에 본 연구에서는 간호학과 신입생을 대상으로 대학생활스트레스, 진로결정 자기효능감, 진로태도성숙도가 대학생활적응에 미치는 영향을 파악하여, 간호학과 신입생의 성공적인 대학생활적응을 위한 프로그램 개발 및 적용을 위한 기초자료를 마련하고자 본 연구를 시행하게 되었다.

1.2 연구의 목적

본 연구의 목적은 간호학과 신입생의 대학생활적응에 미치는 영향 요인을 알아보고자 하며, 다음과 같은 구체적인 목적을 가진다.

- 가. 대상자의 대학생활스트레스, 진로결정 자기효능감, 진로태도성숙도, 대학생활적응 정도를 파악한다.
- 나. 대상자의 일반적 특성과 대학생활 스트레스, 진로결정 자기효능감, 진로태도성숙도, 대학생활적응

의 차이를 파악한다.

다. 대상자의 대학생활 스트레스, 진로결정 자기효능감, 진로태도성숙도, 대학생활적응 간의 상관관계를 파악한다.

라. 대상자의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 간호학과 신입생의 대학생활스트레스, 진로결정 자기효능감, 진로태도성숙도가 대학생활적응에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구대상

본 연구의 대상은 D광역시와 경상북도에 소재한 대학교 5곳에 재학 중인 간호학과 1학년을 대상으로 편의표집하였다. 연구 표본의 크기는 13개의 예측변수를 기초로 하였으며, G-power 3.1.2 program을 이용하였다. 다중회귀분석을 기준으로 검정력 .95, 효과크기(effect size)는 .15, 유의수준(alpha)는 .05로 설정하였을 때 최소 표본 수는 189명으로 산정되었다. 탈락률 20%를 고려하여 총 227명을 대상으로 자료를 수집하였으며, 회수된 설문지 중 누락되거나 불성실하게 응답한 8부를 제외한 219명을 대상으로 최종 분석하였다.

2.3 연구도구

2.3.1 대학생활스트레스

대학생활스트레스는 Chon, Kim과 Yi가 개발[13]한 대학생용 생활스트레스 척도를 사용하여 측정하였다. 본 도구는 총 50문항으로 학업문제 7문항, 이성과의 관계 6문항, 친구와의 관계 5문항, 가족과의 관계 7문항, 교수와의 관계 6문항, 장래 문제 7문항, 가치관 문제 5문항, 경제 문제 7문항의 8개 하위요인으로 구성되어 있다. 각 문항은 4점 Likert 척도로 1점 '전혀 그렇지 않다'에서 5점 '항상 그렇다'까지로 점수화하였고, 점수가 높을수록 대학생활스트레스가 높음을 의미한다. [13]의 연구에서 Cronbach's alpha는 .88이었으며, 본 연구에서 Cronbach's alpha는 .92이었다.

2.3.2 진로결정 자기효능감

진로결정 자기효능감은 Betz, Klein과 Taylor이 개발한[14] 진로결정 자기효능감 단축형 척도(Career Decision-making Self-Efficacy Scale-Short Form, CDMSES-SF)를 Lee와 Lee[15]가 번안한 척도지를 사용하여 측정하였다. 본 도구는 총 25문항으로 직업정보 5문항, 자기평가 5문항, 미래계획 5문항, 목표선택 5문항, 문제해결 5문항의 5개 하위요인으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 1점 '전혀 그렇지 않다'에서 5점 '매우 그렇다'까지로 점수화하였고, 점수가 높을수록 진로결정 자기효능감이 높음을 의미한다. [15]의 연구에서 Cronbach's alpha는 .92이었으며, 본 연구에서 Cronbach's alpha는 .86이었다.

2.3.3 진로태도성숙도

진로태도성숙도는 Lee와 Han이 개발[16]하고 Yoo [17]가 수정·보완한 진로태도성숙도 척도지를 사용하여 측정하였다. 본 도구는 총 13문항으로 결정성 8문항, 준비성 5문항의 2개 하위요인으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 1점 '전혀 아니다'에서 5점 '매우 그렇다'까지로 점수화하였고, 점수가 높을수록 진로태도성숙도가 높음을 의미한다. 4번, 5번, 7번, 8번은 역문항으로 역채점하였다. [17]의 연구에서 Cronbach's alpha는 .92이었으며, 본 연구에서 Cronbach's alpha는 .86이었다.

2.3.4 대학생활적응

대학생활적응은 Baker와 Siryk가 개발[18]한 대학생 적응도검사(SACQ)를 Lee가[19] 수정·보완한 검사지를 사용하여 측정하였다. 본 도구는 총 25문항으로 학업적응 5문항, 사회적 적응 5문항, 정서적 적응 5문항, 신체적 적응 5문항, 대학에 대한 애착 5문항의 5개 하위요인으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 1점 '전혀 그렇지 않다'에서 5점 '매우 그렇다'까지로 점수화하였고, 점수가 높을수록 대학생활적응을 잘하고 있는 것을 의미한다. [19]의 연구에서 신뢰도는 Cronbach's alpha .85이었으며, 본 연구에서 전체 신뢰도는 Cronbach's alpha는 .82이었다.

2.4 자료수집 및 윤리적 고려

본 연구에서는 대상자의 윤리적 보호를 위하여 대구보건대학교 기관생명윤리위원회(Institutional Review Board)의 승인(DHCIRB-2020-09-001)을 받았다. 2020년 9

월 10일부터 9월 31일까지 자료수집을 시행하였으며, 자료수집은 연구자가 직접 학생 또는 학과장에게 연구의 취지와 설문지에 대해 설명하고 허락을 받은 후 연구자가 대면수업시간에 직접 방문하여 설문조사하였다. 설문조사 시작 전에 연구의 목적 및 방법, 연구 참여에 대한 익명성 보장, 자발적인 연구 참여 동의와 거부, 중도포기 가능, 발생 가능한 이익을 포함하는 내용을 구두와 서면으로 설명하였으며, 연구 참여에 동의한 학생들에 한해 설문을 실시하였다. 설문지는 자기기입식으로 응답 후 바로 회수하였으며, 응답에 소요된 시간은 약 15~20분 정도였다. 설문 조사 후 모든 대상자에게 연구 참여에 대한 감사의 표시로 소정의 선물을 제공하였다.

2.5 자료분석방법

본 연구의 수집된 자료의 통계처리는 SPSS 22.0 program을 활용하여 분석하였다.

- 1) 일반적 특성은 평균, 표준편차, 빈도, 백분율을 이용하여 분석하였다.
- 2) 대상자의 대학생활스트레스, 진로결정 자기효능감, 진로태도성숙도, 대학생활적응 정도는 기술통계로 분석하였다.
- 3) 일반적 특성에 따른 대학생활스트레스, 진로결정 자기효능감, 진로태도성숙도, 대학생활적응 차이는 t-test와 ANOVA로 분석하였으며, 사후검증으로 scheffe's test를 실시하였다.
- 4) 대상자의 대학생활스트레스, 진로결정 자기효능감, 진로태도성숙도, 대학생활적응 간의 관계는 Pearson's correlation으로 분석하였다.
- 5) 대상자의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인은 Multiple Linear Regression으로 분석하였다.

3. 연구결과

3.1 일반적 특성

대상자의 성별은 남자 67명(30.6%), 여자 152명(69.4%)이었으며, 평균연령은 22.26세였다. 졸업한 학교유형은 일반계 고등학교가 199명(90.9%), 입학동기는 취업률 84명(38.4%)이 가장 많았다. 학과 선택 시 간호학과는 1순위가 184명(84.0%)이었으며, 학과 선택에 영향을 준 사람은 본인의 선택 102명(46.6%), 부모 57명(26.0%), 고교담임교사 29명(13.2%)의 순이었다. 전 학

과 평점은 3.50~3.99점이 77명(35.2%)으로 가장 많았으며, 학과만족도는 만족한다 153명(69.9%), 대학만족도는 만족한다 175명(79.9%), 대인관계는 좋은 편이다 168명(76.7%)이었다(Table 1).

Table 1. General characteristics (N=219)

Variables	Categories	Frequency (N)	Percentage (%)
Sex	Male	67	30.6
	Female	152	69.4
Age	19-21	164	74.9
	22-24	19	8.7
	Over 25	36	16.4
	Mean(M±SD)	22.26±5.28	
School types	General high school	199	90.9
	Vocational high school	13	5.9
	School qualifying exam	2	0.9
	Etc.	5	2.3
Admission motives	According to grades	51	23.3
	According to aptitude	61	27.9
	Considering the employment rate	84	38.4
	Recommendation	18	8.2
	Etc.	5	2.3
Nursing department Admission ranking	First	184	84.0
	Second	22	10.0
	Third	9	4.1
	E t c.	4	1.8
Who influenced the choice of department	Parents	57	26.0
	Friends	23	10.5
	School teacher	29	13.2
	By oneself	102	46.6
	Etc.	8	3.7
GPA of the previous semester	Less than 3.0	24	11.0
	3.00-3.49	57	26.0
	3.50-3.99	77	35.2
	4.0 or more	61	27.9
Academic Satisfaction	Very satisfied	60	27.4
	More than satisfied	153	69.9
	Partly good	6	2.7
	Not at all satisfied	-	-
College satisfaction	Very satisfied	22	10.0
	Satisfied	175	79.9
	Not at all satisfied	22	10.0
Interpersonal relationship	Very good	30	13.7
	Good	168	76.7
	Partly good	18	8.2
	Poor	3	1.4

3.2 대학생할스트레스, 진로결정 자기효능감, 진로 태도성숙도, 대학생활적응 정도

간호학과 신입생의 대학생할스트레스의 범위는 1~4점이었으며, 평균은 1.65±.41점이었다. 진로결정 자기효능감의 범위는 1~5점이었으며, 평균은 3.80±.46점이었다. 진로태도성숙도의 범위는 1~5점이었으며, 평균 3.12±.37점이었다. 대학생활적응의 범위는 1~5점이었으며, 평균 3.24±.53점이었다(Table 2).

Table 2. College life stress, Career decision-making self-efficacy, Maturity of Career attitude and Adaptation to College Life (N=219)

Variables	Range	M±SD
College life stress	1-4	1.65±.41
Career decision-making self-efficacy	1-5	3.80±.46
Maturity of Career attitude	1-5	3.12±.37
Adaptation to College Life	1-5	3.24±.53

3.3 일반적 특성에 따른 대학생할스트레스, 진로결정 자기효능감, 진로태도성숙도, 대학생활적응의 차이

대학생활스트레스는 성별, 평점, 입학동기, 학과만족도, 대학만족도에 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 성별에서는 남자가 3.18점으로 여자 3.26점보다 낮았으며 ($t=-.951, p=.048$), 성적이 높을수록 ($F=2.580, p=.044$) 학과만족도가 낮을수록 ($F=5.515, p=.005$), 대학만족도가 낮을수록 대학생할스트레스가 높았다 ($F=4.748, p=.010$). 진로결정 자기효능감은 입학동기, 학과만족도, 대학만족도, 대인관계에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 입학동기는 적성에서 진로결정 자기효능감이 가장 높았으며 ($F=3.263, p=.013$), 학과만족도가 높을수록 ($F=13.828, p<.001$), 대학만족도가 높을수록 ($F=6.735, p=.001$) 대인관계가 좋을수록 진로결정 자기효능감이 높았다 ($F=6.191, p<.001$). 진로태도성숙도는 평점, 학과만족도에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 성적이 높을수록 ($F=6.287, p<.001$), 학과만족도가 높을수록 진로태도성숙도가 높았다 ($F=3.935, p=.021$). 대학생활적응은 졸업한 학교유형, 학과 선택에 영향을 미친 사람, 대인관계에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 졸업한 학교유형에서는 일반계 고등학교 졸업한 학생이 대학생활적응 점수가 높았으며 ($F=2.780, p=.042$), 본인이 간호학과를 선택한 학생이 대학생활적응을 잘하는 것으로 나타났다 ($F=4.105, p=.003$). 또한 대인관계가 좋을수록 대학

생활적응을 잘하는 것으로 나타났다 ($F=3.196, p=.024$).

3.4 대학생할스트레스, 진로결정 자기효능감, 진로 태도성숙도, 대학생활적응 간의 관계

대학생활스트레스는 진로결정 자기효능감($r=-.663, p<.001$), 진로태도성숙도($r=-.269, p<.001$) 대학생활적응($r=-.620, p<.001$)과 음의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 진로결정 자기효능감은 진로태도성숙도($r=.334, p<.001$), 대학생활적응($r=.686, p<.001$)과 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 진로태도성숙도는 대학생활적응($r=.345, p<.001$)과 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다(Table 4).

Table 4. Correlation of College life stress, Career decision-making self-efficacy, Maturity of Career attitude, Adaptation to College Life

Variables	1	2	3	4
	r(p)	r(p)	r(p)	r(p)
1	1	-.663**	-.269**	-.620**
2		1	.334**	.685**
3			1	.345**
4				1

* $p<.05$, ** $p<.01$

1. College life stress
2. Career decision-making self-efficacy
3. Maturity of Career attitude
4. Adaptation to College Life

3.5 간호학과 신입생의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인

간호학과 신입생의 대학생활적응에 영향을 미치는 주요 요인을 파악하기 다중회귀분석을 실시하였다. 독립변수들 간의 다중공선성 문제유무를 확인한 결과 공차한계는 0.468~0.941, 분산팽창 인자(VIF)는 1.062~1.898으로 분포하였고, durbin watson test결과 1.986으로 나타나 다중공선성에는 문제가 없었으며, 회귀모형은 유의한 것으로 나타났다 ($F=18.361, p<.001$). 그 결과 대인관계($\beta=.050, p=.032$), 대학생활 스트레스($\beta=-.286, p<.001$), 진로결정 자기효능감($\beta=.463, p<.001$)이 통계적으로 유의한 영향관계를 보였다. 모형의 설명력을 나타내는 수정된 결정계수(R^2)는 .527로 설명력은 52.7%이었다 ($F=18.361, p<.001$). 대학생활적응에 가장 많은 영향을 미치는 요인은 진로결정 자기효능감으로 나타났다(Table 5).

Table 3. Difference in college life stress, career decision-making self-efficacy, maturity of career attitude and adaptation to college life according to general characteristics (N=219)

Characteristics		College life stress		Career decision-making self-efficacy		Maturity of Career attitude		Adaptation to College Life	
		M±SD	t/F(p)	M±SD	t/F(p)	M±SD	t/F(p)	M±SD	t/F(p)
Sex	Male	3.18±.52	-.951 (.048)	3.75±.47	-1.100 (.274)	3.06 ±.37	-1.554 (.123)	2.57±.38	-.582 (.562)
	Female	3.26±.53		3.82±.45		3.14 ±.36		2.61±.36	
Age	19-21세 ^a	3.25±.53	.333 (.717)	3.82±.46	.378 (.686)	3.13±.34	1.750 (.176)	2.61±.35	2.159 (.118)
	22-24세 ^b	3.15±.48		3.78±.35		3.20±.54		2.71±.44	
	Over 25 ^c	3.21±.57		3.74±.49		3.03±.37		2.50±.39	
School types	General high school ^a	3.23±.54	.608 (.610)	3.81±.46	.318 (.812)	3.11±.34	.847 (.469)	2.87±.52	2.780 (.042) a)b, c, d
	Vocational high school ^b	3.15±.46		3.69±.41		3.25±.66		2.68±.54	
	School qualifying exam ^c	3.50±.31		3.80±.27		3.19±.16		2.62±.09	
	Etc. ^d	3.47±.43		3.75±.49		3.23±.17		2.58±.35	
Admission motives	According to grades ^a	3.30±.53	1.906 (.111)	3.77±.54	3.263 (.013) a, b)c, d, e	3.10±.39	.674 (.610)	2.55±.39	1.929 (.107)
	According to aptitude ^b	3.35±.51		3.97±.38		3.13±.37		2.52±.37	
	Considering the employment rate ^c	3.14±.52		3.74±.42		3.15±.34		2.65±.35	
	Recommendation ^d	3.17±.57		3.67±.47		3.03±.33		2.69±.33	
	Etc.	3.06±.69		3.64±.36		2.98±.56		2.78±.45	
Nursing department Admission ranking	First	3.24±.53	1.710 (.166)	3.81±.46	2.211 (.088)	3.12±.35	2.593 (.054)	2.57±.37	2.308 (.078)
	Second	3.17±.49		3.75±.40		3.11±.35		2.67±.32	
	Third	3.07±.39		3.54±.27		2.95±.24		2.69±.17	
	Etc.	3.75±.67		4.20±.73		3.56±.98		2.99±.48	
Who influenced the choice of department	Parents ^a	3.26±.54	.640 (.634)	3.81±.49	.974 (.423)	3.16±.41	.850 (.495)	2.65±.39	4.105 (.003) d)a, b, c, e
	Friends ^b	3.09±.59		3.65±.46		3.17±.51		2.74±.45	
	School teacher ^c	3.28±.41		3.78±.49		3.11±.32		2.60±.25	
	By oneself ^d	3.23±.54		3.84±.43		3.22±.23		2.89±.53	
	Etc. ^e	3.36±.59		3.72±.37		3.12±.37		2.51±.32	
GPA of the previous semester	Less than 3.0 ^a	3.00±.59	2.580 (.044) d)a, b, c	3.74±.46	.414 (.743)	2.84±.41	6.287 (.000) d)a, b, c	2.47±.36	1.212 (.306)
	3.00-3.49 ^b	3.21±.46		3.81±.48		3.10±.32		2.64±.37	
	3.50-3.99 ^c	3.23±.53		3.84±.47		3.17±.39		2.60±.38	
	4.0 or more ^d	3.34±.54		3.77±.41		3.18±.30		2.61±.34	
Academic Satisfaction	Very satisfied ^a	3.03±.76	5.515 (.005) a)b, c	4.05±.46	13.828 (.000) a)b, c	3.18±.43	3.935 (.021) a)b, c	2.55±.42	.723 (.486)
	More than satisfied ^b	3.17±.49		3.71±.41		3.08±.29		2.61±.33	
	Partly good ^c	3.42±.57		3.75±.66		3.43±.97		2.70±.65	
College satisfaction	Very satisfied ^a	3.07±.60	4.748 (.010) a)b, c	4.12±.44	6.735 (.001) a)b, c	3.22±.40	.936 (.394)	2.49±.39	1.419 (.244)
	Satisfied ^b	3.22±.51		3.77±.44		3.11±.34		2.60±.35	
	Not at all satisfied ^c	3.53±.52		3.69±.47		3.11±.52		2.67±.46	
Interpersonal relationship	Very good ^a	3.09±.77	.979 (.404)	4.05±.32	4.527 (.004) d)a, b, c	3.18±.48	1.059 (.368)	2.80±.46	3.196 (.024) d)a, b, c
	Good ^b	3.12±.56		3.78±.45		3.11±.35		2.60±.35	
	Partly good ^c	3.23±.54		3.62±.49		3.17±.32		2.50±.36	
	Poor ^d	3.37±.46		3.56±.73		2.82±.50		2.33±.17	

Table 5. Influencing Factors on Adaptation to College Life

Spec.	B	S.E	β	t	p
(constant)	1.330	.497		2.676	
Sex	.017	.056	.015	.308	.758
Age	.009	.036	.013	.256	.798
School type	.082	.051	.082	1.620	.107
Admission motives	-.046	.026	-.087	-1.803	.073
Nursing department admission ranking	.057	.044	.066	1.284	.200
Who influenced the choice of department	-.011	.010	-.058	-1.183	.238
GPA of the previous semester	.049	.027	.089	1.773	.078
Academic satisfaction	-.027	.064	-.025	-.428	.669
College satisfaction	-.037	.035	-.052	-1.031	.304
Interpersonal relationship	.050	.050	.050	.998	.032
College life stress	-.373	.084	-.286	-4.444	<.001
Career decision-making self-efficacy	.539	.080	.463	6.773	<.001
Maturity of career attitude	.117	.077	.081	1.512	.132
R ² =.558 Adj. R ² =.527 F=18.361 p<.001					

4. 논의

본 연구는 간호학과 신입생을 대상으로 대학생활스트레스, 진로결정 자기효능감, 진로태도성숙도가 대학생활 적응에 미치는 영향을 파악하여 신입생의 성공적인 대학생활적응을 위한 전략 개발의 기초자료를 제공하고자 시행되었다. 본 연구결과를 중심으로 논의해보면 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 대상자의 대학생활 스트레스는 5점 만점에 평균 1.65점으로 나타났다. 이러한 결과는 일반대학의 신입생을 대상으로 한 [20]의 연구에서 제시된 0.61점보다 높았으며, 간호대학생을 대상으로 생활스트레스를 연구한 [4]의 2.29점에 비해 낮은 수준이었다. 이는 선행연구에서 대상자에 1학년생을 포함하고 있었으나 고학년의 비율이 높아, 저학년에 비해 고학년으로 올라갈수록 학업스트레스와 임상실습 스트레스의 경험이 더 큰 것에[21] 기인한 결과라 보여진다. 대체로 간호학과 신입생들은 일반대학의 신입생에 비해 과중한 학습량과 엄중한 행동규범, 의료인 국가시험에 합격해야 한다는 심리적 중압감과 긴장감 등으로 인해 많은 스트레스를

경험하게 된다[22]. 본 연구의 결과에서도 대학생활 스트레스는 성적이 높을수록 대학생활스트레스가 높았으며, 학과만족도와 대학만족도가 높을수록 스트레스는 낮았다. 이러한 스트레스의 원인을 근본적으로 제거하는 것은 현실적으로 불가능하므로 간호학과 신입생을 위한 스트레스 관리 및 학과적응을 지원할 수 있는 서비스와 학습법 관련 교과목의 개설이나 다양한 학업 상담 서비스가 필요할 것으로 생각된다.

둘째, 간호학과 신입생의 진로결정 자기효능감은 5점 만점에 평균 3.80점이었다. 이는 간호대학생을 대상으로 동일한 도구를 사용한 [13]의 연구에서는 평균 3.46점으로 본 연구결과보다는 다소 낮은 점수였으나 2,3학년보다 1,4학년의 진로결정 자기효능감이 높게 나타난 것으로 보고하고 있어 본 연구의 대상자가 신입생인 것을 고려한다면 맥락을 같이 한다고 볼 수 있다. 그러나 연구마다 결과의 차이를 보이고 있어 향후 후속연구가 필요한 것으로 사료된다. 진로결정 자기효능감은 개인이 진로결정과 관련된 목표과업을 완성하기 위해 행동을 계획하고 수행할 수 있는 능력에 대한 신념으로[23], 간호대학생들은 간호학과 입학부터 진로가 결정되어 있어 일반대학생에 비해 진로결정이나 자신감, 실행력이 더 높을 수도 있다. 본 연구에서는 자신에 적성에 맞춰서 간호학과에 입학한 경우와 대인관계의 만족도가 높을수록 진로결정 자기효능감이 높은 것으로 나타났다. 이는 학과성적이 좋은 경우, 지도교수와의 면담이 만족스러운 경우, 교우관계가 좋은 경우 진로결정자기 효능감이 높게 나타난 [13]의 연구 결과와 맥락을 같이 한다. 일반대학생의 교수-상호작용 및 교우관계, 학업적 자기효능감의 관계를 살펴본 연구[24]에서도 교수 및 교우들과 많이 교제하는 학생들은 어려운 문제에 부딪혔을 때 도전하는 성향이 높고, 자기조절효능감이 높은 것으로 보고하였다. 진로결정 자기효능감을 향상시키기 위해서는 교우관계의 활성화 및 학과 전공 만족도를 높이기 위한 방안을 마련하여 대학생활적응을 도모할 필요가 있을 것으로 생각된다.

셋째, 본 연구의 간호대학 신입생의 진로태도성숙도는 5점 만점에 평균 3.24점이었으며, 이는 간호대학생을 대상으로 진로태도성숙도를 측정하는 [25]의 연구에서 평균 3.38점으로 보고된 것 보다 다소 낮은 점수이나 간호대학생을 대상으로 동일한 도구로 측정된 연구가 없어 단순비교하기에는 한계가 있다. 자신과 자신의 직업에 대한 이해를 바탕으로 진로에 대해 충분한 탐색을 하여 자신의 결정에 확신을 가지고 진로태도성숙도를 높게 유지하는 것은 졸업 후 간호 전문가로서의 역할을 수행하는

데 필요할 것으로 생각된다. 본 연구에서 간호대학 신입생의 진로태도성숙도는 성적이 좋을수록, 학과만족도가 높을수록 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 이러한 결과를 바탕으로 간호대학생들의 진로태도 성숙도를 향상시키기 위해서는 학교 교과목에 대한 성적이 낮더라도 잘 할 수 있다는 믿음과 자신감을 높이기 위한 자신감 향상 프로그램을 개발하고 적용이 필요할 것으로 생각된다. 또한 학과만족도는 전공이 미래의 방향과 목표를 제시해준다고 생각하고, 학과 선택에 대한 결정에 확신을 가지고 있는 간호대학생은 자신의 진로가 확실히 결정되어 있으며, 진로에서 성공할 수 있다고 믿는 것과 관련 [26]이 되어 있음을 알 수 있다. 따라서 간호대학생의 전공에 대한 이해와 만족을 높이기 위한 다양한 학습법과 체험 활동이 필요할 것으로 생각된다.

넷째, 본 연구 대상자의 대학생활적응은 5점 만점에서 평균 3.12점이었다. 이는 간호대학생을 대상으로 대학생활적응 정도를 측정한 Choi와 Lee[12]의 연구에서 평균 3.01점보다 높았으나 Lim[27]의 연구결과 3.30점보다는 낮았다. 대학생활적응은 대학이라는 새로운 환경에서 생활하며 직면하는 변화와 도전에 적절하게 대응하고 올바른 의사결정을 내림으로 대처해 나가는 것으로[28], 대학생활에 적응하는 방법에 대한 문제는 개인의 성장과 발달 측면에서 중요한 의의를 갖는다. 따라서 대학생활 적응을 위한 적응 과정을 모색하고 대안을 준비하는 것이 필요할 것으로 생각된다.

본 연구에서 신입생의 대학생활적응은 대학생활 스트레스와는 음의 상관관계, 진로결정 자기효능감, 진로태도성숙도와는 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이는 스트레스가 학교생활적응에 부정적 영향을 준다고 하는 선행연구[12]와 맥락을 같이 하고 있다. 따라서 학교생활적응을 높이기 위해서는 스트레스를 효과적으로 증재할 수 있는 프로그램 개발이 필요할 것으로 생각된다.

간호학과 신입생의 대학생활적응에 미치는 요인을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과, 대학생활적응에 주요 예측 요인은 진로결정 자기효능감, 대학생활 스트레스, 대인관계인 것으로 나타났으며, 설명력은 52.7%이었다. 대학생활적응에 진로결정 자기효능감이 회귀분석에서 회귀계수의 값이 가장 커 영향력이 상대적으로 높은 변인으로 규명되었다. 이는 Torres와 Solberg[29]의 연구에서 자기효능감이 대학학업을 지속하려는 것을 예측하는 중요한 인자라고 하였으며, Oh[30]의 연구에서도 간호대학생의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인으로 자기효능감이라는 결과가 나타나 본 연구결과와 유

사한 결과를 보였다. 이러한 결과를 살펴볼 때 자기효능감이 높으면 외적 요구를 위협으로 취급하기 보다는 도전으로 받아들이며, 효과적인 대처전략을 더 많이 선택하는 것으로 볼 수 있으므로[12] 대학생활 적응에도 영향을 미치는 것으로 생각된다.

간호학과 신입생의 경우 과도한 학업과 대인관계 등에서 스트레스를 많이 받고 있기 때문에 대학생활에 잘 적응하기 위해 신입생 때부터 스트레스 관리를 위한 교육과 방안이 모색되어야 한다. 또한 학생이라는 신분으로 인해 또래지지의 중요성이 강조되는데, 멘토링 프로그램, 튜터링 프로그램 등을 통하여 동기, 선배배끼리 지속적인 대인관계를 형성할 수 있는 기회를 제공함과 동시에 지도교수의 관리로 각 학생들 맞춤 면담과 지도를 통해 대학생활 적응을 돕기 위한 전략을 모색할 필요성이 있다. 간호학을 전공하는 학생들의 경우 자기효능감이 높다고 하더라도 과도한 학습량으로 인해 대학생활 적응에 어려움을 호소할 수 있으므로 스트레스를 낮추고 대인관계를 향상시킬 수 있는 다양한 프로그램을 개발하여 교육과정에 적용할 필요가 있을 것으로 사료된다.

결론적으로 본 연구의 결과로 볼 때 간호학과 신입생의 대학생활적응을 향상시키기 위해서는 영향요인인 스트레스를 관리하고 효과적으로 대처할 수 있는 방법을 모색해야 하며, 대인관계와진로결정 자기효능감을 높이기 위한 프로그램을 개발 및 적용이 필요할 것으로 사료된다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 간호학과 신입생의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 파악하고자 실시하였다. 대학생활적응은 졸업한 학교유형, 학과 선택에 영향을 미친 사람, 대인관계에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었으며, 대학생활적응과의 상관관계에서는 대학생활스트레스가 유의한 음의 상관관계진로결정 자기효능감과 진로태도성숙도는 유의한 양의 상관관계로 나타났다. 또한 대학생활적응에 영향을 미치는 요인은 대인관계, 대학생활스트레스, 진로결정 자기효능감으로 나타났다. 이를 종합해 볼 때 대학에 진학하면서 받게 되는 정서적 불안과 혼란스러움을 해소시킬 수 있는 스트레스 관리 방안을 마련해야 하며, 대인관계를 향상시키기 위해 자신을 수용하고 타인을 이해할 수 있는 능력을 향상시킬 수 있는 훈련이 효과적일 것으로 생각이 된다. 또한 다양한 직업훈련프로그램을

통한 진로결정 자기효능감을 향상시킬 수 있는 교육적 전략도 필요한 것으로 보인다.

본 연구는 간호학과 신입생을 대상으로 대학생활스트레스, 진로결정 자기효능감, 진로태도성숙도, 대학생활적응 간의 관계성을 규명하였다는 것에 의의가 있으나 일 지역 간호대학 1학년을 대상으로 하였으며, 한 번의 설문조사로 이루어진 연구로 결과를 일반화하는데 제한이 있다. 또한 간호학과 신입생의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 모두 확인하지 못하였으므로 여러 변수를 추가하여 반복적으로 연구를 제안한다.

References

- [1] S. J. Lee, J. H. Yu, "The Mediation Effect of Self-Efficacy between Academic and Career Stress and Adjustment to College", *Journal of Educational Psychology*, Vol.22, No.3, pp.589-607, 2008.
- [2] S. Y. Kim, "An Analysis of College Student Dropouts' Mobility Paths and Structure", *Journal of educational studies*, Vol.43, No.3, pp.131-163, 2012.
- [3] K. H. Kim, S. B. Kang, "Development and Validation of the College Life Adjustment Scale for University Freshmen", *The Korea Association of General Education*, Vol.10, No.3, pp.253-293, 2016.
- [4] H. G. Son, S. H. Kwon, H. J. Park, "The Influence of Life Stress, Ego-Resilience, and Spiritual Well-Being on Adaptation to University Life in Nursing Students", *Journal of Korea Academia- Industrial cooperation Society*, Vol.18, No.5, pp.636-646, 2017. DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.5.636>
- [5] I. S. Jo, *A mediation effect of Hope on relationship between Male and Female College Students' Life Stress and Adaptation to College Life*, Master's thesis, Dongshin university, pp.8
- [6] Korean Hospital Nurses Association. (2019). Survey on the status of hospital nurses. Seoul: Korean Hospital Nurses Association.
- [7] E. J. Cho, "Changes of career decision making self-efficacy, career decision level and career resilience of nursing students undertaking Individual Career Plan Program", *Journal of the Korean data & information science society*, Vol.31, No.1, pp.85-96, 2020. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE0929995>
- [8] H. M. Kim, Relations among Work Hope, Career Attitude Maturity, and Career Decision-Making Self-Efficacy in Korean College Students, *Journal of digital convergence*, Vol.16, No.3, pp.497- 504, 2018. DOI : <https://doi.org/10.15703/kjc.13.2.201204.543>
- [9] G. S. Lee, S. J. Do, H. A. Song, "Mediating effects of career decision self-efficacy on the relation between the influence of personality trait and university adjustment of Freshmen", *Korean journal of youth studies*, Vol.23, No.3, pp.52-73, 2016. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE06662622>
- [10] Y. J. So, J. S. Park, The Influence of University Students' job-seeking stress on career maturity in university adjustment: Focusing on the mediating effect of job-seeking anxiety, *The Journal of Employment and Career*, Vol.6, No.4, pp.23-44, 2016. DOI : <https://doi.org/10.35273/jec.2016.6.4.002>
- [11] J. Y. Yoo, J. Y. Park, C. H. Woo, Career Attitude Maturity, Calling, and Work as Meaning Affecting Student Adjustment to College among Health College Students, *Journal of Korean academy of nursing administration*, Vol.21, No.5, pp.480-488, 2015. DOI: <http://dx.doi.org/10.11111/jkana.2015.21.5.480>
- [12] H. J. Choi, E. J. Lee, "Mediation Effects of Self-Efficacy between Academic Stress and College Adjustment in First Year Nursing Students", *The Korean journal of fundamentals of nursing*, Vol.19, No.2, pp.261-268, 2012. DOI: <http://dx.doi.org/10.7739/jkafn.2012.19.2.261>
- [13] H. S. Hyun, Y. Y. Kim, "Moderating Effect of Professor-Student Interaction on the Relationship between Career Decision Self-efficacy and Major Satisfaction among Nursing Students", *The Journal of Korean academic society of nursing education*, Vol.24, No.1, pp.29-38, 2018. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE07369641>
- [14] N. E. Betz, K. L. Klein, K. M. Taylor, "Evaluation of a shortform of Career Decision-Making Self-Efficacy Scale", *Journal of Career Assessment*, Vol.4, No.1, pp.47-57, 1996.
- [15] K. H. Lee, H. J. Lee, "The Effects of Career Self Efficacy in Predicting the Level of Career Attitude Maturity of College Students", *Korean Psychological Association*, Vol.12, No.1, pp.127-136, 2000.
- [16] K. H. Lee, J. C. Han, "Career attitude Validation of Measurement Scale", *The Journal of Career Educational Research*, Vol.8, No.1, pp.219-255, 1997.
- [17] Y. R. Yoo, *Identifying Core Predicting Variables of Career Attitude Maturity for Female Engineering Students*. Ph.D dissertation, Ewha Womens University, pp.54-55.
- [18] R. W. Bake, B. Siryk, "Measuring adjustment to college", *Journal of Counseling Psychology*, Vol.31, No.2, pp.179-189, 1984.
- [19] Y. J. Lee, The Non-Residential Student's Adaptation to College Life and Career Plans, Master's thesis, Ewha Womens University, Seoul, Korea, pp.59- 63, 1999.

- [20] J. H. Song, E. Y. Jung, "Factors Affecting Adaptation to University Life of First-Yearstudents", *Korea Society of Wellness*, Vol.15, No.1, pp.173-183, 2020. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE09312668>
- [21] I. S. Lee, "Life Stress of Nursing Students in a University according to Gender, Grade, and Economic Status", *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, Vol.11, No.8, pp.369-378, 2018. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE09014828>
- [22] S. K. Choi, "Convergence Relationship between Life Stress and Depression in Nursing College Students", *Journal of Digital Convergence*, Vol.16, No.5, pp.257-266, 2018. DOI : <https://doi.org/10.14400/JDC.2018.16.5.257>
- [23] G. Hackett and N. E. Betz, "A self-efficacy approach to the career development of women", *Journal of vocational behavior*, Vol.18, No.3, pp.326-339, 1981.
- [24] D. H. Kwon, *The Effects of Faculty-Student Interaction and Peer Relations upon Academic Self-efficacy of University Students*, Master's thesis, Sungkyunkwan University, Seoul, Korea, pp.74-90, 2017.
- [25] S. K. Lee, S. B. Je, "The Effect of Career Values and Calling on Career Attitude Maturity of Nursing Students", *The Journal of Humanities and Social science*, Vol.11, No.5, pp.231-245, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.22143/HSS21.11.5.17>
- [26] H. Y. Koo, H. S. Park. "Career Attitude Maturity and Its Predictors of University Students", *Korea Journal of Counseling*, Vol.6, No.2, pp.373-385, 2005.
- [27] M H. Lim, "Effects of Interpersonal Relationship, Self Differentiation on College Adjustment in Nursing Students", *ournal of Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.19, No.9, pp.225-233, 2018. <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE07540395>
- [28] H. Y. Kang, E. Y. Choi, "Stress, Stress Coping Methods, and College Adjustment according to Behavioral Styles in Freshman Nursing Students", *The Journal of Korean academic society of nursing education*, Vol.21, No.3, pp.289-297, 2015. DOI:<http://dx.doi.org/10.5977/ikasne.2015.21.3.289>
- [29] J. B. Torres, V. S. Solberg, "Role of self-efficacy, stress, social integration, and family support in Latino college student persistence and health", *Journal of Vocational Behavior*, Vol.59, pp.53-63, 2001.
- [30] Y. J. Oh, "Predictors of College Life Adjustment among Nursing Students", *Journal of digital convergence*, Vol.15, No.7, pp.307-317, 2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2017.15.7.307>

박 희 옥(Hee-Ok Park)

[정회원]



- 1997년 2월 : 연세대학교 간호학과 (간호학사)
- 2006년 2월 : 연세대학교 대학원 간호학과 (간호학 박사)
- 2014년 9월 ~ 현재 : 대구보건대학교 간호학과 부교수

<관심분야>

인적자원관리, 문제중심학습, 질관리

박 수 진(Su-Jin Park)

[정회원]



- 2011년 3월 : 경상대학교 간호대학 간호학과 (간호학 석사)
- 2015년 8월 : 중앙대학교 간호대학 간호학과 (간호학 박사)
- 2016년 2월 ~ 현재 : 대구보건대학교 간호학과 조교수

<관심분야>

시뮬레이션 교육, 기초간호학

김 정 윤(Jeong-Yun Kim)

[정회원]



- 2009년 8월 : 대구가톨릭대학교 간호대학 간호학과 (간호학 석사)
- 2015년 2월 : 대구가톨릭대학교 간호대학 간호학과 (간호학 박사)
- 2015년 3월 ~ 현재 : 대구보건대학교 간호학과 조교수

<관심분야>

정신간호학, 청소년정신건강

최 효 신(Hyo-Sin Choi)

[정회원]



- 2011년 2월 : 계명대학교 간호대학 간호학과 (간호학 석사)
- 2019년 2월 : 계명대학교 간호대학 간호학과 (간호학 박사)
- 2016년 3월 ~ 현재 : 대구보건대학교 간호학과 조교수

〈관심분야〉

아동간호학, 미숙아 간호,