

성인초기 간호대학생의 긍정심리자본과 스트레스대처반응이 COVID-19 스트레스에 미치는 영향

송승연, 김소영, 김의빈, 도예림, 박미선, 박수빈, 박예은, 박지영, 박현정, 손해경*
울지대학교 간호학과

The Effects of Positive Psychological Capital and Stress Coping Response on COVID-19 Stress of Nursing Students in Young Adults

Seung Yeon Song, So Young Kim, Ui Bin Kim, Yei Rim Do, Mi Seon Park,
Su Bin Park, Ye Eun Park, Ji Young Park, Hyun Jung Park, Hae Kyoung Son*
Department of Nursing, Eulji University

요약 본 연구는 간호대학생의 긍정심리자본과 스트레스대처반응이 COVID-19 스트레스에 미치는 영향을 확인하기 위한 서술적 조사연구이다. 대상자는 2021년 7월 23일부터 8월 11일까지 S시에 소재한 일개 대학에 재학 중인 1~4학년의 간호대학생 176명을 편의표집 하였다. 자료수집은 자발적 연구 참여에 동의한 간호대학생에게 자가보고형 설문지를 온라인 구글서베이로 하였고, 자료분석은 SPSS 28.0 프로그램을 이용하여 기술통계, 피어슨 상관계수, 다중회귀분석으로 하였다. 연구 결과, 간호대학생의 연령($\beta = -0.24$, $p = .002$)이 낮을수록, 스트레스대처반응($\beta = 0.18$, $p = .024$)이 높을수록 COVID-19 스트레스가 높은 것으로 나타났다. 반면에 긍정심리자본은 COVID-19 스트레스에 유의미한 영향이 확인되지 않았다. 따라서 추후 연구에서 COVID-19 위기 상황에서 성인초기인 간호대학생의 연령 등의 일반적 특성과 스트레스대처반응을 중심으로 COVID-19 스트레스를 통합적으로 접근하고, 간호 교육 및 실무에서 COVID-19 스트레스의 관련 요인을 효과적으로 관리할 수 있는 중재를 제공할 것을 제안한다.

Abstract This study aimed to identify the effects of positive psychological capital and stress coping response on coronavirus disease 19 (COVID-19) stress of nursing students. A total of 176 nursing students at one university in S city, Korea, were recruited by convenience sampling from July 23 to August 11, 2021. Data were collected via a self-reported questionnaire using an online Google survey and analyzed with descriptive statistics, Pearson's correlation coefficient and multiple regression analysis to identify the predictors of COVID-19 stress using SPSS 28.0 program. Lower age ($\beta = -0.24$, $p = .002$) and higher stress coping response ($\beta = 0.18$, $p = .024$) were observed, corresponding to increased COVID-19 stress. However, positive psychological capital was not an affecting factor of COVID-19 stress. This study suggests an integrated approach in future study and effective interventions in nursing education and practice based on general features, such as age and stress coping response for COVID-19 stress management of nursing students in young adults in COVID-19 pandemic.

Keywords : Coping, Coronavirus, Nursing, Positive Psychology, Stress

*Corresponding Author : Hae Kyoung Son(Eulji Univ.)

email: sonhk@eulji.ac.kr

Received October 5, 2021

Accepted December 6, 2021

Revised November 11, 2021

Published December 31, 2021

1. 서론

1.1 연구의 필요성

최근 전 세계로 확산된 신종 호흡기 감염병인 코로나바이러스 감염증-19(Coronavirus disease-2019, 이하 COVID-19)는 중증 급성 호흡기 증후군 코로나바이러스(Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2, SARS-CoV-2)에 의한 감염으로[1] 밀접한 접촉 시 비말에 의한 전파 가능성이 높아 마스크 착용, 사회적 거리두기와 같은 감염 예방 수칙을 준수하도록 하고 있다. 그럼에도 불구하고 COVID-19의 세계적 대유행 및 장기화로 인해 개인과 우리 사회의 불안 및 스트레스 등의 정신건강 측면에 부정적인 영향이 가중되면서 이에 대처하는데 악영향을 미치고 있다[2].

정신건강 관련 문제는 삶의 질에 영향을 주는 요인으로서 다수가 경험하고 있는 만큼 사회적 관심의 증가와 함께 관련 연구가 다각적인 측면에서 수행되고 있다. 특히 스트레스는 특정 문제 혹은 상황이 개인의 한계를 넘어선 자원을 요구하여 개인의 안녕을 위협하는 상태를 의미하며 정신건강을 위협하는 대표적인 요인 가운데 하나이다[3]. 따라서 개인의 스트레스 관리 및 정신건강 증진을 위한 관심과 노력이 강조되고 있다.

미래의 전문직 간호사를 준비하는 간호대학생의 경우도 COVID-19로 인해 정신건강 측면에 부정적 영향이 가중되고 있다[4]. 간호대학생은 간호대상자인 감염병 환자의 다양한 문제를 마주해야 하므로 COVID-19 상황에서 감염에 대한 두려움이 커져 환자 간호를 준비하는데 따른 스트레스가 높고, 기존에 누리던 일상생활의 제약과 갑작스러운 생활방식의 변화에 따른 고립감, 예기치 못한 상황에 대한 당혹감 등으로 인해 심리적 위기를 경험하고 있다[4]. 일반적으로도 간호대학생은 보건의료분야의 타 학문과 비교하여 정형화된 교육과정과 학업량, 취업을 위한 성적의 서열화 등으로 학업 부담이 높은 편이고, COVID-19 상황에서 대면 수업을 대체한 온라인 수업의 새로운 방식에의 부적응과 임상실습을 병행하면서 감염에 대한 불안, 두려움으로 인해 어려움이 가중되었다[4,5]. 간호대학생의 COVID-19 확산으로 인한 경험에 대한 심층적인 이해는 COVID-19 스트레스에 대한 접근 시 중요한 기초 자료로서 활용되어야 한다.

특히 대학생 시기는 입시 중심의 수동적인 태도에서 벗어나 사회인으로서의 주체적인 역할을 준비한다[6]. 이 시기는 생애주기 가운데 청소년기를 지나 성인기에 진입하는 초기 단계이자 자신의 내·외적 환경을 탐색하고 정

체감, 인생관, 가치관이 확립되는 심리사회적 발달 단계로서도 매우 중요한 시기이다[7]. 따라서 COVID-19로 인한 위기 상황에서 간호대학생이 COVID-19 스트레스로 인한 어려움이 확대되지 않도록 영향 요인을 규명하여 이 시기에 대학생 및 생애주기에 따른 발달과업을 적절하게 성취할 수 있도록 도울 필요가 있다고 사료된다. 이는 개인의 성장과 함께 향후 사회적 발전에 기여하는데 중요하다[6].

이와 관련하여 긍정심리자본은 긍정심리학에 기초한 새로운 패러다임에 의해 등장한 개념으로서 자기효능감, 희망, 낙관성, 회복력의 네 가지 긍정적인 심리상태의 자원을 통합하는 상위개념이다[8,9]. 즉, 개인의 긍정적인 심리상태가 서로 복합적으로 작용하여 개인의 역량을 강화하고 긍정적인 성과를 이루는데 역량을 발휘하게 하는 주요 변인으로서[10] COVID-19 대유행과 같은 어려운 상황에서도 이를 극복하고 나아갈 수 있는 중요한 자본이자 수단으로 주목받고 있다. 특히 간호사를 포함한 보건의료서비스 종사자들은 갈수록 복잡하고 높은 수준의 직무능력을 요구하는 의료환경 변화에 보다 긍정적이고 유연하게 대처하는 태도가 중요하다[11]. 다시 말해, 긍정심리자본은 COVID-19와 같은 위기 상황에서도 상황을 낙관적으로 바라보고 원래의 상태로 복원하려는 태도를 보여 목표 의식과 자기효능감[12], 직무 만족과 성과를 높이고[13] 스트레스로 인한 신체적, 정신적 탈진으로 인한 소진을 감소시켜주는 원동력이 된다[14].

또한 간호대학생은 COVID-19와 같은 스트레스가 초래되는 문제 상황에 부딪히게 되면 이에 대처하고 해결하는 능력이 저하되어 다양한 스트레스대처반응을 나타내므로 이에 대한 이해를 근간으로 스트레스에 효율적으로 대처할 수 있도록 도모해야 한다[15]. 특히 스트레스 대처는 개인이 가지고 있는 자원을 초과하거나 힘들다고 평가된 특정한 외적 혹은 내적 요구들을 처리하기 위한 인지적, 행동적 시도이다[3]. 간호대학생이 스트레스에 대처하고 해결하는 역량은 복잡하고 어려운 간호현장에서 간호 업무를 효율적으로 수행하고 성공적으로 적응하기 위한 필수적인 요소이다[15]. 이는 간호대상자의 건강 및 안전에 대한 관심이 높아지고 양질의 의료서비스에 대한 요구가 증가하면서 간호사를 포함한 보건의료서비스 종사자들이 다양한 형태의 스트레스에 노출되고 있어 이를 조절하는 능력이 요구되는 사회적 맥락에서 COVID-19로 인해 간호대학생이 경험하는 스트레스대처반응에 대한 이해가 필요하다[11].

이에 본 연구는 간호대학생의 긍정심리자본과 스트레

스대처반응이 COVID-19 스트레스에 미치는 영향을 규명하여 COVID-19라는 위기 상황에서 성인초기인 간호대학생의 스트레스 관리 및 정신건강을 증진하기 위한 기초자료를 마련하고자 한다.

1.2 연구 목적

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 간호대학생의 긍정심리자본, 스트레스대처반응 및 COVID-19 스트레스의 수준을 확인한다.

둘째, 간호대학생의 긍정심리자본, 스트레스대처반응 및 COVID-19 스트레스의 상관관계를 확인한다.

셋째, 간호대학생의 COVID-19 스트레스의 영향요인을 확인한다.

2. 연구 방법

2.1 연구 설계

본 연구는 간호대학생의 긍정심리자본과 스트레스대처반응이 COVID-19 스트레스에 미치는 영향을 규명하기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구 대상

연구 대상은 S시에 소재한 일개 대학의 간호대학생이며, 본 연구에 대한 설명을 듣고 자발적으로 참여를 희망하는 1~4학년에 재학 중인 자를 편의표집 하였다. 대상자 수는 G-power 3.1.9.7 프로그램을 이용하여 효과크기 0.15, 유의수준 0.05, 검정력 0.95, 예측인자 7개로 계산하였을 때 최소 153명이었으며 탈락률 약 20%를 고려하여 총 176명을 모집 및 최종 분석하였다.

2.3 연구 도구

2.3.1 일반적 특성

일반적 특성은 대상자의 성별, 연령, 학년, 종교, 전공 만족도에 대해 확인하였다.

2.3.2 긍정심리자본

긍정심리자본은 개인의 긍정적인 심리상태를 의미하며 본 연구에서는 Luthans, Youssef와 Avolio [8]가 개발하고 Kim과 Seo [9]가 사용한 긍정심리자본 척도로 측정하였다. 본 척도는 자기효능감, 희망, 낙관성, 복원력

의 4개 하위요인별로 각 6문항씩 총 24문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'의 5점 리커트 척도로 응답하며 총점이 높을수록 긍정적인 심리상태임을 의미한다. 신뢰도는 Cronbach's α 가 .833이었으며[9], 본 연구에서는 .844이었다.

2.3.3 스트레스대처반응

스트레스대처반응은 Moos [16]가 개발한 성인용 대처반응검사(Coping Response Inventory - Adult Form)를 Park [17]이 번역 및 역번역을 통해 타당도를 검증한 도구로 측정하였다. 본 도구는 18세 이상 성인의 스트레스 유발 생활사건 또는 상황에 대한 대처반응에 따른 안정성과 변화를 점검하고 효과적인 대처반응을 알아보는데 유용한 도구이다[17]. 본 도구는 논리적 분석, 긍정적 재평가, 지도 및 지지 추구, 문제 해결의 4개 하위요인을 포함한 접근반응(approach coping)과 인지적 회피, 수용 또는 체념, 대안적 보상추구, 정서표출의 4개 하위요인을 포함한 회피반응(avoidance coping)으로 구성되어 있으며, 각 요인별로 6문항씩 총 48문항이다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(0점)'에서 '매우 자주 그렇다(3점)'의 4점 리커트 척도로 응답한다. 본 도구의 신뢰도는 Cronbach's α 가 .86이었으며[17], 본 연구에서는 .896이었다.

2.3.4 COVID-19 스트레스

COVID-19 스트레스는 Kim, Park, Lee와 Park [18]이 한국인을 대상으로 개발한 코로나 스트레스 척도(COVID Stress Scale for Korean People, CSSK)를 사용하였다. 본 척도는 감염에 대한 두려움, 사회적 거리두기로 인한 어려움, 타인에 대한 분노의 3개 하위요인, 총 21문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 전혀 그렇지 않다(1점)에서 '매우 그렇다(5점)'의 5점 리커트 척도로 응답하며 총점이 높을수록 COVID-19 관련 스트레스 수준이 높음을 의미한다. 신뢰도는 Cronbach's α 가 .86이었으며[18], 본 연구에서는 .820이었다.

2.4 자료 수집

자료 수집은 2021년 7월 23일부터 8월 11일까지 진행되었다. 연구자가 연구 목적과 방법에 대해 자세히 설명한 후 연구 참여를 희망한 대상자에게 자가보고형 설문지를 온라인 구글서베이(<http://forms.gle/UoDyKi1qaLa8JMD1A>)로 배포하고 자율적으로 제출을 완료

할 수 있도록 하였다. 연구의 윤리적 측면을 고려하여 본 연구에 자발적으로 참여를 희망하는 경우에만 자료 수집을 하였으며 수집된 자료는 익명성이 보장되고 연구 이외의 목적으로 사용되지 않으며 참여를 원하지 않을 경우 언제든지 철회가 가능하다는 것을 안내하였다. 설문에 참여한 모든 대상자에게 소정의 사은품(3천원 상당의 커피 쿠폰)을 제공하였다.

2.5 자료 분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 28.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성과 주요 변수는 기술통계로, 상관성 분석은 피어슨 상관계수로, 영향 요인은 다중회귀분석을 통한 회귀계수로 분석하였다. 자료의 통계적 유의수준은 $p < .05$ 로 설정하였다.

3. 연구 결과

3.1 일반적 특성

대상자의 일반적 특성은 다음과 같다(Table 1). 우선 성별은 여자가 148명(84.1%), 남자가 28명(15.9%)이었고 연령은 20세가 47명(26.7%), 19세가 42명(23.9%), 22세 이상이 38명(21.6%) 순이었다. 학년은 1학년이 48명(27.3%), 2학년이 54명(30.7%), 3학년이 65명(36.9%), 4학년이 9명(5.1%)이었다. 종교는 무교가 109명(61.9%)

Table 1. General Characteristics of Subjects (N=176)

Variables	Categories	n (%)
Gender	Female	148 (84.1)
	Male	28 (15.9)
Age (year)	≤ 18	18 (10.2)
	19	42 (23.9)
	20	47 (26.7)
	21	31 (17.6)
	≥ 22	38 (21.6)
Grade	1st	48 (27.3)
	2nd	54 (30.7)
	3rd	65 (36.9)
	4th	9 (5.1)
Religion	Christianity	45 (25.6)
	Catholicism	16 (9.1)
	Buddhism	4 (2.3)
	None	109 (61.9)
	Etc.	2 (1.1)
Major satisfaction	Very unsatisfied	1 (0.6)
	Unsatisfied	3 (1.7)
	Moderate	44 (25.0)
	Satisfied	103 (58.5)
	Very satisfied	25 (14.2)

으로 가장 많았고, 기독교가 45명(25.6%), 천주교가 16명(9.1%), 불교가 4명(2.3%)이었다. 전공만족도는 만족 또는 매우 만족으로 응답한 경우가 128명(72.7%)이었다.

3.2 일반적 특성에 따른 COVID-19 스트레스

대상자의 일반적 특성이 COVID-19 스트레스에 미치는 영향을 살펴보면(Table 2), 일반적 특성 가운데 성별($p=.016$)과 연령($p=.002$)이 COVID-19 스트레스의 유의미한 영향 요인으로 나타났다(Table 2).

Table 2. COVID-19 Stress according to General Characteristics (N=176)

Variables	Categories	t / F	p
Gender	Female	2.44	.016
	Male		
Age (year)	≤ 18	17.16	.002
	19		
	20		
	21		
	≥ 22		
Grade	1st	6.05	.109
	2nd		
	3rd		
	4th		
Religion	Christianity	4.41	.353
	Catholicism		
	Buddhism		
	None		
	Etc.		
Major satisfaction	Very unsatisfied	0.71	.584
	Unsatisfied		
	Moderate		
	Satisfied		
	Very satisfied		

3.3 주요 변수

주요 변수 및 각 하위요인의 평균은 다음과 같다(Table 3). 긍정심리자본은 5점 만점에 평균 3.58 ± 0.44 점, 스트레스대처반응은 4점 만점에 평균 2.23 ± 0.35 점, COVID-19 스트레스는 5점 만점에 평균 3.68 ± 0.57 점이었다.

3.4 상관관계

COVID-19 스트레스와 주요 변수 간 상관관계를 살펴보면(Table 4), COVID-19 스트레스는 긍정심리자본($r=-.037$, $p=.629$) 및 스트레스대처반응($r=.144$, $p=.056$)과 유의미한 상관성이 나타나지 않았다($p>.05$). 다만 스트레스대처반응 가운데 회피반응($r=.159$, $p=.035$)이 COVID-19 스트레스와 약한 상관관계가 있었다.

Table 3. Variables

(N=176)

Variables / Factors	Mean±SD	Min.~Max.	Total score±SD
Positive psychological capital	3.58±0.44	2.17~4.63	85.97±10.46
Self-efficacy	3.74±0.56		
Hope	3.66±0.55		
Optimism	3.31±0.60		
Resiliency	3.62±0.50		
Stress coping response	2.23±0.35	1.35~3.52	106.93±16.97
Approach coping	2.41±0.44		
Logical analysis	2.63±0.49		
Positive reappraisal	2.43±0.51		
Seeking guidance and support	2.05±0.54		
Problem solving	2.53±0.58		
Avoidance coping	2.05±0.39		
Cognitive avoidance	2.17±0.56		
Acceptance or resignation	1.97±0.53		
Seeking alternative rewards	2.17±0.51		
Emotional discharge	1.88±0.46		
COVID-19 stress	3.68±0.57	1.31~5.00	77.44±12.10
Fear of infection	3.73±0.76		
Difficulties of social distancing	3.23±0.78		
Anger toward others	4.08±0.70		

Table 4. Correlations between COVID-19 Stress and Variables

(N=176)

Variables	r (p)
	COVID-19 stress
Positive psychological capital	-.037 (.629)
Stress coping response	.144 (.056)
Approach coping	.093 (.219)
Avoidance coping	.159 (.035)

3.5 COVID-19 스트레스의 영향 요인

COVID-19 스트레스에 유의미한 영향을 미치는 요인을 확인한 결과는 다음과 같다(Table 5). 우선 공차한계(Tolerance)가 모두 0.1 보다 커서 다중공선성에 문제가 없었고 Durbin-Watson은 1.969로 잔차 간에 상관관계가 없는 것으로 판단되어 회귀모형에 적합하였다. F값은 5.643 ($p<.001$)로 나타나 회귀선이 모델에 적합하였으며 11.7%($R^2=.117$)의 설명력이 있었다.

회귀분석 결과, 연령($\beta=-0.24$, $p=.002$)과 스트레스대처반응($\beta=0.18$, $p=.024$)이 COVID-19 스트레스의 유의미한 영향 요인으로 나타났다. 이는 간호대학생의 연령이 낮을수록, 스트레스대처반응이 높을수록 COVID-19 스트레스가 유의미하게 증가함을 의미한다. 다만, 추가

분석 결과에서 스트레스대처반응 가운데 문제중심적 대처경향인 접근반응($\beta=0.11$, $p=.291$)과 정서중심적 대처경향인 회피반응($\beta=0.09$, $p=.308$)은 COVID-19 스트레스에 유의미한 영향이 확인되지 않았다.

Table 5. Predictors of COVID-19 Stress

(N=176)

Variables	B	SE	β	t	p	Tolerance	VIF
(Constant)	3.26	0.48		6.74	<.001		
Age (year)	-0.10	0.03	-0.24	-3.19	.002	0.936	1.069
Gender [†]	-0.20	0.12	0.13	1.75	.083	0.910	1.099
Positive psychological capital	-0.07	0.10	-0.05	-0.69	.489	0.849	1.178
Stress coping response	0.28	0.12	0.18	2.28	.024	0.871	1.148
Approach coping	0.14	0.13	0.11	1.06	.291	0.470	2.127
Avoidance coping	0.13	0.13	0.09	1.02	.308	0.674	1.484

[†]Dummy variable

4. 논의

본 연구는 간호대학생의 긍정심리자본과 스트레스대처반응이 COVID-19 스트레스에 미치는 영향을 분석하였다. 연구 결과, 간호대학생의 연령과 스트레스대처반응이 COVID-19 스트레스에 유의미한 영향을 미치는 것을 확인하였다. 특히 본 연구에서 대학생 시기는 중장년기, 노년기의 건강뿐만 아니라 삶의 질에 영향을 미치는 중요한 시기이며[19] 예비 간호사인 간호대학생의 COVID-19 스트레스로 인한 정신건강 측면에 대한 이해는 매우 중요한 의미가 있다.

우선 본 연구에서 간호대학생의 긍정심리자본은 5점 만점에 평균 3.58점으로 긍정심리자본 향상 프로그램을 개발 및 효과 평가한 선행연구[20]에서 일반 대학생의 평균 3.55점과 유사한 수준이었다. 반면에 이는 임상간호사의 긍정심리자본을 측정한 연구[21]에서 평균 3.32점, 신규간호사를 대상으로 한 연구[22]에서 평균 2.94점과 비교하여 보다 높은 수준임을 알 수 있었다. 따라서 추후 연구를 통해 미래의 간호사인 간호대학생과 임상 또는 신규간호사의 집단에 따른 차이 비교를 제언한다. 다만 본 연구에서 긍정심리자본은 COVID-19 스트레스의 영향 요인으로 확인되지 않았다. 본 연구 결과는 선행연구에서의 자료수집 시점과는 달리 COVID-19로 인한 특수한 상황임을 고려한 해석이 요구된다. 즉, COVID-19

로 인한 자료수집 시점의 상황적 특성에도 불구하고 이전 시기의 일반 대학생이 가진 긍정적인 심리적 역량 수준과 유사하여 간호대학생의 COVID-19 스트레스에 유의미한 영향을 미치지 못한 것으로 사료되며, 이들 간의 매개적 영향 요인에 대한 보다 심층적인 이해가 뒷받침되어야 할 것이다. 긍정심리자본은 개발 및 개선이 가능한 상태적(state-like) 특성을 가지고 있으므로[21] COVID-19로 인한 위기 상황에도 자신과 주위 환경을 낙관적인 관점으로 바라볼 수 있는 중재를 제공하고 제도적 또는 정책적 대안을 통해 간호대학생의 심리적 역량을 증진시킬 수 있도록 도모해야 할 것이다[20].

또한 간호대학생의 연령이 COVID-19 스트레스의 영향 요인으로서 연령이 낮을수록 COVID-19 스트레스가 유의미하게 증가함을 알 수 있었다. 한국트라우마스트레스학회(Korean Society of Traumatic Stress Studies)의 2020년 12월 국민정신건강실태조사에 따르면 불안, 우울, 자살 생각이 19~29세 연령층에서 가장 높은 수준으로 보고되었으며[23], 이는 COVID-19로 인한 정신적, 심리적 측면에의 직접적인 영향이 고려된다[24,25]. 즉, 이는 COVID-19로 인해 사회적 안전과 협력이 필요한 시기적 현상을 반영하여 대학생의 신체활동 감소와 우울, 불안 등의 부정적인 정신건강을 시사한다[25]. 따라서 연령이 낮을수록 COVID-19에 대한 올바른 이해 및 대처방안을 마련할 수 있도록 적극적인 개입이 요구된다. 다만 일반적으로 학년이나 연령이 올라갈수록 신체활동량이 감소한다는 선행연구의 상이한 결과에 근거하여[26,27] 추후 반복연구에서는 간호대학생의 연령이 COVID-19 스트레스에 미치는 영향에 신체활동 수준의 매개 효과를 함께 규명해볼 필요가 있다.

게다가 본 연구에서 간호대학생의 스트레스대처반응이 COVID-19 스트레스의 영향 요인으로서 스트레스대처반응이 높을수록 COVID-19 스트레스가 유의미하게 증가함을 알 수 있었다. 다만 접근반응 즉, 스트레스 요인을 직접적으로 다루거나 해결하려는 인지적 및 행동적 노력인 문제중심적 대처경향과 회피반응 즉, 스트레스 요인이나 그로 인한 결과에 대해 생각하는 것을 회피하기 위한 인지적 및 행동적 시도인 정서중심적 대처경향은 COVID-19 스트레스에 유의미한 영향이 확인되지 않았다. 특히 본 연구에서 간호대학생의 COVID-19 스트레스는 평균 77.44점이었으며, 기존의 선행연구[25]에서 신체활동이 적어 COVID-19 스트레스 수준이 높은 일반 대학생의 평균인 75.66점을 상회하였다. 간호대학생의 경우도 규칙적인 신체활동 수준이 낮은 편이고 여학

생 비율이 높은 특성상 남학생과 비교하여 여학생의 신체활동 수준이 보다 낮다는 선행 결과에 근거해 본 결과는 지지된다[28]. 선행연구[28]에 따르면 간호대학생은 스트레스 상황에서 도움을 줄 자원을 찾거나 불편한 정서 또는 감정을 통제하려는 노력을 하는 스트레스대처 강화 요소를 사용한다. 특히 스트레스대처 강화 요소는 COVID-19 스트레스에 대한 대처로서 규칙적인 신체활동 등과 같이 COVID-19 스트레스에 매개 역할을 하는 것으로 사료된다[28]. 반면에 COVID-19로 인해 우울, 불안, 무기력, 혼란 등의 스트레스대처반응을 경험하고 스트레스 상황에 대처하지 못하는 대학생들은 현재 처해진 환경적 적응의 어려움과 부정적인 사고로 인해 휴학 또는 자퇴로 이어진다[29]. 즉, 스트레스대처반응은 스트레스를 유발하는 상황에서 개인의 내적 요구와 환경적 요구 간 갈등을 해결하고 평형상태를 유지하고자 하는 개인의 대응행동의 결과로서 나타난 대처경향으로서 COVID-19 스트레스에 중대한 영향을 미치는 것이다[30]. 다만 성인초기의 간호대학생이 COVID-19로 인한 특수한 스트레스 상황에서 정서중심적 대처경향인 회피반응보다는 문제중심적 대처경향인 접근반응을 더 많이 사용하였고, 정서중심적 대처경향인 회피반응이 높을수록 COVID-19 스트레스가 높음을 알 수 있었다. 다만 본 결과를 바탕으로 스트레스대처반응에 따른 COVID-19 스트레스에 대한 추후 연구를 통해, 각 하위 대처기제가 가지는 정량적 의미와 함께 정성적 평가를 통해 선행 근거와 비교해볼 것을 제안한다.

본 연구 결과를 토대로 후속 연구에서는 다양한 생애주기별 대상과 넓은 범주의 외생 변수의 영향을 고려한 융합 연구를 시도하여 해당 자료수집 시점에서의 본 결과를 신중하게 일반화할 것을 제안한다. 또한 본 연구에서는 성별, 연령 등의 일부 일반적 특성만이 고려되었으므로 전향적 후속 연구를 통해 다양한 일반적 특성과 함께 COVID-19 스트레스 대처 관리를 위한 개입의 근거를 마련해야 한다.

5. 결론

본 연구는 간호대학생의 긍정심리자본, 스트레스대처반응 및 COVID-19 스트레스를 확인하여 이들 간의 연관성을 분석하고 COVID-19 스트레스에 영향을 미치는 요인을 규명하였다. 이는 생애주기적 관점에서 개인이 보다 행복하고 건강하게 나이가 들어가는 것을 의미하는

‘웰에이징(well-aging)’을 위한 초기 단계적 도입이며 향후 ‘위드 코로나(with corona)’로의 변화에 부합하는 선도적 헬스케어의 근거를 마련하는데 초석이 될 것으로 기대한다. 다만 본 연구는 일개 대학에서 편의표집된 간호대학생을 대상으로 하였으므로 결과의 일반화에 제한점이 있다. 다만 본 연구는 COVID-19 확산 및 장기화에 따른 효과적인 심리적 방역이 요구되는 현 시점에서 추후 전문직 보건의료서비스 종사자인 간호대학생의 COVID-19 스트레스 수준과 효과적인 대처를 위한 영향요인 분석 및 접근을 시도한 점에서 의의가 있다. 따라서 본 연구 결과를 바탕으로 추후 확대 연구를 통해 간호대학생의 COVID-19 스트레스에 영향을 미치는 다양한 개인적 요인 및 환경적 요인을 비교 검증할 것을 제안한다.

References

- [1] H. Eslami, M. Jalili, "The Role of Environmental Factors to Transmission of SARS-CoV-2 (COVID-19)", *AMB Express*, Vol.10, No.1, pp.1-8, 2020.
DOI: <https://doi.org/10.1186/s13568-020-01028-0>
- [2] C. L. Park, B. S. Russell, M. Fendrich, L. Finkelstein-Fox, M. Hutchison, J. Becker, "Americans' COVID-19 Stress, Coping, and Adherence to CDC Guidelines", *Journal of General Internal Medicine*, Vol.35, No.8, pp.2296-2303, 2020.
DOI: <https://doi.org/10.1007/s11606-020-05898-9>
- [3] R. S. Lazarus, S. Folkman, "Stress, Appraisal, and Coping", New York, NY: Springer, 2020.
- [4] G. C. Lee, J. Ahn, "College Nursing Students' Experiences of COVID-19 Pandemic", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.21, No.12, pp.142-152, 2020.
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2020.21.12.142>
- [5] H. An, J. Lee, "Influencing Factors of Nursing Students' College Life Adjustment in COVID-19", *Journal of Convergence for Information Technology*, Vol.11, No.3, pp.34-45, 2021.
DOI: <https://doi.org/10.22156/CS4SMB.2021.11.03.034>
- [6] H. W. Bang, G. P. Cho, "The Mediating Effects of Career Motivation and Career Maturity in the Relationship between University Student Major Satisfaction and University Life Adaptation", *Journal of Education & Culture*, Vol.26, No.4, pp.285-304, 2021.
DOI: <https://doi.org/10.24159/joec.2020.26.4.285>
- [7] E. H. Erikson, "Identity: Youth and Crisis", New York: Norton, 1968.
- [8] F. Luthans, C. M. Youssef, B. J. Avolio, "Psychological Capital: Developing the Human Competitive Edge", Oxford: Oxford University Press, 2007.
- [9] M. S. Kim, H. C. Seo, "Path Analysis of Geometric Psychology type, Positive Psychological Capital, and Communication Competence for University Students", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.19, No.6, pp.355-364, 2018.
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2018.19.6.355>
- [10] F. Luthans, K. W. Luthans, B. C. Luthans, "Positive Psychological Capital: Beyond Human and Social Capital", *Business Horizons*, Vol.47, No.1, pp.45-50, 2004.
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2003.11.007>
- [11] M. S. Cho, K. A. Jang, J. H. Park, "Impact of Dental Hygienist's Positive Psychological Capital on Job Satisfaction and Job Performance", *Journal of Korean Society of Dental Hygiene*, Vol.21, No.3, pp.271-279, 2021.
DOI: <https://doi.org/10.13065/jksdh.20210026>
- [12] Y. J. Jung, S. Min, Y. J. Ha, E. A. Kim, H. J. Na, "The Effect of Positive Psychology Program on the Sense of Purpose, Self-efficacy of Adolescents", *Workshop presentation file of Autumn Conference of Koreamanagement*, pp.398-411, 2010.
- [13] S. Y. Jun, "Influences of Burnout, Emotional Labor, and Positive Psychological Capital on Job Satisfaction of Nurses", *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*, Vol.23, No.2, pp.201-210, 2017.
DOI: <https://doi.org/10.1111/jkana.2017.23.2.201>
- [14] H. A. Jang, S. J. Han, "Effect of Role Stress, Resilience, and Professional Identity on Burnout in Dental Hygienists", *Journal of Korean Society of Dental Hygiene*, Vol.18, No.5, pp.683-691, 2018.
DOI: <https://doi.org/10.13065/jksdh.20180059>
- [15] J. S. Yu, S. H. Hwang, Y. J. Choi, "Factors Influencing Problem Solving Ability among Dental Hygiene Students", *Journal of Dental Hygiene Science*, Vol.13, No.4, pp.510-517, 2013.
- [16] H. Moos, *Coping Responses Inventory: Adult Form Professional Manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources, 1992.
- [17] S. R. Park, *Validity of Korean Coping Response Inventory (Adult Form)*, Master's thesis, Kyungnam University, Changwon, Korea, 2011.
- [18] E. Kim, S. Park, Y. Lee, H. Park, "Development and Initial Validation of the COVID Stress Scale for Korean People", *Korean Journal of Counseling*, Vol.22, No.1, pp.141-163, 2021.
DOI: <https://doi.org/10.15703/kic.22.1.202102.141>
- [19] S. Y. Lee, S. R. Suh, "Influence of Health Literacy and Self-care Agency on Health Promotion Behavior in Nursing Students", *Journal of Health Informatics and Statistics*, Vol.43, No.2, pp.126-133, 2018.
DOI: <https://doi.org/10.21032/jhis.2018.43.2.126>
- [20] Y. S. Jo, "Development of Program to improve the Positive Psychology Capital of University Student' and its Effects", *Journal of the Korea Academia-Industrial*

cooperation Society, Vol.17, No.4, pp.529-546, 2016.
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.4.529>

- [21] I. S. Kim, R. B. Seo, B. N. Kim, A. R. Min, "The Effects of Positive Psychological Capital, Organizational Commitment, Customer Orientation in Clinical Nurses", *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*, Vol.21, No.1, pp.10-19, 2015.
DOI: <https://doi.org/10.1111/jkana.2015.21.1.10>
- [22] K. J. Kim, M. S. Yoo, "The Influence of Psychological Capital and Work Engagement on Intention to Remain of New Graduate Nurses", *Journal of Nursing Administration*, Vol.48, No.9, pp.459-465, 2018.
DOI: <https://doi.org/10.1097/NNA.0000000000000649>
- [23] B. H. Kim, B. Y. Lee, Y. Y. Lee, S. J. Hwang, "Effects of the COVID-19 Pandemic on the Physical Activity and Mental Health of University Students", *Journal of the Korean Society of Integrative Medicine*, Vol.9, No.3, pp.59-68, 2021.
DOI: <https://doi.org/10.15268/ksim.2021.9.3.59>
- [24] J. Hyun, S. Kim, H. Kim, Y. J. Choi, Y. K. Choi, Y. R. Lee, et al. "COVID-19 and Risk Factors of Anxiety and Depression in South Korea", *Psychiatry Investigation*, Vol.18, No.9, pp.801-808, 2021.
DOI: <https://doi.org/10.30773/pi.2021.0125>
- [25] C. Coughenour, M. Gakh, J. R. Pharr, T. Bungum, S. Jalene, "Changes in Depression and Physical Activity Among College Students on a Diverse Campus After a COVID-19 Stay-at-Home Order", *Journal of Community Health*, Vol.46, No.4, pp.758-766, 2021.
DOI: <https://doi.org/10.1007/s10900-020-00918-5>
- [26] J. Y. Park, N. H. Kim, "Relationships between Physical Activity, Health Status, and Quality of Life of University Students", *Journal of Korean Public Health Nursing*, Vol.27, No.1, pp.153-165, 2013.
DOI: <https://doi.org/10.5932/JKPHN.2013.27.1.153>
- [27] G. S. Kim, C. Y. Lee, I. S. Kim, T. H. Lee, E. Cho, H. Lee, et al., "Assessing Correlates of Physical Activity Levels in Female University Students", *Journal of Korean Public Health Nursing*, Vol.27, No.3, pp.466-479, 2013.
DOI: <https://doi.org/10.5932/JKPHN.2013.27.3.466>
- [28] K. Seo, "Factors Affecting Regular Physical Activity 8in Nursing Students", *Journal of Health Informatics and Statistics*, Vol.44, No.1, pp.92-101, 2019.
DOI: <https://doi.org/10.21032/jhis.2019.44.1.92>
- [29] H. J. Yang, "Differences in Depression and Psychological Emotions according to the degree of Self-elasticity of College Freshmen in COVID-19", *Journal of the Convergence on Culture Technology*, Vol.6, No.3, pp.75-81, 2020.
DOI: <https://doi.org/10.17703/JCCT.2020.6.3.75>
- [30] A. G. Billings, R. H. Moos, "Coping, Stress and Social Resources among Adults with Unipolar Depression", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.46, No.4, pp.877-891, 1984.
DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.4.877>

송 승 연(Seung Yeon Song)

[준회원]



• 2019년 3월 ~ 현재 : 을지대학교
간호학과 학부생

<관심분야>

간호학

김 소 영(So Young Kim)

[준회원]



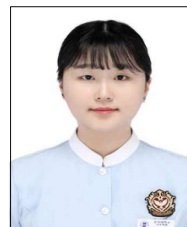
• 2019년 3월 ~ 현재 : 을지대학교
간호학과 학부생

<관심분야>

간호학

김 의 빈(Ui Bin Kim)

[준회원]



• 2019년 3월 ~ 현재 : 을지대학교
간호학과 학부생

<관심분야>

간호학

도 예 림(Yei Rim Do)

[준회원]



• 2019년 3월 ~ 현재 : 을지대학교
간호학과 학부생

〈관심분야〉
간호학

박 예 은(Ye Eun Park)

[준회원]



• 2019년 3월 ~ 현재 : 을지대학교
간호학과 학부생

〈관심분야〉
간호학

박 미 선(Mi Seon Park)

[준회원]



• 2019년 3월 ~ 현재 : 을지대학교
간호학과 학부생

〈관심분야〉
간호학

박 지 영(Ji Young Park)

[준회원]



• 2019년 3월 ~ 현재 : 을지대학교
간호학과 학부생

〈관심분야〉
간호학

박 수 빈(Su Bin Park)

[준회원]



• 2019년 3월 ~ 현재 : 을지대학교
간호학과 학부생

〈관심분야〉
간호학

박 현 정(Hyun Jung Park)

[준회원]



• 2019년 3월 ~ 현재 : 을지대학교
간호학과 학부생

〈관심분야〉
간호학

손 해 경(Hae Kyoung Son)

[정회원]



- 2012년 2월 : 차의과학대학교
일반대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2016년 8월 : 연세대학교 일반대
학원 간호학과 (간호학박사)
- 2017년 3월 ~ 2019년 2월 : 성신
여자대학교 간호학과 교수
- 2019년 3월 ~ 현재 : 을지대학교
간호학과 교수

〈관심분야〉

여성건강, 가족간호, 생애주기간호, 만성질환, 뇌과학