

# 간호대학신입생의 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성이 대학생활적응에 미치는 영향

## Influence of Emotional Awareness, Emotional Expressiveness, and Ambivalence over Emotional Expressiveness on College Student Adjustment in Freshman Nursing Students

김근면\*, 차선경\*\*

서울여자간호대학교\*, 청주대학교 간호학과\*\*

Geun Myun Kim(gkim@snjc.ac.kr)\*, Sunkyung Cha(sk0701@hanmail.net)\*\*

### 요약

본 연구는 간호대학신입생의 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성과 대학생활적응을 확인하고 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 파악하고자 수행되었다. 연구대상은 4년제 대학 2곳에 재학 중인 간호학과 신입생 159명이었고, 구조화된 설문지를 이용하여 2012년 5월 20일부터 6월10일까지 자료조사를 실시하였다. 대학생활적응은 정서주의와 정서명명과는 유의미한 양의 상관관계를 보였고, 긍정표현에 대한 양면성과 부정표현에 대한 양면성과는 유의미한 음의 상관관계를 나타냈다. 대학생활적응에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 정서주의였으며, 정서주의, 긍정표현에 대한 양면성, 부정표현에 대한 양면성, 정서명명은 대학 생활 적응에 대해 31.8%의 설명력을 나타내었다. 간호대학신입생의 대학생활적응 향상을 위해서 정서인식 및 정서표현양면성을 돕는 교육 프로그램의 개발이 필요하다.

■ **중심어** : | 정서 | 인식 | 사회적응 | 간호학생 |

### Abstract

This study was done to investigate emotional awareness, emotional expressiveness, ambivalence over emotional expressiveness, and college student adjustment, to analyze the factor affecting college student adjustment. The subjects were 159 freshman nursing students. Data were collected through structured questionnaires from May 20 to June 10, 2012. Data analysis was done using descriptive statistics, independent t-test, ANOVA, Pearson correlation coefficient, and multiple regression with SPSS WIN v 18.0. Positive correlation were found between college student adjustment and mood monitoring as well as mood labeling. On the other hand, ambivalence over positive emotional expressiveness and ambivalence over negative emotional expressiveness were significantly negative correlation with college student adjustment. In addition, mood monitoring, ambivalence over positive emotional expressiveness, mood labeling, and ambivalence over negative emotional expressiveness accounted for 31.8% of variance in college student adjustment. The results of this study suggest that programs for promoting emotional awareness and reducing ambivalence over emotional expressiveness are important for college adjustment in freshman nursing students.

■ **keyword** : | Emotions | Awareness | Social Adjustment | Nursing Students |

\* 본 연구는 서울여자간호대학교 교내연구비 지원에 의해 수행되었습니다(과제번호 : snjc2012-007).

접수번호 : #121106-001

접수일자 : 2012년 11월 06일

심사완료일 : 2012년 12월 24일

교신저자 : 차선경, e-mail : sk0701@hanmail.net

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성

대학신입생은 입학과 더불어 교육환경의 변화, 독립적이고 능동적인 생활방식으로서의 전환, 주도적인 학업의 요구, 새로운 대인관계와 대학생들에 대한 사회적 기대와 같은 급작스러운 심리적, 환경적 변화를 겪으면서 다양한 스트레스와 적응의 어려움을 경험하고 있다[1-3].

간호대학생의 경우 다른 전공과 달리 다양한 전공과목으로 인해 교육과정이 엄격하며 과중한 학습을 해야 할 뿐 아니라 임상실습으로 인해 짧은 시간 내에 정해진 지식을 습득해야 하는 어려움도 겪고 있으며[4][5], 특히 입학 직후에는 해부학, 생리학, 병리학, 간호용어 등 전공기초과목의 생소함과 암기해야 할 내용의 방대함으로 난감함을 경험하게 된다[6].

2010년 국민건강통계에 의하면, 대학생들은 한국 성인 남녀에 비해서 최근 우울했거나 우울증이라고 할 수 있는 심적 문제를 겪은 적이 있는 비율이 23.2~51.0%로 높게 나타났다[7]. 또한 우리나라 대학신입생들의 85.4%가 외로움, 불안, 우울이나 무기력, 분노, 자살충동 중 한 개 이상의 부정적 정서를 경험하고 있으며, 특히 여학생이 남학생에 비해 부정적 상태를 더 심각하게 호소하였다는 보고도 있다[8].

미국의 경우 간호대학신입생이 기분저하와 우울감 같은 정서상태를 경험하는 이유는 과중한 학업, 외로움 혹은 고립감, 자신이나 다른 사람의 기대에 부응하지 못했다는 부족감 등 이었다[9].

이러한 부정적인 정서적 경험은 대학생활에 대한 적응문제로 이어질 우려가 있으며 따라서 대학에 갓 들어와 대학생활에 적응하는 과정에서 정서적 문제가 쉽게 야기될 수 있는 대학신입생의 정서는 중요한 부분으로 관심을 가져야 할 변인이라 할 수 있다.

자신의 정서를 정확히 알고 표현하는 것은 개인이 적응적으로 기능하는데 중요한 역할을 한다. 개인은 스스로의 정서를 명확하게 인식하는 경우에 부정적인 기분을 덜 느끼며 부정적인 기분에서의 회복이 빠르다[10][11]. 대학생을 대상으로 한 연구에 따르면 스스로

의 정서를 잘 알아차림으로써 자신의 욕구를 더욱 명확하게 알아차릴 수 있고, 대인관계 문제 등도 감소한다고 보았다[12]. 또한 대학생의 정서인식을 정서명명파 정서주의로 나누어 살펴본 연구에서는 정서명명은 행복, 우울, 불안 등 적응 및 부적응 지표 모두에 유의한 영향력을 나타냈으나 정서주의는 부적응 지표들과만 관련성을 보였다[13].

정서표현에 대한 연구에서는 일반적으로 모든 사람은 정서를 표현하고자 하는 동기를 가지고 있으며, 자신의 감정과 기분을 왜곡 없이 표현하는 것과, 정서를 억제하기 보다는 표현하는 쪽이 심리, 신체적 건강에 이롭다는 입장을 받아들이며, 정서표현과 여러 신체적 질환들이 연관되어 있다는 보고들을 토대로 정서의 인식적인 면보다는 표현하는 데에 있어서의 어려움이 여러 심리적, 신체적 부적응을 낳는다고 주장한다[14].

그러나, 정서표현 자체보다는 정서표현에 대한 개인의 욕구가 더 중요하다는 입장에서 볼 때에는 정서표현 뿐만 아니라 정서표현양면성이 더욱 중요한 변인이다. 정서표현에 대한 양면성은 정서표현을 통제하면서 심리적 부적응에 영향을 미치고[15], 정서를 표현하고자 하는 욕구와 그렇지 않은 욕구의 양면성 수준이 높은 사람은 정서표현을 덜하고 문제중심대처를 하지 못하고 정서중심대처를 더 많이 사용하며 우울정도가 더 높은 것으로 나타났다[16]. 정서표현성을 포함하여 정서 관련 변수 중 사회심리적 건강에 가장 큰 설명력을 가진 변수가 정서표현양면성이라는 연구결과도 이를 지지한다[17].

적응은 어느 시기에서나 중요하지만 특히 대학생활의 적응이 중요한 이유는 대학생 시기가 성인기로 넘어가는 과도기적 시점이기도 하며 이시기에 형성되는 적응이 이후의 사회생활에도 영향을 미치기 때문이다[18]. 같은 맥락에서 대학신입생 기간은 대학생활의 성패를 좌우하는 중요한 시기임이 분명하지만 대학신입생의 적응에 영향을 미치는 연구는 여전히 부족한 실정이며 지속적인 연구가 필요하다[4].

기존의 간호대학신입생의 대학생활적응과 관련된 연구들은 자아존중감, 자기효능감, 학업스트레스, 스트레스, 사회적 지지 등의 변수를 다루었으며[2][4][19][20],

1~2학년의 간호대학생을 대상으로 한 일 연구는 자아탄성력과 스트레스 대처방식이 대학생활 적응에 미치는 영향에 대한 것이었다[21].

최근에야 정서지능과 같이 정서와 관련된 변수에 관심을 가진 연구가 발표되고 있으나[18], 아직까지 간호대학신입생이 가지고 있는 정서적 특성과 대학생활적응과의 관계를 밝히는데 있어서는 제한적이다.

이에 본 연구는 적응이 환경에 맞선 개인의 심리내적 상호작용이라는 관점에서, 간호대학신입생의 대학생활적응과 관련이 있는 중요한 개인적 변인이라 예측되는 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성 정도를 확인하고 대학생활적응에 미치는 영향을 파악하고자 한다. 또한 더 나아가 정서에 초점을 둔 간호대학신입생의 대학생활적응 향상을 위한 간호중재의 개발을 위한 기초자료로 활용하고자 한다.

## 2. 연구 목적

본 연구의 목적은 간호대학신입생의 정서인식, 정서표현, 정서표현 양면성과 대학생활적응 정도를 파악하고, 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 파악하고자 함이며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 간호대학신입생의 정서인식, 정서표현, 정서표현 양면성과 대학생활적응 정도를 확인한다.
- 2) 간호대학신입생의 일반적 특성에 따른 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성과 대학생활적응 정도를 확인한다.
- 3) 간호대학신입생의 정서인식, 정서표현, 정서표현 양면성과 대학생활적응 정도의 관계를 파악한다.
- 4) 간호대학신입생의 대학생활적응 정도에 영향을 미치는 요인을 규명한다.

## II. 연구방법

### 1. 연구 대상

본 연구는 충청북도 C시와 E군의 4년제 대학교 2곳의 간호학과 신입생 전체를 대상으로 임의표집하였다. 연구표본의 크기는 G\*power 3.1.4 프로그램을 이용하

여 산정하였으며, 7개의 예측변수에 대한 다중 회귀분석 시 유의수준 .05, 검정력 .95, 효과크기 .15를 기준으로 하였을 때 필요한 최소표본 수는 153명이었다. 최소표본 수를 기준으로 20% 정도의 탈락률을 고려하여 총 183명을 대상으로 하였고 회수된 165부 중에서 응답이 불성실한 6부를 제외한 159부를 분석에 사용하였다.

## 2. 연구 도구

### 2.1 정서인식

정서인식은 자신의 정서에 대해 모니터링하는 과정(자신의 기분에 주의를 집중하는 과정)과 정서를 명명하는(자신이 경험하는 정서를 명확하게 범주화하고 명명하는 과정) 두 가지 과정으로[22], 정서인식에 대한 개인차를 측정하기 위해서 Swinkels와 Giuliano[22]가 개발하고 이수정과 이훈구[23]가 수정보완한 정서인식척도(Mood Awareness Scale)를 사용하였다. 이 도구는 정서주의 과정과 정서명명 과정의 2개 하위요인, 총 10개 문항으로 구성되어 있으며, 전혀 그렇지 않다(1)에서 전적으로 그렇다(5)의 5점 척도로서 점수가 높을수록 자신의 정서에 대한 주의와 경험하는 정서에 대한 명명 정도가 높음을 의미한다. 이수정과 이훈구[23]의 연구에서 Chronbach's  $\alpha$ 는 정서주의가 .80, 정서명명이 .76이었고, 본 연구에서의 Chronbach's  $\alpha$ 는 전체 .67, 정서주의가 .81, 정서 명명이 .81이었다.

### 2.2 정서표현

정서표현은 개인이 외적으로 자기 정서를 표현하는 경향성을 의미하며[14], 정서를 표현하는 성향을 측정하고자 King과 Emmons[15]가 개발하고 하정[16]이 수정보완한 정서표현척도(Emotional Expressiveness Questionnaire)를 사용하였다. 친밀한 정서표현 4문항, 부정적 정서표현 3문항, 긍정적 정서표현 5문항으로 총 12개 문항으로 구성되어 있고 각 문항은 7점 척도로 전혀 그렇지 않다(1)에서 매우 그렇다(7)로 측정하도록 되어 있다. 점수가 높을수록 친밀한, 부정적, 긍정적 정서표현 정도가 높음을 의미한다. 하정[16]의 연구에서 Chronbach's  $\alpha$ 는 전체 .75, 친밀한 정서표현이 .70, 부정적 정서표현이 .63, 긍정적 정서표현이 .65이었다. 본 연

구에서의 Chronbach's  $\alpha$ 는 전체 .72, 친밀한 정서표현이 .66, 부정적 정서표현이 .62, 긍정적 정서표현이 .60이었다.

### 2.3 정서표현양면성

양면성(ambivalence)은 한 가지 개인적 노력에 대해 성취하고자 하는 욕구와 그렇지 않은 욕구를 동시에 갖는 개인적 감정으로, 정서표현에 대한 개인의 노력은 특히 표현하고자 하는 욕구와 그렇지 않은 욕구가 양면성을 일으키기 쉽다[15]. 본 연구에서는 정서를 표현하는 것에 대한 양면성을 측정하고자 King 과 Emmons[15]가 개발하고 하정[16]이 수정보완한 정서표현양면성척도(Ambivalence over Emotional Expressiveness Questionnaire)를 사용하였다. 전체 28문항으로 긍정적 정서표현에 대한 양면성 10문항과 부정적 정서표현에 대한 양면성 18문항으로 구성되어 있고 각 문항은 7점 척도로 전혀 그렇지 않다(1)에서 매우 그렇다(7)로 측정하도록 되어 있다. 점수가 높을수록 긍정적, 부정적 정서표현에 대한 양면성 정도가 높음을 의미한다. 하정[16]의 연구에서 Chronbach's  $\alpha$ 는 전체 .91, 긍정표현에 대한 양면성이 .88, 부정표현에 대한 양면성이 .85이었고, 본 연구에서의 Chronbach's  $\alpha$ 는 전체 .92, 긍정표현에 대한 양면성이 .87, 부정표현에 대한 양면성이 .86이었다.

### 2.4 대학생활적응

대학생활적응은 대학에서 학업과 관련된 생활과 대인관계나 기타 사회생활에 적응하고 심리적 스트레스에 대해 적절히 대처하며 자신이 다니는 대학이나 학생에 대한 전반적인 애착이나 호감, 유대감을 갖는 것을 의미하며[24], 대학생의 학교적응 수준을 측정하기 위해 Baker와 Siryk[24]이 개발한 대학생활적응 척도(Student Adaptation to College Questionnaire [SACQ])를 조화진[25]이 수정, 보완한 도구로 측정하였다. 이 도구는 학업적응요인 24문항, 사회적응요인 18문항, 개인-정서적응 요인 15문항, 대학환경적응요인 10문항 등 총 67문항의 4개 하위 요인으로 구성되어 있고, 각 문항은 9점 척도로 전혀 그렇지 않다(1)에서 매우

그렇다(9)로 측정하도록 되어 있다. 점수가 높을수록 학교적응수준이 높음을 의미한다. 조화진[25]의 연구에서의 Chronbach's  $\alpha$ 는 전체가 .93, 학업적응이 .86, 사회적응이 .87, 개인-정서적응이 .82, 대학환경적응이 .79이었다. 본 연구에서의 Chronbach's  $\alpha$ 는 전체 .91, 학업적응이 .83, 사회적응이 .88, 개인-정서적응이 .79, 대학환경적응이 .82이었다.

### 3. 자료수집

연구 대상자에게 자료수집 전에 연구목적, 연구진행 절차, 사생활 보호, 연구목적으로의 사용, 연구 진행 중 상시 연구 참여의 철회 가능, 자료보호에 대해 충분히 설명한 후 대상자의 자발적인 참여에 대한 동의를 받은 후 설문조사를 실시하였다. 설문지는 실제 조사 전에 5명의 학생에게 미리 작성하도록 하여 이해하기 어려운 문구 등을 수정하였고, 대상자가 자가 기록하도록 하였으며, 소요시간은 15분 정도였다. 연구에 참여한 대상자에게는 소정의 선물이 제공되었고, 연구 설문지의 배포와 수거는 연구자 이외의 조사원을 통해 이루어졌다. 본 연구의 자료수집 기간은 간호대학신입생이 거주 문제, 강의와 시험, 선배와 후배관계 및 동아리 활동 등을 경험해 본 이후인 1학기 중반 이후인 2012년 5월 20일부터 6월 10일까지였으며, 수집된 165부 중에서 응답이 불성실한 6부를 제외한 159부를 분석에 사용하였다.

### 4. 자료분석방법

수집된 자료는 IBM SPSS Statistics 20으로 분석하였으며, 구체적인 분석 방법은 다음과 같다.

- 1) 간호대학신입생의 정서인식, 정서표현, 정서표현 양면성과 대학생활적응 정도는 실수, 백분율, 평균, 표준편차, 범위로 분석하였다.
- 2) 간호대학신입생의 일반적 특성에 따른 정서인식, 정서표현, 정서표현 양면성과 대학생활적응 정도는 t-test와 ANOVA로 분석하였다.
- 3) 간호대학신입생의 정서인식, 정서표현, 정서표현 양면성과 대학생활적응의 상관관계는 Pearson's correlation coefficients로 분석하였다.
- 4) 간호대학신입생의 대학생활적응 정도에 영향을

미치는 요인을 확인하기 위해 유의하게 나타난 반응변수들을 포함하여 multiple regression을 실시하였다.

### III. 연구결과

#### 1. 대상자의 일반적 특성

본 연구의 대상자는 평균 연령 18.7세의 간호대학신입생 159명으로 여자가 86.2%를 차지하고 있었으며, 종교가 있는 경우가 59.7%였고, 부모 모두가 생존해 있는 경우가 94.4%였다. 동거유형으로는 가족과의 동거가 54.7%로 가장 많았으며, 경제상태는 중으로 생각하고 있는 대상자가 82.4%를 차지하였고, 동아리 활동을 하고 있는 경우가 55.3%였다. 간호학과 지원동기에 대한 다중응답에서는 취업의 용이가 57.2%로 가장 높게 나타났다으며, 적성이 40.9%, 주변의 권유가 35.2% 순으로 나타났고 기타로는 꿈, 선교, 보건의료에 대한 관심이 있었다[표 1].

표 1. 대상자의 일반적 특성 (N=159)

특성	구분	n(%) or M±SD
연령		18.70 ± 0.87
성별	여자	137(86.2)
	남자	22(13.8)
종교	유	95(59.7)
	무	64(40.3)
가족관계	부모생존	150(94.4)
	편부모	8( 5.0)
	부모부재	1( 0.6)
동거유형	가족동거	87(54.7)
	가족사	66(41.5)
	친구/선후배동거	3( 1.9)
	혼자자취	3( 1.9)
경제상태	상	10( 6.3)
	중	131(82.4)
	하	18(11.3)
동아리활동	유	88(55.3)
	무	71(44.7)
간호학과 지원동기*	취업용이	91(57.2)
	주변권유	56(35.2)
	고교성적	19(11.9)
	적성	65(40.9)
	해외취업	14( 8.8)
	좋은 간호사 이미지	26(16.4)
기타	9( 5.7)	

\* 다중응답처리

#### 2. 대상자의 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성 및 대학생활적응 정도

대상자의 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성과 대학생활적응 정도는 [표 2]와 같다. 5점 척도인 정서주의는 평균평점 3.06점, 정서명명은 3.36점으로 정서명명이 다소 높았다. 7점 척도인 친밀한 정서표현은 4.19점, 부정적 정서표현은 4.75점, 긍정적 정서표현은 5.18점으로 긍정적 정서표현이 높게 가장 높게 나타났다. 또한 7점 척도로 긍정표현에 대한 양면성(3.88점) 보다는, 부정표현에 대한 양면성(4.37점)이 더 높았다. 9점 척도인 대학생활적응 전체는 5.22점이었고, 하위요인으로 학업적응이 4.81점, 사회적응이 5.68점, 개인-정서적응이 5.03점, 대학환경적응이 5.97점으로 나타났다.

표 2. 대상자 정서인식, 정서표현, 정서표현갈등 및 대학생활적응 정도

(N=159)			
변수	하위요인	M±SD	Min-Max
정서인식	정서주의	3.06±0.55	1.20-4.60
	정서명명	3.36±0.74	1.40-5.00
	총	3.22±0.50	2.10-5.00
정서표현	친밀한 정서표현	4.19±1.11	1.25-6.75
	부정적 정서표현	4.75±1.02	2.33-7.00
	긍정적 정서표현	5.18±0.76	3.60-7.00
	총	4.74±0.70	2.83-6.75
정서표현 양면성	긍정표현에 대한 양면성	3.88±1.03	1.30-6.70
	부정표현에 대한 양면성	4.37±0.78	1.67-5.94
	총	4.19±0.81	1.71-6.18
대학생활적응	학업적응	4.81±0.86	2.29-7.08
	사회적응	5.68±1.09	1.83-8.17
	개인-정서적응	5.03±1.05	2.13-7.40
	대학환경적응	5.97±1.27	1.60-8.50
	총	5.22±0.70	2.22-7.13

#### 3. 대상자의 일반적 특성에 따른 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성 및 대학생활적응 정도의 차이

대상자의 일반적 특성에 따른 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성과 대학생활적응을 분석한 결과, 정서인식은 간호학과지원동기 중의 하나인 적성(t=2.181, p=.031)과 간호사 이미지(t=-3.370, p=.001)에서 유의한

차이를 보였으며, 적성에 따라서 간호학과에 지원했다고 선택한 경우와 간호사의 좋은 이미지에 따라서 지원했다고 선택하지 않은 경우에 정서인식 정도가 높게 나타났다. 정서표현양면성 정도는 간호사의 좋은 이미지에 따라서 지원했다고 선택한 경우에 그렇지 않은 경우보다 높게 나타났으며, 대학생활적응은 동거유형 ( $t=1.978, p=.049$ ), 동아리활동참여( $t=1.993, p=.048$ ), 적성에 따른 간호학과 지원( $t=3.327, p=.001$ )에서 유의한

차이를 보였다. 즉, 기숙사나 친구와 선후배와의 동거 및 자취 시에 가족과 동거하는 경우보다 대학생활적응 정도가 더 높았고, 동아리 활동에 참여하고 있는 경우와 적성에 따라서 간호학과에 지원했다고 선택한 경우에 그렇지 않은 경우보다 대학생활적응 정도가 더 높게 나타났다. 정서표현은 일반적 특성에 따라 차이가 없었다[표 3].

표 3. 대상자의 일반적 특성에 따른 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성 및 대학생활적응 (N=159)

특성	구분	정서인식		정서표현		정서표현양면성		대학생활적응		
		M±SD	t or F(p)	M±SD	t or F(p)	M±SD	t or F(p)	M±SD	t or F(p)	
연령	10대	3.19±0.49	1.568	4.73±0.70	0.497	4.18±0.79	0.564	5.23±0.80	0.506	
	20대	3.36±0.56	(.119)	4.81±0.70	(.620)	4.28±0.92	(.573)	5.14±0.72	(.614)	
성별	여자	3.23±0.52	0.755	4.77±0.68	1.163	4.15±0.77	1.896	5.21±0.82	0.314	
	남자	3.14±0.38	(.451)	4.58±0.77	(.247)	4.50±0.97	(.060)	5.25±0.51	(.755)	
종교	유	3.21±0.49	0.192	4.74±0.66	0.189	4.20±0.79	0.145	5.20±0.76	0.434	
	무	3.23±0.52	(.848)	4.76±0.76	(.850)	4.18±0.85	(.885)	5.25±0.82	(.665)	
가족관계	부모생존	3.21±0.50	0.550	4.74±0.69	0.010	4.21±0.81	1.016	5.21±0.80	0.487	
	편부모/부모부재	3.30±0.47	(.583)	4.74±0.69	(.992)	3.94±0.90	(.311)	5.34±0.53	(.627)	
동거유형	가족동거	3.19±0.47	0.818	4.76±0.71	0.333	4.26±0.74	1.145	5.11±0.78	1.978	
	기숙사, 친구/선후배 동거, 자취	3.25±0.53	(.415)	4.72±0.69	(.739)	4.11±0.88	(.254)	5.35±0.77	(.049)	
경제상태	상	3.06±0.64		4.78±0.81		4.62±0.70		4.73±1.31		
	중	3.23±0.50	0.524	4.70±0.69	1.637	4.17±0.82	1.465	5.27±0.73	2.226	
	하	3.21±0.38	(.593)	5.02±0.67	(.198)	4.15±0.75	(.234)	5.16±0.78	(.111)	
동아리활동	유	3.18±0.46	1.081	4.73±0.64	0.349	4.13±0.80	1.185	5.33±0.70	1.993	
	무	3.26±0.54	(.282)	4.77±0.77	(.728)	4.28±0.82	(.238)	5.08±0.86	(.048)	
취업용이	유	3.24±0.53	0.759	4.74±0.76	0.022	4.22±0.89	0.445	5.16±0.82	-1.107	
	무	3.18±0.45	(.449)	4.75±0.62	(.983)	4.16±0.70	(.657)	5.30±0.73	(.270)	
주변권유	유	3.25±0.61	0.577	4.61±0.68	1.854	4.14±0.86	0.625	5.25±0.86	0.414	
	무	3.20±0.43	(.565)	4.82±0.70	(.066)	4.22±0.79	(.533)	5.20±0.74	(.679)	
고교성적	유	3.28±0.73	0.419	4.77±0.94	0.122	4.07±0.87	0.739	5.19±1.03	0.167	
	무	3.21±0.46	(.680)	4.74±0.66	(.904)	4.21±0.80	(.461)	5.22±0.75	(.868)	
간호학과 지원 동기	적성	유	3.32±0.46	2.181	4.80±0.69	0.807	4.19±0.76	0.041	5.46±0.72	3.327
		무	3.14±0.51	(.031)	4.71±0.70	(.421)	4.20±0.85	(.967)	5.05±0.79	(.001)
해외취업	유	3.18±0.52	0.290	4.78±1.11	0.131	4.22±1.04	0.105	5.17±0.88	0.230	
	무	3.22±0.50	(.772)	4.74±0.65	(.898)	4.19±0.79	(.916)	5.22±0.78	(.819)	
좋은 간호사 이미지	유	2.92±0.50	-3.370	4.58±0.73	1.310	4.50±0.75	2.140	5.13±0.71	0.627	
	무	3.27±0.50	(.001)	4.78±0.69	(.192)	4.13±0.81	(.034)	5.24±0.80	(.532)	
기타	유	3.43±0.67	1.348	4.99±0.60	1.095	4.45±1.03	0.980	5.47±0.78	0.998	
	무	3.20±0.49	(.180)	4.73±0.70	(.275)	4.18±0.80	(.328)	5.20±0.78	(.320)	

4. 대상자의 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성 및 대학생활적응 간의 상관관계

대상자의 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성과 대학생활적응 간의 상관관계는 [표 4]와 같다. 대학생활적응 전체와 각 변수의 하위 요인과의 상관관계를 살펴보면, 정서주의( $r=.454, p<.001$ )와 정서명명( $r=.374, p<.001$ )과는 유의미한 양의 상관관계를 보였고, 긍정표현에 대한 양면성( $r=-.424, p<.001$ )과 부정표현에 대한 양면성( $r=-.290, p<.001$ ) 및 정서표현 양면성 전체( $r=-.372, p<.001$ )와는 유의미한 음의 상관관계를 나타냈다.

표 4. 대상자 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성 및 대학생활적응 간의 상관관계 (N=159)

변수	하위요인	대학생활적응
		총( $\rho$ )
정서인식	정서주의	.454 (.001)
	정서명명	.374 (.001)
	총	.09 (.260)
정서표현	친밀한 정서표현	.032 (.685)
	부정적 정서표현	-.117 (.142)
	긍정적 정서표현	.134 (.093)
	총	.036 (.656)
	긍정표현에 대한 양면성	-.424 (.001)
정서표현 양면성	부정표현에 대한 양면성	-.290 (.001)
	총	-.372 (.001)

5. 대상자의 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성이 대학생활적응에 미치는 영향

대상자의 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해서 대학생활적응을 종속변수로 하고 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성의 하위요인과 일반적 특성 중 유의한 차이를 보인 동거유형과 동아리활동 및 간호학과 지원동기 중 적성을 더미변수로 처리하여 독립변수로 하여 후진제거법으로 다중회귀분석을 실시한 결과, 정서주의, 긍정적 정서표현, 부정적 정서표현, 정

서명명이 유의한 영향요인으로 나타났다. 독립변수들 사이에 다중공선성의 문제를 확인한 결과, 상관계수가 .80 이상인 독립변수는 없었으며, 공차한계는 .375~.884로 모두 0.1 이상으로 나타났으며, 분산팽창인자도 1.185~2.666으로 10 을 넘지 않아 문제가 없는 것으로 나타났다. 다음으로 잔차분석 결과 모형의 선형성, 오차항의 정규성, 등분산성이 확인되었다. 회귀모형분석결과 유의한 것으로 나타났으며( $F=19.382, p<.001$ ) 대학생활적응에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 정서주의( $t=4.263, p<.001$ )이었고 긍정표현에 대한 양면성( $t=3.553, p=.001$ ), 부정표현에 대한 양면성( $t=2.731, p=.007$ ), 정서명명( $t=2.076, p=.040$ ) 순으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 영향요인들이 대상자의 대학생활적응을 31.8% 설명하였다[표 5].

표 5. 대학생활적응에 영향을 미치는 요인 (N=159)

변수	$\beta$	t	p	R <sup>2</sup>	adj R <sup>2</sup>	F(p)
정서주의	.310	4.263	<.001	.335	.318	19.382 (.001)
긍정표현에 대한 양면성	-.268	3.553	.001			
부정표현에 대한 양면성	-.181	2.731	.007			
정서명명	.158	2.076	.040			

VI. 논의

본 연구는 간호대학신입생의 대학생활적응 향상을 위한 간호중재 개발을 위한 기초자료로 활용하고자, 개인의 적응에 있어 중요한 변수인 정서에 초점 두고, 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성이 대학생활적응에 미치는 영향을 살펴보았다.

본 연구에서 대상자의 정서인식 정도는 5점만점에 3.22점이었고, 하위요인인 정서주의가 3.06점, 정서명명이 3.36점이었다. 이는 서울 및 지방의 1~4학년에 재학 중인 일반대학생을 대상으로 한 연구[26]와 비교할 때 (전체 3.10점, 정서주의 3.04점, 정서명명 3.16점), 자신의 정서에 주의를 기울이는 정서주의는 비슷한 수준이었고, 경험한 정서를 정리하여 명명하는 수준은 다소

높았다. 또한 서울과 경기도의 1~4학년 일반대학생을 대상으로 한 연구[13]에서는, 정서주의 3.52점, 정서명명 3.28점으로 본 연구의 대상자가 정서주의 정도는 더 낮았으나 정서명명 정도는 다소 높았다. 즉, 간호대학신입생 경우 일반대학생들에 비해서 정서명명 정도가 높았으며, 정서명명에 비해 상대적으로 낮게 나타난 정서주의에 초점을 두어 자신의 정서에 좀 더 주의를 기울이고 모니터링 할 필요가 있음을 시사한다.

정서표현은 7점 만점에 4.74점이었고 하위요인은 긍정적 정서표현이 5.18점, 부정적 정서표현이 4.75점, 친밀한 정서표현 4.19점이었다. 신입생만을 대상으로 한 연구가 아니어서 직접적인 비교는 어렵지만 전체 정서표현 정도는 서울의 4년제 일반대학생을 대상으로 한 하정[16]의 연구(남자 4.04점, 여자 4.20점)나 옥수정[26]의 연구의 3.98점 보다 높았다. 또한 본 연구와는 다른 도구를 사용하였으나 전문대학의 간호대학생을 대상으로 정서표현을 측정한 연구[17]와 비교 해 볼 때에도, 본 연구의 결과가 더 높게 나타났다. 정서표현을 잘 할수록 대인관계와 사회적 기능에 긍정적인 영향을 줄 수 있다는 관점에서 볼 때[17], 본 연구의 대상자들이 일반대학생이나 전문대학의 간호학생보다는 정서표현에 있어 긍정적인 자원을 보유하고 있다고 볼 수 있겠다.

그리고 정서표현양면성은 7점 만점에 4.19점이었고, 부정표현에 대한 양면성이 4.37점, 긍정표현에 대한 양면성이 3.88점으로, 하위요인을 분석하지 않은 하정[16]의 연구나(남자 4.60점, 여자 4.56점) 20~50대의 지방거주 일반인에 대한 양세경[27]의 연구보다(4.27점) 낮았다. 그러나 본 연구와 같은 도구이나 6점 만점으로 변형한 도구를 사용한 권영미[17]의 연구와 100점 만점의 환산점수로 비교할 때에는 다소 높았다. 간호학생의 경우 환자와의 치료적 관계에서 자신이 느끼는 기분, 감정 등 내면적 표현을 자제하고, 간호 상황적 요구에 맞는 정서표현을 하도록 요구받고 있으나 실제적으로 자기표현을 어떻게 해야 하는 지에 대한 교육은 미흡한 실정이므로[17], 정서표현양면성과 관련된 글쓰기나 정서표현 교육을 통해 부정표현에 대한 양면성을 낮출 수 있는 노력이 필요하다고 판단된다. 또한 일반대학생이나 일반인에 비해서는 낮지만, 전문대학간호학생에 비

해서 본구의 대상자의 정서표현양면성이 높다는 것은 정서표현양면성이 심리, 신체적인 안녕을 예측하는 중요한 변인이라는 관점에서[15] 의미 있는 결과이며, 4년제 간호학과 신입생에게 정서적인 지지와 관련 교육 등 보다 적극적인 도움이 필요하다는 점을 시사한다. 하지만 정서표현과 정서표현양면성에 대한 선행연구들이 10여년 전에 수행된 점을 감안할 때 향후 간호대학신입생을 대상으로 한 반복 연구가 필요하다.

대학생활적응은 9점 만점에 5.22점으로 지방의 1,2학년 간호대학생을 대상으로 한 연구[21]의 5.16점과는 비슷한 수준이었고, 의예과와 간호학과 1,2학년 여대생을 대상으로 한 연구[28]의 5.45점과 일반 대학생을 대상으로 한 연구[25]의 5.52점 보다는 낮게 나타났다. 하위요인을 살펴보면 대학환경적응이 가장 높았고, 다음으로 사회적응, 개인-정서적응, 학업적응 순이었고, 하위요인의 순위는 성미혜[28]의 연구와 일치하였고, 박진아와 이은경[21]의 연구와 조화진[25]의 연구에서는 개인-정서적응이 하위요인 중 가장 낮게 나타났다. 즉 본 연구의 대상자들의 대학생활적응 정도는 일반대학생보다 낮은 편이었으며, 학업적응 부분을 가장 힘들어하고 있고, 다음으로 개인-정서적응에 어려움을 가지고 있음을 알 수 있었다. 따라서 지금까지 주된 관심을 두어 왔던 학업적인 부분 외에도 개인-정서적응을 도울 수 있는 중재가 필요하다고 사료된다.

일반적 특성에 따라 각 변수들을 살펴보면, 정서인식은 간호학과 지원동기 중 적성에 따라 선택한 경우에는 정서인식 정도가 높았고, 간호사이미지로 선택한 경우에는 그렇지 않은 경우보다 정서인식 정도가 낮았다. 이는 정서를 잘 알아차림으로써 자신의 욕구를 더욱 명확하게 알아차릴 수 있다는 주장과 일맥상통한다[12]. 즉, 자신의 적성이 무엇인지 아는 것이 정서인식에서 비롯된 것으로 볼 수 있겠다. 반면에 간호사이미지라는 것은 자신의 정서인식을 통한 욕구의 확인이라기보다는 알려진 정보나 대중매체 등에서 보여 지는 외부적 요인에 의한 선택이라 생각된다.

정서표현은 일반적 특성에 따라 유의미한 차이가 없었으며, 정서표현양면성은 간호사이미지로 간호학과 입학한 경우에 더 높게 나타났다. 간호사 이미



지와 같이 의사결정 시에 보여 지는 외부적 이미지가 중요 선택요소인 경우에 타인의 인식을 중요하게 생각하므로 자신의 정서를 표현할 때에도 양면성 정도가 높게 나타난 것으로 보여 진다.

일반적 특성에 따른 대학생활적응 정도는 동거유형에 따라 기숙사 거주 혹은 친구나 선배와의 동거 시에 가족과 거주하는 경우보다 높았는데, 같은 학교에 다니고 있는 친구나 선배와 함께 거주하면서 학업, 학교생활, 대인관계 등 대학생활 전반에 대한 정보를 공유할 기회가 많고, 문제 발생 시에도 해결을 도울 수 있는 지지자원이 많기 때문에 파악된다. 또한 동아리 활동을 하고 있는 경우와 적성에 따라 간호학과에 지원한 경우에 대학생활적응 정도가 높았으며, 동아리 활동 참여와 적성에 따른 간호학과 입학이 3년제 간호대학 신입생의 대학생활 적응에 유의한 영향을 미친다는 결과와 일치한다[18]. 학교나 학과차원에서 재정적, 시스템적 지원 등 간호대학신입생들의 동아리 활동을 활성화시킬 수 있는 전략을 통해서 대학생활적응을 도울 수 있겠다.

대학생활적응과 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성의 하위요인과의 상관관계를 살펴보면, 대학생활적응 전체는 정서주의와 정서명명과 유의미한 양의 상관관계를 나타냈고, 긍정 및 부정표현에 대한 양면성과는 음의 상관관계를 보였다. 즉 스스로의 정서에 주의를 기울이고, 내적 상태에 대한 인식이 명확할수록, 긍정적 정서나 부정적 정서를 표현하기를 원하지만 그렇게 표현하는 것에 대한 고민이 적을수록 대학생활에 잘 적응한다고 볼 수 있겠다. 이러한 결과는 자신의 내적 상태에 대한 인식이 명확할수록 긍정적인 측면은 더 고양되며, 대인관계 문제 등 부적응 정도는 줄어드는 경향이 있고[12][13], 정서표현을 잘하고 표현에서의 어려움을 적게 겪을수록 대인관계가 원만해 지고 사회적 기능에 긍정적인 영향을 미친다고 본 선행 연구결과와 일치한다[17].

그리고 대학생활적응과 정서표현은 전체와 하위요인 모두에서 유의미한 상관관계를 나타내지 않았는데 이는 정서표현보다는 정서표현양면성이 심리, 신체적인 안녕과 관계있다는 결과와 일치한다[15].

또한 본 연구대상자의 대학생활적응에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 정서주의이었으며 그 다음이 긍정표현에 대한 양면성, 부정표현에 대한 양면성, 정서명명순이었다. 즉 정서인식과 정서표현양면성의 하위요인들이 대학생활적응의 주요변인이었으며, 이들 요인은 대학생활 적응에 대해 31.8%의 설명력을 나타내었다. 이는 정서인식의 명확성, 정서개선, 정서표현성, 정서개선이 대인관계문제 주요 영향을 미치는 변수임을 확인한 연구[12]와 사회심리적 건강에 영향을 미치는 주요 변수가 정서표현양면성이었다는 연구[17]와 유사하며, 대학생들이 자기 자신과 타인의 정서를 인식하고 표현하며, 정서를 효과적으로 조절할 수 있도록 할 수 있는 프로그램을 개발할 필요가 있다는 연구결과[13]를 뒷받침할 수 있는 결과이다. 따라서 간호대학신입생들이 대학생활에 잘 적응할 수 있도록 돕기 위해서는 자신의 정서에 주의를 기울이고 내적정서를 명확하게 인식할 수 있도록 하면서, 정서표현 시에는 긍정적, 부정적 정서표현양면성을 감소시킬 수 있는 정서적 중재전략이 필요하다고 사료된다.

본 연구는 정서인식, 정서표현 등 일부 신뢰도가 낮은 측정도구를 사용하였다는 제한점이 있으나, 간호대학신입생의 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성 등 흔히 다루어지지 않은 정서적 변인을 독립변수로 두고 대학생활적응에 미치는 영향을 살펴본 연구라는 점에서 의의가 있다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 4년제 간호대학신입생의 대학생활적응 향상에 도움을 주기 위해서 정서관련 변인인 정서인식, 정서표현, 정서표현양면성과 대학생활적응 정도를 확인하고 대학생활적응에 영향을 미치는 요인을 파악하였다. 간호대학신입생의 경우, 정서명명은 비교적 높았으나 상대적으로 정서주의는 낮은 편이었으며, 일반대학생에 비해서 정서표현과 정서표현양면성은 비교적 높았으나 대학생활적응 정도는 낮게 나타났다. 본 연구 결과 대학생활적응은 동거유형, 동아리활동, 적성에 따

라 유의한 차이가 있었으며, 정서주의와 정서명명과는 유의미한 양의 상관관계를 보였고, 긍정표현에 대한 양면성과 부정표현에 대한 양면성과는 유의미한 음의 상관관계를 나타냈다. 최종적으로 대학생활적응에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 정서주의였으며, 정서주의, 긍정적 정서표현양면성, 부정적 정서표현양면성, 정서명명은 대학생활 적응에 대해 31.8%의 설명력을 나타내었다. 따라서 간호대학신입생들의 대학생활적응 향상을 위해서 자신의 정서에 주의를 기울이고 명확하게 인식할 수 있도록 하고, 정서표현 시에는 긍정적 정서표현양면성과 부정적 정서표현양면성을 감소시킬 수 있는 정서관련 프로그램의 개발이 필요하다고 사료된다.

추후연구에서는 정서조절양식 등 기타 정서관련 변인을 추가하여 대학생활적응과의 관계를 연구해 볼 필요가 있으며 연구대상을 확대하여 비교해 볼 필요도 있다고 생각된다.

#### 참 고 문 헌

- [1] 김경희, 김계하, "간호대학 여자 신입생의 행복에 영향을 미치는 요인", 정신간호학회지, 제21권, 제2호, pp.149-157, 2012.
- [2] 박중신, 서문숙, 박복남, "일부 지역 3년제 간호대학신입생의 스트레스, 자기효능감 및 학교적응에 대한 학교생활관리프로그램의 효과연구", 한국보건정보통계학회지, 제32권, 제2호, pp.39-55, 2007.
- [3] 박미정, 함영림, 오두남, "전문대학 신입생의 의사결정역량, 대학생활적응, 대학생활적응만족도 정도 및 상관성 연구", 한국콘텐츠학회논문지, 제12권, 제4호, pp.327-337, 2012.
- [4] 최효진, 이은주, "간호 대학 신입생의 학업스트레스와 대학생활적응의 관계에서 자기효능감의 매개효과", 기본간호학회지, 제19권, 제2호, pp.261-268, 2012.
- [5] 한금선, 김근면, "간호대학생과 일반 여자대학생의 자존감, 건강증진 행위, 가족적응도 및 스트레스 증상 비교", 정신간호학회지, 제16권, 제1호, pp.78-84, 2007.
- [6] 민소영, "간호대학생의 학과 적응경험", 정신간호학회지, 제15권, 제4호, pp.409-419, 2006.
- [7] 전해옥, "대학생의 가치관에 따른 우울과 생활스트레스의 비교", 한국산학기술학회논문지, 제13권, 제5호, pp.2148-2155, 2012.
- [8] 금명자, 남향자, "전국대학신입생의 대학생활 기대 및 정신건강", 인간이해, 제31권, 제1호, pp.105-127, 2010.
- [9] L. C. Dzurec, L. Allchin, and A. J. Engler, "First-year nursing students' accounts of reasons for student depression," *Journal of Nursing Education*, Vol.46, No.12, pp.545-551, 2007.
- [10] J. Ciarrochi, A. Chan, and J. Bajgar, "A critical evaluation of the emotional intelligence construct," *Personality and Individual Differences*, Vol.28, pp.539-561, 2000.
- [11] S. L. Goldman, D. T. Kraemer, and P. Salovey, "Beliefs about mood moderate the relationship of stress to illness and symptom reporting," *Journal of Psychosomatic Research*, Vol.41, No.2, pp.115-128, 1996.
- [12] 권진희, "정서인식의 명확성과 정서표현성 및 대인관계 문제와의 관계", 상담평가연구, 제4권, 제1호, pp.37-49, 2011.
- [13] 최요원, 이수정, "대학생의 정서인식의 개인차가 정신건강에 미치는 영향", 한국심리학회지:건강, 제9권, 제4호, pp.887-901, 2004.
- [14] 이승미, 오경자, "정서인식불능, 정서표현에 대한 양가감정, 정서표현성이 중년 기혼 여성의 심리적 부적응에 미치는 영향", 한국심리학회지:임상, 제25권, 제1호, pp.113-128, 2006.
- [15] L. A. King and R. A. Emmons, "Conflict over emotional expression: psychological and physical correlations," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.58, No.5, pp.864-877, 1990.

[16] 하정, *정서표현 성향과 스트레스 평가 및 대처가 우울에 미치는 영향*, 이화여자대학교대학원, 석사학위논문, 1997.

[17] 권영미, "간호대학생의 정서와 사회심리적 건강의 관련성 연구", 한국간호교육학회지, 제17권, 제2호, pp.183-195, 2001.

[18] 정효주, 정향인, "3년제 간호대학 신입생의 자아존중감, 정서지능, 사회적 지지가 대학생활 적응에 미치는 영향", 정신간호학회지, 제21권, 제3호, pp.188-196, 2012.

[19] 박복남, 박중선, 이정란, "일 지역 3년제 간호대학 신입생의 학교적응에 영향을 미치는 요인", 한국보건정보통계학회지, 제34권, 제2호, pp.153-164, 2009.

[20] 양경희, 이정란, 박복남, "간호대학 신입생의 학교적응에 영향을 미치는 요인", 한국간호교육학회지, 제18권, 제1호, pp.5-13, 2012.

[21] 박진아, 이은경, "간호대학생의 자아탄성력, 스트레스 대처방식이 대학생활에 적응에 미치는 영향", 간호행정학회지, 제17권, 제3호, pp.153-164, 2011.

[22] A. Swinkels and T. A. Giuliano, "The measurement and conceptualization of mood awareness: attention directed toward one's mood states," *Personality and Social Psychology Bulletin*, Vol.21, pp.934-949, 1995.

[23] 이수정, 이훈구, "Trait meta-mood scale의 타당화에 관한 연구", 한국심리학회지:사회 및 성격, 제11권, 제1호, pp.95-116, 1997.

[24] R. W. Baker and B. Siryk, "Measurment adjustment to college," *Journal of Counseling Psychology*, Vol.31, pp.179-189, 1984.

[25] 조화진, *부모와의 애착 및 분리-개별화가 대학생 활적응에 미치는 영향*, 연세대학교대학원, 석사학위논문, 2004.

[26] 옥수정, *억압적 성격 성향자의 정서적 특성과 정서 조절 방략*, 서울대학교 대학원, 석사학위논문, 2000.

[27] 양세경, *정신분열병 환자들의 성격유형, 정서표현, 정서표현양면성간의 관계*, 전남대학교대학원, 석사학위논문, 2006.

[28] 성미혜, "여대생의 또래애착과 자아존중감 및 대학생활 적응과의 관계", 한국보건간호학회지, 제22권, 제1호, pp.84-96, 2008.

저 자 소 개

김 근 먼(Geun Myun Kim)

정희원



- 1994년 2월 : 고려대학교 간호학과(간호학사)
- 1998년 8월 : 고려대학교 간호학과(간호학석사)
- 2006년 2월 : 고려대학교 간호학과(간호학박사)

- 2007년 3월 ~ 2012년 2월 : 극동대학교 간호학과교수
  - 2012년 3월 ~ 현재 : 서울여자간호대학교 교수
- <관심분야> : RESILIENCE, 치매노인, 가족

차 선 경(Sunkyung Cha)

정희원



- 1998년 2월 : 고려대학교 간호학과(간호학사)
- 2001년 2월 : 고려대학교 간호학과(간호학석사)
- 2009년 2월 : 고려대학교 간호학과(간호학박사)

- 현재 : 청주대학교 간호학과 교수
- <관심분야> : 정서, 의사소통, 스트레스, 교육콘텐츠, 근거기반간호,