

간호대학생의 긍정심리자본, 회복탄력성이 대학생활 적응에 미치는 영향

신현희¹, 장수현^{2*}

¹경주대학교 간호학과 조교수, ²영남이공대학교 간호학과 조교수

Effects of positive psychological capital and resilience on adjustment of college life of nursing students

Hyun-Hee Shin¹, Su-Hyun Jang^{2*}

¹Assistant Professor, Department of Nursing, Kyungju University

²Assistant Professor, Department of Nursing, Yeung Nam University of College

요약 본 연구의 목적은 간호대학생의 긍정심리자본과 회복탄력성이 대학생활 적응에 미치는 영향을 파악하고 대학생활 적응 증진을 위한 전략을 제공하기 위함이다. 연구방법은 G지역 소재 간호대학생 197명을 대상으로 2020년 9월 10일부터 9월 30일까지 구조화된 설문지를 이용하여 자료 수집하였다. 수집된 자료는 SPSS version 22.0 통계프로그램을 이용하여 분석하였다. 연구결과 간호대학생의 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인은 긍정심리자본($\beta=.36, p<.001$), 주관적 건강상태($\beta=.22, p<.001$), 회복탄력성($\beta=.21, p=.024$), 전공만족도($\beta=.11, p=.047$) 순으로 나타났다. 이러한 영향요인들은 대학생활 적응을 47.0% 설명하는 것으로 나타났다($p<.001$). 본 연구결과에 의하면, 간호대학생의 긍정심리자본 수준을 향상시킬 수 있는 방안을 찾는 것이 중요하며 긍정심리자본을 강화하기 위한 교육 프로그램이나 실질적인 개입이 필요하다.

주제어 : 긍정, 심리, 회복력, 적응, 간호대학생

Abstract The purpose of this study was to identify the effects of positive psychological capital and resilience on adjustment of college life and to suggest strategies for improving the adjustment of college life of nursing students. Data were collected from September 10 to September 30, 2020 using a structural questionnaire, which was completed by 197 nursing students in G city. The data was analyzed using SPSS/WIN (Version 22.0). The factors affecting the adjustment of college life of nursing students included positive psychological capital ($\beta=.36, p<.001$), subjective health status ($\beta=.22, p<.001$), resilience ($\beta=.21, p=.024$), and major satisfaction ($\beta=.11, p=.047$). These factors accounted for 47.0% of the adjustment of college life ($p<.001$). It is important to find ways to improve the level of positive psychological capital of nursing students and there is a need to include education programs or practical interventions to strengthen positive psychological capital.

Key Words : Positive, Psychology, Resilience, Adjustment, Nursing students

*Corresponding Author : Su-Hyun Jang(snuhbngel@ync.ac.kr)

Received November 14, 2021

Revised January 21, 2022

Accepted February 20, 2022

Published February 28, 2022

1. 서론

1.1 서론

1.1.1 연구의 필요성

대학의 교육목표는 학생들의 대학생활 적응을 증진시켜 성공적인 대학생활을 돕고, 졸업 후 사회에서 자신의 역량을 잘 발휘하는 것이라고 할 수 있다[1]. 대학생활은 입학과 동시에 자율적이고 자기통제적인 생활이 요구되므로 새로운 환경에 대한 적응이 필요한 시기이다[2]. 대학생활 적응이란 대학에서 경험하는 학업과 관련된 생활 및 대인관계, 기타 다양한 활동 등의 사회활동에 적응하고 심리적 스트레스에 잘 대처하여 학교와 학생들에 대해 애착과 호감, 유대감 등을 갖는 것을 말한다[3]. 대학생은 청소년기에서 성인기로 이행하는 시기이므로, 부모로부터 독립, 취업준비, 다양한 대인관계 형성, 성 역할 수용 등의 새로운 발달과업을 주체적으로 성취하는 과정에서 심리적 위기를 경험할 가능성이 높다[4].

특히 간호대학생은 성인초기의 발달과업 달성뿐만 아니라, 전문적 지식습득을 위한 학업 및 실제 환자 대상의 임상실습, 국가고시, 취업 등 여러가지 과업을 달성해야 하는 부담감으로 중등도 이상의 스트레스를 받고 있는 것으로 보고되고 있다[4-7]. 더욱이 간호대학생들은 적성을 고려하기보다는 부모의 권유나 높은 취업을 때문에 입학하는 경우가 많아 적성에 맞지 않는 학과 수업으로 대학생활에서 학업적, 정서적 적응에 어려움을 겪고 있다[1,5]. 미래의 건강관리자로서 간호대학생의 성공적인 대학생활 적응은 학교 적응의 의미를 넘어 능력 있고 임상현장적응력을 갖춘 우수한 신규간호사의 배출을 위해 매우 중요하다[8].

이를 위한 접근으로 간호대학생이 대학생활에서 직면하고 있는 다양한 문제에 효과적으로 대처할 수 있도록 자신의 긍정적 심리 역량을 이끌어내는 것이 중요하리라 생각한다. 긍정심리자본이란, 과업의 성공을 위해 필요한 자신감을 갖고 현재와 미래의 성공에 대해 낙관적인 태도를 가지며 목표의식 확립, 목표달성을 위한 인내와 문제나 장애에 부딪혔을 때에도 다시 원래의 상태로 되돌아 올 수 있는 긍정적인 심리상태를 말한다[9]. 이러한 긍정심리자본은 주어진 환경에 대하여 자신의 강점을 활용하여 진취적인 사고와 행동을 함으로써 학업과 직업에서도 높은 성과를 달성한다[10]. 펜실베이니아 대학 연구팀이 긍정교육을 실시한 결과, 우울 감소뿐만

아니라 학습성취도 향상, 삶의 만족도가 증진되었다[11]. 간호대학생을 대상으로 한 국내 선행연구 결과, 긍정심리자본은 셀프리더십, 학습몰입, 사회적 지지, 정서 조절능력, 스트레스 등과 관련이 있는 것으로 나타났다[12-14].

성공적인 대학생활 적응을 위한 대학생의 또 다른 심리적 대처자원 중 하나로 회복탄력성을 들 수 있다. 회복탄력성은 고난이나 역경 등과 같은 심각한 삶의 도전에 직면하고서도 이를 극복하고 적응하며 나아가 성장을 가능하게 하는 개인의 심리적·사회적 특성으로[15] 다양한 스트레스를 경험하는 간호대학생의 대학생활 부적응 문제를 완화시켜 줄 수 있는 내적인 힘이다[5]. 선행연구에 따르면, 회복탄력성이 높을수록 학업스트레스, 임상실습스트레스가 감소되었고[5,16], 갈등관리[17], 진로 발달과업에 대한 준비인 진로성숙도가 향상되었다[18].

그러나 간호대학생 대상으로 대학생활 적응 영향요인을 긍정적 내적 강화인 긍정심리자본, 회복탄력성을 조사한 연구는 미흡한 실정이다. 또한 1학년은 새로운 환경에 적응해야 하고 2학년은 전 학년 중 친구와 가족의 사회적 지지, 자아존중감이 가장 낮고 스트레스가 높아 대학생활 적응에 어려움을 겪고 있는 것으로 나타나 1, 2학년을 대상으로 한 연구가 요구된다[19].

이에 본 연구는 긍정심리자본, 회복탄력성을 중심으로 1, 2학년 간호대학생의 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인들을 확인하고 주요변수들 간의 관련성을 파악함으로써 향후 간호대학생의 대학생활 적응을 증진시키기 위한 효율적인 증재개발에 기여하고자 한다.

1.1.2 연구목적

본 연구의 목적은 간호대학생의 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위함이다. 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 간호대학생의 긍정심리자본, 회복탄력성 및 대학생활 적응 정도를 파악한다.
- 간호대학생의 일반적 특성에 따른 긍정심리자본, 회복탄력성, 대학생활 적응 차이를 파악한다.
- 간호대학생의 긍정심리자본, 회복탄력성, 대학생활 적응과의 상관관계를 파악한다.
- 간호대학생의 대학생활 적응 영향요인을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 간호대학생의 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구대상

본 연구의 대상자는 G지역 소재 3개 대학의 간호학과 1, 2학년에 재학 중인 간호대학생이며, 연구의 내용과 목적을 이해하고 연구 참여에 서면으로 동의한 자로 하였다.

연구대상자 수는 G*Power 3.1.0 프로그램을 이용하여 다중회귀분석 검정을 위한 유의수준 .05, 검정력 .9, 간호대학생의 대학생활 적응에 미치는 영향을 연구한 선행연구[4]에 따라 효과크기 .15, 예측요인 12개로 설정하였을 때 157명이 요구되었으나 탈락률 20%를 고려하여 총 197명에게 설문지를 배부하였고, 거절하거나 중도 포기하는 대상자는 없었으므로 최소 표본수를 충족하였다.

2.3 연구도구

2.3.1 긍정심리자본

본 연구에서는 Luthans 등[9]이 개발한 긍정심리자본질문지(Psychological Capital Questionnaire [PCQ])를 Kim[20]이 대학생의 상황에 맞게 수정·번안하여 타당화한 도구를 사용하였다. 이 도구는 자기효능감(6문항), 희망(6문항), 낙관주의(6문항), 복원력(6문항) 총 24문항의 4개 하위요인으로 구성되어있다. 각 문항은 6점 Likert 척도이며, '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '항상 그렇다' 6점으로 점수가 높을수록 긍정심리자본이 높음을 의미한다. 문항 13, 20, 23번은 역문항 처리하였다. Kim[20]의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .92$ 였고, 본 연구에서 Cronbach's $\alpha = .89$ 였다.

2.3.2 회복탄력성

회복탄력성을 측정하기 위해 본 연구에서는 Connor와 Davidson[15]이 개발한 회복탄력성 척도(Connor Davidson Resilience Scale [CD-RISC])를 Baek, Lee, Joo, Lee와 Choi[21]가 번안·타당화한 한국판 회복탄력성 척도(Korean version of the Connor-Davidson Resilience Scale [K-CD-RISC])를 사용하였다. 이

도구는 총 25문항의 강인성(9문항), 지속성(8문항), 낙관성(4문항), 지지(2문항), 영성(2문항) 5개 하위요인으로 구성되어있다. 각 문항은 0점 '전혀 그렇지 않다'에서 4점 '거의 언제나 그렇다'까지의 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 회복탄력성이 높음을 나타낸다. Baek 등[21]의 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .93$ 이었고, 본 연구에서의 Cronbach's $\alpha = .92$ 였다.

2.3.3 대학생활적응

대학생활 적응은 Baker와 Siryk[3]가 개발한 대학생활적응도검사(Student Adaptation to College Questionnaire [SACQ])를 Lee[22]가 수정·번역한 것을 사용하였다. 이 도구는 총 25문항으로 학문적 적응(5문항), 사회적 적응(5문항), 정서적 적응(5문항), 신체적 적응(5문항), 대학에 대한 애착 적응(5문항)의 5개 하위요인으로 구성되어있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점으로 점수가 높을수록 대학생활 적응 정도가 높은 것으로 해석한다. 문항 3, 4, 7, 8, 9, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 24번은 역문항 처리하였다. Lee[22]의 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .85$ 였고, 본 연구에서 Cronbach's $\alpha = .86$ 이었다.

2.4. 자료수집 및 윤리적 고려

본 연구는 자료수집에 앞서 대상자를 보호하기 위해 G대학교 생명윤리위원회의 연구승인(IRB No: GU-IRB-2038-30)을 받고 연구윤리 원칙을 준수하였다. 자료수집은 2020년 9월 10일부터 9월 30일까지 G지역 소재 3개 대학의 간호학과 1, 2학년의 재학생을 대상으로 시행하였다. 연구대상자에게 본 연구의 목적과 방법을 설명하고 연구에 참여하더라도 언제든지 연구 참여를 중단할 수 있다는 것을 설명하며, 모든 설문지는 익명으로 처리되고 조사한 내용과 그 결과는 연구목적 이외에는 사용하지 않는다는 내용을 설명한 후 참여하고자 희망하는 대상자들에 한해 서면동의를 받고 자료수집을 진행하였다. 총 197명의 대상자에게 설문 조사하였으며, 작성시간은 10~15분이 소요되었고, 설문조사가 완료된 후에는 소정의 답례품을 제공하였다.

Table 1. Positive Psychological Capital, Resilience, and Adjustment of College Life according to Participants' General Characteristics

(N=197)

Characteristics	Categories	n(%)	Positive psychological capital		Resilience		Adjustment of college life	
			Mean±SD	t/F(p)	Mean±SD	t/F(p)	Mean±SD	t/F(p)
Gender	Male	39(19.8)	4.23±0.48	-1.17 (.245)	2.48±0.41	-0.10 (.923)	3.31±0.53	-0.01 (.992)
	Female	158(80.2)	4.33±0.52		2.49±0.52		3.31±0.51	
Age(year)	≤20	148(75.1)	4.30±0.50	0.67 (.512)	2.47±0.47	2.32 (.101)	3.29±0.50	0.34 (.709)
	21-25	31(15.7)	4.27±0.58		2.45±0.47		3.34±0.51	
	≥26	18(9.1)	4.44±0.56		2.73±0.69		3.39±0.64	
Academic achievement	Low(grade ≤2.9) ^a	47(23.9)	4.21±0.46	4.96 (.008) c>a, b*	2.37±0.45	4.31 (.015) c>a*	3.13±0.50	6.81 (.001) c>a*
	Medium(grade 3.0-3.9) ^b	116(58.9)	4.28±0.50		2.48±0.49		3.32±0.49	
	High(grade ≥4.0) ^c	34(17.3)	4.31±0.52		2.69±0.52		3.54±0.54	
Living arrangement	With family	111(56.3)	4.34±0.53	0.65 (.525)	2.52±0.51	0.49 (.612)	3.34±0.51	0.34 (.709)
	In the dormitory	52(26.4)	4.29±0.50		2.48±0.45		3.28±0.47	
	Live apart from one's own family	34(17.3)	4.23±0.52		2.42±0.50		3.27±0.58	
Major satisfaction	Unsatisfied ^a	6(3.0)	3.67±0.52	13.87 (.001) c>a, b*	2.36±0.35	7.96 (.001) c>b*	2.73±0.36	12.97 (.001) c>a, b*
	Moderate ^b	90(45.7)	4.18±0.45		2.35±0.48		3.17±0.44	
	Satisfied ^c	101(51.3)	4.47±0.52		2.62±0.48		3.47±0.53	
Subjective health status	Unhealthy ^a	18(9.1)	4.01±0.46	12.88 (.001) c>a, b*	2.38±0.40	3.97 (.020) c>b*	3.00±0.43	20.71 (.001) c>a, b*
	Moderate ^b	107(54.3)	4.21±0.48		2.42±0.52		3.18±0.44	
	Healthy ^c	72(36.5)	4.53±0.51		2.62±0.46		3.59±0.52	
Number of counseling with advisor per semester	None ^a	42(21.3)	4.28±0.58	3.08 (.029) d>b*	2.47±0.56	3.29 (.022) d>b*	3.30±0.55	1.06 (.368)
	Once ^b	116(58.9)	4.29±0.44		2.44±0.45		3.27±0.46	
	Twice ^c	28(14.2)	4.27±0.59		2.55±0.49		3.39±0.59	
	More than 3 times ^d	11(5.6)	4.77±0.71		2.91±0.58		3.52±0.71	

*Scheffé test

2.5 자료분석

본 연구에서는 자료의 통계분석을 위해 SPSS/ WIN 22.0 프로그램을 사용하였다.

- 대상자의 일반적 특성, 긍정심리자본, 회복탄력성, 대학생활 적응 정도는 빈도와 백분율, 평균과 표준편차로 분석하였다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 긍정심리자본, 회복탄력성, 대학생활 적응의 차이는 t-test, ANOVA로 분석하였고, 사후검정은 Scheffe'검증을 하였다.
- 대상자의 긍정심리자본, 회복탄력성, 대학생활 적응과의 상관관계분석은 Pearson's correlation coefficient를 하였다.
- 대상자의 대학생활 적응 영향요인을 알아 보기 위해 다중회귀분석으로 분석하였다.

3. 연구결과

3.1 대상자의 일반적 특성에 따른 긍정심리자본, 회복탄력성, 대학생활 적응 차이

대상자의 일반적 특성으로는 성별, 연령, 학업성적, 거주환경, 전공만족도, 주관적 건강상태, 한 학기당 지도교수와의 상담횟수를 확인하였으며, 이러한 특성에 따른 긍정심리자본, 회복탄력성, 대학생활 적응 차이를 분석한 결과는 Table 1과 같다. 대상자의 성별은 여성이 80.2%로 가장 많았고, 평균 연령은 20.72세(±4.36)로 75.1%가 만 20세 이하였다. 학업성적은 58.9%가 중위권(평균 평점 3.0~3.9이하)이나, 하위권(평균 평점 2.9이하)이 23.9%이었고, 부모와 동거하고 있는 경우가 56.3%로 가장 많았다. 대상자의 97.0%가 간호학 전공에 대해서 보통 이상의 만족을 보였으며, 주관적 건강상

태는 '보통'이 54.3%, '건강하다'가 36.5%이었다. 한 학기당 지도교수와의 상담횟수는 1회가 58.9%로 가장 많았고, 그다음으로 0회(21.3%), 2회(14.2%), 3회 이상(5.6%) 순이었다.

대상자의 일반적 특성에 따른 긍정심리자본 차이를 분석한 결과, 학업성적($F=4.96, p=.008$), 전공만족도($F=13.87, p<.001$), 주관적 건강상태($F=12.88, p<.001$), 한 학기당 지도교수와의 상담횟수($F=3.08, p=.029$)에서 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 학업성적에서는 상위권(평균 평점 4.0이상), 전공만족도에서는 '만족한다', 주관적 건강상태에서는 '건강하다'라고 응답한 대상자의 긍정심리자본이 가장 높은 것으로 나타났다. 한 학기당 지도교수와의 상담횟수에서는 3회 이상이 1회보다 긍정심리자본이 더 높은 것으로 나타났다.

대상자의 일반적 특성에 따른 회복탄력성 차이를 분석한 결과, 학업성적($F=4.31, p=.015$), 전공만족도($F=7.96, p<.001$), 주관적 건강상태($F=3.97, p=.020$), 한 학기당 지도교수와의 상담횟수($F=3.29, p=.022$)에서 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 학업성적에서는 상위권(평균 평점 4.0이상)이 하위권(평균 평점 2.9이하)보다, 전공만족도에서는 '만족한다'가 '보통이다'보다, 주관적 건강상태에서는 '건강하다'가 '보통이다'보다, 한 학기당 지도교수와의 상담횟수에서는 3회 이상이 1회보다 회복탄력성이 더 높은 것으로 나타났다.

대상자의 일반적 특성에 따른 대학생활 적응 차이를 분석한 결과, 학업성적($F=6.81, p<.001$), 전공만족도($F=12.97, p<.001$), 주관적 건강상태($F=20.71, p<.001$)에서 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 학업성적에서는 상위권(평균 평점 4.0이상)이 하위권(평균 평점 2.9이하)으로 응답한 대상자보다 대학생활 적응이 더 높은 것으로 나타났다. 전공만족도에서는 '만족한다', 주관적 건강상태에서는 '건강하다'라고 응답한 대상자의 대학생활 적응이 가장 높은 것으로 나타났다.

3.2 대상자의 긍정심리자본, 회복탄력성, 대학생활 적응 정도

대상자의 긍정심리자본, 회복탄력성, 대학생활 적응 정도를 분석한 결과는 Table 2와 같다. 긍정심리자본의

평균은 6점 만점에 4.31점 수준이었으며, 회복탄력성은 4점 만점에 평균 2.49점 수준으로 나타났다. 대학생활 적응의 평균은 5점 만점에 3.31점 수준으로 나타났다.

Table 2. Levels of Positive Psychological Capital, Resilience, and Adjustment of College Life (N=197)

Variables	Mean±SD	Range	Actual range	
			Min	Max
Positive psychological capital	4.31±0.52	1-6	2.75	6.00
Resilience	2.49±0.50	0-4	0.88	3.96
Adjustment of college life	3.31±0.51	1-5	1.80	4.84

3.3 대상자의 긍정심리자본, 회복탄력성, 대학생활 적응과의 상관관계

대상자의 긍정심리자본, 회복탄력성, 대학생활 적응과의 상관관계를 분석한 결과는 Table 3과 같다. 긍정심리자본은 회복탄력성($r=.81, p<.001$), 대학생활 적응($r=.64, p<.001$)과 유의한 양의 상관관계가 있었다. 또한 회복탄력성은 대학생활 적응($r=.57, p<.001$)과 유의한 양의 상관관계가 있었다.

즉, 긍정심리자본이 높을수록 회복탄력성이 높았으며, 긍정심리자본과 회복탄력성이 높을수록 대학생활 적응이 높은 것으로 나타났다.

Table 3. Correlations among Positive Psychological Capital, Resilience, and Adjustment of College Life (N=197)

Variables	Positive psychological capital	Resilience	Adjustment of college life
Positive psychological capital	1	.81(⟨.001)	.64(⟨.001)
Resilience		1	.57(⟨.001)
Adjustment of college life			1

3.4 대상자의 대학생활 적응 영향요인

대상자의 대학생활 적응 영향요인을 분석한 결과는 Table 4와 같다. 대상자의 대학생활 적응 영향요인을 파악하기 위해 대학생활 적응과 유의한 연관성을 나타

낸 학업성적, 전공만족도, 주관적 건강상태, 긍정심리자본, 회복탄력성의 5개의 변수를 독립변수로 하여 단계적 다중회귀분석을 시행하였다. 대학생활 적응의 영향요인을 파악하기에 앞서 회귀분석 가정을 충족하는지 검증한 결과 모두 충족한 것으로 나타났다. 회귀모형은 유의한 것으로 나타났고($F=44.17$, $p<.001$), 공차한계가 0.29~0.87로 모두 0.1이상이었으며, 분산팽창지수는 1.15~3.45로 10미만이어서 독립변수간의 다중공선성에 문제가 없는 것으로 확인되었고, Durbin-Watson

통계량이 2.08로 2에 근접하여 각 독립변수 간의 자기상관이 없는 것으로 확인되었다.

단계적 다중회귀분석을 시행한 결과, 대학생활 적응에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 긍정심리자본($\beta=.36$, $p<.001$)이었으며, 다음으로 주관적 건강상태($\beta=.22$, $p<.001$), 회복탄력성($\beta=.21$, $p=.024$), 전공만족도($\beta=.11$, $p=.047$) 순으로 나타났다. 이 영향요인들은 대학생활 적응을 47.0% 설명하는 것으로 나타났다.

Table 4. Influencing Factors on Adjustment of College Life

(N=197)

Factors	B	SE	β	t	p	R^2	Adjusted R^2	F	p
(Constant)	13.86	6.05				.48	.47	44.17	<.001
Positive psychological capital	0.38	0.10	.36	3.75	<.001				
Subjective health status	4.58	1.17	.22	3.91	<.001				
Resilience	0.21	0.09	.21	2.27	.024				
Major satisfaction	2.57	1.29	.11	2.00	.047				

4. 고찰

본 연구는 간호학과 1, 2학년의 대학생활 적응을 살펴보고 대학 생활 적응에 영향을 미치는 변수를 확인하여 앞으로 수행할 임상실습과 대학 생활의 적응을 돕기 위하여 도움이 될 만한 전략을 개발하기 위한 기초자료를 제공하기 위하여 목적이 있다. 그리하여 관련변수인 긍정심리자본, 회복탄력성 및 대학 생활 적응 정도, 이 변인간의 상관관계 및 간호 대학생의 대학 생활 적응요인에 미치는 영향을 조사하였다.

대상자들의 일반적 특성에 따른 대학생활 적응의 차이를 살펴본 결과 학업성적이 높은 집단이 성적이 낮은 집단에 비해 대학생활 적응 점수가 더 높게 나타났다. 본 연구의 결과는 1학년 신입생을 대상으로 한 Choi, Park와 Kim[23]의 연구에서 성적이 4.0이상, 3.0이상 4.0미만 학생들이 2.0이상 3.0미만, 2.0미만 학생들보다 대학생활 적응 점수가 높게 나타난 것과 유사하였다. 또한 본 연구에서 전공에 대한 만족도가 높은 그룹이 낮은 그룹에 비해 대학생활 적응 수준이 높은 것으로 나타났는데, 이는 Choi 등[23]의 연구결과와 일치하였다. 이러한 결과를 통하여 간호대학생들에게 전공학과를 잘 선택할수록 진로를 지도하고, 성적을 향상시킬 수 있도록 면밀한 교수학습법 개발 및 지속적인 학생지도가 필요할 것으로 생각된다.

또한, 주관적 건강상태에 따라 대학 생활 적응에 유의한 차이를 보였는데, 즉 자신의 건강상태가 건강 상태가 좋은 경우가 나쁜 경우와 보통인 경우보다 유의하게 대학생활 적응의 점수 높았다. 이는 Chun과 Cho[24]의 연구에서 건강상태가 좋은 경우는 그렇지 못한 경우보다 대학생활 적응이 유의하게 높았다고 보고한 연구결과와 일치하며, 간호대학생의 대학생활 스트레스와 대학 생활 적응에 대해 연구한 You[25]의 연구에서 자신의 건강상태가 나쁜 경우에는 건강상태가 보통이상 매우 좋은 경우보다 유의하게 대학생활 스트레스가 높았다는 연구와 유사한 결과를 보여 본 연구를 지지하였다. 이러한 결과는 학생 스스로가 느끼는 건강상태가 대학생활 적응에 많은 영향을 주는 것을 알 수 있는데 건강상태가 좋을수록 대학생활에 대해 적응하는 것을 어려워하지 않고 잘 학교생활을 해내는 것을 알 수 있다. 따라서 학생 스스로가 건강하다고 느낄 수 있도록 스스로 건강을 유지 할 수 있도록 하는 건강관리능력을 키우는 것이 대학생활 적응을 향상시키는 중요한 요소로 생각된다.

본 연구에서는 간호 대학생의 성별, 나이, 거주환경에 따른 대학 생활 적응 정도에 유의한 차이가 없었는데, You[25]의 연구와 Choi 등[23]의 연구결과에서는 성별, 거주환경에서 대학 생활 적응 정도에 유의한 차이가 없는 결과와 일치하였다. 그러나 두 연구에서는 나이가 많은 경우 대학 생활 적응의 점수가 유의하게 높았으나

본 연구에서는 나이가 대학생활에서 유의한 차이가 없었던 것으로 나타났다. 그러나 Won[26]의 연구에서는 학년에 따라 대학생활 적응에 유의한 차이가 없는 것으로 나타나 본 연구와 유사한 결과를 보였다. 위의 연구 결과처럼 성별, 거주환경이 대학생활 적응 정도에 일관된 결과를 보이지 않는 것은 개인별 성향과 생활 환경 등에 영향을 많이 받는 것으로 보여지므로 비슷한 조건에서 반복적인 연구를 통해 일반화 할 필요가 있다고 생각된다.

교수와의 상담 횟수와 대학 생활 적응과의 차이를 연구한 논문은 드물었는데, Hong과 Kim[5]의 연구에서 교수와의 상담횟수가 대학 생활 적응 정도에 유의한 차이가 있는 것으로 보고되어 본 연구의 결과와는 상반된 결과를 보였다. 이는 최근 코로나로 인해 대면 상담이 어려웠던 연구시점을 고려할 때 상담의 형태, 횟수 등 다양한 환경적 부분을 고려하여 이해하여야 할 것으로 생각된다.

이상의 연구결과를 비추어 볼 때 간호대학생들의 대학 생활 적응에 영향을 미치는 인구학적 특성에 대한 일치된 근거를 마련하기 위해서는 다양한 환경의 간호 대학생들을 대상으로 충분히 대상자 수를 확보하여 반복 연구를 할 필요성이 있다.

본 연구에서 긍정심리자본과 회복탄력성은 대학 생활 적응과 유의한 양의 상관관계를 보였는데, 이는 간호 대학생들을 대상으로 한 선행연구[27]에서 긍정심리자본과 대학 생활 적응은 유의한 정적 상관관계가 있음을 보고하여 본 연구결과와 일치하였다. 또한, 회복탄력성과 대학 생활 적응은 Hong과 Kim[5]의 연구에서도 본 연구결과가 일치하여 본 연구를 뒷받침하는 결과이다. 이와 같이 대학생활적응 수준을 높이기 위해서는 간호대학생들의 회복탄력성을 향상시킬 필요가 있는데 회복탄력성은 개인적 노력만으로는 향상이 어려우므로 재학동안 대학에서 이를 개발 시킬수 있도록 여러 가지 프로그램을 개발 및 비교과 프로그램을 통하여 간호대학생들의 대학생활 적응을 높일 필요가 있다고 생각된다.

본 연구에서 대상자의 대학 생활 적응 영향요인을 파악하기 위해 대학 생활 적응과 유의한 연관성을 나타낸 학업성적, 전공만족도, 주관적 건강상태, 긍정심리자본, 회복탄력성의 5개의 변수를 독립변수로 하여 단계적 다중회귀분석을 시행하였다. 단계적 다중회귀분석을 시행한 결과, 긍정심리자본이 높을수록, 주관적 건강상태가

높을수록, 회복탄력성이 높을수록, 전공만족도가 높을수록 대학 생활 적응이 높은 경향을 보였다. 변수들 중 대학생활적응에 영향을 미치는 상대적 크기가 가장 큰 변수는 긍정심리자본으로 나타났다. 이 결과는 대학생을 대상으로 한 대학 생활 적응에 영향을 미치는 요인에 대한 조사를 한 Go[27], Jo[28]의 연구에서 긍정심리자본이 높을수록 대학 생활 적응이 높은 것으로 나타난 것과 일치하였다.

또한, Hong과 Kim[5]의 간호대학생을 대상으로 회복탄력성과 대학 생활 적응에 관한 연구에서 회복탄력성이 높을수록 대학 생활 적응이 높은 것으로 보인 연구결과와 일치하였다. 고학년 간호대학생을 대상으로 한 Jang[29]의 연구에서도 회복탄력성이 간호학과 생활 적응에 중요한 요인으로 보여 본 연구의 결과와 같은 결과를 보였다. 한편, 학업성적, 전공만족도, 주관적 건강상태가 대학 생활 적응에 영향하는 요인으로 나타난 본 연구의 결과를 이와 유사한 선행연구가 없어 직접 비교하기 어려우나, 이 결과를 통해 학업성적이 높을수록, 전공만족도가 높을수록, 주관적 건강상태가 건강할수록 대학 생활 적응을 잘 하는 것으로 예측되므로 간호대학생을 대상으로 프로그램을 시행하거나 개발할 시에 자료로 활용할 수 있을 것으로 보인다.

이 결과를 통해 대학생 시기의 긍정심리자본과 회복탄력성은 대학생활의 만족도를 높여 적용할 수 있도록 도와줄 수 있는 변수가 되므로 긍정심리자본과 회복탄력성을 향상시킬 수 있어야 한다. 현재 처해있는 상황에 대하여 진취적이고 긍정적인 사고를 함양할 수 있도록 하고 어려운 일에 있어 유연하게 대처하는 역량을 키울 수 있도록 할 필요가 있다. 이를 위하여 학교나 학과에서는 다양한 긍정심리자본 기반 및 회복 탄력성을 키울 수 있는 프로그램을 간호대학생들에게 제공하여 대학 생활 적응을 도모할 필요가 있다고 생각된다.

REFERENCES

- [1] M. H. Han. (2017). Factors affecting college adaptation and academic achievement in nursing students. *Journal of The Korea Society of Health Informatics and Statistics*, 42(1), 36-43. DOI : 10.21032/jhis.2017.42.1.36
- [2] Y. J. Kim & Y. G. Seo. (2018). Mediating effect of adaptive cognitive emotion regulation strategies between self-esteem and college

- students adaptation to college life. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 18(22), 847-866.
DOI : 10.22251/jlcci.2018.18.22.847
- [3] R. W. Baker & B. Siryk. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 179-189.
- [4] H. S. Cha. (2019). Influence on adjustment of university life among nursing students. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 20(8), 381-391.
DOI : 10.5762/KAIS.2019.20.8.381
- [5] H. S. Hong & H. Y. Kim. (2016). Effect of academic stress, clinical practice stress, resilience on nursing student's adjustment to college life. *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, 6(2), 221-234.
DOI : 10.35873/ajmahs.2016.6.2.024
- [6] L. J. Labrague, D. M. McEnroe-Petitte, D. Gloe, L. Thomas, I. V. Papatthanasious & K. Tsaras. (2017). A literature review on stress and coping strategies in nursing students. *Journal of Mental Health*, 26(5), 471-480.
DOI : 10.1080/09638237.2016.1244721
- [7] M. Sahu, S. Gandhi, M. K. Sharma & P. Marimuthu. (2019). Perceived stress and resilience and their relationship with the use of mobile phone among nursing students. *Investigacion and Educacion en Enfermeria*, 37(3), 53-61.
DOI : 10.17533/udea.iee.v37n3e05
- [8] H. S. Park & K. S. Jeong. (2013). Influence of self-directed learning ability and creativity on college adjustment in nursing students. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 19(4), 549-557.
DOI : 10.5977/jkasne.2013.19.4.549
- [9] F. Luthans, C. M. Youssef & B. J. Avolio. (2007). *Psychological capital: Developing the human competitive edge*. New York: Oxford University Press.
- [10] F. Luthans. (2002). Positive organizational behavior: Developing and managing psychological strengths. *Academy of Management Perspectives*, 16(1), 57-72.
DOI : 10.5465/ame.2002.6640181
- [11] M. Seligman. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Free.
- [12] S. E. Jeong & J. H. Han. (2019). The influence of personality characteristics, self-leadership and positive psychological capital on learning flow of nursing students. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 25(4), 393-404.
DOI : 10.5977/jkasne.2019.25.4.393
- [13] S. Y. Lee & K. H. Lee. (2018). Convergence study of the factors affecting positive psychology capital among nursing students. *Journal of the Korea Convergence Society*, 9(5), 269-279.
DOI : 10.15207/JKCS.2018.9.5.269
- [14] C. Liu, Y. Zhao, X. Tian, G. Zou & P. Li. (2015). Negative life events and school adjustment among Chinese nursing students: The mediating role of psychological capital. *Nurse Education Today*, 35(6), 754-759.
DOI : 10.1016/j.nedt.2015.02.002
- [15] K. M. Connor & J. R. Davidson. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82.
DOI : 10.1002/da.10113
- [16] M. García-Izquierdo, M. I. Ríos-Risquez, C. Carrillo-García & E. d. I. Á. Sabuco-Tebar. (2018). The moderating role of resilience in the relationship between academic burnout and the perception of psychological health in nursing students. *Educational Psychology*, 38(8), 1068-1079.
DOI : 10.1080/01443410.2017.1383073
- [17] E. W. Pines et al. (2014). Enhancing resilience, empowerment, and conflict management among baccalaureate students: Outcomes of a pilot study. *Nurse Educator*, 39(2), 85-90.
DOI : 10.1097/NNE.0000000000000023
- [18] H. J. Lee, H. Y. Lee & K. J. Kang. (2017). The effect of clinical performance, professor-student interaction, and career maturity upon resilience of nursing students. *Journal of the Korean Society for Wellness*, 12(1), 425-437.
DOI : 10.21097/ksw.2017.02.12.1.425
- [19] H. J. Cho, H. N. Park, M. K. Kang & S. J. Lee. (2014, August). Sophomores in university need attention: Research on college students' self-esteem and societal support relationship. *Korean Psychological Association Annual Conference*. (pp. 436). Seoul : Korean Journal of Clinical Psychology.
- [20] J. S. Kim. (2013). An exploratory study on the effect of psychological capital on

employment-preparation behavior of college students. *Andragogy Today : International Journal of Adult and Continuing Education*, 16(4), 31-59.

- [21] H. S. Baek, K. U. Lee, E. J. Joo, M. Y. Lee & K. S. Choi. (2010). Reliability and validity of the Korean version of the Connor-Davidson Resilience Scale. *Psychiatry Investigation*, 7(2), 109-115.
DOI : 10.4306/pi.2010.7.2.109
- [22] Y. J. Lee. (1999). *The non-residential students' adaptation to college life and career plans*. master's thesis. Ewha Womans University, Seoul.
- [23] S. O. Choi, J. K. Park & S. H. Kim. (2015). Factors influencing the adaptation to the college life of nursing students. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 21(2), 182-189.
DOI : 10.5977/jkasne.2015.21.2.182
- [24] I. H. Chun & J. Y. Cho. (2016). The relationship between stress, self-efficacy, resilience and college adjustment in nursing students. *Journal of the Korean Society for Multicultural Health*, 6(1), 49-60.
- [25] K. H. Yoo. (2018). A study on the stress and adjustment to college life among nursing students *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 24(3), 269-278.
DOI : 10.5977/jkasne.2018.24.3.269
- [26] H. J. Won. (2015). Effects of self-leadership and stress coping on college life adjustment in nursing students. *The Korean Journal of Health Service Management*, 9(1), 123-131.
DOI : 10.12811/kshsm.2015.9.1.123
- [27] J. L. Go. (2019). University student's university life adaptation variable investigation: Centering around positive psychological capital, social support, career decision self-efficacy. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 19(22), 315-344.
DOI : 10.22251/jlcci.2019.19.22.315
- [28] Y. S. Jo. (2019). The influence of positive psychology capital on college life adjustment and college life satisfaction of university student. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 19(21), 79-104.
DOI : 10.22251/jlcci.2019.19.21.79
- [29] S. Y. Jang. (2018). Influence of stress and resilience on student adjustment to college life in senior nursing students. *The Korean Society Fisheries and Sciences Education*, 30(3), 1075-1088.
DOI : 10.13000/JFMSE.2018.06.30.3.1075

신 현 희(Hyun-Hee Shin)

[정회원]



- 2015년 2월 : 계명대학교 간호학과 (간호학 석사)
- 2019년 2월 : 계명대학교 간호학과 (간호학박사)
- 2019년 9월 ~ 현재 : 경주대학교 간호학과 교수

- 관심분야 : 여성, 모성, 긍정심리, 산전우울, 산후우울
- E-Mail : sin3871@gu.ac.kr

장 수 현(Su-Hyun Jang)

[정회원]



- 2012년 2월 : 경북대학교 간호학과 (간호학 석사)
- 2017년 2월 : 경북대학교 간호학과 (간호학박사)
- 2016년 9월 ~ 현재 : 영남이공대학교 간호학과 교수

- 관심분야 : 여성, 모성, 긍정심리, 성
- E-Mail : snubhngel@ync.ac.kr