



간호 대학 신입생의 학업스트레스와 대학생활적응의 관계에서 자기효능감의 매개효과*

최 호 진¹⁾ · 이 은 주²⁾

서 론

연구의 필요성

대학생은 발달 단계 상 청소년 후기에서 성인으로 이행하는 시기에 있으며, 이 시기의 대학생들은 급속히 변화하고 있는 사회 속에서 자아정체성 확립, 정서적 독립, 불확실한 미래, 경쟁 등으로 인해 많은 부담을 느끼며 살아가고 있다(Park, Kim, & Jung, 2008). Misra, McKean, West와 Russo (2000)도 대학생은 인생의 과도기적인 특성으로 인해 학업과 관련된 광범위한 지식 습득과 관련된 문제, 경제적인 압박, 시간관리 기술 부족 등의 스트레스를 경험하는 것으로 보고하였다. 특히 우리나라의 경우 주입식의 중고등학교 교육은 획일적이고 수동적인 생활을 요구하지만, 대학 진학 후에는 이전의 교육 방식과 달리 자율적이고 주도적인 대학 생활을 요구하기 때문에 대학생들은 갑작스런 변화에 따라 많은 스트레스를 경험하게 된다. 또한 최근에는 경기 침체로 인해 대학 신입생들도 대학생활 초기부터 취업에 대한 부담감과 함께 대학생활 부적응, 학점, 인간관계 등으로 인해 더욱 많은 스트레스를 경험하고 있다(Gong & Lee, 2006; Ha, 2010).

특히 대학 신입생은 상급생에 비해 대학생활에 대한 적응 수준이 낮고 우울이나 불안과 같은 부정적 정서를 더 많이 경험하며 휴학이나 자퇴를 더 많이 한다고 한다(Kim & Cho, 2011). 미국의 경우에도 대학 입학생의 수는 꾸준히 증가하고 있지만 대학생활에 적응을 못해서 중도 탈락하는 학생 수의

증가는 심각한 문제이며, 중도 탈락의 가장 많은 이유가 학업 스트레스와 관련이 있다고 한다(Murtaugh, Burns, & Schuster, 1999).

그리고 간호 대학생은 다른 전공의 대학생과 비교했을 때 다양한 전공과목으로 인해 교육과정에 여유로움이 없이 엄격하고 과중한 학습을 해야 할 뿐 아니라 임상실습을 견뎌야 하고 짧은 시간 내에 정해진 지식을 습득해야 하는 어려움으로 인해 더 많은 스트레스를 경험할 수 있다. 외국의 경우에도 시험, 과제, 학제, 학업 과다, 일반적인 학업 관련 요소, 자유 시간 부족 등(Timmins & Kaliszer, 2002)으로 우리나라 간호 대학생들과 유사한 스트레스를 경험하고 있다. 더욱이 3년제의 학제에 있는 간호 대학생의 경우는 입학의 첫 해부터 해부학, 생리학, 간호학 등 전공과목의 생소한 수업으로 인해 타 과 학생들에 비해 더 많은 스트레스를 경험하고 있다(Min, 2006). 그러나 이러한 스트레스가 적절하게 다루어지지 않으면 신체적 건강 뿐 아니라 우울 및 불안 등의 심리적 건강에도 영향을 미쳐 자신감의 감소, 성적 저하 등이 발생하며 학교적응에도 부정적인 영향을 미치게 된다(Magnussen & Amundson, 2003).

대학생활적응 정도는 대학생들의 학업수행능력과 연관되어 대학생활에 적절히 적응하지 못한 대학생들의 경우 학업수행능력이 저하되고, 사회적 관계에서도 고립감을 경험하며, 이러한 결과는 대학 졸업 후의 삶에까지 영향을 미쳐서 다양한 문제를 발생시킬 수 있다고 한다(Seo & Kim, 2002). 또한 대학생의 대학생활 부적응으로 인한 학업능력 저하는 개인의

주요어 : 스트레스, 자기효능감, 학생, 간호, 매개

1) 선린대학 간호학과 강의전담 교수

2) 경북대학교 간호대학 교수(교신저자 E-mail: jewelee@knu.ac.kr)

접수일: 2011년 11월 14일 1차 수정일: 2012년 2월 1일 2차 수정일: 2012년 3월 5일 게재확정일: 2012년 3월 7일

문제를 넘어 교육의 경쟁력 저하라는 문제까지 초래하게 되고, 교육의 경쟁력 저하는 대학의 경쟁력과 국가의 경쟁력까지 위협하게 된다(Kim, Hwang, Seon, & Kim, 2005). 따라서 대학생들의 대학생활적응을 증가시키는 것이 중요하며, 이러한 과정을 통해 대학생들은 남은 대학생활 뿐 아니라 자신의 인생도 보다 성공적이며 만족스럽게 이끌어 나갈 수 있게 될 것이다.

즉 대학 신입생 기간은 대학생활의 성과를 좌우하는 중요한 시기이지만 대학 신입생을 대상으로 적응에 영향을 미치는 요인들에 대한 연구는 턱없이 부족한 실정이다(Kim & Cho, 2011). 이에 따라 스트레스와 적응간의 관계에서 스트레스의 영향을 완충시키거나 적응을 도와주는 조절변인 등을 찾기 위한 노력이 여러 선행연구에서 수행이 되어 왔다. 그 결과 자기효능감, 자존감, 자신감, 부정적 귀인양식 등과 같이 다양한 요인들이 스트레스와 적응간의 관계에 조절해주는 변수로 연구되어 왔다(Kim & Cho, 2011). 자기효능감이란 특수한 과제를 성공적으로 수행할 수 있을지에 대한 개인의 자신감 혹은 신념으로 단순한 능력의 획득이 아니라 다양한 환경에서 그 능력을 효율적으로 발휘할 수 있도록 함으로써 개인의 적응을 예측해 주는 개인내적 변수로 자기효능감이 높은 사람은 자신을 둘러싼 환경으로부터 발생하는 스트레스에 잘 대처하며 적응력이 높다고 하였다(Bandura, 1997). 따라서 개인의 적응을 예측하는 내적 변인으로 자기효능감은 스트레스와 적응과의 관계에서 부정적인 영향을 감소시키는 매개 변인으로 보고하였다(Kim & Cho, 2011).

비록 자기효능감이 대학생활적응을 예측해 주는 개인적 변인으로 꾸준히 연구가 되어 왔지만(Lee & Yu, 2008), 자기효능감이 학업스트레스와 대학생활적응 사이를 매개할 가능성을 검증한 연구는 많지 않다. 또한 수행된 대부분의 연구들도 중·고등학생과 대학생만을 위주로 연구가 진행되었으며(Kim, 2003; Oh & Chun, 1994) 대학 신입생, 특히 3년이라는 시간 내에 학업, 임상 실습 등의 완수를 위해 입학 첫 해부터 낮은 전공과목을 학습해야하는 간호 대학 신입생들은 많은 스트레스를 경험하고 있으나 간호 대학 신입생들을 대상으로 학업스트레스와 대학생활적응 사이에서 자기효능감의 매개효과를 검증한 연구는 많지 않다.

이에 따라 본 연구는 간호 대학 신입생들의 학업스트레스와 대학생활적응 수준과의 관계를 파악하고, 매개 변인으로써 자기효능감의 영향력을 확인하여 대학생들이 학업스트레스를 줄이고 대학생활적응을 도울 수 있는 전략을 개발하는데 필요한 기초 자료로 활용하고자 시도되었다.

연구 목적

본 연구의 목적은 간호 대학 신입생들의 학업스트레스와 대학생활적응 및 자기효능감의 수준과 이들의 관계를 파악하고 학업스트레스와 대학생활적응의 관계에서 자기효능감의 매개효과를 파악하기 위함이다.

이를 위한 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 간호 대학 신입생들의 학업스트레스와 대학생활적응 및 자기효능감의 정도를 파악한다.
- 간호 대학 신입생들의 학업스트레스와 대학생활적응 및 자기효능감과의 관계를 파악한다.
- 간호 대학 신입생들의 학업스트레스와 대학생활적응의 관계에서 자기효능감의 매개효과를 파악한다.

연구 방법

연구 설계

본 연구는 간호 대학 신입생들의 학업스트레스와 대학생활적응의 관계에 대한 자기효능감의 매개효과를 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

연구 대상

본 연구를 수행하기 위해 P시와 D시에 소재한 3개의 3년제 대학 간호과 1학년에 재학 중인 학생 총 520명을 대상으로 하였으며, 그 중 연구 참여를 서면 동의한 학생 453명을 대상으로 자료를 수집하였다. 수집된 453명의 자료 중 49명은 간호 대학 입학 전에 다른 전공에서 대학생활을 한 경험이 있는 학생들로서 이들의 과거 학업경험이 연구 결과에 영향을 미칠 수 있다는 것을 고려하여 연구대상에서 제외하였다. 또한 설문지 작성에 누락이 있는 8명의 자료를 제외하여 총 396명의 자료가 최종연구 분석에 사용되었다.

매개효과를 파악하기 위한 구조방정식 모델링에서는 통계적 검정력을 향상시키기 위해 가능하면 표본크기가 큰 것이 바람직하고, 관측변수의 수가 12개 미만인 경우일지라도 표본의 크기가 200개에서 400개 정도인 것이 바람직하다고 하였다(Yu, 2012). 이에 따라 본 연구 대상자의 수는 검정력을 확보하기에 적절하다고 판단하였다.

연구 도구

● 학업스트레스

학업스트레스란 공부나 성적과 관련되어 경험하는 어려움으로 인해 편하지 못한 심리상태(Oh & Chun, 1994)를 가지는 것을 의미하는 것으로, 본 연구에서는 Oh와 Chun (1994)이

개발한 학업스트레스 척도를 Lee와 Yu (2008)가 대학생에게 맞게 수정 보완한 도구를 사용하여 측정한 점수를 의미한다. 이 도구는 22문항의 6점 척도, 최소 22점에서 최대 132점으로 점수가 높을수록 학업스트레스가 높은 것을 의미하며 신뢰도는 Lee와 Yu (2008)의 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .88$ 이었고 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .88$ 이었다.

● 대학생활적응

대학생활적응이란 대학생들이 대학이라는 환경 속에서 생활하면서 학업, 대인 관계 및 정서적 측면에서 대학생활의 요구에 대처하는 과정과 관련된 현상(Kim, 2003)으로, 본 연구에서는 Baker와 Siryk (1984)가 개발한 대학생활적응 도구(Student Adaptation to College Questionnaire: SACQ)를 Lee (2000)가 수정, 보완한 대학생활적응 도구를 사용하였다. 이 도구는 25문항 5점 척도, 최소 25점에서 최대 125점으로 점수가 높을수록 대학생활적응 정도가 높은 것을 의미하며 신뢰도는 Lee (2000)의 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .85$ 이었고 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .82$ 이었다.

● 자기효능감

자기효능감이란 개인이 결과를 얻는데 필요한 행동을 성공적으로 수행할 수 있다는 신념(Bandura, 1997)으로, 본 연구에서는 Sherer와 Maddux (1982)가 개발한 것을 Kim (1994)이 수정 보완한 자기효능감 도구를 사용하였다. 이 도구는 13문항의 4점 척도로, 최소 0점에서 최대 39점으로 점수가 높을수록 자기효능감이 높은 것을 의미하며 신뢰도는 Kim (1994)의 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .98$ 이었고 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .84$ 이었다.

자료 수집 방법

본 연구는 연구자의 편의에 따라 P시와 D시에 소재한 3개의 3년제 간호 대학을 임의 표집하여 자료 수집을 시도하였다. 먼저 해당 대학 간호과 학과장을 연구자가 직접 방문하여 연구의 목적을 설명하고 연구수행에 대한 협조와 허락을 요청하였다. 연구수행에 대한 허락을 얻은 후 강의실을 마친 휴식 시간에 강의실을 연구자가 직접 방문하여 연구의 목적을 대상자들에게 설명하였다. 설문지와 회수용 봉투를 함께 학생들에게 배부한 후 연구 참여를 허락하는 학생들은 설문에 응답한 후 회수용 봉투에 넣어 밀봉한 뒤 학년 대표에게 제출하도록 하고, 연구 참여에 동의하지 않는 학생들은 회수용 봉투에 응답을 하지 않은 빈 설문지를 밀봉하여 제출하도록 하여 누가 설문에 응답하였는지를 확인할 수 없게 하였다. 자료수집기간은 학기시작 후 5에서 7주차 사이에 이루어 졌으며, 설

문지의 회수는 학년 대표를 연구자가 직접 방문하여 회수하였다.

자료 분석 방법

수집된 자료는 PASW 18.0을 이용하여 대상자들의 일반적 특성은 빈도와 백분율로 학업스트레스, 자기효능감, 대학생활적응의 수준은 평균과 표준 편차로 구하였으며, 이들 변수들 간의 관계는 Pearson Correlation Coefficient로 구하였다. 학업스트레스와 대학생활적응과의 관계에서 자기효능감의 세 변인들에 대한 매개효과 분석을 위해 AMOS Program 18.0을 이용하여 비표준화계수(Unstandardized β), 표준화계수(Standardized β), 표준오차(S.E), C.R (Critical Ratio), 유의확률(p)을 구하였고 변수 간 직접효과와 간접효과 및 총효과를 구하였다. 모형의 적합도를 평가하기 위해서는 χ^2 , 자유도(df), 적합지수(Goodness of Fit Index, GIF), 조정적합지수(Adjusted Goodness of Fit Index, AGIF), 비교적합지수(Comparative fit index, CFI), 근사 오차평균자승의 이중근(Root Mean Square Error of Approximation, RMSEA)을 산출하였다. 각 변수들의 정규성 검증을 위해 왜도와 첨도를 구하였고 내생변수가 그 내생변수에 직접적인 영향을 미치는 변수들에 의해 설명되는 양을 보기위해 Squared Multiple Correlations (SMC)를 구하였다.

연구 결과

대상자의 일반적 특성

본 연구의 대상자는 여학생이 90.7%로 대부분을 차지하였으며, 남학생이 9.3%이었다. 나이는 만 19세 이하가 93.4%로 대부분을 차지하였으며, 종교는 무교가 57.3%로 가장 많았다 (Table 1).

Table 1. General Characteristics (N=396)

Characteristics	Categories	N (%)
Gender	Male	37 (9.3)
	Female	359 (90.7)
Age (yr)	≤19	370 (93.4)
	≥20	26 (6.6)
Religion	Christianity	81 (20.5)
	Catholic	33 (8.3)
	Buddhism	52 (13.1)
	Non	227 (57.3)
	Other	3 (0.8)

학업스트레스와 대학생활적응 및 자기효능감의 정도

대상자의 학업스트레스 정도는 평균 81.13점이었고, 대학생

활적응 정도는 평균 75.17점이었으며, 자기효능감 정도는 평균 23.48점이었대(Table 2).

Table 2. Description of Study Variables (N=396)

Variables	Mean ± SD	Range
Academic Stress	81.13 ± 13.60	33.00-118.00
College Adjustment	75.17 ± 11.33	42.00-114.00
Self-Efficacy	23.48 ± 4.65	6.00-39.00

학업스트레스와 대학생활적응 및 자기효능감과의 관계

대상자의 학업스트레스와 대학생활적응($r=-.466, p<.001$)은 유의한 역 상관관계를 나타내었고, 학업스트레스와 자기효능감($r=-.402, p<.001$)도 유의한 역 상관관계를 보였다. 그러나 대학생활적응과 자기효능감($r=.132, p=.008$)은 유의한 순 상관관계를 나타내었다(Table 3).

Table 3. Correlation between Variable (N=396)

Variables	Academic Stress	College Adjustment
College Adjustment	-.466 ($p<.001$)	-
Self-Efficacy	-.402 ($p<.001$)	.132 ($p=.008$)

학업스트레스와 대학생활적응 변인 간 자기효능감의 매개효과

대상자의 학업스트레스와 대학생활적응 변인 간의 자기효능감의 매개효과 결과는 다음과 같다. 먼저 학업스트레스, 대학 생활적응, 자기효능감 변수의 왜도는 $-0.261 \sim 0.009$, 첨도는 $0.462 \sim 1.409$ 사이로 정규성에 문제가 없었다. SMC에서 대학 생활적응이 학업스트레스에 의해 설명되는 부분은 68%이었고, 자기효능감에 의해 설명되는 부분은 27%임을 알 수 있었다. 본 연구의 설정 모형에 제시된 3가지 변수의 관계에서 학업스트레스가 자기효능감에 유의하였고($C.R=-6.791, p<.001$), 자기효능감이 대학생활적응에 유의하였으며($C.R=2.160, p=.031$), 학업스트레스가 대학생활적응에도 유의하게 나타나($C.R=-6.963,$

$p<.001$) 자기효능감의 부분 매개 효과가 검증되었다(Table 4). 대상자의 학업스트레스가 대학생활적응에 미치는 직접 효과는 $-.73$ 이고 간접 효과는 $-.0832$ ($-.52 \times .16$)로 총 효과는 $-.8132$ ($-.73 + -.0832$)로 나타났다(Figure 1). 본 연구의 설정모형 또한 잘 부합되는 것으로 나타났는데 $\chi^2=77.01$ ($df=24, p>.001$), GFI=.959, AGFI=.923, CFI=.952로 좋으며 RMSEA=.075로 양호한 것으로 나타났다(Table 5).

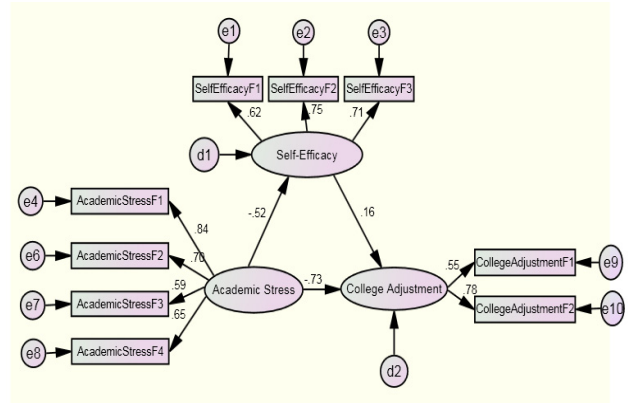


Figure 1. The mediation effect of self efficacy between academic stress and adjustment to college

논 의

우리나라 대학생들은 초·중·고등학교까지 자율적이기 보다는 주입식의 짜인 틀 가운데서 교육을 받다가 대학생이 되면서 모든 것을 학생 스스로가 감당해야하므로 많은 혼란을 경험하게 된다. 특히 간호 대학생들은 1학년 때부터 시작되는 과중한 학업량과 인간의 생명을 다루는 학문임으로 인해 발생하는 긴장감은 학생들에게 많은 스트레스를 경험하게 한다. Thyer와 Bazeley (1993)는 간호 대학생들이 임상 실습과 관련된 스트레스보다 학업스트레스가 더 높다는 연구 결과를 보고하였다. 이처럼 과중한 학업스트레스는 학교생활적응에까지도 영향을 줄 수 있을 것이다. 이에 본 연구에서는 간호 대학 신입생들의 학업스트레스와 대학생활적응과의 관계를 확인하

Table 4. Model Path Coefficients (N=396)

Path	Standardized β	Unstandardized β	S.E	C.R	p
Academic Stress→Self-Efficacy	-.520	-.405	.060	-6.791	<.001
Self-Efficacy→College Adjustment	.159	.248	.115	2.160	.031
Academic Stress→College Adjustment	-.729	-.884	.127	-6.963	<.001

Table 5. Model fit (N=396)

Model	χ^2	df	p	GFI	AGFI	CFI	RMSEA
Partially mediated effects	77.01	24	<.001	.959	.923	.952	.075

고 자기효능감이 학업스트레스와 대학생활적응 간에 미치는 매개효과를 파악하고자 시도되었다.

본 연구에서 대학생의 학업스트레스와 대학생활적응 간의 상관관계를 살펴보면 학업스트레스와 대학생활적응은 유의한 역 상관관계를 나타내어 학업스트레스가 높을수록 대학생활에 적응력이 낮은 것으로 나타났다. 이는 대학 신입생을 대상으로 한 Kim (2003)의 연구에서 학업스트레스가 학교생활적응에 부정적 영향을 준다고 한 것과 일치하였으며, 여자 대학생을 대상으로 한 Gong과 Lee (2006)의 연구도 스트레스는 학교생활적응에 부정적인 영향을 준다고 한 결과와 일치하였다. 그리고 간호 대학생을 대상으로 한 Kim (2011)의 연구도 대학생활 스트레스와 임상 실습 스트레스가 대학생활적응에 직접적으로 부정적인 영향을 미친다고 하였으므로 대학생활적응을 증진시키기 위해서는 스트레스의 원인을 제거하거나 스트레스가 대학생활 부적응으로 연결되는 것을 방지해야 할 것이다.

그러나 스트레스의 원인을 근본적으로 제거하는 것은 현실적으로 불가능하므로 대학생의 스트레스 원인을 파악하고 그에 대한 적절한 대책을 수립하여 대학생활 부적응 문제가 발생되지 않도록 하는 것이 필요할 것이다. 또한 스트레스를 경험하는 모든 학생들이 학교생활 부적응을 경험하는 것은 아닐 수 있으므로 어떤 스트레스 요인들이 관여하여 대학생활 부적응을 유발하는지 확인해 보는 것도 대학생활의 적응을 향상시키는 데 필요할 것이다. 그리고 학생들이 스트레스를 경험하면서도 긍정적인 적응결과를 유도하도록 하는 요인은 무엇인지를 확인하는 연구도 필요할 것이다.

본 연구에서 자기효능감과 대학생활적응과는 유의한 순 상관관계를 나타내어 자기효능감이 높을수록 대학생활에 적응을 잘하는 것으로 나타났다. Ramos-Sanchez와 Nichols (2007)의 연구에서도 자기효능감이 높을수록 대학생활적응을 잘한다고 하였으며, 이와 유사하게 Torres와 Solberg (2001)는 학업 효능감이 대학학업을 지속하려는 것을 예측하는 중요한 인자라고 하였고, 자기효능감은 학업성취에 영향을 미치는 좋은 예측인자라고 하였다. 그리고 Zajacova, Lynch와 Espenshade (2005)는 자기효능감이 수강과목 수, 재학률을 예측하는데 좋은 예측인자라고 하였다. 이러한 연구결과를 고려해 볼 때 자기효능감이 높으면 외적 요구를 위협으로 취급하기보다는 도전으로 받아들이며 효과적인 대처전략을 더 많이 선택하는 경향이 있으며, 과업을 수행하는데 더 많은 인내력을 가지게 된다고 볼 수 있을 것이다(Chemers, Hu, & Garcia, 2001).

또한 본 연구결과 학업스트레스와 자기효능감은 유의한 역 상관관계로 높은 학업스트레스는 낮은 자기효능감과 관련이 있는 것으로 나타났다. Bandura (1997)는 자기효능감이 외부의 요구를 인지하는 것에 영향을 미치며 외부환경의 스트레

스와 정신적 스트레스 사이의 관계를 중개하는 역할을 한다고 하였다. 여대생을 대상으로 한 Rayle, Arredondo와 Kurpius (2005)의 연구에서 자기효능감과 학업스트레스의 부적 상관관계를 보고하였고, 여대생을 대상으로 한 Park 등(2008)의 연구에서도 대학생활 스트레스와 자기효능감은 부적 상관관계가 나타났다. 그리고 다른 선행연구에서도 스트레스는 자기효능감과 부적 상관관계를 갖는다고 보고하였다(Torres & Solberg, 2001).

본 연구의 구조모형에서 대학생의 학업스트레스와 대학생활적응 간의 자기효능감의 매개효과를 검증한 결과, 자기효능감의 부분 매개효과가 확인되었다. 이는 Bandura (1997)가 주장한 자기효능감은 외부에서 오는 요구와 이에 반응하여 나타나는 스트레스 사이를 매개하여 적응력을 높인다고 한 것과 Chemers 등(2001)이 자기효능감은 외부에서 오는 스트레스를 매개한다고 한 결과와 일치하는 것이다. 그리고 일반 대학생을 대상으로 한 Lee와 Yu (2008)의 연구에서 학업스트레스가 대학생활적응에 직접적인 영향을 주고 자기효능감을 통해 대학생활적응에 간접적인 영향을 주는 것으로 나타난 것, 그리고 영재학생을 대상으로 한 Chan (2006)의 연구에서 심리적 스트레스와 적응 간에 자기효능감의 매개효과를 검증한 결과와 일치한다. 또한 대학 신입생을 대상으로 한 Kim과 Cho (2011)의 연구에서도 진로와 관련된 스트레스와 대학생활적응에서 자기효능감의 매개효과를 확인하였다. 이러한 결과는 비록 동일한 스트레스를 경험하더라도 개인의 자기효능감 수준에 따라 스트레스가 적응에 미치는 영향이 다를 수 있다는 것을 의미한다고 할 수 있을 것이다.

그러나 Lee (2011)의 연구에서는 자기효능감이 대학생활적응에 직접적인 영향을 주지 않는 것으로 나타나 본 연구와는 다른 결과를 제시하였으나 자기효능감이 학습 몰입에는 직접 효과를 학업 성취에는 간접 효과를 준다고 보고하였다. Hirose, Wada와 Watanabe (1999)는 전반적으로 대학생활에 잘 적응하는 학생들의 자기효능감이 대학생활에 잘 적응하지 못하는 대학생들보다 높게 나타났다고 하였다. 하지만 체육이나 의료, 자연과학, 농업 등을 전공하는 대학생들은 비록 자기효능감이 높은 학생일지라도 대학생활에 적응하는 것이 쉽지 않다는 것을 발견하여 전공이나 학문의 특성에 따라 아주 다른 결과가 나타날 수 있음을 제시하였다. 본 연구 대상자들도 간호학과 학생으로서 의료분야에 속한다. 따라서 간호학을 전공하는 대학생의 자기효능감이 높다고 하더라도 과도한 수강 과목과 학습량으로 인해 대학생활적응에 어려움을 경험할 수 있으므로 대학생활적응을 향상시킬 수 있는 다양한 프로그램 개발이 필요하다는 것을 제안하는 바이다.

지금까지는 대학 신입생을 대상으로 하여 스트레스와 대학생활적응과의 관계를 파악한 연구는 턱없이 부족하였으며

(Kim, 2003; Kim & Cho, 2011), 특히 간호 대학 신입생들을 대상으로 수행된 연구는 더욱 부족한 실정이다. 이에 따라 본 연구는 간호 대학 신입생들이 경험하는 스트레스와 자기효능감은 대학생활적응과 인과 관계가 있는 변수들로 학업스트레스가 대학생활적응에 직접적, 부정적인 영향을 주며, 자기효능감은 학업스트레스가 대학생활적응에 부정적인 영향을 미치는 것에 매개역할을 한다는 것을 확인하였는데 연구의 의의가 있다. 그리고 본 연구의 결과는 신입생들의 스트레스를 완화하고 대학생활적응을 높이기 위해서는 자기효능감과 같은 개인 내적요인에 대한 탐색이 필요함을 제기하였다는 것이다. 또한 대학 신입생들이 개인적으로 스트레스를 효과적으로 관리하기 위한 대처양식의 개발도 필요하겠지만, 대학차원에서 자기효능감을 향상시킬 수 있는 다양한 프로그램을 개발하고 지원하여 대학 신입생들이 받는 스트레스를 효과적으로 중재할 수 있도록 하는 것이 대학생활적응을 위해 반드시 필요하다는 것을 제안한다. 그리고 추후연구에서는 간호 대학 신입생들에게 발생하는 스트레스를 효과적으로 관리할 수 있도록 하는 개인적 차원에서의 전략이 무엇인지에 대한 탐색적 연구가 수행될 필요가 있을 것이며, 대학생활적응에 영향을 끼치는 다른 요인들을 찾는 후속 연구들이 필요하다는 것을 제안하는 바이다. 또한 본 연구의 결과는 대학생활적응에 자기효능감의 매개효과가 존재한다는 것을 제시하였지만 회귀계수 값이 비교적 낮게 나타났기 때문에 이에 대한 추가 연구가 필요하다는 것을 제안한다. 즉 자기효능감 중에서도 어떠한 자기효능감, 예를 들면 학업적 자기효능감 혹은 진로개발 자기효능감 등이 대학생들의 적응을 증가시키는지에 대한 보다 심층적인 연구가 필요할 것이다. 마지막으로 본 연구 결과가 1개 시와 1개 광역시 소재 3개의 간호 대학 신입생을 대상으로 하였으므로 연구 결과를 일반화하는 데는 한계가 있을 수 있다는 것을 제시하는 바이다.

결론 및 제언

본 연구는 간호 대학 신입생들의 학업스트레스와 대학생활적응 및 자기효능감의 수준과 이들의 관계를 파악하고 학업스트레스와 대학생활적응의 관계에서 자기효능감의 매개효과를 파악하기 위해 수행되었다.

연구 결과 대학생의 학업스트레스는 자기효능감과 대학생활적응에 모두 유의한 역 상관관계를 나타내었고, 자기효능감과 대학생활적응은 유의한 순 상관관계를 나타내었다. 구조모형에서 대학생의 학업스트레스와 대학생활적응 사이에서 자기효능감의 부분 매개 효과가 검증되었다.

이상의 결과를 볼 때 간호 대학 신입생들의 대학생활적응을 높이기 위해 스스로 학업스트레스를 관리하고 자신에 대

한 효능감을 높일 수 있도록 하는 중재 프로그램을 개발하고 학업스트레스와 자기효능감 외에 대학생활적응에 영향을 주는 요인들을 찾는 후속연구가 필요하리라 생각된다.

References

- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology, 31*, 179-189.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Chan, D. W. (2006). Adjustment problems, self-efficacy and psychological distress among Chinese gifted students in Hong Kong. *Roeper Review, 28*, 203-209.
- Chemers, M. M., Hu, L. T., & Garcia, B. F. (2001). Academic self-efficacy and first-year college student performance and adjustment. *Journal of Educational Psychology, 93*, 55-64.
- Gong, S. J., & Lee, E. H. (2006). Mediation effect of coping between life stress and depression in female college students. *The Korean Journal of Woman Psychology, 11*, 21-40.
- Ha, J. Y. (2010). Impact of self-esteem, family function and social support on stress in undergraduate students. *Journal of Korean Academy Fundamental Nursing, 17*, 259-266.
- Hirose, E. I., Wada, S., & Watanabe, H. (1999). Effects of self-efficacy on adjustment to college. *Japanese Psychological Research, 41*, 163-172.
- Kim, E. A. (2011). *Developing a prediction model regarding adjustment of nursing students to college life*. Unpublished doctoral dissertation, Chonnam National University, Gwangju.
- Kim, J. I. (1994). *An effect of aquatic exercise program with self-help group activities and strategies for promoting self-efficacy on pain, physiological parameters and quality of life in patients having rheumatoid arthritis*. Unpublished doctoral dissertation, Seoul National University, Seoul.
- Kim, K., Hwang, M., Seon, H., & Kim, Y. (2005). Predictive validity of college student adjustment questionnaire. *The Korean Journal of Counseling, 6*, 1103-1117.
- Kim, S. K. (2003). Life stress in freshman and adjustment to college. *Korean Journal of Youth Studies, 10*, 215-237.
- Kim, K. W., & Cho, Y. H. (2011). Mediation and moderation effects of self-efficacy between career stress and college adjustment among freshmen. *Korean Journal of Youth Studies, 18*, 197-218.
- Lee, S. J. (2011). The effect of flow on learning and self-efficacy on college adaptation and academic achievement in undergraduate students. *The Korean Journal of Educational Psychology, 25*, 235-253.
- Lee, S. J., & Yu, J. H. (2008). The mediation effect of self-efficacy between academic and career stress and adjustment to college. *The Korean Journal of Educational Psychology, 22*, 589-607.

- Lee, Y. J. (2000). *The non-residential students' adaptation to college life and career plans*. Unpublished master's thesis. Ewha Womans University, Seoul.
- Magnussen, L. & Amundson, M. J. (2003). Undergraduate nursing student experience. *Nursing and Health Science*, 5, 261-267.
- Min, S. Y. (2006). Adjustment experience of students in nursing education. *Journal of Korean Academy Psychiatric Mental Health Nursing*, 15, 409-419.
- Misra, R., McKean, M., West, S., & Russo, T. (2000). Academic stress of college students: Comparison of student and faculty perceptions. *College Student Journal*, 21, 1-10.
- Murtaugh, P. A., Burns, L. D., & Schuster, J. (1999). Predicting the retention of university students. *Research in Higher Education*, 40, 355-371.
- Oh, M. H., & Chun, S. M. (1994). Analysis of academic stressors and symptoms of juveniles effects of meditation training on academic stress reduction. *Journal of Guidance and Counseling Sogang University Student Counseling Center*, 15, 63-96.
- Park, H. J., Kim, M. Y., & Jung, D. Y. (2008). The effect of stress, social support and self-efficacy on the mental health of female undergraduate students. *Journal of Korean Academy Fundamental Nursing*, 15, 513-521.
- Ramos-Sanchez, L., & Nichols, L. (2007). Self-efficacy of first-generation and non-first-generation college students: The relationship with academic performance and college adjustment. *Journal of College Counseling*, 10, 6-18.
- Rayle, A. D., Arredondo, P., & Kurpius, S. E. R. (2005). Educational self-efficacy of college women: Implications for theory, research, and practice. *Journal of Counseling & Development*, 83, 361-366.
- Seo, S. K., & Kim, K. H. (2002). A validation study of the test of college life adaptation. *Student Review*, 36, 1-12.
- Sherer, M., & Maddux, J. E. (1982). The self-efficacy scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51, 663-671.
- Thyer, S. E., & Bazeley, P. (1993). Stressors to student nurses beginning tertiary education: An Australian study. *Nurses Education Today*, 13, 336-342.
- Timmins, F. & Kaliszer, M. (2002). Aspects of nurse education programmes that frequently cause stress to nursing students: Fact-finding sample survey. *Nurses Education Today*, 22, 203-211.
- Torres, J. B., & Solberg, V. S. (2001). Role of self-efficacy, stress, social integration, and family support in Latino college student persistence and health. *Journal of Vocational Behavior*, 59, 53-63.
- Yu, J. P. (2012). *The basics and interpretation of structural equation modeling*. Seoul: Hannarae.
- Zajacova, A., Lynch, S. M., & Espenshade, T. J. (2005). Self-efficacy, stress, and academic success in college. *Research in Higher Education*, 46, 677-706.

Mediation Effects of Self-Efficacy between Academic Stress and College Adjustment in First Year Nursing Students

Choi, Hyo Jin¹⁾ · Lee, Eunjoo²⁾

1) Visiting Full Time Instructor, Department of Nursing, Sunlin College

2) Professor, College of Nursing, Kyungpook National University

Purpose: The purpose of the study was to identify the mediating effects of self-efficacy between academic stress and college adjustment in first year nursing students. **Method:** Data were collected from 396 first year nursing students from 3 junior colleges and analyzed using descriptive statistics, Pearson correlations and structural equation model (SEM) with PASW 18.0 and AMOS 18.0 programs. **Results:** There was a negative relationship between academic stress and college adjustment but a positive relationship between self-efficacy and college adjustment. There was a partial mediating effect of self-efficacy between academic stress and college adjustment. **Conclusion:** The results indicate a need to develop programs that effectively promote the self-efficacy of first year nursing students to decrease academic stress and maximize college adjustment. Further studies are needed in which other factors that could affect college adjustment are examined.

Key words : Stress, Self Efficacy, Students, Nursing, Coping

• Address reprint requests to : Lee, Eunjoo

College of Nursing, Kyungpook National University

101 Dong in Dong Jung Gu, Daegu, South Korea 700-422

Tel: 82-53-420-4934 Fax: 82-53-425-1258 E-mail: jewelee@knu.ac.kr