

간호대학생의 자기성찰과 자아존중감 및 공감능력이 행복지수에 미치는 영향

김지미 · 홍성경

동남보건대학교 간호학과 조교수

Influence of Self-reflection, Self-esteem, and Empathy on Happiness Index in Nursing Students

Kim, Jimée · Hong, SungKyung

Assitant Professor, Department of Nursing, Dongnam Health University, Suwon, Korea

Purpose: The purpose of this study was to explore the levels of self-reflection, self-esteem, and empathy and identify influential factors on happiness index in nursing students. **Methods:** The data was collected using questionnaires from a convenience sample of 275 nursing students. The data was analyzed with descriptive statistics, t-test, ANOVA, Pearson correlation coefficients, and multiple regression. **Results:** Mean scores of self-esteem, empathy and happiness index were 3.55, 2.89, 3.43, and 66.76, respectively. Self-understanding, self-esteem, and economic status had significant positive effects with a 42% of explained variance of the happiness index. **Conclusion:** The results suggest that self-understanding, self-esteem, and economic status should be considered as factors when developing intervention strategies to increase the level of the happiness index among nursing students.

Key Words: Self-reflection, Self-esteem, Empathy, Happiness index, Nursing students

서 론

1. 연구의 필요성

인간으로서 행복하게 살아가고자 하는 것은 동서고금을 막론하고 삶의 궁극적인 목표라 할 수 있을 것이다. 행복은 누군가 타인에 의해 정해지거나 좌우되는 객관적인 결과라기보다 개인적이고도 주관적인 경험이다. 즉 행복은 삶의 주관적 안녕감(subjective well-being)으로 개인이 자신의 삶의 전문가로서 자신의 기준에 의해 삶을 스스로 평가하는 것이다[1]. 따라서 사람이라면 누구나 행복해지고 싶어 하며, 사는 동안 행복해지기 위해 많은 노력을 기울이게 된다. 우리나라도 개인의 행복에 관련된 연구가 활발하게 진행되고 있으나 아직까지 한국인의 행복 정도는 매우 낮은 것으로 보고되고 있는데 특히 최근 발표된 '2016년 제8차 어린이·청소년 행복지수 국제비교연구' 보고서에 의하면 자신이 생각하는 행복의 정도를

OECD 평균(100점)과 비교한 주관적 행복지수 조사에서 우리나라 청소년의 주관적 행복지수는 82점으로 조사 대상 OECD 회원국 22개국 가운데 가장 낮은 수준을 보였다고 한다[2]. 행복은 개인의 경험과 상황에 무관할 수 없는 주관적 측면의 개념이기 때문에 우리나라 대학생의 경우도 청소년기에서 성인기로의 과도기적인 생활 자체의 많은 변화로 인해 안녕감의 변화와 함께 행복지수에도 변화를 가져오게 될 것이다. 행복의 변화를 가져오게 하는 하나의 변수로 자신이 선택한 전공을 통해 미래의 꿈을 성취해 나갈 수 있는지의 여부를 들 수 있을 것이다. 간호학을 전공하는 대학생의 경우 다른 전공을 가진 대학생들과 달리 인간을 돌보고, 인간의 행복에 큰 관심을 가지며, 건강에 대한 전문가로서 자신의 삶에 긍정적인 태도를 가지는 것이 무엇보다 필요하다고 할 수 있을 것이다. 그러나 간호학을 전공하는 간호대학생의 경우 자신이 원하는 적성을 고려하여 대학의 전공을 선택하기보다는 취업전망과 부모와 주위의 기

주요어: 자기성찰, 자아존중감, 공감능력, 행복지수, 간호대학생

Address reprint requests to: Hong, SungKyung

Department of Nursing, Dongnam Health University, 50 Cheoncheon-ro 74-gil, Jangan-gu, Suwon 16328, Korea
Tel: +82-31-249-6652 Fax: +82-31-249-6480 E-mail: redbib@hanmail.net

Received: 25 April 2016 Revised: 19 July 2016 Accepted: 2 August 2016

대 및 권유로 대학의 전공을 결정하는 경우가 많아, 실제 대학에 들어와 경험하게 되면 타전공과 다른 엄격한 교육과정과 과중한 학습량, 임상실습, 간호사 국가시험에 합격해야 한다는 압박을 견디기 어려워하는 경우가 많은 것이 현실이다. 따라서 자신이 경험하고 있는 대학에서의 생활이 주관적 안녕감인 행복의 경험에 부정적인 영향을 미치게 될 것으로 유추해 볼 수 있다.

자아존중감은 개인이 자신을 유능하고 중요하며, 성공적이고 가치롭다고 믿는 정도와 이를 어느 정도 인정하는가의 태도를 말하는 것으로[3], 자신에 대한 긍정적인 가치를 부여하는 개념이다. 즉 개인의 바람직한 적응과 자아실현에 중요한 요소로 인간의 행동, 감정, 동기, 성취 및 인간관계에 이르기까지 폭넓게 영향을 미치는 개념이다[4]. 간호대학생의 건강행태와 자아존중감, 전공만족도가 주관적 행복지수에 미치는 요인을 확인한 Nam과 Lee [5]의 연구에서도 자아존중감이 간호대학생의 행복지수에 높은 상관관계를 나타내며, 행복지수에 미치는 영향력도 높았음을 보고하고 있다. 더불어 대인관계에 자아존중감이 가장 큰 영향을 미치는 요인임이 확인되었으며[6], 자기효능감과 함께 긍정적인 자아존중감은 성인기로의 사회적응에 필수적이며, 대학생의 이타성을 높일 수 있는 요인으로 보고하고 있다[7].

자기성찰은 자신의 내적 상태나 문제를 생각해 보고 이해해 봄으로써 개인의 성장과 적응에 유익하게 작용하는 것을 말한다[8]. 이러한 자기성찰의 인지적 바탕이 되는 개념으로 자기성찰지능을 들 수 있다[9]. 자기성찰지능은 자신의 느낌, 욕구, 두려움, 자신의 개인사와 자신의 강점, 약점, 미래의 계획과 목표에 대해 인식하는 능력으로 자기성찰지능이 뛰어난 사람은 자신에 대한 건강한 행동모델을 가지고 있으며, 자신의 감정, 목표, 강점과 약점 등을 잘 파악해 인생에서 현명한 결정을 내릴 수 있게 된다고 한다[10]. Kwon [10]은 이러한 자기성찰지능의 하위요인을 자기이해, 자기조절, 자기설계로 나누었으며, 자신에 대한 인지적, 정의적 특성에 대한 성찰을 다루는 것으로 정서를 포함한 개인의 이해와 조절 및 자기설계를 포함하는 포괄적인 능력으로 보았다. 자기성찰지능은 운동선수에 있어 자기관리의 3가지 요소인 훈련관리, 대인관계관리, 몸관리에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며[11], 외상 후 성장에도 삶의 의미를 매개하여 영향을 미치는 것으로 확인되었다[9]. 국내연구를 통해 간호대학생의 자기성찰지능 관련 연구를 찾을 수 없었으나, 자기성찰지능의 하위요인인 자기이해의 선행이 원만한 대인관계와 진정한 자아실현 및 자아성장을 이끌어낼 수 있으며, 자기이해를 통해 간호대학생의 자아존중감을 향상시킬 수 있다는 결과를 볼 때[12] 자기이해의 상위개념인 자기성찰과 간호대학생의 자아존중감과의 관계를 확인해 이들이 행복과 어떤 관련성을 가지는지를 확인해 보는 것 또한 필요할 것이다.

공감이 타인의 내적 경험인 주관적 감정이나 심리 상태를 '마치 나의 것처럼' 이해하고 느끼며 의사소통하는 것을 포괄하는 복합적인 개념이라 할 때[13], 간호대학생에 있어 공감은 대상자의 필요에 적절하게 반응하여 의미있는 관계를 형성할 뿐만 아니라 대상자의 주관적인 경험에 참여함으로써 개별화된 간호를 제공하고 대상자 행동에 대한 예측 능력도 향상시켜 결국 대상자의 안녕과 간호의 질을 높이는 결과를 기대할 수 있는 특성이다[14]. 국내 간호대학생을 대상으로 수행된 공감 관련 연구들을 살펴보면, 자기인식, 타인인식, 자아존중감, 자아상태 등과 관련되어 있으며, 대인관계 능력과 생활 스트레스 등이 영향을 미치는 것으로 제시하고 있으나 [6,13,15] 간호대학생의 행복과의 관련성을 살펴본 국내연구는 찾아볼 수 없었다. 그러나 대학생의 공감적 표현 향상을 통해 대인관계 만족과 더불어 행복감의 향상에 도움을 줄 수 있다는 결과[16]로 미루어 볼 때, 대상자의 안녕과 간호의 질을 높일 수 있는 공감이 앞으로 간호사가 될 간호대학생의 행복지수에도 긍정적인 영향을 미칠 수 있는지를 확인해보는 것이 필요할 것으로 사료된다.

따라서 타인과 수많은 대인관계를 경험해야 하는 간호사가 될 간호대학생의 교육에 자기성찰과 자아존중감 및 공감과의 관계를 살펴보고, 이들 요소들이 간호대학생의 삶의 질을 높일 수 있는 주관적 안녕감인 행복에 어떤 영향을 미치고 있는지를 파악해 봄으로써 간호교육이 학습자의 삶의 질까지도 높일 수 있는 교육 프로그램이 될 수 있도록 그 기초자료를 마련하고자 본 연구를 시도하게 되었다.

2. 연구 목적

본 연구의 목적은 일 대학 간호대학생의 자기성찰, 자아존중감, 공감능력과 행복지수를 파악하고 이들 변인 간의 관계를 확인하고자 시도하였다. 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 연구 참여자의 자기성찰, 자아존중감, 공감능력, 행복지수를 파악한다.
- 2) 연구 참여자의 일반적 특성에 따른 자기성찰, 자아존중감, 공감능력, 행복지수의 차이를 파악한다.
- 3) 자기성찰, 자아존중감, 공감능력, 행복지수 간의 상관관계를 파악한다.
- 4) 연구 참여자의 행복지수의 영향요인을 확인한다.

연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 간호대학생의 자기성찰, 자아존중감, 공감능력, 행복지수를 파악하고 행복지수의 영향요인을 확인하기 위한 서술적 상

관관계 조사연구이다.

2. 연구 대상

본 연구의 대상은 수도권에 소재한 일 대학의 간호대학생으로 연구목적에 동의하고 자발적으로 참여의사를 밝힌 학생을 대상으로 하였다. 총 285명이 연구에 참여하였으나 최종분석에 사용된 대상자는 275명이었으며, 최종분석에서 제외된 대상자는 설문지에 불충분하게 응답한 10명이었다.

표본 수는 다중회귀분석의 중간 효과크기인 .15, 유의수준 .05, 통계적 검정력(1-β) .80, 관련변인 수를 7로 G*Power 3.13을 이용 계산하였으며, 분석에 필요한 최소 표본수 103명을 충족하는 크기의 대상자를 참여시켰다.

3. 연구 도구

연구 참여자의 일반적 특성은 성별, 연령, 종교유무와 연구 참여자가 주관적으로 인지하고 있는 가족관계(매우 원만함, 원만함, 원만치 못함, 아주 원만치 못함)와 경제수준(상, 중상, 중하, 하)으로 구성하였다.

1) 자기성찰

자기성찰은 Kwon [10]이 개발한 자기성찰지능을 사용하였고 총 37문항으로 구성되었다. 하부영역은 자기이해 10문항, 자기조절 13문항, 자기설계 14문항이다. 척도는 '나와 전혀 다름(1점)에서 '나와 매우 같음(5점)으로 점수가 높을수록 자기성찰 정도가 높음을 의미한다. 개발당시 Cronbach's alpha는 하부영역별로 .74, .81, .85였고, 전체는 .90이었으며, 본 연구에서는 .75, .78, .81 전체 .90이었다.

2) 자아존중감

자아존중감은 Rosenberg [17]의 Self-esteem scale을 Jon [18]이 번역한 것으로 사용하였고 자기에 대한 긍정적 5개 문항, 부정적 5개 문항으로 구성되어 부정 문항은 역환산하여 점수를 계산하였다. 척도는 '전혀 그렇지 않다(1점)에서 '매우 그렇다(4점)이며, 점수가 높을수록 자아존중감 정도가 높음을 의미한다. 개발당시 Cronbach's alpha는 .85였고 본 연구에서는 .83이었다.

3) 공감능력

공감능력은 Davis [19]의 대인관계반응지수를 Park [20]이 번역하고, Lee [21]가 수정한 총 28문항을 사용하였다. 조사지는 공감의 하부영역으로 인지적 공감 14문항, 정서적 공감 14문항으로 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)에서 '매우 그렇다(5점)의 5점 척도로 되어있다. 부정문항은 역환산하여 전체적으로 점수가 높을수록 공감능력

이 높음을 의미한다. Lee [21]의 연구에서 Cronbach's alpha는 인지적 공감 .76과 정서적 공감 .68이었으며, 본 연구는 .61과 .68로 나타났다.

4) 행복지수

행복지수는 행복을 객관적으로 파악하기 위한 것으로 영국의 심리학자 Rothwell과 상담사 Cohen [22]이 창안한 행복공식으로 측정된 점수를 Chu [23]가 국내의 다양한 연령의 성인에게 사용하기 위해 번역한 총 4문항의 도구를 사용하였다. P (personal)는 개인의 인생관, 적응력, 유연성의 개인성 특성의 2문항; E (existence)는 건강, 돈, 안전, 공동체의식 등의 생존의 기본요소 1문항; H (higher order)는 개인의 자존심이나 목적의식, 야망과 같은 고차원적인 수준의 1문항으로 구성되어있다. 각 문항은 전혀 아님(0점)에서 매우 그러함(10점)까지 11단계로 측정하고, 행복지수산정공식은 행복 = $P1+P2+(5XE)+(3XH)$ 이다. 행복지수산정공식에 대입한 지수의 범위는 최저 0점에서 100점까지이며, 100점에 가까울수록 행복의 정도가 높음을 나타내는 것으로 본다. Chu [23]의 연구에서는 Cronbach's alpha가 .79였으며 본 연구는 .83으로 나타났다.

4. 자료수집방법 및 윤리적 고려

연구 참여자는 수도권 내 위치한 일 대학의 간호학생 전체학년을 대상으로 2015년 3월 9일부터 4월 3일까지 조사하였다. 연구 참여자의 윤리적 측면을 보호하기 위해 연구자가 연구목적과 취지를 설명하고 연구목적 이외에 어떤 다른 목적으로도 사용되지 않을 것과 연구 참여를 원치 않으면 언제라도 조건 없이 연구 참여를 철회할 수 있음과 함께 연구 참여를 거부할 경우라도 어떠한 불이익을 받지 않을 것이며 내용의 비밀유지 및 익명성 보장에 대해 약속하였고, 이에 따른 연구동의서를 서면으로 받은 후 설문조사를 실시하였다. 배포한 설문지 300부 중 285부가 회수되었고, 이 중 불충분한 응답자료 10부를 제외하여 총 275부를 분석 대상으로 하였다.

5. 자료분석방법

수집된 자료는 SPSS 18.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 연구 참여자의 일반적 특성, 주요변인은 서술적 통계로 분석하였고 주요변인 간 상관관계는 피어슨 상관분석으로, 연구참여자의 행복의 영향요인은 다중회귀분석을 이용하여 분석하였다.

연구 결과

1. 자기성찰, 자아존중감, 공감능력, 행복지수

연구참여자의 자기성찰점수는 전체 평균 3.55 (±0.41)였으며 하부 영역별로 자기이해가 3.67 (±0.49)로 가장 높았고 자기조절 3.66

(±0.43), 자기설계 3.38 (±0.50)의 순으로 나타났다. 자아존중감 점수는 2.89 (±0.44), 공감능력은 전체 3.43 (±0.29)이었으며 각 영역별로는 인지적 공감 3.50 (±0.35), 정서적 공감 3.37 (±0.39)로 나타났다. 행복지수에 대한 응답점수는 평균 66.76 (±15.59)이었다. 이들 측정자료의 첨도와 왜도 값은 자료의 분포가 정상분포임을 나타내었다 (Table 1).

2. 일반적 특성에 따른 자기성찰, 자아존중감, 공감능력, 행복지수의 차이

연구참여자의 일반적 특성을 살펴보면 평균연령은 20.66 (±3.86)세, 여성(83.3%)이 많았고, 종교가 없는 경우(59.6%)가 절반을 넘었다. 전반적으로 가족관계는 원만하다고(95.3%) 응답하였으며 경제수준은 중상(43.6%) 혹은 중하(48.0%)로 평가한 경우가 대부분이었다 (Table 2).

연구참여자의 성별에 따른 각 변인의 차이를 보면 정서적 공감능력만이 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 즉 여성(3.40±0.39)의 정서적 공감능력이 남성(3.24±0.37)보다 유의하게 높았다. 종교유무에서는 종교가 있는 경우 자기성찰 중 자기이해(3.74±0.44)와, 공감능력 중 정서적 공감능력(3.44±0.40)이 유의하게 높게 나타났다(Table 2).

가족관계에서는 공감능력 중 정서적 공감을 제외하고 나머지 모든 변인에서 집단별로 유의하게 차이를 보였다. 사후분석 결과, 자기성찰 중 자기이해는 '매우 원만한 군'(3.78±0.50)이 '원만한 군'(3.59±0.47)이나 '원만치 못한 군'(3.19±0.27)에 비해 자기이해 점수가 유의하게 높았다. 자기설계는 '매우 원만한 군'(3.49±0.51)과 '원만한 군'(3.28±0.47)간 유의한 차이가 있었고, 자아존중감은 가족관계가 '매우 원만치 못한 군'(3.43±0.81)과 '원만한 군'(2.76±0.39), '매우 원만한 군'(3.01±0.45)과 '원만한 군'(2.76±0.39) 간에 차이가 있었다. 행복지수는 '매우 원만한 군'(72.25±15.12)과 '원만한 군'(61.81±14.58) 간에 통계적으로 유의한 차이를 보였다(Table 2).

경제수준에서는 자기성찰 중 자기이해, 자기설계, 행복지수에서 집단별로 차이를 나타내었다. 집단별 사후분석에서는 자기이해의 경우 '중상군'(3.75±0.52)이 '하군'(3.32±0.44) 보다, 행복지수는 '중상군'(70.63±14.83)이 '중하군'(64.13±15.90)과 하군'(60.00±13.18)보다 유의하게 높았다(Table 2).

3. 자기성찰, 자아존중감, 공감능력과 행복지수와의 상관관계

연구참여자의 자기성찰, 자아존중감, 공감능력과 행복과의 상관관계분석을 한 결과, 공감능력 중 정서적 공감능력을 제외하고 모든 변인이 행복과 상관관계를 보였다. 즉 행복과 자기이해(r=.54), 자기조절(r=.42), 자기설계(r=.37), 자아존중감(r=.55), 인지적 공감능력(r=.35)이 모두 유의한 양의 상관성을 나타내었다.

Table 1. Self-reflection, Self-esteem, Empathy and Happiness among Subjects (N=275)

Variable	Mean ± SD	Kurtosis	Skewness	Number of items
Self-reflection	3.55 ± 0.41	0.23	0.36	37
Self-understanding	3.67 ± 0.49	0.10	0.12	10
Self-controlling	3.66 ± 0.43	0.10	0.31	13
Self-planning	3.38 ± 0.50	0.57	0.13	14
Self-esteem	2.89 ± 0.44	1.00	0.14	10
Empathy	3.43 ± 0.29	0.87	0.35	28
Cognitive-empathic ability	3.50 ± 0.35	0.74	0.19	14
Emotional-empathic ability	3.37 ± 0.39	0.89	0.50	14
Happiness	66.76 ± 15.59	-0.29	-0.07	4

4. 행복지수의 영향요인

연구참여자의 행복지수의 영향요인을 확인하기 위해 일반적 특성에서 통계적으로 유의한 차이를 보인 가족관계(원만함과 매우 원만함=1), 경제수준(중상과 상=1)을 가변수로 처리하였으며, 주요변인 중 상관성이 낮게 나타난 공감능력 중 정서적 공감능력을 제외하고 모두 포함하여 회귀분석을 시행하였다. 본 연구에서 정서적 공감능력을 제외한 주요 변인을 모두 포함하여 회귀분석을 시행한 이유는 우선적으로 연구에 사용된 변인 간의 위계를 탐색하는 것이 필요할 것이라 보았기 때문이다. 독립변인 간 다중공선성 유무는 공차한계(tolerance)가 .421-.963으로 0.1 이상으로 나타났고 분산팽창인자(variation inflation factor)는 1.038-2.373으로 모두 10 이하로 나타나 문제가 없는 것으로 확인하였다. 분석결과 자아존중감(β=.35), 자기성찰 중 자기이해(β=.28), 경제수준(β=.12)이 행복지수에 유의한 영향요인이었음이 드러났고, 이들 변인들은 행복지수의 42% 정도를 설명하는 것으로 나타났다(Table 3).

논 의

본 연구는 간호대학생의 자기성찰, 자아존중감, 공감능력과 행복지수를 파악하고 이들 변인과의 관계를 확인하여, 행복지수의 영향요인을 분석함으로써, 간호대학생의 교육성과를 높이기 위한 교육과정뿐만 아니라 간호대학생 개개인의 삶의 질도 향상시킬 수 있는 교육 프로그램 개발을 위한 기초자료를 제공하고자 시도하였다.

본 연구참여자를 통해 확인된 행복지수는 100점 만점에 평균 66.76점으로 나타났다(이를 5점 만점으로 환산할 경우 3.34점에 해당한다). 이는 전국의 다양한 연령층의 성인을 대상으로 행복지수를 확인한 Chu [23]의 연구에서도 전체 대상자의 평균이 61.3점이었는데 비해 20대는 70.6점으로 나타나 다른 연령층보다 20대가 높은 행복지수를 보였던 결과와도 유사한 경향을 보이고 있다. 본 연구 참여대상자의 경우 대학생으로서의 젊고 건강한 상태가 자신의 주

Table 2. Self-reflection, Self-esteem, Empathy and Happiness by characteristics of Subjects (N = 275)

Characteristic	n (%)	Self-reflection				Self-esteem				Empathy				Happiness		
		Self-understanding		Self-controlling		Self-planning		Self-esteem		Cognitive-empathic ability		Emotional empathic ability		Mean ± SD	t, F(p)	
		Mean ± SD	t, F(p)	Mean ± SD	t, F(p)	Mean ± SD	t, F(p)	Mean ± SD	t, F(p)	Mean ± SD	t, F(p)	Mean ± SD	t, F(p)			
Gender																
Male	46 (16.7)	3.66±0.52	-0.15 (885)	3.71±0.46	1.02 (309)	3.39±0.48	0.13 (896)	2.89±0.50	-0.02 (987)	3.49±0.38	-0.09 (925)	3.24±0.37	-2.54 (012)	66.54±15.83	-0.11 (917)	
Female	229 (83.3)	3.67±0.49		3.64±0.42		3.38±0.50		2.89±0.43		3.50±0.34		3.40±0.39		66.81±15.58		
Religion																
Yes	111 (40.4)	3.74±0.44	2.01 (045)	3.66±0.40	0.02 (988)	3.42±0.50	1.11 (270)	2.93±0.48	1.33 (186)	3.53±0.29	1.32 (190)	3.44±0.40	2.15 (032)	68.27±14.56	1.32 (188)	
No	164 (59.6)	3.62±0.53		3.65±0.45		3.35±0.50		2.86±0.14		3.47±0.38		3.33±0.39		65.74±16.16		
Family relations																
Very Good	130 (47.3)	3.78±0.50 ^a	7.24 (<.001)	3.73±0.45	3.75 (012)	3.49±0.51 ^a	4.41 (005)	3.01±0.45 ^a	9.83 (<.001)	3.55±0.36	2.83 (039)	3.37±0.40	0.26 (856)	72.25±15.12 ^a	11.72 (<.001)	
Good	132 (48.0)	3.59±0.47 ^b		3.59±0.38		3.28±0.47 ^b		2.76±0.39 ^b		3.46±0.32		3.37±0.38		61.81±14.58 ^b		
Poor	9 (3.3)	3.19±0.27 ^c		3.38±0.54		3.26±0.51 ^c		2.79±0.32 ^c		3.29±0.31		3.31±0.36		59.44±13.81 ^c		
Very poor	4 (1.5)	3.38±0.50 ^d	a>b,c	3.77±0.62		3.48±0.59 ^d	a>b	3.43±0.81 ^d	a>b,d>b	3.32±0.47		3.52±0.73		68.25±5.74 ^d	a>b	
Economic status																
Upper class	4 (1.5)	3.75±0.37 ^a	4.71 (003)	3.98±0.45	2.12 (098)	3.87±0.33	2.96 (033)	3.00±0.34	2.07 (105)	3.21±0.15	0.18 (910)	3.48±0.21	0.62 (603)	69.75±13.18 ^a	5.19 (002)	
Upper-middle	120 (43.6)	3.75±0.52 ^b		3.70±0.42		3.39±0.50		2.96±0.42		3.35±0.40		3.51±0.37		70.63±14.83 ^b		
Lower-middle	132 (48.0)	3.63±0.46 ^c		3.63±0.43		3.39±0.49		2.83±0.46		3.40±0.39		3.49±0.34		64.13±15.90 ^c		
Lower class	19 (6.9)	3.32±0.44 ^d	b>d	3.51±0.48		3.13±0.51		2.83±0.43		3.35±0.34		3.46±0.26		60.00±13.18 ^d	b>cd	

Note. Results of Scheffe post-hoc comparisons were shown by a, b, c, d.

관적 안녕감을 높게 유지하도록 하는 것이라 생각한다.

본 연구결과에서 나타난 연구참여자의 자기성찰은 평균 3.55 (± 0.41)로 나타났다. 이는 대학생을 대상으로 자기성찰수준을 파악한 Kim과 Park [24]의 연구에서 확인된 3.30 (±0.44)보다 높은 편으로 중간 정도 이상의 자기성찰 수준을 보여주는 것이라 볼 수 있다. 자기성찰의 하부요인을 자기이해, 자기조절, 자기설계로 구분하였을 때 본 연구에서는 자기이해와 자기조절에 대한 자기성찰보다 (3.67 ±0.49, 3.66±0.43) 자기설계에 대한 자기성찰 수준의 평균이 비교적 낮게(3.38±0.50) 측정되었다. 자기성찰의 하부요인 중 자기이해 요인은 자기 정서 및 능력에 대한 인식과 정서활용능력이며, 자기조절 요인은 상황판단을 바탕으로 한 정서와 행동의 조절능력인 데 반해 자기설계 요인은 자신의 목표를 설정하고 목표성취를 위한 동기화 능력이라 할 때[10], 간호교육의 측면에서 본 연구결과가 시사하는 바가 있다고 하겠다. 즉 연구 참여 대상이 모두 대학생으로 이 시기는 앞으로 자신의 미래에 대한 인식과 미래를 위한 감정과 행동을 조절하고 준비해야하는 측면에서 목표설정과 목표성취를 위한 성취 동기화 능력 개발이 필요한 시기라고 볼 수 있을 것이다. 이러한 목표설정 및 목표성취를 위한 동기화는 자아실현을 위해서도 매우 중요한 과정이며 이러한 목표설정과정에는 목표 성취에 필요한 전략을 설계하는 과정과 자신의 정서, 능력, 환경과 같은 정보 수집과 구체적으로 목표설정을 수행하는 행동과정이 포함된다고 볼 수 있을 것이다. 그러나 본 연구 참여자는 다른 전공과 달리 졸업 후 목표가 분명하다고 볼 수 있는 간호대학생이었음에도 불구하고 자신의 미래의 목표에 대한 목표설정과 이를 성취하고자 하는 동기화의 측면인 자기설계 측면이 낮게 측정된 결과를 통해 볼 때 간호학과 입학과 함께 자기목표를 설계할 수 있도록 돕고 이를 위해 대학생활을 통해 무엇을 준비해야 할지를 교과과정뿐만 아니라 비교과과정을 통해 학년에 따라 단계적으로 제공할 수 있도록 프로그램이 개발되어야 할 것이다.

본 연구참여자의 자아존중감은 2.89±0.44로 나타나 같은 도구로 자아존중감과 전공만족도 및 대학생활적응정도를 4년제 간호대학생에게 측정한 Oh [25]의 2.65±0.14보다는 높으나, 전공이 다른 4년제 대학생에게 자아존중감과 자아효능감이 이타성에 미치는 효과를 측정한 Hong [7]의 3.67±0.66보다는 낮은 수준을 나타냈다. 자기 자신 스스로를 가치 있다고 여기는 것이 자아존중감이라 할 때[1] 앞으로의 삶을 계획해야 하는 중요한 시기를 보내고 있는 간호대학생에게 자아존중감의 확인과 이를 향상시킬 수 있는 프로그램 개발 또한 필요할 것으로 사료된다.

본 연구참여자의 공감능력은 3.43±0.29였다. 같은 도구로 간호대학생의 공감능력에 영향을 미치는 요인을 파악한 Kim과 Lee [26]의 연구에서는 3.58±0.41로 측정되었으며, 측정 도구가 다르나 간호대

Table 3. Factors Influencing on Happiness

(N = 275)

Variable	B	SE	β	t	p
Family relation	0.80	3.51	0.01	0.23	.820
Economic status	3.70	1.46	0.12	2.53	.012
Self-understanding	8.81	2.10	0.28	4.19	<.001
Self-controlling	0.13	2.56	0.00	0.05	.959
Self-planning	2.42	1.91	0.08	1.27	.207
Self-esteem	12.37	1.86	0.35	6.66	<.001
Cognitive-empathic ability	4.81	2.47	0.11	1.95	.053

Adjusted R² = .42
F = 29.601, p < .001

학생의 자아인식, 타인인식과 공감 간의 관계를 확인한 Kang [15]의 연구에서도 3.67 ± 0.39 로 측정된 결과와는 차이가 있다. 이러한 결과는 연구참여자의 경우 실제로 다른 전공에 비해 타인의 정서를 경험할 기회가 많은 간호대학생이지만 최근 들어 임상실습 환경의 변화로 대상자와의 직접적인 접촉이나 경험의 빈도가 극히 제한되고, 대상자와의 공감이 인지되고 학습된 지식에 의한 공감보다 실제 상황에서 경험하는 공감으로 이행되기에는 어려움이 있는 것을 현실 속에서 확인하게 된 것으로도 보인다. 이는 공감능력이 임상실습 경험이 있는 학생이 그렇지 않은 학생보다, 학년이 높아질수록 유의하게 낮아졌다는 결과와 [26], 다른 나라의 연구에서도 간호대학생을 대상으로 1년간 공감능력을 확인한 연구에서 [27] 임상실습 경험이 많을수록, 환자를 만난 경험이 많은 학생일수록 공감능력이 감소한 것과 유사한 결과로 볼 수 있다. 따라서 차후 간호대학생들에게 필요한 공감은 앞으로 가지게 될 간호사라는 직업 안에서의 공감에 초점을 두어 깊은 공감으로 인해 소진하지 않으면서 적절한 거리를 가지는 공감에 대한 부분을 고려하여 이에 영향을 주는 요소를 확인함으로써 공감능력 향상 프로그램의 개발이 되어야 할 것이다.

한편 본 연구참여자의 일반적 특성 중 가족관계와 경제수준에 따라 행복지수에 차이가 있는 것으로 나타났다. 이는 간호대학 여자 신입생을 대상으로 한 Kim과 Kim [28]의 경제상태에 따라 행복 정도가 차이가 나타났음을 보고한 결과와도 일치하는 것이다. 또한 간호대학생을 대상으로 한 Jo와 Kim [29]의 연구에서 경제적 자원을 행복의 기준으로 본 결과와 국내 거주하는 성인 남녀 1,200명을 대상으로 연구한 Chu [23]의 연구에서도 경제수준이 높을수록 행복지수가 높았으며, 사회적 고립감이 높을수록 행복지수가 낮았다는 결과와도 유사하다. 행복의 인식은 객관적 기준에 의해 만들어지는 판단에 의해서라기보다 자신이 자신의 삶을 어떻게 느끼는가 하는 주관적 판단이 중요하기 때문에 본 연구참여자의 경우 사회적으로 독립한 성인으로서 자신이 스스로 만들어 낸 행복이라기보다 일정 부분 이상 부모의 경제수준 및 지원에 따라 대학생활의 만족이 달라지기 때문에 이미 부모에 의해 주어진 환경과 처지에 의해

인식되는 차이가 행복에 영향을 미치는 것으로 유추해 볼 수 있을 것이다.

자기성찰의 하부요인과 일반적 특성에 따른 차이를 확인한 결과, 종교가 있고, 가족관계가 원만한 경우가 자기이해 점수가 유의하게 높았으며, 자기설계 요인에서도 가족관계의 원만한 정도에 따른 차이를 나타냈다. 더불어 자기성찰의 하부요인 중 자기이해와 자기설계 요인에서도 경제수준에 따른 차이가 나타났다. 이는 자기성찰의 하부요인인 자기이해의 구성요소로 볼 수 있는 자기인식과 타인인식을 간호대학생에게 확인한 Kang [14]의 연구에서 종교와 경제상태에 있어 차이가 나타나지 않았던 결과와 Oh, Ko, Kim과 Kim [30]의 연구에서 자기인식과 타인인식에 있어 종교와 경제수준의 차이가 나타나지 않았다는 결과와는 다른 점이다. 본 연구를 통해 나타난 결과는 이제까지 본인에게 제공된 사회적 지지에 의해 자신에 대한 이해와 앞으로의 설계를 구상할 수 있는 측면이 형성될 수 있음을 보여주고 있는 것이라 할 수 있다. 본 연구결과로 미루어 볼 때 자기성찰의 차이를 가져오게 한 종교 유무, 가족관계, 경제수준과 같은 사회적 지지 요인의 영향을 구체적으로 확인하기 위한 추후 연구가 필요할 것으로 사료된다.

자아존중감과 일반적 특성과의 차이를 확인한 결과 성별, 종교, 가족관계 및 경제수준 중에서 가족관계만이 자아존중감과 유의한 차이를 보였다. 가족관계가 “매우 원만한” 군과 “매우 원만치 못한” 군 모두 자아존중감이 높았다. 이는 연구에 참여한 대상자 중 가족관계가 “원만치 않다”고 응답한 사례가 매우 적었기 때문에 본 연구결과를 확대 해석하기에는 어려움이 있을 것으로 사료된다. 따라서 차후 반복연구를 통해 다시 확인하는 것이 필요할 것으로 생각된다.

또한 일반적 특성에 따른 정서적 공감능력과의 차이를 검정한 결과 여학생이 남학생에 비해 공감능력이 높았으며, 종교가 있는 경우가 없는 경우보다 공감능력이 높았다. 여학생이 남학생보다 공감능력이 높았다는 결과는 Kim과 Lee [26]의 연구에서도 유사한 결과를 보고하고 있다. 공감이 대인관계를 포함한 간호행위에 필요한 특성

임을 고려해 볼 때 점차 증가하고 있는 남자 간호대학생을 위한 공감 향상 프로그램의 개발과 적용이 필요할 것으로 생각된다.

본 연구에서 간호대학생의 행복지수는 자기성찰, 자아존중감과 인지적 공감능력과 유의한 상관관계를 보였다. 상관관계의 정도가 높은 순으로 살펴보면, 자아존중감, 자기성찰의 자기이해 요인, 자기조절 요인, 자기설계 요인과 인지적 공감능력의 순이었으며, 행복지수에 영향을 미치는 요인을 확인한 본 연구 모델에 포함된 변수 중 자아존중감의 평균이 낮았음에도 불구하고, 행복지수에 상대적으로 기여도가 큰 변수임을 확인할 수 있었다. 이는 Nam과 Lee [5]의 간호대학생을 대상으로 한 연구에서 주관적 행복지수에 자아존중감이 가장 상관성이 높게 나타난 결과와 간호대학생의 행복에 중요한 변인이 자아존중감으로 나타난 Kim과 Kim [28]의 연구결과와도 유사하다. 자아존중감은 자신이 중요하게 여기는 타인으로부터 사랑과 존경과 신뢰를 받을 때 강화되며, 대학생활 적응에도 영향을 미치는 요인임을 볼 때[25], 본 연구를 통해 자아존중감과 자기성찰을 향상시킬 수 있는 방법으로 대학 안에서부터 학습자에 대한 존중이 선행되어 이를 바탕으로 한 행복지수 향상을 위한 교육 프로그램을 개발하여 간호대학 입학 당시부터 적용할 필요가 있을 것으로 사료된다.

결론 및 제언

본 연구는 간호대학생의 자기성찰, 자아존중감, 공감능력과 행복지수를 파악하고 이들 변인과의 관계를 확인하여, 행복지수의 영향요인을 규명하는 서술적 조사연구로, 간호대학생의 교육성과를 높이기 위한 교육과정뿐 아니라 간호대학생 개인의 삶의 질도 향상시킬 수 있는 교육 프로그램을 개발하는 데 기초자료를 제공하고자 시도되었다.

인지적 공감과 자기성찰의 자기이해, 자기설계, 자아존중감 및 행복지수는 가족관계에 따라 통계적으로 유의한 차이를 보였으며, 자기성찰의 자기이해, 자기설계, 행복지수는 경제수준에 따라 통계적인 차이를 보였다. 연구 참여자의 자기성찰, 자아존중감, 인지적 공감능력과 행복지수는 모두 유의한 양의 상관관계가 있었다. 본 연구에서 확인된 변수 가운데 행복지수에 상대적 기여가 가장 큰 요인이 자아존중감이었으므로, 간호대학생의 자아존중감의 증진과 자기이해를 도울 수 있는 간호교육 프로그램이 모색되어 간호대학생의 주관적 안녕감인 행복을 증진시키고 궁극적으로는 간호대학생의 삶의 질을 향상시킬 수 있도록 하는 것이 필요할 것이다.

본 연구는 간호대학생의 행복지수에 영향을 미치는 주요 요인으로 자기성찰과 자아존중감을 확인했다는 점에서 의의가 있으나, 경도도에 소재하고 있는 일개 간호대학을 대상으로 하였기 때문에

연구결과를 일반화하기에는 제한이 있다. 이상의 결과를 바탕으로 다음과 같이 제언하고자 한다. 첫째, 간호대학생의 행복지수 향상을 위해 자기성찰을 돕고 자아존중감을 증진시킬 수 있는 단계적인 교육프로그램의 개발과 그 효과를 규명하는 연구가 필요하다. 둘째, 확인된 간호대학생의 행복지수에 영향을 미치는 변수 외에 다른 매개 변수들을 확인하여 행복에 영향을 미치는 요인에 대한 재탐색이 필요할 것을 제언한다.

REFERENCES

1. Diener. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*. 1984;95:542-575.
2. Jeong EJ. South Korean youngsters back at the bottom of OECD happiness rank. *The Hankyoreh*. 2016 May 3;Sect.10.
3. Chung MS. The relations of self-esteem, practical performance, and practical satisfaction in nursing students. *Journal of Korean Academic Psychiatric Mental Health Nursing*. 2009;18(1):60-68.
4. Park SY, Kim JK, Lee TY. Effect of occupational therapy volunteering on self-esteem and self-efficacy in university students. *Korea Contents Association*. 2011;11(2):376-384.
5. Nam MH, Lee MR. Factors influencing subjective happiness index of health behavior, self-esteem and major satisfaction by nursing students. *Journal of Digital Convergence*. 2014;12(10):363-374. <http://doi.org/10.14400/JDC.2014.12.10.363>.
6. Jung M. Influence of ego states, self esteem, and empathies on interpersonal relationship of nursing students. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. 2015;16(7):4614-4620. [http://dx. Doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.7.4614](http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.7.4614).
7. Hong SR. Effects of self-esteem and self-efficacy on altruism in university students. *Journal of Adolescent Welfare*. 2012;14(4):71-92.
8. Csank PA, Conway M. Engaging in self-reflection changes self-concept clarity: on differences between woman and men, and low-and high-clarity individuals, *Sex roles*. 2004;50:469-480.
9. Ko JH, Song HJ. The influence of intrapersonal intelligence on posttraumatic growth: Mediating effect of meaning in life. *Korean Journal of Youth Studies*. 2015;22(2):245-268.
10. Kwon OJ. The development of interpersonal intelligence assessment scale and enhancement program for elementary students. [Desertation] Daejeon: Chungnam National University;2008. p1-162.
11. Choi ML. The relations among sensitivity intelligence, self-management and self-reflection of the Athlete. *The Korean Journal of Physical Education*. 2015;54(3):231-242.
12. Ahn HR, Pai HJ. The effects of self understanding and family system functioning group therapy on the self-esteem of nursing students. *J Korean Acad Psychiatr Ment Health Nurs*. 1995;4(2):38-59.
13. Chung MS. Relation on self-esteem, empathy and interpersonal relationship for reinforcing competence in communication of nursing students. *J of Korean Acad Soc Nur Educ*. 2014;20(2):332-340.
14. Brunero, S, Lamont, S, Coates, M. A review of empathy education in nursing. *Nursing Inquiry*. 2010;17(1):65-74.
15. Kang MO. A study on relationship among self-awareness, other-awareness and empathy in nursing students. *Journal of Korean Philosophical History*.

- 2015;47:207-238.
16. Kim YH, Lee YJ. The structural equation model validation of social anxiety, empathy, social skills, anger-expressive form, interpersonal relationships satisfaction affecting the euphoria of college students. *Korean Journal of Counseling*. 2013;14(3):1587-1604.
 17. Rosenberg M. *Society and adolescent self-image*. NJ: Princeton University Press; 1965.
 18. Jon BJ. Self-esteem: a test of its measurability. *Yonsei Nonchong*. 1974;11(1):107-130.
 19. Davis MH. *Empathy: a social psychological approach*. Colorado:Westview Press; 1994.
 20. Park, SH. *Empathy and prosocial behavior*. Seoul : Moonumsa; 1997.
 21. Lee SS. *The Relationship Among Teachers' Disciplinary Types Perceived by Elementary School Children, Teachers' Sympathy Abilities, and Students' Trust in Teachers*. [Master thesis]. Seoul:Kyunghee Unversity Graduate School of Education; 2008. p1-105.
 22. Rothwell C, Cohen P. Happiness Is No Laughing Matter. 2003; <http://100.daum.net/encyclopedia/view/24XXXXX57040>
 23. Chu HK. The level of happiness index and determining factors. [Desertation]. Gimhae: Inje University; 2005. p1-73.
 24. Kim DJ, Park JH. A study on self-monitoring's affect against Machiavellian scale in college students. *Journal of Student Guidance*. 2003;8:21-34.
 25. Oh JH. The influencing factors of self-esteem and major satisfaction on college adjustment among nursing students. *Korea Contents Association*. 2014;14(10):873-884. <http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2014.14.10.873>.
 26. Kim HJ, Lee MS. Factors influencing empathy in nursing students in Korea. *J Korean Acad Soc Nurs Educ*. 2015;21(2):237-245.
 27. Ward J, Cody J, Schaal M, Hojat M. The empathy enigma: an empirical study of decline in empathy among undergraduate nursing students. *Journal of Professional Nursing*. 2012;28(1):34-40.
 28. Kim GH, Kim KH. Factors related to happiness in first year women nursing students. *J Korean Acad Psychiatr Ment Health Nurs*. 2012;21(2):149-157.
 29. Jo KH, Kim YK. Understanding the meaning of happiness expressed by nursing students through college art works: A contest analysis. *J Korean Acad Soc Nurs Edu*. 2010;16(1):61-71.
 30. Oh EJ, Ko SH, Kim JY, Kim SR. Self-awareness, other-awareness and communication ability in nursing students. *J Korean Acad Nurs Adm*. 2015;21(4):426-434. <http://dx.doi.org/10.11111/kana.2015.21.4.426>.