

# 간호대학생의 긍정적 사고, 주관적 행복감이 학교 적응에 미치는 영향

김 수 올\*

## I. 서 론

### 1. 연구의 필요성

우리나라 교육의 현실은 지나치게 통제되고 수동적인 입시 위주의 교육으로 인해 대학에 와서 중·고등학교 생활과 다른 새로운 사회생활에 적응해야 할 뿐 아니라, 향후 필요한 기초소양과 자질을 갖추기 위해 다양한 어려움을 경험하게 된다(Lee & Kim, 2012). 특히 간호대학생들은 전공을 정해서 입학하게 되므로 대학생활의 시작 단계에서부터 전공 탐색 시간적 여유 없이 적응해야 하고(Yang, Lee, & Park, 2012), 임상이라는 낯선 환경에서 임상실습교육을 수행하게 된다. 임상실습은 간호 대상자 뿐 아니라 보호자, 의료진과도 인간관계를 형성해야 하고, 예상치 못한 위기 상황에 따른 정확한 의사결정과 그에 따른 책임감 등으로 인해 어려움을 경험하게 된다(Koo & Im, 2013). 또한, 간호대학생은 간호학 전공에 관련된 전문지식을 습득하여야 하므로(Park & Jung, 2013) 전공과목 용어의 생소함과 다른 학과에 비해 공부 내용 등이 많아 학과 적응의 어려움을 호소하고 있다(Kim &

Park, 2014). 이러한 학과의 특성이 학업에 대한 부담감을 겪게 하고, 학교 적응에 어려움을 겪는 것으로 보고되고 있다(Newton, Smith, Moore, & Magnan, 2007). 따라서 간호학생의 학교 적응은 전문직 간호사로서의 향후 생활에 영향을 미칠 수 있음을 의미하므로(Kim & Park, 2014), 간호교육기관은 충분한 대책 마련을 통해(Shin & Park, 2015) 간호대학생들이 학교에 적응하도록 지원해야 한다.

학교 적응에 관한 연구 결과, 같은 환경에서도 개인의 인지적 해결의 차이가 원인으로 보고되면서 긍정적 사고를 강조하고 있다(Goodhart, 1985). 최근 긍정심리학이 대두되면서 인간의 긍정적인 인지, 정서에 초점을 맞추는 경험적인 연구가 이루어지고 있으며(Seligman & Csikszentmihalyi, 2000), 대표적인 연구 분야로 인간의 행복을 들 수 있다(Jo & Park, 2011). Heimberg, Acerra와 Holstein (1985)은 부정적 사고보다는 긍정적 사고가 개인의 적응적 기능을 결정짓는 보다 중요한 요소이며 긍정적 사고를 많이 경험한 사람일수록 더 높은 행복감을 가진다고 보고하였다. 그러므로 간호대학생의 긍정적 사고 경험을 증진시킨다면 더 높은 행복감을 가질 수 있고, 학교 적

\* 이화여자대학교 간호대학 박사후 연구원(교신저자 E-mail: teddy627@hanmail.net)

• Received: 28 February 2016 • Revised: 31 July 2016 • Accepted: 25 December 2016

• Address reprint requests to: Kim, Su-ol

Post-doc, College of Nursing, Ewha Womans University

52, Ewhayodae-gil, Seodaemun-gu, Seoul, 03760, Korea.

Tel: 82-54-854-0563 Fax: 82-54-823-2884 E-mail: teddy627@hanmail.net

응에 영향을 미칠 수 있을 것이다. 따라서 간호대학생의 학교 적응에 영향을 미치는 요인으로 긍정적 사고와의 관련성을 연구해 볼 필요가 있다고 생각한다.

간호대학생과 일반대학생의 행복감을 비교한 결과 간호대학생이 행복감이 낮게 나타났고, 간호대학생은 심각한 학업 스트레스로 인해 우울, 불안을 경험하는 것으로 나타났다(Jo & Park, 2011). 그러므로, 간호대학생의 행복감에 대한 관심과 연구가 필요하며(Jo & Park, 2011), 이에 대한 증진방안을 마련하는 것이 시급하다. 대학생은 청소년기에서 성인기로 이행하는 발달단계에 속하고, 자아정체감을 형성하는 중요한 시기에 있으므로(Lee, Chung, & Kim, 2015) 간호대학생을 대상으로 주관적 행복감에 대한 연구는 수행되어야 한다. 주관적 행복감이란 자신의 삶을 긍정적으로 평가하고 판단하는 상태로(Kim, 2009), 행복감을 반드시 경험하지 않더라도 일어난 사건에 대해 긍정적이고 낙관적으로 해석하면 행복감을 경험할 수 있는 것으로 보고되고 있다(Compton, 2005). 주관적 안녕감이 높은 사람은 사회와 공동체에 긍정적인 영향을 미치고(Fredrickson, Tugade, Waugh, & Larkin, 2003), 스트레스에 강하며, 즐거운 생활을 영위하는 것으로 보고되고 있다(Danner, Snowdon, & Friesen, 2001). 따라서 넓은 의미의 안녕인 행복감에 관한 연구는 간호대학생들로 하여금 대상자의 돌봄 자세와 밀접한 관련이 있으므로(Flaming, 2001) 간호대학생들이 행복감을 경험할 수 있는 인성적 자질을 갖추는 것은 매우 중요하다(Jo, 2011).

이상의 선행연구들을 종합해볼 때, 긍정적 사고와 주관적 행복감은 간호대학생의 학교 적응에 영향을 미치는지 긍정적 사고, 주관적 행복감과 학교 적응 간의 관련성을 파악하여 간호대학생의 학교 적응을 위한 방안을 모색하기 위해 수행하였다.

## 2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 간호대학생의 학교 적응에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위함으로 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 긍정적 사고, 주관적 행복감 및 학교 적응 정도를 파악한다.

- 대상자의 일반적 특성에 따른 긍정적 사고, 주관적 행복감 및 학교 적응의 차이를 파악한다.
- 대상자의 긍정적 사고, 주관적 행복감, 학교 적응 간의 상관관계를 파악한다.
- 학교 적응에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

## II. 연구 방법

### 1. 연구 설계

본 연구는 간호대학생의 긍정적 사고, 주관적 행복감 및 학교 적응과의 관계를 파악하고, 학교 적응의 영향요인을 확인하고자 시도된 서술적 조사연구이다.

### 2. 연구 대상 및 자료수집 방법

본 연구는 A시와 M시에 소재한 2개 대학의 4년제 간호학과 재학생을 대상으로 실시되었다. 연구 대상자 수는 G\*Power 3.1.3 프로그램을 이용하여 유의수준 .05, 효과크기는.15, 검정력 95%로 분석한 결과 최소 138명이 산출되어 본 연구의 목적을 이해하고 연구 참여에 동의한 286명을 편의 추출 하였다.

자료 수집은 2013년 11월 1일부터 2013년 11월 30일까지 이루어졌다. 간호학과에 동의를 받은 후 연구자가 강의실을 직접 방문하여 연구의 목적과 내용을 설명하였다. 총 286부의 설문지를 배부하여 286부가 회수되었고 이 중 응답내용이 불충분한 4부를 제외한 282(98.6%)부를 최종분석에 사용하였다.

### 3. 연구 도구

#### 1) 긍정적 사고

긍정적 사고는 우리나라 일반인을 대상으로 하여 Kim 등(2006)이 개발한 긍정적 사고 척도를 사용하였다 총 18개 문항으로 2개의 부정 문항과 16개의 긍정 문항으로, '전혀 아니다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점으로 5점 Likert척도로 구성되었으며, 점수가 높을수록 긍정적인 사고를 하는 것을 의미한다. Kim 등(2006)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .83이었고, 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .89로 나타났다.

2) 주관적 행복감

주관적 행복감 측정은 Lyubomirsky와 Lepper (1999)가 개발하고 Lim (2004)이 번안한 주관적 행복감 척도를 사용하였다. 4개의 문항으로 7점 Likert 척도로 구성되어 있으며 문항 당 점수는 1점에서 7점으로 이루어져 있다. 점수가 높을수록 주관적 행복감이 높음을 의미하며 Lim (2004)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .76이었고, 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .77로 나타났다.

3) 학교 적응

학교 적응은 Kim (2002)의 학교 적응척도를 사용하여 측정하였다. 총 20문항으로 구성되어 있으며 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점으로 점수가 높을수록 학교 적응을 잘 하는 것을 의미한다. Kim (2002)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .89로 나타났고, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .84로 나타났다.

4. 윤리적 고려

본 연구에서는 설문지 배포 전에 연구의 목적과 방법 등을 설명한 후 자발적으로 연구에 참여하기로 동의한 대상자에게만 서면 동의를 받았다. 동의서에는 본 연구로 인해 취득한 개인 정보를 연구목적 이외에 사용하지 않을 것과 비밀 보장 및 무기명 처리, 연구 참여 중 철회가 가능하며 연구 참여 철회로 인한 어떤 불이익도 없음을 포함하였다.

5. 자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS 21.0을 사용하여 분석하였다.

- 대상자의 일반적 특성, 긍정적 사고, 주관적 행복감, 학교 적응은 백분율과 빈도, 평균과 표준편차로 산출하였다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 긍정적 사고, 주관적 행복감 및 학교 적응 차이는 t-test, ANOVA, 사후 검정으로 Scheffe test로 분석하였다.
- 대상자의 긍정적 사고, 주관적 행복감, 학교 적응 간의 상관관계는 Pearson's correlation coefficients로 분석하였다.

- 대상자의 학교 적응에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다.

III. 연구 결과

1. 대상자의 일반적 특성

본 연구 대상자는 여학생이 251명(89.0%), 남학생이 31명(11.0%)이었고, 학년은 3학년 110명(39.0%), 2학년 104명(36.9%), 4학년이 58명(20.6%), 1학년이 10명(3.5%) 순이었다. 주관적 건강 상태는 좋다고 인식하는 경우가 261명(92.6%)으로 가장 많았고, 학교 성적은 중으로 대답한 학생이 193명(68.4%)로 가장 많았다. 수면 정도는 충분하다고 답한 학생이 144명(51.1%), 충분하지 않다고 답한 학생이 138명(48.9%)로 나타났다. 전공선택 동기는 취업전망으로 답한 학생이 147명(52.1%)로 가장 많았고, 전공에 대한 만족도는 만족 163명(57.8%), 보통 80명(28.4%), 매우 만족 35명(12.4%), 불만족 4명(1.4%) 순으로 나타났다(Table 1).

Table 1. Characteristics of Subjects (N=282)

| Characteristics        | Category          | N   | %    |
|------------------------|-------------------|-----|------|
| Gender                 | Male              | 31  | 11.0 |
|                        | Female            | 251 | 89.0 |
| Grade                  | First             | 10  | 3.5  |
|                        | Second            | 104 | 36.9 |
|                        | Third             | 110 | 39.0 |
|                        | Fourth            | 58  | 20.6 |
| Subjective health      | Good              | 261 | 92.6 |
|                        | Poor              | 21  | 7.4  |
| School record          | High              | 35  | 12.4 |
|                        | Middle            | 193 | 68.4 |
|                        | Low               | 54  | 19.2 |
| Sleeping state         | Enough            | 144 | 51.1 |
|                        | Not enough        | 138 | 48.9 |
| Motivation of entrance | Aptitude          | 73  | 25.9 |
|                        | Grades(mark)      | 14  | 5.0  |
|                        | Job               | 147 | 52.1 |
| Major satisfaction     | Parent's opinion  | 48  | 17.0 |
|                        | Very satisfaction | 35  | 12.4 |
|                        | Satisfaction      | 163 | 57.8 |
|                        | Moderate          | 80  | 28.4 |
|                        | Unsatisfaction    | 4   | 1.4  |

## 2. 긍정적 사고, 주관적 행복감 및 학교 적응 정도

대상자의 긍정적 사고는 평균 3.59점이었고 주관적 행복감은 4.70점이었으며 학교 적응은 평균 3.41점이었다(Table 2).

Table 2. Mean Score of Variables (N=282)

| Variables            | M±SD      | Min  | Max  |
|----------------------|-----------|------|------|
| Positive thinking    | 3.59±0.42 | 1.83 | 4.78 |
| Subjective happiness | 4.70±0.93 | 1.75 | 7.00 |
| School adaptation    | 3.41±0.34 | 2.00 | 4.55 |

## 3. 일반적 특성에 따른 긍정적 사고, 주관적 행복감 및 학교 적응의 차이

대상자의 일반적 특성에 따른 긍정적 사고는 성별 ( $t=2.99, p=.003$ ), 주관적 건강 상태( $t=3.02, p=.003$ ), 전공 만족도( $F=11.03, p<.001$ )에 따라 유의한 차이가 있었다. 사후 검정 결과, 전공에 대해 매우 만족하는 경우가 만족과 보통으로 답한 경우보다 긍정적 사고 점수가 높게 나타났다. 대상자의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감은 주관적 건강 상태( $t=4.60, p<.001$ ), 수면 상태( $t=3.56, p<.001$ ), 전공 만족도( $F=11.65, p<.001$ )에 따라 유의한 차이가 있었다. 사후 검정 결과 전공에 대해 매우 만족하는 경우, 만족하는 경우, 보통인 경우가 불만족인 경우보다 주관적 행복감 점수가 높게 나타났다. 대상자의 일

반적 특성에 따른 학교 적응은 전공 만족도( $F=10.48, p<.001$ )에 따라 유의한 차이가 있었다. 사후 검정 결과, 전공에 대해 매우 만족하는 경우 만족과 보통, 불만족으로 답한 경우보다 학교 적응 점수가 높게 나타났다(Table 3).

## 4. 긍정적 사고, 주관적 행복감, 학교 적응 간의 상관관계

학교 적응은 긍정적 사고( $r=.533, p<.001$ ), 주관적 행복감( $r=.305, p<.001$ )과 유의한 정적 상관관계를 보였고, 주관적 행복감은 긍정적 사고( $r=.616, p<.001$ )와 유의한 정적 상관관계를 보였다(Table 4).

## 5. 학교 적응에 영향을 미치는 요인

학교 적응에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위하여 일반적 특성에서 유의한 차이를 보인 전공만족도와 상관관계 분석에서 유의한 상관관계를 보인 긍정적 사고, 주관적 행복감을 독립변수로 투입하여 다중회귀분석을 실시하였다. 독립변수들 중 전공 만족도는 불만족을 기준으로 가변수 처리하였다. 다중공선성(Multicollinearity) 검증결과 독립변수의 상관계수는 .80미만( $r=.305~.616$ )이었고 Durbin-Watson test에서 오차의 자기상관 계수는 1.961, 분산팽창요인 VIF값은 1.131-1.664로 10보다 작아 다중공선성의 문제는 없었다. 다중회귀분석결과 간호대학생의 학교 적응을 설명하는

Table 4. Correlations among Variables

(N=282)

| Variables            | School adaptation | Subjective happiness |
|----------------------|-------------------|----------------------|
|                      | r (p)             |                      |
| Positive thinking    | .533 (<.001)      | .616 (<.001)         |
| Subjective happiness | .305 (<.001)      |                      |

Table 5. Predictors of School Adaptation

(N=282)

| Variables            | $\beta$ | t     | p     | R <sup>2</sup> | Adjusted R <sup>2</sup> | F (p)         |
|----------------------|---------|-------|-------|----------------|-------------------------|---------------|
| Positive thinking    | .521    | 8.10  | <.001 | .309           | .302                    | 41.50 (<.001) |
| Subjective happiness | -.065   | -1.02 | .030  |                |                         |               |
| Major satisfaction   | -.165   | -3.11 | .002  |                |                         |               |

Table 3. School Adaptation by Characteristics (N=282)

| Characteristics        | Category                       | Positive thinking |        |       | Subjective happiness |           |        | School adaptation |            |           |        |       |         |
|------------------------|--------------------------------|-------------------|--------|-------|----------------------|-----------|--------|-------------------|------------|-----------|--------|-------|---------|
|                        |                                | M±SD              | t or F | p     | Scheffe              | M±SD      | t or F | p                 | Scheffe    | M±SD      | t or F | p     | Scheffe |
| Gender                 | Male                           | 3.79±0.42         | 2.99   | .003  |                      | 5.12±1.09 | 2.77   | .006              |            | 3.52±0.33 | 1.84   | .066  |         |
|                        | Female                         | 3.56±0.40         |        |       |                      | 4.64±0.90 |        |                   |            | 3.39±0.34 |        |       |         |
|                        | First                          | 3.70±0.40         |        |       |                      | 4.97±0.97 |        |                   |            | 3.46±0.34 |        |       |         |
|                        | Second                         | 3.51±0.44         | 2.07   | .104  |                      | 4.53±0.97 | 3.54   | .015              |            | 3.40±0.30 | 0.09   | .963  |         |
| Grade                  | Third                          | 3.61±0.40         |        |       |                      | 4.65±0.96 |        |                   |            | 3.40±0.37 |        |       |         |
|                        | Fourth                         | 3.65±0.38         |        |       |                      | 5.00±0.71 |        |                   |            | 3.41±0.36 |        |       |         |
|                        | Good                           | 3.60±0.41         | 3.02   | .003  |                      | 4.76±0.90 | 4.60   | <.001             |            | 3.41±0.34 | 1.34   | .180  |         |
|                        | Poor                           | 3.32±0.37         |        |       |                      | 3.82±0.85 |        |                   |            | 3.31±0.24 |        |       |         |
| Subjective health      | High                           | 3.67±0.39         |        |       |                      | 4.72±0.95 |        |                   |            | 3.34±0.35 |        |       |         |
|                        | Middle                         | 3.58±0.42         | 1.01   | .364  |                      | 4.70±0.89 | .124   | .884              |            | 3.41±0.33 | 0.85   | .427  |         |
|                        | Low                            | 3.54±0.40         |        |       |                      | 4.63±1.06 |        |                   |            | 3.42±0.36 |        |       |         |
|                        | Enough                         | 3.62±0.39         | 1.68   | .093  |                      | 4.88±0.85 | 3.56   | <.001             |            | 3.41±0.34 | 0.41   | .679  |         |
| Sleeping state         | Not enough                     | 3.54±0.43         |        |       |                      | 4.49±0.97 |        |                   |            | 3.40±0.35 |        |       |         |
|                        | Aptitude                       | 3.63±0.36         |        |       |                      | 4.70±0.90 |        |                   |            | 3.51±0.32 |        |       |         |
|                        | Grades(mark)                   | 3.54±0.40         | 0.52   | .668  |                      | 4.57±1.00 | .143   | .934              |            | 3.31±0.51 | 2.12   | .063  |         |
|                        | Job                            | 3.58±0.44         |        |       |                      | 4.71±0.93 |        |                   |            | 3.39±0.33 |        |       |         |
| Motivation of entrance | Parent's opinion               | 3.54±0.42         |        |       |                      | 4.65±0.99 |        |                   |            | 3.35±0.20 |        |       |         |
|                        | Very satisfaction <sup>a</sup> | 3.88±0.37         |        |       |                      | 5.42±0.89 |        |                   |            | 3.65±0.31 |        |       |         |
|                        | Satisfaction <sup>b</sup>      | 3.60±0.36         |        |       |                      | 4.66±0.86 | 11.65  | <.001             | a, b, c, d | 3.42±0.32 | 10.48  | <.001 | a, b, c |
|                        | Moderate <sup>c</sup>          | 3.43±0.46         | 11.03  | <.001 | a, b, c              | 4.49±0.92 |        |                   |            | 3.30±0.32 |        |       | a, d    |
| Major satisfaction     | Unsatisfaction <sup>d</sup>    | 3.38±0.41         |        |       |                      | 3.56±1.87 |        |                   |            | 3.31±0.42 |        |       |         |

변수로 통계적으로 유의한 변수는 긍정적 사고( $\beta = .521, p < .001$ ), 전공 만족도( $\beta = -.165, p = .002$ ), 주관적 행복감( $\beta = -.065, p = .030$ ) 순으로 나타났고, 전체 설명력은 30.2%이었다(Table 5). 즉, 긍정적 사고가 높을수록 학교 적응을 잘 하는 것으로 나타났으며, 전공 만족도가 불만족일수록, 주관적 행복감이 낮을수록 학교 적응을 못하는 것으로 나타났다.

#### IV. 논 의

본 연구는 간호대학생의 긍정적 사고, 주관적 행복감과 학교 적응 간의 관계를 살펴보고 학교 적응에 영향을 미치는 요인을 파악하고자 수행되었다.

대상자의 학교 적응은 평균 5점 만점에 평균 3.41점으로, 이는 동일한 도구로 측정되지 않아 결과를 직접적으로 비교하기에는 제한이 있으나 간호대학생의 대학생활 적응을 살펴본 Han (2015)의 3.27점 보다 높은 수준이었다. 이는 Yang 등(2012)의 연구에서 간호학과 대학생의 적응에 적성이 유의한 영향을 미친다는 결과에 비추어볼 때 학과 선택에 있어 52.1%가 적성보다는 취업이 잘 되는 간호학과를 선택하였으므로 학교 적응에 영향을 미쳤을 것으로 생각된다.

본 연구에서 간호대학생들의 긍정적 사고는 평균 3.59점이었고 같은 도구를 사용한 Kim 등(2006)의 연구에서 20대 이하 52.75점, 30대 54.99점 보다 높게 나타났다. 같은 도구를 사용한 Jun (2016)의 연구에서 간호대학생의 긍정적 사고 3.55점과 유사한 결과를 보였다. 이러한 결과에서 간호대학생들의 긍정적 사고는 중간 이상의 수준임을 알 수 있다. 긍정적 사고는 상황과 상관없이 상황 그 자체를 받아들이고 의미를 찾으려 노력하는 대처 방식을 포함하고 있으므로(Kim et al., 2006), 간호대학생의 학교 적응 및 취업과 관련된 과도한 스트레스를 극복하는데 유용한 자원이 될 수 있을 것이다. 따라서 간호대학생의 긍정적 사고에 대한 증진 방안을 포함한 교육 프로그램을 개발하고 제공해야 하겠다.

대상자의 주관적 행복감은 4.70점으로 동일한 도구를 사용한 Jo와 Park (2011)의 3.72점 보다 높은 수준이나 Lee 등(2015)의 연구결과 간호대학생의 주관적 행복감은 18.78점에 비해 일반대학생의 주관적

행복감은 19.31점으로 일반대학생이 주관적 행복감이 높게 나타났다. 또한, 일반 대학생들보다 간호대학생의 주관적 행복감이 낮은 수준으로 보고된 Jun, Cha와 Lee (2015)의 연구결과와 같은 결과이다. 간호대학생을 대상으로 Lee (2015)의 연구에서 행복 중재 프로그램을 통해 긍정적 정서와 삶의 만족도를 향상시키는 것으로 보고되었으므로 간호대학생의 주관적 행복감을 높일 수 있는 방안을 적극적으로 모색해야 할 것이다.

대상자의 일반적 특성에 따른 긍정적 사고를 살펴본 결과 남학생인 경우, 주관적 건강 상태가 좋다고 생각하는 경우, 전공 만족도가 매우 만족하는 경우 긍정적 사고가 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 Kim 등(2006)의 연구에서 성별에 따른 긍정적 사고의 차이가 없다는 연구결과와 상반된 것으로 본 연구는 간호학과를 선택한 남학생들이 취업에 대한 직업적 전망과 미래에 대한 기대 등으로 긍정적 사고가 높은 것으로 해석할 수 있다.

대상자의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감을 살펴본 결과 주관적 건강 상태가 좋다고 생각하는 경우, 수면 상태가 충분한 경우, 전공 만족도가 매우 만족, 만족, 보통으로 응답한 경우 주관적 행복감이 유의하게 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 남자 간호대학생을 대상으로 한 Park과 Jo (2016)의 연구에서 건강 상태가 좋을수록 전공 만족도가 긍정적일수록 주관적 행복감이 높게 나타난 결과와 유사한 것으로 건강 상태와 전공 만족도가 주관적 행복감에 긍정적인 영향을 주는 것을 알 수 있다.

대상자의 일반적 특성에 따른 학교 적응은 전공 만족도에 따라 유의한 차이가 있었다. 이러한 결과는 간호대학생을 대상으로 한 Lee와 Eo (2013)의 연구에서 전공 만족이 대학생활 적응에 가장 큰 영향력을 미치는 결과와 일치하였다. 대상자의 전공 선택 동기가 '취업전망'으로 답한 학생이 52.1%, '적성이 맞아서'로 답한 학생이 25.9%로 결국 간호학과에 진학하는 것을 스스로가 선택하였기에 본인이 선택한 전공에 만족하면서 학교 적응을 잘하고 있는 것으로 생각된다. Yang 등(2012)은 간호대학생의 경우 대상자의 건강을 책임지게 되므로 전공에 대한 정확하고 빠른 정보 제공이 학교 적응에 매우 중요한 것으로 보고하였다. 따라서 간호학생들의 전공 만족도를 높이기 위해 대학

생활 전공에 대한 이해를 돕는 프로그램 등 간호대학생 개개인의 특성에 맞는 다양한 프로그램을 개발하고 적용하는 것이 필요할 것으로 생각한다.

상관관계분석 결과, 긍정적 사고와 주관적 행복감은 학교 적응과 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 즉, 긍정적 사고가 높을수록, 주관적 행복감이 높을수록 학교생활에 적응을 잘 하고 있는 것으로 해석할 수 있다. 이는 경호학과 대학생을 대상으로 주관적 행복감과 대학생활 적응 간에 유의한 상관관계를 보고한 Kang, Kim과 Shim (2010)의 연구결과와 일치하였고, 청소년을 대상으로 한 연구(Sim & Hwang, 2013)에서 긍정적 사고가 학교 적응 간 유의미한 정적 상관관계가 높게 나타난 결과와 유사하였다.

본 연구에서 간호대학생의 학교 적응에 영향을 미치는 요인은 긍정적 사고와 주관적 행복감, 전공 만족도 이었고 이들 요인 중 설명력이 가장 높은 요인은 긍정적 사고였다. 이러한 연구결과는 청소년의 학교 적응에 영향을 주는 요인으로 긍정적 사고를 보고한 Sim과 Hwang (2013)의 연구결과, 경호학과 대학생을 대상으로 주관적 행복감이 대학생활 적응에 영향을 주는 요인으로 보고한 연구결과(Kang et al., 2010), 전공 만족도가 대학생활 적응에 영향을 주는 요인으로 보고한 연구결과(Lee & Eo, 2013)와 유사하였다. 즉 긍정적 사고가 높은 경우 주관적 행복감을 경험하고 전공에 만족하면서 학교 적응을 잘한다고 추측할 수 있다. 따라서 간호대학생의 긍정적 사고를 증진시킬 수 있는 프로그램을 지속적으로 개발하고 적용하는 것이 간호대학생들의 학교 적응을 증진시키는데 긍정적 효과를 기대할 수 있다. 다만, 본 연구는 경북 소재 2개 간호학과의 간호대학생을 편의 표집 하였으므로 연구 결과를 일반화하는데 신중을 기해야 할 것이다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 간호대학생의 긍정적 사고, 주관적 행복감 및 학교 적응과의 관계를 파악하고, 학교 적응의 영향요인을 확인하고자 시도된 서술적 조사연구이다.

연구결과 간호대학생의 전공 만족도가 높고 긍정적 사고가 높을수록, 주관적 행복감이 높을수록 학교 적응을 잘하는 것으로 나타났다. 학교 적응은 긍정적 사고,

주관적 행복감과 정적 상관관계를 보였다. 회귀분석 결과 학교 적응에 영향을 미치는 요인은 긍정적 사고, 전공 만족도, 그리고 주관적 행복감이었으며 이들 변수의 학교 적응에 대한 설명력은 30.2%이었다.

결론적으로, 간호대학생의 긍정적 사고와 전공 만족도, 주관적 행복감을 증진시키는 것은 학교 적응에 긍정적 효과를 기대할 수 있다. 본 연구는 간호대학생들의 학교 적응을 위한 프로그램의 개발 시 긍정적 사고, 주관적 행복감 증진 전략을 제시하였다는 점에서 간호학적 의의가 있다. 본 연구결과를 토대로 연구 대상자를 확대한 반복연구와 긍정적 사고와 주관적 행복감을 증진시킬 수 있는 교육 프로그램 개발을 제언하는 바이다.

## References

- Compton, W. C. (2005). *An introduction to positive psychology*. Belmont, CA: Thomson Wadsworth.
- Danner, D., Snowdon, D., & Friesen, W. (2001). Positive emotions in early life and longevity: finding from the nun study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(5), 804-813.
- Flaming, D. (2001). Using phronesis instead of research-based practice as the guiding light for nursing practice. *Nursing Philosophy*, 2, 251-258. <http://dx.doi.org/10.1046/j.1466-769X.2000.00066.x>
- Fredrickson, B. L., Tugade, M. M., Waugh, C. E., & Larkin, G. R. (2003). What good are positive emotions in crisis? a prospective study of resilience and emotions following the terrorist attacks on the United State on September 11th, 2001. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 365-376.
- Goodhart, D. E. (1985). Some psychological effects associated with positive and negative thinking about stressful event outcomes: was pollyanna right? *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(1), 216-232.

- Han, J. S. (2015). Factors affecting nursing students' adjustment to college life. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 16(7), 4459-4466. <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.7.4459>
- Heimberg, R. G., Acerra, M. C., & Holstein, A. (1985). Partner similarity mediates interpersonal anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 9, 443-453.
- Jo, G. Y. & Park, H. S. (2011). Predictors of subjective happiness for nursing students. *Journal of Academia-Industrial Technology*, 12(1), 160-169.
- Jo, K. H. (2011). Perception of undergraduate nursing students toward happiness: a Q-methodological approach. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 17(2), 178-189.
- Jun, W. H. (2016). Trait anger, anger expression, positive thinking and gratitude in college students. *Journal of Korean Academic Psychiatric and Mental Health Nursing*, 25(1), 28-36. <http://dx.doi.org/10.12934/jkpmhn.2016.25.1.28>
- Jun, W. H., Cha, K. S., & Lee, K. L. (2015). Factors affecting subjective well-being in nursing students. *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 21(2), 276-284. <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2015.21.2.276>
- Kang, M. W., Kim, S. A., & Shim, J. E. (2010). University life adaptation of student on department security programs in university affects subjective well-being. *The Journal of the Korea Contents Association*, 10(12), 318-327.
- Kim, A. Y. (2002). Development of standardized student motivation scales. *Journal of Educational Evaluation*, 15(1), 157-184.
- Kim, H. J., Oh, Y. H., Oh, G. S., Suh, D. W., Shin, Y. C., & Jung, J. Y. (2006). Development and validation study of the positive thinking scale. *The Korean journal of health psychology*, 11(4), 767-784.
- Kim, E. Y. (2009). *The relationship between ego-identity, university life adjustment and employment strategy of university students*. Unpublished master's thesis, Gyeongsang National University, Jinju.
- Kim, E. A. & Park, K. I. (2014). Factor affecting adjustment of freshmen nursing students to college life. *Journal of Korean Academy Society Nursing Education*, 20(2), 234-243. <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.2.234>
- Koo, H. Y. & Im, H. S. (2013). Comparison of factors influencing satisfaction of clinical practice between associate and bachelor nursing students. *Journal of Korea Contents Association*, 13(1), 311-321. <http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2013.13.01.311>
- Lee, E. S. (2015). Effects of a happiness choice program based on reality therapy on subjective well-being and interpersonal relations in nursing students. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 29(3), 503-514. <http://dx.doi.org/10.5932/JKPHN.2015.29.3.503>
- Lee, S. H. & Kim, S. J. (2012). The degree of perceived stress, depression and self esteem of university students. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 26(3), 453-464. <http://dx.doi.org/10.5932/JKPHN.2012.26.3.453>
- Lee, S. H., Chung, B. Y., & Kim, S. H. (2015). Influence on subjective happiness of university students. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 29(1), 115-126. <http://dx.doi.org/10.5932/JKPHN.2015.29.1.115>



- Lee, J. W. & Eo, Y. S. (2013). Effect of clinical stress and stress coping on college adjustment in nursing students. *The Korean Journal of Health service Management*, 7(2), 125-134.
- Lim, J. S. (2004). *Relationships of a self-enhancement bias, life events and subjective well-being in old-adults*. Unpublished master's thesis, Ewha Woman University, Seoul.
- Lyubomirsky, S. & Lepper, H. (1999). A measure of subjective happiness: preliminary reliability and construct validation. *Social indicators research*, 46(2), 137-155.
- Newton, S. E., Smith, L. H., Moore, G., & Magnan, M. (2007). Predicting early academic achievement in a baccalaureate nursing program. *Journal of Professional Nurse*, 23(3), 144-149. <http://dx.doi.org/10.1016/j.profnurs.2006.07.001>
- Park, H. S. & Jung, K. S. (2013). Influence of self-directed learning ability and creativity on college adjustment in nursing students. *The Journal of Korean Academic Society Nursing Education*, 19(4), 549-557. <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2013.19.4.549>
- Park, J. H. & Jo, G. Y. (2016). Predictors of subjective happiness for male nursing students. *Journal of the Korean Data & Information Science Society*, 27(2), 511 - 522. <http://dx.doi.org/10.7465/jkdi.2016.27.2.511>
- Shin, E. J. & Park, Y. S. (2015). Development and evaluation of a mentoring program designed to assist nursing students adjust to life in college and strengthen their leadership abilities. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 16(7), 4595-4603. <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.7.4595>
- Sim, H. S. & Hwang, K. J. (2013). The effects of self-regulation ability and positive thinking on school adjustment of middle school students. *Journal of Educational Innovation Research*, 23(1), 1-19.
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: an introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Yang, K. H., Lee, J. R., & Park, B. N. (2012). Factors affecting adaptation to school life of freshmen enrolled in nursing at a junior college. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 18(1), 5-13. <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2012.18.1.005>

## Influence of Positive Thinking and Subjective Happiness on School Adaptation in Nursing Students

---

**Kim, Su-ol** (Post-doc, College of Nursing, Ewha Womans University)

**Purpose:** The purpose of this study was to investigate the effects of positive thinking and subjective happiness on school adaptation in nursing students. **Methods:** Data were collected by questionnaires from 282 nursing students in the month of November 2013. The collected data were analyzed using descriptive statistics, independent t-test, ANOVA, Pearson's correlation coefficient, and stepwise multiple regression. **Results:** A positive correlation was found for school adaptation with positive thinking and subjective happiness. Positive thinking, subjective happiness, and major satisfaction were all significant predictors of school adaptation. The model explained 30.2% of the valuables. **Conclusion:** The results of this study suggest that positive thinking should be considered when developing strategies to increase school adaptation in nursing students.

**Key words :** Positive thinking, Subjective happiness, School adaptation, Nursing student