

## 간호대학생의 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력이 시험불안에 미치는 영향\*

염은이\*\*·성지아\*\*\*†

\*\*청운대학교 간호학과, \*\*\*대전과학기술대학교 간호학과

### The Influence of Career Identity, Job-seeking Stress, Self Control on Test Anxiety in Nursing Students

Yeom, Eun Yi\*\*·Seong, Ji A\*\*\*†

\*\*Department of Nursing, Chungwoon University,

\*\*\*Department of Nursing, Daejeon Institute of Science and Technology

#### ABSTRACT

**Objectives:** This study examined the relationships among career identity, job-seeking stress, self control, and test anxiety in nursing students.

**Methods:** Data were collected through self reported structured questionnaire form nursing students using convenient sampling methods form November 15 to December 10, 2015. The data were analyzed with SPSS/WIN 19.0 using ANOVA, t-test, Pearson correlation, and stepwise multiple regression.

**Results:** Factors that had an influence on test anxiety included job-seeking stress( $\beta=0.40$ ,  $p<0.001$ ), career identity( $\beta=-0.17$ ,  $p=0.010$ ), fourth grade( $\beta=-0.14$ ,  $p=0.020$ ). These factors together explained 25% of the test anxiety in nursing students( $F=25.48$ ,  $p<0.001$ ).

**Conclusion:** The findings of this study indicate that job-seeking stress management strategies and academic career identity enhancement programs should be developed to reduce test anxiety in nursing student and that further study should be done on the effects of such programs.

**Key words:** Test Anxiety, Career Identity, Self Control, Job-seeking Stress, Nursing Students

---

\* 본 연구는 2016년도 청운대학교 학술연구조성비 지원에 의하여 수행되었음  
접수일 : 2016년 3월 14일, 수정일 : 2016년 7월 11일, 채택일 : 2016년 8월 27일  
교신저자 : 성지아(32244, 대전광역시 서구 복수동 333번지)  
Tel: 042-580-6437 FAX: 042-580-6289 E-mail: kkamsifo@dst.ac.kr

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성

교육통계연보 자료에 의하면, 2004년에는 12,000여명에 불과하던 간호학과 입학생 수가 2014년에는 22,000여명으로 증가하였으며, 평균 경쟁률도 10대 1 이상에 이르는 것으로 나타났다(교육통계서비스, 2005, 2015). 간호학과 입학생과 지원자 수의 이러한 증가 추세는 우선 보건의료인력의 수요 증가와 관련되나, 2014년 고등교육기관 졸업자 취업률이 전년대비 0.4%p 하락한 67%에 불과하며(한국교육개발원, 2015), 청년실업률도 약 8.1%로 전체 실업자의 절반을 넘고 있는(통계청, 2015) 심각한 사회문제를 반영하는 결과이다. 그러나, 자신의 적성과 흥미를 충분히 고려하지 않은 채 취업의 용이성 및 부모의 권유 등으로 간호학과를 선택한 학생들은 대학생활 적응에 어려움을 겪고 있으며(박진아와 이은경, 2011) 간호학과 학생들은 방대한 양의 전공공부, 엄격한 교육과정, 경쟁적인 분위기로 인한 어려움을 호소하는 등 타과 학생보다 학업스트레스가 높은 수준인 것으로 보고되고 있다(양윤경 등, 2014). 특히, 원하는 직장의 취업 가능성에 중요한 영향을 미치는 학업성적에 집착하게 되면서 과도한 경쟁을 하고 있으며, 다양한 시험을 위한 준비과정과 시험상황에서 높은 수준의 시험불안을 경험하고 있다(유혜숙과 양야기, 2014). 높은 시험불안은 학업에 대한 동기와 신념을 저하시키는 요인으로 학업성취에 부정적인 영향을 미치며(임신일과 박병기, 2013), 자아존중감 저하, 우울, 신체화 증상 등을 초래하는 것(윤성욱과 권연숙, 2015; 이선희와 김진경, 2010)으로 보고되어 대학생의 시험불안 관리는 학교보건 영역에서 매우 중요하다고 할 수 있다.

간호대학생의 진로정체감은 간호학 진로에 대한 자기 확신을 의미하는 것으로, 명확한 진로정체감은 대학생활 적응에 도움이 된다(서은선과 정경아,

2015). 그러나, 진로정체감의 수준이 낮은 대학생은 학업성취 수준이 낮으며, 시험불안 정도가 크다고 보고되고 있다(이경희, 2010; 서은선과 정경아, 2015). 즉, 진로정체감이 높은 학생은 자신의 진로를 명확히 인식하여 학습동기와 의욕이 높아 성공적인 학습과 안정된 진로준비행동을 하게 되는 것이다. 따라서 간호대학생의 진로정체감 향상을 통한 학습능력의 고취와 시험불안의 관리가 중요하다고 할 수 있다.

간호학과의 취업률은 타과에 비해 상대적으로 높으나, 간호학과 졸업생이 2004년 12,000여명에서 2014년 17,000여명으로 양적 성장을 보이고 있는 것(교육통계서비스, 2005, 2015)을 고려한다면, 간호대학생 역시 취업 문제로 인한 스트레스를 겪지 않을 수 없는 실정이다. 이에 간호대학생도 일반대학생과 비슷한 수준의 취업스트레스를 경험하는 것으로 보고되고 있으며(조미경 등, 2013; 박복순 등, 2015), 대다수의 간호대학생은 자신이 설정한 취업목표를 위해 치열한 학점관리와 다양한 스펙을 갖추기 위한 노력을 하고 있다. 이러한 간호대학생의 취업스트레스는 성적관리에 대한 부담감과 교내외에서 수시로 시행되고 있는 다양한 시험에 대한 불안감을 초래할 것으로 예상된다.

자기통제력은 장기적인 목표달성을 위해 순간의 충동적인 행동, 사고, 정서 등을 자제하고 조절하는 능력이다(Finkenauer 등, 2005). 이러한 자기통제력은 삶의 다양한 영역에서 긍정적인 영향을 미치는데, 자기 통제력이 높을수록 정신적 안정, 대인관계, 학업 수행에 도움이 되는 것으로 보고되고 있다(Tangney 등, 2004). 또한, 대학생에게 자기통제력은 스트레스 지각 및 대처와 높은 상관관계가 있는 것으로 나타나(안세윤과 하창순, 2008) 스트레스에 대한 중요한 보호요인으로 규명되고 있다.

간호대학생들이 경험하는 시험불안에 대한 국내의 선행연구는 시험불안과 정신건강과의 관계를 밝힌 연구(이선희와 김진경, 2010)와 자아탄력성과 학업적 자아개념이 시험불안에 미치는 영향(유혜

숙과 양야기, 2014), 우울, 자아존중감 및 자아정체감이 시험불안에 미치는 영향(김영희, 2011)을 파악한 연구가 이루어져 있다. 그러나, 본 연구에서처럼 간호대학생의 가장 큰 당면과제인 진로, 취업과 관련하여 진로정체감, 취업스트레스와 주요한 적응 전략인 자기통제력에 초점을 두어 간호대학생의 시험불안을 살펴본 연구는 부족하다.

이에 본 연구에서는 간호대학생의 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력 및 시험불안을 조사하고, 이들 변수가 시험불안에 미치는 영향을 파악하고자 한다. 이를 근거로 간호대학생의 시험불안 감소를 위한 중재 프로그램 개발을 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

## 2. 연구 목적

본 연구는 간호대학생의 진로정체감, 취업스트레스 및 자기통제력이 시험불안에 미치는 영향을 확인하기 위한 것으로, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 간호대학생의 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력, 시험불안 정도를 파악한다.
- 2) 간호대학생의 일반적 특성에 따른 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력 및 시험불안의 차이를 파악한다.
- 3) 간호대학생의 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력 및 시험불안의 관계를 파악한다.
- 4) 간호대학생의 시험불안에 영향을 미치는 요인을 확인한다.

## II. 연구 방법

### 1. 연구 설계

본 연구는 간호대학생의 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력 및 시험불안의 관계를 파악하고

진로정체감, 취업스트레스와 자기통제력이 시험불안에 미치는 영향을 확인하기 위한 서술적 상관관계 연구이다.

### 2. 연구 대상

본 연구는 전국의 간호대학생을 표적 모집단으로 하고 D광역시와 H군에 위치한 대학의 간호학과 학생을 근접 모집단으로 하여, 연구의 목적을 이해하고 연구에 참여할 것을 서면으로 동의한 자만을 연구대상자에 포함시켰다. 설문 응답 시 15분 정도 정도의 시간이 걸리며, 설문조사를 통해 얻어진 자료는 연구목적 이외에는 절대 사용하지 않고 연구종료 후 폐기처분 된다는 것과 개인의 신상에 관한 비밀을 노출하지 않도록 익명으로 한다는 점, 대상자가 원하면 언제든지 철회할 수 있음을 설명하고 연구자가 직접 설문지를 배부하였다. 대상자 수는 G-power 3.1.3 프로그램을 이용하여 구하였다. 다중회귀분석을 위해 중간크기의 효과크기 .15, 유의수준 0.05, 검정력 0.8, 독립변수 3개와 일반적 특성 8개 총 11개의 예측요인을 두어 산출하였을 때 총 123명으로 분석대상자 수는 최소 표본수를 충족하였다. 배포된 설문지는 240부이며, 이중 회수된 설문지는 236부로 98.3%의 회수율을 보였으며, 회수된 설문지 중 부실하게 기재된 설문지 18부를 제외한 218부를 최종 분석 자료에 사용하였다.

### 3. 연구 도구

#### 1) 진로정체감

독립변수인 진로정체감을 측정하기 위해 Holland 등(1980)이 개발한 My Vocational Situation(MVS)의 Vocational Identity Scale을 김봉환(1997)이 번안한 한국형 VIS를 사용하였다. 총 18문항으로 자신의 이해, 직업정보의 이해, 능력 자신감에 대한 내용으로 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '아주 그런 편이다' 4점까지의 4점 Likert 척도로 구성되어 있

다. 각 문항은 역으로 환산하여 분석하였으며, 점수가 높을수록 진로정체감이 높은 것을 의미한다. 도구의 신뢰도는 김봉환(1997)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha=0.91$ 이었고, 본 연구에서의 신뢰도는 0.94이었다.

## 2) 취업스트레스

독립변수인 취업스트레스를 측정하기 위해 코넬 대학의 '스트레스 측정법(Cornell Medical Index: CMI)'을 토대로 개발된 황성원(1998)의 '취업 스트레스 측정도구'를 사용하였다. 하위요인은 학업 스트레스 13문항, 성격 스트레스 30문항, 학교환경 스트레스 16문항, 가족환경 스트레스 13문항으로 총 72문항으로 구성되었다. Likert 3점 척도로 각 문항에 대해 '그렇지 않다' 1점에서 '아주 그렇다' 3점으로 측정하여 점수가 높을수록 스트레스 정도가 심한 것을 의미한다. 도구의 신뢰도는 황성원(1998)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 0.72~0.90으로 나타났다, 본 연구에서의 신뢰도는 0.94이었다.

## 3) 자기통제력

독립변수인 자기통제력을 측정하기 위하여 Gottfredson과 Hirschi(1990), Grasmick 등(1993)과 정혜승(1995)의 척도를 참고하여 박혜연(2004)이 재구성하여 제작한 자기통제력 척도를 사용하였다. 이 도구는 총 28개 문항으로 4개의 하위변인(충동성, 과제완수, 자기중심성, 화내는 기질)으로 구성되어 있다. 이 도구를 측정하기 위해서는 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점까지의 Likert 5점 척도로 되어 있으며, 점수가 높을수록 자기통제력이 높음을 나타낸다. 도구의 신뢰도는 박혜연(2004)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha=0.88$ 이었고, 본 연구에서의 신뢰도는 0.91이었다.

## 4) 시험불안

종속변수인 시험불안 척도는 TAI(Test Anxiety Inventory)는 이동길(1982)이 변안한 것을 사용하

였다. TAI는 총 20문항으로 구성되어 있으며, 각 문항은 1점 '거의 그렇지 않다'에서 4점 '거의 항상 그렇다'까지 Likert 4점 척도로서, 1번 문항만 역환산 문항이며, 점수가 높을수록 시험불안이 높음을 의미한다. 개발당시 시험불안 척도의 Cronbach's  $\alpha$ 는 0.93이었으며, 본 연구에서의 신뢰도는 0.91이었다.

## 4. 자료수집 방법 및 절차

본 연구는 2015년 11월 15일부터 12월 10일까지 구조화된 설문지를 이용하여 자료를 수집하였다. 연구 대상자에게 연구의 목적 및 대상자 선정 방법, 자료수집 방법, 언제든지 본인의 의사에 따라 연구 참여를 철회 할 수 있음 등에 대해 설명하고, 모든 대상자로부터 서면동의를 받았다. 연구자가 설문지를 배부하고 연구 대상자가 직접 설문지에 응답하도록 하였으며, 자료수집에는 평균 15분 정도 소요되었다.

## 5. 자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS 19.0 Window Program을 이용하여 다음과 같이 분석하였다. 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율, 평균과 표준편차를 산출하였다. 대상자의 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력, 시험불안 정도는 평균과 표준편차를 산출하였다. 대상자의 일반적 특성에 따른 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력, 시험불안의 차이는 independent t-test와 ANOVA를 이용하고, 사후검정은 Scheffe's test로 분석하였다. 대상자의 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력, 시험불안의 관계는 Pearson's correlation coefficient를 이용하여 분석하였다. 대상자의 시험불안에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 시험불안을 종속변수로 하고 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력을 독립변수로 하여 stepwise multiple regression을 실시하였다.

### Ⅲ. 연구결과

#### 1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 인구·사회적 특성별 분포를 보면 전체 대상 학생은 총 218명으로 학년별 구성은 1학년 24.3%, 2학년 28.0%, 3학년 28.4%, 4학년 19.3%로 나타났으며 성별로는 여학생이 87.2%로 대부분을 차지하였다. 지난학기 평균평점이 3.00이상인 학생

이 69.7%이었고, 경제적 상태는 150만원 이하 8.3%, 151만원~250만원 26.1%, 251만원~350만원 28.4%, 351만원 이상 37.2%로 나타났다. 대부분의 학생이 졸업 후 병원에 취직하기를 희망하였고 (87.2%), 간호학과 지원 동기로는 취업이 유리해서 (44.0%), 가치 있는 직업(22.5%), 적성에 맞아서 (18.8%), 기타(14.7%)의 순으로 나타났다. 입학 시 전공만족도(59.2%)와 현재 전공만족도(52.8%)에 만족이라고 응답한 학생이 가장 많았다.

<표 1> 대상자의 일반적 특성

(N=218)		
일반적 특성	구분	빈도(%)
성별	남	28(12.8)
	여	190(87.2)
학년	1학년	53(24.3)
	2학년	61(28.0)
	3학년	62(28.4)
	4학년	42(19.3)
지난학기 평균평점	≤ 2.99	66(30.3)
	3.00 ≤	152(69.7)
경제적 상태	≤ 150만원	18(8.3)
	151만원~250만원	57(26.1)
	251만원~350만원	62(28.4)
	351만원 ≤	81(37.2)
희망 취업처	병원	190(87.2)
	병원 외	28(12.8)
간호학과 지원동기	취업이 유리	96(44.0)
	적성에 맞음	41(18.8)
	가치 있는 직업	49(22.5)
	기타	32(14.7)
입학 시 전공만족도	불만족	19(8.7)
	보통	70(32.1)
	만족	129(59.2)
현재 전공만족도	불만족	23(10.6)
	보통	80(36.7)
	만족	115(52.8)

#### 2. 대상자의 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력, 시험불안 정도

대상자의 진로정체감은 4점 만점에서 평균 2.6±0.58

점, 취업스트레스는 3점 만점에서 평균 1.5±0.35점, 자기통제력은 5점 만점에서 평균 3.8±0.52점, 시험불안은 4점 만점에서 평균 2.4±0.66점으로 나타났다.

&lt;표 2&gt; 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력, 시험불안 정도

(N=218)			
변수	평균표준편차	측정범위	가능범위
진로정체감	2.62±0.58	1.22-4.00	1.00-4.00
취업스트레스	1.51±0.35	1.00-2.57	1.00-3.00
자기통제력	3.78±0.52	2.54-4.93	1.00-5.00
시험불안	2.41±0.66	1.05-4.00	1.00-4.00

### 3. 일반적 특성에 따른 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력 및 시험불안 차이

간호대학생의 일반적 특성에 따른 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력 및 시험불안 차이는 <표 3>과 같다. 진로정체감은 경제적 상태( $F=2.88, p=0.037$ ), 지원동기( $F=11.63, p=0.000$ ), 입학 시 전공만족도( $F=6.45, p=0.002$ ), 현재 전공만족도( $F=15.44, p=0.000$ )에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 경제적 상태의 경우 가정의 한 달 수입이 351만원 이상인 학생이 151만원~250만원인 학생보다 진로정체감이 높게 나타났다. 간호학과 지원동기로는 '적성에 맞고 가치 있는 직업'이라고 응답한 학생이 '취업이 유리해서'라고 응답한 학생보다, '적성에 맞아서'라고 응답한 학생이 '취업이 유리해서'와 '기타'라고 응답한 학생보다 진로정체감이 높게 나타났다. 입학 시 전공만족도는 '만족'이라고 응답한 학생이 '불만족'과 '보통'이라고 응답한 학생보다 진로정체감이 높게 나타났으며, 현재 전공만족도의 경우 '만족'이라고 응답한 학생이 '불만족'과 '보통'이라고 응답한 학생보다 진로정체감이 높게 나타났다. 취업스트레스는 성별( $t=-3.27, p=0.002$ ), 학년( $F=5.75,$

$p=0.001$ ), 지원동기( $F=3.96, p=0.009$ ), 현재 전공만족도( $F=10.84, p=0.000$ )에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 성별의 경우 여학생이 남학생보다 취업스트레스가 높게 나타났으며, 3학년과 4학년이 1학년보다 취업스트레스가 높게 나타났다. 간호학과 지원동기의 경우 '취업이 유리해서'라고 응답한 학생이 '적성에 맞아서'라고 응답한 학생보다 취업스트레스가 높게 나타났으며, 현재 전공만족도의 경우 '불만족'과 '보통'이라고 응답한 학생이 '만족'이라고 응답한 학생보다 취업스트레스가 높게 나타났다. 자기통제력은 현재 전공만족도( $F=9.46, p=0.000$ )에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 현재 전공만족도의 경우 '만족'이라고 응답한 학생이 '불만족'과 '보통'이라고 응답한 학생보다 자기통제력이 높게 나타났다. 시험불안은 성별( $t=-2.09, p=0.038$ ), 학년( $F=3.39, p=0.019$ ), 현재 전공만족도( $F=6.01, p=0.003$ )에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 여학생이 남학생보다, 3학년이 1학년보다 시험불안이 높게 나타났으며, 현재 전공만족도에서 '불만족'과 '보통'이라고 응답한 학생이 '만족'이라고 응답한 학생보다 시험불안이 높게 나타났다.

&lt;표 3&gt; 일반적 특성에 따른 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력 및 시험불안 차이

		(N=218)							
일반적 특성	구분	진로정체감		취업스트레스		자기통제력		시험불안	
		Mean±SD	t/F(p)	Mean±SD	t/F(p)	Mean±SD	t/F(p)	Mean±SD	t/F(p)
성별	남	2.7±0.52	0.75	1.4±0.27	-3.27	3.8±0.52	.011	2.2±0.72	-2.09
	여	2.6±0.59	(0.425)	1.5±0.35	(0.002)	3.8±0.52	(0.991)	2.4±0.65	(0.038)

일반적 특성	구분	진로정체감		취업스트레스		자기통제력		시험불안	
		Mean±SD	t/F(p)	Mean±SD	t/F(p)	Mean±SD	t/F(p)	Mean±SD	t/F(p)
학년*	1학년 <sup>a</sup>	2.7±0.59		1.4±0.30		3.6±0.53		2.2±0.64	
	2학년 <sup>b</sup>	2.6±0.55	0.83	1.5±0.30	5.75	3.9±0.49	2.27	2.5±0.66	3.39
	3학년 <sup>c</sup>	2.5±0.60	(0.478)	1.6±0.34	c,d>a	3.8±0.53	(0.081)	2.5±0.65	c>a
	4학년 <sup>d</sup>	2.6±0.59		1.6±0.41		3.8±0.54		2.3±0.66	
지난학기 평균평점	≤ 2.99	2.6±0.56	-1.05	1.5±0.35	-0.17	3.7±0.49	-1.51	2.4±0.65	0.14
	3.00 ≤	2.6±0.59	(0.295)	1.5±0.35	(0.864)	3.8±0.53	(0.134)	2.4±0.67	(0.885)
경제적 상태*	≤ 150만원 <sup>a</sup>	2.6±0.61		1.6±0.36		3.5±0.59		2.4±0.67	
	151만원~250만원 <sup>b</sup>	2.4±0.44	2.88	1.5±0.35	0.77	3.7±0.49	2.54	2.5±0.64	0.87
	251만원~350만원 <sup>c</sup>	2.6±0.61	(0.037)	1.5±0.34	(0.515)	3.9±0.49	(0.057)	2.4±0.64	(0.457)
	351만원 ≤ <sup>d</sup>	2.7±0.61	d>b	1.5±0.35		3.8±0.54		2.3±0.69	
희망 취업처	병원	2.6±0.56	1.01	1.5±0.34	-0.85	3.8±0.52	0.27	2.4±0.64	0.10
	병원 외	2.5±0.72	(0.312)	1.6±0.41	(0.402)	3.8±0.54	(0.791)	2.4±0.84	(0.922)
간호학과 지원동기*	취업이 유리 <sup>a</sup>	2.4±0.52		1.6±0.36		3.7±0.51		2.5±0.66	
	적성에 맞춤 <sup>b</sup>	3.0±0.58	11.63	1.4±0.34	3.96	3.8±0.55	2.53	2.3±0.56	1.98
	가치 있는 직업 <sup>c</sup>	2.8±0.54	(0.000)	1.4±0.32	a>b	3.9±0.52	(0.058)	2.3±0.72	(0.118)
	기타 <sup>d</sup>	2.5±0.54	b>a,d	1.4±0.30		3.7±0.48		2.2±0.70	
입학 시 전공 만족도*	불만족 <sup>a</sup>	2.4±0.64	6.45	1.5±0.24	0.87	3.7±0.49	2.66	2.3±0.57	0.55
	보통 <sup>b</sup>	2.5±0.57	(0.002)	1.5±0.37	(0.419)	3.7±0.57	(0.073)	2.4±0.68	(0.581)
	만족 <sup>c</sup>	2.7±0.55	c>a,b	1.5±0.35		3.8±0.50		2.4±0.67	
현재 전공 만족도*	불만족 <sup>a</sup>	2.2±0.65	15.44	1.8±0.40	10.84	3.6±0.53	9.46	2.7±0.74	6.01
	보통 <sup>b</sup>	2.5±0.49	(0.000)	1.5±0.32	(0.000)	3.6±0.52	(0.000)	2.5±0.65	(0.003)
	만족 <sup>c</sup>	2.8±0.56	c>a,b	1.5±0.32	a,b>c	3.9±0.49	c>a,b	2.3±0.63	a,b>c

\*Scheffe test

#### 4. 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력, 시험불안의 관계

간호대학생의 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력 및 시험불안과의 상관관계는 <표 4>와 같다. 진로정체감은 취업스트레스와 유의한 역 상관관계( $r=-0.444$ ,  $p<0.001$ )를, 자기통제력과 유의한 순 상관관계( $r=0.348$ ,  $p<0.001$ ), 시험불안과 유의한 역 상관관계( $r=-0.353$ ,  $p<0.001$ )를 보였다. 따라서 진로정체감이 높을수록 자기통제력이 높고, 취업스트레

스와 시험불안이 낮은 것으로 나타났다. 취업스트레스는 자기통제력과 유의한 역 상관관계( $r=-0.401$ ,  $p<0.001$ )를, 시험불안과 유의한 순 상관관계( $r=0.467$ ,  $p<0.001$ )를 보였다. 따라서 취업스트레스가 높을수록 자기통제력이 낮고, 시험불안이 높은 것으로 나타났다. 자기통제력은 시험불안과 유의한 역 상관관계( $r=-0.258$ ,  $p<0.001$ )를 보였다. 따라서 자기통제력이 높을수록 시험불안이 낮은 것으로 나타났다.

<표 4> 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력, 시험불안의 관계

(N=281)

	진로정체감	취업스트레스	자기통제력	시험불안
	r(p)			
진로정체감	1	-0.444(<0.001)	0.348(<0.001)	-0.353(<0.001)
취업스트레스		1	-0.401(<0.001)	0.467(<0.001)
자기통제력			1	-0.258(<0.001)
시험불안				1

### 5. 시험불안에 영향을 미치는 요인

간호대학생의 시험불안에 영향을 미치는 주요 요인을 파악하기 위하여 일반적 특성 중 시험불안에 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 확인된 변수인 성별, 학년, 현재전공만족도를 포함하여, 주요변수인 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력을 독립변수로, 시험불안을 종속변수로 투입하여 단계적 회귀분석을 실시한 결과는 <표 5>와 같다. 회귀분석을 실시하기 전 다중공선성을 진단한 결과, 공차한계(Tolerance, 기준 0.1 이상) 0.792~0.987, 분산팽창인자(Variation Inflation Factor; VIF, 기준 10 이하) 1.013~1.262으로 다중공선성의 문제가 없는 것으로 나타났다. 또한 Durbin-Watson 검정

을 통해 잔차분석을 실시한 결과, 1.755로 오차항간에 독립성이 있는 것으로 나타났다. 명목형 변수인 성별, 학년은 Dummy 변수로 전환하여 분석한 결과 취업스트레스( $\beta=0.40$   $p<0.001$ )가 가장 강력한 영향변수로 간호대학생의 시험불안을 약 22% 설명하였다. 또한 학년(4학년)과 진로정체감의 순으로 간호대학생의 시험불안에 영향을 주는 요인으로 확인되었다. 본 연구에서 사용된 회귀모형은 통계적으로 유의하였으며 이들 전체변수의 간호대학생의 시험불안의 설명력은 약 25%로 나타났다( $F=25.48$ ,  $p<0.001$ ). 분석 시 성별, 현재전공만족도, 자기통제력은 간호대학생의 시험불안에 유의한 영향을 주지 않는 것으로 나타났다.

<표 5> 시험불안에 영향을 미치는 요인

(N=281)

변수	B	SE	Standardized $\beta$	t(p)	Adj. $R^2$	F(p)
Constant				5.43(<0.001)		
취업스트레스	0.775	0.13	0.40	6.13(<0.001)	0.22	25.48
학년(4학년)	-0.232	0.10	-0.14	-2.34(0.020)	0.02	<0.001
진로정체감	-0.196	0.08	-0.17	-2.61(0.010)	0.03	

## IV. 논의

간호학생은 경쟁적인 간호학과 학습 환경과 취업에 중요한 영향을 주는 학업성적 관리로 인해 높은 학업스트레스와 시험 불안을 경험하고 있다. 이

에 본 연구는 간호대학생의 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력과 시험불안간의 관련성을 파악하여 학교현장에서 시험불안 관리를 위한 교육프로그램의 개발의 기초자료를 제공하고자 시도되었다. 본 연구결과 대상자의 진로정체감은 평균 평점



2.62점(4점 만점)으로 중간 이상의 수준을 나타냈는데, 이는 간호대학생을 대상으로 한 정점숙 등(2014)의 연구에서 보고한 2.65점과 유사하였다. 직업에 대한 자기 확신 정도인 진로정체감이 높은 간호학생은 간호전문직에 대한 명확하고 안정된 진로준비행동을 하며(배성숙 등, 2014), 높은 진로정체감은 대학생활 적응과 학업성취도에 긍정적인 영향을 주는 것으로 보고되고 있다(서은선과 정경아, 2015). 이에 교수자들은 입학 시점부터 간호학생들의 확고한 진로정체감 형성에 적극적인 관심을 기울일 필요가 있으며, 자신에 대한 탐색 기회 및 간호학 영역에 대한 구체적인 정보제공, 전공 분야에 대한 뚜렷한 목표제시, 취업 관련의 다양한 체험 기회제공 등을 통해 자신에 대한 이해를 증진시키며, 전공에 대한 흥미와 자긍심 및 진로결정에 대한 자신감을 향상시키는 교육방법을 모색하여 시행할 필요가 있다. 이를 통해 간호대학생들이 간호사에 대한 전문적 정체성을 명확히 확립할 수 있도록 노력을 기울여야 할 것이다.

본 연구 대상자의 취업스트레스 점수는 평균점 1.51점(3점 만점)으로 중간정도 수준을 나타냈다. 이는 도구가 달라 100점 만점으로 환산하여 비교했을 때, 간호대학생을 대상으로 한 박복순 등(2015)의 2.11(5점 만점)점보다 높은 수준이며, 일반대학생을 대상으로 한 조미경 등(2013)의 여자대학생 2.16점(5점 만점), 남자대학생 2.3점(5점 만점)보다 높은 결과이다. 이러한 결과는 간호학과가 다른 계열에 비해 상대적으로 취업 가능성이 높은 학과이지만, 간호학과 학생들도 중정도 수준의 취업스트레스를 경험하는 것으로 해석된다. 박미진 등(2009)의 연구에 의하면, 높은 취업스트레스는 통증, 불면, 위장장애 등의 신체적 반응뿐 아니라 불안, 분노, 우울, 자신감 저하, 무기력 등의 정신, 심리적 문제를 야기한다고 보고하였다. 또한, 김순희와 이선희(2015)의 연구에서는 취업스트레스가 간호대학생의 행복감을 저해하는 요인이라고 보고하였다. 그러므로, 교수자는 저학년 때부터 진로관련

포트폴리오를 검토하여 체계적으로 진로준비행동을 할 수 있도록 지도할 필요가 있으며, 학생은 이를 주도적으로 관리하며, 자신이 경험하는 취업스트레스에 대해 성취 의욕 고취와 문제 해결의 기회라는 긍정적인 인식을 통해 이를 극복하는 노력이 필요하다고 사료된다. 또한 간호대학생의 취업스트레스 관리를 통한 신체적, 심리적 건강행태를 개선하기 위해서는 학생 개인의 취업스트레스 수준에 관심을 갖고, 취업스트레스 수준이 높은 집단을 선별하고 구체적이고 개별적인 대처방법에 대한 전문적인 지지와 코칭을 해주는 것이 중요하다.

자기통제력은 평균점 3.78점(5점 만점)으로 중간 수준 이상으로 나타났으며, 이는 임숙빈 등(2014)의 연구에서 보고한 일반대학생의 3.22점에 비해 높게 나타났다. 유혜숙과 양야기(2014)의 연구에 의하면, 개인이 변화하는 상황이나 상황적 사건에 대해 저항하며, 상황적 요구에 맞춰 행동적 통제수준을 조절하는 능력은 스트레스에 대한 민감성을 낮추며, 문제해결 및 대처의 수준을 증진시켜 간호대학생의 시험불안의 수준을 감소시킨다고 보고하였다. 그러므로, 간호학생이 시험상황에서 개인의 내적자원을 활용하여 학생이 스스로 자아통제를 하며 적극적인 문제해결과 긍정적인 대처방식을 사용할 수 있도록 훈련시켜야 할 것이다. 그리고, 자기통제력이 낮은 대학생들이 계획에 따라서 일을 하고, 작은 성공경험을 할 수 있는 계기를 통해 복잡한 과제에 대한 유능감을 키울 수 있도록 교과내외의 다양한 활동 기회를 제공해 주어야 한다. 또한, 자신에 대한 성찰능력을 키울 수 있는 프로그램을 활용하여 자기통제력에 필요한 자질을 향상시킴으로써 간호대학생들의 학업, 진로 등과 관련된 스트레스에 대한 지각 수준을 감소시키며 이에 적절히 대처할 수 있도록 도와주어야 한다.

본 연구결과 대상자의 시험불안은 평균점 2.41점(4점 만점)으로 간호대학생을 대상으로 한 유혜숙과 양야기(2014)의 2.38점, 이선희와 김진경(2010)의 2.27점보다 높게 나타났다. 시험불안이 높

은 간호학생은 자신의 능력부족과 같은 부정적인 자아개념 형성에 영향을 주어 자아존중감은 낮으며(윤성욱과 권연숙, 2015), 신체화, 우울, 적대감 등의 정신건강과 학업성취에 부정적인 영향을 미친다(이선희와 김진경, 2010; 임신일과 박병기, 2013). 그러므로 간호학생의 시험불안을 줄이기 위해 지속적이며 체계적인 상담 및 심리 프로그램의 개발과 효과에 대한 연구가 필요하며, 건강한 대학 생활을 영위하기 위해 대학차원에서 다양한 지원 프로그램이 운영되어 학생들이 효과적으로 시험불안을 해소하여 정신건강을 증진시킬 수 있는 교육 환경이 필요하다. 또한, 시험이 타인과의 비교와 서열화의 수단이 아닌 학생 자신의 성숙과 발달의 기회로 인식할 수 있도록 시험에 대한 태도를 바꾸는 교육과 중재가 모색되어야 할 것이다. 더불어 간호학 교육과정 및 평가를 포함한 학습 환경에서 어떤 구체적 요인들이 간호대학생의 시험불안과 관련이 있는지를 구체적으로 파악해 보는 것이 필요하며, 친구, 부모 등의 다양한 자원을 활용하여 심리적 지지를 강구하는 것도 도움이 될 것으로 사료된다.

본 연구에서 일반적·전공 관련 특성 중, 성별, 학년, 전공만족도에 따라 간호대학생의 시험불안에 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 성별의 경우 여학생이 남학생보다 시험불안이 높은 것으로 나타났으며, 학년의 경우 2, 3학년이 시험불안 점수가 높은 것으로 나타났는데, 이는 학년이 높아질수록 시험불안이 높아진다고 보고한 유혜숙과 양야기(2014)의 연구와 일부 일치되는 결과이다. 간호학과 학생의 경우, 고학년이 되면서 취업과 진로에 대한 고민에 직면하며 학점관리에 대해 보다 현실적인 시각을 갖게 되기 때문으로 사료된다. 본 연구에서 전공만족도가 낮을수록 시험불안 점수가 유의하게 높은 것으로 나타났는데, 이는 본 연구의 전공에 대한 만족도가 낮을 때 진로정체감이 낮은 결과와 연관 지어 볼 수 있으며, 전공에 대한 만족도가 낮을 때 학업스트레스가 증가하고(양윤경 등, 2014), 학업성취도가 낮다(김순희와 이선

희, 2015)는 결과와 그 맥을 같이한다고 보여진다. 따라서 전공만족도가 낮은 간호대학생들에 대한 적절한 중재가 없을 경우 의욕상실, 학업성취도 저하, 학업 포기 등의 문제를 발생시킬 수 있으므로 입학초기부터 이들에 대해 관심을 기울이고 세심히 관찰하여 교수의 정서적 지지 중재방안을 마련하는 것이 필요하다. 또한, 이들의 시험불안 감소를 위해 도움을 줄 수 있는 학습 및 훈련과정에 대한 운영방안을 모색하고 개별적인 코칭이 유용할 것으로 사료된다.

본 연구에서 취업스트레스, 진로정체감, 학년(4학년)의 순으로 간호대학생의 시험불안에 영향을 주는 것으로 나타났으며, 이들 변수는 전체 변량의 약 25%를 설명하는 것으로 나타났다. 특히 취업스트레스는 간호대학생의 시험불안을 예측하는 중요한 요인으로 확인되었다. 이는 대학생의 취업스트레스와 정신건강과의 관계를 확인한 선행연구(신현규와 장재운, 2003)의 결과와 일부 일치하는 것으로 취업스트레스가 간호대학생의 시험불안에 중요한 변수임을 시사하였다. 그리고 낮은 진로정체감은 간호대학생의 학업스트레스로 작용하며 시험불안을 초래한다는 보고(이경희, 2010)를 지지하는 결과로 간호대학생의 진로정체감 확립을 위한 노력이 필요함을 알 수 있다. 따라서, 간호대학생의 시험불안 감소를 위해서는 취업스트레스 감소와 진로정체감 향상에 중점을 두어 관리하여 학업적응 및 성취를 높일 수 있을 것이라고 사료된다. 한편, 본 연구에서 자기통제력은 간호대학생의 시험불안을 설명할 수 있는 변수가 아닌 것으로 나타났다. 그러나 두 변수간의 관계에서 부적 관계(-0.258)가 나타났는데, 이는 대학생의 자기통제력의 수준과 시험불안의 관계를 확인한 선행연구(박현희, 2006)의 결과와 일치하는 내용이다. 시험불안 감소를 위해 자기통제력을 향상시키는 훈련이 효과적이라는 선행 연구의 결과(류태자, 2001)와 간호대학생을 대상으로 한 자기통제력과 시험불안과의 연구가 거의 이루어지지 않은 점을 고려할 때, 이와 관련

된 반복 연구와 자기통제력의 하부변수와의 관계를 심층적으로 규명하는 연구가 필요하다. 그리고 본 연구결과는 간호대학생의 성적이 시험불안을 설명하는 가장 큰 영향요인으로 나타난 유혜숙과 양야기(2014)의 연구와 3학년 간호대학생의 자아정체감이 시험불안에 가장 큰 영향요인이라고 보고한 김영희(2011)의 연구와는 차이가 있다. 따라서 본 연구에서 시험불안에 영향을 미치는 것으로 나타난 취업스트레스와 진로정체감을 포함하여 간호대학생의 시험불안에 대한 연구를 다각적으로 수행할 필요가 있을 것이다.

이상의 연구결과로 볼 때, 대학생의 학점경쟁과 취업스트레스가 만연되어 있는 사회적 현실에서 간호대학생들이 진로정체감을 개선하여 자신의 전공에 대한 흥미와 만족도를 높일 수 있도록 교수의 상담과 끊임없는 관심과 지지가 요구된다. 특히 간호대학생이 경험하는 취업스트레스에 대해서 취약한 집단을 조기 선별하여, 고민 및 문제해결을 위해 지속적으로 지지할 필요가 있으며, 간호학과 내 지원 대책을 마련하는 것이 간호대학생의 시험불안 감소에 도움이 될 것이다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 간호대학생을 대상으로 진로정체감, 취업스트레스, 자기통제력 및 이들 변수가 간호대학생의 시험불안에 미치는 영향을 확인하기 위해 시도되었다. 본 연구는 지방의 중소 도시에 위치한 대학의 간호대학생을 대상으로 하였으므로 연구결과를 확대 해석하는 데에는 제한이 있다.

연구결과 간호대학생의 시험불안에 취업스트레스와 진로정체감이 영향을 주는 것으로 나타났다. 이에 취업스트레스 감소를 위한 학교 및 교수 차원에서의 정보, 정서적 지지와 효율적인 대처방법에 대한 지도 및 훈련이 간호대학생의 시험불안 극복과 완화를 위해 도움이 될 것으로 사료된다. 뿐만

아니라, 간호대학생들이 전공에 대한 흥미와 자긍심 및 진로결정에 대한 자신감을 향상할 수 있도록 노력을 기울여야 할 것이다.

따라서, 본 연구의 결과를 바탕으로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구결과에 근거하여, 추후연구에서는 간호대학생의 시험불안에 영향을 주는 다양한 요인들에 대한 포괄적인 이해와 탐색을 통해 간호대학생의 시험불안을 예측하는 모형을 구축하는 연구를 제언한다. 둘째, 간호대학생의 시험 불안에 영향을 줄 수 있는 주요 요인으로서 취업스트레스를 평가하고 다양한 환경적, 상황적 요인과 함께 취업스트레스를 악화시키는 관련 요인을 파악할 필요가 있다. 셋째, 간호대학생의 진로정체감에 영향을 미치는 내 외적 요인에 대한 평가를 기반으로 간호대학생들의 시험불안 완화와 자기관리 능력 향상을 위한 교육중재에 적용할 것을 제언한다.

## 참고문헌

1. 교육통계서비스. 2005, 2015 교육통계연보. 서울: 한국교육개발원, 2005, 2015.
2. 김보환. 대학생의 진로결정수준과 진로준비행동의 발달 및 이원적 유형화[박사학위논문]. 서울: 서울대학교, 1997.
3. 김순희, 이선희. 간호대학생의 취업스트레스, 자기효능감, 자아존중감, 학업성취도가 행복감에 미치는 영향. 성인간호학회지 2015;27(1):63-72.
4. 김영희. 간호대학생들의 우울, 자아존중감 및 자아정체감이 시험불안에 미치는 영향. 한국자료분석학회지 2011;13(4):2003-2013.
5. 류태자. 자기관리훈련이 시험불안 감소와 자기통제력에 미치는 효과[석사학위논문]. 대구: 경북 대학교 대학원, 2001.
6. 박미진, 김진희, 정민선. 취업준비 대학생의 스트레스에 대한 질적 연구. 상담학연구 2009; 10(1):

- 417-435.
7. 박복순, 조하나, 박병준. 간호대학생의 비판적 사고 성향과 자아존중감 및 취업스트레스의 연관성. *한국산학기술학회논문지* 2015;16(2):1109-1117.
  8. 박진아, 이은경. 간호대학생의 자아탄력성, 스트레스 대처방식이 대학생활 적응에 미치는 영향. *간호행정학회지* 2011;17(3):267-276.
  9. 박현희. 자기 불일치 및 자기 통제력이 대학생의 시험불안에 미치는 효과[석사학위논문]. 충북: 한국교원대학교 대학원, 2006.
  10. 박혜연. 청소년 자녀가 지각한 어머니 훈육방식과 자기통제[석사학위논문]. 전남: 전남대학교 대학원, 2004.
  11. 배성숙, 노희진, 문소정. 일부 보건계열 대학생들의 진로결정자기효능감 및 진로정체감이 취업준비행동에 미치는 영향. *한국학교보건교육학회지* 2014;15(1):45-59.
  12. 서은선, 정경아. 일 대학 안경광학과 재학생의 진로정체감, 전공만족도, 대학생활적응, 자아존중감이 학업성취도에 미치는 영향. *대한시과학회지* 2015;17(3):213-225.
  13. 신현규, 장재윤. 대학 4학년생의 성격특성과 성별에 따른 취업 스트레스 및 정신건강. *한국심리학회지: 임상* 2003;22(4):815-827.
  14. 안세운, 하창순. 대학생의 자기통제력과 스트레스 지각 및 대처와의 관계-지방의 한 대학생들을 중심으로. *상담학연구* 2008;9(2):391-403.
  15. 양윤경, 한금선, 배문혜, 양승희. 간호대학생의 사회적지지, 학업스트레스, 임상실습스트레스. *스트레스연구* 2014;22(1):23-33.
  16. 유혜숙, 양야기. 자아탄력성, 학업적 자아개념이 대학생의 시험불안에 미치는 영향. *기본간호학회지* 2014;21(3):275-282.
  17. 윤성욱, 권연숙. 일부 보건계열 대학생을 융합적으로 한 시험불안과 자아존중감의 관계. *한국융합학회논문지* 2015;6(5):91-98.
  18. 이경희. 고등학생의 완벽주의, 귀인 성향 및 진로정체감과 시험불안간의 관계[석사학위논문]. 창원: 경남대학교 대학원, 2010.
  19. 이동길. 시험불안 극복훈련이 고등학생들의 시험불안 감소에 미치는 효과[석사학위논문]. 경북: 경북대학교 대학원, 1982.
  20. 이선혜, 김진경. 간호대학생의 국가고시 관련 시험불안, 자아존중감과 정신건강에 대한 연구. *한국간호교육학회지* 2010;16(2):177-185.
  21. 임숙빈 외 10명. 심리적 탄력성과 자기통제력이 대학생의 자살생각에 미치는 영향. *정신간호학회지* 2014;23(4):278-287.
  22. 임신일, 박병기. 국내외 시험불안 연구의 메타분석. *교육심리연구* 2013;27(3):529-553.
  23. 정점숙, 정미조, 유일영. 간호대학생의 전공만족도, 진로결정 자기효능감과 진로정체감 관계. *한국간호교육학회지* 2014;20(1):27-36.
  24. 정혜승. 비행청소년과 일반청소년의 자기통제성 및 비행기회에 관한 연구[석사학위논문]. 서울: 서울여자대학교 대학원, 1995.
  25. 조미경, 최은지, 이지원, 이유나, 채지영. 대학생의 성별에 따른 외모와 취업 스트레스 및 취업불안과의 관계. *간호학의 지평* 2013;10(2): 141-150.
  26. 통계청. 2015 고용동향. 대전: 통계청, 2015.
  27. 한국교육개발원. 2015 고등교육기관 졸업자 취업통계연보. 서울: 한국교육개발원, 2015.
  28. 황성원. 대학생의 취업스트레스에 관한 연구[석사학위논문]. 부산: 동아대학교 대학원, 1998.
  29. Finkenauer C, Engels RCME, Baumeister RF. Parenting behavioural and emotional problems: The role of self-control. *International Journal of Behavioral Development* 2005;29(1):58-69.
  30. Gottfredson MR, Hirschi T. A general theory of crime. CA: Stanford University Press. 1990.
  31. Grasmick HG, Tittle CR, Bursik RJ, Arneklev BJ. Testing the core empirical implications of Gottfredson and Hirschi's general theory of crime. *Journal of Research in Crime and*

- Delinquency* 1993;30:5-29.
32. Holland JL, Daiger DC, Power PG. My vocational situation. palo alto. CA: Consulting Psychologists Press 1980.
33. Tangney JP, Baumeister RF, Boone AL. High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality* 2004;72(2): 271-322.