

간호대학생의 심리적 안정감과 신체적자기개념이 자아탄력성에 미치는 영향

조영미
선문대학교 간호학과 조교수

The Effects of Psychological Safety and Physical Self-Concept on Ego-Resilience in Nursing College Students

Cho, Young Mi
Assistant Professor, Department of Nursing Science, Sunmoon University

요 약 본 연구는 간호대학생의 심리적 안정감과 신체적자기개념이 자아탄력성에 미치는 영향을 알아보코자 시도되었다. 본 연구는 2021년 9월부터 11월까지 전라남도 M대학의 간호대학생 166명을 대상으로 구조화된 설문을 통해 데이터를 수집하였다. 자료의 분석은 SPSS 23.0 프로그램을 이용하여 기술통계, t-test, ANOVA, Scheffe test, Pearson's 상관관계 분석, 다중회귀분석을 하였다. 본 연구의 결과 간호대학생의 자아탄력성은 심리적 안정감과 신체적자기개념에 유의한 양의 상관($r=.480, p<.001$, $r=.426, p<.001$)이 있었다. 간호대학생의 자아탄력성에 영향을 미치는 요인은 심리적 안정감($\beta=0.352, p<.001$), 신체적자기개념($\beta=0.236, p<.001$)이었고, 설명력은 26%였다. 본 연구의 결과, 간호대학생의 자아탄력성을 높여주기 위하여 심리적 안정감과 신체적자기개념을 높여 줄 필요가 있다. 그 방안으로는 간호대학생에게 심리적 안정감을 높이는 가이드 프로그램의 개발과 적용이 필요하며, 학업만이 아닌 건강한 신체와 정신을 가질 수 있도록 교육과 시설의 제공이 필요하다.

주제어 : 간호대학생, 심리적 안정감, 신체적자기개념, 자아탄력성

Abstract This study was attempted to investigate the effects of psychological safety and physical self-concept on ego-resilience of nursing students. This data collected from September to November 2021 through a structured questionnaire from 166 nursing students at M University in Jeolla Southern Province. For data processing, descriptive statistics, t-test, ANOVA, Scheffe test, Pearson's correlation analysis, and multiple regression analysis were performed using the SPSS 23.0 program. As a result of this study, there were significant positive correlations in the self-resilience of nursing students with psychological stability and physical self-concept($r=.480, p<.001$, $r=.426, p<.001$). The factors affecting the ego-resilience of nursing students were psychological safety($\beta=0.352, p<.001$) and physical self-concept ($\beta=0.236, p<.001$), and the explanatory power was 26%. As a result of this study, it is necessary to increase psychological safety and physical self-concept in order to increase the ego-resilience of nursing students. It is necessary to develop and apply guide programs that enhances psychological stability for nursing students, and to provide education and facilities so that they can have a healthy body and mind, not only academics.

Key Words : Nursing Students, Psychological Safety, Physical Self-Concept, Ego-Resilience

*Corresponding Author : Cho, Young Mi(choyoung23@sunmoon.ac.kr)

Received April 1, 2022
Accepted May 20, 2022

Revised May 10, 2022
Published May 28, 2022

1. 서론

1.1 연구의 필요성

대한간호협회의 '간호사통계자료'에 의하면 2019년 기준 면허 등록된 간호사는 41만 명이 넘으나 보건 의료 기관에서 활동하는 간호사는 21만 5천명이 넘는 숫자로 약 52%에 불과하다[1]. 우리나라 간호사들은 입사 평균 7년 5개월에, 나이로는 30대 초반의 연령에서 이직과 퇴직이 많다[2]. 이는 병원에서의 환자 서비스 요구와 과중한 간호업무량 때문이다. 최근의 COVID-19사태로 인하여 간호 인력이 부족한 실태가 나타나면서, 간호사에 대한 사회의 요구도가 높아지고 있다. 이러한 문제적 상황에서 적응력 높은 간호사 배출의 중요성이 대두되고 있다. 이에 자아탄력성(ego-resilience)을 고려해볼 수 있는데, 자아탄력성은 자신의 내적 또는 외적인 문제들이 닥쳤을 때 그 문제를 유연하게 대처할 수 있는 능력이고, 자아탄력성이 높은 사람이 새로운 상황에서 긴장을 완화시키고 인내의 수준을 강화시켜 보다 나은 적응을 한다[3]. 즉, 자아탄력성이 높을수록 스트레스와 같은 상황을 더 쉽게 이겨내고, 새로운 상황에 보다 더 쉽게 적응할 수 있다는 것이다. 간호사들의 자아탄력성을 높이는 것은 이직률이나 퇴직률을 줄일 수 있으며 간호사 부족 현상을 해결할 수 있는 하나의 방법이라 할 수 있겠다. 자아탄력성이 높은 간호사를 배출하는 것은 중요하며, 미래의 간호사인 간호대학생에게 자아탄력성을 높여주어 이들이 자아탄력성이 높은 간호사로 임상으로 나갈 수 있도록 간호교육 분야의 노력이 필요하다. 간호대학생은 타학과와 학생들과 비교했을 때, 많은 교과와 실습, 그리고 국가고시로 인해 스트레스의 강도가 높고 학업에 대한 부담도 높다[4]. 이러한 간호대학생이 간호사가 되어서도 적응력 높은 전문인으로 성장하기 위해 자아탄력성을 높이는 것은 중요한 일이다. 간호사를 대상으로 수행된 자아탄력성에 관한 선행연구를 살펴보면 자아탄력성은 간호사의 소진에 부적상관이[5], 재직의도와도 정적상관이 있는 것으로 나타나[6] 자아탄력성은 간호사들이 직업을 유지하는 것에 영향을 주는 것을 확인 할 수 있었다. 또한, 자아탄력성이 높을수록 직무의 만족도도 높으며[7], 자아탄력성은 간호사의 임상수행능력에 영향을 미치는 요인으로 나타나[8] 자아탄력성이 간호사로서의 일을 수행하는데 있어 중요한 요인임을 알 수 있다. 이와 더불어 자아탄력성은 간호대학생들에게 행복감에 영향을 주며[9], 대학생활에도 긍정적인 영향을 미치며[10], 간호대학생들의 임상수행능력에도 영향을 미치는 요소라고

하였다[11]. 이처럼 자아탄력성은 간호대학생들의 학업과 학교생활에 도움을 주는 중요한 요인이며, 대학을 졸업하고 사회에 나가 간호사로 일하게 될 미래를 위해서 간호대학생들에게 키워야 할 필수 역량이다. 그러므로 간호대학생의 자아탄력성의 정도를 알아보고 자아탄력성에 영향을 주는 요인을 파악하는 연구 하여 그 정도를 높이는 방안을 제시하는 것이 필요하다.

심리적 안정감(Psychological Safety)은 어떠한 그룹이나 조직에서 안정하다고 인식되어 자기 자신을 표현할 수 있는 느낌으로 정의된다[12]. 전반적인 심리적 안정감은 자신이 속한 조직에서의 자신의 의견이나 아이디어를 제시할 때에 부정적인 결과에 대하여 두렵지 않으며 자신의 조직에서 소외되지 않는 심리적으로 안정된 상태를 말하며[12], 대개 조직에 있는 팀원들에게 필요한 요소로 간주되고 있다. 이러한 이유로 선행연구들은 직장 구성원을 대상으로 한 연구들이 대부분이다. 선행연구를 살펴보면 심리적 안정감은 조직에서의 구성원들에게 자발적인 변화를 유도하여 더 나은 성과를 얻게 하며[13], 심리적 안정감은 구성원들의 혁신행동을 강화할 수 있다고 하였다[14]. 심리적 안정감을 조직에서 일하는 구성원들 뿐만 아니라 학과라는 조직으로 구성된 학생들에게도 중요할 것으로 생각된다. 특히 간호학과를 입학한 학생들은 4년의 과정을 마치면 간호사가 될 것이라는 목적을 가지고 입학하며, 전형적인 교육과정을 학과에서 제시하고 있어 간호대학생들의 학생들의 심리적인 안정감이 낮지 않을 것으로 예상되나, 그에 대한 연구는 없는 실정이다. 이에 따라 간호대학생들의 심리적 안정감에 대한 정도를 파악하고 다른 요소들과의 상관을 파악하는 것은 필요하다.

신체적자기개념은 자신의 신체에 대한 긍정 또는 부정적 평가를 나타내는 것으로 총체적인 자아개념에 영향을 미칠 수 있는 중요한 요인이다[15]. 신체적자기개념은 대부분 운동의 참여와 심리적 효과와 관련하여 스포츠 분야에서 많이 사용되는 개념으로, 자신의 건강상태, 신체적인 외모, 신체적 능력 등의 정도를 보는 것으로 신체적자기개념이 높은 사람은 자신감이 높아지고 스트레스를 효과적으로 관리할 수 있다[16]. 또한, 신체적 자기개념은 심리적 안정감이나 행복감에 유효한 효과가 있어[17] 학업과 많은 비교과 프로그램, 그리고 스펙을 쌓기 위해 노력하고, 가까운 미래 취업을 생각하는 대학생들에게는 신체적자기개념은 중요한 요인이 될 수 있다. 신체적자기개념의 선행연구를 살펴보면, 간호대학생을 대상으로 수행된 연구에서 신체적자기개념은 학생들의 행복감을

높이는 요인이라 하였고[18], 또한 긍정적인 착각을 일으켜 대학생의 행복감에 영향을 준다고 하였다[19]. 대학생들에게 신체적자기개념은 학교생활만족과 교우만족에도 상관이 있다[20]. 이처럼 신체적자기개념은 대학생들에게 행복한 학교생활을 할 수 있게 하는 요인이므로 신체적자기개념의 정도를 올릴 필요가 있다. 더불어, 방대한 학업과 실습, 그리고 취업에 대한 스트레스를 가지고 있는 간호대학생의 신체적자기개념의 정도를 알아보고 상관이 있는 요소들을 연구하는 것은 필요하다. 이에 본 연구에서는 간호대학생의 심리적 안정감, 신체적자기개념, 자아탄력성의 정도를 파악하고 자아탄력성에 영향을 주는 요인을 파악하고자 한다.

1.2 연구의 목적

본 연구는 간호대학생의 간호대학생의 심리적 안정감, 신체적자기개념, 자아탄력성의 관계를 파악하고, 심리적 안정감, 신체적자기개념이 자아탄력성에 미치는 영향을 알아보고자 수행되었다. 본 연구는 간호대학생의 자아탄력성을 높이는 방법을 모색하고, 그에 따른 기초자료를 제공하기 위함이며 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 간호대학생의 심리적 안정감, 신체적자기개념, 자아탄력성의 정도를 파악한다.

둘째, 일반적 특성에 따른 심리적 안정감, 신체적자기개념, 자아탄력성의 차이를 파악한다.

셋째, 간호대학생의 심리적 안정감, 신체적자기개념, 자아탄력성 간의 상관관계를 파악한다.

넷째, 간호대학생의 자아탄력성에 영향을 미치는 요인을 확인한다.

2. 연구 방법

2.1 연구 설계

본 연구는 간호대학생을 대상으로 심리적 안정감, 신체적자기개념, 자아탄력성의 관계를 파악하고 심리적 안정감, 신체적자기개념이 자아탄력성에 미치는 영향을 알아보기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구대상 및 자료수집

본 연구의 자료 수집 기간은 2021년 9월부터 11월까지였고, 대상자는 전라남도 M대학교 간호학과 학생 166명을 대상으로 하였다. 학과장과 면담하고 기관의 허락

을 받고 설문을 진행하였다. 구글 설문지를 통해 연구의 목적과 설문지 내용 및 동의서 작성 후 동의한 사람만을 대상으로 하여 무기명으로 설문조사를 실시하였다. 설문지에 필요한 개인정보와 자료에 대한 비밀이 보장됨을 명시하고 설문지 결과는 연구이외의 목적으로 이용되지 않을 것과 연구 종료와 함께 폐기할 것임을 밝혔다. 설문은 1회 실시하고 동의하지 않은 대상자들에게 권유하지 않았다. 표본의 크기는 G*Power 3.1.9를 이용하여 다중회귀분석을 위해 중간효과 크기 .15, 유의수준 .05, 검정력 .95, 그리고 예측변수를 2개를 지정하였고 최소한의 표본수는 107명으로 나타났다. 본 연구의 분석에 이용된 대상자는 166명으로 조건에 충족되었다.

2.3 연구 도구

2.3.1 심리적 안정감

본 연구에서 간호대학생들의 심리적 안정감을 측정하기 위해 Ryff가[21] 개발한 심리적 안녕감 척도 (Psychological Well-being Scale: PWSB)를 김명소 등[22]이 수정 보완하여 대학생들을 대상으로 신뢰도와 타당도를 검증한 설문지를 사용하였다. 본 도구의 측정기준은 Likert식 1='매우 아니다'에서 5='매우 그렇다'까지의 5점 척도로 구성되어 있으며 점수가 높을수록 심리적 안정감의 정도가 높은 것을 의미한다. 개발당시 신뢰도는 심리적 안정감의 하위 6개 별로 측정하여 Cronbach's α = .66~.76이었고, 본 연구에서 하위영역의 신뢰도는 Cronbach's α = .73~.75, 전체 신뢰도 Cronbach's α = .85였다.

2.3.2 신체적 자기개념

본 연구에서 신체적자기개념을 측정하기 위하여 측정 도구는 Marsh et al.[23]의 신체적 자기개념 질문지 (Physical Self-Description questionnaire: PSDQ)를 김병준[24]이 한국판으로 표준화한 것을 연구 목적에 맞게 수정 후 사용하였다. 질문지 구성은 근력, 지구력, 신체전반, 신체활동, 외모, 유연성, 체지방, 자기존중감, 스포츠유능감, 건강에 관한 10개의 하위영역 총 40개의 문항으로 구성되어있으며, 각 문항들은 '전혀 그렇지 않다' 1점부터 '매우 그렇다' 5점까지의 Likert 척도로 구성되었다. 도구 개발 당시 각 하위영역의 신뢰도 Cronbach's α = .75~.91였고, 본 연구에서 하위영역의 신뢰도 Cronbach's α = .86~.98, 전체 신뢰도는 Cronbach's α = .916였다.

2.3.3 자아탄력성

본 연구에서 사용한 자아탄력성 척도는 Block과 Kremen[3]이 개발한 자아탄력성 척도(Ego Resilience scale:ER)를 유성경과 심혜원[25]이 번안, 수정한 것을 사용하였다. 본도구는 대인관계 3문항, 활력성 2문항, 호기심 5문항, 감정통제 2문항, 낙관성 2문항 총 5개의 하위영역으로 구성되고 있고 총 14개의 문항으로 이루어져 있다. 측정기준은 Likert식 1='매우 아니다'에서 4='매우 그렇다'까지의 4점 척도로 구성되어 있으며 점수문항은 점수가 높을수록 자아탄력성이 높은 것을 의미하며 도구개발 당시 Cronbach α =.76이었고, 본 연구의 신뢰도 검증에서 Cronbach α =.80이었다.

2.4 분석 방법

수집된 자료는 대상자의 일반적 특성과 심리적 안정

감, 신체적자기개념, 자아탄력성의 특성에 대하여 서술적 통계분석을 실시하였고, 대상자의 일반적 특성에 따른 심리적 안정감, 신체적자기개념, 자아탄력성의 차이는 t-test와 ANOVA로 분석하고 사후분석은 Scheffe test를 시행하였다. 심리적 안정감, 신체적자기개념, 자아탄력성의 상관관계는 Pearson's correlation coefficients로, 자아탄력성의 영향요인은 단계적(Stepwise) 다중회귀분석을 시행하였다.

3. 결과

3.1 대상자의 일반적 특성

대상자의 남녀 비율은 남학생이 33명(19.9%)이었고, 여학생이 133명(80.1%)이었다. 대상자의 평균 연령은

Table 1. Differences in Psychological Safety, Physical Self-Concept, and Ego-Resilience by General Characteristics of Participants (N=166)

	N(%)	Psychological Safety		Physical Self-Concept		Ego-Resilience		
		M \pm SD	F or t(p)	M \pm SD	F or t(p)	M \pm SD	F or t(p)	
Gender	male	33(19.9)	3.45 \pm 0.46	0.19(.662)	3.11 \pm 0.58	0.13(.721)	2.87 \pm 0.43	0.14(.706)
	female	133(80.1)	3.49 \pm 0.52		3.08 \pm 0.48		2.84 \pm 0.39	
Ages 25.1 \pm 5.76	\leq 20	21(12.7)	3.48 \pm 0.59	0.01(.999)	3.10 \pm 0.37	3.22(.024)	2.82 \pm 0.49	0.58(.626)
	21-25	96(57.8)	3.48 \pm 0.54		3.17 \pm 0.51		2.87 \pm 0.41	
	26-30	27(16.3)	3.49 \pm 0.42		2.98 \pm 0.45		2.86 \pm 0.30	
	\geq 31	22(13.3)	3.50 \pm 0.43		2.84 \pm 0.54		2.75 \pm 0.34	
Grade	1st	40(24.1)	3.56 \pm 0.56	1.65(.181)	3.04 \pm 0.51	2.77(.043)	2.89 \pm 0.44	0.38(.766)
	2nd	40(24.1)	3.55 \pm 0.54		3.20 \pm 0.48		2.84 \pm 0.43	
	3rd	43(25.9)	3.49 \pm 0.52		3.18 \pm 0.47		2.87 \pm 0.38	
	4th	43(25.9)	3.34 \pm 0.41		2.93 \pm 0.50		2.80 \pm 0.34	
Religion	Christian	41(24.7)	3.36 \pm 0.48	1.31(.273)	3.10 \pm 0.55	0.48(.694)	2.79 \pm 0.34	0.68(.564)
	Buddhist	12(7.2)	3.47 \pm 0.50		3.10 \pm 0.42		2.96 \pm 0.44	
	Catholic	18(10.8)	3.44 \pm 0.47		2.95 \pm 0.48		2.82 \pm 0.40	
	None	95(57.2)	3.54 \pm 0.53		3.10 \pm 0.49		2.86 \pm 0.41	
Living	with family	112(67.5)	3.54 \pm 0.52	2.56(.081)	3.13 \pm 0.53	1.48(.231)	2.86 \pm 0.40	1.91(.152)
	dormitory	11(6.6)	3.40 \pm 0.52		3.04 \pm 0.40		3.03 \pm 0.43	
	alone	43(25.9)	3.34 \pm 0.47		2.98 \pm 0.42		2.78 \pm 0.37	
Number of Siblings	alone	14(8.4)	3.46 \pm 0.45	1.22(.305)	3.03 \pm 0.46	1.22(.306)	2.74 \pm 0.41	0.86(.488)
	1	82(49.4)	3.52 \pm 0.52		3.07 \pm 0.47		2.84 \pm 0.37	
	2	47(28.3)	3.43 \pm 0.49		3.11 \pm 0.51		2.86 \pm 0.43	
	3	17(10.2)	3.33 \pm 0.46		2.99 \pm 0.43		2.85 \pm 0.28	
	\geq 4	6(3.6)	3.80 \pm 0.77		3.49 \pm 0.91		3.10 \pm 0.61	
Circle Activity	register, and active	23(13.9)	3.68 \pm 0.61	2.30(.103)	3.27 \pm 0.45	2.32(.102)	2.90 \pm 0.36	0.20(.817)
	register, not active	21(12.7)	3.37 \pm 0.54		3.16 \pm 0.42		2.85 \pm 0.41	
	No register	122(73.5)	3.46 \pm 0.48		3.04 \pm 0.51		2.84 \pm 0.40	
Economic Status	high	14(8.4)	3.65 \pm 0.43	0.88(.418)	3.14 \pm 0.47	0.52(.595)	2.93 \pm 0.39	2.32(.102)
	middle	130(78.3)	3.47 \pm 0.52		3.09 \pm 0.49		2.87 \pm 0.39	
	low	22(13.3)	3.45 \pm 0.54		2.99 \pm 0.59		2.69 \pm 0.41	
G.P.A	< 3	18(10.8)	3.26 \pm 0.34	3.05(.03) a<d	3.05 \pm 0.33	0.46(.709)	2.77 \pm 0.30	0.42(.736)
	3.0-3.5	81(48.8)	3.47 \pm 0.49		3.05 \pm 0.51		2.87 \pm 0.39	
	3.6-4.0	49(29.5)	3.48 \pm 0.59		3.14 \pm 0.56		2.87 \pm 0.44	
	\geq 4.1	18(10.8)	3.76 \pm 0.43		3.13 \pm 0.40		2.79 \pm 0.38	

G.P.A: Grade Point Average

25.1±5.76세였고 21-25세가 가장 많은 96명(57.8%)이었다. 학년별 분포를 보면 1학년이 40명(24.1%), 2학년 40명(24.1%), 3학년 43명(25.9%), 4학년 43명(25.9%)으로 참여했다. 종교는 무교가 95명(57.2%)으로 가장 많았고, 주거는 가족과 함께 거주하는 학생이 112명(67.5%)로 가장 많았다. 형제는 1명의 형제를 가진 대상자가 82명(49.4%)로 가장 많았다. 동아리 활동은 등록하고 활발히 활동하는 대상자가 23명(13.9%)이었고 등록은 했으나 활동하지 않는 대상자는 21명(12.7%), 등록하지 않은 대상자가 122명(73.5%)로 가장 많았다. 가정의 경제수준을 묻는 질문에 중간이라고 응답한 대상자가 130명(78.3%)으로 가장 많았다. 대상자들의 학점은 3.0-3.5사이가 81명(48.4%)으로 가장 많았고 3.6-4.0 사이가 49명(29.5%)이었다. Table 1

3.2 대상자의 심리적 안정감, 신체적자기개념, 자아탄력성의 정도

간호대학생의 심리적 안정감의 정도는 5점 만점에 3.48±0.51점이었고, 신체적자기개념의 경우 5점 만점에 3.08±0.49점으로 나타났다. 자아탄력성의 정도는 4점 만점에 2.84±0.39점으로 나타났다. Table 2

Table 2. Level of Psychological Safety, Physical Self-Concept, and Ego-Resilience (n=166)

Variables	M±SD	Ranges
Psychological Safety	3.48±0.51	1-5
Physical Self-Concept	3.08±0.49	1-5
Ego-Resilience	2.84±0.39	1-4

3.3 대상자의 심리적 안정감, 신체적자기개념, 자아탄력성의 차이

간호대학생의 일반적 특성에 따른 심리적 안정감은 학점에 따라 통계적으로 유의한 차이를 보여주었는데 (F=3.05, p=.03) 그 정도가 유의미하게 높았다. 신체적 자기개념은 나이(F=3.22, p=.024)와 학년(F=2.77, p=.043)에 따라 유의한 차이가 나타났다.

3.4 대상자의 심리적 안정감, 신체적자기개념, 자아탄력성의 관계

대상자의 심리적 안정감과 신체적자기개념 모두 자아탄력성과 유의한 양의 상관관계를 보여주었다(r=.480, p<.001, r=.426, p<.001). Table 3

Table 3. Correlational Relationships among the Variables (n=166)

	Psychological Safety	Physical Self-Concept	Ego-Resilience
	r(p)	r(p)	r(p)
Psychological Safety	1		
Physical Self-Concept	.542 (<.001)	1	
Ego-Resilience	.480 (<.001)	.426 (<.001)	1

3.5 자아탄력성에 영향을 미치는 요인

간호대학생의 자아탄력성에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위하여 다중회기분석(Multiple Regression)을 시행하였다. 변수는 입력(Enter method)을 사용하였고, 회귀 모형은 일반적 사항에서 자아탄력성과 유의했던 항목은 없었고, 자아탄력성에 유의한 상관관계가 있는 변수 심리적 안정감과 신체적자기개념으로 구축하였다. 독립변수에 대한 회귀분석의 가정에서 Darbin-Watson통계량은 2.078로 자기상관의 문제는 없었다. 공차한계(Tolerance)는 0.706이었으며, 분산팽창인자(Variance Inflation Factor[VIF]) 값은 1.146으로 다중공선성에 문제가 없는 것으로 나타났다. 회귀모형을 분석한 결과 간호대학생의 심리적 안정감과 신체적자기개념이 자아탄력성에 대한 설명력은 26%였으며, 회귀모형의 유의성이 확인되었다(F=30.029, p<.001). 간호대학생의 자아탄력성에 영향을 미치는 요인으로는 심리적 안정감(β=0.271, p<.001), 그리고 신체적자기개념(β=0.186, p=.004)임을 확인하였다. Table 4

Table 4. Multiple Regression on Ego-Resilience (n=166)

Variables	B	SE	β	t	p	R ²	Adj. R ²	F(p)
(Constant)	1.331	.198		6.734	<.001			
Psychological Safety	.271	.061	.352	4.417	<.001	.269	.260	30.029 (<.000)
Ego-Resilience	.186	.063	.236	2.959	.004			

4. 논의

본 연구는 간호대학생의 심리적 안정감, 신체적자기개념, 자아탄력성의 관계를 확인하고 자아탄력성에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 실시되었다. 본 연구에서 간호대학생의 심리적 안정감의 정도는 5점 만점 기준에 평균 3.48로 나타나 중간보다 높게 나타났고, 심리적 안정감은 간호대학생의 성별, 나이, 학년, 종교, 주거의 형태, 형제 수, 동아리 활동 여부, 경제 상태에 아무런 차이를 보여주지 않았다. 그러나 심리적 안정감은 간호대학생의 학점에 차이를 보여주었는데, 성적이 높은 학생이 낮은 학생보다 심리적 안정감이 높은 것으로 나타났다. 학점이 대학생에게 미치는 영향에 관한 최신의 연구가 없어 구체적인 비교는 어려우나, 대상자가 대학생인 점을 고려한다면 학점은 학생에게 중요한 요소이고, 본 연구의 결과 높은 학점이 높은 심리적 안정감을 불러오므로 지속적인 학점관리를 강조할 필요가 있다. 이러한 심리적 안정감을 간호사나 간호학생을 대상으로 수행된 연구가 없어 비교할 수 없지만, 본 연구에서 간호대학생의 심리적 안정감은 신체적자기개념, 자아탄력성과 상관을 보여주었다.

본 연구에서 간호대학생의 신체적자기개념의 정도는 5점 만점 기준에 평균 3.08로 나타나 중간 정도의 점수를 보여주었고, 간호대학생의 성별, 종교, 주거의 형태, 형제 수, 동아리 활동 여부, 경제 상태, 학점에 아무런 차이를 보여주지 않았지만, 나이, 학년에서 차이가 나타났는데 나이가 어리고, 저학년의 학생들이 신체적으로 더 건강하다고 느끼는 체력적인 부분을 반영한 것으로 보인다. 본 연구의 결과, 신체적자기개념은 자아탄력성과 상관이 있으며 자아탄력성에 영향을 주는 요인으로 밝혀졌는데, 체육과 무용 전공 대학생을 대상으로 수행된 선행 연구에서 신체적자기개념은 자아탄력성에 영향을 주는 요인으로 밝혀졌고[26][27], 신체적 활동을 하는 청소년들을 대상으로 수행된 연구에서 역시 신체적자기개념이 자아탄력성에 영향을 주는 요인이라고 하여[28][29] 본 연구의 결과와 일치하는 결과를 보여주고 있다. 본 연구의 결과 신체적자기개념은 심리적 안정감과 상관이 있으며, 자아탄력성을 높여 줄 수 있는 요인으로 밝혀져, 신체적자기개념은 간호대학생에게 높여주어야 할 중요한 요소로 사료된다. 그러므로 코로나시대로 인해 외부활동이 제한되고 있는 현시점에서 신체적자기개념을 높이기 위해 지속적인 정보제공과 개인 또는 소규모의 그룹 신체활동을 할 수 있는 프로그램의 제공이나 시설을 제공

하여 신체적자기개념을 높여주어야 할 것이다.

본 연구에서 간호대학생의 자아탄력성의 정도는 4점 만점 기준에 평균 2.84로 나타났다. 동일한 도구를 사용한 연구를 살펴보면, 간호사들의 자아탄력성은 2.6[7], 간호대학생의 자아탄력성은 2.98[10]로 나타났다. 자아탄력성은 간호대학생의 심리적 안정감과 신체적자기개념과 상관이 있었고, 두 변수 모두 자아탄력성에 영향을 주는 요인으로 나타났으며 그 설명력은 26%로 확인되었다. 자아탄력성은 성별, 나이, 학년, 종교, 주거의 형태, 형제 수, 동아리 활동 여부, 경제 상태, 학점에 아무런 차이를 보여주지 않았다. 본 연구결과 이러한 자아탄력성에 영향을 주는 요인으로 심리적 안정감과 신체적자기개념 모두 영향을 주는 요인으로 밝혀서 간호대학생의 자아탄력성을 키우기 위해 학생들의 심리적 안정감을 키울 수 있는 여러 가지 방안을 고려하여야 한다. 학생들에게 학생으로서의 학점관리의 중요성을 설명하고 학점관리 프로그램의 필요성이 대두된다. 또한 신체적자기개념을 위해 학업만을 강조하는 것이 아닌 건강한 신체를 만들 수 있도록 학과나 학교차원의 지원이 있어야 할 것이다. 미래의 간호사가 될 간호대학생들에게 신체적자기개념을 높여주는 것은 자아탄력성을 높일 수 있는 하나의 방안이라 사료된다.

5. 결론

본 연구는 간호대학생을 대상으로 심리적 안정감, 신체적자기개념, 자아탄력성에 미치는 영향을 알아보기 위하여 시도되었다. 본 연구는 간호대학생의 자아탄력성을 높이는 요소를 확인하고 그 방안을 제시하여 간호대학생의 자아탄력성을 높이기 위한 기초자료로 사용될 수 있다는 점에서 그 의미가 있다. 연구결과 자아탄력성을 높이기 위하여 심리적 안정감과 신체적자기개념을 높여줄 필요가 있으며, 이를 통해 간호대학생의 학교생활뿐만 아니라 미래에 간호사가 되어서도 자아탄력성르 계속적으로 높일 수 있으므로 이는 간호대학생에게 중요한 일이라 사료된다. 본 연구에도 제한점은 있다. 본 연구는 일개 대학의 간호대학생만을 대상으로 수행되어 일반화하기에 무리가 있으므로 다른 지역의 간호학생에게 적용할 필요가 있으며, 본 연구의 일반적 상황에서 자아탄력성에 영향을 주는 요인이 없었으므로 다른 일반적 사항을 추가할 것을 제안한다.

REFERENCES

- [1] Korean Nursing Association, 2020.
- [2] A survey on the current status of hospital nursing staff placement. Seoul: Hospital Nursing Society; 2020.
- [3] Block, J., & Kremen, A. M.(1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 349-361.
- [4] J. S. Jung., M. J. Jeong., & I. Y. Yoo.(2014). Relations between Satisfaction in Major, Career Decision-making Self-efficacy and Career Identity of Nursing Students, *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education* 20(1), 27-36. DOI : 10.5977/jkasne.2014.20.1.27
- [5] E. Y. Lee & H. S. Kang (2020). The Influence of Emotional Labor and Resilience on Burn Out in Clinical Nurse, *Journal of Human Resource Management Research*, 27(3), 1-11. DOI : 10.14396/jhrmr.2020.27.3.1
- [6] J. N. Jeon & S. H. Lee (2021). Effect of Self-efficacy, Resilience, and Nursing Work Environment on Intent to Stay among Newly Graduated Nurses in General Hospitals, *The Journal of Korean Nursing Administration Academic Society*, 27(4), 291-300. DOI : <https://doi.org/10.11111/jkana.2021.27.4.291>
- [7] Y. K. Yang (2015). Effects of Ego-resilience and Work Environment on Job Satisfaction in Psychiatric Nurses. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing* , 24(4), 226-235. URL: <http://dx.doi.org/10.12934/jkpmhn.2015.24.4.226>
- [8] S. H. Kim & H. O. Park (2020). Effects of ego-resilience, nursing professionalism and empathy on clinical competency of general hospital nurses, *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 26(2), 101-110. DOI : <http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2020.26.2.101>
- [9] G. S. Kim & Y. J. Yoon (2021). The Influence of Academic Self-Efficacy, Self-Resilience, and Department Satisfaction on Subjective Happiness of Nursing Students, *Journal of Convergence for Information Technology*, 11(1), 244-253. DOI : 10.22156/CS4SMB.2021.11.01.244
- [10] E. M. Lee, Y. J. Oh, E. S. Lee & M. S. Park (2021). The Effect of Ego-resilience, Social support, Self-leadership on Nursing student's College life adjustment. *Journal of The Korean Data Analysis Society*, 23(2), 787-797. DOI : 10.37727/jkdas.2021.23.2.787
- [11] K. H. Lee (2021). Convergence between Ego-Resilience, Major Satisfaction and Clinical Competency of Nursing Students, *Journal of the Korea Convergence Society*, 10(3), 297-306. DOI : 10.15207/JKCS.2019.10.3.297
- [12] A. C. Edmondson (1999), Psychological Safety and Learning Behavior in Work Teams, *Administrative Science Quarterly*, 44(2), 350-383.
- [13] H. J. Bang. (2014). The Relationship among Psychological Safety Climate, Team Performance, and Commitment to Team : Mediating Role of Team Reflexivity, *Korea Journal of Business Administration*, 27(8), 1269-1284. URL: <http://koreamanagement.org>
- [14] S. H. Choi & J. M Lee (2020). The Effect of Psychological Safety on Innovation Behavior: Focus on Mediating Effect of Job Crafting, *Asia-Pacific Journal of Business*, 11(3), 79-94. DOI: <https://doi.org/10.32599/apjb.11.3.202009.79>.
- [15] H. W. Marsh (1998). Age and gender effects in physical self-concepts for adolescent elite athletes and nonathletic: A multicohort-multioccasion design, *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 20(-), 237-259.
- [16] S. H. Kim, J. S. Kim & J. H. Chu (2014). The Effect of Physical Self Concept, Perceived Freedom and Psychological Wellbeing in Snowboard Community Members, *Journal of Sport and Leisure Studies*, 55(1), 443-453. DOI : 10.51979/KSSLS.2014.02.55.443
- [17] Y. W. Kim & S. H. Oh (2017). Meta-analysis of the relationship between exercise participants' physical self-concept and happiness, *The Korean Journal of Physical Education*, 56(3), 179-191. URL: <http://www.kahperd.or.kr>
- [18] K. S. Kim (2017). Effect of Physical Self-Conception on Psychological Happiness in Nursing College Students, *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, 7(11), 495-505. DOI : 10.35873/ajmahs.2017.7.11.048
- [19] J. Y. Kang & M. Kim (2014). The Influence of Physical Self-Concept on the Positive Illusions and Subjective Happiness of University Students, *The Korean Journal of Physical Education*, 53(5), 353-364. UCI: I410-ECN-0102-2021-600-000160654
- [20] G. C. Lee (2019). The Relationship of Participant Motivation, Physical Self-concept, University Life Satisfaction of the Leisure Sport on the University Students, *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 20(12), 357-366. URL <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE09284425>
- [21] C. D. Ryff (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being, *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(-), 1069-1081.
- [22] M. S. Kim., H. W. Kim & K. H. Cha. (2001). Analyses on the Construct of Psychological Well - Being (PWB) of Korean Male and Female Adults, *The Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 15(2), 19-39. URL: <http://www.koreanpsychology.or.kr>
- [23] H. W. Marsh, G. Richards, S. Johnson, L. Roche, & P.

- Tremayne (1994). Physical Self-Description Questionnaire: Psychometric properties and a multitrait-multimethod analysis of relations to existing instruments, *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 16(-), 270-305
- [24] B. J. Kim (2001). Development and Validation of the Korean Version of the Physical Self - Description Questionnaire (PSDQ), *Korean Society of Sport Psychology*, 12(2), 69-90. URL: <http://www.kssp.or.kr>
- [25] S. K. Yoo & H. W. Shim. (2002). Psychological Protective Factors in Resilient Adolescents in Korea, *The Korea Journal of Educational Psychology*, 16(4), 189-206. URL: <http://www.kepa.re.kr/>
- [26] M. Jeong (2017). The Mediated Effects of Ego Resilience between Physical Self-Concept and Interpersonal Competence for Sport-majored College Students, *The Korean Journal of Growth and Development*, 25(4), 459-466. URL <http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE07272969>
- [27] Y. L. Kwon & S. J. Cha (2016). The Relationship between the Physical Self-Concept of the Students Majoring in Dance and the Self-Resilience and Dance Ability Achievement, *Journal of Korean Dance*, 34(1), 1-32. DOI : 10.15726/jkd.2016.34.1.001
- [28] H. C. Yoon, H. W. Kang & J. H. Lee (2015). The Moderating Effect of Adolescents' Physical Activity in the Relationship between their Physical Self-Efficacy and Ego-resilience. *Korean journal of physical education*, 54(1), 163-171. URL: <http://www.kahperd.or.kr>
- [29] G. W. Lee & M. A. Won(2013). The Influence of Physical Self-Concept, Ego-Resilience and School Happiness of School Sports Club Activity Participation Middle School Student, *Journal of Korean Society for the Study of Physical Education*, 18(1), 147-161. URL: <http://www.ksspe.or.kr>

조 영 미(Young-Mi Cho)

경력



- 2002년 2월 : 경희대학교 간호학과(간호학사)
- 2014년 12월 : California State University, Long Beach(간호학석사)
- 2019년 8월 : 경희대학교 간호학과(간호학박사)
- 2021년 3월 ~ 현재 : 선문대학교 간호학과 조교수

- 관심분야 : 간호교육, 한방간호, 건강정보이해능력
- E-Mail : choyoung23@sunmoon.ac.kr