

간호대학 여자 신입생의 행복에 영향을 미치는 요인

김경희¹ · 김계하²

서울여자간호대학 부교수¹, 조선대학교 간호학과 조교수²

Factors related to Happiness in First year Women Nursing Students

Kim, Gyung Hee¹ · Kim, Kye Ha²

¹Associate Professor, Seoul Women's College of Nursing, Seoul

²Assistant Professor, Department of Nursing, Chosun University, Gwangju, Korea

Purpose: The purpose of this study was to investigate factors related to happiness in first year women nursing students. **Methods:** The sample consisted of 209 first year women nursing students in three colleges located in S and C cities. Data were collected during October and November 2011. The major variables for this study were depression, self-esteem, optimism, interpersonal relation, and happiness. Data were analyzed using descriptive analysis, independent t-test, one-way ANOVA, correlation coefficient, and multiple stepwise regression with SPSS/WIN 17.0. **Results:** There were significant differences in student happiness according to economic status, satisfaction with major, satisfaction with the present college, and health status. Happiness was significantly correlated with depression, self-esteem, optimism, and interpersonal relations. Self-esteem, optimism, interpersonal relations, and satisfaction with major were significant predictors of happiness for first year women nursing students and these four factors accounted for 71% of the variance in happiness. **Conclusion:** Self-esteem, optimism, interpersonal relations, and satisfaction with major should be considered when addressing ways to increase happiness in first year women nursing students.

Key Words: Happiness, Depression, Self-concept, Optimism, Interpersonal relations

서론

1. 연구의 필요성

최근 행복에 대한 관심이 부쩍 증가하였다. 행복은 '주관적 안녕감' 또는 '삶의 질'이라는 용어 등과 함께 혼용되어 오면서 우리 사회에서 매우 중요한 개념이 되고 있는데 외국에서는 오래 전부터 행복과 안녕감(well-being)에 대한 개념을 발전시켜 왔고, 긍정심리학이나 행복경제학 등의 영향으로 많은 연구가 진행되어졌다(Seligman, 2009). 우리나라도 최근 들어 개인의 행복에 영향을 미치는 심리적 요인에 대한 연구가

활발하게 진행되고 있으나 아직까지 한국인이 지각하는 행복 정도는 매우 낮은 것으로 보고되고 있는데 최근 한국의 '삶의 질'이 경제협력개발기구(OECD)와 주요 20개국(G20) 회원국 39개국 가운데 27위인 하위권으로 조사되었다(Bae, 2011). 이를 통해 지난 20년 동안 우리나라가 1인당 국민소득이 급격히 증가했는데도 삶의 질에 대한 만족도는 정체하고 있음을 알 수 있다.

행복은 연령과 성별에 따라 다르고 계층에 따라서도 다를 것이다. 그 중에서도 우리나라 대학생들은 입시위주의 교육과 개인의 개성과 창의성이 무시된 주입식 학교교육을 받고 성장했으며 대학 입학 후에야 비로소 자신의 정체감과 진로 등으

주요어: 우울, 자아존중감, 낙관성, 대인관계, 행복

Corresponding author: Kim, Kye Ha

Department of Nursing, Chosun University, 375 Seosuk-dong, Dong-gu, Gwangju 501-759, Korea.
Tel: +82-62-230-6326, Fax: +82-62-230-6329, E-mail: kyehakim@hanmail.net

투고일 2012년 2월 27일 / 수정일 2012년 4월 17일 / 게재확정일 2012년 6월 25일

로 고민하기 시작하면서 심한 스트레스와 정서적 불안을 경험한다(Kim, 2006). 이에 Kim (2006)은 청년실업의 증가로 인해 취업에 대한 걱정으로 심리적 안정감이 위협받고 있음에 주목하면서 우리나라 대학생들의 심리적 안정감을 향상시키기 위한 연구가 시급히 이루어져야 한다고 주장하였다. 대학생들 간에도 연령이나 학년에 따른 행복의 차이가 있을 것으로 사료되는데 Lyubomirsky, Sheldon와 Schkade (2005)는 성별, 나이, 종교, 학점, 건강, 운동과 같은 삶의 상황변인이 행복에 유의하게 영향을 미친다고 보고하였다. 특히 대학신입생은 청소년기와 성인기의 중간단계에 있으면서 연령으로 보면 19세 미만인 학생이 상당수 존재하는데 고등학교 졸업과 동시에 대학에 입학하여 급작스러운 심리적 환경적 변화를 겪게 됨으로써 학업문제, 대인관계문제, 진로문제 등 다양한 갈등을 경험하고 이를 해결하도록 요구받기 때문에 좀 더 어려움을 겪는 것으로 사료된다(Kim & Lim, 2012). 부모님이나 담임교사와 같은 조력자의 울타리에서 벗어나 학업과 관련된 모든 활동을 스스로 계획하고 해결해야 하므로 1학년 시기가 대학생 생활에서의 성공적 적응을 위한 전환기이자 적응기라 할 수 있다. 따라서 대학에 갓 들어와 대학생활에 적응하는 과정에서 심리적 문제가 쉽게 야기될 수 있는 신입생의 심리상태에 대해 먼저 관심을 가져야 할 것으로 사료된다. 특히 인간을 돌보고, 인간의 행복에 큰 관심을 가져야 하는 간호대학생들의 경우 미래의 신체적, 정신적 건강전문가로서 신입생때부터 자신의 삶에 대해 긍정적인 사고를 가진다면 대상자를 돌보는데 크게 도움이 될 것이다. Jo (2011)는 간호대학생들이 행복한 삶을 진지하게 사유하고 행복에 대한 가치를 창조하는 인성적 자질을 갖추는 것이 매우 중요하다고 보고하면서 간호대학 학생들의 행복에 대한 연구의 필요성을 강조하였다. 이처럼 간호대학 학생들의 행복증진 프로그램을 개발하기 위해서는 이에 대한 충분한 조사가 계속적으로 이루어져야 한다고 사료된다.

행복감은 개인이 주관적으로 경험하는 것이기 때문에 기존의 요인들만으로 행복을 설명하기에는 한계가 있다고 볼 수 있으며 행복은 절대적인 기준이 없으므로 행복에 이르는 경로도 매우 다양할 것이다. 선행연구들을 살펴보면, 우울과 같은 정신건강이 주관적 행복감과 유의한 부적 상관이 있는 것으로 나타났으며(Gao, 2009), 부산 지역 성인을 대상으로 한 Choi (2011)의 연구결과, 우울이 행복감에 미치는 영향이 큰 것으로 나타나 정신건강 중에서도 우울은 행복과 관련이 있는 것으로 사료된다. 또 태국에서 실시된 다른 선행연구(Nanthamongkolchai, Tuntichaivanit, Munsawaengsub, & Charupoonphol, 2009)에서는 행복에 영향을 미치는 요인이 자아존중감

으로 나타남에 따라 자아에 대한 존중감이 높으면 행복을 증대시킬 수 있을 것으로 사료된다. 이 외에도 행복에 영향을 주는 또 다른 심리적 변인으로는 성격이 있을 수 있는데 과거 선행연구(Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999)에서 행복과 삶의 만족에 영향을 미치는 요인들로 낙관성, 자존감, 외향성 통제감, 긍정적 인간관계, 인생의 목적의식 등이 포함되었다고 보고하였다. 그 동안의 행복 관련 연구나 저술들을 참고해 보면 행복은 개인의 심리, 사회적 욕구충족 문제이며 화목한 가정과도 관련이 있었다. 또한 행복의 중요한 요소로 우정 및 끈끈한 인간관계를 제시하였는데 성격적 특성도 행복에 많은 영향을 미치는 것으로 보고되었다(Cloninger & Zohar, 2011). 이에 본 연구에서는 간호대학 여자 신입생을 대상으로 우울, 자아존중감과 같은 정신건강과 낙관적인 성격을 보는 낙관성, 그리고 대인관계가 행복에 영향을 미치는 요인인지 살펴봄으로써 대상자들의 행복감을 높일 수 있는 기초자료 마련에 도움이 되고자 한다.

2. 연구목적

본 연구는 간호대학 여자 신입생의 우울, 자아존중감, 낙관성, 대인관계, 행복 정도를 알아보고, 행복에 영향을 미치는 요인을 살펴보고자 한다.

- 대상자의 일반적 특성을 알아본다.
- 대상자의 우울, 자아존중감, 낙관성, 대인관계, 행복 정도를 알아본다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 행복 정도를 알아본다.
- 대상자의 우울, 자아존중감, 낙관성, 대인관계, 행복 간의 상관관계를 알아본다.
- 대상자의 행복에 영향을 미치는 요인을 알아본다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구는 간호대학 여자 신입생의 행복에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구대상

본 연구의 대상자는 S시와 G시 소재의 3개 대학에 재학 중인 간호대학 여자 신입생들로 현재 정신과적 질환을 가지고

있지 않은 20대 초반의 미혼여성을 대상으로 선정하였다. 대상자들은 언어적 의사소통이 가능하며, 질문지의 내용을 이해할 수 있고, 본 연구참여에 자발적으로 동의한 자에 한해 제한하였다. 연구 표본의 크기는 일원 분산분석의 표본 수 결정을 위한 G*Power 3.1.2 분석에서 $\alpha = .05$, power = .80, 중간 효과 크기 .25, 집단 수 5를 기준으로 했을 때 최소 표본 수가 200명인 것을 근거로 본 연구의 표본수를 산출하였으며 결측치가 있을 경우를 감안하여 대상자 220명에게 자료수집을 하였는데 불성실한 응답을 한 11명을 제외한 209명이 최종 자료분석에 사용되었다.

3. 연구도구

1) 우울

본 연구에서는 우울을 측정하기 위해 Beck (1978)이 개발하고 Lee와 Song (1991)에 의해 타당화 연구가 이루어진 Beck Depression Inventory (BDI) 도구를 사용하였다. 이 도구는 우울증의 정서적, 인지적, 동기적, 생리적 증상 영역을 포함하는 21개 문항으로 구성되어 있으며, 각 문항마다 0점부터 3점까지 점수가 주어진다. 점수의 범위는 0~63점인데 측정점수가 0에서 9점까지는 '우울증이 전혀 없거나 매우 경미한 상태'이고, 10에서 18점까지는 '가볍거나 보통 정도의 우울 상태', 19~29점까지는 '보통 정도에서 심한 우울 상태', 30~63점까지는 '매우 심한 우울 상태'를 의미한다. 점수가 높을수록 우울 정도가 심한 것을 의미하며, 일반인을 대상으로 한 Lee와 Song (1991)의 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .78$ 이었고, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .89$ 로 나타났다.

2) 자아존중감

본 연구에서는 자아존중감을 측정하기 위해 Rosenberg (1965)가 개발하고 Jeon (1974)이 번역한 4점 척도의 Rosenberg's self-esteem 도구를 사용하였다. 이 도구는 자기수용 측면을 측정하는 긍정적 자아존중감 5문항과 부정적 자아존중감 5문항 등 총 10문항으로 구성되어 있다. 점수의 범위는 10~40점인데 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다. Rosenberg (1965)의 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .92$ 였으며, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .85$ 였다.

3) 낙관성

낙관성을 측정하기 위해 Chang, Maydeu-Olivares와 D'Zurilla (1997)가 개발하고 Song (2006)이 번안한 삶의 지

향성 검사-확대형(Extended Life Orientation Test, E-LOT)을 사용하였다. 이 척도는 낙관성-비관성 양차원을 측정할 수 있으며, 총 20문항의 5점 Likert식 척도로 구성되어 있는데, 낙관성, 비관성, 낙관성과 비관성에 포함되지 않는 기타의 하부 영역 중 낙관성 부분만 사용하였다. 점수의 범위는 20~100점인데 점수가 높을수록 낙관적인 것을 의미한다. Song (2006)의 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .90$ 이었으며, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .84$ 였다.

4) 대인관계

대인관계를 측정하기 위해 본 연구에서는 Schlein과 Guerney (1971)가 개발하고 Moon (1980)이 번안한 Relationship Change Scale을 사용하였다. 이 척도는 만족도, 의사소통, 신뢰성, 친근성, 개방성, 이해성, 민감성 등 7가지 하위영역의 총 25개 문항으로 구성되어 있다. 각 문항의 점수는 '매우 불만족' 1점에서 '매우 만족' 5점까지의 5점 척도로 구성되어 있으며 점수의 범위는 25~125점이다. 점수가 높을수록 대인관계가 좋은 것을 의미한다. Schlein과 Guerney (1971)의 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .93$ 이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's $\alpha = .86$ 이었다.

5) 행복

대상자의 행복 정도를 측정하기 위해 정적 정서, 삶의 만족도, 부정적 느낌의 부재를 측정하는 도구로 Hills와 Argyle (2002)가 개발하고 Choi와 Lee (2004)가 번역한 The Oxford Happiness Questionnaire (QH)를 사용하였다. 이 척도는 총 28문항으로 각 문항의 점수는 '매우 동의하지 않음' 1점부터 '매우 동의함' 6점까지의 6점 Likert 척도로 구성되어 있다. 점수의 범위는 28~168점이다. 점수가 높을수록 행복한 것을 의미한다. Choi와 Lee (2004)의 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .91$ 이었고, 본 연구에서의 Cronbach's $\alpha = .91$ 이었다.

4. 자료수집

본 연구의 자료수집기간은 2011년 10월 25일부터 11월 18일까지로 S시 및 G시에 위치한 3개 대학에서 현재 간호학과 1학년에 재학 중인 여자 신입생을 대상으로 하였다. 본 연구에 앞서 연구자들은 C대학의 생명윤리심의위원회(IRB-11-010)에 연구계획서를 제출하고 연구에 대한 심의를 거쳐 최종 연구허가를 받았다. 본 연구자들이 해당 대학을 방문하여 대상자들에게 본 연구의 목적과 절차에 대해 설명하였으며, 대상

자의 개인적 정보는 코드화하여 컴퓨터 입력될 것이고 설문 결과는 연구 이외의 목적으로 절대 이용되지 않을 것이며 익명으로 코드화한 자료와 설문결과는 연구종료와 함께 폐기할 것임을 정확히 제시하였다. 모든 설명을 들은 후에 본 연구에 참여하기를 동의한 대상자들에 한하여 연구참여동의서에 서명을 하도록 한 후 자기기입식의 설문지를 배부하고 작성하도록 하였다.

5. 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 17.0 프로그램을 이용하여 분석하였다.

- 대상자의 일반적 특성과 우울, 자아존중감, 낙관성, 대인관계, 행복 정도를 알아보기 위해 기술통계를 사용하였다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 행복 정도를 알아보기 위해 t-test와 one-way ANOVA를 실시하였고, 사후 검증은 Scheffé test로 확인하였다.
- 대상자의 우울, 자아존중감, 낙관성, 대인관계, 행복 간의 관계를 알아보기 위해 Pearson's correlation coefficient를 구하였다.
- 행복에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 stepwise multiple regression을 실시하였다.

연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

본 연구대상자의 평균 연령은 20.4세로 20세가 72.7%로 가장 많은 비율을 차지하였다. 종교를 가지지 않은 경우가 46.4%로 가장 많았고, 한 달 용돈은 20만원 이상에서 30만원 미만이라고 응답한 경우가 33.0%, 30만 원 이상이 32.1%였다. 대상자가 인지하는 주관적 경제상태는 절반 이상(51.7%)이 '보통'이라고 응답하였으며, 학교성적 역시 중위권이라고 보고한 경우가 77.5%로 가장 많았다. 현재 자신이 다니고 있는 학과의 전공에 대해서는 '적성에 맞다'고 응답한 경우가 56.5%로 가장 많았으며, '잘 모르겠다'고 한 경우가 36.8%로 다음을 차지하였다. 현재 다니고 있는 대학에 대해 만족하는지 조사한 결과, '그저 그렇다'는 학생이 57.9%로 절반 이상을 차지하였고, '만족한다'는 경우는 35.9%였다. 대다수(89.5%)의 학생이 자택에서 거주를 하고 있었고, 대개(87.6%) 부모님과 함께 사는 것으로 나타났다. 자신의 건강상태를 건강하다

고 한 경우는 61.2%였으며, 보통 또는 건강하지 못하다고 응답한 경우가 38.8%였다(Table 1).

Table 1. General Characteristics (N=209)

Characteristics	Categories	n (%) or M±SD
Age (year)		20.4±0.67
	20	152 (72.7)
	21	35 (16.7)
	22	22 (10.6)
Religion	Protestant	66 (31.6)
	Catholic	28 (13.4)
	None	97 (46.4)
	Others	18 (8.6)
Pocket money (10,000 won/month)	< 10	12 (5.7)
	≥ 10~ < 20	37 (17.7)
	≥ 20~ < 30	69 (33.0)
	≥ 30	67 (32.1)
	No response	24 (11.5)
Subjective economic status	Good	33 (15.8)
	Average	108 (51.7)
	Bad	68 (32.5)
Grade Point Average	High	6 (2.9)
	Middle	162 (77.5)
	Low	41 (19.6)
Satisfaction with major	Satisfied	118 (56.5)
	Dissatisfied	14 (6.7)
	Moderate	77 (36.8)
Satisfaction with the present college	Satisfied	75 (35.9)
	Moderate	121 (57.9)
	Dissatisfied	13 (6.2)
Living arrangement	Living in a home	187 (89.5)
	Others	22 (10.5)
Marital status of parents	Marriage	183 (87.6)
	Others (divorce or bereavement)	26 (12.4)
Status of health	Good	128 (61.2)
	Bad	81 (38.8)

2. 우울, 자아존중감, 낙관성, 대인관계, 행복 정도

대상자의 우울 정도는 0~63점까지의 범위 중에서 평균 17.0으로 '가볍거나 보통 정도의 우울 상태'에 해당하였다. 자아존중감의 경우는 10~40점까지 가능한 점수 중에서 평균 29.3점(평점 3.04)으로 나타나 중간 점수보다 조금 더 높았다. 낙관성 평균은 79.1점으로 중간보다 높은 수준을 보였으며 대인관계 역시 평균 92.0점으로 중간보다 좀 더 높은 정도를 나타내었다. 또한 행복 평균도 114.3점으로 중간보다 높은 정도인 것으로 나타났다(Table 2).

Table 2. Levels of Variables (N=209)

Variables	M±SD	Min	Max
Depression	17.0±9.18	1	46
Self-esteem	29.3±4.43	17	39
Optimism	79.1±9.73	49	100
Interpersonal relation	92.0±9.99	58	120
Happiness	114.3±17.18	65	158

3. 일반적 특성에 따른 행복

대상자의 일반적 특성에 따른 행복 정도는 경제상태($F=3.24, p=.041$), 전공에 대한 적성($F=6.25, p=.002$), 현재 다니고 있는 대학에 대한 만족($F=4.31, p=.015$), 건강상태($t=$

2.32, $p=.021$)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다.

본 연구에서는 대상자들이 지각하는 주관적인 경제상태에 따라 행복 정도에 유의한 차이가 나타났는데 사후 검증 결과, 경제상태가 ‘충분하다’고 응답한 대상자들의 행복 정도가 ‘부족하다’고 응답한 대상자들의 행복 정도에 비해 통계적으로 유의하게 높았다. 전공에 대한 적성에서도 유의한 차이가 있었는데 사후 검증 결과, 전공이 ‘적성에 맞다’고 응답한 대상자들의 행복 정도가 ‘잘 모르겠다’고 응답한 대상자들에 비해 높은 것으로 나타났다. 현재 재학 중인 대학에 대한 만족 역시 유의한 차이가 있었다. 사후 검증 결과, 현 대학에 ‘만족한다’는 학생들이 ‘그저 그렇다’는 학생들에 비해 행복 정도가 높았다. 대상자들의 건강상태에서는 자신의 건강상태를 건강한 것으로 인식한 대상자들의 행복 정도가 ‘건강하지 못하다’라고 응답한 대상자들보다 행복 정도가 높은 것으로 나타났다 (Table 3).

Table 3. Happiness by General Characteristics (N=209)

Characteristics	Categories	M±SD	t or F	p
Age (year)	20	113.9±17.48	0.29	.749
	21	114.3±15.53		
	22	116.9±18.13		
Religion	Protestant	115.4±17.00	0.41	.745
	Catholic	115.7±18.08		
	None	113.8±17.03		
	Others	110.9±18.14		
Pocket money (10,000 won/month)	< 10	117.3±22.03	0.47	.705
	≥ 10~ < 20	115.5±16.29		
	≥ 20~ < 30	115.9±16.51		
	≥ 30	113.0±16.80		
Subjective economic status [†]	Good ^a	120.1±14.81	3.24	.041 a > c
	Average ^b	114.6±16.14		
	Bad ^c	110.9±19.17		
Grade Point Average	High	115.2±11.07	1.02	.363
	Middle	115.1±16.70		
	Low	110.9±19.56		
Satisfaction with major [†]	Satisfied ^a	117.5±15.59	6.25	.002 a > c
	Dissatisfied ^b	103.4±18.22		
	Moderate ^c	111.4±18.19		
Satisfaction with the present college [†]	Satisfied ^a	118.9±16.14	4.31	.015 a > b
	Moderate ^b	111.6±17.23		
	Dissatisfied ^c	113.2±18.36		
Living arrangement	Living in a home	113.9±17.28	-1.05	.297
	Others	117.9±16.27		
Marital status of parents	Marriage	115.0±17.22	1.47	.142
	Others (divorce or bereavement)	109.7±16.50		
Status of health	Good	116.5±17.02	2.32	.021
	Bad	110.9±16.98		

[†] Scheffé test.

4. 우울, 자아존중감, 낙관성, 대인관계, 행복 간의 관계

본 연구대상자들의 행복 정도는 우울($r=-.52, p<.001$)과 유의미한 부적 상관관계를 보였고, 자아존중감($r=.77, p<.001$), 낙관성($r=.71, p<.001$), 대인관계($r=.61, p<.001$)와는 정적 상관관계를 보이는 것으로 나타났다(Table 4).

5. 행복에 영향을 미치는 요인

본 연구에서는 행복에 미치는 영향을 확인하기 위해 주요변수인 우울, 자아존중감, 낙관성, 대인관계의 4개 변인과 일반적 특성 중에서 행복과 유의한 관련이 있는 것으로 나타난 경제상태, 전공에 대한 적성, 대학에 대한 만족, 건강상태를 경제상태 충분, 경제상태 부족, 적성이 맞음, 적성 잘 모르겠음, 대학에 만족함, 대학에 대한 만족 그저 그렇다, 건강함으로 dummy화한 7개 변인의 총 11개 변인을 독립변수로, 행복을 종속변수로 하여 단계적 회귀분석을 실시하였다. 회귀분석을 실시하기 전에 주요변수들 간의 상관분석을 실시하였는데 독립변수의 상관계수가 모두 .80 미만($r=-.41\sim.77$)으로 나타났으며, Durbin-Watson의 오차의 자기상관 계수는 2.165, VIF 값은 1.453~2.020으로 10보다 작아 다중공선성의 문제는 없어 변수 모두 분석에 이용되었다.

그 결과, 자아존중감($\beta=0.45, p<.001$)과 낙관성($\beta=0.30, p<.001$), 대인관계($\beta=0.22, p<.001$), 그리고 전공에 대한 적성($\beta=0.09, p=.027$)이 유의미한 예측력을 가지는 변인으로 나타났다. 회귀모형은 통계적으로 유의하였으며($F=123.60, p<.001$), 이 변인들은 행복 전체 변량의 약 71%를 설명하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자아존중감이 높을수록, 성격이 낙관적일수록, 대인관계가 원만할수록, 그리고 전공 적성이 맞을수록 대상자의 행복을 증가시킴을 나타내는 것이다(Table 5).

Table 5. Regression Analysis for Happiness (N=209)

Variables	B	β	t	p
Self-esteem	1.74	0.45	8.30	<.001
Optimism	0.52	0.30	5.69	<.001
Interpersonal relation	0.38	0.22	4.76	<.001
Satisfaction with major	2.95	0.09	2.22	.027

$R^2=.71, \text{Adj } R^2=.70, F=123.60, p<.001$

논 의

본 연구에서는 대상자의 일반적 특성 중 경제상태와 전공에 대한 적성, 대학에 대한 만족, 그리고 자신의 건강상태에 따라 행복에 차이가 있는 것으로 나타났다. 경제상태에 따른 행복 정도에 차이를 보인 결과는 간호대학생들을 대상으로 실시한 Jo와 Kim (2010)의 연구에서 경제적 자원을 행복의 기준으로 본 연구결과와 일치하는 것이다. Koo와 Kim (2006)에 따르면 대학생들의 경우 건강보다 사회적 관계 경험이나 경제적 여유가 행복에 더 중요한 요인인 것으로 나타났다고 하였는데 그 이유는 건강한 연령대를 살고 있는 대학생들에게는 건강보다 다른 요인들이 더 중요한 요인으로 부각되기 때문이라 하였다. 그러나 본 연구에서는 경제적 여유뿐만 아니라 건강상태도 행복과 관련이 있는 것으로 나타나 행복에 미치는 건강의 영향에 대해서도 간과해서는 안 될 것으로 사료된다. 물론 단순히 부잣집 자녀라고 해서 더 행복한 것은 아니겠지만 많은 상황에서 경제적 보상을 요구하는 현실을 감안할 때 전반적으로 물질적 행복은 대부분의 사람들에게 행복에 영향을 미치기 용이한 요소인 것으로 보인다.

또한 본 연구에서는 자신의 전공이 적성에 맞다고 응답한 대상자와 현 대학에 대해 만족하는 대상자들의 경우 행복 정도가 높은 것으로 나타났는데, 이는 우리나라의 사회적 분위

Table 4. Correlation among Study Variables

(N=209)

Variables	Depression	Self-esteem	Optimism	Interpersonal relation	Happiness
	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)
Depression	1	-.48 (<.001)	-.41 (<.001)	-.53 (<.001)	-.52 (<.001)
Self-esteem		1	.67 (<.001)	.53 (<.001)	.77 (<.001)
Optimism			1	.48 (<.001)	.71 (<.001)
Interpersonal relation				1	.61 (<.001)
Happiness					1

기와 관련이 있는 것으로 보인다. 우리나라의 높은 교육열은 세계적으로도 유명하며 우리나라 청소년들의 경우 대학입시와 성적으로 인해 타 국가의 청소년들보다 더 많은 스트레스에 시달리고 있는 것으로 보고되고 있다(Lee, 2003). 우리나라 대학 및 기업의 선발방식 역시 청소년의 행복을 가로막는 중요한 원인이라 할 수 있는데 최근 들어 새로운 변화의 조짐에도 불구하고 좋은 일자리에 해당하는 대기업의 신규 채용이 학벌 위주로 출신대학을 중시하고 성적이나 점수 위주로 이루어지고 있기 때문에 본 연구결과에서도 이를 반영하듯 학교에 대한 만족이 높을수록 행복 정도가 높은 것으로 사료된다. Jo (2011)의 연구에서 간호대학생들은 높은 취업률과 고소득이 보장되는 전공을 선택했다는데 대한 자부심을 가지고 있었지만 특별히 전공이나 대학에 대해 좀 더 만족감을 느낄 경우 행복 정도가 높아질 것은 자명한 일이다.

본 연구에서는 자신이 건강하다고 생각하는 대상자들의 행복 정도가 높은 것으로 나타났다. 미국 청소년들을 대상으로 한 연구(Mahon, Yarcheski, & Yarcheski, 2005)에서도 행복과 건강 관련 변수는 유의한 관계가 있었다. 이 세상을 다 얻고도 건강을 잃으면 아무 소용이 없듯이 건강은 인간의 삶에서 가장 중요한 요인이다. 경제적인 여유와 높은 학벌도 중요하지만 신체적 건강은 특히 젊은 여대생에게 빠질 수 없는 행복의 조건이 되리라 사료된다. 그러나 본 연구에서는 대상자들이 자신의 건강상태를 보통 또는 좋지 않다고 지각하는 경우가 38.7%나 되므로 대학 입시에 치질 대로 치질 대학신입생들의 신체적 건강에 대해서도 관심을 가져야 할 것이다. 신입생들의 경우 과도한 술자리와 각종 모임에 끌려 다니기 쉬운 시기이므로 이에 대한 주의가 필요하리라 본다.

본 연구에서 대상자들의 행복은 우울, 자아존중감, 낙관성, 대인관계와 유의한 상관관계가 있었으며 이 중 자아존중감, 낙관성, 대인관계, 전공적성이 대상자의 행복에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났는데 이에 대한 설명력은 70%였다.

자아존중감은 여러 선행연구들을 통해 행복과 유의한 관계가 있는 것으로 나타나 인간 행복의 가장 필수적 구성요인 중의 하나로 알려져 있는데 본 연구에서도 자아존중감이 행복에 가장 큰 영향을 미치는 요인으로 나타났다. Lee (2011)의 연구에서도 대학생들이 행복해지기 위해 노력하는 영역에 자아존중감이 유의한 관련성을 보인다고 하였으며, 부산 지역 성인 여성의 행복감에 영향을 주는 요인에 자아존중감이 유의한 결과를 나타낸 결과와 일치함을 보여준다. 자아존중감은 중요한 타인으로부터 사랑과 존경, 신뢰, 돌봄을 보장받을 때 강화되는데, 자아존중감이 높은 학생들이 대학생활 적응을 더 잘

하는 것으로 나타났다(Sung, 2008). 간호대학생을 대상으로 한 연구(Oh & Park, 2010)에서 동일 대상자들의 자아존중감은 1학년 때보다 3학년 때 유의하게 더 증가하는 것으로 나타나 행복한 대학생활을 하기 위해서는 신입생 때부터 간호대학생들의 자아존중감을 증진시키는 방안이 모색될 필요가 있다. 또한 향후에는 간호대학 여자 신입생의 특성에 맞는 자아존중감 증진 프로그램을 개발하여 이 프로그램이 대상자의 행복을 증가시키는데 효과가 있는지 검증하는 연구가 실시되어야 할 것이다.

낙관성 역시 대상자들의 행복에 유의한 영향을 미치는 요인으로 나타났는데 이는 낙관주의적 사고가 행복감을 증진시키는 것으로 보고된 Choi (2011)의 연구결과와 일치하는 것이다. Lee (2011)는 낙관성이 높은 사람은 낙관적인 기대를 가지고 행복해지기 위한 노력을 더 중요시하게 되고 따라서 행복해지기 위한 노력을 더 잘 실천할 수 있으므로 결과적으로 행복을 증진하기가 더 유리해진다고 하였다. 성격적인 부분에서도 행복과 연관이 있는 것으로 보여지는데 이왕이면 비관적인 성격보다는 낙관적인 생각을 많이 하도록 대상자들을 격려할 필요가 있겠다.

대인관계 역시 대상자의 행복에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났는데 즉, 대인관계가 좋은 사람들은 그렇지 못한 사람들보다 더 행복한 것을 의미한다. 간호학을 대상으로 행복에 대한 의미를 조사한 연구결과(Jo & Kim, 2010)에서, 대상자들은 자신에게 중요한 부모, 형제, 친구와 서로의 생각과 감정을 공유할 수 있는 인간관계를 맺으며 인정과 지지를 받는데 큰 가치를 부여하고 있었다. 이는 주위 사람들로 부터의 따스한 정서적 지원이 대상자의 행복에 미치는 영향이 높을 수 있다는 의미로 특히 타인과의 관계를 중요시 여기는 우리나라의 문화에서 개인은 사회적 관계를 상대적으로 보다 중요하게 여기며 이에 따라 사회적 관계는 행복 구성의 핵심적인 영역이 될 수 있다. 어린 시절의 행복이 성인기의 행복에 영향을 주기 때문에 각 연령별 발달적 측면을 고려한 행복 증진 프로그램이 개발되어야 할 것이다. 그러나 대학생 중에서도 1, 2학년의 저학년이 고학년에 비해 인간관계 정도가 낮은 것으로 나타나(Kim, 2011) 대학신입생들의 대인관계를 증진시키는 적극적인 노력이 필요하다. 실제로도 인터넷 중독 등으로 인해 홀로 지내는 청소년이 많아지면서 타인과의 관계에 서투른 성인들이 나타나기 시작한다. 따라서 아동기부터 청소년기, 성인기까지 각 연령별로 행복의 조건이나 결과에 대한 심층적 연구가 앞으로 이루어져야 할 중요한 과제라 하겠다.

마지막으로 전공에 대한 적성이 대상자의 행복에 유의한 영

향을 미치는 것으로 나타났다. 우리 사회에서 소위 '잘 나가는 직장'을 그만두고 자신의 진정한 행복을 찾기 위해 적성에 맞는 일을 하는 사람들에 대한 뉴스를 심심찮게 볼 수 있는데 이러한 점을 보아도 전공에 대한 적성은 행복에 영향을 미친다고 할 수 있겠다. 수도권 지역 대학생을 대상으로 현재의 전공이 자신이 원하는 전공인지 조사한 결과(Lim, 2011)에서 절반 가량만이 긍정적 답변을 한 결과를 보아도 학과 선택 시 다수의 학생들이 전공에 대한 적성을 고려하지는 않은 것으로 보인다. 이처럼 현 전공이 자신의 적성에 맞다고 인지하는 경우 행복 정도가 높은 것을 고려할 때 부모나 주변의 의사보다는 본인이 원하는 전공으로 학과를 선택할 수 있도록 지도해야 함은 당연한 일인 것으로 보인다.

본 연구에서는 우울이 행복에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났는데 이는 행복이 우울과 관련이 있다고 보고한 선행연구들(Choi, 2011; Gao, 2009)의 결과와는 일치하지 않는 결과이다. 그러나 Choi (2011)의 연구에서도 남성의 경우는 우울이 행복에 유의한 영향을 미쳤지만 여성에서는 관련이 없는 것으로 나타나 성별의 차이가 있음을 보고하였다. 본 연구대상자들에게는 우울보다는 다른 변수들이 행복에 더 유의한 영향을 미친 것으로 나타났고, 대상자의 특성에 따라 이들 변수간의 관련성은 차이가 날 수 있으므로 향후에는 우울 정도가 높은 집단과 우울 정도가 낮은 집단 간의 관련성을 비교함으로써 우울이 행복에 영향을 미치는 좀 더 확인해 보는 연구가 시행될 필요가 있겠다.

결론

본 연구는 간호대학 여자 신입생의 우울, 자아존중감, 낙관성, 대인관계, 행복 정도를 알아보고 이들 간의 관계를 알아보기 위해 시도된 것으로 본 연구결과 대상자들의 행복은 자아존중감과 낙관성, 대인관계, 전공적성에 영향을 받는 것으로 나타났다. 이처럼 본 연구의 결과 여러 선행연구에서 보고된 바와 같이 간호대학 여자 신입생의 행복에도 자아존중감, 낙관성, 대인관계, 전공적성이 유의한 영향을 주는 것으로 밝혀진 바 자아존중감, 낙관성, 대인관계 등을 포함한 교육 프로그램을 개발하고 이를 대학신입생에게 적용한 후 그 효과를 검증하는 연구들이 시행되어야 할 것이다. 특히 대학신입생에 적합한 프로그램이 개발된다면 청소년기에서 성인기로 넘어가는 과도기적 상황을 잘 극복하는데 도움이 될 것이라 본다. 향후에는 여대생과 대학을 졸업하고 직장생활을 하는 직장여성의 행복을 비교해 볼 필요가 있다. 이는 사회경험이 아직 부

족한 대학생 시절과 발달단계상의 차이를 확인하는데 도움이 될 것으로 사료된다.

본 연구는 일부 지역의 대상자에게만 실시되어 결과의 일반화에 제한점이 있지만 간호대학 여자 신입생의 행복에 영향을 미치는 요인을 탐색해 봄으로써 청소년들의 행복에 대한 발달 과정을 파악하고, 실무에서 여자 대학신입생들의 행복을 증가시키기 위한 중재 방안을 모색할 때 자아존중감과 낙관성, 대인관계를 포함시켜야 한다는 근거를 마련한 점에서 의의가 있다고 본다.

REFERENCES

- Bae, G. I. (2011, August 22). *Korean 'quality of life'*. *dongA.com*. Retrieved October 13, 2011, from <http://news.donga.com/3/all/20110821/39699364/1>
- Beck, A. T. (1978). *The Beck Depression Inventory*. Philadelphia: Center for Cognitive Therapy.
- Chang, E. C., Maydeu-Olivares, A., & D'Zurilla, T. J. (1997). Optimism and pessimism as partially independent constructs: Relationship to positive and negative affectivity and psychological well-being. *Personality and Individual Differences, 23*, 433-440.
- Choi, M. O. (2011). The study of comparing the factors affecting male and female happiness-focusing on the city of Busan. *Social Science Research Review Kyungsoong University, 27*, 19-40.
- Choi, Y. W., & Lee, S. J. (2004). The influence of individual differences in emotional awareness on mental health of college students. *Korean Journal of Health Psychology, 9*, 887-901.
- Cloninger, C. R., & Zohar, A. H. (2011). Personality and the perception of health and happiness. *Journal of Affective Disorders, 128*(1-2), 24-32.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: The decades of progress. *Psychological Bulletin, 125*, 276-302.
- Gao, H. Y. (2009). A comparative study on mental health and happiness between Chinese and Korean college students. *Asian Journal of Education, 10*, 55-71.
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford happiness questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences, 33*, 1073-1082.
- Jeon, B. J. (1974). Self-esteem: A test of its measurability. *Yonsei Nonchong, 11*, 107-129.
- Jo, K. H. (2011). Perception of undergraduate nursing students toward happiness: A Q-Methodological approach. *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education, 17*,

178-189.

- Jo, K. H., & Kim, Y. K. (2010). Understanding the meaning of happiness expressed by nursing students through collage art works: A content analysis. *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 16, 61-71.
- Kim, C. H. (2011). The relationship among interpersonal relations, identification about school and satisfaction with campus life of students participating in sports club activities. *Journal of Sport and Leisure Studies*, 43, 999-1010.
- Kim, K. M., & Lim, J. H. (2012). Effects of optimism and orientations to happiness on psychological well-being of college students. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 50(1), 89-101.
- Kim, K. S. (2006). *The development and application of a program for college students' psychological well-being*. Unpublished doctoral dissertation, Kyungsung University, Busan.
- Koo, J. S., & Kim, U. C. (2006). Integrated relationship among psychological trait, life experience, and subjective well-being. *Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 20(4), 1-18.
- Lee, M. (2003). Korean adolescents' "Examination hell" and their use of free time. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 99, 9-22.
- Lee, Y. H., & Song, J. Y. (1991). A study of the reliability of the BDI, SDS, and MMPI-D scales. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 10, 98-113.
- Lee, Y. J. (2011). The efforts for becoming happy of college students. *Asian Journal of Education*, 12, 63-84.
- Lim, Y. S. (2011). Learning styles of the interior design students and their attitudes and aptitudes toward major. *Journal of Society of Korea Design Trend*, 32, 217-226.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9, 111-131.
- Mahon, N. E., Yarcheski, A., & Yarcheski, T. J. (2005). Happiness as related to gender and health in early adolescents. *Clinical Nursing Research*, 14, 175-190.
- Moon, S. M. (1980). A study on the effects of human relations training of university students. *Journal of Gyeongsang National University*, 19, 195-204.
- Nanthamongkolchai, S., Tuntichaivanit, C., Munsawaengsub, C., & Charupoonphol, P. (2009). Factors influencing life happiness among elderly female in Rayong province, Thailand. *Journal of the Medical Association of Thailand*, 92(Suppl 7), S8-12.
- Oh, S. Y., & Park, S. N. (2010). The changes of self-esteem and leadership during two years in nursing students. *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 16, 186-193.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.
- Schlein, A., & Guernsey, B. G. (1971). *Relationship enhancement*. San Francisco, CA: Josey-Bass.
- Seligman, M. E. P. (2009). *Positive psychology* (Kim, I. J. translated). Anyang, Kyunggido: Mulpure.
- Song, J. H. (2006). *Influences of college entrance exam stress, social support, and optimism-pessimism on high school students' maladjustment*. Unpublished master's thesis, Chonnam National University, Gwangju.
- Sung, M. H. (2008). The relationships between peer attachment, self-esteem and adjustment to college life in female college students. *Journal of Korean Academy of Public Health Nursing*, 22, 84-96.