

[원저]

간호대학생의 영적안녕과 생활스트레스

성미혜

인제대학교 간호학과

Spiritual Well-Being and Life Stress of Nursing Students

Mi-Hae Sung

Department of Nursing, College of Medicine, Inje University

Background	The purpose of this study is to investigate the relationship between spiritual well-being and life stress in nursing students.
Methods	Participants were 305 nursing students. Instruments used were the spiritual well-being scale developed by Paloutzian & Ellison (1982) and the life stress scale developed by Jeon et al. (2000). The collected data were analyzed by SPSS WIN 12.0 program.
Results	The mean score on the spiritual well-being scale was 2.65 (0.43). The mean score on the life stress scale was 1.28 (1.04). There were significant differences between religion, participation in religion, influence by religion, and satisfaction with nursing and spiritual well-being. There were significant differences between Grades of the Students, economic status, existence of parent(s), marital status of parent, health status, and satisfaction with nursing and life stress. There was significant negative correlation between existential well-being and life stress.
Conclusions	This study shows that promoting spiritual well-being is an important factor for reducing the level of stress in nursing students. A bio-psycho-social spiritual model is needed to understand the relationships among life stress, health or disease in terms of prevention, treatment, and rehabilitation.

(Korean J Health Promot Dis Prev 2009; 9(3):222-229)

Key words spiritual well-being, life stress

서 론

1. 연구의 필요성

대학생 시기는 청소년기 후기로서, 이 시기의 대학생들은 급격한 사회 환경의 변화 속에서 대학생활에 적응해야 하는 과정과 장래를 위한 취업준비를 해야 하는 과정을 겪으면서 여러 가지 스트레스를 경험할 수 있다.¹⁾

대학생들을 대상으로 한 상담에서 그들이 호소하는 문제를

분석한 결과²⁾를 보면, 대학생들이 가장 많이 호소하는 문제는 학업 및 진로문제가 25.9%로 가장 많았으며, 대학 신입생들에 대한 기존 연구들에서도 공통적으로 겪는 문제는 학업 생활문제, 대인관계 문제, 진로 및 취업문제 등 이었다.³⁾ 대학생들의 대학생활에의 적응은 대학환경과 자신 간의 활발한 상호교환을 통해 이루어지는 과정으로, 대학생 자신의 욕구에 적합하도록 환경을 변화시키고 이러한 환경의 변화에 맞춰가는 과정이다.³⁾ 따라서, 대학생들이 대학생활과 관련하여 경험하는 생활스트레스는 자신의 변화된 환경에의 적응과 관련된 문제라 할 수 있다.

이에 대학생의 대학생활 적응상의 차이를 발생시키는 요인에 대해 관심을 가져야 하며, 대학생의 대학생활 적응에 보다 효과적으로 접근하기 위해서는 그들이 경험하는 생활스트

• 교신저자 : 성 미 혜
 • 주 소 : 부산광역시 부산진구 개금2동 633-165
 • 전 화 : 051-890-6825
 • E-mail : nursmh@inje.ac.kr
 • 접수 일 : 2008년 12월 29일 • 채 택 일 : 2009년 7월 9일

레스를 파악하는 것이 무엇보다 중요하다.³⁾

WHO⁴⁾의 건강에 대한 정의를 보면, 건강을 단순한 질병의 부재가 아닌 '신체적, 심리적, 사회적 및 영적 안녕상태'로 규정하여 영적안녕의 개념을 추가시키고 있다. 미국 심리학회와 윤리강령에서도 인간의 적응과 관련된 변인으로 종교를 포함시키고 있어서 인간의 적응과 관련하여 영적 차원의 중요성을 강조하고 있다.⁵⁾ 따라서, 인간의 적응과 관련된 문제를 다루기 위해서는 기존의 인간에 대한 신체, 정신적 차원에서 인간의 영적인 측면까지 포함한 보다 확대된 다차원적인 존재로의 인식이 필요하다고 본다.

영적 본성이 최대한으로 개발된 영적안녕상태는 영적건강상태를 가장 분명하게 나타내는 행동적 표현으로서, 인간의 내적 자원이 총체적으로 건강한 상태이다.⁶⁾ 이러한 영적안녕은 인간 개인이 자신의 삶의 의미와 목적을 확인하여 자신의 가치와 삶의 목적을 발견하도록 하며, 특히 영적안녕 중 종교적 안녕은 통제감이나 낙관주의를 증진시키고, 자아강화를 통해 정신건강을 향상시킨다.^{7,8)} 또한, 융통성이 없고 절대적인 영적본성은 정서적, 사회적으로 부작용을 가져올 수 있지만, 일반적으로 영적본성은 개인의 적응에 도움이 된다.⁹⁾ 인간은 자신에게 내재된 영적본성을 통해 전인적인 차원의 현실적인 문제들을 통합하여 안녕상태를 이루기도 하는데¹⁰⁾, Nielsen, Johnson과 Ellis¹¹⁾는 영적본성이 스트레스 상황을 긍정적으로 해석하고 정서적 반응을 보다 쉽게 유도한다고 하였다.

인간으로서의 전인성 을 가꾸어 주는 전인건강의 에너지는 영적 본성으로^{10,12)}, 전인적인 건강은 몸, 마음, 영이 상호 의존한다는 간호이론의 공동된 기본가정을 고려할 때 영적본성의 간과는 다양한 질병을 일으키는 원인이 될 수 있다.¹⁴⁾

스트레스와 질병에 대한 기존의 연구에서, 스트레스는 질병의 전체 변량의 9%이하 밖에 설명을 못하므로 스트레스와 질병 간의 관계에서 나머지 변량을 설명하기 위한 다양한 노력을 하고 있다.⁹⁾ 이러한 노력의 일환으로 대학생들의 영적안녕이 이들의 생활스트레스를 감소시킬 수 있다면, 생활스트레스를 조절해 주는 하나의 방법으로 영적안녕을 활용할 수 있을 것으로 본다.

발달단계에서 경험하게 되는 변화와 대학생활이라는 환경적 변화로 불안정한 시기에 놓이게 되는 대학생 특히 간호 대학생은 실무 중심의 전공 특성으로 다른 전공학과와 대학생들과 달리 교과과정 상 이수해야 할 학점이 많으며, 임상실습의 비중이 높고 국가고시를 준비해야 하는 등 일반 대학생들이 습득해야 하는 발달 과업이외에도 개인적으로 해결해야 하는 과제가 많기 때문에 스트레스가 더욱 증가 된다.⁴⁾ 이렇게 증가된 간호대학생의 스트레스는 이들의 정신건강에 부정적으로 작용하여 학업을 계속하는데 방해 요인이 될 수 있다. 또한 이들이 임상

실습 시 대상자와의 관계에서 다양한 문제를 야기시킬 수 있으며 진로결정에도 부정적인 영향을 줄 것으로 보인다. 따라서, 간호 대학생들의 정신건강을 증진시키기 위해서는 이들이 대학생활 적응과정에서 경험하게 되는 다양한 생활스트레스에 적절히 대처할 수 있도록 도와줄 필요가 있다. 영적본성은 스트레스 상황에서 신이 자신을 도와줄 수 있다고 평가하기 때문에 스트레스 상황을 보다 쉽게 대처할 가능성이 높는데⁹⁾, 이는 간호 대학생들이 대학생활 적응과정에서 여러 가지 문제에 부딪히게 되면서 경험하는 생활스트레스를 적절하게 다루는데 영적안녕이 도움을 줄 수 있음을 암시하는 것이다. 그러므로, 다른 대학생들보다 생활스트레스가 높을 것으로 보이는 간호대학생을 대상으로 이들의 생활스트레스를 감소시킬 수 있는 방안으로 영적안녕과의 관계를 탐색할 필요가 있다고 본다.

현재까지 간호학 분야에서는 영적 본성에 대한 인식부족과 심리적 영역과의 구별이 어려운 점, 종교적 개념과의 혼용 등으로 인해 간호이론과 연구에서 영적 측면이 등한시 되고 있는 실정이다.¹²⁾ 지금까지 대학생의 영적안녕과 관련된 선행연구를 보면, 영적건강과 정신건강¹³⁾, 영적 정신건강^{4,14)}, 영적안녕정도와 영적간호중요성 인식정도¹⁰⁾등에 관한 논문이 대부분이며, 영적안녕과 생활스트레스에 관한 연구는 일반대학생을 대상으로 한 전경구, 정봉도 및 김용환¹⁵⁾, 서경현 과 전경구⁹⁾, 서경현, 정성진 및 구지현¹⁶⁾의 연구 등으로, 간호 대학생을 대상으로 한 영적안녕과 생활스트레스에 관련된 연구는 없는 실정이다.

따라서, 본 연구는 생활스트레스가 상대적으로 높을 것으로 예측되는 간호 대학생을 대상으로 이들의 영적안녕과 생활스트레스와의 관계를 알아보고, 이를 토대로 간호 대학생들의 생활스트레스를 감소시킬 수 있는 방안을 모색하는데 필요한 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 다음과 같다.

- 1) 간호대학생의 일반적 특성, 영적안녕상태 및 생활스트레스를 파악한다.
- 2) 간호대학생의 일반적 특성에 따른 영적안녕상태와 생활스트레스를 분석한다.
- 3) 간호대학생의 영적안녕과 생활스트레스와의 관계를 규명한다.

3. 용어의 정의

1) 영적안녕

영적안녕은 인간의 영적본성이 최대한 개발되도록 하는 능

력으로, 절대자(신, 신성, 초월적 존재), 최상의 가치, 자신, 이웃 및 환경과의 상호작용에 나타나는 통합, 조화, 평화를 이루는 안녕의 상태이다.¹⁷⁾ 본 연구에서는 Paloutzian과 Ellison¹⁸⁾이 개발한 영적안녕척도를 강정호¹⁹⁾가 수정, 보완한 도구로 측정한 점수를 말하며, 점수가 높을수록 영적안녕수준이 높은 것이다.

2) 생활스트레스

인간이 실제 생활에서 경험하는 스트레스¹⁾로, 본 연구에서는 전경구, 김교현 및 이준석²⁰⁾이 개발한 대학생용 생활스트레스 측정도구를 이용하여 측정한 점수를 말하며, 점수가 높을수록 생활스트레스 정도가 높음을 의미한다.

4. 연구의 제한점

본 연구는 일부 대학의 간호학과 학생들을 대상으로 하였으므로, 본 연구결과를 확대 해석하는 데는 제한점이 있다.

연구방법

1. 연구 설계

본 연구는 간호대학생의 영적안녕과 생활스트레스 간의 관계를 파악하기 위한 상관성 조사연구이다.

2. 연구대상 및 자료수집방법

본 연구의 대상은 B 지역에 소재한 2개 대학의 간호학과에 재학 중인 1,2,3학년 학생으로 1학년 57명, 2학년 97명, 3학년 151명 등 총 305명이다. 자료수집 기간은 2007년 11월 1일 부터 12월 20일까지였으며, 연구자와 연구보조원이 연구대상자들에게 연구목적을 설명하고 연구 참여에 동의한 대상자들에게만 설문지를 배부하여 조사하였다. 설문지 342부중 부적절하게 응답한 설문지 37부를 제외한 총 305부를 최종 분석에 이용하였다.

3. 연구도구

1) 영적안녕

영적안녕을 측정하기 위해 Paloutzian과 Ellison¹⁸⁾이 개발한 영적안녕척도를 강정호¹⁹⁾가 수정 보완한 총 20문항의 도구를 사용하였다. 이 도구는 신에 대한 인간의 안녕감인 종

교적 안녕 10문항과 인간의 삶에 대한 만족감과 삶의 의미와 목적에 관계되는 실존적 안녕 10문항 등 총 20문항으로 구성되어 있다. "신"에 대한 안녕감을 묻는 문항에서는 "절대자(신)"이라고 표현하여 사용하였다. 긍정적 문항 12문항과 부정적 문항 8문항의 4점 척도로 구성되어 있으며, 부정적 문항은 역환산하였다. 영적안녕은 종교적 안녕과 실존적 안녕 점수를 합한 것으로 점수가 높을수록 영적안녕수준이 높은 것을 의미한다. 도구개발당시 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=0.93$ 이었으며, 본 연구에서의 도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=0.86$ 이었다.

2) 생활스트레스

대학생의 생활스트레스를 측정하기 위해 전경구, 김교현 및 이준석²⁰⁾이 개발한 대학생용 생활스트레스 척도를 사용하였다. 이 도구는 총 50문항으로 경제문제(7문항), 이성과의 관계(6문항), 교수와의 관계(6문항), 가족과의 관계(7문항), 장래문제(7문항), 가치관 문제(5문항), 학업문제(7문항), 친구와의 관계(5문항)에서 경험하는 스트레스를 측정하는 문항으로 구성되어 있다. 이 도구는 생활스트레스 경험빈도와 중요도를 각각 4점 척도로 평정하도록 고안되었다. 대상자가 지난 1년(12개월)동안 경험한 사건을 '전혀 아니다' 0점에서 '자주' 3점까지 점수를 부여하는 Likert 4점 척도로 되어 있으며, 지난 1년 동안 경험한 사건에 대하여 그 사건이 얼마나 중요했는가에 대한 중요도 역시 '전혀 아니다' 0점에서 '매우' 3점까지 점수를 부여 하는 Likert 4점 척도로 되어 있다. 생활스트레스 점수는 각 문항에 대한 경험빈도에 자신에게 있어서의 중요도를 곱해서 계산하였으며, 점수가 높을수록 각 요인의 생활스트레스 정도가 높음을 의미한다. 개발당시 도구의 신뢰도는 Cronbach's α 가 0.75~0.88이었으며, 본 연구에서의 도구의 신뢰도는 Cronbach's α 가 0.83~0.90이었다.

4. 자료분석

수집된 자료는 SPSS WIN 12.0 program을 이용하여 분석하였고, 그 내용은 다음과 같다.

- 1) 일반적 특성, 영적안녕과 생활스트레스는 빈도와 백분율, 평균과 표준편차를 구하였다.
- 2) 일반적 특성에 따른 영적안녕과 생활스트레스는 t-test, ANOVA 및 Scheffe' test로 분석하였다.
- 3) 영적안녕과 생활스트레스의 관계는 Pearson correlation coefficient로 분석하였다.

연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성은 Table 1과 같다. 학년은 3학년 49.5%, 2학년 31.8%, 1학년 18.7%로 3학년이 가장 많았다. 종교는 없는 경우가 48.2%로 가장 많았으며, 그 다음은 불교 25.9%였다. 경제 상태는 보통인 경우가 79.7%로 가장 많았고, 거주형태는 부모와 동거하는 경우가 59.0%, 자취 혹은 하숙이 41.0%로 부모와 동거하는 경우가 더 많았다. 부모생존여부는 양친 모두 생존하는 경우가 92.8%로 대부분이었으며, 부모의 결혼 상태는 결혼을 유지하는 경우가 87.9%로 가장 많았다. 종교생활에 참여하는 정도는 45.2%가 '참여를 안 한다'고 하여 가장 많았으

Table 1. General characteristics of subjects (n=305)

Variables	Characteristics	No.(%)
Year of education	1	57(18.7)
	2	97(31.8)
	3	151(49.5)
Religion	Christianity	53(17.4)
	Catholicism	26(8.5)
	Buddhism	79(25.9)
	None	147(48.2)
Economic status	Abundance	32(10.5)
	Average	243(79.7)
	Poor	30(9.8)
Type of residence	Reside with parent	180(59.0)
	Board or lodgings	125(41.0)
Relations with Parent(s)	Parents still living	283(92.8)
	Single-parent family	22(7.2)
Marital status of parent(s)	Married	268(87.9)
	Bereavement	16(5.2)
	Divorce & others	21(6.9)
Participation in religion	Very active	21(6.9)
	Active	29(9.5)
	Average	49(16.1)
	Intermittent	68(22.3)
	None	68(22.3)
Religious influence	Strong	23(7.5)
	Significant	38(12.5)
	Average	57(18.7)
	Less than average	66(21.6)
Health status	Little	121(39.7)
	Good	281(92.1)
	Bad	24(7.9)
Satisfaction with nursing	Very satisfied	25(8.2)
	Satisfied	132(43.3)
	Average	119(39.0)
	Dissatisfied	29(9.5)

Table 2. Degree of spiritual well-being and life stress of subjects

	Mean	SD
Spiritual well-being	2.65	0.43
Religious well-being	2.31	0.65
Existential well-being	2.99	0.41
Life stress	1.28	1.04
Economic problems	.98	1.37
Problems with the other sex	1.21	1.20
Problems with professor(s)	1.13	1.46
Family problems	.67	1.15
Concerns over future	1.56	1.34
Problems with values	1.61	1.66
Problems with studies	2.57	2.01
Problems with friends	.53	1.05

며, 종교의 영향은 '전혀 영향을 미치지 않는다'가 39.7%, '적게 미친다' 21.6% 순이었다. 신체건강상태는 대상자의 92.1%가 양호하다고 하였으며, 학과 만족도는 '만족한다' 43.3%, '보통이다' 39.0%순이었다.

2. 영적안녕과 생활스트레스

1) 영적안녕

대상자의 영적안녕을 파악하기 위해 평균과 표준편차를 산출한 결과는 Table 2와 같다. 대상자의 영적안녕은 1점-4점의 4점 척도로 측정하여 총 4점 만점에 최소값 1.50점에서 최대값 3.95점까지의 분포를 보였으며 평균 2.65점이었다. 영적안녕의 하위영역인 종교적 안녕은 최소값 1.00점에서 최대값 4.00점의 분포로 평균 2.31점이었다. 실존적 안녕은 최소값 2.00점에서 최대값 4.00점의 분포로 평균 2.99점이었다. 즉 신에 대한 인간의 안녕감인 종교적 안녕보다 인간의 삶에 대한 만족감과 삶의 의미와 목적에 관계되는 실존적 안녕의 점수가 더 높았다.

2) 생활스트레스

대상자의 생활스트레스를 파악하기 위해 평균과 표준편차를 산출한 결과는 Table 2와 같다. 대상자의 생활스트레스는 각 문항에 대해 0점-3점의 점수를 부여한 다음 경험 빈도에 중요도를 곱하여 계산한 것으로 총 9점 만점에 최소값 0점에서 최대값 8.63점까지의 분포를 보였으며 평균 1.28점이었다. 생활스트레스의 하위영역별 평균점수는 경제문제 0.98점, 이성과의 문제 1.21점, 교수와의 관계 1.13점, 가족과의 관계 0.67점, 장래문제 1.56점, 가치관 문제 1.61점, 학업문제 2.57점, 친구와의 관계 0.53점으로, 학업문제, 가치관 문제 및 장래문제 등에 대한 스트레스가 상대적으로 높았다.

3. 대상자의 일반적 특성에 따른 영적안녕과 생활스트레스

1) 대상자의 일반적 특성에 따른 영적안녕

대상자의 영적안녕에 영향을 미치는 일반적 특성을 보면, 종교($F=27.656$, $p<.001$), 종교생활 참여정도($F=19.890$, $p<.001$), 종교영향($F=34.481$, $p<.001$), 학과 만족도($F=9.420$, $p<.001$)에서 유의한 차이를 보였다. 즉 기독교와 천주교 신자인 경우 불교나 종교가 없는 경우보다 영적안녕수준이 높았으며, 종교생활에 매우 적극적으로 참여하는 경우가 그렇지 않은 경우보다 영적안녕수준이 유의하게 높았다. 종교의 영향이 매우 크다고 응답한 경우가 그렇지 않은 경우보다 영적안녕수준이 유의하게 높았으며, 학과에 대해 매우 만족하는 경우가 그렇지 않은 경우보다 영적안녕수준이 유의하게 높았다(Table 3).

2) 대상자의 일반적 특성에 따른 생활스트레스

대상자의 생활스트레스에 영향을 미치는 일반적 특성을 보면, 학년($F=6.532$, $p<.01$), 경제상태($F=8.215$, $p<.001$), 부모생존($t=-3.39$, $p<.01$), 부모결혼상태($F=3.168$, $p<.05$), 신체건강상태($t=-4.760$, $p<.001$), 학과 만족도($F=7.043$, $p<.001$)에서 유의한 차이를 보였다. 즉 3학년이 1,2학년보다 생활스트레스가 유의하게 높았으며, 경제적으로 어려운 경우가 그렇지 않은 경우보다 생활스트레스가 높았다. 편모 또는 편부인 경우 양친이 모두 생존하는 경우보다 생활스트레스가 높았으며, 부모 결혼 상태는 통계적으로 유의한 차이는 있었으나 사후검정 결과에서는 유의한 차이가 없었다. 또한 신체건강상태가 불량한 경우 양호한 경우보다 생활스트레스가 높았으며, 학과에 만족하지 않은 경우 만족하는 경우보다 생활스트레스가 유의하게 높았다(Table 3).

Table 3. Spiritual well-being and life stress according to general characteristics of subjects (n=305)

Variables	Characteristics	Spiritual well-being				Life stress			
		M(SD)	t or F	p	Scheffe'	M(SD)	t or F	p	Scheffe'
Year of education	1a	2.64(0.40)				0.95(0.68)			
	2b	2.58(0.41)	1.883	0.154		1.17(0.74)	6.532	0.002	a,b < c
	3c	2.69(0.44)				1.48(1.25)			
Religion	Christianity a	3.01(0.49)				1.48(1.25)			
	Catholicism b	2.91(0.52)	27.656	$p<.001$	b,c,d<a	1.19(0.68)	1.426	0.235	
	Buddhismc	2.59(0.35)				1.45(1.22)			
	Noned	2.50(0.32)				1.12(0.93)			
Economic status	Abundancea	2.69(0.43)				1.37(1.15)			
	Average b	2.65(0.41)	0.585	0.558		1.46(1.25)	8.215	$p<.001$	a,b < c
	Poorc	2.57(0.55)				1.18(0.88)			
Type of residence	Reside with parent	2.65(0.42)				1.95(1.60)			
	Board or lodgings	2.65(0.44)	-0.049	0.961		1.20(0.90)	-1.762	0.079	
Existence of parent(s)	Parents still living	2.65(0.43)				1.41(1.20)			
	Single-parent family	2.62(0.39)	0.331	0.741		1.23(0.89)	-3.39	0.001	
Marital status of parent(s)	SEE ABOVE	2.65(0.43)				2.00(2.09)			
	bereavementSEE ABOVE b	2.67(0.41)	0.449	0.639		1.23(0.93)	3.168	0.043	
	Divorce & othersc	2.56(0.32)				1.87(1.89)			
	Very activea	3.19(0.54)				1.44(1.30)			
Participation in religion	Activeb	2.87(0.54)				1.43(0.93)			
	Averagec	2.73(0.49)	19.890	$p<.001$	b,c,d,e<a	1.75(1.48)	2.031	0.090	
	Intermittentd	2.66(0.31)				1.10(0.67)			
	Nonee	2.48(0.31)				1.27(1.04)			
Influence by religion	Strong a	3.23(0.58)				1.23(1.03)			
	Significant b	2.96(0.48)				1.33(0.66)			
	Averagec	2.74(0.30)	34.481	$p<.001$	b,c,d,e<a	1.68(1.42)	1.936	0.104	
	Below average d	2.57(0.30)				1.16(0.93)			
Health status	Little e	2.44(0.30)				1.15(0.83)			
	Good	2.65(0.43)	-0.024	0.981		1.28(1.09)	-4.760	$p<.001$	
	Bad	2.65(0.40)				1.20(0.86)			
Satisfaction with nursing	Very satisfied a	2.94(0.52)				2.22(2.03)			
	Satisfied b	2.71(0.41)	9.420	$p<.001$	b,c,d<a	1.00(0.86)	7.043	$p<.001$	a,b,c,<d
	Averagec	2.57(0.40)				1.16(0.83)			
	Dissatisfied d	2.43(0.32)				1.29(1.00)			
						2.06(1.68)			

Table 4. Relationships between spiritual well-being and life stress of subjects

	Life stress	Economic problems	Problems with the other sex	Problems with professor(s)	Family problems	Problems with prospect	Problems with drummer	Problems with studies	Problems with friends
Spiritual well-being	-.109 (p=.056)	-.146* (p=.011)	.009 (p=.876)	-.113* (p=.049)	-.071 (p=.218)	-.062 (p=.281)	-.133* (p=.020)	-.052 (p=.343)	-.055 (p=.335)
Religious well-being	-.02 (p=.710)	-.077 (p=.181)	.112 (p=.051)	-.085 (p=.139)	.036 (p=.533)	.022 (p=.704)	-.049 (p=.398)	-.059 (p=.306)	.044 (p=.448)
Existential well-being	-.196** (p=.001)	-.184** (p=.001)	-.160** (p=.005)	0.102 (p=.077)	-.206** (p<.001)	-.165** (p=.004)	-.202** (p<.001)	-.020 (p=.724)	-.186** (p=.001)

4. 대상자의 영적안녕과 생활스트레스

대상자의 영적안녕과 생활스트레스 간의 상관관계는 Table 4와 같다. 대상자의 영적안녕과 생활스트레스 간에 유의한 상관관계는 없었으나, 영적안녕의 하위영역인 실존적 안녕과 생활스트레스 간에는 유의한 음의 상관관계($r=-.196$, $p=.001$). 영적안녕과 생활스트레스의 각각의 하위영역별 상관관계를 보면, 종교적 안녕은 생활스트레스의 하위영역 모두와 유의한 관계가 없었다. 반면 실존적 안녕은 교수와의 관계, 장래문제 및 학업문제를 제외한 생활스트레스의 하위영역과 유의한 음의 상관관계를 보였다.

고 찰

인간은 신체, 마음, 영이 서로 유기적인 관계를 형성하여 서로 상호작용하는 독특한 존재로, 인간에 있어서 영적 본성의 간과는 신체적, 정신적 질병을 일으키는 원인이 될 수 있으며, 영성의 강화는 신체적, 정서적 안녕을 가져올 수 있다.²²⁾ 따라서, 본 연구에서는 간호 대학생의 영적안녕과 생활스트레스 간의 상관관계를 파악하고자 시도하였으며, 그 결과를 중심으로 고찰하고자 한다.

대상자들의 영적안녕점수는 총 4점 만점에 평균 2.65 ± 0.43 점으로 중상이었는데, 이는 간호 대학생을 대상으로 한 이화인⁴⁾의 연구결과에서 총 5점 만점에 평균 3.48점의 중상으로 나타난 결과와 김미향¹⁰⁾의 연구에서 총 4점 만점에 2.86점으로 나온 결과와 일치하는 것이다. 이러한 결과는 영적안녕이 인간의 영적 본성을 최대한으로 개발시켜 개인의 내적 자원이 총체적으로 건강한 상태를 나타내는 것¹⁵⁾이라고 볼 때, 대상자의 안녕수준이 중상인 것은 영적으로 건강함을 나타내는 것이라 할 수 있다.

영적안녕의 하위영역 중 종교적 안녕은 총 4점 만점에 2.31 ± 0.65 점, 실존적 안녕은 2.99 ± 0.41 점으로 실존적 안녕이 종교적 안녕보다 점수가 높았는데, 이는 김미향¹⁰⁾의 연구에서 실

존적 안녕감이 평균 3.12점, 종교적 안녕감이 평균 2.66점으로 실존적 안녕감이 종교적 안녕감보다 높게 나온 결과와 간호사를 대상으로 한 이윤희²²⁾의 연구에서 총 5점 만점에 실존적 안녕이 평균 3.60점, 종교적 안녕이 평균 3.15점으로 실존적 안녕이 종교적 안녕보다 높게 나온 결과와 일치하는 것이다. 따라서, 대상자들은 절대자에 대한 인간의 안녕감인 종교적 안녕보다는 삶에 대한 만족감과 삶의 의미와 목적과 관련된 실존적 안녕에서 더 높은 안녕감을 갖고 있다고 할 수 있다. 이러한 결과는 대상자들이 절대자와의 관계보다는 자신의 실제 삶에 대한 의미와 목적 부분에서 더 높은 안녕상태를 나타내는 것이라 사료된다. 그 이유는 연구자가 종교의 종류와 상관없이 종교가 있는 집단과 종교가 없는 집단으로 구분하여 영적안녕에 대한 추가분석을 실시한 결과에서, 두 집단 모두에서 종교적 안녕보다는 실존적 안녕점수가 높게 나온 결과로 뒷받침할 수 있을 것으로 본다. 또한, 지금까지 우리나라에서는 영적안녕에 대한 실증적 연구가 미흡하게 진행되었으므로, 향후 영적연구에 대한 연구가 많이 이루어져야 할 것으로 생각된다.

대상자의 생활스트레스는 평균 1.28 ± 1.04 점으로 나체 나타났는데, 이는 일반 대학생을 대상으로 한 구지현¹⁴⁾의 연구에서 평균 1.63점으로 나온 결과와 대학 신입생을 대상으로 한 김성경³⁾의 연구에서 평균 2.02점으로 나온 결과보다는 낮은 것이다. 이러한 결과의 차이는 본 연구에서는 대상자가 간호 대학생으로 여학생만을 대상으로 하였으며, 취업 문제를 가지고 있는 4학년을 제외시켰으나, 구지현¹⁴⁾과 김성경³⁾의 연구에서는 남, 녀 대학생을 모두 포함시키고 학년도 전체 학년을 포함시킨 것과 관련이 있다고 본다.

생활스트레스의 하위영역에 대한 분석결과에서 학업문제, 가치관 문제, 장래문제 순으로 생활스트레스가 높았는데, 이는 여대생을 대상으로 한 김정호, 김선주 및 오영희²³⁾의 연구에서 학업문제 및 장래진로문제와 관련된 생활스트레스가 가장 높게 나타난 결과와 남, 녀 대학생을 대상으로 한 전영자 와 김세진²⁴⁾의 연구에서 여학생은 학업문제, 진로문제, 가족관계 문제에서 스트레스가 높다고 나타난 결과와 일치하는 것이다. 김영

상¹⁾도 생활스트레스 경험빈도 차이검증에서 여학생이 남학생에 비해 '가족과의 관계'와 '가치관에 따른 문제'에서 더 많은 스트레스를 경험하고, 생활스트레스 중요도 차이검증에서도 여학생이 남학생에 비해 '가치관과 관련된 문제'들을 더 중요하게 생각한다고 하였다.

영적안녕에 영향을 미치는 제 변수에 대한 분석에서 종교, 종교생활참여, 학과 만족도가 유의하게 나타났는데, 이는 간호대학생을 대상으로 한 이화인⁴⁾의 연구에서 종교, 신앙유무, 학년, 종교가 영적안녕에 영향을 미치는 요인으로 나온 결과와 구지현¹⁴⁾의 연구에서 성별, 종교, 신앙유무로 나타난 결과와 부분적으로 일치하는 것이다. 특히 종교는 선행연구들에서 공통적으로 영적안녕에 영향을 미치는 변수로 나타나 종교가 영적안녕과 밀접한 관계가 있음을 보여주고 있다. 본 연구에서 기독교를 믿는 경우 다른 종교를 믿거나 종교가 없는 경우보다 영적안녕 점수가 높게 나타났으며 추가분석에서도 종교가 있는 집단이 종교가 없는 집단보다 영적안녕점수가 높게 나타났다. 또한, 종교와 영적안녕의 관계를 구체적으로 분석하기 위해 영적안녕과 관련성을 보인 종교와 종교생활참여 등의 독립변수를 영적안녕의 하위변수인 종교적 안녕과 실존적 안녕 각각과 그 관련성을 분석한 결과에서도, 종교와 종교생활 참여는 영적안녕 중 종교적 안녕에서 유의한 차이를 나타내었다. 이는 김미자⁶⁾의 연구에서 종교의 여부는 영적안녕감과 부분적으로 관계가 있었으며, 기독교인이 타 종교인에 비해 영적안녕감의 점수가 높았다는 결과와 일맥상통하는 것이라 할 수 있다. 그러나, 개인의 종교는 선택과 참여에의 자율성 측면에서 본다면 강요될 수 없는 문제이므로 대상자의 영적안녕을 꾀하기 위한 종교적 접근은 제한적일 수 밖에 없다고 생각된다. 그러나, 종교를 가지고 있는 대상자의 경우는 보다 나은 영적안녕을 꾀하기 위해서 개인의 종교를 활용한 예방적 측면의 상담과 같은 전략을 고려해 볼 수 있을 것으로 사료된다.

대상자의 생활스트레스에 영향을 미치는 제 변수에 대한 분석에서 학년, 부모생존여부, 부모의 결혼상태, 신체건강상태, 학과 만족도 등에서 유의한 차이가 있었다. 이는 전양자와 김세진²³⁾의 연구에서 학년에 따라 스트레스 정도가 다르다고 보고한 결과, 윤병수 와 정봉교²⁵⁾의 연구에서 학년에 따라 다르다고 나타난 결과와 일치하는 것이다. 이러한 결과를 볼 때, 대상자들의 스트레스를 관리하기 위해서는 학년에 따라 영역별 스트레스를 고려한 차별화된 전략이 마련되어야 할 것으로 보인다. 또한, 선행연구에서 대학생의 생활스트레스에 영향을 주는 변인들에서 상이한 결과들이 나타났으므로 추후 연구에서는 다양한 집단과 선행연구에서 다루어지지 않았던 제 특성들을 포함한 연구를 통해 이에 대한 규명이 필요하다고 본다.

대상자의 영적안녕과 생활스트레스 간의 상관관계는 생활스

트레스는 영적안녕의 하위영역인 실존적 안녕과 음의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 서경현과 전경구⁹⁾의 연구에서 종교적 안녕은 단지 가족과의 관계에서의 스트레스와 부적 상관이 있었지만, 실존적 안녕감은 이성과의 관계에서의 스트레스를 제외한 모든 생활스트레스의 하위변인과 유의한 부적 상관이 있었다고 보고한 결과와 전경구, 정봉도 및 김용환¹⁵⁾의 연구에서 영적안녕이 우울에 대한 생활스트레스의 부정적 효과를 전반적으로 감소시켰다는 결과와 일치하는 것이다. 이러한 결과들을 통해 대상자들이 대학생활 중 경험하는 생활스트레스는 종교적 안녕보다는 실존적 안녕과 더 밀접한 관계가 있음을 알 수 있다.

서경현 과 전경구⁹⁾는 실존적 안녕을 충족감과 의미감으로 구분하여 분석한 연구에서 실존적 안녕이 대학생의 생활스트레스와 관련이 있는 것은 충족감이 정신건강과 정적상관에 있고, 의미감의 결여는 병리적 상태와 연관이 있다는 선행연구들과 같은 맥락에서 이해할 수 있다고 하였다. 인간의 영적안녕도 자신의 전인성을 가꾸어 주는 것이며 전인건강의 에너지이므로, 신체, 심리, 사회, 영적인 건강모형으로 이해해야 하고 개인의 건강과 질병에 있어서 영적안녕의 효과에 관심을 두어야 한다.^{26,27)}

이상의 결과들을 종합해 볼 때, 간호 대학생의 영적안녕수준은 양호한 편이며, 이들의 영적안녕 중 실존적 안녕이 생활스트레스와 밀접한 관계가 있음을 알 수 있었다. 따라서, 간호대학생의 생활스트레스를 낮추어 이들의 실천적 안녕수준을 높이는 것이 필요하다고 본다. 이를 위해 생활스트레스 감소에 영향을 주는 것으로 나타난 학년, 경제상태, 부모관련 상황 및 건강상태와 학과 만족도를 고려한 차별화된 전략이 필요하다. 아울러 영적안녕과 이들의 생활스트레스에 관한 연구가 부족한 상태에서 영적안녕이나 생활스트레스에 영향을 주는 변인에 대해 상이한 결과가 있었으므로 추후 연구에서는 이에 대한 분석이 이루어져야 할 것이다.

요 약

연구배경

본 연구는 간호 대학생의 영적안녕과 생활스트레스를 파악하고 이들의 관계를 규명하기 위해 시도하였다.

방 법

대상자는 B시에 소재한 2개 대학의 간호학과에 재학 중인

1,2,3학년 학생들로 총 305명이었다. 자료수집기간은 2007년 11월 1일 부터 12월 20일까지였으며, 수집된 자료는 SPSS WIN 12.0 program을 이용하여 빈도와 백분율, 평균과 표준편차, t-test, ANOVA 및 Pearson correlation coefficient로 분석하였다.

결 과

대상자의 안녕점수는 평균 2.65점으로 중상의 안녕상태를 보였으며, 생활스트레스는 평균 1.28점이었었다. 대상자의 영적안녕은 종교($F=27.656, p<.001$), 종교생활 참여($F=19.890, p<.001$), 종교영향($F=34.481, p<.001$), 학과 만족도($F=9.420, p<.001$)에 따라 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 대상자의 생활스트레스는 학년($F=6.532, p<.01$), 경제상태($F=8.215, p<.001$), 부모생존 여부($t=-3.39, p<.01$), 부모의 결혼상태($F=3.168, p<.05$), 신체건강상태($t=-4.760, p<.001$), 학과 만족도($F=7.043, p<.001$)에 따라서 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 영적안녕 중 실존적 안녕은 생활스트레스와 통계적으로 유의한 부적 상관관계($r=-.196, p=.001$)가 있는 것으로 나타났다.

결 론

간호 대학생의 영적안녕수준은 양호하며, 이들의 실존적 안녕이 생활스트레스와 밀접한 관계가 있음을 알 수 있었다. 또한, 대상자의 종교와 학과 만족도가 영적안녕에 영향을 주는 것으로 나타났으므로, 대상자의 영적안녕수준을 높이기 위해서는 종교를 활용할 필요가 있다. 특히 대상자들의 생활스트레스 감소를 위해서는 이들의 학년, 경제상태, 부모관련 상황 및 건강상태와 학과 만족도를 고려한 차별화된 전략이 필요하며 이를 통해 이들의 영적안녕을 높여 주어야 함을 알 수 있었다.

중심단어

영적안녕, 생활스트레스

참고문헌

1. Kim, Y. S. A study on life and coping style of college students[Master's thesis]. Taegu:Graduate School of Taegu University;2003.
2. Seoul National University Student Life Research Center. Report on characteristics of freshmen in Seoul National University. Bulletin of Seoul National University 2001;20-35.
3. Kim, S. K. A study on the influence on adjustment in university of life stress of freshmen. Bulletin of Ilip2002;8:9-34.
4. Lee, H. I. Correlation between spiritual well-being and mental health of nursing students. J Korean Acad Nurs2002;32(1):7-15.
5. Kim, M. J. Relationship among spiritual well-being, work stress and burnout of nurses in oncology unit[Master's thesis]. Busan:Graduate School of Kosin University;2005.
6. Yang, B. S. Spiritual well-being, self-esteem and depression in middle aged women[Master's thesis]. Jeonju: Graduate School of Jeonbuk University;1999.
7. Suh, K. H., Chon, K. K. Spiritual well-being, life stress, and coping. Korean J Heal Psychology2004;9(2):333-350.
8. Kim, M. H. A study on the relationship between spiritual well-being and importance of spiritual care. Bulletin of Chongam1997;21(1):1-12.
9. Shin, S. J. A study for the spiritual well-being and the spiritual nursing care of nurses[Master's thesis]. Seoul:Chung-Ang University;2003.
10. Kim, S. S., Min, J. Y., Yang, K. S., Lee, Y. H., Jang, N. R., Jung, D. Y., Jin, S. M., Choi, Y. J., Min, S. Y., Kim, S. J. Relationship between spiritual well-being and Psychological wellness. Bulletin of Ewha1997;30:1-14.
11. Ku, J. H. Spiritual well-being and mental health among college students [Master's thesis]. Seoul:Sahmyook University;2004.
12. Choh, K. K., Chung, B. D., Kim, Y. H. The role of spiritual well-being in the relations between life stress and depression. Communication Disorder2000;23(1):311-325.
13. Shu, K. H., Jung, S. J., Ku, J. H. Spiritual well-being, life stress, depress and self-esteem. Korean J Heal Psychology 2005;7(4):1077-1095.
14. Kang, J. H. A study of spiritual well-being in cancer patients [Master's thesis]. Busan:Busan National University;1996.
15. Chon, K. K., Kim, K. H., Yi, J. S. Development of the revised life stress scale for college students. Korean J Heal Psychology 2000;5(2):316-335.
16. Lee, M. R. Introduction to spiritual nursing. Seoul: Hyunmoonsa, 2002.
17. Lee, Y. H. A study of the correlation between spiritual well-being and spiritual nursing care of nurses[Master's thesis]. Kong Ju:Konh Ju University;2006.
18. Kim, J. H., Kim, S. J., Oh, Y. H. A study on the life stress in Duksung Womens University. Bulletin of Student Life Research1995;1:37-49.
19. Jeon, Y. J., Kim, S. J. A study on the life stress and coping of college student. Bulletin of Student Life Research1999;3:157-178.
20. Yoon, B. S., Jung, B. K. A study on stress factors, level, and symptoms of YeungNam university students. Bulletin of Student Research1999;30(1):27-57.
21. Clindell, H. J.D. Oh, S. C. translation. Total health. Seoul: Korea Jangro press, 1995.