

간호대학생의 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력이 대학생활 적응에 미치는 영향

김 판 화¹ · 김 영 미^{2*} · 이 혜 경³ · 임 미 란¹¹수성대학교 간호학과 조교수²경운대학교 간호학과 조교수³수성대학교 간호학과 교수

Effects of Self-Differentiation, Stress-Coping Methods and Self-Directed Learning Ability on Adjustment to College among Nursing Students

Pan-Heui Kim¹ · Young-Mi Kim^{2*} · Hae-Kyung Lee³ · Mi-Ran Lim¹¹Assistant Professor, Department of Nursing, Suseong University, Daegu 42078, Korea²Assistant Professor, Department of Nursing, Kyungwoon University, Gumi 39160, Korea³Professor, Department of Nursing, Suseong University, Daegu 42078, Korea

[요 약]

본 연구는 간호대학생의 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력이 대학생활 적응에 미치는 요인을 분석하여, 학생들의 중도 탈락률을 낮추고 성공적인 대학생활 적응을 지원하기 위한 교육 및 상담 프로그램 개발의 기초자료를 제공하고자 시도되었다. D시와 G도에 소재한 대학의 신입생 179명을 대상으로 2025년 5월 21일부터 6월 18일까지 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력 및 대학생활 적응에 대한 설문조사를 실시하였다. 연구결과, 대학생활 적응은 자아분화($r=.63$, $p<.001$), 적극적 스트레스 대처($r=.33$, $p<.001$), 자기주도학습능력($r=.49$, $p<.001$)와 유의한 양의 상관관계를 보였다. 간호대학생의 대학생활 적응 예측요인으로는 자아분화($\beta=0.47$, $p<.001$), 자기주도학습 능력($\beta=0.18$, $p=.012$), 전공만족도, 휴학고민 여부로 나타났고, 이 변수들은 대학생활 적응의 60%($F=38.47$, $p<.001$)를 설명하였다. 본 연구에서 자아분화가 가장 강력한 설명변인으로 나타났으며, 전공만족도와 휴학 고민 여부 등 환경·상황적 요인 역시 대학생활 적응에 중요한 영향을 미쳤다. 이러한 결과를 바탕으로 간호대학생의 대학생활 적응을 위한 교육적·상담적 전략이 필요함을 제언한다.

[Abstract]

This study aimed to analyze the factors influencing college adjustment among nursing students, specifically, self-differentiation, stress-coping methods, and self-directed learning ability, to provide basic data for developing educational and counseling programs designed to reduce student dropout rates and support successful adaptation to college life. From May 21 to June 18, 2025, a survey was conducted with 179 first-year nursing students enrolled in universities located in D City and G Province to assess their levels of self-differentiation, stress-coping methods, self-directed learning ability, and college adjustment. The results showed that college adjustment had significant positive correlations with self-differentiation ($r = .63$, $p < .001$), active stress-coping methods ($r = .33$, $p < .001$), and self-directed learning ability ($r = .49$, $p < .001$). The predictors of college adjustment among nursing students were self-differentiation ($\beta = 0.47$, $p < .001$), self-directed learning ability ($\beta = 0.18$, $p = .012$), satisfaction with major, and absence of contemplation regarding a leave of absence. These variables explained 60% of the variance in college adjustment ($F = 38.47$, $p < .001$). Self-differentiation emerged as the most powerful explanatory variable, and environmental/situational factors such as satisfaction with major and considering a leave of absence had important effects on college adjustment. The development of educational and counseling strategies to promote successful college adjustment among nursing students is recommended based on these findings.

색인어 : 간호대학생, 대학생활 적응, 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력

Keyword : Nursing Student, College Adjustment, Self-Differentiation, Stress-Coping Method, Self-Directed Learning Ability

<http://dx.doi.org/10.9728/dcs.2026.27.1.117>



This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Received 16 October 2025; **Revised** 01 December 2025

Accepted 02 January 2026

***Corresponding Author, Young-Mi Kim**

Tel: +82-54-479-1385

E-mail: 01771king@hanmail.net

1. 서론

한국교육개발원의 교육통계서비스(Korean Education Statistics Service; KESS) 자료에 따르면, 대학생 중도 탈락률은 꾸준히 증가하는 추세로, 2020년 8.5%에서 2023년 9.7%로 상승하여 대학생 100명 중 약 10명이 학업을 중단하는 것으로 보고되고 있다[1]. 이에 따라 대학생의 학업 지속을 돕고 중도 탈락을 예방하기 위한 효과적인 지원 대책이 요구되고 있다.

간호대학생을 대상으로 한 선행연구에서 학과 선택 동기를 살펴보면, 41.5%는 흥미나 적성에 따른 선택이었으나, 과반수에 해당하는 58.5%는 취업 전망과 고등학교 성적을 주요 선택 동기로 보고하였다[2]. 또한 높은 취업률로 인해 재입학이나 만학도가 증가하면서 간호학과 신입생의 연령대가 점차 다양해지면서, 동일한 교육 환경 안에 다양한 연령층의 학생이 공존하고 있어 대인관계에도 다양한 문제가 발생하여 스트레스를 경험하게 된다. 이는 신입생들의 대학생활 적응에도 부정적인 영향을 미칠 가능성이 있음을 시사한다.

대학생은 후기 청소년기에서 성인기로 이행하는 발달단계에 속해 있으며, 이 시기는 청소년기의 의존성을 감소시키고 성인으로서의 새로운 역할에 적응해야 하는 발달과제를 수행하게 된다. 대학생활에 성공적으로 적응하는 것은 이러한 발달과제를 성취하기 위한 필수 조건으로, 특히 간호대학생의 경우 학업 요구도와 실습 부담이 높아 대학생활 적응의 중요성이 더욱 크다.

대학생의 학교생활 적응에 영향을 미치는 환경적 요인 중 가족 요인은 가장 기초적인 일차적 환경 요인으로 작용하며[3], 이러한 가족 관계 속에서 형성되는 개인의 심리적 특성 중 하나가 자아분화이다. 자아분화는 심리적 건강 유지와 성숙, 대학생활 적응을 위한 결정적 변인으로 제시되고 있다[4]. Bowen의 가족체계이론에 따르면 자아분화는 내적·외적인 정서적 압력에 반사적으로 반응하기보다 의도적으로 사고하고 선택하는 능력, 즉 자신의 정체성을 유지하면서 타인과 관계를 맺는 능력을 의미한다[5],[6]. 따라서 건강한 자아분화 수준은 자신의 정체성과 대인관계의 균형을 가능하게 하여 성공적인 대학생활 적응에 중요한 기초를 제공한다. 간호대학생과 일반 대학생의 대학생활 적응과 자아분화에 관한 선행연구에 따르면, 자아분화 수준이 높을수록 대인관계 갈등이 적고 대학생활 적응을 더 잘하는 것으로 보고되었다[7]-[11]. 이와 같이 자아분화는 대학생활 적응을 촉진하는 중요한 심리적 자원으로 작용하며, 특히 성인 학습자가 증가하는 현시점에서 다양한 연령과 생애경험을 지닌 간호학과 신입생을 대상으로 자아분화와 대학생활 적응의 관련성을 파악하는 것은 의의가 크다.

자아분화 외에도 스트레스 대처방식은 대학생활 적응에 영향을 미치는 핵심 심리사회적 요인이다. 대학생활 적응 관련 선행연구[12]에서 스트레스 대처방식의 하위요인 중 적극적 대처가 대학생활 적응에 유의한 영향을 미쳤으며, 전반적으로

대처방식 사용 정도가 높을수록 대학생활 적응 수준이 높은 것으로 보고되었다[13]. 간호대학생은 학업, 임상실습, 대인관계 등 다양한 스트레스 요인에 노출되어 있으며, 스트레스를 적절히 관리하지 못할 경우 대학생활 적응뿐만 아니라 자신의 정신건강과 미래 간호대상자의 건강에도 부정적 영향을 미칠 수 있다.

또 다른 중요한 변인은 자기주도학습능력이다. 자기주도학습능력은 간호대학생이 개인적·전문적 성장에 필요한 지식, 기술과 태도를 획득하고 관리하는 능력으로[14], 졸업 후 간호사가 되었을 때 급변하는 간호 실무 환경에 효율적으로 대응하기 위해 학부과정에서부터 체계적인 훈련을 통해 길러줄 필요가 있다[15]. 자기주도학습능력은 학업 성취도와 밀접하게 관련될 뿐 아니라, 학습 및 일상생활에서 주도적으로 목표를 설정하고 과제를 해결해나가는 능력 및 태도라는 측면에서도 중요한 의미를 갖는다[16]. 간호대학생을 대상으로 한 선행연구에서 자기주도학습능력은 대학생활 적응과 유의한 관련성이 있으며, 대학생활에 잘 적응할수록 자기주도학습능력이 우수한 것으로 보고되었다[2],[17]-[19]. 이는 자기주도적으로 학습을 계획·실행·평가할 수 있는 능력이 학업 부담이 큰 간호대학생의 대학생활 적응을 촉진할 수 있음을 시사한다. 따라서 자기주도학습능력은 간호대학생의 대학생활 적응을 향상시키는 중요한 내적 자원으로 볼 수 있다.

지금까지 살펴본 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력은 각각 독립적인 변인이라기보다 상호작용하며 간호대학생의 대학생활 적응에 복합적으로 영향을 미치는 심리사회적 자원으로 볼 수 있다. 즉, 자아분화는 스트레스 상황을 해석하고 대처전략을 수립하는데 영향을 줄 수 있으며, 이는 자기주도적으로 학습 목표 설정과 과제 수행하는 과정과도 연결될 수 있다. 하지만 선행연구에서는 자아분화와 대학생활 적응[7]-[11], 스트레스 대처방식과 대학생활 적응[13], 자기주도학습능력과 대학생활 적응간의 관련성을 각각 부분적으로 확인한 연구들이 보고되어[2],[17]-[19] 이 세 변인간의 상호관련성과 이들 변인이 대학생활 적응에 미치는 영향을 종합적으로 분석한 연구는 부족한 실정이다.

이에 본 연구에서는 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력 및 대학생활 적응 수준을 파악하고, 이들 변수가 대학생활 적응에 미치는 영향을 파악하여 간호대학생의 중도 탈락률 감소와 대학생활 적응 향상을 위한 교육적·상담적 전략 수립에 기초자료를 제시하고자 한다. 또한 기존 연구들이 개별 변인 중심으로 대학생활 적응을 분석한 데 비해, 본 연구는 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력을 통합적으로 검증함으로써 간호대학생 대학생활 적응의 구조적 이해를 확장하고자 한다.

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 간호대학생의 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력, 대학생활적응 정도를 파악한다.

둘째, 간호대학생의 일반적 특성에 따른 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력, 대학생활 적응 정도 차이를 파악한다.

셋째, 간호대학생의 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력, 대학생활 적응 간의 상관관계를 규명한다.

넷째, 간호대학생의 대학생활 적응에 미치는 영향요인을 파악한다.

II. 본 론

2-1 연구설계

본 연구는 간호대학생의 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력이 대학생활 적응에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2-2 연구대상 및 자료수집

본 연구의 대상은 D시와 G도에 소재한 대학 1학년 신입생으로 타 대학을 1년 이상 수료한 적이 있는 학생은 제외하고, 본 연구 목적을 이해하고 자발적으로 동의한 자를 선정하였다.

대상자수는 표본 크기 산정 프로그램인 G*Power 3.1. 9.4 프로그램을 이용하여 산출하였다. 다중 회귀분석 시 유의수준 .05, 검정력 .95, 중간 효과크기 0.15, 예측변수 10개를 기준으로 172명이 산출되었고, 탈락률을 고려해 190명에게 설문지를 배부하였다. 회수된 설문지 180개 중에 불성실한 응답 1부를 제외하고 최종 179부를 분석하였다.

2-3 연구도구

1) 자아분화

대학생의 자아분화 정도를 측정하기 위해 Bowen[5]의 가족체계이론을 수정하여 제작한 제석봉[20]의 자아분화 척도를 사용하였다. 총 36개 문항으로 정서인지 분화, 자아의 통합, 가족 투사, 정서적 단절 및 가족 퇴행의 다섯 가지 하위요인으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘아주 그렇다’ 4점까지 Likert식 척도로, 각 하위척도의 점수를 합산한 것이 전체 자아분화 수준을 나타내며 점수가 높을수록 자아분화가 잘 되어 있음을 의미한다. 제석봉의 연구[20]에서는 신뢰도 Cronbach α 는 .90이었고, 본 연구에서는 .88로 나타났다.

2) 스트레스 대처방식

스트레스 대처방식을 측정하기 위해 Lazarus와 Folkman[21]이 개발한 스트레스 대처방식 척도에 기초하여 김정희[22]가 요인 분석한 척도를 박주영[23]이 문제 중심 대처 6문항, 사회적 지지 추구 6문항, 정서 중심 대처 6문항, 소망적 사고 6문항씩 선택하여 총 24문항으로 재구성한 스트레스 대처방식 척도를 사용하였다. 하위영역은 문제 중심 대처와 사회적 지지 추구를 적극적 대처로, 정서 중심 대처와 소망적 사고를 소극적 대

처로 나누었으며, 각 문항은 ‘전혀 사용하지 않음’ 1점에서 ‘매우 많이 사용’ 4점까지 Likert식 척도로 하위영역별 문항의 점수를 합한 점수가 높을수록 해당 대처방식을 많이 사용하는 것을 의미한다. 박주영의 연구[23]에서 신뢰도 Cronbach α 는 하위영역별로 0.62~0.84이었고, 전체는 .81이었으며, 본 연구에서는 하위영역별로 0.77~0.88이었고 전체는 .92로 나타났다.

3) 자기주도학습능력

배을규와 이민영[24]이 개발한 자기주도학습능력 척도를 사용하였는데, 총 21문항은 인지적 영역 6문항, 정의적 영역 6문항, 행동적 영역 9문항으로 구성되었다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점까지 Likert식 척도로 점수가 높을수록 자기주도학습능력이 높음을 의미한다. 배을규와 이민영의 연구[24]에서 신뢰도 Cronbach α 는 .79이었고, 본 연구에서는 .95로 나타났다.

4) 대학생활 적응

대학생활 적응을 측정하기 위해 Baker와 Siryk[25]가 개발한 대학생활 적응도 검사(Student Adaptation to College Questionnaire: SACQ)를 이윤정[26]이 수정한 척도를 사용하여 측정하였다. 총 25문항은 사회적 영역 5문항, 학문적 영역 5문항, 신체적 영역 5문항, 정서적 영역 5문항, 대학에 대한 애착 5문항으로, 5개의 하위요인으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 아니다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점까지 Likert식 척도로 되어 있으며, 역문항은 역채점하여 모두 합한 점수가 높을수록 대학생활 적응을 잘 하는 것을 의미한다. 이윤정의 연구[26]에서 신뢰도 Cronbach α 는 .85이었고, 본 연구에서는 .87로 나타났다.

2-4 자료수집 방법

본 연구의 자료수집 기간은 2025년 5월 21일부터 6월 18일까지이다. 자료수집은 D시와 G도 소재의 2개 대학에 재학 중인 간호대학생으로 학년 대표에게 연구에 대해 공지한 후 연구 참여를 원하는 대상자에게 연구설명서와 동의서를 SNS로 보낸 후 설명문을 읽고 동의한 학생에게 구글 설문지를 작성하도록 하여 수집하였다. 대상자에게 수집된 자료 및 연구 결과는 연구의 목적으로만 사용할 것이며, 연구 도중 언제든지 참여를 철회할 수 있고, 그에 따른 어떠한 불이익도 없음을 설명하였다. 또한 설문지는 무기명처리 및 고유번호를 부여하여 비밀보장될 것임을 설명하였다. 설문지에 응답하는 데 걸리는 시간은 약 15분 정도였다. 설문에 응답한 모든 대상자에게는 소정의 답례품을 제공하였다.

2-5 자료분석 방법

수집된 자료는 SPSS/WIN 21.0 프로그램을 이용하여 분석

표 1. 일반적 특성에 따른 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력 및 대학생활 적응의 차이

Table 1. Differences in self-differentiation, stress-coping methods, self-directed learning ability and student adjustment to college according to general characteristics

(N=179)

Characteristics	Categories	N(%)	Self-Differentiation		Stress-Coping Methods		Self-Directed Learning Ability		Student Adjustment to College	
			M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)
Gender	Male	48 (26.8)	102.58±12.57	-0.68 (.497)	63.92±13.01	1.53 (.128)	78.06±12.95	0.57 (.567)	82.40±12.32	-0.42 (.680)
	Female	131 (73.2)	104.06±12.96		60.91±11.14		76.82±12.83		83.31±13.15	
	Total		21.18(±7.08)							
Age(yr)	≤19	136 (76.0)	104.27±12.62	0.78 (.461)	60.99±11.48	1.08 (.343)	76.33±12.67	2.03 (.135)	82.68±12.56	0.71 (.491)
	20-29	27 (15.1)	100.93±12.13		64.00±11.70		77.78±13.12		82.81±14.07	
	≥30	16 (8.9)	103.13±15.82		64.00±13.58		83.06±13.05		86.75±14.03	
Motivation of Major Selection	Ease of Employment	85 (47.5)	104.04±12.19	2.10 (.126)	62.29±12.00	1.18 (.309)	76.45±13.31	2.74 (.067)	83.46±11.96	2.97 (.054)
	Recommendation	39 (21.8)	100.18±14.02		59.18±12.53		74.31±12.71		78.95±13.60	
	Interest	55 (30.7)	105.56±12.69		62.62±10.57		80.25±11.73		85.38±13.36	
Type of High School Graduate	General	120 (67.0)	105.22±11.73	3.80 (.024)	61.08±11.53	1.06 (.350)	77.35±12.49	0.10 (.905)	84.00±12.71	1.04 (.355)
	Specialized	49 (27.4)	101.59±15.10		63.71±12.53		77.00±14.03		81.49±13.00	
	Qualification Exam	10 (5.6)	95.20±9.50		59.60±9.28		75.50±12.05		79.60±14.78	
Type of Family	Extended	26 (14.5)	107.58±8.46	2.80 (.063)	62.27±12.60	0.11 (.896)	77.85±13.70	0.04 (.956)	85.65±12.24	1.01 (.365)
	Nuclear	150 (83.8)	103.24±13.36		61.67±11.61		77.03±12.80		82.76±13.08	
	Etc	3 (1.7)	91.00±6.00		59.00±12.77		77.33±10.79		76.00±5.57	
Type of Residence	With Family ^a	121 (67.6)	103.49±12.84	3.45 (.034) b>c	61.26±12.30	1.57 (.210)	76.44±13.27	0.65 (.524)	83.32±12.77	0.60 (.552)
	Dormitory ^b	40 (22.3)	106.95±11.43		61.00±9.00		78.20±11.54		83.70±13.74	
	Alone ^c	18 (10.1)	97.56±14.02		66.33±12.56		79.61±12.84		79.94±12.15	
Major Satisfaction	Dissatisfaction ^a	26 (14.5)	97.00±14.14	5.70 (.004) c>a	60.35±9.44	5.61 (.004) c>b	70.27±9.38	23.01 (<.001) c>a,b	71.19±13.10	32.75 (<.001) c>b>a
	Moderate ^b	100 (55.9)	103.57±11.56		59.74±10.78		74.31±11.46		81.48±8.80	
	Satisfaction ^c	53 (29.6)	107.11±13.40		66.11±13.32		85.89±12.45		91.89±13.62	
Economic Satisfaction	Dissatisfaction ^a	26 (14.5)	93.81±13.54	13.48 (<.001) c>b>a	60.96±12.10	4.16 (.017) c>b	73.50±11.36	9.72 (<.001) c>a,b	73.65±11.43	15.72 (<.001) c>b>a
	Moderate ^b	83 (46.4)	103.06±10.25		59.40±10.48		74.05±10.57		81.52±9.59	
	Satisfaction ^c	70 (39.1)	108.04±13.32		64.74±12.42		82.19±14.26		88.40±14.42	
Thinking About Leave School	No ^a	136 (76.0)	104.82±12.53	2.17 (.031)	62.13±11.70	0.83 (.407)	78.83±13.09	3.19 (.002)	85.87±12.24	5.58 (<.001)
	Yes ^b	43 (24.0)	100.00±13.27		60.42±11.78		71.84±10.48		74.21±10.91	
Supporting Resources	No ^a	44 (24.6)	99.45±12.62	-2.54 (.012)	60.73±13.58	-0.64 (.521)	74.43±15.12	-1.62 (.106)	78.75±12.41	-2.60 (.010)
	Yes ^b	135 (75.4)	105.04±12.66		62.04±11.07		78.04±11.94		84.47±12.79	

하였고, 분석방법은 다음과 같다. 대상자의 일반적 특성은 평균과 표준편차, 빈도와 백분율을 이용하여 분석하였다. 변수의 정규성 검정은 왜도와 첨도를 확인하고, 대상자의 일반적 특성에 따른 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력 및 대학생활 적응의 차이는 독립 표본 *t*검정(independent *t*-test), 일원분산분석(one-way ANOVA)으로 분석하고, 사후검증은 Scheffé test로 분석하였다. 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력 및 대학생활 적응 정도는 평균과 표준편차로 분석하였고, 이들 간의 관계는 피어슨 상관계수(Pearson's correlation coefficient)로 분석하였다. 연구대상자의 대학생활 적응에 영향을 미치는 요인은 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 이용하여 분석하였다.

III. 연구결과

3-1 일반적 특성

일반적 특성을 살펴보면, 성별은 '남' 48명(26.8%), '여' 131명(73.2%)이었으며, 나이는 '19세이하' 136명(76.0%)으로 가장 많았다. 학과 선택 동기는 '취업 용이성'이 85명(47.5%)으로 가장 높았고, 다음으로 '적성/흥미 고려' 55명(30.7%)이었다. 고졸유형은 '일반계고' 120명(67.0%), '특성화고' 49명(27.4%) 순으로 나타났다. 가족 유형은 '핵가족' 150명(83.8%)으로 대부분을 차지하였고, 주거유형은 '본가'가 121명(67.6%), '기숙사'가 40명(22.3%) 순으로 나타났다. 전공만족도는 '보통' 100명(46.4%), '만족' 53명(29.6%), '불만족' 26명(14.5%) 순이었으며, 경제상태에 대한 만족도는 '보통' 83명(46.4%), '만족' 70명(39.1%) 순으로 나타났다. 휴학·자퇴 고민은 '없음' 136명(76.0%), '있음' 43명(24.0%) 순이었으며, 적응에 어려움이 있을 때 지지자원은 '있음'이 135명(75.4%), '없음(혼자해결)' 44명(24.6%)으로 나타났다(표 1).

3-2 일반적 특성에 따른 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력 및 대학생활 적응의 차이

일반적 특성에 따른 자아분화의 차이를 분석한 결과, 고졸 유형에 따라 자아분화 점수에 유의하게 차이가 나타났으나 ($F=3.80, p=.024$) 사후검증 결과 집단간 유의한 차이는 확인되지 않았다. 거주유형의 경우 '기숙사'가 '자취'보다 자아분화 수준이 유의하게 높았으며($F=3.45, p=.034$), 전공만족도에서 '만족'이 '불만족'보다 유의하게 높았다($F=5.70, p=.004$). 경제상태 만족도는 '만족', '보통', '불만' 순으로 자아분화 수준이 높은 것으로 나타났다($F=13.48, p<.001$). 또한 자아분화는 휴학·자퇴 고민 여부에 따라 유의한 차이를 보였으며 ($t=2.17, p=.031$), 대학생활 적응에 어려움이 있을 때 지지자원 유무에 따라서는도 유의하게 차이가 있는 것으로 나타났다

($t=-2.54, p=.012$)(표 1).

일반적 특성에 따른 스트레스 대처방식을 분석한 결과, 전공만족도에서 '만족'이 '보통'보다 유의하게 높았고($F=5.61, p=.004$). 경제상태 만족도에서도 '만족'이 '보통'보다 유의하게 높은 것으로 나타났다($F=4.16, p=.017$)(표 1).

일반적 특성에 따른 자기주도학습능력의 차이에서는 전공만족도에서 '만족'이 '보통' 및 '불만족'보다 유의하게 높았고($F=23.1, p<.001$), 경제상태 만족도에서도 '만족'이 '보통' 및 '불만족'보다 유의하게 높았다($F=9.72, p<.001$). 또한 휴학·자퇴 고민 여부에 따라서는도 유의한 차이가 나타났다($t=3.19, p=.002$)(표 1).

일반적 특성에 따른 대학생활 적응의 차이를 살펴본 결과, 전공만족도에서 '만족', '보통', '불만족' 순으로 대학생활 적응 수준이 높았으며($F=32.75, p<.001$), 경제상태 만족도 역시 '만족', '보통', '불만족' 순으로 높은 것으로 나타났다($F=15.72, p<.001$). 휴학·자퇴 고민 '없음'이 '있음'보다 유의하게 높았고($t=5.58, p<.001$), 적응에 어려움이 있을 때 지지자원 '없음'이 '있음'에 비해 유의하게 낮았다($t=-2.60, p=.010$)(표 1).

3-3 대상자의 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력 및 대학생활 적응의 정도

대상자의 자아분화 정도는 평균 103.66 ± 12.84 점이었고, 스트레스 대처방식 전체는 평균 61.75 ± 11.71 점으로 나타났고, 적극적 대처는 평균 32.09 ± 6.85 점, 소극적 대처는 평균 29.63 ± 6.26 점으로 나타났다. 자기주도학습 능력은 평균 77.15 ± 12.84 점이었고, 대학생활 적응은 평균 83.07 ± 12.91 점으로 나타났다(표 2).

표 2. 대상자의 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력 및 대학생활 적응 정도

Table 2. Differences in self-differentiation, stress-coping methods, self-directed learning ability and student adjustment to college in the subjects

(N=179)

Variables	Min	Max	Mean±SD
Self-Differentiation	69.0	132.0	103.66±12.84
Stress-Coping Methods	36.0	96.0	61.72±11.71
Active Coping	18.0	48.0	32.09±6.85
Passive Coping	15.0	48.0	29.63±6.26
Self-Directed Learning Ability	42.0	105.0	77.15±12.84
Student Adjustment to College	40.0	117.0	83.07±12.91

3-4 대상자의 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력 및 대학생활 적응 간의 상관관계

대상자의 대학생활 적응은 자아분화($r=.63, p<.001$), 스트레스 대처방식 전체($r=.17, p=.025$), 적극적 대처($r=.33, p<.001$), 자기주도학습능력($r=.49, p<.001$)과 유의한 양의상

표 3. 대상자의 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력 및 대학생활 적응 간의 상관관계

Table 3. Correlations between self-differentiation, stress-coping methods, self-directed learning ability and student adjustment to college (N=179)

Variables	1	2	2-1	2-2	3	4
Self-Differentiation	1					
Stress-Coping Methods	-.05(.537)	1				
Active Coping	.18(.018)	.90(<.001)	1			
Passive Coping	-.28(<.001)	.88(<.001)	.60(<.001)	1		
Self-Directed Learning Ability	.28(<.001)	.59(<.001)	.68(<.001)	.36(<.001)	1	
Student Adjustment to College	.63(<.001)	.17(.025)	.33(<.001)	-.05(.537)	.49(<.001)	1

표 4. 대상자의 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력이 대학생활 적응에 미치는 영향요인

Table 4. Influencing factors of self-differentiation, stress-coping methods and self-directed learning ability on college adjustment among nursing students (N=179)

Variables	B	SE	β	t	p	tolerance	VIF
Constant	19.95	7.05		2.83	.005		
Self-Differentiation	.47	.05	.47	8.83	<.001	.81	1.24
Stress-Coping Methods	.02	.07	.02	.28	.783	.60	1.66
Self-Directed Learning Ability	.18	.07	.18	2.55	.012	.48	2.09
Major Satisfaction(Dissatisfaction)	-10.76	2.20	-.29	-4.90	<.001	.63	1.59
Major Satisfaction(Moderate)	-5.52	1.54	-.21	-3.59	<.001	.64	1.55
Thinking about Leave School(No)	6.09	1.51	.20	4.03	<.001	.90	1.11
Supporting Resources(No)	-1.61	1.47	-.05	-1.10	.274	.94	1.06

R²=.612, Adjusted R²=.596, F(p) =38.47(<.001)

*reference group: Major satisfaction(Satisfaction), Thinking about leave school(Yes), Supporting resources(Yes)

관계를 보였다. 스트레스 대처방식 전체는 자기주도학습능력 과 유의한 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다(r=.59, p<.001). 스트레스 대처방식의 하위 영역을 살펴보면, 적극적 대 처는 자아분화(r=.18, p=.018)와 자기주도학습능력(r=.68, p<.001) 모두와 유의한 양의 상관관계를 보였으며, 소극적 대 처는 자아분화와는 유의한 음의 상관관계(r=-.28, p<.001) 를, 자기주도학습능력과는 양의 상관관계(r=.36, p<.001)를 보였다. 또한 자기주도학습능력은 자아분화와 유의한 양의 상 관관계가 있는 것으로 나타났다(r=.28, p<.001)(표 3).

3-5 대상자의 대학생활 적응 영향요인

대상자의 일반적 특성을 모두 고려하면서 자아분화, 스트 레스 대처방식, 자기주도학습능력이 대학생활 적응에 미치는 영향을 파악하고, 설명력 정도를 확인하기 위하여 다중회귀분 석을 실시하였으며, 종속변수의 자기상관과 독립변수 간의 다 중공선성을 검토하였다. 잔차분석 결과 Durbin-Watson은 2.05로 2에 가까워 자기상관성이 없었으며, 다중공선성 진단 결과 공차 한계의 범위가 0.48-0.95로 0.1 이상이었고, 분산 팽창인자(VIF)는 1.05-2.09로 기준치인 10을 넘지 않아 다 중공선성의 문제는 없는 것으로 나타났다. 이에 간호대학생의 대학생활 적응에 미치는 영향요인을 알아보기 위해 일반적

특성 중 전공만족도(만족), 휴학고민 여부(있음), 지지자원(있 음)을 더미변수로 처리하였다(표 4).

본 연구의 다중회귀모델에 포함된 대상자의 일반적 특성 (전공만족도, 휴학고민, 지지자원)과 자아분화, 스트레스 대 처방식, 자기주도학습능력을 투입한 결과 대상자의 대학생활 적응을 설명하는 요인은 자아분화($\beta=0.47$, p<.001), 자기주 도학습능력($\beta=0.18$, p=.012), 전공만족도 불만족($\beta=-0.30$, p<.001), 전공만족도 보통($\beta=-0.21$, p<.001), 휴학고민 없 음($\beta=0.20$, p<.001)이었으며, 이 모델의 설명력은 Adjusted R2 60%이었다(F=38.47, p<.001). 즉, 자아분화, 자기주도 학습능력, 전공만족도가 높을수록, 휴학에 대한 고민이 없을 수록 대학생활 적응을 잘하는 것으로 나타났으며, 이들 변수 중 자아분화가 대학생활 적응에 가장 큰 영향을 미치는 요인 으로 나타났다(표 4).

IV. 논 의

본 연구대상자의 대학생활 적응 평균은 83.07점이며, 전반 적으로 중간 이상의 적응수준을 보였다. 이는 간호대학생을 대상으로 동일한 측정도구를 사용한 선행연구[27],[28] 결

과와 유사하거나 다소 높은 수준이다. 이러한 결과는 새로운 환경에 대한 탐구심과 긍정적인 기대감, 그리고 전공에 대한 높은 만족도와 관련성이 있는 것으로 판단된다.

자아분화 평균은 103.66점으로 나타났으며, 간호대학생을 대상으로 동일한 측정도구를 사용한 임미혜의 연구[8]에서 자아분화 평균점수 3.07점(144점 환산 110.52점)보다 다소 낮게 나타났다. 이는 본 연구가 1학년 간호대학생을 대상으로 수행된 반면, 임미혜의 연구[8]에서는 1학년 비율이 17.5%에 불과해 학년 구성이 상이한 것에 기인할 수 있다. 한편, 중학생을 대상으로 수행된 연구[29] 결과에 따르면, 3학년 집단이 1학년 집단에 비해 정서와 인지적 분화가 높게 나타났다. 이를 토대로 학년이 상승함에 따라 정서적 독립성과 자율성이 높은 수준으로 발달한다는 점을 확인할 수 있으며, 본 연구결과도 학년에 따른 자아분화 수준 차이에 관한 선행연구들과 맥락을 같이 한다고 할 수 있다. 따라서 대학생의 자아분화 수준을 보다 정밀하게 평가하기 위해서는 학년별 차이를 고려한 추가적인 연구가 필요하며, 학년별 자아분화 수준을 높이기 위한 방안이 강구되어야 할 것이다. 자기주도학습능력 평균이 77.15점으로 나타나 학생들이 스스로 학습을 계획하고 실행하는 기본적인 역량을 갖추고 있음을 보여주었다. 스트레스 대처방식의 전체 평균이 61.75점으로 적극적 대처 점수가 소극적 대처보다 높게 나타나, 학생들이 문제 해결 중심의 능동적인 대처를 선호하는 경향이 있음을 알 수 있었다. 이러한 결과는 간호대학생들이 내재적으로 긍정적인 심리적 자원을 가지고 있음을 시사하며 이는 긍정심리자본인 셀프리더십, 학습몰입, 사회적 지지, 정서조절능력 등과 관련이 있으며 대학생활 적응에 긍정적인 영향을 미친다는 선행연구[30]를 뒷받침한다.

일반적 특성에 따른 대학생활 적응은 전공만족도가 높을수록, 경제상태 만족도가 높을수록, 휴학·자퇴 고민이 없을수록 학교생활이 만족스럽다고 느끼는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 간호대학생을 대상으로 한 기존 연구[31]와 유사하며 경제적 안정과 전공 만족이 대학생활 적응에 중요한 영향을 준다는 것을 확인하였다. 반면 대학생활 적응에 어려움이 있을 때 지지자원 '없음'이 '있음'에 비해 유의하게 낮았다. 사회적 지지는 사회조직 속에서 타인이 자신을 가치 있게 여기고 존중해 준다는 것을 지각하게 하여 개인이 스트레스를 적절히 대처할 수 있게 해준다[32]. 또한 사회적 지지와 대인관계는 학습능력을 향상시키고, 자기주도학습능력을 위한 물질적, 정서적, 정보적, 평가적 지원을 제공하는 중요한 요소이다[33]. 대학생활 적응에 영향을 미치는 또 다른 요인으로는 전공선택 동기의 개인적 동기, 사회적 동기가 대학생활 적응에 긍정적인 영향을 미친다[34]. 개인의 내적 역량뿐만 아니라 전공선택에 대한 만족감이나 경제적 안정감과 같은 외적, 환경적 요인 또한 대학생활 적응에 중요한 역할을 함을 시사한다. 특히, 전공에 만족하는 학생들과 경제 상태에 만족하는 학생들이 자기주도학습능력과 대학생활 적응에서 높은 결과를 보여 학생들의 전공 적합성 향상과 경제적 지원 방안을 마련하는

것이 필요함을 알 수 있다. 더불어, 휴학·자퇴 고민이 없거나 적응에 어려움이 있을 때 지지자원이 있는 경우 대학생활 적응을 더 잘하는 것으로 확인되었다.

간호대학생들의 대학생활 적응, 자아분화, 스트레스 대처방식, 자기주도학습능력 간의 상관관계에서는 대학생활 적응은 자아분화($r=.63, p<.001$), 스트레스 대처방식 전체($r=.17, p=.025$) 및 적극적 대처($r=.33, p<.001$), 자기주도학습능력($r=.49, p<.001$)과 유의한 양의 상관관계를 보였다. 이는 자아분화 수준이 높고, 스트레스에 적극적으로 대처하며, 자기주도학습 능력이 뛰어날수록 대학생활에 잘 적응한다는 점을 보여주었고, 이 결과는 자아분화 수준이 높을수록 대학생활 적응 수준이 높다는 선행연구[8],[35],[36] 결과와 일치한다. 특히, 자아분화수준이 높다는 것은 자신의 신념을 바탕으로 독립적으로 의사결정을 하고 행동하며 그에 따른 책임을 감당할 수 있는 능력을 의미한다. 이러한 자아분화가 높은 대학생은 새로운 환경에서 유연하게 적응하고 다양한 스트레스와 도전에 효과적으로 대응하여, 긍정적인 대인관계를 형성하고 학업에 몰입하는 데 유리함을 의미한다.

스트레스 대처방식의 하위 영역인 적극적 대처는 자아분화와 양의 상관관계가 나타났고, 소극적 대처는 자아분화와 음의 상관관계($r=-.28, p<.001$)를 보였다. 이는 자아분화가 높은 학생일수록 스트레스 상황에서 문제 해결에 초점을 맞춘 적극적인 대처를 더 많이 사용함을 시사한다. 선행연구[31]에서는 대학생활 적응과 자기주도학습능력은 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났고, 간호대학생을 대상으로 한 연구[37],[38]에서 대학생활 적응이 스트레스 대처와 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이는 다양한 학업 스트레스 상황에 놓여 있는 간호대학생의 대학생활 적응을 높이기 위한 전략으로 직접적인 스트레스 대처 훈련뿐만 아니라 자아분화를 높이므로써 적극적 대처를 사용할 수 있도록 돕는 간접적 전략도 고려할 필요가 있음을 시사한다.

대상자의 대학생활 적응을 설명하는 요인은 자아분화, 자기주도학습능력, 전공만족도 불만족, 전공만족도 보통, 휴학 고민 없음이었으며, 설명력은 60%이었다. 이는 자아분화 수준이 높을수록, 자기주도학습 능력이 우수할수록, 전공에 대한 만족도가 높고 휴학을 고민하지 않을수록 대학생활 적응을 잘한다는 것을 의미한다. 특히 자아분화는 대학생활 적응을 설명하는 데 가장 큰 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 자아분화 수준이 높다는 것은 자신의 신념과 가치에 근거하여 독립적으로 의사결정을 내리고, 정서적으로 과도하게 휘둘리지 않으면서 타인과의 관계를 유지할 수 있음을 의미한다. 즉, 간호대학생의 자아분화 수준이 높을수록 당면한 스트레스 상황에서 자신을 객관화하고 상황에 맞는 대처 행동을 선택하여 유연하게 적응하고 학업과 대인관계를 균형있게 유지할 수 있다. 이러한 점에서 자아분화는 간호대학생의 대학생활 적응을 뒷받침하는 핵심 심리적 기반으로 이해할 수 있다. 한편, 스트레스 대처방식은 상관분석에서는 대학생활 적응과 유의한 정적 상관을 보였으나, 다른 변인들을 동

시에 고려한 회귀모형에서는 유의한 예측요인으로 포함되지 않았다. 이는 스트레스 대처방식이 대학생활 적응에 직접적인 영향을 미치기보다는, 자아분화 및 자기주도학습능력에 비해 상대적인 영향력이 낮거나 간접적인 경로로 작용할 가능성이 있음을 보여준다. 본 연구 결과, 자기주도학습능력은 대학생활 적응에 유의한 영향을 미치는 요인이며, 자기주도학습능력과 자아분화, 전공만족도가 높고 휴학에 대한 고민이 없을수록 대학생활 적응 수준이 높은 것으로 나타났고, 특히 자아분화가 가장 강력한 설명 변인으로 확인되어 간호대학생의 대학생활 적응 향상을 위해 정서적·인지적 분화를 증진시키는 심리교육 및 상담 개입이 우선적으로 필요함을 시사한다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 간호대학생의 자아분화, 자기주도학습능력, 스트레스 대처방식이 대학생활 적응에 미치는 영향을 분석한 결과, 자아분화가 가장 핵심적인 설명변인이며 전공만족도와 휴학 고민 여부 등 환경적 요인 또한 중요한 영향을 미침을 확인하였다. 이에 대한 제언으로는 첫째, 자아분화를 증진하기 위한 체계적인 상담 및 집단 프로그램을 운영하고, 둘째, 자기주도학습능력 향상을 위한 학습코칭과 목표설정·시간관리 중심의 교내 지원체계를 강화하며, 셋째, 전공 이해를 돕는 오리엔테이션과 멘토링 등을 통해 전공만족도를 높일 수 있는 제도적·환경적 개선을 추진하고, 넷째, 스트레스 대처능력 강화를 위해 학생상담센터, 또래 지지모임, 멘토링 등 대학 차원의 통합적 지지환경을 구축할 필요가 있다. 한편 본 연구는 일부 대학 신입생을 대상으로 한 횡단연구로 일반화와 인과관계 규명에 한계가 있으며, 자기보고식 설문으로 인한 사회적 바람직성 편향 가능성도 존재한다. 따라서 향후 연구에서는 전국 단위 종단연구와 다양한 측정방법을 활용한 후속 연구 및 관련 교육·상담 프로그램의 효과를 검증하는 실험연구가 요구된다. 한편 본 연구는 일부 대학 신입생을 대상으로 한 횡단연구로 일반화와 인과관계 규명에 한계가 있으며, 자기보고식 설문으로 인한 사회적 바람직성 편향 가능성도 존재한다. 따라서 향후 연구에서는 전국 단위 종단연구와 다양한 측정방법을 활용한 후속 연구 및 관련 교육·상담 프로그램의 효과를 검증하는 실험연구가 요구된다.

참고문헌

[1] Korean Education Development Institute. 2024 Analysis of Education Statistics [Internet]. Available: <https://kess.kedi.re.kr>
 [2] Y.-J. Kim, H. Yoo, and M. Park, "Effect of Motive for Major

Selection on Major Satisfaction, Campus-Life Satisfaction, and Self-Directed Learning Ability among Nursing Students," *Journal of the Korean Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol. 17, No. 10, pp. 261-270, 2016. <https://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.10.261>
 [3] K. W. Kim and S. K. Moon, "A Study on The Ecological System Variables Affecting Parent-Adolescent Children Relationships: Buonfenbrenner's Perspective," *The Korea Journal of Youth Counseling*, Vol. 13, No. 1, pp. 71-84, 2005.
 [4] E. A. Skowron and M. L. Fiedlander, "The Differentiation of Self Inventory: Development and Initial Validation," *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 45, No. 3, pp. 235-246, 1998.
 [5] M. Bowen, "Therapy in The Practice of Psychotherapy," in *Family Therapy in Clinical Practice*, New York, NY: Garner Press, pp. 42-90, 1976.
 [6] M. J. Cha and S. B. Je, "A Study on The Family Function, Self-Differentiation and Life Position of Unwed Mothers and College Students," *Korean Journal of Family Social Work*, No. 29, pp. 175-199, 2010.
 [7] W. Moon and J. Kin, "A Study on the Adjustment to the College Life: Focusing on Mediated Effect of Self-Differentiation," *Medico-Legal Update*, Vol. 20, No. 1, pp. 1920-1925, 2020.
 [8] M.-H. Lim, "The Effects of Interpersonal Relationship Ability and Self-Differentiation on College Life Adjustment in Nursing Students," *Journal of the Korean Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol. 19, No. 9, pp. 225-233, 2018. <https://doi.org/10.5762/kais.2018.19.9.225>
 [9] H.-S. Lee, "The Effects of Adolescents' Self-Differentiation and Self-Esteem on School Life Adjustment," *Journal of the Korea Contents Association*, Vol. 13, No. 1, pp. 333-341, 2013. <http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2013.13.01.333>
 [10] Y. J. Park, "The Effects of Self-Differentiation, Family Function, Self-Esteem, and Psychological Well-being Perceived by College Students on Their Adaptation to College Life," *Counseling Psychology Education Welfare*, Vol. 11, No. 2, pp. 225-242, 2024. <https://doi.org/10.20496/cpew.2024.11.2.225>
 [11] Y. S. Choi, The Effect of Self-Differentiation on College Life Adjustment, Master's Thesis, Dong-A University, Busan, 2022.
 [12] H. S. Yoon, Y. M. Hwang, D. B. Kim, and S. H. Jang, "The Effects of College Students' Self-Differentiation, Stress Coping Strategies, and Mental Health on Their Adaptation to College Life," *The Journal of Korean*

- Educational Forum*, Vol. 10, No. 2, pp. 1-25, 2011.
- [13] E. A. Kim and K. S. Jang, "A Predictive Model of College Life Adaptation in Nursing Students," *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol. 18, No. 2, pp. 312-322, 2012.
- [14] C. Patterson, D. Crooks, and O. Lunyk-Child, "A New Perspective on Competencies for Self-Directed Learning," *Journal of Nursing Education*, Vol. 41, No. 1, pp. 25-31, 2002.
- [15] W. O. Oh, "Factors Influencing Self-Directedness in Learning of Nursing Students," *Journal of Korean Academy of Nursing*, Vol. 32, No. 5, pp. 684-693, 2002.
- [16] G. J. Choi, A Study on Relationship Between Self-Directed Learning and School Life Adjustment in High School Students, Master's Thesis, Konkuk University, Seoul, 2010.
- [17] H. R. Nam, "The Effects of Grit, Self-Directed Learning Ability, and Depression on College Life Adaptation in Nursing Students," *Journal of Business Convergence*, Vol. 8, No. 1, pp. 99-103, 2023.
- [18] I. K. Kim and J. A. Seong, "Learning Styles, Time Management Behaviors, and Self-Directed Learning Abilities of Nursing Students," *Journal of Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol. 16, No. 7, pp. 4621-4631, 2015.
- [19] Y. S. Woo and M. O. Song, "The Relationship among Career Decision Level, Academic Self-Efficacy, Self-Directed Learning Ability, and College Life Adaptation of Freshmen in Junior College," *Humanities and Social Sciences 21*, Vol. 13, No. 4, pp. 1417-1432, 2022. <http://dx.doi.org/10.22143/HSS21.13.4.99>
- [20] S. B. Je, The Relationship between Differentiation of Self and Dysfunctional Behavior, Ph.D. Dissertation, Pusan National University, Busan, 1989.
- [21] S. Folkman and R. S. Lazarus, "Stress Processes and Depressive Symptomatology," *Journal of Abnormal Psychology*, Vol. 95, No. 2, pp. 107-113, 1986. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.95.2.107>
- [22] J. H. Kim, Relations of Perceived Stress, Cognitive Set, and Coping Behaviors to Depression: A Focus on Freshmen's Stress Experiences, Ph.D. Dissertation, Seoul National University, Seoul, 1987.
- [23] J. Park, A Study on the Relationship among Character Type A & B, Ego-Identity and Stress Coping, Master's Thesis, Sookmyung Woman's University, Seoul, 1995.
- [24] E. K. Bae and M. Lee, "The Development of the Self-Directed Learning Ability Inventory for Employees in HRD Companies," *The Korean Journal of Human Resource Development Quarterly*, Vol. 12, No. 3, pp. 1-26, 2010. <https://doi.org/10.18211/kjhrdq.2010.12.3.001>
- [25] R. W. Baker and B. Siryk, *SACQ: Student Adaptation to College Questionnaire Manual*, Los Angeles, CA: Western Psychological Services, 1989.
- [26] Y. J. Lee, The Non-Residential Students' Adaptation to College Life and Career Plan, Master's Thesis, Ewha Woman's University, Seoul, 1999.
- [27] H. S. Cha, "Influence on Adjustment of University Life among Nursing Students," *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol. 20, No. 8, pp. 381-391, 2019. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2019.20.8.381>
- [28] Y.-I. Han and J.-M. Kim, "The Effect of Health Promotion Behaviors and University Life Adaptation to Employment Strategies of Nursing Students," *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol. 19, No. 3, pp. 399-409, 2018. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2018.19.3.399>
- [29] J. S. Lee and H. G. Kim, "The Influence of Middle School Students' Self-Esteem and Self-Differentiation on Career Decision Level," *Journal of Korean Practical Arts Education Research*, Vol. 27, No. 2, pp. 159-177, 2021. <https://doi.org/10.29113/skpaer.2021.27.2.008>
- [30] H.-H. Shin and S.-H. Jang, "The Effect of Positive Psychological Capital and Resilience on College Life Adjustment of Nursing Students," *Journal of the Korea Convergence Society*, Vol. 13, No. 2, pp. 321-329, 2022. <http://dx.doi.org/10.15207/JKCS.2022.13.02.321>
- [31] H.-G. Shin, "The Effect of College Life Adaptation and Self-Directed Learning Ability on Learning Flow in Nursing Students," *Journal of Korean Society of Integrative Medicine*, Vol. 12, No. 4, pp. 315-326, 2024.
- [32] M. K. Demaray and C. K. Malecki, "The Relationship Between Perceived Social Support and Maladjustment for Students at Risk," *Psychology in the Schools*, Vol. 39, No. 3, pp. 305-316, 2002. <https://doi.org/10.1002/pits.10018>
- [33] J. Jeong and C. Y. Jyung, "The Causal Relationship of Undergraduate Students' Career Adaptability, Social Support, Self-Esteem and Self-Directed Learning," *Journal of Agricultural Education and Human Resource Development*, Vol. 47, No. 1, pp. 79-96, 2015. <http://dx.doi.org/10.23840/agehrd.2015.47.1.79>
- [34] K. P. Ko and J. R. Ko, "Analysis of the Mediating Effect of Self-Directed Learning Ability and Social Support in the Relationship between Major Choice Motivation and College Life Adaptation in Freshmen," *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, Vol. 19, No.

11, pp. 425-458, 2019. <http://doi.org/10.22251/jlcci.2019.19.11.425>

- [35] J. N. Cha, Mediating Effects of College Life Adaptation in The Relationship Between Self-Differentiation and Career Decision-Making Self-Efficacy of College Students, Master's Thesis, Silla University, Busan, 2024.
- [36] H. Lee and J. Kim, "The Mediating Effect of Learning Motivation and College Life Adaptation in the Relation between Self-Differentiation and Psychological Well-Being of College Students," *The Journal of Yeolin Education*, Vol. 29, No. 1, pp. 217-237, 2021. <http://dx.doi.org/10.18230/tjye.2021.29.1.217>
- [37] J. K. Kim, W. J. Kim, and S. J. Lee, "Relationship of Self-Efficacy, Stress Coping, and College Life Adjustment in Nursing Students," *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol. 21, No. 7, pp. 120-126, 2020. <https://doi.org/10.5762/kais.2020.21.7.120>
- [38] H.-J. Jang, "The Effect of Personality Type, Academic Stress, and Stress Coping Styles on College Life Adjustment in Nursing Students," *Journal of the Korean Applied Science and Technology*, Vol. 37, No. 4, pp. 969-985, 2020.



김판희(Pan-Heui Kim)

2009년 : 경북대학교 대학원
(간호학 석사)
2023년 : 경북대학교 대학원
(간호학 박사)

1995년~2002년: 영남대학교의료원 정신간호사
2008년~2014년: 구미정신건강복지센터 팀장
2014년~2023년: 구미대학교 간호학과 조교수
2023년~2024년: 경운대학교 간호학과 조교수
2024년~현 재: 수성대학교 간호학과 조교수
※관심분야 : 중증정신질환자 간호, 지역사회정신건강사업



김영미(Young-Mi Kim)

2012년 : 계명대학교 대학원
(간호학 석사)
2020년 : 계명대학교 대학원
(간호학 박사)

2003년~2010년: 성경의료재단 경상병원 간호사
2010년~2012년: 대동병원 간호사
2012년~2015년 대구광역정신건강복지센터
2015년~현 재: 경운대학교 간호학과 조교수
※관심분야 : 정신장애, 정신건강, 심리 상담



이혜경(Hae-Kyung Lee)

1987년 : 경북대학교 대학원
(간호학 석사)
2000년 : 경북대학교 대학원
(간호학 박사)

1985년~1990년: 경북대학교병원 간호사
1991년~현 재: 수성대학교 간호학과 교수
※관심분야 : 정신건강, 중독, 집단상담



임미란(Mi-Ran Lim)

2009년 : 계명대학교 대학원
(간호학 석사)
2019년 : 계명대학교 대학원
(간호학 박사)

1995년~2016년: 김천의료원 간호사
2017년~현 재: 수성대학교 간호학과 교수
※관심분야 : 긍정심리, 노인간호, 삶의 질, 간호대학생