

간호학과 학생들의 외모만족도와 자아존중감이 심리적 안녕감에 미치는 영향

이인숙

강동대학교, 부교수

The Effect of Appearance Satisfaction and Self Esteem
on Psychological Well-Being of Nursing Students

Inn Sook, Lee

Department of Nursing, University of Gangdong, Associate Professor

한국간호연구학회지 『별책』 제5권 제1호 2021년 3월

The Journal of Korean Nursing Research

Vol. 5, No. 1, March. 2021

간호학과 학생들의 외모만족도와 자아존중감이 심리적 안녕감에 미치는 영향

이인숙

강동대학교, 부교수

The Effect of Appearance Satisfaction and Self Esteem on Psychological Well-Being of Nursing Students

Inn Sook, Lee

Department of Nursing, University of Gangdong, Associate Professor

Abstract

Purpose : This study aimed to investigate the difference in appearance satisfaction, self-esteem, and psychological well-being according to general characteristics, and the influence of appearance satisfaction and self-esteem on psychological well-being. **Methods** : Participants were 255 nursing students from a university in K-do. The data for the study were collected from July 10 to July 13, 2020. Analyses including descriptive statistics, t-test, One-way ANOVA, Scheffe test, Pearson correlation coefficient, and multiple regression analysis were used to examine the collected data with the SPSS/WIN 21.0 program. **Results** : According to this study's results, the level of appearance satisfaction, self-esteem, psychological well-being according to general characteristics varied significantly by economic status, academic achievement, family relationship, and academic major satisfaction. There is a positive correlation between appearance satisfaction, self-esteem, and psychological well-being among nursing students, and the variables that influence psychological well-being were self-esteem and academic major satisfaction. **Conclusion** : Therefore, universities need to provide on-campus programs that could increase students' level of self-esteem and academic major satisfaction consistently throughout semesters to promote the psychological well-being of nursing students.

Key words : Nursing Students, Personal Satisfaction, Self esteem

I. 서론

우리사회에서 외모는 사회생활의 중요한 요소로서 여러 분야에서 관심의 대상이 되고 있다. 특히 대중매체를 통해 전해지는 외모관리 열풍은 우리사회를 외모에 집착하게 만드는 주된 역할을 하고 있다[1]. 대학생들에게 있어 외모는 자기 자신을 타인에게 표현하는 중요한 척도로서 사회생활에 적응하는 데 매우 필수적인 요인이다. 자신의 외모에 대해 긍정적으로 생각하는 학생은 자신의 능력을 스스로 인정하고 자아존중감을 증진시켜 대학생활에 효과적으로 적응하지만 자신의 외모에 대해 부정적인 생각을 지닌 학생은 낮은 자아존중감으로 인해 스스로 위축되는 경향을 보이며 여러 가지 부적응을 야기하게 된다[2].

외모만족도란 신체 각 부위의 생김새와 신체 기능에 대한 만족감의 정도를 의미하는 신체만족도에 비해 자신의 전체적인 신체와 신체의 장식 상태로 표현되는 겉모습에 대한 만족감의 정도를 의미한다[3]. 외모만족도가 높으면 자신의 능력이나 성공, 가치 등을 높게 평가하여 자아존중감의 평가적 요소와 감정적 요소에 영향을 미쳐 자아존중감이 상승된다[4]. 그러나 외모에 불만족할 경우 사회생활에서 위축되는 것은 물론 심리적 불안, 자신감의 결여와 같은 자아존중감의 상실로 이어지게 되고 이러한 부정적 태도로 인해 사회·심리적인 문제를 초래할 수 있다[5]. 즉 외모에 대한 자가 평가와 외모로 인해 일상생활에서 겪었던 많은 경험에 의해 개인의 자아존중감이 변화하게 된다[6].

자아존중감은 자신의 존재에 대해 갖는 느낌을 의미하며 자신에 대한 평가에 의해 나타나게 된다. 대부분의 사람들은 사회생활을 하면서 타인과의 관계를 통해 자신의 가치를 발견하고 비교하며 평가하게 된다. 자신이 지닌 내적 가치는 타인과 비교하는 게 어렵지만 외적 가치는 비교가 가능하여 외모나 경제적인 성공과 같은 요소를 서열화하면서 스스로를 평가하게 된다[7]. 간호대학생을 대상으로 한 선행연구[8]에 의하면 외모만족도가 높을수록 자아존중감이 높은 것으로 나타났다. 그러나 서열화가 가능한 외적인 가

치를 중요시 여길수록 사소한 비교를 통해 개인의 심리적 안녕감은 점차 낮아지게 된다[7].

심리적 안녕감은 개인이 직면하는 수많은 도전에 대해 얼마나 긍정적으로 기능하는가에 관한 개념이며[9] 한 개인의 정서적 안녕감과 더불어 사회구성원으로서의 기능성까지 포함하므로[9-11] 자아정체성을 형성하고 확립해야 할 대학생 시기에 매우 중요한 변인이다[12]. 또한 심리적 안녕감은 개인영역, 사회영역, 가족영역 등에 포함된 여러 요인들이 복합적으로 얽혀져 있으며[13] 대인관계를 통해 많은 영향을 받게 된다. 심리적 안녕감에 중요한 요소인 원만한 대인관계 형성을 위해서는 타인과 주고받는 언어와 행동도 중요하지만 외모관리를 통해 각자가 형성한 신체적 이미지도 매우 중요한 요소라 할 수 있다[14]. 심리적 안녕감이 높은 사람들은 자아존중감이 높고 특히 지지적인 사회적 관계망과 여가활동, 업무에 대한 몰입, 희망과 목표 등과 같은 개인적 특성을 중요시 여긴다[15]. 즉 심리적 안녕감이 높은 사람은 타인과 더불어 원만한 대인관계를 형성하고 안정되게 유지하며 그러한 관계 안에서 타인으로부터 받는 인정과 존중을 통해 자신의 가치를 좀 더 긍정적으로 인식하게 되어 자아존중감이 더욱 높아지게 된다.

이에 본 연구는 대학 졸업 후 다양한 임상현장에서 신체적, 정신적 스트레스 강도가 높은 간호업무를 담당하게 될 간호학과 학생들을 대상으로 일반적 특성에 따른 외모만족도, 자아존중감, 심리적 안녕감의 차이를 파악하고 외모만족도와 자아존중감이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 규명함으로써 대학 4년 동안 간호학과 학생들의 심리적 안녕감 증진에 효과적인 교내 프로그램 개발에 필요한 기초자료를 제공하고자 한다.

II. 연구방법

1. 연구 설계

본 연구는 간호학과 학생들의 일반적 특성에 따른

외모만족도, 자아존중감, 심리적 안녕감의 차이를 파악하고 외모만족도와 자아존중감이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 규명하기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구 대상

본 연구의 대상자는 K도에 위치한 1개 대학교 간호학과 학생 255명이었다. G*Power 3.1.프로그램을 이용하여 대상자 수를 산출하였으며, 효과크기 .15, 유의수준 .05, 검정력 .95, 예측변수 9개일 때 최소 표본 수는 166명이었으므로 분석조건을 충족하였다.

3. 연구도구

1) 외모만족도

외모만족도를 측정하기 위하여 Mendelson과 White가 개발한 신체 존중감 척도(Body Esteem Scale)를 Sim[16]이 재구성한 것을 이용하였다. 본 측정도구는 신체와 외모에 관한 태도 및 감정을 나타내는 총 20문항으로 구성되어 있으며 ‘전혀 그렇지 않다’, 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점으로 측정하는 Likert 5점 척도이다. 일부(4,7,8,11,12,13,16,17,20번) 문항들을 역산하였고 점수가 높을수록 외모만족도가 높은 것을 의미한다. Sim[15]이 사용한 외모만족도 척도의 Cronbach α 는 .70이었으며 본 연구에서 Cronbach α 는 .91이었다.

2) 자아존중감

자아존중감을 측정하기 위하여 Rosenberg가 개발한 자아존중감 측정도구를 Jeon[17]이 번안하고 Park과 Son[1] 수정한 것을 사용하였다. 본 측정도구는 총 10문항으로 구성되어 있으며 ‘전혀 그렇지 않다’, 1점에서 ‘매우 그렇다’, 4점으로 측정하는 Likert 4점 척도이며 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다. Park과 Son[1]의 연구에서 자아존중감 척도의 Cronbach α 는 .82였으며 본 연구에서 Cronbach α 는 .87이었다.

3) 심리적 안녕감

대학생의 심리적 안녕감을 측정하기 위하여 Ryff[9]가 개발한 심리적 안녕감 도구를 Jo와 Park[18]의 연구에서 5점 척도로 수정한 것을 사용하였다. 본 측정도구는 총 18문항으로 구성되어 있으며 ‘전혀 그렇지 않다’, 1점에서 ‘매우 그렇다’, 5점으로 측정하는 Likert 5점 척도이다. 일부(3,4,5,6,13,16,17번) 문항들은 역산하였고 점수가 높을수록 심리적 안녕감이 높은 것을 의미한다. Jo와 Park[18]의 연구에서 심리적 안녕감 척도의 Cronbach α 는 .78이었으며 본 연구에서 Cronbach α 는 .78이었다.

4. 자료 수집 방법

자료 수집은 2020년 7월 10일부터 7월 13일까지 URL 설문지를 이용하여 실시하였다. 본 연구의 목적을 각 학년별 반대표에게 설명하였고 대상자에 대한 윤리적 고려를 위해 URL 설문지 첫 페이지에 연구의 목적과 절차를 안내하고 연구에 참여하기를 수락한 경우 설문조사에 참여하도록 하였다. 또한 수집된 자료는 무기명으로 처리되고 연구목적 이외의 어떠한 용도로도 사용하지 않을 것임을 안내하였다. 수집된 자료 260부 중 답변이 불충분한 5부를 제외한 후 총 255부를 최종분석에 이용하였다.

5. 자료 분석

수집된 자료는 SPSS WIN 21.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 첫째, 대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율을 산출하였고 둘째, 일반적 특성에 따른 외모만족도, 자아존중감, 심리적 안녕감의 차이를 파악하기 위해 t-test와 One-way ANOVA, Scheffé test를 실시하였다. 셋째, 대상자의 외모만족도, 자아존중감, 심리적 안녕감 간의 상관관계는 Pearson Correlation Coefficients를 산출하였다. 넷째, 대상자의 외모만족도와 자아존중감이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 파악하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다.

Ⅲ. 연구 결과

1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성 중 성별은 남학생 39명(15.3%), 여학생 216명(84.7%)이었고 학년은 1학년 73명(28.6%), 2학년 50명(19.7%), 3학년 47명(18.4%), 4학년 85명(33.3%)이었다. 종교는 ‘있다’ 105명(41.2%), ‘없다’ 150명(58.8%)이었다. 경제수준에 대해 ‘상’ 12명(4.7%), ‘중’ 187명(73.3%), ‘하’ 56명(22.0%)이었고

성적은 ‘상’이라는 응답이 35명(13.7%), ‘중’ 158명(62.0%), ‘하’ 62명(24.3%)이었다. 가족관계에 대해 ‘좋다’ 230명(90.2%) ‘나쁘다’ 25명(9.8%) 이었고 전공 만족도는 ‘만족’ 207명(81.2%), ‘불만족’ 48명(18.8%)이었다(Table 1).

2. 대상자의 외모만족도, 자아존중감, 심리적 안녕감의 정도

대상자의 외모만족도는 5점 만점에 평균 3.05(±0.59)

Table 1. Differences of Appearance Satisfaction, Self-esteem, and Psychological Well-being by General Characteristics of Subjects (N = 255)

Variables		n(%)	Appearance satisfaction		Self-esteem		Psychological well-being	
			M±SD	t/F(p)	M±SD	t/F(p)	M±SD	t/F(p)
Gender	Male	39(15.3)	3.12±0.56	0.73 (.464)	2.97±0.46	1.05 (.296)	3.59±0.43	1.93 (.055)
	Female	216(84.7)	3.04±0.60	2.89±0.46	3.45±0.41			
Grade	Senior	85(33.3)	3.01±0.63	0.69 (.559)	2.85±0.49	0.72 (.539)	3.41±0.45	1.62 (.185)
	Junior	47(18.4)	3.09±0.64	2.91±0.48	3.44±0.45			
	Sophomore	50(19.7)	2.99±0.58	2.96±0.44	3.55±0.33			
	Freshman	73(28.6)	3.12±0.54	2.91±0.42	3.50±0.38			
Religion	Yes	105(41.2)	3.08±0.53	0.49 (.622)	2.94±0.44	1.16 (.246)	3.49±0.39	0.59 (.552)
	No	150(58.8)	3.04±0.64	2.87±0.47	3.46±0.42			
Economic status	Uppera	12(4.7)	3.28±0.52	3.05 (.049)	3.03±0.45	3.11 (.046)	3.63±0.42	5.59 (.004) a,b > c*
	Middleb	187(73.3)	3.09±0.58	2.93±0.44	3.50±0.39			
	Lowerc	56(22.0)	2.89±0.63	2.77±0.52	3.32±0.43			
Academic achievement	High ^a	35(13.7)	3.41±0.61	13.09 (< .001) b > a > c*	3.07±0.42	13.49 (< .001) a, b > c*	3.63±0.35	14.92 (< .001) a, b > c*
	Intermediate ^b	158(62.0)	3.97±0.54	2.96±0.43	3.52±0.39			
	Low ^c	62(24.3)	2.80±0.60	2.66±0.48	3.24±0.41			
Family relationship	Good	230(90.2)	3.08±0.57	2.18 (.031)	2.93±0.44	4.06 (< .001)	3.50±0.39	3.55 (< .001)
	Bad	25(9.8)	2.81±0.73	2.56±0.54	3.20±0.46			
Academic major satisfaction	Satisfied	207(81.2)	3.11±0.61	3.01 (.003)	2.96±0.46	4.53 (< .001)	3.54±0.41	5.64 (< .001)
	Unsatisfactory	48(18.8)	2.83±0.48	2.64±0.38	3.18±0.31			

a,b,c : Scheffe test

Table 2. Appearance Satisfaction, Self-esteem, and Psychological Well-being (N = 255)

Variables	Range	Min	Max	M±SD
Appearance satisfaction	1~5	1.30	4.75	3.05±0.59
Self-esteem	1~4	1.60	3.90	2.90±0.46
Psychological well-being	1~5	2.06	4.83	3.47±0.41

점이었고 자아존중감은 4점 만점에 2.90(±0.46)점이었으며, 심리적 안녕감은 5점 만점에 3.47(±0.41)점으로 나타났다(Table 2).

3. 대상자의 일반적 특성에 따른 외모만족도, 자아존중감, 심리적 안녕감의 차이

1) 외모만족도

일반적 특성에 따른 외모만족도의 차이를 살펴본 결과, 경제수준에 따라 외모만족도의 유의한 차이를 보였으나($F=3.05, p=.049$) 사후분석 결과 집단 간에 유의한 차이는 없었다. 성적에 따라 외모만족도의 유의한 차이를 보였으며 성적이 ‘중’인 집단의 외모만족도(3.97 ± 0.54)가 가장 높았고, 다음으로 ‘상’인 집단(3.41 ± 0.61), ‘하’인 집단(2.80 ± 0.60)의 순으로 나타났다($F=13.09, p<.001$). 가족관계에 따른 외모만족도는 가족관계가 ‘좋은’ 집단(3.08 ± 0.57)이 가족관계가 ‘나쁜’ 집단(2.81 ± 0.73)보다 외모만족도가 유의하게 높았고($t=2.18, p=.031$), 전공 만족도에 따른 외모만족도는 자신의 전공에 ‘만족’하는 집단(3.11 ± 0.61)이 ‘만족하지 못하는’ 집단(2.83 ± 0.48)보다 유의하게 높았다($t=3.01, p=.003$)(Table 1).

2) 자아존중감

일반적 특성에 따라 자아존중감의 차이를 살펴본 결과, 경제수준에 따라 자아존중감의 유의한 차이를 나타냈으나($F=3.11, p=.046$), 사후분석 결과 유의한 차이는 없었다. 성적에 따라 자아존중감의 유의한 차이를 보였으며 성적이 ‘상’인 집단(3.07 ± 0.42)과 ‘중’인 집단(2.96 ± 0.43)이 성적이 ‘하’인 집단(2.66 ± 0.48)보

다 자아존중감이 유의하게 높았다($F=13.49, p<.001$). 가족관계에 따른 자아존중감은 가족관계가 ‘좋은’ 집단(2.93 ± 0.44)이 가족관계가 ‘나쁜’ 집단(2.56 ± 0.54)보다 유의하게 높았으며($t=4.06, p<.001$) 전공 만족도에 따른 자아존중감은 자신의 전공에 ‘만족’하는 집단(2.96 ± 0.46)이 ‘만족하지 못하는’ 집단(2.64 ± 0.38)보다 유의하게 높았다($t=4.53, p<.001$)(Table 1).

3) 심리적 안녕감

일반적 특성에 따른 심리적 안녕감의 차이를 살펴본 결과, 경제수준에 따라 심리적 안녕감의 유의한 차이를 나타냈으며 경제수준이 ‘상’인 집단(3.63 ± 0.42)과 ‘중’인 집단(3.50 ± 0.39)이 경제수준이 ‘하’인 집단(3.32 ± 0.43)보다 심리적 안녕감이 유의하게 높았다($F=5.59, p=.004$). 성적에 따라 심리적 안녕감의 유의한 차이를 보였으며 성적이 ‘상’인 집단(3.63 ± 0.35)과 ‘중’인 집단(3.52 ± 0.39)이 ‘하’인 집단(3.24 ± 0.41)보다 심리적 안녕감이 유의하게 높았다($F=14.92, p<.001$). 가족관계에 따른 심리적 안녕감은 가족관계가 ‘좋은’ 집단(3.50 ± 0.39)이 ‘나쁜’ 집단(3.20 ± 0.46)보다 유의하게 높았으며($t=3.55, p<.001$) 전공 만족도에 따른 심리적 안녕감은 자신의 전공에 ‘만족’하는 집단(3.54 ± 0.41)이 ‘만족하지 못하는’ 집단(3.18 ± 0.31)보다 유의하게 높은 것으로 나타났다($t=5.64, p<.001$)(Table 1).

4. 대상자의 외모만족도, 자아존중감, 심리적 안녕감 간의 상관관계

대상자의 외모만족도, 자아존중감, 심리적 안녕감 간의 상관관계를 분석한 결과, 대상자의 외모만족도는 자아존중감($r=.69, p<.001$), 심리적 안녕감($r=.53, p<.001$)과 유의한 정적 상관관계를 나타냈으며 자아

Table 3. Correlations of Appearance Satisfaction, Self-esteem, and Psychological Well-being (N = 255)

Variables	Self-esteem	Psychological well-being
Appearance satisfaction	.69(<.001)	.53(<.001)
Self-esteem	1	.79(<.001)

존중감은 심리적 안녕감($r=.79, p<.001$)과 유의한 정적 상관관계를 나타냈다(Table 3).

5. 대상자의 외모만족도와 자아존중감이 심리적 안녕감에 미치는 영향

대상자의 심리적 안녕감에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 일반적 특성에 따른 심리적 안녕감에 유의한 차이를 나타낸 경제수준, 성적, 가족관계, 전공만족도를 가변수로 변환하고 외모만족도 및 자아존중감을 투입하여 다중회귀분석을 실시하였다(Table 4). 다중회귀분석을 실시하기 위해 종속변수에서 자기상관을 확인한 결과 Durbin-Watson 통계량이 1.798로 2에 근접하여 자기상관이 없는 것으로 나타났고 독립변수 간의 다중공선성의 문제 여부를 확인하기 위해 공차한계와 분산팽창인자를 확인한 결과 공차(TL)는 .426~.949로 0.1 이상이었으며, 분산팽창인자(VIF)는 1.054~2.345로 기준치 10 이하로 확인되어 독립변수 간 다중공선성의 문제가 없는 것으로 나타났다. 다중회귀분석 결과, 심리적 안녕감에 영향을 미치는 변수는 전공만족도($\beta=.11, p=.003$)와 자아존중감($\beta=.77, p<.001$)으로 나타났으며 회귀모형($F=57.97, p<.001$)

의 전체 설명력은 64.7%였다. 즉, 전공만족도가 높을수록($B=.11$), 자아존중감이 높을수록($B=.68$) 대상자의 심리적 안녕감이 높은 것으로 나타났다(Table 4).

IV. 논 의

본 연구는 간호학과 학생들을 대상으로 외모만족도, 자아존중감, 심리적 안녕감의 정도를 파악하고 외모만족도와 자아존중감이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 규명하기 위해 시도되었다. 본 연구결과에 대한 주요 사항을 살펴보면 다음과 같다.

대상자의 외모만족도는 $3.05(\pm 0.59)$ 점이었으며 이는 간호대학생을 대상으로 한 Kim과 Kang[19]의 2.96($\pm .56$)점보다 다소 높은 결과였다. 대상자의 경제수준에 따른 외모만족도에 유의한 차이가 있었으나 사후분석 결과 집단 간의 유의한 차이는 나타나지 않았다. 이는 청소년을 대상으로 한 Kang과 Park[20]의 연구결과와 일치하는 결과였다. 대상자의 성적에 따른 외모만족도는 성적이 ‘중’인 경우 가장 높게 나타났다. 이러한 결과는 학점이 4.0 이상인 집단이 3.0인 집단보다 외모만족도가 높았던 Moon, Ka와 Kim[21]의 연구

Table 4. Factors influencing on Psychological Well-being of Nursing Students

(N=255)

Variables	B	SE	β	t(p)
Constants	1.555	.113		13.76(<.001)
Economic status (Upper)	-.10	.08	-.10	-1.23(.222)
Economic status (Lower)	.03	.07	.03	.37(.710)
Academic achievement (High)	.03	.05	.03	.71(.476)
Academic achievement (Low)	-.06	.04	-.06	-1.40(.163)
Family relationship (Good)	.06	.06	.04	1.03(.306)
Academic major satisfaction (Satisfied)	.11	.04	.11	2.96(.003)
Appearance satisfaction	-.04	.04	-.06	-1.04(.300)
Self-esteem	.68	.05	.77	14.04(<.001)
Adj.R ² = .647, F=57.97, p<.001				

* 가변수 처리

- Economic status (Upper=1,0, Middle=0,0, Lower=0,1)
- Academic achievement (High=1,1, Intermediate=0,0, Low=0,1)
- Family relationship (Good=1, Bad=0)
- Academic achievement (Satisfied=1, Unsatisfactory=0)

결과와 학업성적에 따라 외모만족도에 유의한 차이가 없었던 Park과 Kim[22]의 연구결과와는 차이가 있었다. 이러한 결과가 나타난 것이 성적이 ‘중’인 집단의 학생들이 다른 집단의 학생들보다 객관적으로 외모가 출중해서인지 아니면 자신의 외모를 긍정적으로 수용할 만한 심리적 특성을 지닌 것인지에 대해서는 좀 더 연구해볼 필요가 있겠다. 가족관계가 ‘좋다’고 응답한 집단이 ‘나쁘다’고 응답한 집단보다 외모만족도가 유의하게 높았다. 이는 가족관계가 좋은 경우 정서적인 안정감으로 인해 자신에게 주어진 여러 조건을 만족스럽게 수용하게 되어 자신의 외모에 대해서도 만족도가 높게 나타난 것이라고 생각한다. 대상자의 전공만족도에 있어 전공에 ‘만족’하는 집단이 ‘불만족’하는 집단보다 외모만족도가 높았다. 간호대학생을 대상으로 한 Han과 Park[23]의 연구에서도 자신의 전공만족도에 대해 ‘보통’이라고 응답한 집단보다 ‘만족’이라고 응답한 집단에서 외모만족도가 더 높게 나타났으며 Park과 Kim[22]의 연구에서도 전공만족도가 높을수록 외모복합점이 낮게 나타나 본 연구결과와 맥을 같이 하였다.

대상자의 자아존중감은 4점 만점에 $2.90(\pm 0.46)$ 점이었는데, 5점 척도를 사용했던 선행연구와의 비교를 위해 5점 척도로 환산할 경우 3.6점으로 나타나 간호대학생을 대상으로 한 Kim과 Kang[24]의 $3.40(\pm 0.53)$ 점보다는 다소 높았고 일반 대학생들을 대상으로 한 Kim과 Jeon[25]의 3.71점에 비해서는 다소 낮은 결과였다. 대상자의 성적이 ‘상’인 집단과 ‘중’인 집단이 성적이 ‘하’인 집단보다 자아존중감이 유의하게 높은 것으로 나타났다. 이는 학업성적에 따른 자아존중감의 유의한 차이가 나타나지 않았던 Park과 Kim[22]의 연구결과와 차이가 있었다. 성적이 ‘상’인 집단의 경우 학업에 대한 관심과 노력을 통해 좋은 성적을 거두어 성적이 낮은 학생에 비해 자신에 대한 존중감이 높게 나타났을 것으로 생각한다. 그리고 대상자의 가족관계가 ‘좋다’라고 응답한 집단의 자아존중감이 ‘나쁘다’라고 응답한 집단보다 높은 것으로 나타났다. 가족관계가 좋은 집단은 가족들 간에 상호작용이 빈번하고 서로 어려운 처지를 배려하면서 자신이 가족들에게 존

중받고 있다는 생각에 가족관계가 ‘나쁘다’ 집단보다 자아존중감이 높게 나타났을 것으로 생각한다. 대상자의 전공만족도에 있어 자신의 전공에 대해 ‘만족’하는 집단이 ‘불만족’하는 집단보다 자아존중감이 높게 나타났다. 그러나 Park과 Kim[22]의 연구에서는 전공만족도에 따라 자아존중감의 유의한 차이가 나타나지 않았다. 전공만족도가 높은 학생의 경우 자신의 전공공부에 열의를 갖고 참여하여 좋은 성적을 거두게 되고 이러한 과정을 통해 자신의 능력과 가치를 인지하게 되어 자아존중감이 높게 나타난 것으로 생각한다.

대상자의 심리적 안녕감은 $3.47(\pm 0.41)$ 점이었는데 이는 간호대학생을 대상으로 한 Lee와 Lee[26]의 연구에서 나타난 $3.53(\pm 0.43)$ 점과 유사한 수준이었다. 대상자의 경제수준이 ‘상’이나 ‘중’인 집단이 ‘하’인 집단보다 심리적 안녕감이 높은 것으로 나타났다. 우리가 생활하는데 있어 경제력은 필수 조건이다. 경제력이 부족하여 일상생활에 있어 기본적인 욕구가 좌절된다면 신체적인 문제뿐 아니라 심리적인 문제도 발생할 가능성이 높다. 대상자의 성적이 ‘상’인 집단과 ‘중’인 집단이 성적이 ‘하’인 집단보다 심리적 안녕감이 높은 것으로 나타났다. 간호학과 학생들은 타 전공자에 비해 졸업 후 진로가 구체적으로 정해져 있으며 성적에 따라 취업 가능한 의료기관의 범위도 달라지게 된다. 따라서 취업이 매우 어려운 요즘 상황을 고려할 때 성적이 ‘상’인 집단은 학생의 본분인 학업을 착실히 수행한 만큼 그렇지 않은 집단보다 심리적 안녕감이 높게 나타난 것으로 생각한다. 또한 성적이 중간 이상인 학생들은 효과적인 학습방식을 적용하여 학업성취를 통해 자신감을 얻게 되고 이러한 변화는 자신의 대인관계나 장래문제 혹은 자아실현에 필요한 다양한 요인들을 좀 더 긍정적으로 인식하게 함으로써 심리적 안녕감을 획득하게 된다고[27] 할 수 있다. 대상자의 가족관계가 ‘좋다’고 응답한 집단의 심리적 안녕감이 ‘나쁘다’고 응답한 집단보다 유의하게 높았다. 가족관계가 나쁜 경우 사소한 문제로 인해 가족들 간에 갈등과 오해를 할 수 있고 이로 인해 가족 구성원의 심리적 안녕감이 감소될 수 있다. 심리적 안녕감에 영향을 미치는 변인에는 개인변인, 가정변인, 사회심리적 변

인 등 여러 변인이 있으며 이 중 가족은 전 생애에 걸쳐 중요한 영향력을 미치는 변인이다[28]. 가족 간의 의사소통은 가족기능에 있어 가장 기본적이고 중요한 요소로 알려져 있으며 건강한 가족의 특성이기도 하다. 즉 가족관계가 좋으면 가족 구성원이 경험하는 모든 일에 대해 의사소통이 활발히 이루어지고 가족 구성원으로부터 받는 격려와 지지, 위안 등으로 인해 심리적 안녕감이 더욱 높아질 수 있다고 생각한다. 대상자의 전공 만족도에 있어 ‘만족’하는 집단이 ‘불만족’하는 집단보다 심리적 안녕감이 높은 것으로 나타났다. 대학생에게 있어 전공은 졸업 후 자신의 미래와 직결될 가능성이 높으므로 자신이 선택한 전공에 만족할수록 학업에 몰입하게 되고 미래를 위해 노력하는 자신의 모습을 보며 심리적 안녕감을 갖게 된다고 생각한다. 특히 간호학과와 경우 이론수업과 임상실습이 병행되어 전공에 대해 불만족할 경우 4년간의 교육과정을 이수하면서 많은 어려움을 겪게 된다. 따라서 자신의 미래와 연관된 전공에 대해 만족하는 집단이 불만족하는 집단보다 심리적 안녕감이 높을 것이라고 생각한다.

대상자의 외모만족도와 자아존중감, 외모만족도와 심리적 안녕감, 대상자의 자아존중감과 심리적 안녕감 간에 정적 상관관계를 나타냈다. 우선 외모만족도와 자아존중감 간의 관계를 살펴보면 대학생을 대상으로 한 Lee, Oh와 Kim[6]의 연구에서도 외모만족도와 자아존중감은 강한 정적 상관관계를 나타냈고 간호대학생을 대상으로 한 Park과 Kim[22]의 연구에서도 자아존중감이 높을수록 외모만족도가 높은 것으로 나타났다. 즉 현대 사회에서 개인의 신체는 개인적, 사회적 차원에서 더욱 중요해지고 있으며 외모에 대한 성공적인 관리가 삶 자체의 변화뿐만 아니라 자아존중감 및 전반적인 생활 만족에까지 영향을 미친다고 할 수 있다 [29]. 자아존중감과 심리적 안녕감 간의 관계는 자아존중감이 높을수록 자신의 존재나 가치를 있는 그대로 수용하고 자신의 언행을 스스로 판단하여 조절함으로써 지나친 불안이나 긴장감 없이 원만한 대인관계를 형성하게 되어 심리적 안녕감이 높아질 것이라고 생각한다. 외모만족도와 심리적 안녕감 간에는 외모만족도

가 높을수록 심리적 안녕감이 높게 나타났다. 이는 자신의 외모에 대해 만족도가 높은 경우 대인관계 시 위축되지 않고 자신감을 갖고 상대방을 대하게 되므로 긍정적인 평가를 받게 되고 이러한 경험을 통해 심리적 안녕감이 높아질 것으로 생각한다.

대상자의 일반적 특성 중 경제수준, 성적, 가족관계, 전공 만족도 그리고 외모만족도와 자아존중감이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 살펴보았다. 본 연구결과 자아존중감과 전공만족도 두 가지 변수가 심리적 안녕감에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 심리적 안녕감에 대한 설명력은 64.7%였다. 우선 전공 만족도에 관하여 살펴보면 간호학과 학생들은 입학 당시부터 간호사 면허 취득이라는 구체적인 목표가 정해져 있어 재학기간 동안 간호사가 되기 위해 필요한 이론수업과 임상실습에 참여하게 된다. 특히 전공 만족도가 낮을 경우 이러한 과정이 매우 큰 부담으로 느껴져 심리적 안녕감에 영향을 미칠 수 있다. 그리고 자아존중감이 심리적 안녕감에 영향을 미치는 변수로 나타났는데, 간호학과 학생들은 교육과정에 포함된 임상실습을 통해 다양한 연령대의 환자들을 만나게 된다. 이때 자아존중감이 부족한 학생들은 환자와의 라포형성에 필요한 대화 시 스스로 위축된 모습을 보여 임상실습을 원활하게 수행하지 못할 수 있고 이런 부정적인 경험이 누적되면서 심리적 안녕감을 낮출 수 있을 것이다. 본 연구결과, 외모만족도가 심리적 안녕감에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 대학생 시기가 외모에 관심이 많은 시기이기는 하지만 전공이 취업과 직결되는 간호학과 특성상 학생들은 전공공부를 하면서 분명한 목표의식을 갖고 생활하기 때문에 자신의 가치를 외모와 같은 외적 측면보다는 내적 측면에 비중을 두어[7] 외모만족도가 심리적 안녕감에 영향을 미치지 않았던 것으로 생각한다. 그러나 대상자 중 취업을 앞둔 4학년이 33.3%였고 외모가 취업에 어느 정도 영향을 줄 수 있다는 사회적 통념을 고려할 때 외모만족도가 심리적 안녕감에 영향을 주지 않은 결과에 대해서는 앞으로 좀 더 연구해볼 필요가 있다고 생각한다.

이상의 결과를 통해 심리적 안녕감에 영향을 주는

자아존중감과 전공만족도의 수준이 낮은 간호학과 학생들에게는 이 두 가지 변수를 긍정적인 방향으로 변화시킬 수 있는 비교과 프로그램을 교내에서 정기적으로 운영함으로써 재학기간 동안 간호학과 학생들의 심리적 안녕감을 증진시켜 졸업 후 사회생활에 보다 안정적으로 적응할 수 있도록 해야 할 것이다.

V. 결 론

본 연구는 K도의 1개 대학교 간호학과 학생 255명을 대상으로 일반적 특성에 따른 외모만족도, 자아존중감, 심리적 안녕감의 차이와 외모만족도 및 자아존중감이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 파악하였다. 대상자의 외모만족도, 자아존중감, 심리적 안녕감은 경제수준, 성적, 가족관계, 전공 만족도에 따라 유의한 차이를 나타냈다. 대상자의 심리적 안녕감에 영향력을 미치는 변수는 자아존중감, 전공 만족도였으며 심리적 안녕감에 대해 64.7%의 설명력을 나타냈다.

본 연구의 제한점으로는 일 대학교 간호학과 학생들을 대상으로 실시하였으므로 연구결과를 전체 간호학과 학생들에게 일반화 하기에는 어려움이 있다. 따라서 이상의 연구결과를 토대로 다음과 같이 제언하고자 한다. 첫째, 좀 더 광범위한 지역의 간호학과 학생들을 대상으로 심리적 안녕감의 정도를 파악해야 할 것이다. 둘째, 간호학과 학생들의 자아존중감과 전공만족도 향상에 도움이 되는 비교과 프로그램을 교내 진로상담센터, 역량교육개발원 등의 학생지원 부서에서 지속적으로 운영함으로써 입학과 졸업 시 학생들의 심리적 안녕감에 어떠한 변화가 있는지를 파악하는 연구가 후속되어야 할 것이다. 이를 위해 간호학과 학생들의 입학 및 졸업 시 자아존중감, 전공만족도, 심리적 안녕감의 수준을 반복 측정하여 자아존중감과 전공만족도가 심리적 안녕감에 미치는 영향을 구체적으로 추적 관찰함이 필요할 것이다. 셋째, 간호학과 학생들의 심리적 안녕감에 영향을 미치는 변수를 좀 더 규명하여 심리적 안녕감 증진 프로그램에 반영해나가야 할 것이다.

참고 문헌

1. Park YR, Son YJ. Relationship of satisfaction with appearance, self-esteem, depression, and stress to health related quality of life in women across the lifespan. *Journal of Korean Academy of Fundamental Nursing*. 2009;16(3):353-361.
2. Kim MS. The Effects of appearance satisfaction and emotional support on self-perceived competence : focusing on the mediating effects of interpersonal relationship satisfaction-a comparison between Korean and Chinese university students. *Journal of Youth Welfare*. 2018;20(1):91-116. <http://dx.doi.org/10.19034/KAYW.2018.20.1.04>
3. Han MS, Lee YJ. The appearance satisfaction according to parents' appearance-related parenting style and undergraduate children's self-esteem. *Journal of Korean Home Economics Education Association* 2007;19(4):247-256. <http://dx.doi.org/10.19031/jkheea.2018.12.30.4.15>
4. Lee SE, Jang JM. A study on correlations among appearance satisfaction, social competence, and interpersonal abilities. *Journal of Convergence for Information Technology*. 2019;9(7):168-177. <https://doi.org/10.22156/CS4SMB.2019.9.7.168>
5. Cash TF, Pruzinsky. *Body image; development, deviance and change*. NY: Guilford Press. 1990. p.5-60.
6. Lee JH, Oh JH, Kim HK. The effect of appearance satisfaction and university adaptability on the self-esteem among university students. *Journal of Korean Oil Chemists' Society*. 2019;36(1):362-370. <http://dx.doi.org/10.12925/jkocs.2019.36.1.362>
7. Lyubomirsky S, Ross L. Hedonic consequence of social comparison: a contrast of happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1997;73(6):1141-1157.
8. Kim KN. The effects of self-efficacy, appearance satisfaction in major on employment stress of nurs-

- ing college students. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*. 2020;21(3):80-88. <https://doi.org/10.5762/kais.2020.21.3.80>
9. Ryff, CD. Happiness is everything, or is it? exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989; 57(6):1069-1081.
10. Lee MJ. The Effects of perceived maternal attitudes and emotional clarity on psychological well-being of undergraduate students. *Korea Journal of Counseling*. 2013;14(1):17-35.
11. Chang EC. Perfectionism and demensions of psychological well-being in a college student sample: A test of stress-mediation model. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2006;25(9):1001-1022.
12. Jeong M, Noh AY. The relationship among extraversion, neuroticism and psychological well-being of college students:The moderating effects of field independence-dependence cognitive style. *Korean Journal of Psychology: General*. 2008;27(2):373-387.
13. Han AR, You YD, Park SS. The effect of university students' parentification on their psychological well-being: the mediating effects of interpersonal relationship. *Journal of School Social Work*. 2020;49:155-174. <https://dx.doi.org/10.20993/jSSW.49.7>
14. Hwang JS, Kim YH. The effect of appearance management on body image and psychological well-being. *Journal of the Korean Society of Costume*. 2006; 56(3):143-155.
15. Lee HJ. The influence of family strength on psychological well-being perceived by college students; focusing on regulating effects of flow and spirituality [dissertation]. Daegu: Daegu University; 2017. p.1-87.
16. Sim KO. Relationship among appearance satisfaction, interpersonal relationship, and school adaptation of primary school students [master's thesis]. Suwon: Aju University; 2006. 1-69.
17. Jeon BJ. Self-esteem: a test of its measurability. *Yonsei Nonchong*. 1974;11:107-129.
18. Jo HY, Park SY. The role of fathers' experienced parenting and psychological well-being in predicting fathering attitudes to their children. *Korean Journal of Child Studies*. 2013;34(3):59-74. <http://dx.org/10.5723/KJCS.2013.34.2.59>
19. Kim KN, Kang, EH. The effects of self-efficacy, appearance satisfaction in major on employment stress of nursing college students. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*. 2020;21(3): 80-88. <https://doi.org/10.5762/kais.2020.21.3.80>
20. Kang YH, Park SH. Relationships among appearance satisfaction, self-efficacy, and school life adaptation of adolescent. *International Journal of Contents*, 2014;14(6):211-218. <http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2014.14.06.211>
21. Moon SJ, Ka KH, Kim EH. A research on appearance satisfaction and self-esteem in university students-focused on rural areas in north gyeongsang povince. *The Journal of Korean Island*. 2019;31(4):297-316. <https://dx.doi.org/10.26840/jki.31.4.297>
22. Park MY, Kim TH. A study on self-esteem, appearance satisfaction, appearance complex, employment anxiety, employment stress in nursing college students. *The Journal of Korean Nursing Research*. 2018; 2(3):36-46.
23. Han SH, Park SH. Effecting factors employment stress of nursing students. *Asia Pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities and Sociology*. 2019;9(2):675-686. <http://dx.doi.org/10.21742/AJMAHS.2019.02.66>
24. Kim KN, Kang, EH. The effects of self-efficacy, appearance satisfaction in major on employment stress of nursing college students. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*. 2020;21(3): 80-88. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2020.21.3.80>
25. Kim SO, Jeon YJ. A study on relationships among college students' self-differentiation, self-esteem and

- mental health. Korean Journal of Human Ecology, 2013;22(4):539-558. <http://dx.doi.org/10.5934/kjhe>. 2013. 22.4.539
26. Lee E, Lee SE. Cultural competence and psychological well-being in nursing students and non-nursing students. Journal of Korean Oil Chemists' Society. 2018;35(3):963-974. <http://dx.doi.org/10.12925/jkocs>. 2018.35.3.963
27. Choi MO, Hong AJ. The effects of adult learner's reflective learning to psychological well-being and mediating effects between learner characteristics and learning flow. Journal of Lifelong Learning Society. 2015;11(2):2455-274.
28. Kim WS, Park JW. Path Analysis on family influences affecting the career aspiration of college students. Journal of Career Education Research. 2013;26(1): 203-229.
29. Kang YS, Park HJ. The relationship between body image and self-esteem toward appearance care behavior of beauty salon customer-focused on 20's customer in Daegu-Journal of the Korean Society of Cosmetology. 2009;15(1):363-373. <http://dx.doi.org/10.5392/JKCA>.2014.14.06.21