

완벽주의가 스케일링 실습 시 실습불안과 스트레스에 미치는 영향

임순연 · 우희선^{1*}

수원여자대학 치위생과, ¹조선대학교 일반대학원 보건학과

The Effect of Perfectionism on Stress and Anxiety during Scaling Practice

Soon-Ryun Lim and Hee-Sun Woo^{1*}

Dept. of Dental Hygiene, Suwon Women's College, Gyeonggi-do 441-748, Korea

¹Dept. of Oral Health, Graduate School, Chosun University, Gwangju 501-759, Korea

Abstract The purpose of this study was to examine the effect of perfectionism on stress and anxiety during scaling practice in an effort to find efficient way of helping students with getting good skills. The subjects in this study were students who practiced a scaling at the oral hygiene practice lab in the Department of dental hygiene in S college from May 1 to May 31, 2008. They were divided into four groups based on their subscales of perfectionism : mixed perfectionist group, achievement striving perfectionist group, failure avoidance perfectionist group and non-perfectionist group. The measurements used were Two-Dimensional Perfectionism Scale, Stress level, Trait anxiety, State anxiety. There were no significant differences in the stress level before practice between 4 groups. There were significant differences in trait anxiety, state anxiety, total anxiety before scaling practice between 4 groups. However, these results were due to differences between mixed perfectionist group and non-perfectionist group. After practice, total anxiety was decreased from 93.71 to 89.66 and state anxiety was decreased from 45.49 to 43.38. These results were statistically significant. In order to investigate the influence of achievement striving factor and failure avoidance factor on the change of state anxiety during the scaling practice Standard Multiple Regression were employed for the statistical analysis. Failure avoidance factor was related with the increase of state anxiety during the scaling practice. So teachers have to give an effort to reduce the anxiety of students during scaling practice and provide students with motivation of achievement.

Key words Perfectionism, Trait anxiety, State anxiety, Stress

서 론

치위생과 학생에게 스케일링 실습은 매우 중요한 교육 과정의 하나이다. 그러나 스케일링 실습과정은 한정되고 조직화된 다른 교육실습과정과는 달리 직접 환자를 대상으로 하는 과정으로 학생들은 많은 스트레스를 경험하는 것으로 나타났으며 사전에 세밀한 계획으로 불만을 감소시키고 스케일링 실습 경험에서의 갈등을 해소시키는 것이 중요하다고 하였다^{1,2}. 간호학생들을 대상으로 하는 많은 연구에서도 간호학생들이 환자를 직접 대하는 임상실습에서 높은 수준의 스트레스와 다양한 부정적인 경험을 하는 것으로 나타났으며 여러 가지 심리적 갈등과 불안, 두려움, 긴장 등을 느끼고 있다고 한다^{3,4}. 또한 강의실에

서 배운 이론을 간호가 이루어지는 현장에서 확인하고 실제 임상에 적용 시 간호학생들은 스트레스를 경험하고 심리적 불안을 느끼는 것으로 보고되고 있다⁵. 불안은 대부분의 사람들이 경험하는 보편적인 심리현상으로 신경증적 혼란상황에서 가장 빈번하게 나타나는 현상이기 때문에 오랫동안 교육심리연구에서 대표적인 정의적 특성의 하나로 중요시되어져 왔다⁶.

Spielberger 등⁷은 불안이란 성공에 대한 기대가 크고 과도한 욕구 수준을 가지고 있는 긴장한 상황에서 발생한다고 하고 특질불안과 상태불안으로 나누어 설명하였다. 특질불안은 비교적 변화되지 않는 개인의 불안성향이며 상태불안이란 의식적으로 자각할 수 있는 긴장이나 염려, 고조된 자율신경계의 활동 등이 시간적 경과에 따라 변화를 보이는 주관적인 정서 상태라고 하였다. 치위생과 학생의 스케일링 실습은 학생들에게 부담으로 작용하는 과정이며 이는 상태불안을 야기할 수 있는 조건이라고 생각된다. 치위생과 학생들의 바람직한 실습과정은 미래의 자

*Corresponding author
Tel: 019-512-3758
Fax: 031-290-8142
E-mail: goseychell@hanmail.net

기직업에 관한 확고한 신념 및 치위생사의 역할에 긍정적인 정체성을 부여하는데 중요한 과정이므로 학생들의 실습 과정중의 불안을 인식하고 감소시키는 노력이 필요하다고 하겠다.

불안의 취약요인중 하나로 완벽주의를 들 수 있는데 완벽주의가 우울과 불안, 신경증에 밀접한 관련성을 가지고 있으며 생활 스트레스와 함께 작용하여 불안을 일으키는 요인으로 간주되었다⁸⁾. 완벽한 사람들이 보이는 불안의 기저에는 완벽주의자들이 설정하는 지나치게 높은 수행 기준, 그에 따르는 실수에 대한 두려움과 수행에 관한 의심 등이 작용하고 있다고 보는 것이다. 완벽성과 불안간의 상관관계를 보는 연구에서도 불안이 완벽성과 높은 상관관계를 가지고 있다고 하였다^{9,11)}.

Hamacheck¹²⁾은 완벽이라는 말에 최초로 심리학적인 구성개념을 부여하면서 완벽주의를 정상적인 완벽주의와 신경증적인 완벽주의로 나누어 정의하였다. 정상적인 완벽주의란 자신의 완벽주의를 긍정적으로 느끼며 타인의 인정에 대한 욕구와 자신을 향상시키려는 욕구가 큰 완벽주의 성향을 말한다. 반면에 신경증적인 완벽주의는 만족을 잘 느끼지 못하고 새로운 일을 시작하기도 전에 불안을 느끼며 실패에 대한 두려움에 의해 동기화되는 완벽주의 성향을 말한다. Flett 등¹³⁾은 정상적인 완벽주의자는 목표를 설정하는데 자신의 한계와 강점을 적절히 고려하여 현실적으로 합리적인 기대를 하기 때문에 정서적으로 안정되고 수행이 뛰어날 수 있다고 하였고, 이¹⁴⁾는 완벽성에 대한 기존의 부정적인 입장에 대해 비판하면서 완벽주의의 긍정적인 측면에 대한 접근 필요성을 지적하면서 완벽주의 성향이 스스로의 성숙이나 성장을 위하여 자신에게 높은 기대를 갖게 될 때는 보다 적응적으로 기능하고 그에 반하여 타인의 평가나 인정을 위하여 혹은 실패에 대한 두려움으로 자신의 기준을 정하게 될 때는 부적응적으로 기능한다고 하고 자기지향완벽성이 높은 사람들이 실제생활에서의 어려움을 스트레스로 자각하지 않고 인내할 수 있는 힘이 생기기 때문에 스트레스를 낮춘다고 하였으며 긍정적인 정서를 경험한다고 하였다. 이에 본 연구는 치위생과 학생들의 효율적인 스케일링 실습 수행에 도움이 되는 자료를 제공하기 위해 스케일링 실습과정에서 느끼는 불안과 불안을 야기시키는 원인으로 완벽주의의 상호연관성을 분석하였다. 다차원적인 관점에서 적응적으로 기능하는 완벽주의와 부적응적으로 기능하는 완벽주의 성향의 속성 중 동기적 속성을 반영하는 성취추구적 완벽주의와 실패회피적 완벽주의의 이차원적 척도¹⁶⁾를 사용하여 완벽주의 유형을 분류하였다.

연구대상 및 방법

1. 연구대상

경기도에 소재한 S대학에서 치위생과 치면세마실습 과

목을 수강하여 치위생과 실습실에 내원한 환자를 대상으로 스케일링 실습을 한 학생 122명을 대상으로 2008년 5월 1일부터 5월 31일까지 스케일링 실습 전과 실습 후에 설문조사를 실시하였다. 설문지의 문항 중 완벽주의 척도와 실습 스트레스 척도는 실습 전에 설문조사를 실시하였고, 불안 척도는 실습 전과 실습 후에 2회 반복해서 설문조사를 실시하였다. 설문지를 실시하기 이전에 참여자 모두에게 설문조사에 대한 사전 설명을 실시하고 동의를 구하였다.

2. 연구도구

상태불안, 특질불안에 대한 설문지 4점 척도 각각 20문항과 스트레스지각 검사지 9점 척도 3문항, 이차원적 완벽주의는 5점 척도 40문항으로 분석하였다.

1) 이차원적 완벽주의 척도(Two-dimensional Perfectionism Scale)

이차원적 완벽주의 척도는 남궁¹⁵⁾이 동기적 속성을 고려하는 완벽주의척도를 위해 Frost 등¹⁶⁾이 제안한 부정적인 평가 염려(maladaptive evaluation concern)요인과 긍정적인 성취욕구(positive striving need)요인을 근거로 두 척도의 문항들을 요인 분석하여 개발한 척도이다. '나 자신이 완벽하기를 바란다', '나는 조직적이고 체계적인 사람이 되려고 애쓴다' 등의 높은 기준을 설정하고 조직화와 같이 성취추구와 관련되는 20개의 문항을 성취추구적 요인으로 '남들만큼 잘하지 못한다면 이는 내가 열등한 사람이라는 것을 의미 한다', '부분적으로 실패하는 경우도 내게는 완전히 실패하는 것과 다름없다' 등의 20개 문항은 실패회피적 요인으로 구분하였으며 각 문항은 5점 척도로 구성되어 있다. 전체 문항 간 내적합치도 계수(Cronbach's α)는 .926이며 하위요인들의 내적합치도는 성취추구요인은 .910이고 실패회피요인은 .879이다.

2) 불안 척도

피 실험자의 불안 수준을 측정하기 위해 Spielberger 등⁷⁾이 개발하여 김¹⁷⁾이 번안하고 신뢰도와 타당도를 입증한 불안 척도를 사용하였다. 이 불안척도는 불안을 상태불안과 특질불안으로 구분하여 측정하는 것으로 각각 20개 문항으로 이루어져 있다. 상태불안은 특수한 상황 바로 그 순간에 그들이 어떻게 느끼는가를 묻는 20개의 문항으로 구성되어 있고, 반면에 특질불안척도는 그들이 일반적으로 어떻게 느끼는가를 묻는 20개의 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 4점 척도로 평점하도록 되어있다. 특질불안 내적합치도 계수는 Cronbach's α = .755 이었고 실습 전 전체불안 내적합치도는 .830,

실습 후 전체불안 내적합치도: .808, 실습 전 상태불안 내적합치도는 .709, 실습 후 상태불안 내적합치도는 .701 이었다.

3) 실습 스트레스 척도

실습 시 느끼는 스트레스의 강도를 측정하기 위해 임¹⁸⁾의 스트레스 지각척도를 사용하였다. 시험 대신 실습이라는 단어를 사용하였으며 실습에 대한 부담, 현재의 긴장 정도, 실습상황이 주는 스트레스 정도를 묻는 총 3문항으로 9점 척도로 되어 있고 총 스트레스 지각점수는 3문항을 합한 총 점수를 사용하였다. 전체 문항 간 내적합치도 계수(Cronbach's α): .770 이었다.

3. 자료분석

본 연구의 자료 분석은 SPSS(Statistical Package for Social Science) 15.0 통계 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였으며, 유의도의 판단수준은 99%($p < .01$)에서 검증되었다.

1. 완벽주의 유형에 따라 실습 스트레스, 특질 불안, 상태 불안에 차이가 있는지를 확인하기 위하여 완벽주의의 하위요인인 성취추구와 실패회피 평균 점수를 기준으로 네 집단으로 구분하고, 이 집단들 간에 실습 스트레스, 실습 성적, 불안에 차이가 있는지를 분산분석(ANOVA)을 통해서 통계적으로 확인하였다. 분산분석을 실시한 결과가 유의미하였을 경우에 이러한 결과가 어떤 집단들 간에 나타났는지를 알아보기 위하여 사후분석을 실시하였다.

2. 실습 전과 실습 후에 상태불안과 전체불안이 감소하는지를 알아보기 위하여 실습 전과 실습 후의 점수와 하위요인인 특질불안, 상태불안 점수 각각을 이용하여 반복 측정 분산분석(Repeated Measure ANOVA)을 실시하였다.

3. 완벽주의가 실습전후 불안의 변화에 영향을 미치는지 알아보기 위해 회귀분석(Regression)을 실시하였다. 실습 전후의 표준화된 차이점수에 완벽주의의 하위요인인 성취추구와 실패회피가 미치는 영향을 알아보았다.

결 과

1. 완벽주의 집단 유형에 따른 스트레스, 불안의 차이

우선 완벽주의의 하위요인인 성취추구 요인과 실패회피 요인 점수에 따라 네 가지 유형의 완벽주의 집단으로 구분하였다. 이를 위하여 성취추구 요인과 실패회피 요인의 평균 점수를 기준으로 성취추구 요인과 실패회피 요인의 점수가 평균 이하인 집단을 비완벽주의 집단으로, 실패회피 점수는 평균 이하이지만 성취추구 점수가 평균 이상인 집단을 성취추구적 완벽주의 집단으로, 실패회피 점수는 평균 이상이지만, 성취추구 점수가 평균 이하인 집단을 실패회피적 완벽주의 집단으로, 실패회피 요인과 성취추구 요인의 점수 모두 평균 이상인 집단을 혼합집단으로 명명하였다. 완벽주의 유형에 따라 네 집단으로 구분한 다음에 스트레스, 실습 전후 불안 점수가 집단 간 차이가 있는지를 확인하기 위하여 분산분석을 실시하였고, 이러한 차이가 어느 집단 간 차이에 의해서 나타나는지를 더

Table 1. Differences in stress between groups

	Group	No	Mean	SD	F
Stress	Non-perfectionist	38	15.26	5.64	1.011
	Achievement striving perfectionist	20	15.30	4.45	
	Failure avoidance perfectionist	20	17.40	4.21	
	Mixed perfectionist	38	15.61	4.13	

자세하게 알아보기 위하여 사후 검증을 실시하였다. 이때 집단별로 피험자 수가 동일하지 않아 Dunnett T3를 실시하였다.

1) 완벽주의 집단 유형에 따른 실습 스트레스의 차이

완벽주의 유형에 따라 실습 스트레스에 차이가 있는지를 확인하기 위하여 완벽주의 네 집단을 독립변인으로 하고, 실습 스트레스 점수를 종속변인으로 한 분산분석을 실시하였고, 그 결과는 Table 1에 제시되어 있다. 분산분석 결과, 실습 스트레스는 완벽주의 유형에 따라 통계적으로 유의미한 결과를 확인할 수 없었다.

2) 완벽주의 집단 유형에 따른 실습 전 불안의 차이

완벽주의 유형에 따라 실습 전 불안에 차이가 있는지를 확인하기 위하여 완벽주의 네 집단을 독립변인으로 하고, 실습 전 불안 전체 점수와 불안의 하위요인인 특질불안과 상태불안을 종속변인으로 한 분산분석을 실시하였고, 그 결과는 Table 2에 제시하였다. 분석 결과, 실습전 특질불안 점수가 완벽주의 유형에 따라 통계적으로 유의미한 차이를 보였다 [$F(3, 110) = 4.085, p < .01$]. 이러한 차이를 더 분명하게 확인하기 위한 사후분석 결과, 이러한 차이는 성취추구 요인과 실패회피 요인 모두 낮은 비완벽주의 집단에 비해 성취추구 요인과 실패회피 요인 모두 높은 혼합집단 간 차이로 인해 나타났다. 다시 말해 비완벽주의 집단에 비해 혼합집단이 실습 전에 특질불안 점수가 더 높았다.

또한 실습 전 상태불안 점수도 완벽주의 유형에 따라 통계적으로 유의미한 차이를 보였다 [$F(3, 109) = 4.399, p < .01$]. 이러한 차이를 더 분명하게 확인하기 위한 사후분석 결과, 이러한 차이는 성취추구 요인과 실패회피 요인 모두 낮은 비완벽주의 집단에 비해 성취추구 요인과 실패회피 요인 모두 높은 혼합집단 간 차이로 인해 나타났다. 즉, 비완벽주의 집단에 비해 혼합집단이 실습 전에 상태불안 점수가 더 높았다.

실습 전 불안 전체 점수도 완벽주의 유형에 따라 통계적으로 유의미한 차이를 보였다 [$F(3, 106) = 4.924, p < .01$]. 이러한 차이를 더 분명하게 확인하기 위한 사후분석 결과, 이러한 차이는 성취추구 요인과 실패회피 요인 모두 낮은 비완벽주의 집단에 비해 성취추구 요인과 실패

Table 2. Differences in anxiety before scaling practice between groups

Group		No	Mean	SD	F(Dunnett T3)
Trait Anxiety	Non-perfectionist	36	45.53	6.83	4.085** (1 < 4)
	Achievement striving perfectionist	20	47.05	5.36	
	Failure avoidance perfectionist	20	47.60	7.74	
	Mixed perfectionist	38	50.84	6.58	
State Anxiety before practice	Non-perfectionist	36	43.69	7.06	4.399** (1 < 4)
	Achievement striving perfectionist	19	44.53	4.62	
	Failure avoidance perfectionist	20	44.45	5.15	
	Mixed perfectionist	38	48.18	5.01	
Total Anxiety before practice	Non-perfectionist	33	89.61	13.12	4.924** (1=2 < 4)
	Achievement striving perfectionist	19	91.26	8.38	
	Failure avoidance perfectionist	20	92.05	11.62	
	Mixed perfectionist	38	99.03	9.81	

** $p < .01$.

Table 3. Decrease of anxiety before and after scaling practice

	Before practice		After practice		F	Wilks' λ
	Mean	SD	Mean	SD		
Total Anxiety	93.71	11.61	89.66	10.62	21.198**	.837 $F(1, 109) = 21.198$
State Anxiety	45.49	5.96	43.38	5.80	18.373**	.860 $F(1, 113) = 18.373$

** $p < .01$.

회피 요인 모두 높은 혼합집단 간 차이로 인해 나타났다. 즉, 비완벽주의 집단에 비해 혼합집단이 실습 전 전체 불안 점수가 더 높았다.

2. 실습 전-실습 후 불안 점수의 차이 검증

실습 전에 비해 실습 후에 불안 점수가 감소하였는지 검증하기 위하여 전체 불안과 하위요인인 상태불안의 실습 전 점수와 실습 후 점수를 이용하여 반복 측정 분산분석(Repeated Measure ANOVA)을 실시하였으며, Table 3에 그 결과를 제시하였다.

분석결과, 우선 불안의 전체 점수는 93.71에서 89.66점으로 감소하였으며 이러한 감소는 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다[Wilks' $\lambda = .837$, $F(1, 109) = 21.198$, $p < .01$]. 하위요인인 상태불안 점수도 실습 전후로 45.49에서 43.38점으로 감소하였으며, 마찬가지로 통계적으로 유의미하였다[Wilks' $\lambda = .860$, $F(1, 113) = 18.373$, $p < .01$].

3. 완벽주의의 하위요인이 실습전후의 상태불안의 변화에 미치는 영향

본 연구에서 완벽주의의 하위요인이 불안의 감소에 미치는 영향을 알아보기 위해 완벽주의의 하위요인들이 실습 전후 상태불안의 표준화된 점수(z-score)를 이용하여 표준중다회귀분석(Standard Multiple Regression)을 실시하였다.

실습 전후에 측정된 상태불안점수들을 각각 표준화시켜 천정효과와 마루효과를 미연에 방지하였고, 완벽주의(성취추구, 실패회피)가 실습 전후 표준화된 상태불안 점수의 차이값에 미치는 영향력을 검증하였으며, 그 결과는 Table 4에 제시하였다

먼저 실습 전후의 표준화된 상태불안 점수의 차이값을 준거변인으로 하고 완벽주의의 하위요인인 성취추구와 실패회피를 예측변인으로 하여 회귀분석을 실시한 결과, 모형은 유의미한 것으로 나타났으며($F_{(2,107)} = 4.898$, $p < .01$), 완벽주의가 상태불안을 8.4%설명하는 것으로 나타났다. 개별적인 예측변인의 준거변인에 대한 기여도와 통계적 유의미성을 검증한 결과, 실패회피는 β 값이 .288($t = 2.679$, $p < .01$)로 상태불안에 정적으로 유의미한 예측변인이었지만, 성취추구는 준거변인에 영향을 주지 않았다. 즉, 실패

Table 4. Effect of factors in Two-dimensional perfectionism scale on state anxiety

Factor	State Anxiety			
	B	SD	β	t
Achievement striving Factor	.000	.008	.003	.030
Failure avoidance Factor	.022	.008	.288	2.679**
		$F(2,107) = 4.898**$		$R^2 = .084$

** $p < .01$.

회피 정도가 높을수록 실습기간 동안 상태불안이 높아지는 것으로 나타났다.

고 찰

치위생교육은 이론교육과 실습교육을 통하여 수준 높은 치위생사를 양성하는데 목적이 있으며 이론 강의를 바탕으로 한 구체적인 임상실습은 필수적 과정이라고 할 수 있다. 치위생과의 스케일링 실습은 치면세마실습이라는 과목으로 기초실습과 환자실습으로 시행되고 있으며 환자실습은 치위생과 학생들이 전반적인 치주기구의 사용법을 익힌 후에 좀 더 숙달시킬 수 있도록 직접 환자에게 배운 것을 적용시키는 실습이다. 본 연구는 환자에게 시행하는 스케일링 실습 시 학생들이 느끼는 불안과 완벽주의 유형간의 상관관계를 알아보기 위하여 시행되었다.

완벽주의 유형에 따라 실습 스트레스에 차이가 있는지를 확인하기 위하여 완벽주의 네 집단을 독립변인으로 하고, 실습 스트레스 점수를 종속변인으로 한 분산분석결과 실습 스트레스는 완벽주의 유형에 따라 통계적으로 유의미한 결과를 확인할 수 없었는데, 이 결과는 완벽주의 집단이 비완벽주의 집단에 비해 스트레스를 더 받는다는 최⁶⁾의 결과와 일치하지 않았으며 완벽주의자들이 비완벽주의자들에 비해 스트레스 지각 수준이 높다는 Hewitt 등¹⁹⁾의 연구와 일치하지 않는다. 그러나 연구결과와 완벽주의와 심리적 적응관계에서의 스트레스의 역할이 매우 복잡한 과정이라는 Flett²⁰⁾의 연구결과와 주요한 사건보다는 일상적인 스트레스가 개인의 적응력을 예측한다는 Holahan 등²¹⁾의 연구결과를 볼 때 스트레스와 완벽주의의 관계는 여러 가지 요인에 의해 평가되어야 함을 시사한다. 그러므로 스케일링 실습시 영향을 미치는 실습환경, 지식과 기술의 습득정도, 환자와 평가자 요인 등의 복합적인 요소²²⁾와 그 외의 다른 심리적 요인들을 함께 평가할 수 있는 세밀한 척도를 이용하여 측정하는 것이 필요하다고 하겠다.

실습 전 특질불안 점수와 실습 전 상태불안점수, 실습 전 전체불안 검사는 완벽주의 유형에 따라 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 이러한 차이는 성취추구 요인과 실패회피 요인 모두 낮은 비완벽주의 집단에 비해 성취추구 요인과 실패회피 요인 모두 높은 혼합집단 간 차이로 인해 나타났다. 다시 말해 비완벽주의 집단에 비해 혼합집단이 실습 전에 모든 불안 점수가 더 높았다.

Deffenbacher 등⁹⁾에 의하면 특질불안이 높은 사람은 가능한 위협에 관해 끊임없이 생각하며 압도당하는 특성을 보이면서 개인적 완벽에 높은 가치를 두는 사람이라고 하였으며 불안을 감소시킬 능력이 자신에게 없다고 느껴서 더 큰 불안을 경험한다고 했다. 또한 발표불안이나 시험불안이 높은 사람은 완벽성향중에 승인욕구를 많이 가지고 있으며 과도한 근심과 무력감, 과제에 관한 회피 등

의 완벽성향을 가지고 있다고 하였다. 즉, 완벽주의 특성이 높을수록 불안수준이 높게 나타난다. 완벽주의 집단의 학생들은 스케일링 실습 전에 치주기구 사용에 관한 이론 수업과 마네킹을 이용한 연습에도 불구하고 높은 수행기준을 세우고 실수를 허용하지 않는 특성 때문에 자신의 지식과 기술이 부족하다고 느끼고 잘 할 수 있다는 자신감을 갖지 못하기 때문에 심한 불안을 느끼는 것으로 생각된다²³⁾. 그러므로 학생들의 실력향상과 자신감의 회복을 위해 스케일링 실습 지도자는 치석제거의 평가에만 그치는 것이 아니라 학생 스스로 문제를 해결할 수 있도록 충분한 상담을 통한 격려가 필요하며 또한, 완벽주의성향에 의해 야기되는 불안을 감소시키기 위한 노력도 필요하다고 하겠다.

본 연구에서 불안의 전체 점수는 93.71에서 89.66점으로 감소하였고 상태불안 점수도 실습 전후로 45.49에서 43.38점으로 감소하였으며 이는 통계적으로 유의미하였다. 시험 스트레스상황에서 시험이 다가올수록 상태불안이 점점 증가하다가 시험을 본 후 가장 낮은 상태가 된다는 최⁶⁾의 연구와 동일한 결과이며 상태불안은 불안을 일으키는 상황에 대한 부담이 위협적인 상황이 되고 그 상황 전에는 결과에 대한 불확실성으로 더욱 불안이 고조되지만 상황이 종료되면 결과에 대한 예측과 더불어 정서 반응의 정도가 감소되는 것으로 추론할 수 있다.

이차원적 완벽주의척도의 하위요인인 성취추구요인과 실패회피요인이 실습 전후 표준화된 상태불안 점수의 차이값에 미치는 영향력을 검증하기 위하여 회귀분석을 한 결과 실패회피는 β 값이 .288($t=2.679, p<.01$)로 상태불안에 정적으로 유의미한 예측변인이었지만, 성취추구는 준거변인에 영향을 주지 않았다. 즉, 실패회피 정도가 높을수록 실습기간 동안 상태불안이 높아지는 것으로 나타났다. 이는 성취추구의 동기를 가지고 완벽주의를 추구하는 사람은 어느 정도의 불안을 가지지만 우울과 자존감에는 그리 영향을 받지 않으나 실패회피의 동기를 갖고 완벽주의를 추구하는 사람은 우울, 불안을 많이 보이며 자존감이 저하된다고 보고한 남궁¹⁵⁾의 결과와 유사한 결과이다. 그는 성취상황에서의 활동을 성취를 추구하거나 또는 실패를 회피하려는 경향성에 따라 성취추구적 완벽주의와 실패 회피적 완벽주의로 나누는 이차원적 완벽주의 척도에서 완벽주의 집단에서의 심리적 부적응과의 관련은 성취추구 요인보다 실패회피 요인에 의해 더 특징 지워진다고 하였다. 실패회피의 동기를 가진 사람에게서 실습상황이 끝났음에도 불구하고 상태불안이 높아지는 것은 자신에 대한 기준을 과도하게 세우고 자신의 과업을 엄격하게 평가하여 자신의 실수를 받아들이지 못하고 실패했다는 생각으로 심리적인 어려움을 겪는 것이라고 생각할 수 있다²³⁾. 즉, 어느 한 부분의 실패에 대해 정확한 인식이나 평가를 하고 나타난 결과를 그대로 받아들이는 것이 아니고 실습자체가 전체적으로 만족스럽지 못하다

는 막연한 느낌을 가지는 것이다. 반면에 성취추구적 요인을 가진 사람은 높은 성취동기를 가지며 하려는 의욕이 높기 때문에 그와 관련된 성취감으로 인해 실습상황이 종료되면 불안이 감소하고 긍정적인 정서를 경험하는 것이라고 생각된다. 심리적 불안의 상태는 학생들의 실습에 대한 자신감의 저하를 일으키고 실습에 대한 흥미를 잃게 함으로서 임상실습에 계속적으로 부정적인 영향을 미칠 것이다. 그러므로 학생들의 불안을 감소시키는 것은 효과적인 실습전략을 제공하는데 중요한 요소라고 할 수 있다. 긍정적인 자기 평가와 실습에 관한 평가는 수행을 촉진시킬 것이며 부정적인 평가와 실패를 회피하려는 소극적인 태도는 오히려 실패의 가능성을 높일 것이다. 윤²⁴⁾은 성취동기가 높은 사람들은 과업지향성, 적절한 모험성, 자신감, 자기책임감 등을 보인다고 하였다. 그러므로 실습 지도자는 학생들이 자신의 능력을 증진시키고 완성도를 높이는데 관심을 가지고 이를 달성하는데 최선의 방법을 찾아가는 성취추구적 목표를 가질 수 있도록 동기를 부여할 수 있는 구체적인 방안을 모색해야 할 것으로 생각된다. 치위생과 학생들에 대한 이해와 인식을 통해 만족할 수 있는 교육을 계획하고 실시하여 최적의 학습상황을 제공하는 것이 중요하며²⁵⁾, 이를 위하여 실습 시 학생들이 느끼는 심리적 어려움과 성취목표의 관계에 대한 연구가 필요할 것으로 사료된다.

간호사나 치위생사의 스트레스와 스트레스 요인, 스트레스 대처방식에 관한 논문은 찾아 볼 수 있으나, 실습시의 불안과 심리적 요인간의 상관성에 관한 연구는 찾아보기 어려워 선행논문과 비교 할 수 없었다는 점과 조사대상자가 한 학교에 국한되고 모집단의 크기가 크지 않아 일반화시키기에 한계가 있다는 점이 본 연구의 제한점이다.

요 약

본 연구는 완벽주의가 스케일링 실습 시 실습불안과 스트레스에 미치는 영향에 대하여 알아보기 위하여 경기도에 소재한 S대학에서 치위생과 치면세마실습 과목을 수강하여 치위생과 실습실에 내원한 환자를 대상으로 스케일링 실습을 한 학생 122명을 대상으로 2008년 5월 1일부터 5월 31일까지 스케일링 실습 전과 실습 후에 설문조사를 실시하였다. 이차원적 완벽주의의 하위요인인 성취추구 요인과 실패회피 요인 점수에 따라 네 가지 유형의 완벽주의 집단으로 구분하고 실습 시 스트레스와 실습 전후의 불안을 분석하여 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 완벽주의 유형에 따라 실습 스트레스에 차이가 있는지를 확인하기 위하여 완벽주의 네 집단을 독립변인으로 하고, 실습 스트레스 점수를 종속변인으로 한 분산분석을 실시한 결과 실습 스트레스는 완벽주의 유형에 따라 통계적으로 유의미한 결과를 확인할 수 없었다.

2. 실습 전 특질불안 점수와 실습 전 상태불안점수, 실습 전 전체불안 검사는 완벽주의 유형에 따라 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 이러한 차이는 성취추구 요인과 실패회피 요인 모두 낮은 비완벽주의 집단에 비해 성취추구 요인과 실패회피 요인 모두 높은 혼합집단 간 차이로 인해 나타났다. 다시 말해 비완벽주의 집단에 비해 혼합집단이 실습 전에 모든 불안 점수가 더 높았다.

3. 실습 전에 비해 실습 후에 불안 점수가 감소하였는지 검증하기 위하여 상태불안의 실습 전 점수와 실습 후 점수를 이용하여 반복 측정 분산분석(Repeated Measure ANOVA)을 실시하였으며 분석결과 불안의 전체 점수는 93.71에서 89.66점으로 감소하였으며 하위요인인 상태불안 점수도 45.49에서 43.38점으로 감소하였다. 이는 통계적으로 유의미하였다.

4. 이차원적 완벽주의척도의 하위요인인 성취추구요인과 실패회피요인이 실습 전후 표준화된 상태불안 점수의 차이값에 미치는 영향력을 검증하기 위하여 회귀분석을 실시하여 개별적인 예측변인의 준거변인에 대한 기여도와 통계적 유의미성을 검증한 결과, 실패회피는 상태불안에 정적으로 유의미한 예측변인이었지만, 성취추구는 준거변인에 영향을 주지 않았다. 즉, 실패회피 정도가 높을수록 실습기간 동안 상태불안이 높아지는 것으로 나타났다.

위와 같은 결과를 볼 때 스케일링 실습 시 실습지도자는 학생들의 완벽주의성향에 따른 실습불안을 감소시키기 위한 노력이 필요하며 학생들에게 성취추구적 동기를 부여할 수 있는 방안을 모색하는 것이 중요하다고 하겠다.

참고문헌

1. Jung YR, Choi HS: Relationship of personality type to clinical practice stress and stress coping pattern among dental hygiene student. *J Korean Dentistry* 61(1): 93-107, 2007.
2. Jang GW: A research of freshmen's motives entering dental hygiene department and the degree of satisfaction as to their major. *Jinju Health College Collected Papers* 22(2): 181-198, 1999.
3. Moon MS: Nursing students' initial clinical experience. *J Korean Acad Society of Nursing Educ* 4(1): 15-27, 1998.
4. Go SH, Kim SM: An initial clinical experience of nursing student. *J Korean Nurse* 33(2): 59-72, 1994.
5. Park CJ: Nursing students anxiety level and perceptions of anxiety-producing situations in the clinical setting. *J Korean Acad Society of Nursing Educ* 3: 34-45, 1997.
6. Choi WH: A study on test anxiety of perfectionists in examination stress situation of secondary school students. Master's Thesis of Chungnam National University, 2000.
7. Spielberger CD, Gorsuch R, Lushene R: STAI manual for state-trait anxiety inventory (self-evaluation questionnaire)palo alto, Consult Psychol Press 1970.
8. Flett GL, Hewitt PL, Dyck DG: Self-oriented perfectionism, neuroticism and anxiety. *Personal & Individual differen* 10:

- 731-735, 1989.
9. Deffenbacher JL, Zwemer WA, Hill KA, Sloan RD: Irrational beliefs and anxiety. *Cognit Ther & Res* 10: 281-292, 1983.
 10. Goldfried MR, Sobocinski D: Effects of irrational beliefs and emotional arousal. *J Consult & Clinical Psychol* 43: 504-510, 1975.
 11. Hewitt PL, Dick DG: Perfectionism, stress, and vulnerability to depression. *Cognit Ther & Res* 10: 137-142, 1986.
 12. Hamacheck DF: Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *J Abnorm Psychol* 15: 27-33, 1978.
 13. Flett GL, Hewitt PL, Halett CJ: Perfectionism and job stress in teachers. *Canadian J school Psychol* 11(1): 32-42, 1995.
 14. Lee MH: The positive and negative function of perfectionism - in relations with achievement goal, stress, psychological well-being and depression. Master's Thesis of Hanyang University, 2001.
 15. Namgung HJ: The relations between achievement striving perfectionism and failure avoidant perfectionism and psychological maladaptation. Master's Thesis of Catholic University, 2002.
 16. Frost RO, Marten P, Lahart C, Rosenblate R: The dimensions of perfectionism. *Cognit Ther & Res* 14: 449-468, 1993.
 17. Kim JT: Relationship of trait anxiety and sociability. Master's Thesis of Korea University, 1978.
 18. Lim YW: A study on anxiety, coping and school achievement in the process of examination stress. Doctor's Thesis of Seoul National University, 1994.
 19. Hewitt PL, Flett GL: Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *J Abnorm Psychol* 100: 98-101, 1991.
 20. Flett GL, Hewitt PL: Perfectionism and stress process in psychopathology. Washington, D.C. American Psychol Ass 2002.
 21. Holahan CK, Helahan CJ, Beck SS: Adjustment in aging: The role of life stress, hassles and self-efficacy. *Health Psychol* 90: 365-370, 1984.
 22. Nam YO et al.: A study on the relationship between self-esteem, perceived stress level and stress-coping pattern during scaling practice. *J Korean Acad Dent health* 31(4): 580-592, 2007.
 23. Han KY: On multidimensional perfectionism-concept, assesment and it's relation with maladjustment. Doctor's Thesis of Korea University, 1993.
 24. Yoon EJ: Effect of the attachment and achievement motivation on the perfectionism. Master's Thesis of Hongik University, 2001.
 25. Park MY: A study on the satisfaction and stress factor of clinical practice for students in the department of dental hygiene. *J Dental Hygiene Science* 6(4): 243-249, 2006.

(Received April 30, 2009; Revised May 29, 2009;
Accepted June 7, 2009)

