

학업 병행 간호사의 스트레스 대처에 영향을 미치는 요인

Affecting Factors on Nurses' Stress-Coping in Schoolwork

김 영 임* · 이 복 임**

I. 서 론

인구구조 및 질병양상의 변화, 국민의 의료서비스에 대한 기대수준의 증가라는 의료 소비자 측면의 요구, 비용효과적인 서비스의 중요성과 간호의 전문직 성장이라는 의료 제공자 측면의 요구가 맞물려 간호사의 학업에 대한 요구가 점점 높아지고 있다(김금순, 2006). 이에 따라 간호사들은 자신이 처한 상황에 따라 간호학사 학위 특별과정(RN-BSN), 학점은행제 학위취득과정, 전공심화과정, 방송통신대, 대학원 과정과 같은 계속교육 과정을 선택하고 스스로 능동적인 학습을 수행하고 있다(최진과 박현주, 2009). 간호사의 계속교육은 의료전문인력으로서 간호직에 대한 국민의 관심과 양질의 간호제공을 위한 능력개발 차원에서 직접·간접으로 추구될 수 있는 중요한 기전 중의 하나이다(김영임과 박은옥, 2003).

간호에 대한 계속교육은 새로운 지식체 습득, 원숙한 사람으로 지속적인 성장, 전문직에게 주어지는 사회적 역할의 효과적 이행 등의 긍정적 측면에 대한 다양한 연구가 이루어지고 있는 반면(Trevizan et al., 2010) 계속 교육자들의 스트레스에 대한 고려는 부족한 형편이다. 학업을 병행하고 있는 간호사에 대한 기존 연구는 전문직 자아개념, 자기효능감, 직무만족도에

초점이 맞추어져 있다(최진과 박현주, 2009). 그러나 간호사의 78.8%가 계속 교육에 활발히 참여하고 있는 20~30대이고, 이들은 일과 가정을 양립해야 하는 가임기 여성이기 때문에(김인선, 2009) 학업을 병행하고 있는 간호사는 일과 학업, 가정을 함께 이끌어야 하는 과중한 스트레스에 시달리고 있을 것으로 예측된다. 따라서 학업병행 간호사의 스트레스 및 대처 수준을 파악하고 관리하려는 노력이 이루어져야 한다.

간호사의 스트레스는 교대근무, 업무 긴장 등과 같은 작업조건(Higashiguchi et al., 1999; Silva et al., 2010), 감정노동(안지영 등, 2007), 생활 스트레스(조현숙, 2000) 등과 관련이 있는 것으로 알려져 있고, 이러한 스트레스의 수준은 대처양상에 따라 크게 달라진다(Leiter, 1991; Shimizutani et al., 2008). 스트레스 대처란 스트레스로 인한 피해를 최소화하려는 개인의 노력을 의미하는데(Chang et al., 2006), 간호사의 성격유형과 같은 개인적 요인(Shaw, 1999; Shimizutani et al., 2008), 사회적 지지와 대인관계, 역할 모호(조현숙, 2000) 등의 요인에 의해 영향을 받는 것으로 알려져 있고, 요인 구명을 위한 연구들이 지속되고 있다. 간호사의 스트레스 대처는 일차적으로 간호사의 건강수준과 직결될 뿐만 아니라 환자의 건강과 안녕에 직·간접적인 영향을 미치기 때문에 이를

* 한국방송통신대학교 간호학과 교수

** 가톨릭대학교 의과대학 연구교수(교신저자 E-mail: mizbil@hotmail.com)
접수일: 2010. 10. 31 심사외일: 2010. 11. 2 게재확정일: 2010. 11. 7

효율적으로 관리하는 것이 중요하다(Shimizutani et al., 2008). 그러나 스트레스 수준이 매우 높을 것으로 예측되는 학업 병행 간호사의 스트레스와 대처 수준을 파악하고 중재안을 마련하기 위한 국내 연구는 아직까지 미흡한 형편이다. 간호사의 계속교육에 대한 내·외부적 요구가 늘어나고 있고 간호사 이직율이 높은 현재의 상황을 고려할 때, 학업병행 간호사의 스트레스 수준과 그 대처에 관한 사항은 중요하게 다루어져야 할 연구주제이다. 따라서 본 연구는 학업을 병행하고 있는 간호사의 스트레스 대처 수준을 파악하고 스트레스 대처에 영향을 미치는 요인을 구명함으로써, 학업병행 간호사의 스트레스 대처전략을 개발하는데 기초자료로 활용하는 한편 스트레스를 효율적으로 관리하여 소진을 예방하고 나아가 간호 서비스를 제공받는 환자들의 안녕과 삶의 질을 향상시키기 위한 목적으로 수행되었다.

본 연구의 구체적 목적은 다음과 같다.

첫째, 연구대상 간호사의 스트레스 대처수준을 파악한다.

둘째, 연구대상 간호사의 제반 특성에 따른 스트레스 대처수준을 비교한다.

셋째, 연구대상 간호사의 스트레스 대처 수준에 영향을 미치는 요인을 분석한다.

II. 연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 학업 병행 간호사의 제반 특성에 따른 스트레스 대처 수준을 파악하고, 스트레스 대처 수준에 영향을 미치는 요인을 밝히기 위한 횡단적 상관성 조사 연구이다.

2. 연구 대상 및 자료 수집 방법

한국방송통신대학교 서울 S지역의 3, 4학년 중 출석수업 대상 학생 475명을 대상으로 구조화된 설문지를 가지고 2010년 5월부터 6월까지 조사를 실시하였다. 대상자에게 연구의 목적에 대하여 설명하였고 최종적으로 연구에 동의한 학생을 대상으로 자기기입식 설문조사 방식으로 조사를 시행하였으며, 최종적으로 설문문에 응답하여 분석에 활용된 학생은 340명(응답률 71.6%)이었다.

3. 연구 도구

연구에 사용한 설문조사표는 본 연구의 저자들이 문헌고찰을 기초로 개발한 설문도구를 이용하였다. 설문지는 크게 연구대상자의 일반적 특성, 학업관련 특성, 건강관련 특성, 작업관련 특성, 스트레스 수준과 스트레스 대처로 구성되며, 세부적인 조사항목은 다음과 같다.

대상자의 일반적 특성은 연령, 교육수준, 결혼상태, 월평균 임금에 관한 항목으로 구성하였다. 학업관련 특성은 학년, 수강등록 횟수, 주당 학습시간, 스터디 그룹 참여 여부, 학업의 지지자, 학업으로 인하여 어려운 점으로 구성하였다. 건강관련 특성은 건강수준, 주당 운동시간, 흡연 여부, 평소의 피로도, 지난 3개월 이내 만성질환 이환 여부로 조사 하였다. 건강수준은 4점 척도의 단일문항으로 조사하였고, 점수가 높을수록 건강함을 의미하도록 구성하였다. 피로도는 연구대상자가 주관적으로 느끼는 정도를 3점 척도로 조사하였으며, 점수가 높을수록 피로도가 높음을 의미한다. 작업관련 특성으로는 교대근무 여부, 주 평균 근무시간, 근무경력, 직위를 조사하였다.

스트레스 수준은 일상생활 스트레스와 직무스트레스로 나누어 조사하였다. 일상생활스트레스는 Tomioka(임남구, 2004에 인용됨)의 DHS-W(Daily Hassles Scale for Worker)를 박상희 등(2001)이 변안한 DHS-KW로 측정하였다. 본 도구는 인간관계 관련 스트레스(3문항), 가정 및 일상생활 관련 스트레스(5문항), 건강 관련 스트레스(5문항), 여유 없는 생활 관련 스트레스(5문항)로 구성된 총 18개 문항으로, 5점 척도로 이루어져 있다. 점수가 높을수록 일상생활 스트레스가 높음을 의미한다. 기존 연구에서 본 도구의 신뢰도(Cronbach's alpha)는 0.61~0.84이었으며(임남구, 2004; 최혜선, 2007), 본 연구에서 도구의 신뢰도는 0.81이었다. 직무스트레스는 장세진 등(2005)이 개발한 단축형 직무스트레스 측정도구(SF-KOSS: Short Form of the Korean occupational stress scale)를 사용하였다. 본 도구는 27개 문항으로, 4점 척도이며 점수가 높을수록 스트레스가 높음을 의미한다. 본 연구에서 도구의 신뢰도는 0.82이었다.

스트레스 대처 수준은 Pines와 Aronson(1988)의 척도를 황인성(1998)의 연구에서 수정 보완한 20개 문항의 도구로 측정하였다. 본 도구는 직접적-적극적 대처(5문항), 직접적-소극적 대처(5문항), 간접적-적극

적 대처(5문항), 간접적-소극적 대처(5문항)로 구성된 4점 척도이며, 점수가 높을수록 대처수준이 적극적임을 의미하도록 조작화 하였다. 기존 연구에서 도구의 신뢰도는 0.70~0.78이었고(최용식, 2003; 최혜선, 2007), 본 연구에서 도구의 신뢰도는 0.65이었다.

4. 자료 분석 방법

수집된 자료는 SAS 8.1을 이용하여 분석하였다. 각 변수의 특성은 서술적 통계를, 연구대상자의 일반적 특성, 학업관련 특성, 건강관련 특성, 작업관련 특성과 스트레스 대처 간의 관계 파악을 위하여 t-test, ANOVA test를 시행하였고, 스트레스 수준과 스트레스 대처 간의 관계는 Pearson's Correlation Coefficient를 적용하였다. 스트레스 대처에 영향을 미치는 요인을 구명하기 위하여 다중회귀분석(Multiple Regression Analysis)을 시행하였다. 다중회귀분석을 시행하기 전 자료의 적절성을 확인하기 위하여 변수의 정규성, 변수의 다중공선성을 조사하였으며, 그 결과 자료의 부적절성에 대한 증거는 없었다.

기존 연구에서 스트레스 대처는 스트레스 수준에 직접·간접적으로 영향을 주거나 완충 요인으로 분류되기도 하지만(최혜선, 2007), 스트레스 정도에 따라 스트레스 대처 수준이 달라지기도 한다(Weiss와 Lonnquist, 2003). Weiss와 Lonnquist(2003)의 스트레스 과정 모형에 따르면, 개인의 대응기전과 사회적 자원은 스트레스의 영향을 받는다. 본 연구에서는 후자의 입장을 따라 스트레스를 스트레스 대처 수준에 영향을 미치는 독립변수로 두고 분석을 수행하였다.

III. 연구 결과

1. 연구대상자의 일반적 특성과 스트레스 대처

연구대상자의 연령별 분포를 살펴보면, 25세 이상 29세 미만이 56.0%로 가장 많았다. 전문대학 졸업자가 97.6%로 다수를 차지하였고 73.3%가 미혼이었다. 월 평균임금은 200만원 이상 299만원 미만인 경우가 48.1%로 가장 많았다.

연구대상자의 연령별 스트레스 대처 점수를 살펴보면, 35세 이상의 경우가 스트레스 대처 점수가 가장 높았고, 25세 이상 29세 미만인 경우가 가장 낮았지만 이러한 차이는 통계적으로 유의하지 않았다. 전문대졸 이하의 교육수준을 가진 간호사, 미혼자, 월평균 임금이 300만원 이상인 간호사의 스트레스 대처 점수가 높았으나 타 그룹의 스트레스 대처 점수와의 차이는 통계적으로 유의하지 않았다(표 1).

2. 연구대상자의 학업관련 특성과 스트레스 대처

연구대상자 중 3학년인 경우가 69.3%이었고, 수강 등록 횟수가 1~2회인 경우가 71.9%이었다. 주당 학습시간은 1시간 미만인 경우가 54.8%로 가장 많았고, 스터디 그룹에 참여하는 경우는 2.9%에 불과하였다. 학업의 지지자로서 '가족'이라고 응답한 경우가 36.2%로 가장 많았고, '없다'고 응답한 경우가 14.5%이었다. 학업으로 인하여 가장 어려운 점으로는 '직장 생활'이라고 응답한 경우가 69.0%로 가장 많았다.

학업관련 특성별 스트레스 대처 점수를 비교한 결

〈표 1〉 연구대상자의 일반적 특성과 스트레스 대처

구 분	응답자수 (%)	스트레스 대처*	
		Mean±SD	t or F (p)
연령 (년)	≤ 24	66 (15.7)	2.25±.30
	25~29	235 (56.0)	2.21±.25
	30~34	54 (12.9)	2.22±.30
	≥ 35	65 (15.5)	2.26±.27
교육 수준	전문대졸 이하	410 (97.6)	2.23±.27
	대학졸 이상	10 (2.4)	2.21±.24
결혼 상태	미혼	308 (73.3)	2.22±.27
	기혼	112 (26.7)	2.24±.27
월 평균 임금 (만원)	<200	153 (36.4)	2.23±.28
	200~299	202 (48.1)	2.21±.26
	≥300	65 (15.5)	2.25±.26

* 1=매우 소극적 ~ 4=매우 적극적

〈표 2〉 학업관련 특성과 스트레스 대처

구 분	응답자 수 (%)	스트레스 대처		
		Mean±SD	t or F (p)	
학년	3학년	291 (69.3)	2.22±.28	- .935
	4학년	129 (30.7)	2.24±.25	(.350)
수강등록 횟수	1~2	302 (71.9)	2.22±.28	.327
	≥3	118 (28.1)	2.23±.25	(.744)
주당 학습시간 (시간)	<1 ^a	230 (54.8)	2.18±.26	5.952 (.001)* c,d)a
	1~2 ^b	116 (27.6)	2.26±.27	
	2~4 ^c	52 (12.4)	2.33±.28	
	≥5 ^d	22 (5.2)	2.31±.25	
스터디 그룹 참여	아니오	408 (97.1)	2.23±.27	1.204
	예	12 (2.9)	2.19±.10	(.246)
학업 지지자	없음	61 (14.5)	2.23±.29	1.238 (.294)
	가족	152 (36.2)	2.26±.29	
	학우	32 (7.6)	2.22±.27	
	친척	73 (17.4)	2.19±.24	
	동료	102 (24.0)	2.20±.24	
학업으로 인해 어려운 점	없음	51 (12.1)	2.24±.28	1.962 (.142)
	직장생활	290 (69.0)	2.21±.27	
	사회생활	79 (18.8)	2.28±.26	

*p<.01

〈표 3〉 건강관련 특성과 스트레스 대처

구 분	응답자 수 (%)	스트레스 대처		
		Mean±SD	t or F (p)	
건강 수준	매우 불건강	18 (4.3)	2.31±.25	1.404 (.241)
	불건강	121 (28.8)	2.19±.27	
	건강	252 (60.0)	2.24±.27	
	매우 건강	29 (6.9)	2.24±.27	
주당 운동시간	안함 ^a	253 (60.2)	2.19±.28	7.790 (.000)* c)a
	<3 시간/주 ^b	134 (31.9)	2.27±.23	
	≥3 시간/주 ^c	33 (7.9)	2.35±.25	
흡연	아니오	414 (98.6)	2.22±.27	- .832
	예	6 (1.4)	2.32±.16	(.406)
월 음주횟수	아니오	216 (51.4)	2.22±.26	.164 (.849)
	1~3회	151 (36.0)	2.24±.27	
	4회 이상	53 (12.6)	2.22±.29	
피로도	상	156 (37.1)	2.25±.28	.945 (.390)
	중	158 (37.6)	2.20±.26	
	하	106 (25.2)	2.23±.26	
만성질환	아니오	387 (92.1)	2.22±.27	- .971
	예	33 (7.9)	2.27±.25	(.332)

*p<.001

과, 주당 학습시간과 스트레스 대처 점수간의 관계가 통계적으로 유의하였으며(p<.01) 주당 학습시간이 많을수록 스트레스 대처 점수가 높게 나타났다(표 2).

3. 연구대상자의 건강관련 특성과 스트레스 대처

연구대상자 중 건강한 편이라고 응답한 경우가 60.0%, 운동을 전혀 하지 않는 경우가 60.2%로 가장 많았다. 흡연을 하는 경우는 1.4%, 음주를 월 1회 이상 하는 경우는 48.6%이었다. 평소의 피로도에 대해서, 중간 이상으로 느끼는 경우가 74.8%이었고, 지난 3개월 이내 만성질환을 앓고 있는 경우가 7.9%이었다.

〈표 4〉 작업관련 특성과 스트레스 대처

구 분	응답자 수 (%)	스트레스 대처		
		Mean±SD	t or F(p)	
근무형태	비교대근무	122 (29.0)	2.26±.26	1.507
	교대근무	298 (71.0)	2.21±.27	(.132)
주당 근무시간	<45	191 (45.5)	2.25±.28	1.587
	45-49	125 (29.8)	2.23±.24	(.206)
	≥50	104 (24.8)	2.19±.27	
근무경력 (년)	<1	36 (8.6)	2.21±.28	
	1~2	100 (23.8)	2.25±.28	.419
	3~4	121 (28.8)	2.22±.27	(.739)
	≥5	163 (38.8)	2.22±.26	
직위	사원급	355 (84.5)	2.22±.27	1.511
	관리자급	65 (15.5)	2.27±.24	(.132)

연구대상자의 건강관련 특성별 스트레스 대처를 비교한 결과, 주당 운동시간과 스트레스 대처간의 관계가 통계적으로 유의하게 나타나($p<.001$), 주당 운동시간이 길수록 스트레스 대처가 더 긍정적으로 이루어지는 것으로 조사되었다(표 3).

4. 연구대상자의 작업관련 특성과 스트레스 대처

연구대상자 중 교대근무를 하고 있는 경우가 71.0% 이었고, 주 근무시간이 45시간 미만인 경우가 45.5% 이었다. 근무경력이 5년 이상인 간호사가 38.8%로 가장 많았고, 직책이 사원급인 경우가 84.5%로 대다수를 차지하였다.

작업관련 특성별 스트레스 대처 점수를 비교한 결과, 교대근무자는 비교대 근무자에 비하여 스트레스 대처 점수가 낮았고, 주당 근무시간이 길수록 스트레스 대처 점수가 낮았으며, 직급이 관리자급인 경우가 사원급인 경우에 비하여 스트레스 대처 점수가 높았다. 그러나 이러한 그룹간의 차이는 통계적으로 유의하지 않았다(표 4).

5. 연구대상자의 스트레스 수준과 스트레스 대처

연구대상자의 스트레스 대처 점수는 평균 2.23점 ($SD=0.27$)으로 '조금 소극적(2점)'에 가까운 것으로 나타났다. 일상생활 스트레스는 평균 2.83점($SD=0.48$)으로 '가끔 있다(3점)'에 가깝게 나타났으며, 직무스트레스는 평균 2.47점($SD=0.30$)으로 '보통(2.5점)' 이하로 나타났다.

스트레스 수준과 스트레스 대처간의 상관관계를 살펴본 결과, 스트레스 대처 점수는 일상생활 스트레스와 통계적으로 유의한 양의 상관관계에 있었고($p<.001$) 업무스트레스와 통계적으로 유의한 부의 상관관계에 있었다($p<.05$). 즉, 일상생활 스트레스가 높을수록 스트레스 대처가 더 긍정적으로 이루어지는 반면, 직무스트레스가 낮을수록 스트레스 대처가 더 긍정적으로 이루어지는 것으로 나타났다.

6. 스트레스 대처에 영향을 미치는 요인

스트레스 대처에 대한 독립변수의 단일 영향력을 파악하기 위하여, 스트레스 대처 점수를 종속변수로 하고 연구대상자의 일반적 특성, 학습관련 특성, 건강관련 특성, 작업관련 특성, 스트레스 점수를 독립변수로 하여 다중회귀분석을 실시하였다(표 6). 응답자의 수가 과도하게 편중되어 통계분석의 정확성을 낮출 가능성이

〈표 5〉 스트레스 수준과 스트레스 대처간의 상관관계

구 분	Mean±SD	스트레스 대처와의 상관계수 r (p)
스트레스 대처	2.23±.27	-
일상생활 스트레스†	2.83±.48	.261 (.000)**
직무 스트레스‡	2.47±.30	-.115 (.019)*

† : 1=전혀 아님 ~ 5=매우 동의, ‡ : 1= 전혀 아님 ~ 4=매우 동의

* $p<.05$ ** $p<.001$

〈표 6〉 스트레스 대처에 영향 미치는 요인

변수		β	t	p
(상수)			11.29	.000
연령		-.04	-.49	.628
교육수준		.00	-.11	.916
결혼상태		.01	.14	.887
월 평균 임금	200~299	-.01	-.26	.796
	≥300	.01	.18	.858
주당 학습시간		.13	2.72	.007**
학업지지자		-.02	-.35	.730
어려운 점		-.03	-.61	.543
건강수준		.07	1.44	.152
주당 운동시간		.18	3.71	.000***
음주		.03	.56	.574
피로		-.04	-.74	.459
근무형태		-.08	-1.40	.163
주당 근무시간	45-49	-.02	-.44	.662
	≥50	-.11	-2.10	.037*
근무경력	1~2	.09	1.11	.266
	3~4	.09	.98	.328
	≥5	.08	.80	.425
직위		.05	.88	.378
일상생활 스트레스		.40	7.51	.000***
직무스트레스		-.18	-3.30	.001**
F= 4.63		p=.000	R ² = .1962	

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

있는 변수 즉, 스터디 그룹 참여 횟수, 흡연여부, 만성 질환 여부는 분석에서 제외하였다.

본 연구대상자의 스트레스 대처 점수는 왜도 -0.21, 첨도 0.12로 정규분포에 가깝다고 할 수 있었다. 또한 연구변수들의 상호연관성을 검토하여 상관성이 높은 변수를 제거하기 위하여 다중공선성을 검토한 결과, 허용도가 0.1 미만인 변수는 발견되지 않았다.

다중회귀분석을 시행한 결과, 모형의 설명력은 19.6%이었고 F값은 4.63(p=.000)이었다. 스트레스 대처에 영향을 미치는 요인으로는 학습시간($\beta=0.13$, $p=.007$), 운동시간($\beta=0.18$, $p=.000$), 근무시간($\beta=-0.11$, $p=.037$), 일상생활 스트레스($\beta=0.40$, $p=.000$), 직무스트레스($\beta=-0.18$, $p=.001$)로 나타났다. 즉, 주당 학습시간이 길어질수록, 주당 운동시간이 길어질수록 스트레스 대처가 긍정적인 것으로 이루어졌고, 근무시간이 45시간 미만인 간호사에 비하여 50시간 이상인 간호사의 스트레스 대처 점수가 더 낮았다. 또한 일상생활 스트레스가 높을수록 스트레스 대처가 긍정적이었고, 직무스트레스가 낮을수록 스트레스 대처가 부정적이었다.

IV. 논 의

본 연구는 학업을 병행하고 있는 간호사 340명을 대상으로 이들의 스트레스 대처 수준을 파악하고 스트레스 대처에 영향을 미치는 요인을 파악함으로써, 학업 병행 간호사의 스트레스 대처를 긍정적으로 이끌어낼 방안 마련의 기초자료로 활용하고자 시행되었다.

연구대상자의 스트레스 대처 수준은 평균 2.23점(SD=0.27)으로 '조금 소극적(2점)'에 가까운 것으로 나타났다. 즉, 연구대상 학업 병행 간호사는 스트레스 상황에 직면하였을 때 적극적으로 문제를 해결하기 보다는 소극적인 자세를 취하는 경향이 있다고 볼 수 있다. 기존 연구와 비교하면 학업병행 간호사의 스트레스 대처는 다른 집단의 간호사와 유사한 수준인 것으로 판단된다. 비록 같은 도구를 사용한 연구는 아니지만, 노인요양시설 간호사의 스트레스 대처를 연구한 장숙희(2006)의 연구에서는 간호사의 스트레스 대처 점수가 2.14점~3.07점으로 보고하였고, 종합병원 근무 간호사의 대처를 다루었던 조현숙(2000) 또한 소극적 대처에서 높은 점수를 나타냄을 보고한 바 있다.

한편, 스트레스 대처 수준에 영향을 미치는 요인을

분석한 결과, 학습시간, 운동시간, 근무시간, 일상생활 스트레스, 직무스트레스가 학업병행 간호사의 스트레스 대처 수준을 결정하는 유의한 인자인 것으로 나타났다. 연구대상자의 과반수가 주 평균 1시간 미만으로 학습시간을 보고하여 일과 학업병행의 어려움을 예상할 수 있지만, 어려운 상황 속에서도 학습시간이 길다는 것은 적극적으로 학업에 임하고 있으며 학업병행에 대하여 긍정적 태도를 가지고 있음을 의미한다. 이러한 자기변화의 태도는 스트레스 대처에 긍정적인 영향을 미쳤을 것으로 예측된다(최중향, 2003). 또한 운동시간이 길어질수록 스트레스 대처가 긍정적인 방향으로 이루어지는 것으로 나타났는데, 기존 연구에서 근육이완 운동, 호흡훈련법 등 대중요법과 같은 방어기제가 스트레스 대처 수준을 높게 하는 것으로 보고하였다(장숙희, 2006). 즉, 운동, 취미활동 등과 같은 방어기제와 스트레스 상황을 긍정적 측면으로 보며 해결방안을 모색하는 태도는 스트레스 대처가 긍정적인 방향으로 이루어지도록 돕고 스트레스의 부정적 영향을 완화시키는데 기여할 수 있다고 해석된다(임경숙, 2004; Chang et al., 2006).

한편, 장시간의 근무시간과 높은 직무스트레스는 스트레스 대처에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 직장문제에 의한 스트레스가 높을수록 소극적 대처를 더 많이 사용하게 된다는 기존 연구(김양희 등, 2001; 임경숙, 2004)와 간호사의 경력개발에 관한 스트레스가 많을수록 긍정적 대처가 줄어든다는 장숙희(2006)의 연구와 일치하는 결과이다. 일상생활 스트레스의 경우 스트레스 대처에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 이는 직무 외 스트레스를 높게 인지하는 경우 소극적 대처를 많이 하게 된다는 기존 연구(김양희 등, 2001; 최혜선, 2007)와는 다른 결과이다. 기존 연구와 다른 결과가 도출된 것은 연구 대상의 차이에서 기인한 것으로 판단되는데, 본 연구는 20대, 미혼, 여성의 분포가 높은 간호사를 대상으로 하였으나 기존 연구의 대다수가 중년 남성 근로자를 대상으로 하였다. 미혼자는 기혼자에 비하여 가족으로 인한 스트레스가 적을 수 있고 여성과 남성이 느끼는 직무 외 스트레스는 다를 수 있기 때문이다.

본 연구는 기존에 연구되지 않은 학업 병행 간호사의 스트레스 대처 수준을 다루었다는 점에서 장점을 가진다. 특히 최근 간호사의 계속교육에 대한 요구가 높아짐에 따라 자발적·적극적 학습수행이 점점 증가하고

있는 실정에서, 학업과 일을 병행하는 간호사의 스트레스 대처를 다루는 것은 중요한 의미를 지닌다.

V. 결론 및 제언

간호사의 학업에 대한 요구가 점점 높아짐에 따라 간호사의 능동적 학습 수행이 증가하고 있으나, 일과 학업, 가정을 함께 이끌어야 하는 학업병행 간호사의 스트레스와 그 대처에 대한 연구는 미흡한 실정이다. 이에 본 연구는 학업을 병행하고 있는 간호사의 스트레스 대처 수준을 파악하고 스트레스 대처에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 시행되었다. 본 연구의 대상은 방송통신대학교 서울 S지역의 3, 4학년 출석수업 대상자 중 연구에 동의한 340명의 학생이었다. 본 연구를 통해 도출된 결과는 다음과 같다.

1. 연구대상 간호사의 스트레스 대처 수준은 평균 2.23점(SD=0.27)으로 '조금 소극적(2점)'에 가까운 것으로 나타났다.
2. 연구대상 간호사의 주당 학습시간이 많을수록($p<.01$), 주당 운동시간이 길수록($p<.001$) 스트레스 대처가 긍정적으로 이루어지는 것으로 나타났다. 일상생활 스트레스가 높을수록 스트레스 대처가 더 긍정적으로 이루어지는 반면($p<.001$), 직무스트레스가 낮을수록 스트레스 대처가 더 긍정적으로 이루어지는 것으로 나타났다($p<.05$).
3. 다중회귀분석결과, 스트레스 대처에 영향을 미치는 요인은 학습시간($\beta=0.13, p=.007$), 운동시간($\beta=0.18, p=.000$), 근무시간($\beta=-0.11, p=.037$), 일상생활 스트레스($\beta=0.40, p=.000$), 직무스트레스($\beta=-0.18, p=.001$)인 것으로 나타났다.

본 연구결과 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 스트레스의 정도에 따라 스트레스 대처 수준이 달라지는 바, 학업병행 간호사의 스트레스 대처가 긍정적으로 이루어질 수 있도록 하기 위하여 의료기관과 학습기관 중심으로 직무스트레스와 일상생활 스트레스를 관리하기 위한 산업간호적 중재가 필요하다.

둘째, 운동은 긍정적 스트레스 대처를 유인하는데 효과적 방어기제인 것으로 밝혀진 바, 이를 활용한 스트레스 대처 강화 프로그램을 개발하고 프로그램 적용에 대한 효과검증 연구도 필요하다.

참 고 문 헌

- 김금순 (2006). 한국전문간호사 주역할 및 기능. 국제한인간호재단·한국간호과학회 공동 국제학술대회, 서울.
- 김양희, 김진희, 박정윤 (2001). 중년기 남성이 경험하는 스트레스와 대처행동에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 19(6), 157-172.
- 김영임, 박은옥 (2003). 간호학특론. 서울: 한국방송통신대학교출판부.
- 김인선 (2009). 근로환경개선 정책토론회. 대한간호협회, 서울.
- 박상희, 이경용, Kawamura N, Komaki G, 정진욱, Tomioka M. (2001). 한국 근로자를 위한 daily hassles 스트레스 척도 개발. 보건과사회과학, 9, 47-65.
- 안지영, 정혜선, 김형아 (2007). 일개 병원 임상간호사의 감정노동과 직무스트레스에 관한 연구. 한국산업간호학회지, 16(2), 139-146.
- 임경숙 (2004). 일부 지하철 근로자의 대처 행위와 사회 심리적 스트레스. 연세대학교 보건대학원 석사학위논문, 서울.
- 임남구 (2004). 일상생활 스트레스가 근로자의 사회심리적 안녕상태에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 박사학위논문, 서울.
- 장세진, 고상백, 강동목, 김성아, 강명근, 이철갑 등 (2005). 한국인 직무 스트레스 측정도구의 개발 및 표준화. 대한산업의학회지, 17(4), 297-317.
- 장숙희 (2006). 노인요양시설 사회복지사와 호스피스 간호사의 업무스트레스와 대처방식 비교연구. 계명대학교 대학원 석사학위논문, 대구.
- 조현숙 (2000). 간호사의 직무스트레스지각요인과 대처전략에 관한 연구. 경성대학교 대학원 박사학위논문, 부산.
- 최용식 (2003). 맞벌이 사회복지 종사자의 가족스트레스와 대처방안에 관한 연구. 목원대학교 산업정보대학원 석사학위논문, 대전.
- 최종향 (2003). 건강보험공단 직원의 직무스트레스와 대처전략에 관한 연구. 동국대학교 사회과학대학원 석사학위논문, 서울.
- 최진, 박현주 (2009). 학업을 병행하는 임상간호사의 전문직 자아개념, 자기효능감 및 직무만족도. 간호행정학회지, 15(1), 37-44.
- 최혜선 (2007). 생산직 남성 근로자의 스트레스와 대처. 을지의과대학교 대학원 석사학위논문, 대전.
- 황인성 (1998). 중년기 남성의 스트레스 수준에 영향을 미치는 요인 연구. 연세대학교 행정대학원석사학위논문, 서울.
- Chang, E., Daly, J., Hancock, K., Bidewell, J., Johnson, A., Lambert, V. et al. (2006). The relationships among workplace stressors, coping methods, demographic characteristics and health in Australian nurses. J Prof Nurs, 22, 30-38.
- Higashiguchi, K., Morikawa, Y., Miura, K., Nishijo, M., Tabata, M., Ishizaki, M. et al. (1999). Burnout and related factors among hospital nurses. J Occup Health, 41, 215-224.
- Leiter, M. P. (1991). Coping patterns as predictors of burnout: The function of control and escapist coping patterns. J Organ Behav, 12, 123-144.
- Pines, A., & Aronson, A. (1988). Career Burnout, Causes and Cures. NY: The Free Press.
- Shaw, C. (1999). A framework for the study of coping, illness behaviour and outcomes. J Adv Nurs, 29, 1246-1255.
- Shimizutani, M., Odagiri, Y., Ohya, Y., Shimomitsu, T., Kristensen, T. S., Maruta, T. et al. (2008). Relationship of nurse burnout with personality characteristics and coping behaviors. Ind Health, 46(4), 326-335.
- Silva, A. A., de Souza, J. M., Borges, F. N., & Fischer, F. M. (2010). Health-related quality of life and working conditions among nursing providers. Rev Saude Publica, 44(4), 718-725.
- Trevizan, M. A., Mendes, I. A., Mazzo, A., & Ventura, C. A. (2010). Investment in nursing human assets: education and minds of the future. Rev Lat Am Enfermagem, 18(3), 467-471.
- Weiss, G. L., & Lonquist, L. E. (2003). The

Sociology of Health, Healing, and Illness
(4th eds.). NJ: Prentice Hall.

- Abstract -

Affecting Factors on Nurses' Stress-Coping in Schoolwork

Kim, Young-Im · Lee, Bokim***

Purpose: The purpose of this study was to investigate stress-coping level and to determine the significant predictor of nurses' stress-coping in schoolwork. **Methods:** This study was based on the questionnaire survey carried out among 340 nurses in schoolwork at Korea National Open University. The questionnaire

included the general factor, schoolwork related factor, health related factor, work related factor, stress level and stress-coping level. The data were analyzed using descriptive statistics, t-test, ANOVA, Pearson's correlation coefficient, and multiple regression analysis. **Results:** The mean score of stress-coping level was 2.23 (SD=0.27). Time for study, exercise, and work as well as stress on daily life and job stress were significant predictors of nurses' stress-coping level in schoolwork. **Conclusion:** Findings of this study can be an important resource to improve stress-coping strategies of nurses in schoolwork.

Key words: Schoolwork, Nurses, Stress, Coping

* Department of Nursing, Korea National Open University

** College of Medicine, The Catholic University of Korea