

<http://dx.doi.org/10.17703/JCCT.2015.1.4.59>

JCCT 2015-11-7

간호대학생의 임상실습 스트레스, 우울 및 자아존중감과의 관계

The Relationship among Stress in Clinical Practice, Depression and Self-Esteem in Nursing College Students

김소영^{*,}, 임선영^{*}, 최혜미^{***}

Kim, So Young^{**}, Lim, Sun Young^{*}, Choi, Hye mi^{***}

요 약 본 연구는 간호대학생을 대상으로 임상실습 스트레스, 우울 및 자아존중감과의 관계를 알아보고, 간호대학생의 바람직한 간호전문직관의 정립 및 우울을 감소시키고 자아존중감을 향상시키기 위해 나아가 간호교육의 방향을 모색하고자 한다. 본 연구는 상관성 조사연구로써 간호학과에 재학 중인 학생 200명을 대상으로 실시하였으며, 자료수집기간은 2015년 5월 1일부터 5월 31일까지였다. 자료는 SPSS Program 18.0을 이용하여 t값, Correlation coefficient로 분석하였다. 연구결과 간호대학생의 임상실습 스트레스, 우울 및 자아존중감은 순상관관계로 나타났다. 따라서 간호대학생들의 자아존중감을 향상시켜 임상실습 스트레스와 우울을 감소시킬 수 있는 효율적인 실습교육프로그램의 개발 및 적용이 필요하다.

주요어 : 간호대학생, 임상실습 스트레스, 우울, 자아존중감

Abstract This study investigated the relationship among stress in clinical practice, depression and self-esteem of the nursing college students. The move to seek the direction of nursing education in order to improve the formulation and self-esteem and reduce depression of the nursing college students. This study was conducted among 200 people attending and nursing college students as a correlation research. Data collection period was from May 1, 2015 to May 31, Data were analyzed by t-values, Correlation coefficient using the SPSS Program 18.0. Stress in clinical practice, depression and self-esteem of the nursing college students showed a correlation between net. Therefore, to improve the nursing students' self-esteem so that you can form a desirable professional intuition is needed to decrease the stress in clinical practice and depression development and application of efficient clinical educational programs.

Keywords : Nursing college students, Stress in Clinical Practice, Depression, Self-Esteem

*정회원, 고려대학교 간호대학(교신저자)

**정회원, 신경대학교 간호학과(제1저자)

***정회원, 한림대학교 간호학과(공동저자)

접수일자: 2015년 8월 1일, 수정완료일자: 2015년 9월 30일

게재확정일자: 2015년 10월 14일

Received: 1 August 2015 / Revised: 30 September 2015

Accepted: 14 October 2015

*Corresponding Author: isokety@naver.com

College of Nursing, Korea University, Seoul, Korea

I. 서 론

1. 연구의 필요성

간호교육은 간호대학생이 간호사가 되기 위해 학교에서 이론적 지식을 학습하고, 실제 간호상황에 적용하는 방법을 탐구하며, 임상실습을 통해 환자의 건강문제 해결과 실무기술을 습득하는 과정이다[1]. 특히 임상실습은 간호교육에서 필수적인 요소이며, 간호대학생은 다양한 간호현장을 경험하고, 건강에 대한 사회적 관심과 요구에 부응하는 역할을 수행할 수 있도록 준비해야한다[2].

그러나 간호대학생은 익숙하지 않은 임상현장이라는 낯선 환경에서 실습에 대한 두려움, 불안, 우울, 자아존중감 저하, 역할 갈등 및 지식부족, 예상치 못하는 위기상황, 대상자와 보호자와의 대인관계 등으로 인한 임상실습 스트레스를 경험하게 된다[3]. 이러한 임상실습 스트레스가 해소되지 않을 때 간호대학생들은 실습이 두려워지고 간호에 대한 자신감을 잃게 되며, 간호학 전공에 대한 회의까지 느끼게 되는 심각한 위축과 좌절을 경험한다[4]. 더 나아가 간호 전문직관에 부정적 영향을 미칠 수 있으며 심한 경우 신체적 건강까지 위협할 수도 있다[5].

또한 스트레스를 비효율적인 대응자원으로 부적절하게 관리할 경우 학업에 적응하지 못하고 결국, 간호사를 포기하게 될 것이다[6]. 따라서, 교육현장에서는 간호대학생의 스트레스 원인뿐 아니라 스트레스 수준을 정확히 사정하고 관리해줄 수 있어야 한다[7]. 한국 간호대학생의 스트레스 측정도구를 개발한 연구에 의하면 학업과 임상실습이 간호대학생의 스트레스에서 큰 비중을 차지한다고 하였고[7], 간호대학생의 임상실습 스트레스는 우울과 순 상관관계가 있는 것으로 나타났다[5].

Rosenberg [8]는 자아존중감(self-esteem)을 자신에 관한 부정적 혹은 긍정적 평가와 관련되는 것으로서 자기 존경의 정도와 자신을 가치 있는 사람으로 생각하는 정도를 의미한다고 하였다. 즉 자기 자신에 대한 개인적 지각의 총합이며, 실제적 자아와 이상적 자아를 비교함으로써 나타나는 자아개념의 평가부분으로서 자신의 타인으로부터 관심과 사랑을 받을 만한 가치가 있는 중요한 사람이라는 느낌을 스스로가 갖는 것을

말한다.

따라서 높은 자아존중감을 가진 사람은 능동적으로 역할을 수행하고 자신의 견해를 표현하며 자신의 목표 성취를 향해 보다 직접적이고 현실적으로 참여하게 되는 반면, 자아존중감에 대한 욕구를 충족시키지 못한 사람은 열등감을 가지고 자신에 대한 부정적 감정은 정신건강과 적응에도 부정적 영향을 미치게 된다[9]. 또한 간호대학생의 자아존중감과 임상실습 관련 선행연구에서 자아존중감이 높을수록 임상실습 스트레스가 낮은 것으로 나타났다[10].

이에 본 연구에서는 간호대학생이 임상실습 교육 시 정신적 요소인 우울과 자아존중감이 밀접한 관련이 있다고 사료되어 그 관계를 밝히고자 한다. 이를 토대로 간호대학생의 임상실습 스트레스를 감소시키고, 바람직한 간호전문직관을 정립하기 위한 간호교육방법을 모색하는데 필요한 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구의 목적은 간호대학생의 임상실습 스트레스, 우울 및 자아존중감 정도를 확인하고, 이들의 상관관계를 파악하여, 간호대학생들에게 전공과 관련된 체계적이고 효율적인 스트레스 관리와 간호에 대한 긍정적인 신념을 가질 수 있는 방안을 모색하기 위해 필요한 기초 자료를 제공하고자 한다.

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 간호대학생의 일반적 특성을 확인한다.
- 2) 간호대학생의 임상실습 스트레스 정도, 우울 및 자아존중감에 대해 확인한다.
- 3) 간호대학생의 임상실습 스트레스, 우울 및 자아존중감에 대한 상관관계를 확인한다.

II. 연구방법

1. 연구설계

본 연구는 경기도 소재 대학교 간호대학생의 임상실습 스트레스, 우울, 자아존중감과의 관계를 확인하기 위한 서술적 상관관계 연구이다.

2. 연구대상

본 연구의 대상자는 경기도 내 간호학과에 재학 중인 간호대학생을 대상으로 하였다. 자료수집을 위해 연구자가 직접 연구의 취지를 설명하고 이를 이해하고 자발적으로 참여에 동의한 학생을 대상으로 편의 표집하였다. 또한 참여과정에서 본인이 원치 않으면 언제든지 참여를 취소할 수 있음도 안내 하였으며, 수집된 자료는 연구의 목적으로만 사용하고 무기명으로 처리되어 비밀이 보장됨을 설명하였다. 연구 대상자의 수는 G power program을 사용하여 효과크기는 중간크기 .3, 유의수준 .05, 감정력 .95로 산출한 결과 170명 이상으로 나타나 본 연구 대상자 수는 적절한 것으로 나타났다.

3. 연구도구

1) 임상실습 스트레스

임상실습 스트레스란 임상실습과 관련하여 간호대학생이 경험하는 스트레스를 말하는 것으로서, 불안·공포 등의 부정적인 요인으로 인해 효율적으로 임상실습을 진행하는데 어려움이 있는 상태로[11], 본 연구에서는 Beck과 Srivastva[12]가 개발하였고, Kim SR와 Lee JE[13]이 수정·보완한 도구를 사용하여 측정하였다. 하부요인으로는 실습교육환경 5문항, 바람직하지 못한 역할모델 6문항, 실습업무 부담 4문항, 대인관계 갈등 4문항, 환자와의 갈등 5문항 등 총 24문항이다. 각 문항은 5점 척도로 '전혀 그렇지 않다' 1점부터, '매우 그렇다' 5점까지이며, 점수가 높을수록 높은 임상실습 스트레스를 의미한다. Kim SR와 Lee JE[13]의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .91$ 이었으며 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .90$ 이었다.

2) 우울

우울이란 마음이 슬프고 답답하며, 근심이나 걱정이 있어서 명랑하지 못하고 마음과 몸이 모두 침울하여 무능감, 변민, 염세, 자살기도 등의 정서적인 기분변화에서 병적인 상태를 이야기 하며, 본 연구에서는 우울 측정도구는 CES-D(Center for Epidemiological Studies-Depression)이다. 총 20문항으로 '대부분'에 3점, '상당히'에 2점, '때로'에 1점, "거의 드물게"에 0점으로 하여 점수가 높을수록 우울이

높음을 의미한다. 본 연구에서는 Chon KK와 Lee MK[14]가 한국판으로 번역한 도구를 사용하였다. 긍정적 감정인 4개 문항은 역으로 환산하였다. Chon KK와 Lee MK[14]의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .89$ 이며, 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .89$ 이었다.

3) 자아존중감

자아존중감이란 자기 자신을 존중하고 바람직하게 여기며 가치 있는 존재라고 생각하는 것으로[15], 본 연구에서는 Rogenber[15]의 자아존중감 측정도구를 Jeon BJ[16]가 변안하여 수정 보완한 도구를 사용하였다. 1점 '거의 그렇지 않다'에서 5점 '매우 그렇다'까지 5점 척도로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 자아존중감이 높음을 의미한다. Jeon BJ[16]의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .85$ 이었다. 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .84$ 이었다.

4. 자료 분석방법

수집된 자료는 SPSS Program 18.0을 이용하여 대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율로, 간호대학생의 임상실습 스트레스, 우울, 자아존중감 정도는 평균과 표준편차로, 간호대학생의 임상실습 스트레스, 우울, 자아존중감의 관계는 피어슨 상관계수로 분석을 실시하였다.

III. 연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

본 연구대상자의 일반적 특성은 Table 1과 같다. 대상자의 일반적 특성은 연령의 경우 20 ~ 22세가 75.5%, 23세 이상이 24.4%로 나타났다. 종교의 경우 기독교 22.5%, 천주교 12.5%, 불교 11%, 기타 2%, 종교가 없는 경우가 52%로 가장 많았다. 전공만족도에서는 만족한다는 54%, 불만족은 23.5%로 나타났으며, 임상실습 만족도에서는 만족한다는 39%, 불만족은 26.5%이다. 대인관계의 경우 좋음 49.5%로 가장 높았으며, 보통 43.5%, 매우 좋음 5%, 나쁨 2%로 나타났다. 동아리는 가지고 있는 학생이 55.5%, 동아리에 가입하지 않은 학생도 44.5%로 나타났다.

2. 대상자의 임상실습 스트레스, 우울, 자아존중감 정도

연구 대상자의 임상실습 스트레스, 우울, 자아존중감의 정도는 Table 2와 같다. 임상실습 스트레스는 평균 3.35 ± 0.54 점, 우울은 평균 2.09 ± 0.47 점, 자아존중감은 2.89 ± 0.41 점으로 나타났다.

3. 연구대상자의 임상실습 스트레스, 우울, 자아존중감의 상관관계

연구대상자의 임상실습 스트레스, 우울, 자아존중감의 상관관계는 Table 3과 같다. 연구대상자의 임상실습 스트레스와 우울은 $.45 (p < .001)$, 임상실습 스트레스와 자아존중감은 $.56 (p < .001)$, 우울과 자아존중감에서 상관관계수는 $.38 (p < .001)$ 로 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

VI. 논 의

본 연구에서는 간호대학생의 임상실습 스트레스, 우울, 자아존중감의 정도와 그 관계를 알아보고, 간호대학생의 임상실습 스트레스가 우울과 자아존중감에 미치는 영향을 확인해 보았으며, 주요 결과들을 논의해보면 다음과 같다.

첫째, 간호대학생의 임상실습 스트레스는 5점 만점 중 평균평점이 3.35점으로 보통이상의 높은 스트레스를 받고 있는 것으로 나타났다. 이는 간호학과 재학생들을 대상으로 한 Seo BM[17]의 연구결과인 3.2점 연구결과와 유사한 결과를 나타내었다. 이는 일반적 특성에서도 간호학 전공만족도보다 임상실습 만족도가 매우 낮은 부분에서도 확인하였고, 그만큼 학업스트레스보다 임상실습 자체의 스트레스가 더 높은 것을 의미하는 것이며 간호대학생의 임상실습 스트레스를 완화시킬 수 있는 다각적인 방법의 모색이 필요하다고 사료된다.

간호대학생의 우울은 3점 만점 중 평균평점이 2.09점으로 상당히 높은 우울점수를 나타내었다. 최근 간호대학생을 대상으로 한 우울관련 연구에서도 [18], [19] 우울 점수는 보통정도의 우울점수가 나온 결과보다는 본 연구의 우울점수가 월등히 높아 실습을 끝난 직후 실습과제로 인해 제일 힘든 시기에 측정할 이유도 있을 것이라고 사료된다.

간호대학생의 자아존중감은 2.89점으로 Lim SY 등 [20]의 연구에서 2.97점으로 나타난 간호대학생들의 자아존중감 정도와 유사한 결과가 나타났다. 이러한 결과들의 공통점으로는 자아존중감이 높은 학생들은 긍정적인 영향으로 인해 임상실습 스트레스가 낮을 수 있음을 확인하였다. 그러므로 낮은 환경의 간호대학생들이 임상실습에 적응을 잘하고 자신의 능력을 발휘함으로써 임상실습 만족도를 높이기 위해 자아존중감을 향상시킬 수 있는 방안에 대해 모색을 할 필요성이 있다고 사료된다.

둘째, 임상실습 스트레스, 우울, 자아존중감의 상관관계에서 연구대상자의 임상실습 스트레스와 우울, 임상실습 스트레스와 자아존중감, 그리고 우울과 자아존중감에서 모두 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이는 간호대학생의 자아존중감이 높을수록 임상실습 스트레스와 우울이 낮아진다고 해석 할 수 있다. 이와 같은 결과는 Shin EJ [10]의 자아존중감이 높을수록 임상실습 스트레스가 낮은 것으로 나타난 연구결과와 유사한 결과이다.

이상의 논의를 통해 간호대학생의 임상실습 스트레스와 우울, 자아존중감은 간호사가 될 간호대학생에게 바람직한 전문직관을 형성하는데 중요한 변인으로 작용하고 있다는 것을 알 수 있으며, 임상실습 스트레스를 감소시킬 수 있는 질적 교육방법을 개발하여 간호대학생의 자아존중감도 높이고 우울도 감소시킬 수 있는 방법을 모색해야 한다고 사료된다.

V. 결 론

본 연구는 간호대학생의 임상실습 스트레스, 우울, 자아존중감의 정도와 그 관계를 파악하기 위한 것으로서 대상자의 임상실습 스트레스, 우울, 자아존중감의 정도는 모두 보통이상으로 높게 나타났으며, 임상실습 스트레스, 우울, 자아존중감의 상관관계에서 대상자의 임상실습 스트레스와 우울, 임상실습 스트레스와 자아존중감, 그리고 우울과 자아존중감에서 모두 순 상관관계를 보였다. 본 연구결과는 간호학생의 임상실습교육에서 임상실습 스트레스를 최소화하고 임상수행능력을 높이기 위해 효율적인 실습프로그램 개발에 기초자료로 활용될 수 있을 것이다. 더불어 간호대학마다 임상실습 환경조성과 충분한 지원이 필요하다고 본다. 본

연구는 일개 대학의 간호대학생을 대상으로 하였으므로 연구결과의 확대해석에 제한점이 있다. 추후 간호대학생들을 대상으로 한 임상실습 스트레스, 우울, 자아존중감의 지속적인 반복 연구를 시도해야함을 제안한다.

References

- [1] Park HS, Han JY. Factors Influencing Clinical Competence in Nursing Students. Journal of Korean Academy of Fundamentals of Nursing. 2013;20(4):438-448.
- [2] Park MA. Self-leadership, stress on clinical practice, and stress coping styles in nursing students [master' sthesis].: Kyungpook National University;2009.
- [3] Park BS. Clinical Practice stress and clinical practice, satisfaction due to gender roles and identities of the nursing students [master' sthesis].: Kwandong University;2009.
- [4] Evans W, Kelly B. Pre-registration diploma student nurse stress and coping measures. Nurse Education Today. 2004;24(2):219-228.
- [5] Park HJ, Jang IS, Choi KS. Stress, Depression, Coping Styles and Satisfaction of Clinical Practice in Nursing Students. The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education. 2010;16(1):14-23.
- [6] Stewart S, Dempsey LF. A longitudinal study of baccalaureate nursing students' critical thinking disposition. Journal of Nursing Education. 2005;44(2):181-184.
- [7] Yoo JS, Jang SJ, Choi EK, Park JW. Development of a Stress Scale for Korean Nursing Students. Journal of Korean Academy of Nursing. 2008;38(3):410-419.
- [8] Rosenberg M. Conceiving the Self. New York: Basic Books, Inc. 1979.
- [9] Shin KA, Cho BH. Professional Self-Concept, Critical Thinking Disposition and Clinical Competence in Nursing Students. Journal of Korean Academy of Fundamentals of Nursing. 2012;19(1):46-56.
- [10] Shin EJ. Emotional Intelligence, Ego Resilience, Stress in Clinical Practice of Nursing Students [master' sthesis].: Keimyung University;2012.
- [11] Whang SJ. The Relationship between Clinical Stress, Self-Efficacy, and Self-Esteem of Nursing College Students. The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education. 2006;12(2):205-213.
- [12] Beck DL, Srivastava R. Perceived level and sources of stress in baccalaureate nursing students. Journal of Nursing Education. 1991;30(3):127-133.
- [13] Kim SR, Lee JE. Relationship among Stress, Coping Strategies, and Self-esteem in Nursing Students Taking Clinical Experience. The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education. 2005;11(1):98-106.
- [14] Chon KK, Lee MK. Preliminary Development of Korean Version of CES-D. The Journal of Korean Psychology Association. 1992;11(1):65-76.
- [15] M. Rosenberg. Society and Adolescent Self-image. Princeton University Press. 1965.
- [16] Jeon BJ. Self-esteem: A Test of Its Measurability. 1974;11:107-124.
- [17] Seo BM. Factors Affecting Clinical Competence among Nursing Students [master' sthesis].: Inje University;2014.
- [18] Kim JJ. Group art therapy effects on the nursing students for stress and depression [master' sthesis].: Aju University;2013.
- [19] Kim HR. A study on relationship between self-concept and mental health of nursing students [master' sthesis].: Hanyang University; 2012.
- [20] Lim SY, Kim SY, Choi HM. The Relationships of Major Satisfaction, Self-Esteem and Nursing Professionalism of the Nursing College Students. The Journal of the Convergence on Culture Technology (JCCT). 2015;1(2):45-51.

표1. 대상자의 일반적 특성

Table1. General Characteristics.

Variables	Categories	n((%)	
Age	20~22	151	75.5
	>23	49	24.5
Religion	Christian	45	22.5
	Catholic	25	12.5
	Buddhist	22	11
	None	104	52
	Others	4	2
Major Satisfaction	Satisfaction	108	54
	Dissatisfaction	45	22.5
Clinical Practice Satisfaction	Normal	47	23.5
	Satisfaction	78	39
Personal relation	Normal	69	34.5
	Dissatisfaction	53	26.5
Social Club	Bed	4	2
	Normal	87	43.5
	Good	99	49.5
Social Club	Very good	10	5
	Existence	111	55.5
	Nonexistence	89	44.5

표2. 대상자의 임상실습 스트레스, 우울, 자아존중감 정도

Table2. Score for Clinical Practice Stress, Depression and Self-esteem

Variables	M	±SD	Min	Max
Clinical Practice Stress	3.35	.54	1.75	4.27
Depression	2.09	.47	1.00	3.35
Self-Esteem	2.89	.41	1.00	4.15

표3. 임상실습 스트레스, 우울, 자아존중감 간의 상관관계

Table3. Correlation among Clinical Practice Stress, Depression and Self-esteem

Variables	Clinical Practice Stress	Depression	Self-esteem
	r(p)	r(p)	r(p)
Clinical Practice Stress	1		
Depression	0.45(.00)**	1	
Self-esteem	0.56(.00)**	0.38(.00)**	1