

## 치위생과 학생의 사회학적 특성과 셀프리더십이 스트레스 대처방식에 미치는 영향

이혜경

전주비전대학교 치위생과

## Influence of social characteristics and self leadership on stress coping method in the dental hygiene students

Hye-Kyung Lee

Department of Dental Hygiene, Jeonju-vision University

\*Corresponding Author: Hye-Kyung Lee, Department of Dental Hygiene, Jeonju-vision University, Cheonjam-ro(St), 235 Beon-gil(Rd), Wansan-gu, Jeonju-si 55069, Korea, Tel: +82-63-220-4102, Fax: +82-63-220-4109, E-mail: hglee@jvision.ac.kr

Received: 21 July 2015; Revised: 30 September 2015; Accepted: 2 October 2015

### ABSTRACT

**Objectives:** The purpose of the study is to investigate the influence of social characteristics and self leadership on stress coping method in the dental hygiene students.

**Methods:** A self-reported questionnaire was completed by 436 dental hygiene students in J area from November 10 to December 10, 2013. The questionnaire consisted of social characteristics of the subjects, self leadership, and stress coping method. The reliability was evaluated by Cronbach alpha. Data were analyzed by frequency, one-way ANOVA, multiple regression analysis using the SPSS 12.0 statistical package program. The self leadership was developed by Mans and adapted and modified by Kim and Park. The leadership included 18 questions of self expectation, rehearsal, goal setting, self reward, self criticism, and constructive area. The stress coping method was developed by Folkman and Lazarus, and adapted and modified by Park. The stress coping method included 24 questions of problem focused coping, seeking social support, emotion focused coping, and wishful thinking.

**Results:** The best stress coping method was wishful thinking and the score was 2.81. The priority order of stress coping method included social support, problem focused coping, and emotion focused coping. The self-expectation, goal setting, self-criticism proved to be highly relevant factors. The explanation power of stress coping method was 29.1 percent. The self expectation, rehearsal, self reward, and self criticism were passive coping methods and the explanation power was 15.4 percent.

**Conclusions:** The self leadership is the most important factor to fulfill the interpersonal relationship abilities, major satisfaction, and satisfaction with clinical practice. The self leadership leads to stress coping ability.

**Key Words:** interpersonal relationship ability, major satisfaction, satisfaction with clinical practice, self-leadership, interpersonal relationship abilities, stress coping method

**색인:** 대인관계능력, 셀프리더십, 스트레스 대처방식, 임상 실습만족도, 전공만족도

### 서론

스트레스 대처는 사람들이 스트레스 상황과 그에 따른 부정적 감정들을 해결하기 위하여 사용하는 사고와 행동방식이라고 할 수 있다<sup>1)</sup>. 선행 연구<sup>2,3)</sup>에서는 스트레스 대처방식이 스트레스 경험의 영향을 중재하고, 적응에 중요한 역

할을 한다고 밝히고 있다. 스트레스는 개인의 신체적·정신적 안정과 사회 적응에 밀접하게 연관되어 있다고 할 수 있다. 일반적으로 어떤 사건이나 상황이 통제가능하다고 인식하는 경우는 적극적인 행동으로 대처하는 반면 그렇지 않은 경우에는 부정, 도피 등의 수동적인 행동을 하게 된다. 특히, 대학생들은 시기적으로 볼 때 청소년기 후기에 속하면서 동시에 성인기의 입문기로서 고등학교 기간 동안에 이루어지 못한 자아정체감의 확립과 가치관 정립 등의 발달 과업을 성취해야 하고, 청소년기를 지배하는 중·고등학교와는 다른 발달과업과 교육적 환경에 적응해야 하는 부담을 안고 생활하고 있다. 심리적인 측면에서는 이상과 현실, 자기와 사회, 전통적인 가치관과 현대적 가치관, 인생의 의미와 목표 등과 같은 문제들로 갈등하고 있으며, 대학에서 학업을 수행하고 직업선택에 따른 준비를 해야 하며, 이성 관계 등 중요한 개인적 과업들을 수행해 가야하는 시기이기 때문에 더욱 많은 스트레스를 경험하고 있고, 이에 따라 다양한 부적응 문제가 발생하는 시기라고 볼 수 있다.

특히 변화와 위기가 상존하는 오늘날의 사회에서는 무조건적으로 명령에 복종하기 보다는 스스로 리더십을 발휘하여 스스로 판단하고 의사결정을 해야 하는 상황들이 많아졌다<sup>4)</sup>. 이는 전통적인 지시적 리더십보다는 본인 스스로 목표를 정하고 자기 주도적으로 과업을 달성하는 셀프리더십을 개발하여야 함을 의미하며<sup>5)</sup>, 인간의 근본적인 자기통제시스템을 자극해 자기 스스로 목표를 설정하고, 직무로부터 높은 성취감을 경험하게 되어 내재적 동기부여를 통해 조직구성원의 태도 및 성과에 긍정적인 영향을 미쳐야 한다<sup>6)</sup>. 또한, 치과의료환경의 급속한 변화 속에서 치과위생사의 전문성 영역 확대에 대한 욕구가 증가함에 따라 치과위생사들의 리더십은 필수적인 요소로 요구되어 지고 있으며, 셀프리더십의 중요성이 부각되고 있다<sup>7)</sup>. 그러나, 변화가 빠르고 불확실한 환경은 일반적으로 스트레스를 유발하는 상황으로 이런 상황에 처한 개인은 자신이 지니고 있는 특성에 따라 다양한 대처방식을 보일 수 있다<sup>8)</sup>. 셀프리더십은 예비치과위생사인 치위생과 학생들에게도 필수적인 것으로 교육과정에 개설, 운영이 필요하다고 사료된다<sup>9)</sup>.

또한 치위생과 학생들의 전공 및 임상실습에 대한 만족도는 자신의 사기를 진작시킴과 동시에 대학 생활에 대한 적응력을 높이고 장차 치과의료 현장에 취업 후 환자에게 보다 나은 양질의 서비스를 제공하게 됨으로써 자신의 능력을 최대한 발휘할 수 있도록 여건을 조성하여 직무몰입도를 향상시킬 수 있을 것이며, 대인관계능력은 개인적 차원의 문제를 벗어나 소속된 조직과 병원의 업무성과와도 밀접한 관련이 있을 것이다<sup>10)</sup>. 또한, 공감은 대인관계를 형성하는 기본 바탕이고, 인간관계 속에서 공감적 이해가 이루어진다면 이타적 동기를 유발하여 친사회적 행동을 증가시킨다고 하였다<sup>11)</sup>. 따라서 개인의 긍정적인 심리특성인 대인관계능력이 스트레스 상황에서 어떠한 대처 방식에 영향을 미치는

지를 파악하는 것은 매우 의미가 있으며, 치위생 실무에 있어 중요성은 더욱 강조되고 있다.

이에 본 연구는 치위생(학)과 학생들의 셀프리더십과 사회학적 특성이 스트레스 대처방식에 미치는 영향을 연구하여 구체적인 정보를 제공할 뿐만 아니라 보다 바람직한 스트레스 대처방식을 파악하여 방안을 마련하는 데 필요한 기초자료를 제공하고자 연구하였다.

## 연구방법

### 1. 연구대상 및 절차

본 연구는 J 지역에 소재하고 있는 2개 대학의 치위생과 학생에게 연구에 대한 취지를 설명한 후에 서면으로 동의한 대상자만을 대상으로 하여 연구되었으며, 조사 시기는 2013년 11월 10일부터 12월 10일까지로 하였으며, 자기기입식 설문조사법을 이용하여 분석하였다. 설문지 500부 중 응답이 불성실하거나 오류가 있는 불충분한 설문지 40부(12.5%)를 제외한 460명(92.0%)의 자료를 최종 분석에 사용하였다.

### 2. 연구도구

본 연구에서 사용하는 설문지의 구성은 사회학적 특성 및 셀프리더십 문항 18개, 스트레스 대처 방식 24개의 문항으로 구성되어 있으며, 신뢰도는 Cronbach's alpha 값으로 조사 되었다.

#### 2.1. 셀프리더십

셀프리더십 측정도구는 Manz<sup>12)</sup>가 개발하고, 김<sup>13)</sup>과 박<sup>14)</sup>이 수정·보완한 18개 문항을 사용하였고, 자기기대, 리허설, 목표설정, 자기보상, 자기비판, 건설적 사고 6개 영역으로 구성되어 있다. 각 문항은 리커트 5점 척도로 측정하였으며, 점수가 높을수록 셀프리더십이 높음을 의미한다. 셀프리더십 문항의 신뢰도 계수(Cronbach Alpha)는 0.590으로 조사되었다.

#### 2.2. 스트레스 대처방식

Folkman과 Lazarus<sup>1)</sup>가 개발하고, 박<sup>15)</sup>이 수정·보완한 24개 문항을 사용하였고, 노력이 투여되는 방식에 따라 문제중심, 정서중심, 소망적사고, 사회적지지 대처로 구성되었다. 문제중심 대처는 문제행동을 유발한다고 생각되는 개인-환경 관련 요인에 직면하여 그 원인 자체를 변화시켜 해결하려고 하는 행동을 의미하고, 정서중심 대처방식은 다양한 스트레스로 인하여 나타난 감정적인 위협을 조절 또는 통제하려는 노력을 의미한다. 소망적 사고는 스트레스를 유발하는 상황이나 사건으로부터 거리를 두고 바람직한 상황을 생

각하여 문제를 대처해 나가는 행동을 의미하며, 사회적 지지는 다른 사람과 상의하거나 도움을 요청함으로써 스트레스를 해결해 나가려는 행동을 의미하는 것이다. 이중 문제 중심 대처, 사회적지지 추구 대처는 적극적 대처, 정서중심 대처와 소망적 사고 대처는 소극적 대처로 구분하였다. 본 척도는 4점 척도로 '전혀 사용하지 않음' 1점에서 '매우 많이 사용' 4점까지 점수가 높을수록 스트레스 대처방식을 많이 사용한다는 것을 의미한다. 본 연구의 신뢰도 계수(Cronbach Alpha)는 0.690으로 조사되었다.

### 3. 자료분석

수집된 자료의 통계분석은 SPSS 12.0 통계패키지 프로그램을 이용하여 사회학적 특성은 빈도와 백분율로 분석하였으며, 측정 도구의 신뢰도는 Cronbach's alpha value를 이용하였다. 대상자의 스트레스 대처방식은 기술통계, 사회학적 특성(전공만족도, 임상실습 만족도, 대인관계)에 따른 스트레스 대처 방식은 one-way ANOVA, 셀프리더십과 스트레스 대처방식(적극적, 소극적)의 관련요인은 단계적 다중회귀분석을 시행하였으며 통계적 유의성 판정은  $p < 0.05$ 를 기준으로 검정하였다.

## 연구결과

### 1. 사회학적 특성

사회학적 특성에서 대인관계는 '나쁨'이 48.2%로 높게 조사되었으며 ' 좋음' 41.1%, '보통' 10.7% 순이었다. 전공 및 임상실습 만족도는 '보통이다'가 47.0%, 49.6%로 높았다<Table 1>.

### 2. 스트레스 대처방식과 셀프리더십

스트레스 대처방식과 셀프리더십 결과는 <Table 2>와 같다. 스트레스 대처방식은 문제중심, 정서중심, 소망적 사고, 사회적 지지 대처로 구성되었다. 소망적 사고방식이 2.81로 가장 높았으며 사회적지지 추구, 문제중심, 정서중심 순으로 조사되었으며, 셀프리더십은 자기기대, 리허설, 목표 설정, 자기보상, 자기비판, 건설적 사고로 구성되었으며, 자기보상이 3.63으로 가장 높게 조사되었다.

### 3. 대인관계능력에 따른 스트레스 대처방식

대상자의 대인관계능력에 따른 스트레스 대처방식은 <Table 3>과 같다. 대인관계 능력이 좋은 그룹에서 스트레스 대처방식 요인이 모두 높게 조사되었으며, 소망적 사고

Table 1. Social characteristics of the subjects

Characteristics	Division	N	%
Interpersonal relationship ability	Bad	222	48.2
	Usually	49	10.7
	Good	189	41.1
Major satisfaction	Dissatisfaction	60	13.0
	Usually	216	47.0
	Satisfaction	152	33.0
Satisfaction with clinical practice	Dissatisfaction	76	16.5
	Usually	228	49.6
	Satisfaction	156	33.9
Total		460	100.0

Table 2. Stress coping method and self leadership

Division			M±SD	Mix	Max
Stress coping methods	Active coping	Problem focused coping	2.37±0.47	1.17	3.33
		Seeking social support	2.55±0.51	1.00	4.00
	Passive coping	Emotion focused coping	2.25±0.51	1.17	3.33
		Wishful thinking	2.81±0.47	1.33	3.83
Self leadership		Self expectation	3.32±0.62	1.33	5.00
		Rehearsal	3.47±0.66	2.00	4.67
		Goal setting	3.31±0.63	1.67	5.00
		Self reward	3.63±0.62	1.00	5.00
		Self criticism	3.19±0.73	1.00	5.00
		Constructive idea	3.16±0.64	1.00	5.00

Table 3. Stress coping methods of interpersonal relationship ability

Characteristics	Division	N	M±SD	F(t)	p-value*	
Active coping	Problem focused coping	Bad	222	2.29±0.48	6.582	0.002
		Usually	49	2.43±0.43		
		Good	189	2.47±0.46		
		Total	460	2.37±0.47		
	Seeking social support	Bad	222	2.44±0.53	12.880	<0.001
		Usually	49	2.60±0.46		
		Satisfaction	189	2.81±0.46 <sup>ab</sup>		
		Total	460	2.55±0.51		
Passive coping	Emotion focused coping	Bad	222	2.21±0.48	2.777	0.063
		Usually	49	2.25±0.52		
		Satisfaction	189	2.40±0.53		
		Total	460	2.25±0.51		
	Wishful thinking	Bad	222	2.77±0.50 <sup>b</sup>	3.579	0.029
		Usually	49	2.83±0.43 <sup>b</sup>		
		Satisfaction	189	2.96±0.46 <sup>a</sup>		
		Total	460	2.81±0.47		

\*by the one-way ANOVA

<sup>a,b</sup>The same characters are not significant by Duncan test set at  $\alpha=0.05$ .

Table 4. Stress coping method of major satisfaction

Characteristics	Division	N	M±SD	F(t)	p-value*	
Active coping	Problem focused coping	Dissatisfaction	276	2.32±0.48 <sup>b</sup>	5.248	0.006
		Usually	152	2.42±0.42		
		Good	32	2.56±0.46 <sup>a</sup>		
		Total	460	2.37±0.47		
	Seeking social support	Dissatisfaction	276	2.51±0.55	5.403	0.005
		Usually	152	2.57±0.40		
		Satisfaction	32	2.81±0.55		
		Total	460	2.55±0.51		
Passive coping	Emotion focused coping	Dissatisfaction	276	2.25±0.49 <sup>b</sup>	5.670	0.004
		Usually	152	2.19±0.54 <sup>b</sup>		
		Satisfaction	32	2.52±0.38 <sup>a</sup>		
		Total	460	2.25±0.51		
	Wishful thinking	Dissatisfaction	276	2.79±0.51 <sup>b</sup>	6.726	0.001
		Usually	148	2.79±0.41 <sup>b</sup>		
		Satisfaction	32	3.10±0.29 <sup>a</sup>		
		Total	456	2.81±0.47		

\*by the one-way ANOVA

<sup>a,b</sup>The same characters are not significant by Duncan test set at  $\alpha=0.05$ .

방식은 2.96로 가장 높게 조사되었으며, 유의한 차이를 보였다( $p<0.05$ ). 사회적 지지 요인은 2.81로 조사되었고, 대인 관계 능력이 좋은 그룹이 '나쁘다 혹은 보통'인 그룹과 유의한 차이를 보였다. 또한, 문제중심 요인도 유의한 차이가 나타났다( $p<0.05$ ).

#### 4. 전공만족도에 따른 스트레스 대처 방식

전공만족도에 따른 스트레스 대처 방식은 <Table 4>와

같다. 적극적 대처 방식인 문제중심, 사회적지지 추구는 전공만족도가 높을수록 스트레스 대처 방식이 높게 조사되었으며 유의한 차이를 보였다( $p<0.01$ ). 전공만족도가 클수록 소극적 대처 방식인 소망적 사고는 3.10으로 가장 높게 조사되었고, 정서중심은 전공만족도가 높은 그룹이 2.52로 조사되었으며, '나쁘다 혹은 보통'인 그룹과 유의한 차이를 보였다( $p<0.01$ ).

5. 임상실습 만족도에 따른 스트레스 대처 방식

임상실습 만족도에 따른 스트레스 대처 방식에 대한 분석결과는 <Table 5>와 같다. 임상실습 만족도가 높은 그룹에서 소망적사고가 2.84로 가장 높게 조사되었으며, 문제중심, 정서중심, 소망적사고 방식은 임상실습 만족도가 높을수록 높게 조사되었다. 적극적 대처방식인 문제 중심 요인은 임상실습 만족도가 좋은 그룹에서 2.45로 높게 조사되었으며 ‘나쁘다 혹은 보통’인 그룹과 유의한 차이를 보였으며, 사회적지지 추구 요인 역시 유의한 차이가 나타났다(p<0.05).

6. 셀프리더십 하위요인에 따른 적극적 대처

셀프리더십 하위요인이 적극적 대처에 미치는 영향을 다중회귀분석을 실시한 결과는 <Table 6>과 같다. 회귀모형의 설명력은 29.1% 였으며, 자기기대, 목표설정, 자기비판 요인과 스트레스에 대한 적극적 대처가 관련성이 높게 조사

되었으며 유의한 차이를 보였다(p<0.05, p<.001). 즉, 자기기대, 목표설정, 자기비판이 높을수록 적극적 대처가 높다고 할 수 있다.

7. 셀프리더십 하위요인에 따른 소극적 대처

셀프리더십 하위요인이 소극적 대처에 미치는 영향을 다중회귀분석을 실시한 결과는 <Table 7>과 같다. 회귀모형의 설명력은 15.4% 이었으며, 자기기대, 리허설, 자기보상, 자기비판 요인이 스트레스에 대한 소극적 대처와 관련성이 높게 조사되었으며 유의한 차이를 보였다(p<0.05, p<0.01, p<0.001). 즉, 자기기대, 리허설, 자기보상, 자기비판이 높을수록 소극적 대처가 높다고 할 수 있다.

Table 5. Stress coping method of satisfaction with clinical practice

Characteristics	Division	N	M±SD	F(t)	p-value*
Problem focused coping	Dissatisfaction	76	2.32±0.43 <sup>b</sup>	3.985	0.019
	Usually	228	2.33±0.48 <sup>b</sup>		
	Good	156	2.45±0.45 <sup>a</sup>		
	Total	460	2.37±0.47		
Active coping	Dissatisfaction	76	2.61±0.56	4.531	0.011
	Usually	228	2.48±0.54		
	Satisfaction	156	2.62±0.41		
	Total	460	2.55±0.51		
Seeking social support	Dissatisfaction	76	2.18±0.49	1.234	0.292
	Usually	228	2.25±0.50		
	Satisfaction	156	2.29±0.53		
	Total	460	2.25±0.51		
Emotion focused coping	Dissatisfaction	76	2.78±0.54	0.493	0.611
	Usually	224	2.81±0.47		
	Satisfaction	156	2.84±0.43		
	Total	456	2.81±0.47		

\*by the one-way ANOVA

<sup>a,b</sup>The same characters characters are not significant by Duncan test set at α=0.05.

Table 6. Active coping according to the subfactors of self-leadership

	B	SD	β	F(t)	p-value*
constant	0.731	0.150		4.872	<0.001
Self expectation	0.071	0.031	0.107	2.291	0.022
Rehearsal	0.034	0.029	0.053	1.155	0.249
Goal setting	0.242	0.032	0.371	7.475	0.000
Self reward	0.051	0.030	0.076	1.694	0.091
Self criticism	0.094	0.024	0.166	3.820	<0.001
Constructive idea	0.028	0.027	0.043	1.035	0.301

F=31.004(p<0.05, p<0.001), R=0.291, Adj R<sup>2</sup>=0.282

\*by multiple regression analysis at α=0.05



Table 7. Passive coping according to the sub factors of self leadership

	B	SD	$\beta$	F(t)	p-value*
Constant	1.371	0.150		9.147	0.000
Self expectation	0.099	0.031	0.165	3.207	0.001
Rehearsal	0.064	0.029	0.112	2.212	0.227
Goal setting	0.030	0.032	0.051	0.933	0.351
Self reward	0.070	0.030	0.114	2.315	0.021
Self criticism	0.100	0.024	0.196	4.107	0.000
Constructive idea	-0.019	0.027	-0.033	-0.725	0.469

F=13.627(p<0.05, p<0.001), R<sup>2</sup>=0.154, Adj R<sup>2</sup>=0.143

\*p was by multiple regression analysis set at  $\alpha=0.05$

## 총괄 및 고안

본 연구는 치위생과 학생들의 셀프리더십과 사회학적 특성(대인관계능력, 전공만족도, 임상실습 만족도)이 스트레스 대처방식에 미치는 영향에 대하여 밝히고자 연구하였다.

스트레스 대처능력이란 일반적으로 스트레스에 대한 반응을 의미하나 주로 개인이 직면한 스트레스 상황을 통제하는 가능성, 도전가능성, 변화가능성 또는 위협성 여부에 따라 평가되어져 왔으며<sup>16)</sup>, 직면한 스트레스 상황에 역동적으로 변화하는 행동 특성이라고 볼 수 있다.

치위생과 학생들의 스트레스 대처방식은 소망적 사고가 2.81로 가장 높았다. 이는 전 등<sup>7)</sup>과 이 등<sup>17)</sup>의 결과와 일치하였으며, 이러한 결과는 치위생과 학생들이 스트레스를 유발하는 상황이나 사건으로부터 거리를 두고 바람직한 상황을 생각함으로써 문제를 대처해 나가며 스트레스를 극복하는 행동을 취하고 있기 때문으로 사료된다. 또한, 문제중심, 사회적지지 스트레스 대처 방식은 적극적 대처방식으로서 대인관계 능력에 따라 유의한 차이가 나타났다(p<.05). 이는 노 등<sup>18)</sup>의 연구와 같이 적극적 스트레스 대처 방식이 낙관성 및 행복감이 높다고 밝힌 연구결과와 일맥상통한 결과로서, 좋은 일에 대해서 특징적으로 생각할수록 생활만족도가 증가하는 것으로 밝혀졌는데 이러한 결과는 대학생들이 현재 자신의 생활에 대해 느끼는 만족감은 평소 좋은 일이 생길 경우 내부 요인이라 생각하고, 미래까지 고려하여 생각하기보다는 현재, 그리고 지금에 초점을 두고 생각할수록 만족감이 높아지며, 또 스트레스 상황에 직면할 경우 적극적 대처를 할수록 생활 만족감이 높아짐을 의미한다. 따라서 대학 생활에서 스트레스를 통해 부적응을 겪고 있는 학생들을 위해서는 긍정적인 인지양식과 신념을 형성하는데 도움이 되는 적극적 대처 방식을 개발하기 위한 상담 프로그램이 시급히 개발되어 활용되어야 할 것으로 사료된다. 또한, 셀프리더십은 자기보상이 3.63으로 가장 높게 조사되었는데 이는 전 등<sup>7)</sup>의 연구와 같은 결과로서 자기보상이 활성화 할 수 있도록 바람직한 행동을 했을 때 개인적으로 가치 있는 보상을 자기 자신에게 제공하여 의욕을 일으키고

학생들 스스로의 잠재력과 가능성을 알 수 있는 방안을 모색하기 때문으로 사료된다.

대인관계능력이 좋은 그룹에서 스트레스 대처방식 요인이 모두 높게 조사되었으며, 문제중심, 사회적지지, 소망적 사고 요인은 유의한 차이가 나타났다. 이는 김과 김<sup>10)</sup>이 언급한 것처럼 대인관계가 두 사람 또는 그 이상의 사람들 간의 역동적이고 지속적인 상호작용의 복합적인 패턴으로 인간 생애 전반에 걸쳐 다른 사람과 관계를 맺으며 살아가는 존재로서 인간이 잘 적응해 나가는 데 긍정적인 영향을 미치기 때문으로 생각된다. 그러므로 대인관계능력이 단시간의 교육이나 일회성의 실습을 통해 이루어지기 어려운 것이 현실이기 때문에 지속적이고 반복적인 학습이 이루어질 수 있도록 대학 교육의 실무 담당자는 지속적인 관심과 노력을 통해 학생들의 대인관계능력 개발을 위한 프로그램을 구축해야 할 것으로 사료된다. 이를 위해서는 의사소통이나 대인관계와 관련된 교과과정의 개설 및 효과적인 교육적 중재의 개발이 필요할 것으로 사료된다.

전공만족도에 따른 스트레스 대처방식 요인은 적극적 대처방식은 전공에 대한 만족도가 높을수록 높게 조사되었으며, 문제중심, 사회적 지지, 소망적 사고, 정서중심 요인 모두에서 유의한 차이가 나타났다. 이는 전공에 대한 만족도가 클수록 학습에 대한 적극성 유도, 자기효능감 향상을 통해 스트레스에 대한 적극적인 대처방식이 양의 상관관계가 있다고 제안한 이 등<sup>17)</sup>의 연구와 일치된 결과로 생각된다. 따라서, 스트레스의 적극적인 대처방식을 증진시키기 위해 전공만족도와 관계있는 자아효능감 등의 관련 요인을 파악하여 연구함으로써, 학생들의 자아증진 프로그램 및 진로에 대한 방향을 세우고 미래를 준비할 수 있도록 하기 위한 교육프로그램이 필요할 것으로 사료된다.

임상실습 만족도에 따른 스트레스 대처방식은 적극적 대처인 문제중심 및 사회적 지지 요인에서 유의한 차이가 나타났다. 이는 스트레스 대처방식에 따라 적응여부가 결정된다고 하며 스트레스의 부정적 영향이 스트레스 대처에 의해 완충될 수 있다고 Aldwin과 Revenson<sup>19)</sup>이 언급한 것과 같이 임상실습 만족도가 클수록 적극적으로 대처하는 정도가

높아지고 적응력이 높아지며 행동문제는 적게 발생될 것이다. 스트레스에 효과적으로 대응하기 위해서는 가능하다면 문제를 능동적으로 해결하고자 하는 적극적 대처행동을 채택하는 것이 좋다<sup>20)</sup>. 그러나 경우에 따라서는 소극적 대처를 사용하는 것이 적절할 때도 있다. 그러므로 산업체와 교육 현장에서 교육을 담당하는 담당자는 치위생과 학생들이 임상실습 현장에서 만족도를 감소하는 스트레스를 유발하는 환경에 대해 효과적으로 대처할 수 있는 적절하고 융통성 있는 방안을 모색할 필요가 있다.

셀프리더십의 하위요인 중 자기기대, 목표설정, 자기비판 요인은 적극적 대처방식 요인과 관련성이 높게 조사되었으며, 이 모형의 설명력은 29.1% 으로 나타났다. 이는 최와 윤<sup>21)</sup>의 연구에서 셀프리더십의 하위 요인 중 스트레스 대처방안을 예측한 요인 자기보상과 건설적 사고로 나타난 것과는 상이한 결과를 보여준 것으로서, 자기기대, 목표설정, 자기비판 요인이 높을수록 대상자의 치위생 정보기술 및 지식 역량이 확대되어 개인의 업무관련 역량이 증진됨으로써 스트레스에 대해 적극적인 대처를 하고 있는 것으로 사료된다.

마지막으로, 자기기대, 리허설, 자기보상, 자기비판 요인은 소극적 대처방식 요인과 관련성이 높게 조사되었으며, 이 모형의 설명력은 15.4% 으로 조사되었다. 이는 김 등<sup>22)</sup>의 연구결과와 일치된 결과로서 자기기대가 확실하고 리허설을 열심히 하고 자기보상이 강하고, 자기비판을 명확히 하는 것이 자아관리 역량과 내적인 동기부여를 보다 활발히 하여 개인의 창의성 향상과 자발적인 능력발휘를 하는 것으로 사료된다.

본 연구는 일부 치위생과 학생들만을 대상으로 하였고, 횡단면적인 분석을 시도한 것으로 모든 치위생과 학생에게 연구 결과를 일반화시키는 데 한계가 있다. 그럼에도 불구하고 치위생과 학생을 대상으로 스트레스 대처방식을 파악하고, 셀프리더십과 사회학적 특성과의 관련성 연구가 미흡했던 치위생 분야에 새롭게 연구하였다는 점에서 중요한 의미를 가지고 있다. 그러나 셀프리더십의 요인과 스트레스 대처방식의 세부 요인과의 관계성을 고려하지 못한 점이 제한점으로 남는다. 추후 연구에서는 스트레스를 대처방식을 향상시키기 위한 다양한 변인을 적절히 분석하는 연구가 진행되어야 할 것이며, 치위생 교육계에서 활용해 나갈 수 있는 프로그램 마련도 이루어져야 하겠다.

## 결론

본 연구는 치위생과 학생들의 셀프리더십과 사회학적 특성이 스트레스 대처방식에 미치는 영향을 분석하기 위하여 2013년 11월 10일부터 12월 10일까지 J지역에 재학 중인 치위생과 460명을 대상으로 연구하여 다음과 같은 결과를 도출하였다.

1. 치위생과 학생들의 스트레스 대처방식은 소망적 사고가 2.81, 셀프리더십은 자기보상이 3.63으로 가장 높게 조사되었다.
2. 대인관계능력이 좋은 그룹에서 스트레스 대처방식 요인이 모두 높았고, 문제중심, 사회적 지지, 소망적 사고 요인은 유의한 차이가 나타났다( $p<0.05$ ).
3. 전공만족도에 따른 스트레스 대처방식 요인은 적극적 대처방식은 만족도가 높을수록 높게 조사되었으며, 문제중심, 사회적 지지, 소망적 사고, 정서중심 요인 모두에서 유의한 차이가 나타났다( $p<0.01$ ).
4. 임상실습 만족도에 따른 스트레스 대처방식은 문제중심 및 사회적 지지 요인에서 유의한 차이가 나타났다( $p<0.05$ ).
5. 셀프리더십의 하위요인 중 자기기대, 목표설정, 자기비판 요인은 적극적 대처방식 요인과 관련성이 높게 조사되었으며, 이 모형의 설명력은 29.1% 으로 나타났다( $p<0.05$ ). 또한, 자기기대, 리허설, 자기보상, 자기비판 요인은 소극적 대처방식 요인과 관련성이 높게 조사되었으며, 이 모형의 설명력은 15.4% 으로 조사되었다( $p<0.01$ ).

이상의 결과를 통해 셀프리더십과 사회학적 특성은 스트레스 대처방식에 관련성이 있는 것으로 밝혀졌다. 이에 치위생과 학생들의 건강한 신체 및 정신 발달, 회복을 통해 사회적 적응력이 우수한 인재로 성장하는데 스트레스 대처능력을 향상시킬 수 있는 다른 요인들과의 확대연구가 필요할 것이다.

## References

1. Folkman S, Lazarus R. If it changes it must be a process: study of emotion coping during three stage of a college examination. *J Per and Soc Psyc* 1985; 48: 150-70.
2. Billing AG, Moos RH. The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events. *J Behav Med* 1981; 4(2): 139-57.
3. Garnezy N, Rutter M. Stress, coping, and development in children. New York: Mcgraw hill cos; 1983: 43-84.
4. Heifetz RA. Leadership without easy answer. Cambridge: Harvard university press; 1998: 1-368.
5. Neck CP, Houghton JD. Two decades of self-leadership theory and research: Past development present trends, and future possibilities. *J Manag Psychol* 2006; 21(4): 270-95. <http://dx.doi.org/10.1108/102683940610663097>.
6. Song JS, Yang PS. A study on mediating effects of job satisfaction on the relationship between self-leadership and innovalive behavior. *Koran J Hum Resour Dev Q* 2008; 10(1):

- 223-46.
7. Chun JY, Shin MS, Kim SK. Effect of self-leadership on stress coping in dental hygiene students. *J Korean Soc Dent Hyg* 2012; 12(2): 285-92.
  8. Zimmermam BJ, Martinez-Pons M. Student difference in self-regulated learning relating grade, sex and giftedness to self-efficacy and strategy use. *J Educ psychol* 1990; 82(1): 51-9.
  9. Seomun GA. The relationship of self-leadership, job satisfaction, and precived outcome in Nurses. *J Korean Nurs Admi Acad Soc* 2005; 11(1): 45-59.
  10. Kim SJ, Kim HH. Impact of communication competence and empathy abilities on interpersonal relationship abilities among dental hygiene students. *J Dent Hyg Sci* 2013; 13(3): 304-13.
  11. Ju JS. The effects of the communication training program for university students' communication and human relationship[Master's thesis]. Daegu: Univ. of Kyungpook National, 2006.
  12. Manz CC. Self-leadership: toward and expanded theory of self-influence processes in organization. *Acad Manag Rev* 1986; 11(3): 585-600.
  13. Kim HS. The relationship between teachers self-leadership and job satisfaction at secondary school[Master's thesis]. Seoul: Univ. of Soongsil, 2003.
  14. Park HS. Self-leadership, stress on clinical practice, and stress coping styles in nursing students[Master's thesis]. Daegu: Univ. of Kyungbook National, 2009.
  15. Park JY. A study on the relationship among character type A & B ego-identity and stress coping[Master's thesis]. Seoul: Univ. of Sookmyung Womens, 1995.
  16. Thurber CA, Weisz JR. You can try or you can just give up:the impact of perceived control and coping style on childhood homesickness. *Dev Psychol* 1997; 33(3): 508-17.
  17. Lee SY, Lee MJ, Kwon SH. Self-efficacy and stress coping method of students in the department of dental hygiene in some areas. *J Korean Soc Dent Hyg* 2014; 14(1): 67-74. <http://dx.doi.org/10.13065.2014.14.01.67>.
  18. Rho WJ, Yang Y, Park YS. The influence of adolescents academic self-efficacy and stress coping style on the school life. *Korea Soc Stress Med* 2007; 15(1): 59-66.
  19. Aldwin C, Revenson T. Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health. *J Per and Soc Psyc* 1987; 53(2): 337-48.
  20. Hyun OK, Lee HJ. Effect of stress coping behaviors on social adjustments and problem behaviors in childhood. *J Korean Home Economics Assoc* 1999; 37(11): 167-79.
  21. Choi GY, Yun HK. Effect of self-leadership of students majoring in dental hygiene on clinical practice-induced stress and countermeasures against the stress. *J Korean Soc Dent Hyg* 2013; 13(5): 855-61. <http://dx.doi.org/10.13065.2013.13.05.855>.
  22. Kim MH, Kim MS, Chae SW, Kim YS. Relation of nursing information competency and self-leadership among hospital nurses. *J Korean Acad Nurs Admin* 2007; 13(2): 176-83.