

간호사의 직무 스트레스와 정신건강 관련성에 대한 융합적 연구

김미진¹, 강균영^{2*}

¹조선간호대학교 간호학과, ²문경대학교 간호학과

The Convergence Study on the Relationship between the Job Stress and Mental Health of Nurses

Mi-Jin Kim¹, Gyun-Young Kang^{2*}

¹Department of Nursing, Chosun University College of Nursing

²Department of Nursing, Munkyeong College

요약 본 연구는 간호사의 직무 스트레스와 정신건강과의 관계를 파악하기 위한 서술적 조사연구이다. 연구대상은 C시에 소재한 2개 종합병원 간호사 291명으로 하였다. 연구대상자의 직무 스트레스, 정신건강, 일반적 특성을 조사하였고, 자료 수집은 2015년 4월 7일부터 4월 30일까지였다. 수집된 자료는 t-test, ANOVA, Pearson's correlation 및 multiple regression analysis로 분석하였다. 연구결과 직무 스트레스는 61.96점, 정신건강은 92.45점으로 나타났다. 대상자의 직무 스트레스는 나이, 이직경험에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 직무 스트레스는 정신건강과 유의한 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r=.233, p=.000$). 본 연구는 간호사의 정신건강 관련 요인으로 직무 스트레스의 역할을 실증적으로 확인하였다는 점에서 의의를 찾을 수 있다. 따라서 융합시대에 맞게 급변하고 전문화 되고 있는 간호업무에서 간호사의 정신건강을 고려한 직무 스트레스 예방 및 중재를 위한 융합적 프로그램 개발에 기초자료를 제공하고자 한다.

• **Key Words** : 직무, 스트레스, 정신건강, 간호사, 융합

Abstract This study was to explore the relationship between the job stress and mental health of nurses. The participants were 291 nurses from two general hospitals in C city. Job stress, mental health, and general characteristics of nurses were measured. The data were collected from April 7 to 30, 2015. The collected data was analyzed with descriptive statistics, t-test, ANOVA, Pearson's correlation coefficients and multiple regression analysis. The mean score for job stress was 61.96 point and 92.45 for mental health. The mean scores for job stress were significantly different by age and turnover experience in nurses. Job stress was positively correlated with mental health($r=.233, p=.000$). The findings indicate that job stress has an influence on mental health. We'd like to provide basic data on developing convergence programs to prevent and intervene job stress considering nurses' mental health problems in nursing service that is rapidly changing and specialized for the convergence generation.

• **Key Words** : Job, Stress, Mental health, Nurse, Convergence

*교신저자 : 강균영(mental74@mkc.ac.kr)

1. 서론

1.1 연구의 필요성

최근 직장인들의 스트레스 및 정신질환 관련 질병이 증가하고 있어 이에 대한 신체적, 정신적 건강에 대한 관심이 높아지고 있다. 지속적인 스트레스는 개인에게 신체적, 정신적으로 다양한 질병을 야기한다. 2012년 한국 산업안전보건공단의 산업재해원인조사에 의하면 업무량 증가, 직무 스트레스, 운전 작업, 외부환경 변화, 교대작업이 질병 유발요인이라고 하였다[1]. 관련된 질병으로 심혈관 질환이 많았고 이와 관련된 과로사, 근 골격 질환 외에도 현재는 공황장애, 우울증, 자살과 같은 정신건강 관련 스트레스성 질환이 문제가 되고 있다[1,2]. 또한 직무 스트레스는 조직 구성원들의 업무에 질적 변화를 가져오고, 정신·신체적 건강에 영향을 미쳐 결국 근로자의 결근과 이직으로 이어져 기업의 생산성 저하에도 영향을 주게 되어 개인뿐만 아니라 나아가 국가 경제에도 손해를 가져와 적절한 관리가 필요하다[3].

특히 직장인들은 직무에 대한 업무량 증가, 업무의 반복성과 단조로움, 직장 내 동료와의 관계, 자신의 역할 문제, 보상 부적절 문제, 직무에 대한 만족도 등과 같은 직무 과정에서 발생하는 스트레스로 정신건강에 위협을 받는다고 하였다[4]. 산업안전보건공단에 따르면 국내 254개 사업체 직장인 6,977명을 대상으로 조사한 결과 4,541명(73%)이 잠재적 직무 스트레스에 노출되어 있고, 1,346명(22%)이 심한 스트레스를 받으며, 5%만이 스트레스를 받지 않는다고 하였다[5]. 또한 직장인 5명 중 1명이 직무 스트레스가 있어[5] 이의 심각성을 보여주고 있다.

간호사의 업무는 임상 의료 서비스의 가장 많은 부분을 차지하고 있으며, 병원 내 전문직 가운데 가장 많은 시간을 환자와 직접, 지속적으로 접촉하고 있다[6]. 특히 병원이 대형화, 전문화되어가고 있어 간호사는 병원의 의료수요 증가로 인한 과다한 업무, 환자 요구도의 증가 등으로 직무 스트레스가 높아지고 있는 실정이다. 간호사는 다양한 직종의 종사자와 유기적으로 협력하여 환자들을 대상으로 의료서비스를 제공하는 업무의 특성상 늘 미소와 친절함을 표현해야 하는 감정노동이 높아 다른 조직에 비해 직무 스트레스가 상대적으로 높다[7,8]. 이처럼 간호사는 지속해서 직무 스트레스 상황에 노출된 상태이다. 과도한 직무 스트레스는 간호사의 정신 건강에 해로운 영향을 주고, 업무수행 능력을 감소시켜 간호의 질 저하를 가져와 여러 사고의 위험성을 초래하게 한다

[9]. 결과적으로 직무 스트레스는 간호대상자와 보호자에게 간호업무 활동에 부정적인 영향을 미치게 되어 적극적인 관리가 필요하며, 직무 스트레스로 인한 우울, 불안 등 정신건강 문제가 발생할 수 있어 이에 대한 관심과 중재가 요구된다.

간호사의 직무 스트레스 관련 선행 연구에서는 직무 스트레스가 높으면 직무 수행 능력과 직무 만족도가 저하되고, 간호사의 소진과 이직 의도에 영향 요인이 된다고 하였다[10,11]. Lee [12]는 직무 스트레스 하부 요인 중 직무 자율성 결여, 업무량 과중, 부적절한 대우와 보상, 대인관계 문제, 자아존중감이 간호사의 정신건강에 영향을 미친다고 하였고, Yoon & Cho [13]도 사회·심리적 요인 중 인지과 직무 스트레스 요인 모두가 정신건강 수준에 영향을 미친다고 하였다. 이 외에도 직무 스트레스와 직무 만족[14], 직무 스트레스 영향 요인[6,15], 직무 스트레스에 대한 대처[16], 직무 스트레스와 분노[17,18] 등 선행연구들은 관련 요인과의 연관성을 보여주고 있다. 간호사의 정신건강과 관련된 대부분의 연구는 개인의 인구학적 특성이나 직업적 특성의 수준에서 이루어졌고, 정신건강 수준의 중재 요인이 되는 관련 요인들을 포함한 연구가 필요하다고 하였다[19]. 따라서 직무 스트레스 하부 요인과 정신건강에 유의하게 영향을 주는 요인들을 구체적으로 파악할 필요가 있다.

더욱 효율적인 간호를 위해 간호사의 직무 스트레스를 파악하고 이를 감소시키고자 하는 노력이 필요하겠다. 이에 본 연구는 업무 특성상 직무 스트레스가 높은 간호사를 대상으로 직무 스트레스와 정신건강을 탐색하고, 직무 스트레스의 각 요인과 정신건강의 관계를 확인하여 간호사의 직무 스트레스를 경감시킬 수 있는 프로그램 개발에 유용하게 활용될 수 있는 기초자료를 제공하고자 한다.

1.2 연구의 목적

본 연구의 목적은 간호사의 직무 스트레스와 정신건강의 상관성을 파악하기 위함이며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 첫째, 대상자의 직무 스트레스, 정신건강 수준을 파악한다.
- 둘째, 대상자의 직무 스트레스, 정신건강과의 상관관계를 파악한다.
- 셋째, 대상자의 직무 스트레스가 정신건강에 미치는 영향을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 간호사의 직무 스트레스와 정신건강의 관계를 알아보기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구대상

본 연구 대상은 C 시에 소재한 2개 종합병원에 근무하는 간호사 291명을 대상으로 하였다. 연구 대상자 수는 G*POWER 3.1.2 프로그램을 이용하여 유의수준 .05, 효과 크기 .15, 검정력 .80에 필요한 표본 수를 산정한 결과 최소 270명이었다. 탈락률을 고려하여 340명을 대상으로 설문하였고, 설문에 응답한 대상자는 총 305명이었으며, 회수한 설문지 중 결측치가 많은 14부를 제외한 291부를 최종 분석 자료로 사용하였다.

2.3 연구도구

2.3.1 직무 스트레스

직무 스트레스 측정도구는 Chang et al [20]이 개발한 한국인 직무 스트레스 요인 단축형 척도(The short form of the Korean Occupational Stress Scale, KOSS-SF)를 사용하여 측정하였다. 이 도구는 7가지 하위영역으로 구성되었다. 문항 수는 직무요구 4문항, 직무자율 4문항, 관계 갈등 3문항, 직무 불안정 2문항, 조직체계 4문항, 보상 부적절 3문항, 직장문화 4문항으로 총 24문항이다. 각 문항은 Likert 4점 척도로 '전혀 그렇지 않다' 1점부터 '매우 그렇다' 4점으로 응답하게 되었으며, 점수가 높을수록 스트레스 수준이 높은 것을 의미한다. 한국인 직무 스트레스의 전체적 평가는 영역별로 실제 점수를 단순 합산하는 방식과 100점으로 환산하는 방식이 있으며, 본 연구에서는 단순 합산 방식을 사용하였다. 연구개발 당시 영역별 Cronbach's α 는 직무요구 .71, 직무자율 .66, 관계 갈등 .61, 직무불안정 .67, 조직체계 .82, 보상 부적절 .76, 직장문화 .51이었다. 본 연구의 Cronbach's α =.83이었고, 영역별 Cronbach's α 는 .51~.71으로 나타났다.

2.3.2 정신건강

정신건강은 Derogatis [21]가 개발한 정신건강 평가척도를, Kim & Kim [22]이 재 표준화한 간이정신진단검사(SCL-90-R)를 Lee [23]가 요인 분석하여 제작한 47문항 도구를 사용하였다. 구성내용은 '강박증(Obsessive-

Compulsive)' 5문항, '적대감(Hostility)' 6문항, '공포(Phobic Anxiety)' 4문항, '대인 예민성(Interpersonal Sensitivity)' 8문항, '신체화(Somatization)' 6문항, '우울(Depression)' 5문항, '불안(Anxiety)' 5문항, '편집증(Paranoid Ideation)' 4문항, '정신증(Psychoticism)' 4문항의 9개 하부영역으로 구성된 자기보고 척도이다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점, '약간 그렇다' 2점, '그렇다' 3점, '자주 그렇다' 4점, '매우 그렇다' 5점으로 점수 범위는 47점에서 235점으로 점수가 높을수록 정신건강에 문제가 있음을 의미한다. Lee [23]가 재분석한 도구의 신뢰도는 Cronbach's α =.97이었으며 하부영역 신뢰도는 Cronbach's α =.75~.84이었다. 본 연구에서는 Cronbach's α =.98이었고, 하부영역의 신뢰도는 Cronbach's α =.82~.93으로 나타났다.

2.3.3 자료수집 방법

본 연구의 자료수집 기간은 2015년 04월 07일부터 04월 30일까지였으며, 자료수집 장소는 C 시에 소재한 2개의 종합병원이었다. 연구자가 각 병원의 간호부를 방문하여 연구목적을 설명하고 부서장의 허락을 받고 진행하였다. 각 병동 수간호사들에게 다시 연구의 필요성과 목적을 설명하고 각 병동 간호사들의 동의를 구한 후, 본 연구에 참여를 동의한 간호사에 한하여 서면 동의를 받고 자료 수집을 하였다. 설문에 소요되는 시간은 약 15분 정도였으며, 작성된 설문지는 밀봉된 봉투에 넣어 보관 후 연구자가 직접 수거하였다.

2.4 자료 분석

본 연구를 위해 수집된 자료는 SPSS/WIN 21.0을 이용하여 다음과 같이 분석하였다. 대상자의 일반적 특성, 직무 스트레스, 정신건강은 서술적 통계를 이용하여 빈도와 백분율, 평균과 표준편차를 구하였다. 대상자의 일반적 특성에 따른 직무 스트레스, 정신건강은 t-test, ANOVA로 분석하였고, Scheffe's 사후 검정으로 분석하였다. 대상자의 직무 스트레스와 정신건강 관계는 Pearson correlation coefficient을 사용하였고, 정신건강에 영향을 미치는 요인은 다변량 회귀분석(multiple regression analysis)을 사용하여 분석하였다.

2.5 연구대상자의 윤리적 고려

본 연구 진행을 위해 연구 목적과 필요성에 대하여 총

〈Table 1〉 Job Stress and Mental Health according to characteristics of subjects

(N=291)

Characteristics		N(%)	Job Stress			Mental health		
			Mean ± SD	t/F	p	Mean ± SD	t/F	p
Age	20-25	11(3.8)	69.00±10.169	5.582	.001	124.82±47.51	8.270	.000
	26-30	136(46.7)	61.62±6.404			96.15±33.56		
	31-35	74(25.4)	61.51±4.145			94.34±33.11		
	≥ 36	70(24.1)	62.00±5.445			78.19±31.39		
Gender	Female	266(91.4)	61.84±4.78	-1.149	.252	89.14±30.93	-2.668	.000
	Male	25(8.6)	63.28±12.43			127.64±51.25		
Marital status	Unmarried	201(69.1)	61.76±5.46	.396	.673	94.19±31.21	7.451	.001
	Married	88(18.6)	62.39±6.97			8.60±38.83		
	Other	2(0.7)	63.50±14.85			175.00±22.68		
Religion	Christian	41(14.1)	61.41±6.48	1.456	.216	93.1±34.36	2.571	.038
	Buddhist	26(8.9)	64.02±6.34			103.27±43.19		
	Catholic	54(18.6)	61.57±3.43			84.43±25.10		
	No	152(52.2)	61.58±5.62			91.13±33.42		
	Other	18(6.2)	62.06±11.28			109.67±49.82		
Turnover Experiences	Yes	66(22.7)	63.29±7.05	2.044	.042	102.94±40.33	2.829	.005
	No	225(77.3)	61.58±5.628			89.31±32.48		
Current position	Head nurse	16(5.5)	61.06±1.84	.206	.816	64.06±13.54	9.938	.000
	Charge nurse	27(9.3)	61.81±5.23			76.78±15.25		
	Staff nurse	248(85.2)	62.04±6.26			95.99±35.94		
Clinical career (years)	1 ≤	14(4.6)	61.14±14.24	.633	.674	139.07±54.06	15.047	.000
	1-5	148(48.2)	62.11±6.46			100.13±36.12		
	6-10	56(18.2)	61.68±2.30			87.59±22.92		
	11-15	22(7.2)	63.68±5.15			73.36±19.14		
	16-20	31(10.1)	60.94±2.61			74.71±15.96		
	≥ 21	20(6.5)	61.95±5.15			65.10±13.08		
Working place	Medical ward	65(21.2)	62.34±5.35	.651	.735	89.28±30.13	6.513	.000
	Surgical ward	112(36.5)	62.97±5.093			88.56±29.33		
	I.C.U.	33(10.7)	60.8±4.46			90.85±30.21		
	E.R.	20(6.5)	61.75±7.24			122.15±50.16		
	O.P.D.	7(2.3)	64.16±5.93			67.00±15.77		
	O.R.	15(4.9)	64.20±11.18			115.87±51.33		
	Psychiatric	5(1.6)	60.60±21.73			142.40±57.63		
	Other	34(11.1)	61.15±2.26			77.59±19.28		

분히 설명하였고, 연구 참여시 대상자의 익명성과 비밀 보장, 연구 참여 도중 언제든지 연구 참여를 철회할 수 있음을 알렸고, 어떤 불이익도 없음을 설명하였다. 연구자는 개인정보 보호를 위해 코드로 대상자의 정보를 식별하였다.

3. 연구결과

3.1.1 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성은 <Table 1>과 같다. 연구결과, 평균 연령은 26~30세가 46.7%로 가장 많았고, 대부분 여성(91.4%)이었다. 결혼 상태는 미혼(69.1%)이 많았고, 종교가 없는 사람이 52.2% 차지하였다. 일반간호사

(85.2%), 임상경력은 1년~5년이 48.2%, 외과계에 근무하는 간호사가 36.5%로 가장 많았다.

3.1.2 대상자의 일반적 특성에 따른 직무 스트레스와 정신건강

대상자의 일반적 특성에 따른 직무 스트레스와 정신건강은 <Table 1>과 같다. 대상자의 직무 스트레스는 나이(F=5.582, p=.001)와 이직경험(t=2.044, p=.042)에서 유의한 차이가 있었다. Scheffe's를 이용한 사후분석 결과, 20-25세의 간호사들이 직무 스트레스가 높고, 이직경험이 없는 간호사가 있는 간호사보다 직무 스트레스가 더 높은 것으로 나타났다.

정신건강은 대상자의 나이(F=8.270, p=.000), 성별(t=-2.668, p=.000), 결혼상태(F=7.451, p=.001), 종교

(F=2.571, p=.038), 이직경험(t=2.829, p=.005), 직위(F=9.938, p=.000), 임상경험(F=15.047, p=.000), 근무부서(F=6.513, p=.000)의 일반적 특성 전 영역에서 차이가 있었다. 즉 20-25세 간호사들이 다른 연령대 간호사들보다, 남성보다 여성이, 임상 경력이 1년 미만부터 5년 이내의 간호사들이 정신건강이 취약한 것으로 나타났다.

3.2 대상자의 직무 스트레스, 정신건강

대상자의 직무 스트레스 정도는 61.96±6.00, 정신건강 정도는 92.45±34.76으로 나타났다<Table 2>.

3.3 대상자의 직무 스트레스와 정신건강과의 상관관계

대상자의 직무 스트레스와 정신건강의 정도는 Table 3과 같다. 직무 스트레스는 정신건강과 유의한 양의 상관관계를 나타내었다. 총 직무 스트레스와 강박증, 적대감, 공포, 대인 예민성, 신체화, 우울, 불안, 편집증, 정신증의 모든 정신건강 영역에서도 유의한 양의 상관관계를 가지고 있는 것으로 나타났다. 직무 스트레스의 하위영역인 직무요구는 총 정신건강과 강박증, 신체화, 우울, 불안에서 유의한 양의 상관관계를 보였고, 직무자율, 조직체계, 보상 부적절은 모든 정신건강 영역에서 유의한 상관관계를 나타냈다. 관계갈등은 강박증, 편집증에서 유의한 양의 상관관계를 보였고, 직장문화는 강박증, 공포, 대인 예민, 우울, 불안, 편집, 정신증에서 유의한 양의 상관관계를 나타냈다. 그러나 직무 불안정은 총 정신건강과 모든 정신건강 하위영역에서 상관관계가 없는 것으로 나타났다<Table 3>.

3.4 직무 스트레스가 정신건강에 미치는 영향

간호사의 정신건강에 영향을 미치는 직무 스트레스 하위요인을 파악하기 위해 정신건강 점수를 종속변수로 하고 직무 스트레스 하부요인 7개를 독립변수로하여 다중 회귀분석을 수행하였다.

다중공선성을 분석한 결과, 공차한계가 .543~.731, 분산팽창인자(VIF)가 1.44~1.71로 다중공선성의 문제가 없는 것으로 파악되었다. 직무 스트레스가 정신건강에 미치는 영향은 <Table 4> 와 같다. 정신건강에 영향을 미치는 직무 스트레스 요인은 관계갈등($\beta = -.251, p = .000$)과 직무 불안정($\beta = .141, p = .031$), 보상 부적절($\beta = .219, p = .001$), 직장 문화($\beta = .145, p = .030$)였으며, 이들 변인은 정신건강에 대해 18.8% 설명력이 있는 것으로 나타났다<Table 4>.

<Table 2> Job stress and Mental heal of the subjects (N=291)

Variables	Mean ±SD	Range	Min/Max
Job stress	61.96±6.00	24-96	26~92
Job demand	10.97±1.37	4~16	5~16
Insufficient job control	9.99±1.31	4~16	5~15
Interpersonal conflict	8.42±1.08	3~12	3~12
Job insecurity	5.25±1.08	2~8	2~8
Occupational system	9.63±1.60	4~16	4~16
Lack of reward	7.18±1.17	3~12	3~12
Organizational climate	10.52±1.74	4~16	4~15
Mental health	92.45±34.76	47~235	49~235
O-C	10.08±3.88	5~25	5~25
SOM	12.81±4.63	6~30	6~30
I-S	15.41±6.06	8~40	8~40
DEP	10.41±3.97	5~25	5~25
ANX	9.67±4.07	5~25	5~25
HOS	11.16±5.22	6~30	6~30
PHOB	7.79±3.06	4~20	4~20
PAR	7.37±3.11	4~20	4~20
PSY	7.70±3.25	4~20	5~16

O-C: Obsessive- Compulsive, Som: Somatization
 I-S: Interpersonal Sensitivity, Depression
 ANX: Anxiety, HOS: Hostility, PHOB: Phobic Anxiety
 PAR: Paranoid Ideation, PSY: Psychoticism

<Table 3> Correlations of job stress and mental health

(N=291)

Job stress	Mental health									
	O-C	HOS	PHOB	I-S	SOM	DEP	ANX	PAR	PSY	Total
Job demand	.133 (.024)*	.096 (.101)	.098 (.097)	.110 (.061)	.211 (.000)**	.159 (.007)**	.144 (.014)*	.079 (.176)	.149 (.011)*	.141 (.016)*
Insufficient job control	.251 (.000)**	.207 (.000)**	.211 (.000)**	.238 (.000)**	.335 (.000)**	.272 (.000)**	.215 (.000)**	.225 (.000)**	.224 (.000)**	.262 (.000)**
Interpersonal conflict	-.122 (.038)*	-.029 (.623)	-.053 (.372)	-.103 (.080)	-.065 (.267)	-.092 (.116)	-.087 (.137)	-.123 (.035)*	-.076 (.194)	-.087 (.138)
Job insecurity	-.074 (.209)	-.056 (.341)	.087 (.139)	-.057 (.338)	-.066 (.263)	-.104 (.077)	-.031 (.597)	.016 (.784)	-.076 (.195)	-.053 (.370)
Occupational system	.251 (.000)**	.220 (.000)**	.281 (.000)**	.259 (.000)**	.287 (.000)**	.316 (.000)**	.247 (.000)**	.262 (.000)**	.254 (.000)**	.282 (.000)**
Lack of reward	.251 (.000)**	.265 (.000)**	.233 (.000)**	.260 (.000)**	.295 (.000)**	.319 (.000)**	.261 (.000)**	.248 (.000)**	.307 (.000)**	.292 (.000)**
Organizational climate	.135 (.022)*	.104 (.078)	.175 (.003)**	.120 (.042)*	.105 (.073)	.150 (.011)*	.152 (.010)**	.114 (.014)*	.128 (.029)*	.139 (.018)*
Total	.205 (.000)**	.190 (.001)**	.241 (.000)**	.198 (.001)**	.260 (.000)**	.245 (.000)**	.214 (.000)**	.204 (.000)**	.222 (.000)**	.233 (.000)**

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$

<Table 4> Influencing job stress factors on mental health (N=291)

Job stress	Mental health		
	β	t	p
Job demand	.124	1.342	.181
Insufficient job control	.075	1.784	.075
Interpersonal conflict	-.251	-3.980	.000
Job insecurity	.141	-2.169	.031
Occupational system	.123	1.739	.083
Lack of reward	.219	3.282	.001
Organizational climate	.145	2.182	.030
$R^2 = .188, F = 9.246, p = .000$			

4. 논의

본 연구는 간호사의 직무 스트레스와 정신건강의 상관성을 파악하여 간호사의 직무 스트레스를 경감시킬 수 있는 프로그램 개발에 활용될 수 있는 기초자료를 제공하고자 시행되었다.

본 연구에서 간호사의 직무 스트레스는 61.96점으로 중간 이상의 직무 스트레스를 가지는 것으로 나타났다. 같은 도구로 임상 간호사를 대상으로 한 Jung, Lee, Lee, Kim & Kim [11]의 53.9점 보다 높은 것으로 나타났다. 외에도 호스피스 자원봉사자의 직무 스트레스는 29.8점 [24], 서울시 사회복지사 45.3점 [25], 일반근로자 51.2점 [20]으로 나타나 다른 직업 종사자보다 간호사의 직무 스

트레스가 높은 것으로 나타났다. 또한 보건의료노조 산하 79개 병원 종사자 10,091명을 대상으로 한 설문조사에서도 병원 전체 종사자의 스트레스는 전체 평균 17.9%인데 비해 간호사는 68.7%로 다른 병원 종사자보다 스트레스가 매우 높다고 하였다[26]. 2014년 62개 의료기관 병원 종사자 18,263명을 대상으로 한 실태조사[27]에서는 반복되는 강도 높은 노동과 감정노동으로 '변아웃 증후군'을 앓고 있는 근로자가 많았고, 환자와 보호자를 상대하는 과정에서 현재의 업무가 힘들고(39.4%), 좌절감(23.8%)과 지겨움(22.6%)을 경험하고 있는 것으로 나타나, 간호사의 직무 스트레스가 높음을 지지하고 있다.

본 연구에서 간호사의 직무 스트레스에 차이를 보이는 일반적 특성은 나이와 이직경험이 있었다. 79개 병원 종사자 10,091명을 대상으로 한 설문조사에서 30세 이하 간호사 비율이 미국, 독일, 잉글랜드, 스코틀랜드, 캐나다 5개국 중 가장 높은 58.4%를 차지하고 있는 것으로 나타나 간호사가 직무 스트레스로 이직률이 높음을 의미한다고 말하고 있다[26]. Lee [15]는 직무 스트레스 반응이 개인적 수준에서 분노감, 신체증상, 우울 반응으로 먼저 나타난 후 조직 수준에서 업무태만과 실수 증가, 이직에 대한 생각이 증가하므로, 간호사의 이직을 줄이기 위해 직무 스트레스 반응으로 나타나는 개인적 반응에 대한 예방적 관리가 이루어져야 한다고 말하고 있다.

본 연구에서 정신건강 총점 평균은 92.45점으로 5점

만점 중 평균평점 1.97점으로 나타났으며, 하부 요인 중 우울이 문항 평균 2.60점으로 가장 높은 것으로 나타났다. 동일한 도구를 이용하여 종합병원 간호사의 정신건강을 측정된 Park [28]의 연구에서는 정신건강 총점이 1.63점, 하부요인 중 우울이 1.86점으로 가장 높게 나타나 본 연구와 유사한 결과를 보였으나 본 연구의 대상자들의 정신건강 수준이 더 좋지 않은 것으로 판단된다. 다른 도구를 사용하여 측정된 간호사 대상의 연구와 비교는 어렵지만, Lee [12]의 연구에서도 하부요인 중 우울이 가장 높게 나타나 간호사의 우울이 심각함을 알 수 있었다. 우울 외에 신체화 2.13점, 강박 2.02점으로 높게 나타나 간호사의 정신건강에 대한 관심과 이에 대한 중재가 절실히 필요하다. Park [28]의 연구에서도 우울, 신체화, 강박증 순으로 나타나 본 연구의 결과를 지지하였다.

본 연구의 대상자들의 대부분은 26~30세(46.7%)로 임상경력 5년 미만인 간호사(46~48.2%)였고, 20~25세, 1년 미만 간호사의 정신건강이 좋지 않은 것으로 나타났다. 이는 업무를 숙지하는 과정과 간호대상자, 동료와의 관계로부터 오는 신체적·정신적인 스트레스로 인해 발생하는 문제로 사료된다. Park [28]은 1~5년 근무자가 11년 이상 근무한 간호사보다 정신건강이 좋지 않다고 하였고, Park [29] 역시 9년 미만인 간호사가 정신건강이 좋지 않다고 하였다. 이는 환자들에게 양질의 의료서비스를 제공할 수 있도록 간호사의 직무 스트레스 해소와 정신건강을 위한 프로그램 개발이 필요함을 시사한다. 특히 직무 스트레스에 취약한 5년 이내의 간호사들을 지지하기 위한 다양한 프로그램이 절실히 필요함을 보여주는 결과이다.

직무 스트레스와 정신건강 간의 상관관계를 분석한 결과 유의한 양의 상관관계($r=.233, p=.000$)가 있는 것으로 나타났는데, 선행연구에서도 간호사, 보육교사, 기혼 직장인을 대상으로 한 연구[12, 30]에서 유의한 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이는 직무 스트레스가 높을수록 정신건강 수준이 낮아진다는 본 연구의 결과와 일치한다. 간호사의 정신건강과 업무의 효율성을 위해 직무 스트레스 관리에 관심을 가져야 하겠다.

마지막으로 정신건강에 영향을 미치는 직무 스트레스 요인은 관계갈등($\beta=-.324, p=.000$)과 직무 불안정($\beta=.141, p=.031$), 보상 부적절($\beta=.219, p=.001$), 직장 문화($\beta=.145, p=.030$)로 나타났다. Lee [12]의 연구에서는 간호사의 정신건강에 영향을 미치는 직무 스트레스 요인으로

직무 자율성 결여, 업무량 과중, 부적절한 대우와 보상, 대인관계 문제, 자아존중감, 교대근무로 나타났다. 이러한 직무스트레스 관리를 위해 Lee와 Shon [31]은 관심과 그에 상응하는 적절한 보상이 필요하다고 하였다. 이처럼 직무 스트레스는 정신건강에 영향을 미치는 중요한 요인이 되고 있다.

이상의 결과를 토대로 간호사들의 직무 스트레스를 감소시키기 위해 간호사의 감정노동을 보호하고, 직무 스트레스를 해소할 수 있는 프로그램 개발이 필요하다. 또한 5년 이내의 간호사들이 만족감을 느끼며 근무할 수 있는 다양한 접근이 이루어져야 하겠다. 부적절한 보상을 위한 제도적인 개선과 효율적인 근무를 위한 간호 인력의 확보가 필요하다고 생각한다. 본 연구의 결과 정신건강은 개인적인 문제이지만 결국 간호 대상자와 간호 현장의 문제로 나타나므로 간호사의 정신건강을 이해하기 위한 노력에 힘써야 할 것이다.

본 연구는 일개 지역의 간호사를 대상으로 하였기에 일반화하는 데 한계가 있다는 점이 이 연구의 제한점이라고 할 수 있다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 간호사의 직무 스트레스와 정신건강의 상관성을 파악하여 간호사의 직무 스트레스를 경감시킬 수 있는 프로그램 개발에 유효하게 활용될 수 있는 기초자료를 제공하기 위함이다. 본 연구결과 간호사의 직무 스트레스는 정신건강에 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 따라서 간호사의 정신건강 향상에 도움이 되는 직무 스트레스를 줄일 수 있는 융합적 프로그램 개발이 요구된다. 본 연구를 토대로 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 연구의 외적 타당성을 높이기 위해 다양한 지역의 간호사를 포함한 연구가 이루어져야 할 것으로 본다.

둘째, 근무부서, 경력, 직급에 따른 분석을 세분화한 후속 연구가 필요하다.

REFERENCES

- [1] Korea National Statistical Office. Job Stress, Retrieved, <http://kosis.kr>, 2015.

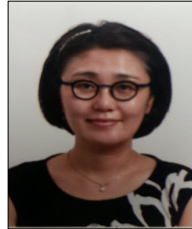
- [2] Chae, J. H., "Job Stress and Mental Health", Korean Industrial Health Association, pp. 24-30, 2007.
- [3] Park, K. S., Yeo, J. G., Kim, C. H., "The Effects of Work Related Stress on Workers who are Engaged in the Medium Enterprises", Journal of the Ergonomics Society of Korea, Vol. 26 No. 3, pp. 35-43, 2007.
- [4] Depure, R. A., Moneoe, S. M., "Conceptualization and measurement of human disorder in life stress research: The problem of chronic disturbance", Psychol Bull, Vol. 99 No. 1, pp. 36-51, 1986.
- [5] Chang S. J., "A Study of Job Stress in Korea Workers", Research Information Center for Health, pp. 9-36, 2001.
- [6] Kim, Y. J., "The Influence of a General Hospital Nurse's Emotional labor, Emotional Intelligence on Job Stress", Journal of Digital Convergence, Vol. 12, No. 9, pp. 245-253, 2014.
- [7] Byun, D. S., Yom, Y. H., "Factor affecting the burnout of clinical nurse-focused on emotional labor", The Journal of Korean Nursing Administration Academic Society, Vol. 15 No. 3, pp. 444-454, 2009.
- [8] Gelsema, T. I., Van der doef, M., Janssen, M., Akerboom, A., Verhoeven, C., "A Longitudinal study of job stress in the nursing profession: causes and consequences", Journal of Nursing management, Vol. 14 No. 2, pp. 289-299, 2006.
- [9] Suzuki, K., Ohida, T., Kaneita, Y., Yokoyama, E., Miyake, T., Harano, S., Yagi, Y., Ibuka, E., Haneko, A., Tsutsui, T., Uchiyama, M., "Mental health status, shift work, and occupational accident among hospital nurse in Japan", J Occup Health, Vol. 46 No. 6, pp. 448-454, 2004.
- [10] Yoo, S. J., Chio, Y. H., "Predictive factors influencing turnover intention of nurses in small and medium-sized hospitals in Daegu City", The Journal of Korean Nursing Administration Academic Society, Vol. 15, No. 1, pp. 16-25, 2009.
- [11] Jung, K. Y., Lee, H. J., Kim, J. I., Kim, Y. G., "The effects of job stress for depression in clinical nurses", Korean J Occup Health Nursing, Vol. 16 No. 2, pp. 158-167, 2007.
- [12] Lee, H. S., "Effect of the Occupational Stress and Self Esteem on Mental Health among Nurses", The Korea Contents Association, Vol. 13 No. 3, pp. 251-259, 2013.
- [13] Yoon, H. S., Cho, Y. C., "Relationship between Job Stress Contents, Psychosocial Factors and Mental Health Status among University Hospital Nurses in Korea", J Prev Med Public Health, Vol. 40 No. 5, pp. 351-362, 2007.
- [14] Song, I. S., "Job stress, Personality, Job satisfaction and Health status of Clinical Nurses", Chung-Ang University, master's thesis, 2007.
- [15] Lee, S., "Emotional Intelligence and Job Stress of Clinical Nurse in Local Public Hospitals", Journal of Korean Academy of Nursing Admin, Vol. 16 No. 4, pp. 466-474, 2010.
- [16] Park, H. S., Gang, E. H., "A Study on Job Stress and the Coping of ICU Nurses", Journal of Korean Academy of Nursing, Vol. 37 No. 5, pp. 810-821, 2007.
- [17] Lee, W. H., Kim, C. J., "The Relationship between Depression, Perceived Stress, Fatigue and Anger in Clinical Nurses", Journal of Korean Academy of Nursing, Vol. 36 No. 6, pp. 925-932, 2006.
- [18] Kim, K. H., "Anger Expression Type and Mental Health of Clinical Nurses", master's thesis, Ajou University, 2015.
- [19] Kim, H. S., Yim, H. W., Lee, J. Y., Cho, H. J., Jo, S. J., Lee, W. C., "Influence of self-esteem and social support in the depression status of some clinical nurses", Annals of Occupational and Environmental Medicine, Vol. 19 No. 2, pp. 125-134, 2007.
- [20] Chang S. J., Koh S. B., Kang D, Kim S. A., Kang M. G., Lee C. G. et al., "Developing an occupational stress scale for Korean employee", Korean J Occup Environ Med, Vol. 17, pp. 297-317, 2005.
- [21] L. R. Derogatis, "SCL-90-R: Administration, scoring & procedures manual-II for the revised version and other instruments of the psychopathology rating scale series", Towson, MD:

- Clinic Psychometric Research, 1983.
- [22] Kim, J. H. Kim, K. I., "The Standardization Study of Symptom Checklist-90-Revision in Korea III. Mental Health Research", Vol. 2, pp. 278-311, 1984.
- [23] Lee, H. K., "Psychological Maturation of High School Graduates, Institute of Humanities", Vol. 56, pp. 145-164, 1986.
- [24] Kim, Y. H., K. M. J., "Occupational Stress and Emotional Intelligence in Hospice Volunteers", Korean J Hosp Palliat Care, Vol. 18 No. 2, pp. 112-119, 2015.
- [25] Choi, H. S. "Hospice Volunteer management quality improvement", Korean J Hosp Palliat Care, Vol. 7, pp. 1-5, 2007.
- [26] Korean Health and Medical Workers' Union, <http://blog.daum.net/bogun1004/262>, 2010.
- [27] Medical Today, <http://www.mdtoday.co.kr/mdtoday/index.html?no=247816>, 2014.
- [28] Park, Y. M., "The relation of sleep, Mental Health and Satisfaction of Nurse in General Hospital", master's thesis, Cho-Dang University, 2015.
- [29] Park, H. J., "Assertiveness and Mental Health of Clinical Nurse", master's thesis, Ajou University, 2008.
- [30] Jeon, H. O., "Relationship of Job-Stress, Work-family Conflict, and Mental Health according to Life-style of Married Office Worker", The Korea contents Society, Vol. 11 No. 12, pp. 378-385, 2011.
- [31] Lee, E. Y., Shon, K. H., "An analysis of research trends related with job stree in nursing", Journal of Korea Convergence Society, Vol. 5, No. 3, pp. 87-95, 2015.

저자소개

김 미 진 (Mi-Jin Kim)

[정회원]



- 2013년 2월 : 한림대학교 일반대학원 간호학과 (간호학석사)
 - 2015년 8월 : 단국대학교 일반대학원 간호학 (간호학박사수료)
 - 2014년 3월 ~ 2015년 8월 : 분당서울대학교병원 연구원
 - 2015년 9월 ~ 현재 : 조선간호대학교 조교수
- <관심분야> : 정신간호, 의사소통 및 보완대체

강 균 영 (Gyun-Young Kang)

[정회원]



- 2006년 8월 : 을지대학교 임상간호대학원 간호학과 (간호학석사)
 - 2013년 8월 : 을지대학교 일반대학원 (간호학박사)
 - 2014년 3월 ~ 2015년 2월 : 단국대학교 대학생활 상담센터 초빙교수
 - 2015년 4월 ~ 현재 : 문경대학교 간호학과 조교수
- <관심분야> : 청소년 정신간호, 노인 정신간호, 통합예슬치료