

간호학생의 학업스트레스 영향요인: 공감의 하위영역, 자아탄력성, 스트레스 대처방식을 중심으로

Influence Factors on Academic Stress of Nursing Students: Focused on Dimensions of Empathy, Ego-resilience, Stress-coping Strategies

정혜선

국립공주대학교 간호학과

Hye-Sun Jeong(hsjeong@kongju.ac.kr)

요약

본 연구는 공감의 하위영역, 자아탄력성, 스트레스 대처방식을 중심으로 간호학생의 학업스트레스 영향요인을 파악하기 위해 시도된 서술적 조사연구이다. 2015년 11월 1일부터 2015년 11월 30일까지 간호학생 305명을 대상으로 구조화된 설문지를 이용하여 대상자의 학업스트레스, 하위영역별 공감, 자아탄력성, 스트레스 대처방식을 파악하였다. 연구결과 간호학생의 학업스트레스 영향요인은 학년, 성격성향, 전공만족도, 자아탄력성 및 정서중심 대처방식으로 파악되었고, 총 설명력은 54.1%이었다. 이상으로 간호학생의 학업스트레스를 개선시켜 건강한 학교생활을 돕기 위해서는 간호학생 중 고학년, 성격이 외향적인 경우와 전공만족도가 낮은 경우에 관심을 가질 필요가 있겠다. 학업스트레스 감소를 위한 프로그램 개발 시에는 자아탄력성과 스트레스 대처방식 중 정서중심 대처방식 수준을 개선시킬 수 있는 방안을 포함시켜야 하겠으며, 하위영역별 공감, 자아탄력성, 스트레스 대처방식이 학업스트레스에 영향을 미치는 경로를 파악하는 후속연구의 진행이 필요하다고 사료된다.

■ 중심어 : | 간호학생 | 학업스트레스 | 공감 | 스트레스 대처 | 자아탄력성 |

Abstract

The purpose of this study is to investigate influencing factors of nursing students' academic stress focusing on dimensions of empathy, ego-resilience, and stress coping strategies. Academic stress, dimensions of empathy, ego-resilience, and stress coping strategies among subjects were collected using structured questionnaires from 305 nursing students between November 1, 2015 and November 30, 2015. The results of this study showed that the factors affecting nursing students' academic stress were grade, personality orientation, major satisfaction, ego-resilience and emotion focused coping style, and the total explanatory power was 54.1%. To improve nursing students' academic stress, it is necessary to pay attention to the nursing students who are in their upper grades, extroverted, and with low major satisfaction. In developing a program to reduce academic stress, it is thought that it is necessary to include measures to raise the level of ego-resilience and to improve the level of emotion focused coping style among stress-coping strategies, and to conduct subsequent research to identify pathways in which the dimensions of empathy, ego-resilience and stress-coping strategies affect academic stress.

■ keyword : | Nursing Students | Academic Stress | Empathy | Stress Coping Strategies | Ego-resilience |

I. 서론

1. 연구의 필요성

간호교육기관은 간호학생들이 졸업 후 대상자가 요구하는 건강관리자의 역할을 잘 수행하는데 필요한 전문지식과 임상실무 능력을 갖추도록 교육하여야 한다 [1]. 간호사가 인간의 질병과 그에 따른 반응을 이해하고, 적절한 간호를 제공하기 위해서는 대상자의 신체적 측면은 물론 사회·심리적 및 영적측면 등 다차원적인 측면의 지식을 갖추어야 한다. 이런 이유에서 전문 간호인을 양성하기 위한 교과내용은 인문학적인 것에서부터 전공 관련 내용까지 광범위하고 전문적일 수밖에 없다. 이에 더하여 학습한 전공지식을 실무에 적용하기 위해서는 교내실습에서 간호술기의 기초를 배우고 임상실습에서 이를 숙련하고 통합하는 과정이 반드시 요구된다[2]. 또한 국가시험 합격은 간호사가 되기 위한 필수요건이므로, 간호학생은 학업, 실습, 국가시험은 물론 이를 성취하기 위해 부가적으로 요구되는 의사소통 및 대인관계 등의 다양한 스트레스 원에 노출되어 있다. 간호학생에게 학업, 환경, 임상실습 등의 다양한 스트레스원이 존재함은 이미 보고된 바 있다[3]. 간호학생의 스트레스와 관련된 문헌 분석 결과, 간호학생이 지각하는 스트레스 수준은 중등도 이상이며, 지각하는 스트레스의 가장 큰 요인은 학업요인이었다[4-6]. 선행연구결과 간호학생의 우울과 스트레스 수준은 양의 상관관계를 보였는데, 우울은 특히 학업이나 대인관계 스트레스와 상관성이 높았다[3]. 학업스트레스가 높은 경우 대학생활 적응이나 정서적인 문제에도 부정적인 영향을 미쳐[3][7], 이는 학업과 관련된 단순한 문제 이상의 의미를 가진다고 판단된다. 더욱이 여학생은 남학생에 비하여 학업스트레스와 불안정도가 상대적으로 높아 [8], 대부분이 여성인 간호학생들은 학업스트레스에 더욱 취약한 대상자라고 생각할 수 있다.

이처럼 간호학생이 지각하는 학업스트레스 정도는 높고, 학업스트레스는 간호학생의 건강과 학교생활에 부정적인 영향을 미치므로 학업스트레스를 개선시키기 위한 교육적 개입은 반드시 필요한 실정이다. 학업스트레스를 효과적으로 관리하기 위해서는 학습환경과 같

은 외적인 요인을 조절하는 것도 중요하겠으나, 스트레스로 인한 문제유발에는 지각과 대처의 역할이 중요하므로 자아탄력성, 정서지능, 스트레스 대처방식[9][10] 등과 같은 학습자 내적인 요인을 파악하고 개선하는 것이 더욱 중요하다고 판단된다. 이제까지 간호학생의 학업스트레스에 대한 연구를 통해 학업스트레스 수준[3], 학업스트레스 수준에 차이를 발생시키는 변인들로 통합성, 부모 성취압력, 자기효능감[11-13] 등이 파악되었다. 그러나 이러한 선행연구의 결과에도 불구하고 아직 효과적으로 간호학생의 학업스트레스를 개선시킬 수 있는 방안은 제시되지 못하고 있어 간호대학생의 학업스트레스 영향변수에 대한 심층적 분석이 필요하다. 스트레스는 인간이 심리적 혹은 신체적으로 감당하기 어려운 상황에 처했을 때 느끼는 불안과 위협의 감정[14]을 말한다. 한편 대처는 스트레스와 관련된 문제나 감정들을 관리하는 생각이나 행동을 말한다. 스트레스가 조절되지 않은 경우 많은 건강문제를 유발시킨다고 보고되었으나, 단순히 스트레스의 존재유무 보다는 스트레스를 지각하고 대처하는 방식이 스트레스 결과에 차이를 발생시킬 수 있다고 판단된다. 대상자가 스트레스 환경이나 스트레스 원에 대해 어떻게 지각하며, 어떤 행동을 취할지 선택하는 대처는 다양한 결과를 초래할 수 있기 때문에, 스트레스 관리에서 효과적인 대처는 무엇보다 중요하다. 따라서 간호학생의 학업스트레스 영향요인을 파악할 때 스트레스 대처방식은 반드시 고려되어야 할 요인이다.

공감은 '타인의 내적인 준거틀을 정확하게, 그것의 감정적인 요소와 거기에 관련된 의미를 마치 자신이 그 사람인 것처럼 지각하는 상태'[15]를 말한다.

Davis[16]의 IRI(Interpersonal Reactivity Index: 이하 IRI)에서는 공감의 하위영역을 정서적 공감으로 구분되는 공감적 관심 및 개인적 고통과 인지적 공감으로 분류되는 관점취하기 및 공상하기로 분류하고 있어 공감을 다차원적인 시각으로 이해할 수 있도록 한다. 관점취하기는 다른 사람의 심리학적 관점을 수용하는 성향을, 공상하기는 상상력을 통해 책, 영화 및 연극에 나오는 등장인물과 감정 및 행동을 동일시하는 경향을, 공감적 관심은 다른 사람의 감정을 이해하고 불행을 경

협하는 사람들에 대한 염려의 감정을, 개인적 고통은 다른 사람의 힘든 경험을 보게 되어 생겨나는 불편감과 불안한 감정을 말한다[16].

선행연구결과 공감 중 관점취하기가 높은 경우 스트레스 상황 시 문제중심 대처방식이나 사회적지지 추구 대처방식의 적극적인 대처방식을, 개인적 고통, 공감적 관심, 공상하기가 높을수록 소망적 사고 대처방식을 많이 사용하였다[9]. 또한 공감의 하위영역에 따라 비판적 사고성향 그리고 문제해결능력에서도[17] 차이를 보였다. 이는 공감이 사건과 문제를 확인, 분석, 해결하는 과정에서 하위영역에 따라 고유한 기능을 담당함을 시사한다. 따라서 공감의 하위영역은 그 개념에 따라 스트레스에 대처와 대처행동 선택에도 영향을 미칠 수 있다는 결론으로 연결된다. 스트레스 지각이나 대처가 결과에 유의한 차이를 발생시킨다는 결과에 근거할 때 [18], 하위영역별 공감은 간호학생의 학업스트레스 지각이나 대처방식 선택에 영향을 미치며 결국 학업스트레스로 인한 결과에도 차이를 발생시킬 것으로 추론할 수 있다. 그러나 간호학생의 공감과 학업스트레스의 관계를 파악한 연구는 많지 않은 실정이다. 또한 간호학생 대상의 공감관련 연구에서도 공감을 다차원이 아닌 단일차원이나 인지적 또는 정서적 공감으로 나누어 해석하고 있었다[19][20]. 이에 간호학생의 학업스트레스에 영향을 미치는 새로운 요인을 찾기 위해서는 공감과의 관계 파악이 요구되며, 공감을 하위영역별로 분석하여 다차원적인 측면에서 접근하는 것이 타당하다고 판단된다.

한편 자아탄력성은 변화하는 상황적 요구나 스트레스가 많은 환경에서 적절한 자아통제를 바탕으로 융통성있게 반응함으로써 성공적인 적응을 이룰 수 있게 하는 능력을 말한다[21]. 자아탄력성은 대처방식의 영향을 받아, 새로운 환경에서 경험하는 스트레스 수준을 조절하고 적절하게 반응하여 효과적인 적응이 가능해짐으로써 정신·심리적 안녕감에 영향을 미쳤다[22]. 이미 자아탄력성은 스트레스 지각 및 대처와 관련된 비판적 사고성향, 학습양식, 학업 적응, 전공만족도, 학업스트레스 등과 관련이 있음이 보고되어[10][23], 간호학생의 학업스트레스 개선을 위한 전략 수립 시에도 자아탄

력성을 포함하는 것이 바람직하다.

간호학생의 학업스트레스는 높은 수준으로 이들의 건강한 대학생활을 성취하고 유지하기 위해서는 반드시 관리가 필요하다. 스트레스 지각과 대처방식, 공감, 자아탄력성은 간호대학생의 학업스트레스를 지각하고 분석하여 바람직한 적응을 가능하도록 하는 과정에서 상호보완적 영향을 미칠 수 있으나 선행연구를 문헌고찰 한 결과 이에 대한 연구는 미비한 실정이었다. 이에 본 연구에서는 간호대학생의 하위영역별 공감, 자아탄력성, 스트레스 대처방식, 학업스트레스의 관계를 파악하고 이들 변수가 학업스트레스에 미치는 영향을 파악하고자 하였다. 더 나아가 연구결과를 간호대학생의 학업스트레스 관리를 도와 성공적인 학업적응과 대학생활 적응을 돕는데 기초자료로 활용하고자 한다.

2. 연구의 목적

본 연구는 간호학생의 학업스트레스 영향요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구로 구체적인 목적으로 다음과 같다.

- 1) 대상자의 개인적 특성에 따른 학업스트레스 차이를 파악한다.
- 2) 대상자의 학업스트레스, 하위영역별 공감, 자아탄력성, 스트레스 대처방식 수준을 파악한다.
- 3) 대상자의 학업스트레스, 하위영역별 공감, 자아탄력성, 스트레스 대처방식의 관계를 파악한다.
- 4) 대상자의 학업스트레스 영향요인을 파악한다.

II. 연구방법

1. 연구설계

본 연구는 간호학생의 학업스트레스 영향요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구대상자

연구대상자는 충청북도 소재 1개 대학과 충청남도 소재 1개 대학 간호학과 재학생 350명을 대상으로 하였다. 배부된 설문지 중 345부가(회수율 98.6%)가 회수되

었으며, 이중 응답이 불충분한 40부를 제외하고 총 305부가 최종 자료분석에 포함되었다.

3. 자료수집 방법

2015년 11월 1일부터 2015년 11월 30일까지 간호학생 350명을 대상으로 설문지를 배부하였다. 윤리적 측면을 이행하기 위해 본 연구자는 자료수집에 직접 나서지 않았으며, 과대표를 통해 설문지를 배부하고 회수하였다. 과대표는 연구시작 전 연구의 목적, 설문지의 내용, 설문지 작성의 주의점 등에 대한 교육을 받았다. 과대표가 학생들에게 연구의 목적, 설문지의 내용 등을 설명한 후 자발적으로 연구참여에 동의한 대상자에게 서면 동의서를 받아 윤리적 측면을 이행하였다.

4. 연구도구

4.1 학업스트레스

학업스트레스는 Schaufeli 등(2002)이 개발한 MBI-SS(Maslach burnout inventory-student survey)를 한국대학생의 학업스트레스를 파악하기 위해 사용하였던 도구로[24] 파악하였다. 이는 정서소진 5문항, 냉소주의 4문항, 효능감 감소 6문항의 총 3개 하위영역 15문항으로 구성되었다. 각 문항은 4점 척도로 구성되어 있고, 점수가 높을수록 지각하는 학업스트레스가 높은 것을 의미한다. 도구의 신뢰도는 선행연구에서[24] Cronbach's alpha 값이 .87이었고, 본 연구에서는 .86이었으며, 하위영역별로는 정서소진 .86, 냉소주의 .79, 효능감감소 .82이었다.

4.2 공감

공감은 Davis[16]가 개발한 IRI를 신뢰도 및 타당도를 검증한 한국어판 IRI를[25] 이용하여 파악하였다. 이 척도는 관점취하기, 공상하기, 공감적 관심 및 개인적 고통의 4개 영역으로 구분되어 있으며, 각 하위영역은 7개 문항으로 전체도구는 총 28문항이다. 한국어판 도구의 각 문항은 5점 Likert식 척도로 되어 있고 점수가 높을수록 공감수준이 높은 것을 의미한다. 도구 개발자인 Davis[16]는 공감의 4개 하위영역 중 부적상관을 나타내는 영역이 존재하는 이유를 들어 영역별 점수를 합

산한 총점을 공감척도 점수로 사용하지 말 것을 제안하고 있다. 따라서 본 연구에서도 별도로 총점을 구하거나 도구 전체의 신뢰도 계수는 분석하지 않았다. 한국어판 도구의[25] 신뢰도는 Cronbach's alpha 값이 관점취하기 .61, 공상하기 .81, 공감적 관심 .73, 개인적 고통 .71이었고 본 연구에서는 이들 영역별로 각각 .73, .70, .68, .70이었다.

4.3 자아탄력성

자아탄력성은 Klohnen(1996)이 개발한 척도를 한국어로 번역하여 이용한 도구로[26] 측정하였다. 본 도구는 자신감 9문항, 대인관계 효율성 8문항, 낙관적 태도 10문항, 감정통제 2문항의 4개 하위영역 총 29문항이다. 각 문항은 5점 Likert식 척도로, 점수가 높을수록 자아탄력성이 높은 것을 의미한다. 선행연구[26]에서 도구의 신뢰도는 Cronbach's alpha 값이 .88이었고, 본 연구에서는 .935이었으며, 하위영역별 신뢰도는 자신감, 대인관계 효율성, 낙관적태도, 감정통제가 각각 .85, .87, .84, .66으로 나타났다.

4.4 스트레스 대처방식

스트레스 대처방식은 Folkman과 Lazarus[14]가 개발한 대처방식 척도를 요인분석 후 수정·보안한 한국어 도구로[27] 파악하였다. 이 도구는 '문제중심 대처방식' 20문항, '정서중심 대처방식' 18문항, '소망적 사고 대처방식' 14문항, '사회적지지 추구 대처방식' 10문항의 4개 요인 총 62문항으로 구성되었다. 문제중심 대처방식과 사회적 지지 추구 대처방식을 적극적 대처방식으로, 정서중심 대처방식과 소망적 사고 대처방식은 소극적 대처방식으로 구분한다[27]. 각 문항은 4점 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 대처방법의 사용 빈도가 높은 것을 의미한다. 선행연구에서[27] 도구의 신뢰도는 Cronbach's alpha .91 이었다. 본 연구에서 신뢰도 계수 Cronbach's alpha값은 전체가 .92이었고, 영역별로 문제중심 대처방식 .90, 정서중심 대처방식 .77, 소망적 사고 대처방식 .79, 사회적지지 추구 대처방식 .67로 나타났다.

5. 자료분석

수집된 자료는 IBM SPSS statistics Win. version 21을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성과 변수의 수준은 기술통계를 이용하여 나타내었고, 대상자 특성에 따른 학업스트레스 차이는 t-test와 ANOVA (Shceffe 사후검정)로 파악하였다. 또한 각 변수들의 상관관계는 Pearson correlation coefficient로, 학업스트레스 영향요인은 multiple regression analysis로 분석하였으며, 도구의 신뢰도는 Cronbach's alpha로 구하였다.

6. 연구윤리

본 연구는 연구자가 소속된 기관의 생명연구윤리심의위원회(Institutional Review Board, IRB)에 심의면제 신청을 하여 승인을 받은 후에 진행되었다(IRB KNU_IRB_2015-82).

III. 연구결과

1. 대상자 특성

여성이 91.8%이었고, 연령은 19세 이하가 49.5%로 가장 많았으며, 종교가 없는 경우가 54.1%이었고, 학년은 1학년이 26.6%, 2학년이 30.8%, 3학년이 28.2%, 4학년이 14.4%이었다. 입학동기는 '취업의 용이성 때문에'가 40.3%이었고, 성적은 '중위권'이 38.9%, '하위권'이 36.6%이었으며, 대인관계는 62.8%가 '좋은 편'에 응답하였고, 성격성향은 '중간'이 47.0%, 전공만족도는 57.4%가 '만족'에 응답하였다.

대상자의 특성에 따라 학업스트레스는 성별, 연령, 종교유무에서 차이가 없었다. 그러나 간호학생의 학업스트레스는 학년별로 3학년과 4학년이 2.34점과 2.33점으로 1학년의 2.17점보다(F=2.87, p=.036)높았고, 입학동기에 따라서는 '취업의 용이성'이 2.35점으로 가장 높았

표 1. 대상자의 일반적 특성에 따른 학업스트레스

(N=305)

변수	범주	N(%)	학업스트레스	
			M(SD)	t(p)/F(p)
성별	여	280(91.8)	2.26(.42)	0.13(.896)
	남	25(8.2)	2.25(.53)	
연령	19세 이하	151(49.5)	2.17(.44)	2.29(.104)
	20-24세	128(42.0)	2.29(.41)	
	25세 이상	26(8.5)	2.28(.50)	
종교	있음	140(45.9)	2.25(.41)	0.87(.663)
	없음	165(54.1)	2.27(.44)	
학년	1	81(26.6)	2.17(.42)a	2.87(.036) a<b
	2	94(30.8)	2.22(.43)ab	
	3	86(28.2)	2.34(.43)b	
	4	44(14.4)	2.33(.40)b	
입학동기	적성	122(40.0)	2.14(.39)a	8.78(<.001) a<b<c
	취업용이성	123(40.3)	2.35(.42)c	
	주변권유/성적	60(19.7)	2.32(.44)b	
성적	하위권	109(36.6)	2.33(.43)b	3.74(.025) a<b
	중위권	116(38.9)	2.25(.39)ab	
	상위권	73(24.5)	2.16(.47)a	
대인관계	나쁜 편	4(1.3)	2.43(.86)	8.77(<.001)
	보통	107(35.9)	2.33(.39)	
	좋은 편	187(62.8)	2.21(.43)	
성격성향	내향적	63(21.1)	2.39(.44)b	4.44(.013) a<b
	중간	140(47.0)	2.24(.39)ab	
	외향적	95(31.9)	2.19(.46)a	
전공만족도	불만족	12(4.0)	2.83(.50)c	40.13(<.001) a<b<c
	보통	115(38.6)	2.43(.36)b	
	만족	173(57.4)	2.10(.39)a	
총점평균			33.87(6.41)	
평점평균			2.26(.43)	

고, '주변의 권유나 성적'이 2.32점, '적성' 2.14점 순이었다($F=8.78, p<.001$). 성적에 따라서는 '하위권'이 2.33점으로 '상위권'의 2.16점보다 높았고($F=3.74, p=.025$), 대인관계는 '나쁜 편' 2.43점, '보통' 2.33점, '좋은 편' 2.21점($F=8.77, p<.001$)이었으며, 성격성향은 '내향적'이 2.39점으로 '외향적'의 2.19점보다 높았고($F=4.44, p=.013$), 전공만족도에 따라서는 '불만족'이 2.83점으로 가장 높았고, '보통' 2.43점, '만족' 2.10점 순이었다($F=40.13, p<.001$)[표 1].

2. 변수들의 수준

대상자의 학업스트레스는 4점 만점에 2.26점(.43)이었고, 공감은 영역에 따라 5점 만점에 공상하기 3.57(.51)점, 관점취하기 3.52(.57)점, 공감적 관심 3.67(.51)점, 개인적 고통은 2.96(.52)점 이었다. 한편 자아탄력성은 5점 만점에 3.41(.65)점 이었고, 스트레스 대처방식은 4점 만점에 2.57(.31)점이었고, 하위영역별로 문제중심 대처방식 2.62(.42)점, 정서중심 대처방식 2.41(.33)점, 소망적 사고 대처방식 2.73(.42)점, 사회적 지지 추구 대처방식 2.66(.47)점 이었다[표 2].

표 2. 변수들의 수준 (N=305)

변수		총점평균 M(SD)	평점평균 M(SD)
학업 스트 레스	전체	33.90(6.44)	2.26(.43)
	정서소진	13.69(3.23)	2.74(.65)
	냉소주의	7.59(2.49)	1.90(.62)
	효능감 감소	12.62(2.76)	2.10(.46)
공감	공상하기	25.00(3.57)	3.57(.51)
	관점 취하기	24.63(3.99)	3.52(.57)
	공감적 관심	25.66(3.60)	3.67(.51)
	개인적 고통	20.73(3.61)	2.96(.52)
자아 탄력성	전체	99.00(18.76)	3.41(.65)
	자신감	30.70(6.38)	3.41(.70)
	대인관계 효율성	25.86(6.70)	3.23(.84)
	낙관적 태도	35.72(6.64)	3.57(.66)
	감정통제	6.72(2.08)	3.36(1.04)
스트 레스 대처 방식	전체	159.15(19.50)	2.57(.31)
	문제중심 대처방식	54.98(8.76)	2.62(.42)
	정서중심 대처방식	55.49(7.64)	2.41(.33)
	소망적 사고 대처방식	32.73(5.01)	2.73(.42)
	사회적지지 추구 대처방식	15.94(2.83)	2.66(.47)

3. 변수들의 상관관계

대상자의 학업스트레스와 공감의 하위영역의 관계를 살펴보면 공상하기($r=-.14, p=.013$), 관점취하기($r=-.38, p<.001$), 공감적 관심($r=-.29, p<.001$)과는 음의 상관관계가 있었고, 개인적 고통과는 양의 상관관계가 있었다($r=.29, p<.001$). 한편 학업스트레스는 자아탄력성과는 음의 상관관계가 있었고($r=-.64, p<.001$), 스트레스 대처방식의 하위영역에 따라서는 문제중심 대처방식($r=-.29, p<.001$), 사회적지지 추구 대처방식($r=-.29, p<.001$)과는 음의 상관관계가, 정서중심 대처방식과는 양의 상관관계가 있었다($r=.23, p<.001$)[표 3].

4. 학업스트레스 영향요인

간호학생의 학업스트레스 영향요인을 파악하기 위해 단변량분석에서 학업스트레스에 차이를 보인 변수와 공감의 하위영역, 스트레스 대처방식 중에서 학업스트레스와 유의한 상관관계를 보인 변수들을 중심으로 회귀분석을 실시하였다. 회귀분석 결과 Durbin Watson은 1.794으로 자기상관성이 없었으며, 모형의 공차한계(Tolerance)는 .409-.862로 0.1 이상이었고 분산팽창인자(Variance Inflation Factor)가 1.160-2.446으로 10보다 크지 않아 본 회귀분석에서는 다중공선성의 문제가 없는 것으로 확인되었다.

학년은 1학년을 기준으로, 입학동기는 적성을 기준으로 더미처리 하였다. 분석결과 간호대학생의 학업스트레스 영향요인은 1학년에 비하여 3학년과($\beta=.19, t=3.99, p<.001$), 4학년($\beta=.14, t=2.99, p=.004$)이 높았으며, 성격성향($\beta=.10, t=2.13, p=.034$), 전공만족도($\beta=-.23, t=-4.94, p<.001$), 자아탄력성($\beta=-.48, t=-8.64, p<.001$)과 스트레스 대처방식 중 정서중심 대처방식($\beta=.16, t=3.19, p=.002$)으로 파악되었으며, 이들 변수의 설명력은 총 54.1%이었다($F=22.05, p<.001, Adj R^2=.541$)이었다[표 4].

표 3. 변수들의 상관관계

(N=305)

변수	공상하기 r(p)	관점취하기 r(p)	공감적 관심 r(p)	개인적 고통 r(p)	자아탄력성 r(p)	문제중심 대처 방식 r(p)	정서중심 대처 방식 r(p)	소망적 사고 대처 방식 r(p)	사회적 지지 추구 대처 방식 r(p)
학업 스트레스	-.14 (.013)	-.38 ($<.001$)	-.29 ($<.001$)	.29 ($<.001$)	-.64 ($<.001$)	-.29 ($<.001$)	.23 ($<.001$)	-.11 (.062)	-.29 ($<.001$)
공상하기		.36 ($<.01$)	.47 ($<.001$)	.06 (.356)	.06 (.357)	.21 ($<.001$)	.08 (.146)	.23 ($<.001$)	.24 ($<.01$)
관점취하기			.54 ($<.001$)	-.24 ($<.01$)	.35 ($<.01$)	.36 ($<.001$)	-.12 (.043)	.31 ($<.001$)	.30 ($<.001$)
공감적 관심				-.01 (.840)	.25 ($<.001$)	.26 ($<.001$)	.03 (.645)	.22 ($<.001$)	.27 ($<.001$)
개인적 고통					-.60 ($<.001$)	-.22 ($<.001$)	.07 (.196)	-.01 (.896)	-.01 (.824)
자아탄력성						.30 ($<.001$)	-.18 (.001)	.06 (.291)	.26 ($<.001$)
문제중심 대처방식							.41 ($<.001$)	.72 ($<.001$)	.63 ($<.001$)
정서중심 대처방식								.51 ($<.001$)	.22 (.01)
소망적사고 대처방식									.5108 ($<.01$)

표 4. 학업스트레스 영향요인

(N=305)

변수	B	S. E.	β	t(p)	adj R ²	F(p)
Constant	57.854	4.147		13.95($<.001$)	.541	22.05($<.001$)
학년더미3	2.770	.694	.19	3.99($<.001$)		
학년더미4	2.492	.848	.14	2.94(.004)		
성격성향	.773	.363	.10	2.13(.034)		
전공만족도	-2.051	.415	-.23	-4.94($<.001$)		
자아탄력성	-.165	.019	-.48	-8.64($<.001$)		
정서중심 대처방식	.131	.041	.16	3.19(.002)		

IV. 논 의

본 연구결과 대상자의 학업스트레스는 60점 만점에 33.90점, 4점 만점에 2.26점으로 중간수준 이상이였다. 이러한 결과는 같은 도구를 이용하여 간호대학생의 학업스트레스를 파악한 점수인 2.75점보다[12] 낮았으나, 간호학생의 학업스트레스가 높음을 재확인 할 수 있었다.

대상자 특성별 학업스트레스는 학년에 따라 3학년과 4학년이, 입학동기에서는 취업의 용이성 때문의 경우에 높았으며, 지난 학기 성적이 '하위권'인 경우와 성격 성향이 '내향적'인 경우 그리고, 대인관계가 '나쁜 편'이라고 지각하거나 전공에 '불만족'하는 경우에 높았다.

본 연구결과와 선행연구결과를 볼 때 간호학과 입학동기, 전공만족도, 성적 등은 비교적 일관성 있게 학업스트레스에서 차이를 보인 변수이다[11][12][28]. 이후 간호학생의 학업스트레스 관리 시에 기억해야 할 개인적 특성이라 생각된다.

한편 대상자의 공감수준은 하위영역별로 공상하기 3.57점, 관점취하기 3.52점, 공감적 관심 3.67점, 개인적 고통은 2.96점 이었으며, 이는 간호대학생의 경우 영역별로 각각 공상하기 3.59점, 관점취하기 3.57점, 공감적 관심 3.72점, 개인적 고통 3.15점을 보인 결과[27]와 점수 수준에서는 다소 차이가 있었다. 그러나 본 연구결

과와 선행연구결과[29] 모두 하위 영역 중 공감적 관심 점수가 가장 높았고, 개인적 고통이 가장 낮았다. 공감 수준은 높고 낮음에 따라 '긍정적' 또는 '부정적'이라는 판단을 내리는 것보다는 개인의 공감성향으로 이해하는 것이 바람직하다고 판단되는데, 간호학생의 공감수준은 일반대학생이나 일반인보다 높았고, 하위영역 중에서는 정서적 공감의 한 종류인 공감적 관심 점수가 비교적 높았다[25][29].

자아탄력성은 전체가 5점 만점에 3.41점으로 중간수준 이상이었고, 하위영역별로 자신감 3.41점, 대인관계 효율성 3.23점, 낙관적태도 3.57점, 분노조절 3.36점을 보였다. 이러한 결과는 간호대학생의 자아탄력성에서 전체가 3.42점, 각 하위영역별로 3.42점, 3.29점, 3.74점, 3.23점을 보인 연구결과[30]와 유사한 수준이었다.

스트레스 대처방식은 4점 만점에 2.57점이었고, 하위영역별로 문제중심 대처방식 2.62점, 정서중심 대처방식 2.41점, 소망적 사고 대처방식 2.73점, 사회적지지 추구 대처방식 2.66점으로 파악되었다. 본 연구대상자의 경우 소망적 사고 대처방식과 사회적지지 추구 대처방식 등에서 점수가 높았다.

대상자의 학업스트레스는 공감의 하위영역 중 공상하기, 관점취하기, 공감적 관심과는 음의 상관관계, 개인적 고통과는 양의 상관관계가 있었다. 또한 학업스트레스는 자아탄력성과는 음의 상관관계가 있었고, 스트레스 대처방식의 하위영역에 따라서는 문제중심 대처방식, 사회적지지 추구 대처방식과는 음의 상관관계가, 정서중심 대처방식과는 양의 상관관계가 있었다.

이러한 결과는 사회적지지 추구 대처방식이나 문제중심 대처방식은 학업스트레스로 인한 소진과 음의 상관관계가, 정서중심 대처방식과 소망적 사고 대처방식은 학업스트레스와 양의 상관관계가 있었다는 선행연구 결과와 일부 일치하는 것이었다[24]. 한편 간호학생의 공감과 학업스트레스의 관계를 파악한 연구가 없어 본 연구결과를 선행연구 결과와 직접 비교하기에는 제한이 있다. 이에 간호학생의 임상실습 스트레스와 공감의 관계를 파악한 선행연구와 비교하여 보면, 간호학생의 공감 중 개인적 고통이 임상실습 스트레스와 양의 상관관계가 있었다는 결과와 의미가 일치하는 것이었

다[29].

본 연구의 궁극적인 목표는 간호학생의 학업스트레스 영향요인을 파악하는 것이었다. 간호학생의 학업스트레스 영향요인을 파악하기 위해 회귀분석을 실시한 결과 분석결과 간호대학생의 학업스트레스 영향요인은 학년, 성격성향, 전공만족도, 자아탄력성, 그리고 스트레스 대처방식 중 정서중심 대처방식으로 파악되었고, 이 변수들의 총 설명력은 54.1%이었다.

본 연구결과는 자아탄력성은 학업스트레스나 [10][32], 학교적응에[33] 긍정적인 영향을 미친다고 보고한 선행연구결과와 같았다. 자아탄력성은 힘든 상황에도 불구하고 원래대로 돌아가고 보통 이상으로 기능하는 능력[31]이다. 자아탄력성이 높은 경우 스트레스 상황에서 심리적으로 균형을 찾아, 스트레스에 효율적으로 대처할 수 있는 능력이 증가하기 때문에 환경이나 문제에 대한 적응수준이 높은 것으로 판단된다.

본 연구결과 최종적으로 공감은 간호학생의 학업스트레스 영향요인은 아니었다. 그러나 간호대학생을 대상으로 같은 공감측정 도구를 이용하였던 선행연구 결과, 공감 중 문제해결 능력은 관점취하기가[17], 임상실습 스트레스는 개인적 고통이[29] 영향을 주었다. 또한 대인관계에서 관점취하기와 공감적 관심은 양의 방향으로, 개인적 고통은 음의 방향으로[29] 상관성이 있었다. 따라서 본 연구의 상관관계 결과나 선행연구 결과를 고려할 때, 공감을 단일 차원으로 이해하고 단순히 높은 수준을 요구하는 것보다는 다차원적인 측면에서 공감의 각 하위영역별로 독특한 기능을 이해하는 것이 바람직하다고 판단된다.

본 연구결과 스트레스 대처방식 중에서는 정서중심 대처방식이 학업스트레스에 영향을 미치는 요인으로 확인되었다. 이러한 결과는 스트레스 대처방식에 따라 학업스트레스로 인한 소진에 정서중심 대처방식이 아닌 소망적 사고 대처방식이 영향이 있었다는 선행연구 결과[24] 및 소극적 대처방식이 임상실습 스트레스의 영향요인이었다는 결과[34]와 비교할 때 영향을 미치는 소극적 대처방식의 유형에서 다소 차이가 있는 것이었다. 그러나 소극적 대처방식이 스트레스 지각에 부정적인 영향을 미친다는 의미에서는 본 연구결과와 같았다.

본 연구대상자들은 소망적 사고 대처방식, 사회적지지 추구 대처방식, 문제중심 대처방식, 그리고 정서중심 대처방식 순으로 대처방식을 사용하고 있었으나, 점수 수준에서는 큰 차이를 보이지 않았다. 소극적 대처방식으로 분류되는 소망적 사고 대처방식과 정서중심 대처방식들은 스트레스를 극복함에 있어서는 어느 정도 개선을 시키기는 하지만, 문제를 해결하기 보다는 현실을 왜곡하게 되어 근본적으로 효과적인 대처방법은 아니라고 보고하고 있다[14]. 즉, 본 연구의 대상자들은 사건이나 상황을 해석할 때, 적극적 대처방식인 사회적지지 추구 대처방식과 문제중심 대처방식 보다는 소극적인 대처방식인 소망적 사고 대처방식을 최우선적으로 사용하고 있었고, 정서중심 대처방식 수준이 높을수록 학업스트레스가 높았다. 본 연구결과와 선행연구 결과[24]에 근거하여 간호학생의 학업스트레스를 관리하기 위해서는 스트레스 대처방식 중 소극적 대처방식인 소망적 사고 대처방식이나 정서중심 대처방식 수준을 개선시키고, 스트레스 상황 인식 시 적극적 대처방식을 사용하도록 지도하는 것이 바람직하겠다.

간호대학생의 학업스트레스 영향요인을 파악하고자 하는 궁극적인 목적은 학생들이 지각하는 스트레스 수준을 완화시켜 건강한 대학생활을 할 수 있도록 돕기 위함이다. 선행연구결과에서 보고된 변수들의 관계를 살펴보면, 자아탄력성은 공감과 정 상관관계가 있었고[35], 스트레스 지각이나 대처방식에도 영향을 미쳤다[10]. 또한 스트레스 대처방식은 공감의 하위영역에 따라서도 독특한 향상을 보여주었다[9]. 이러한 결과에 근거하여 본 연구에서 학업스트레스와 관련이 있을 것으로 판단한 변수들의 단순한 상관성을 파악하기 보다는 각 변수들의 상호관계나 학업스트레스에 영향을 미치는 경로를 파악하는 후속연구가 진행되는 것이 바람직하다고 판단된다. 각 변수들의 간접효과나 직접효과 또는 경로를 파악하면 보다 효율적인 교육적 개입이 용이할 것이기 때문이다.

본 연구결과 성격성향에 따른 학업스트레스는 내향적인 경우에 제일 높았고, 보통, 외향적인 경우 순으로 낮아졌다. 또한 상관관계를 파악한 [표 3]에 대상자의 개인적 특성과 학업스트레스의 관계는 제시하지는 않

았으나, 추가로 상관관계 분석을 실시한 결과 성격성향과 학업스트레스는 음의 상관관계가 있었다. 그러나 최종 회귀분석 결과 성격성향이 외향적일수록 학업스트레스가 높은 것으로 파악되었다. 따라서 후속연구에서 성격성향과 학업스트레스와의 관계에서 방향성에 영향을 미치는 새로운 변인을 파악할 필요가 있겠다.

이상으로 간호대학생의 학업스트레스는 중간수준 이상이었으며, 학년, 성격성향, 전공만족도, 자아탄력성과 스트레스 대처방식 중 정서중심 대처방식이 영향을 미치는 것으로 파악되었다. 간호학생의 학업스트레스를 효과적으로 관리하기 위해서는 고학년, 외향적인 성격을 가진 경우, 그리고 전공만족도가 낮은 경우 더욱 관심을 기울일 필요가 있겠다. 간호대학생의 학업스트레스를 개선시키고 건강한 학교생활을 할 수 있도록 돕기 위해서는 정서중심 대처방식 사용을 개선시키고, 자아탄력성을 상승시킬 수 있는 교육적 중재가 필요하다고 판단된다.

V. 결론

본 연구는 간호학생의 학업스트레스를 개선시키기 위해 자아탄력성이나 스트레스 대처방식 이외에 공감 변수를 새로이 포함하여 영향요인을 파악한 서술적 조사연구이다. 연구결과 간호학생의 학업스트레스 영향요인은 학년, 성격성향, 전공만족도, 자아탄력성, 그리고 스트레스 대처방식의 하위영역 중 정서중심 대처방식으로 파악되었고, 총 설명력은 54.1%이었다. 이상으로 간호학생의 학업스트레스를 개선시켜 건강한 학교생활을 돕기 위해서는 간호학생 중 고학년, 성격이 외향적인 경우와 전공만족도가 낮은 경우에 특별한 관심과 지도가 필요하다고 판단된다. 간호학생의 학업스트레스를 효과적으로 감소시키기 위해서는 프로그램 개발 시 자아탄력성과 스트레스 대처방식 중 정서중심 대처방식 수준을 개선시키는 방안을 포함시켜야 하겠다.

참고 문헌

- [1] J. Liaschenko and E. Peter, "Nursing ethics and conceptualizations of nursing: profession, practice and work," *Journal of the Advanced Nursing*, Vol.46, No.5, pp.488-495, 2004.
- [2] 정복례, 김미예, 서순립, 홍해숙, "일 대학 간호학과 교육 과정 개발 연구," *한국간호교육학회지*, 제9권, 제2호, pp.298-309, 2003.
- [3] 손영주, 최은영, 송영아, "간호대학생이 대학 생활 중 겪게 되는 스트레스와 우울과의 관련성," *스트레스연구*, 제18권, 제4호, pp.345-351, 2010.
- [4] 김종경, "간호교육 개선을 위한 간호대학생의 스트레스 관련 문헌 분석," *한국간호교육학회지*, 제20권, 제1호, pp.47-59, 2014.
- [5] F. Timmins and M. Kaliszer, "Aspects of nurse education programmes that frequently cause stress to nursing students-fact-finding sample survey," *Nurse Education Today*, Vol.22, pp.203-211, 2002.0
- [6] M. Pulido-Martos, J. M. Augusto-Landa, and E. Lopez-Zafra, "Sources of stress in nursing students:a systematic review of quantitative studies," *International Nursing Review*, pp.15-25, 2011.
- [7] 이숙정, 유지현, "대학생의 학업 및 진로 스트레스와 대학생활적응의 관계에 대한 자기효능감의 매개효과," *교육심리연구*, 제22권, 제3호, pp.589-607, 2008.
- [8] R. Misra and M. McKean, "College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction," *American Journal of Health Studies*, Vol.16, No.1, pp.41-51, 2000.
- [9] 장해순, "대학생의 자아노출과 공감능력이 스트레스 지각정도 및 대처전략에 미치는 영향," *커뮤니케이션학 연구*, 제21권, 제3호, pp.5-28, 2013.
- [10] 유효현, 박귀화, "의과대학생의 정서지능, 자아탄력성, 대처효능감과 학업스트레스 간의 관계," *Korean J Med Educ*, 제27권, 제3호, pp.187-193, 2015.
- [11] 이미현, 박미숙, "간호대학생의 통합성과 학업스트레스," *한국콘텐츠학회논문지*, 제14권, 제12호, pp.863-987, 2015.
- [12] 신소홍, "간호대학생의 학업스트레스가 우울에 미치는 영향과 학업탄력성의 조절효과," *한국간호교육학회지*, 제22권, 제1호, pp.14-24, 2016.
- [13] 최효진, 이은주, "간호대학 신입생의 학업스트레스와 대학생활적응의 관계에서 자기효능감의 매개효과," *기본간호학회지*, 제19권, 제2호, pp.261-268, 2012.
- [14] R. S. Lazarus and S. Folkman, *stress, appraisal and coping*, Springer NewYork NY, 1984.
- [15] C. R. Rogers, "A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework," In Koch S. (Ed.), *A theory of therapy, personality and interpersonal psychotherapy*, New York: McGraw Hill, pp.184-256, 1959.
- [16] M. H. Davis, "A multidimensional approach to individual differences in empathy," *Journal Supplement Abstract Service(JSAS) Catalog of selected documents in Psychology*, Vol.10, p.85, 1980.
- [17] H. S. Jeong, "Critical thinking disposition, problem solving process, and empathy among nursing students," *Advanced Science and Technology Letters*, Vol.103, pp.44-48, 2015.
- [18] 이미라, 정현숙, 조미경, "간호학생의 스트레스 지각, 대처, 스트레스결과에 대한 구조모형," *지역사회간호학회지*, 제11권, 제2호, pp.321-332, 2000.
- [19] 여현주, "간호대학생의 공감능력에 영향을 미치는 요인," *Journal of the Korean Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.18, No.1, pp.177-184, 2017.
- [20] 양선이, "간호 대학생의 공감 능력 및 자아 탄력

- 성과 임상수행능력의 관계,” Journal of the Korean Data Analysis Society, Vol.17, No.3(B), pp.1699-1710, 2015.
- [21] L. Campbell-Sills, S. L. Cohan, and M. B. Stein, “Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults,” Behavior Research and Therapy, Vol.44, pp.585-599, 2006.
- [22] J. Block and A. M. Kermen, “IQ and ego-resiliency: conceptual and empirical connections and separateness,” J Pers Soc Psychol, Vol.70, No.2, pp.349-361, 1996.
- [23] 박완주, “간호대학생의 자아탄력성이 비판적 사고성향, 학습양식 및 학업적응에 미치는 영향,” J Korean Acad Psychiatr Ment health Nurs, 제18권, 제3호, pp.240-250, 2009.
- [24] 유계숙, 신동우, “대학생의 학업·취업스트레스 대처방식과 학업 스트레스로 인한 소진 및 취업 스트레스 간의 관련성에 관한 연구,” 상담학연구, 제14권, 제6호, pp.3849-3869, 2013.
- [25] 강일, 기선완, 김성은, 정범석, 황지희, 송지은, 김지웅, “한국어판 대인 관계 반응성 척도의 신뢰도 및 타당도 연구,” Journal of the Korean Neuropsychiatric Association, 제48권, pp.352-358, 2009.
- [26] 김미화, *대학생의 자아탄력성과 가족응집성 및 적응성과의 관계*, 인하대학교 대학원, 석사학위논문, 2003.
- [27] 김정희, *知覺된 스트레스, 認知세트 및 對處方式의 憂鬱에 대한 作用: 대학신입생의 스트레스 경험을 중심으로*, 서울대학교 대학원, 박사학위논문, 1987.
- [28] 양윤경, 한금선, 배문혜, 양승희, “간호대학생의 사회적지지, 학업스트레스, 임상실습 스트레스,” 스트레스 연구, 제22권, 제1호, pp.23-33, 2014.
- [29] 정혜선, 이기령, “간호대학생의 공감과 임상실습 스트레스,” Journal of the Korean Academia-Industrial cooperation Society, 제16권, 제9호, pp.6044-6052, 2015.
- [30] 신은정, “감성지능, 자아탄력성이 간호대학생의 생리적 안녕감에 미치는 영향: 일 대학을 중심으로,” 계명간호과학, 제17권, 제1호, pp.1-12, 2013.
- [31] 이경희, 이소우, “Resilience(회복력) 개념분석,” 스트레스 연구, 제13권, 제1호, pp.9-18, 2005.
- [32] 김경식, 김연규, 박영만, 서강석, “청소년의 캠프 참가가 회복탄력성 및 학업스트레스에 미치는 영향,” 한국콘텐츠학회논문지, Vol.14, No.12, pp.1010-1020, 2014.
- [33] 고미숙, “간호대학생의 자아탄력성, 감성지능, 스트레스 대처방식과 대학생활 적응,” 한국콘텐츠학회논문지, Vol.15, No.10. pp.280-291.
- [34] 정유진, 고진강, “일개 대학 간호대학생의 성격 특성, 스트레스 대처방식이 임상실습 스트레스에 미치는 영향,” The Korean Journal of Stress Research, Vol.24, No.4, pp.296-302, 2016.
- [35] 양선이, “간호 대학생의 공감 능력 및 자아탄력성과 임상수행능력의 관계,” Journal of the Korean Data Analysis Society, 제17권, 제3B호, pp.1699-1710, 2015.

저 자 소개

정혜선(Hye-Sun Jeong)

정희원



- 1991년 2월 : 가톨릭대학교 간호학과(간호학사)
- 2001년 8월 : 가톨릭대학교 간호학과(간호학박사)
- 2014년 3월 ~ 현재 : 국립공주대학교 간호학과 교수

<관심분야> : 노인간호, 공감