

간호사의 직무스트레스와 자아존중감이 정신건강에 미치는 영향

Effect of the Occupational Stress and Self Esteem on Mental Health among Nurses

이혜순

한남대학교 간호학과

Hea-Shoon Lee(lhs7878@hanmail.net)

요약

본 연구는 간호사의 직무스트레스와 자아존중감이 정신건강에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 조사 연구이다. 연구대상은 D시에 소재한 3개 종합병원(600명상이상의 C종합병원, E종합병원, G종합병원) 간호사 457명으로 2011년 7월 4일부터 7월 29일까지 조사하였다. 수집된 자료는 n (%), t-test, ANOVA, Scheffe test, Pearson's Correlation Coefficient 및 multiple regression analysis로 분석하였다(SPSS 18.0). 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 직무스트레스는 평균 171.5점, 자아존중감은 평균 28.9점, 정신건강은 평균 76.1점으로 나타났다. 둘째, 대상자의 정신건강은 결혼유무, 교육수준, 근무병동, 근무형태에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 셋째, 정신건강은 직무스트레스($r=.32, p<.001$) 및 자아존중감($r=-.63, p<.001$)과 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 넷째, 정신건강에 영향을 미치는 요인은 직무스트레스의 하부영역에서 직무자율성 결여, 업무량과중, 부적절한 대우와 보상, 대인관계 문제, 그리고 자아존중감과 일반적 특성에서 근무형태(3교대)로 확인되었으며, 42.2%의 설명력을 나타냈다. 결론적으로 본 연구는 간호사의 정신건강관련 요인으로 직무스트레스와 자아존중감의 역할을 실증적으로 확인하였다는 점에서 의의를 찾을 수 있다. 따라서 간호사의 정신건강 문제 예방 및 증재를 위한 프로그램 개발에 기초자료를 제공하고자한다.

■ 중심어 : | 간호사 | 직무스트레스 | 자아존중감 | 정신건강 |

Abstract

Purpose: The purpose of this study was to identify the relationship of occupational stress, self esteem and mental health in nurses. Methods: The data were collected using questionnaire from the sample of 457 nurses selected by convenient sampling. The data were collected from July 4 to 29, 2011. The collected data was analyzed by the descriptive statistics, t-test, ANOVA, Scheffe, Pearson correlation coefficient and stepwise multiple regression(SPSS 18.0). Results: Mental health differed according to marital status, educational level, working unit and shift work. Mental health had a significant positive correlation with occupational stress and a significant negative correlation with self esteem. Stepwise multiple regression analysis showed insufficient occupational control, work overload, inappropriate treats and reward, interpersonal relation in occupational stress, self esteem, shift work(3 shift) explained 42.2% of the total variance in mental health. Conclusion: The findings indicate that occupational stress and self esteem have an influence on mental health. We need to develop and provide intervention programs to prevent and manage nurse's mental health problems.

■ keyword : | Nurses | Occupational Stress | Self Esteem | Mental Health |

1. 서론

1. 연구의 필요성

정신건강은 갈등상황을 합리적으로 해결하며 환경적 스트레스와 심리적 문제에 효율적으로 대처하는 일관된 능력으로 직무로 인한 스트레스는 정신건강과 상호작용을 한다[1]. 간호사는 환자를 대상으로 인간의 기본 간호에서부터 높은 수준의 판단을 요하는 특수간호에 이르기 까지 포괄적이고 숙련된 간호가 요구되므로[2], 직무로 인한 스트레스가 높아[3], 우울, 불안, 강박, 신경증과 같은 정신건강 문제가 발생할 수 있다[1][4][5]. 정신건강은 정신적인 질병에 걸리지 않았거나 정신적으로 허약하지 않은 상태뿐만 아니라 개인의 신체적·정신적·사회적 기능이 최적의 상태로 발휘하는 것으로[6], 환경적 요인인 직무스트레스[3]와 심리적 요인인 자아존중감도 정신건강에 영향을 미칠 것으로 생각된다.

자아존중감은 자신에 대해 부정적 혹은 긍정적 평가로서 자신을 존중하며 가치가 있다고 믿는 정도로 Rosenberg[7], 높은 자아존중감은 건강한 행동 및 적응과 관련이 있어 스트레스 상황에 효율적으로 대처하고, 자아존중감이 낮은 경우 확신이 부족하여 의존적이며 불안, 우울, 적대감과 같은 정신건강 문제를 나타낸다[8].

간호사의 정신건강은 환경적 요인과 사회심리적 요인의 영향을 복합적으로 받는 것으로 상호관계 속에서 연구되어야 하지만 기존의 연구는 직무스트레스[3], 직무스트레스와 직무 만족[9], 직무스트레스 영향 요인[10], 직무스트레스에 대한 대처[2], 직무스트레스와 우울[1], 직무 스트레스와 피로 및 분노[4], 자아존중감[8], 심리적 요인[6]등의 변수와의 관련성에서 독립적인 연관성을 제시하였으며, 직무스트레스의 하부요인이 정신건강에 미치는 영향력을 구체적으로 파악한 연구는 미비하였다.

따라서 본 연구에서는 환경적 요인인 직무스트레스와 심리적 요인인 자아존중감이 정신건강에 미치는 영향을 파악하였다. 특히 직무스트레스의 어떤 하부요인이 정신건강에 더 영향을 미치는지 파악함으로써 간호사의 정신건강에 대한 이해를 높이고, 정신건강 문제 예방 및 중재를 위한 프로그램 개발에 기초자료를 제공

하고자한다.

2. 연구의 목적

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 직무스트레스, 자아존중감, 정신건강 수준을 파악한다.
- 2) 대상자의 일반적 특성에 따른 직무스트레스, 자아존중감, 정신건강을 파악한다.
- 3) 대상자의 직무스트레스, 자아존중감, 정신건강과의 관계를 파악한다.
- 4) 대상자의 직무스트레스, 자아존중감이 정신건강에 미치는 영향을 파악한다.

II. 연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 간호사의 직무스트레스, 자아존중감이 정신건강에 미치는 영향을 파악하는 서술적 조사 연구이다.

2. 대상자

본 연구 대상은 임상 간호사로 D시에 소재한 3개 종합병원(600병상이상의 C종합병원, E종합병원, G종합병원)에서 조사하였다. 대상자수는 유의수준(α)=.05, 회귀분석의 중간효과 크기인 .15, 검정력(1- β)은 .80으로 선정하였을 때 382명의 대상자가 요구되었으며[11], 본 연구의 대상자수는 457명이다.

3. 연구도구

3.1 직무스트레스

구미옥과 김매자[12]가 개발한 자기 보고형 측정도구를 기초로 배인숙[13]이 수정 보완한 도구를 사용하였다. 구성내용은 업무량 과중(7문항), 전문지식과 기술부족(5문항), 전문직으로서 역할갈등(7문항), 대인관계(4문항), 업무상 갈등(5문항), 직무자율성 결여(5문항), 부적절한 대우와 보상(5문항), 동료 갈등(4문항), 업무의 책임(3문항), 익숙치 않은 상황(7문항) 총 10개 하부영역으로 총 52항목으로 구성되었다. 본 도구는 “전혀 느

까지 않는다'(1점), '약간 느낀다'(2점), '보통 느낀다'(3점), '심하게 느낀다'(4점), '아주 심하게 느낀다'(5점)의 5점 척도로, 최저 52점에서 최고 260점으로 점수가 높을수록 직무스트레스가 높음을 의미한다. 개발당시 측정도구의 신뢰도는 구미옥과 김매자[12]의 연구에서 Cronbach's α = .94이었고, 배인숙[13]의 연구에서 Cronbach's α = .95이었으며, 본 연구에서 Cronbach's α = .97이었다.

3.2 자아존중감

자아존중감 측정도구는 Rosenberg[7]가 개발하고 전병재[14]가 번안하고 도구의 신뢰도와 타당도 검증을 거친 자아존중감 척도(Self-esteem Scale; SES)를 사용하였다. 총 10개 문항으로, 5개의 긍정적인 문항과 5개의 부정적인 문항으로 구성되어 있으며, 부정형 문항은 역으로 환산하였다. 본 도구는 '거의 그렇지 않다'(1점), '그렇지 않다'(2점), '보통 그렇다'(3점), '항상 그렇다'(4점)의 4점 척도로, 최저 10점에서 최고 40점으로 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다. 측정도구의 신뢰도는 전병재[14]의 연구에서 Cronbach's α = .89로 나타났으며, 본 연구의 Cronbach's α = .85이었다.

3.3 정신건강

Derogatis[15]가 개발한 자가보고식 정신건강 평가척도로 다차원적인 정신과적 임상증상을 포함한 척도로, 김재환과 김광일[16]이 재표준화한 간이정신 진단검사(Symptom Check List-90-Revision, SCL-90-R)를 사용하였다. 구성내용은 신체화(12문항), 강박증(9문항), 대인예민성(9문항), 우울(13문항), 불안(10문항), 적대감(6문항), 공포불안(7문항), 편집증(6문항), 정신증(10문항) 및 부가 문항을 합하여 9개 하부영역으로 구성된 총 90개 문항으로 이루어진 자가보고 척도이다. 본 도구는 '전혀 없다'(0점), '약간 있다'(1점), '웬만큼 있다'(2점), '꽤 심하다'(3점), '아주 심하다'(4점)의 5점 척도로, 최저 0점에서 최고 360점으로 점수가 높을수록 정신건강 문제가 많아 심리적으로 부적응임을 의미한다. 김재환과 김광일[16]의 연구에서 Cronbach's α = .73~.83이었고, 본 연구에서 Cronbach's α = .98로 나타났다.

4. 자료수집방법

본 연구의 자료수집기간은 2011년 7월 4일부터 7월 29일까지였으며, D시에 소재한 종합병원 간호부 책임자에게 전화로 연구의 목적과 취지를 설명하였으며, 연구 참여를 허락한 3군데 종합병원을 방문하였다. 간호부에 모인 수간호사에게 연구자가 연구의 목적을 설명하고 동의를 구하였으며, 수간호사가 병동 간호사들에게 연구목적과 기재요령, 윤리에 관한 제반 사항을 설명하였다. 즉, 대상자의 익명성을 유지하고 수집된 자료는 연구이외의 목적으로는 사용하지 않으며, 연구 참여를 언제라도 중단할 수 있음을 설명하였고, 연구의 목적을 이해하고 연구에 자발적으로 참여한 간호사에게 서면동의를 받았다. 이러한 과정을 연구자가 직접 대상자에게 설명하지 못한 제한점이 있다. 본 연구 설문지는 자가보고 형식으로 일반적 특성, 직무스트레스, 자아존중감 및 정신건강을 설문 조사하였다. 배부한 522부 중 486부(93.1%)가 회수되었고, 회수된 설문지 중 무응답, 불성실한 응답을 한 설문지 29부를 제외한 최종적으로 457부(87.5%)를 본 연구의 자료로 분석하였다.

5. 자료 분석

자료 분석은 SPSS 18.0 Program을 이용하였다.

- 1) 대상자의 직무스트레스, 자아존중감, 정신건강은 평균과 표준편차를 구하였다.
- 2) 대상자의 일반적 특성에 따른 직무스트레스, 자아존중감, 정신건강은 t-test, ANOVA 및 Scheffe's 사후 검정으로 분석하였다
- 3) 대상자의 직무스트레스, 자아존중감, 정신건강 관계는 Pearson correlation coefficient로 분석하였다.
- 4) 대상자의 정신건강에 영향을 미치는 요인은 단계적 다변량 회귀분석(stepwise multiple regression analysis)으로 파악하였다.

III. 연구결과

1. 대상자의 직무스트레스, 자아존중감, 정신건강
대상자의 직무스트레스는 평균 171.5점, 자아존중감

은 평균 28.9점, 정신건강은 평균 76.1점이었다[표 1].

2. 대상자의 일반적 특성에 따른 직무스트레스, 자아존중감, 정신건강

대상자 직무스트레스는 근무병동(F=7.61, $p<.001$), 근무형태(F=14.38, $p<.001$)에 따라 유의한 차이가 있었다. 사후검정결과 응급실, 중환자실 간호사가 외래간호사 보다, 3교대근무가 고정근무보다 직무스트레스가 높은 것으로 나타났다.

대상자 자아존중감은 경력(F=8.10, $p<.001$), 근무병동(F=4.58, $p<.001$), 근무형태(F=8.02, $p<.001$)에 따라 유의한 차이가 있었다. 사후검정결과 10년 이상 간호사가 1년 ~ 3년 미만보다, 중환자실 간호사가 외과병동 간호사 보다, 고정근무 간호사가 3교대 근무보다 자아존중감이 높은 것으로 나타났다.

대상자 정신건강은 결혼상태($t=-2.62$, $p=.009$), 교육수준(F=7.96, $p<.001$), 근무병동(F=2.80, $p=.011$), 근무형태(F=9.64, $p<.001$)에 따라 유의한 차이가 있었다.

사후검정결과 전문대졸, 대학교졸이 대학원졸업 보다, 응급실, 중환자실 간호사가 외래간호사 보다, 2, 3교

대근무가 고정근무보다 정신건강 점수가 높은 것으로 나타났다[표 2].

3. 대상자의 직무스트레스, 자아존중감과 정신건강간의 상관관계

대상자 정신건강은 직무스트레스($r=.32$, $p<.001$)와 정적으로 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 직무스트레스 하부영역에서 업무량 과중($r=.24$, $p<.001$), 전문지식과 기술부족($r=.25$, $p<.001$), 전문직으로서 역할갈등($r=.26$, $p<.001$), 대인관계 문제($r=.31$, $p<.001$), 업무상 갈등($r=.25$, $p<.001$), 직무자율성 결여($r=.27$, $p<.001$), 부적절한 대우와 보상($r=.14$, $p=.002$), 동료 갈등($r=.26$, $p<.001$), 업무외 책임($r=.23$, $p=.003$), 익숙치 않은 상황($r=.33$, $p<.001$)에서 정신건강과 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 직무스트레스와 정신건강은 양의 상관성이 있는 것으로 나타났다.

대상자 정신건강은 자아존중감($r=-.63$, $p<.001$)과 부적으로 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 자아존중감과 정신건강은 음의 상관성이 있는 것으로 나타났다[표 3].

표 1. 대상자의 직무스트레스, 자아존중감, 정신건강 (N=457)

변수	총점 M±SD	가능한 범위	취득한 범위	M±SD
직무스트레스(52문항)	171.5±32.63	52~260	91~260	3.2±.61
업무량 과중(7문항)	24.7±4.71	7~35	10~35	3.5±.67
전문지식과 기술부족(5문항)	16.4±3.99	5~25	8~25	3.3±.69
전문직으로서 역할갈등(7문항)	23.3±4.90	7~35	10~35	3.2±.79
대인관계(4문항)	12.6±3.40	4~20	4~20	3.1±.85
업무상 갈등(5문항)	17.3±4.32	5~25	5~25	3.4±.86
직무자율성 결여(5문항)	16.1±3.89	5~25	5~25	3.2±.77
부적절한 대우와 보상(5문항)	16.7±3.98	5~25	5~25	3.3±.79
동료 갈등(4문항)	12.6±3.72	4~20	4~20	3.1±.93
업무외 책임(3문항)	9.7±2.50	3~15	3~15	3.2±.83
익숙치 않은 상황(7문항)	22.1±4.80	7~35	9~35	3.1±.68
자아존중감(10문항)	28.9±3.90	10~40	16~37	
정신건강(90문항)	76.1±55.54	0~360	7~270	0.7±.59
신체화(12문항)	10.9±8.52	0~48	0~36	0.8±.70
강박증(9문항)	10.1±6.04	0~36	0~30	0.8±.74
대인예민성(9문항)	8.7±6.15	0~36	0~27	0.8±.72
우울(13문항)	13.7±9.80	0~52	0~48	0.9±.80
불안(10문항)	8.3±7.13	0~40	0~31	0.7±.73
적대감(6문항)	4.7±3.85	0~24	0~19	0.7±.64
공포불안(7문항)	3.1±4.13	0~28	0~21	0.4±.60
편집증(6문항)	3.7±3.42	0~24	0~17	0.6±.68
정신증(10문항)	5.5±6.15	0~40	0~31	0.5±.64
부기문항(8문항)	3.4±3.23	0~32	0~22	0.4±.72

표 2. 대상자의 일반적 특성에 따른 정신건강 (N=457)

변수	n (%)	M±SD	직무스트레스		자아존중감		정신건강		
			M±SD	t / F (p) Scheffe	M±SD	t / F (p) Scheffe	M±SD	t / F (p) Scheffe	
연령	25세 이하	200 (43.8)	26.9±4.68	173.8±32.34		28.3±4.03		83.8±59.28	
	26-30세	166 (36.3)		167.6±33.91	1.36	29.2±3.88	2.47	69.8±52.67	2.34
	31-35세	61 (13.3)		172.1±31.10	(.253)	29.5±2.91	(.068)	69.7±52.38	(.073)
	36세 이상	30 (6.6)		176.2±29.53		28.5±4.06		71.4±46.86	
결혼상태	결혼	115 (25.2)		168.0±28.60	-1.32	30.2±3.81	1.10	64.4±50.47	-2.62
	미혼	342 (74.8)		172.6±33.83	(.189)	29.6±3.84	(.205)	79.9±56.67	(.009)
교육수준	전문대 졸업 ¹	346 (75.7)		179.3±26.73	2.96	28.9±4.01	1.91	76.9±56.65	7.96
	대학교 졸업 ²	105 (23.0)		169.2±34.09	(.102)	29.1±3.56	(.149)	75.7±52.33	(<.001)
	대학원 졸업 ³	6 (1.3)		167.7±19.52		32.0±1.18		29.3±16.93	1,2)3
경력(년)	1년 ~ 3년 미만 ¹	174 (38.1)		171.1±33.24		27.9±3.46		83.0±61.70	
	3년 ~ 5년 미만 ²	113 (24.7)		174.4±35.41	1.50	28.2±3.56	8.10	77.3±49.99	2.30
	5년 ~ 10년 미만 ³	117 (25.6)		166.9±27.40	(.214)	28.6±4.18	4)1	66.1±50.53	(.077)
	10년 이상 ⁴	53 (11.6)		176.5±34.55		29.3±3.81		72.3±53.87	
직위	일반 간호사 ¹	403 (88.2)		171.2±32.53	1.41	171.2±32.53	1.53	76.5±57.04	1.02
	책임 간호사 ²	34 (7.4)		168.4±36.07	(.246)	168.4±36.07	(.217)	64.8±41.43	(.363)
	수간호사 ³	20 (4.4)		182.9±27.45		182.9±27.45		85.8±43.50	
근무병동	특수 병동	응급실 ¹	45 (9.8)	181.0±27.92		28.9±3.96		87.2±50.56	
		중환자실 ²	62 (13.6)	182.2±26.82		30.6±3.37		91.5±59.20	
		수술실 ³	51 (11.2)	175.9±37.42	7.61	29.3±3.89	4.58	75.6±59.13	2.80
	일반 병동	내과병동 ⁴	75 (16.4)	169.8±25.90	1,2)7	29.8±2.92	2)5	77.5±59.72	(.011)
		외과병동 ⁵	80 (17.5)	169.7±37.49		27.1±4.08		76.8±56.68	1,2)7
		소아과병동 ⁶	63 (13.8)	161.2±26.31		28.1±4.53		79.9±54.83	
		외래 ⁷	81 (17.7)	150.2±31.05		29.5±3.72		56.7±42.66	
근무형태	고정근무 ¹	97 (21.2)		154.0±31.17	14.38	30.3±3.79	8.02	54.9±39.51	9.64
	2교대 ²	65 (14.2)		167.6±34.48	(<.001)	29.3±3.88	(<.001)	76.2±57.47	(<.001)
	3교대 ³	295 (64.6)		176.6±30.88	3)1	28.5±3.85	1)3	82.9±57.98	2,3)1

표 3. 대상자의 직무스트레스, 자아존중감과 정신건강간의 상관관계 (N=457)

변수	정신건강 r (p)
직무스트레스	.32 (<.001)
업무량 과중	.24 (<.001)
전문지식과 기술부족	.25 (<.001)
전문직으로서 역할갈등	.26 (<.001)
대인관계 문제	.31 (<.001)
업무상 갈등	.25 (<.001)
직무자율성 결여	.27 (<.001)
부적절한 대우와 보상	.14 (.002)
동료 갈등	.26 (<.001)
업무외 책임	.23 (<.001)
익숙치 않은 상황	.33 (<.001)
자아존중감	-.63 (<.001)

4. 대상자의 정신건강에 영향을 미치는 요인

대상자 정신건강에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 직무스트레스 하부요인인 업무량 과중, 전문지식

과 기술부족, 전문직으로서 역할갈등, 대인관계, 업무상 갈등, 직무자율성 결여, 부적절한 대우와 보상, 동료 갈등, 업무외 책임, 익숙치 않은 상황과 자아존중감, 일반적 특성에서 정신건강에 유의한 차이를 보인 변수(결혼 유무, 교육정도, 근무병동, 근무형태)를 독립변수로 하여 단계적 다변량 회귀분석을 수행하였으며, 일반적 특성에서 유의한 차이를 보인 변수 중 명목척도는 더미변수로 전환하였다.

회귀분석의 가정을 검정한 결과 모두 충족하는 것으로 나타났다. 다중공선성 진단결과, 공차한계(tolerance)가 .795~.954로 다중공선성의 문제는 없는 것으로 나타났다. Durbin-Watson 검정을 통해 잔차분석 결과 1.769로 2에 가까워 모형의 오차항간에 자기 상관성이 없는 것으로 나타났다. 정신건강에 영향을 미치는 유의한 요인들 간의 상관관계도 .63이상인 설명변수는 없어 독립변수 간 서로 독립적이며, 잔차분석 결과 모형의선

형성, 오차항의 정규분포성, 등분산성의 가정을 만족하는 것으로 나타났다

따라서 회귀모형을 분석한 결과 회귀모형이 유의한 것으로 나타났으며($F=167.31, p<.001$), 모형의 설명력은 42.2%였다.

정신건강에 영향을 미치는 요인은 직무스트레스 하부영역에서 직무자율성 결여($\beta=.18, t=4.86, p<.001$), 업무량 과중($\beta=.14, t=2.55, p=.013$), 부적절한 대우와 보상($\beta=.13, t=2.24, p=.026$), 대인관계 문제($\beta=.12, t=2.14, p=.033$), 자아존중감($\beta=-.60, t=-16.74, p<.001$), 일반적 특성에서 근무형태(3교대)($\beta=.13, t=2.28, p=.023$)로 나타났다[표 4].

표 4. 대상자의 정신건강에 영향을 미치는 요인 (N=457)

변수	정신건강		
	β	t	p
직무스트레스			
직무자율성 결여	.18	4.86	<.001
업무량과중	.14	2.55	.013
부적절한 대우와 보상	.13	2.24	.026
대인관계 문제	.12	2.14	.033
자아존중감	-.60	-16.74	<.001
근무형태(3교대)	.13	2.28	.023
$R^2 =.422, F=167.31, p<.001$			
더미처리 변수(기준): 결혼유무(기혼), 교육정도(전문대졸업), 근무병동(응급실, 근무형태(교정근무))			

IV. 결론 및 논의

본 연구에서 직무스트레스 평균은 171.5점으로 중간 이상으로 나타났으며, 응급실과 중환자실 간호사의 직무스트레스가 외래 간호사보다 높은 것으로 나타났다.

이미숙[17]의 연구에서 직무스트레스 평균은 169.2점으로 본 연구와 유사한 결과를 나타내었다. 이경미[18]의 연구에서는 응급실 간호사의 직무스트레스가 높은 것으로 나타났고, 박형숙, 강은희[2]의 연구에서는 중환자실 간호사의 직무스트레스가 높은 것으로 나타났나, 본연구와 유사한 결과를 나타내었다. 이는 응급실이나 중환자실 같은 고도의 긴장과 변화가 심한 임상에서 직무스트레스는 더욱 중요한 문제임을 의미하며, 응급실

이나 중환자실간호사의 직무 스트레스를 줄이기 위해 조직차원에서의 효율적인 업무체계 확립이 필요하다.

본 연구에서 자아존중감 평균은 28.9점으로 중간정도로 나타났으며, 중환자실 간호사의 자아존중감이 외과 병동 간호사보다 높은 것으로 나타났다.

편미수[19]의 연구에서 특수병동 및 내·외과 병동 간호사의 자아존중감 평균은 28.3점으로 본 연구와 유사한 결과를 나타내었으며, 중환자실 간호사의 자아존중감 31.9점[20], 암병동 간호사의 자아존중감은 30.3점[21]으로 중환자실이나 암병동과 같은 특수병동 간호사의 자아존중감이 높은 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 특수병동 간호사는 직무에 대해 가치를 부여하게 되어 직무를 통해 성취감을 얻고 이를 통해 자아존중감이 높게[22]나타난 것으로 생각된다.

본 연구에서 정신건강 총점 평균은 76.1점으로 나타났으며, 하부요인 중 우울이 문항평균 0.9점으로 가장 높은 것으로 나타났다. 윤현숙[6]의 연구에서는 신체화가 문항평균 2.97점으로 가장 높은 것으로 나타났으며, 홍정민[23]의 연구에서는 강박증이 문항 평균 0.85점으로 가장 높은 것으로 나타났다. 이와 같은 다양한 결과는 윤현숙[6]의 연구에서는 본 연구와 달리 1점에서 5점까지의 5점 척도를 이용하여 측정하여 나타난 결과이고, 홍정민[23]의 연구에서는 본 연구와 같이 0점에서 4점까지의 5점 척도를 이용하였으나, 본 연구와는 다른 결과를 나타내었다. 이는 간호사를 대상으로 한 정신건강을 측정하기 위한 표준화된 도구의 적용 미비에서 기인한 것으로 파악된다. 이에 표준화된 도구의 적용이 필요하며, 간호사를 대상으로 동일도구를 사용하여 총점평균으로 결과를 나타낸 연구가 미비하여 본 연구와 비교하기에 제한점이 있었다. 이에 동일도구를 사용하여 연구지역을 확대한 반복연구가 필요하다.

이미숙[17]의 연구에서 간호사의 우울경향은 11.2%, 우울증은 5.7%, 중증 우울은 4.6%로 5명중 1명이상에서 우울증상이 있는 것으로 보고되어 간호사들의 우울이 심각한 것으로 나타나, 본 연구의 결과를 지지하였다. 대상자의 주 간호제공자인 간호사의 우울은 간호업무 수행 능력 및 간호의 질에도 영향을 미칠 수 있을 것으로 생각된다.

본 연구에서 정신건강 점수는 응급실, 중환자실 간호사가 높은 것으로 나타났다. 윤현숙[6]의 연구에서 일반 병동 보다 응급실이나 중환자실 간호사의 정신건강 점수가 1.45배 높은 것으로 나타나 본 연구와 유사한 결과를 나타내었다. 이는 응급실이나 중환자실의 간호사는 응급상황에 직면한 환자를 대상으로 포괄적이고 숙련된 간호 제공이 요구되고 긴장되어 있는 보호자 관리, 열악한 근무 조건과 환경 등으로 인하여 높은 직무 스트레스[2]가 정신 건강에 부정적인 영향을 미친 것으로 생각된다.

본 연구에서 정신건강은 직무스트레스가 높을수록, 자아존중감이 낮을수록 정신건강 점수가 높아 정신건강과 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 정신건강에 대한 유의한 예측요인은 직무스트레스 하부요인에서 직무자율성 결여, 업무량과중, 부적절한 대우와 보상, 대인관계 문제, 자아존중감 그리고 일반적 특성에서 근무형태(3교대)로 나타났다.

직무스트레스는 정신건강에 직접적인 영향요인이며 [1][24], 직무 자율성과 직무요구도가 우울에 영향을 미치며 동료의 지지도를 포함하여 우울에 37.8%의 설명력이 있는 것으로 나타났다[6]. Fania, Karen, Frank, van Dijk and Judith[1]은 직무에 대한 자율성이 정신건강에 긍정적으로 작용하며, 직무자율성이 낮을수록[6], 업무량이 과중 할수록[16] 정신건강 점수가 높아 정신건강 문제가 발생하는 것으로 나타나, 본 연구와 유사한 결과를 나타내었다.

간호사들의 부적절한 대우와 보상 문제에 대한 제도적 개선이 필요하며, 간호사들의 과중한 업무는 직무스트레스 원인이 되므로 근무조건 개선을 위해 적절한 보조인력 확보가 필요하다. 원만한 인간관계는 효율적으로 직무를 수행하게 되며 반면 대인관계 문제로 인한 동료 및 직원과의 갈등은 직무스트레스를 가중시켜[25] 정신건강에 영향을 미치는 것으로 생각된다.

자아존중감이 낮을수록 불안수준이 높고[19], 스트레스가 증가[6]하는 것으로 나타나 본 연구의 결과를 지지하였다. 자아존중감은 간호사의 직무 만족도 및 정신건강에 영향을 주는 개념으로 긍정적인 자아존중감과 정신건강은 효율적인 업무수행과 환자에게 유익을 주

게 되므로[17], 본 연구에서 자아존중감이 낮은 경력이 1년 ~ 3년 미만, 외과병동, 3교대 근무간호사를 대상으로 자아존중감 향상 프로그램 적용이 필요하다.

교대근무는 일주기리듬(circadian rhythm)을 교란시키고 수면에 영향을 주어 건강을 해치고 일상생활에 지장을 주며[22], 3교대근무자는 고정근무자 보다 직무스트레스가 높고[26], 높은 직무스트레스는 정신건강에 부정적인 영향[1]을 미치는 것으로 나타나, 교대근무가 정신건강의 영향요인으로 나타난 본 연구의 결과를 지지하였다.

이러한 일련의 선행 연구결과와 본 연구결과는 정신건강이 개인의 심리적 기능이지만 결국 사회적 대인관계에서 나타나기 때문에 간호사의 정신건강을 이해하기 위해서는 환경적 요인인 직무스트레스와 심리적 요인인 자아존중감을 고려하는 것이 필요한 것으로 해석할 수 있다. 특히 간호사의 직무스트레스가 높고 직무스트레스는 정신건강에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 본 연구결과에 근거하여 간호사의 정신건강 문제에 대한 예방과 관리를 위한 중재프로그램의 개발 및 적용이 필요함을 제언한다.

본 연구는 간이정신진단도구인 SCL-90-R을 사용하여 정신건강이상자를 선별하지 않고 정상범위내의 점수를 가진 대상자들에게 적용함으로써 취득 점수 및 표준편차의 범위가 매우 넓게 나타난 제한점이 있다. 또한 정상범위내의 점수를 가진 대상자들에 대하여 정신건강이 더 좋거나 나쁜 것으로 설명한 제한점이 있다. 이에 SCL-90-R을 사용하여 정신건강이상자를 선별하여, 집단별 차이를 비교하는 추후연구가 필요함을 제언한다.

참고 문헌

- [1] R. G. Fania, N. Karen, J. H. Frank, van Dijk, and K. S. Judith, "The impact of common mental disorders on the work functioning of nurses and allied health professionals: A systematic review," *International Journal of Nursing*

- Studies, Vol.47, pp.1047-1061, 2010.
- [2] 박형숙, 강은희, “중환자실 간호사의 직무 스트레스와 대처에 관한 연구”, 대한간호학회지, 제37권, 제5호, pp.810-821, 2007.
- [3] H. Wu, T. S. Chi, L. Chen, L. Wang, and Y. P. Jin, “Occupational stress among hospital nurses: Cross-sectional survey,” *Journal of Advanced Nursing*, Vol.66, pp.627-634, 2010.
- [4] 이원희, 김춘자, “임상간호사의 우울과 지각된 스트레스, 피로 및 분노간의 관계”, 대한간호학회지, 제36권, 제6호, pp.925-932, 2006.
- [5] J. Wieclaw, E. Agerbo, M. P. Bo, H. Burr, F. Tuchsén, and J. Bonde, “Psychosocial working conditions and the risk of depression and anxiety disorders in the Danish workforce,” *BMC Public Health*, Vol.8, p.280, 2008.
- [6] 윤현숙, *대학병원 간호사의 직무스트레스와 사회심리적 요인이 정신건강에 미치는 영향*, 충남대학교 대학원 석사학위논문, 2007.
- [7] M. Rosenberg, *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965.
- [8] A. Martens, J. Greenberg, and J. B. Allen, “Self-esteem and autonomic physiology: Parallels between self-esteem and cardiac vagal tone as buffers of threat,” *Personality and Social Psychology Review*, Vol.12, pp.370-389, 2008.
- [9] 송인숙, *임상간호사의 직무스트레스와 성격특성 및 직무만족, 건강상태의 관계에 관한 연구*, 중앙대학교 대학원 석사학위논문, 2007.
- [10] 한금선, 김남신, 김정화, 이광미, “임상 간호사의 스트레스 증상에 영향을 미치는 요인”, 대한간호학회지, 제34권, 제7호, pp.1307-1314, 2004.
- [11] J. Cohen, *Statistical power analysis for the behavioral science (2nd ed.)*. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, 1988.
- [12] 구미옥, 김매자, “임상간호원의 업무 스트레스에 관한 분석적 연구”, 대한간호학회지, 제15권, 제3호, pp.39-49, 1984.
- [13] 배인숙, *암병동에 근무하는 간호사의 업무 스트레스에 관한 연구*, 한양대학교 대학원 석사학위논문, 1996.
- [14] 전병재, “Self-esteem: A test of its measurability”, *연세논총*, 제11권, pp.107-130, 1974.
- [15] 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.
- [16] 김재환, 김광일, “간이신경진단검사(SCL-90-R)의 한국판 표준화연구 III”, *정신건강연구*, 제2권, pp.278-311, 1984.
- [17] 이미숙, *임상간호사들의 직무스트레스와 우울과의 관련성*, 조선대학교 대학원 석사학위논문, 2004.
- [18] 이경미, *응급실 간호사의 업무 스트레스와 피로 및 직무만족도 관계연구*, 전남대학교 대학원 석사학위논문, 2003.
- [19] 편미수, *간호사의 대인불안, 자아존중감, 이직의 도와의 관계*, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 2010.
- [20] 조용애, *중환자실 간호사를 위한 자기주장훈련 프로그램의 효과*, 서울대학교 대학원 석사학위논문, 2009.
- [21] 이강오, 윤현정, “암환자를 돌보는 간호사의 자아존중감, 영적 안녕, 우울 및 삶의 질과의 상관관계”, *조선대학교 의대 논문집*, 제31권, 제2호, pp.85-99, 2006.
- [22] T. H. Monk, Shift work. In M. H. Kryger, T. Roth, & W. C. Dement (Ed.), *Principles and practice of sleep medicine*(pp.471-475), Philadelphia, PA: W. B. Saunders, 1994.
- [23] 홍정민, *일개 지역 간호사의 과민성 장 증후군과 삶의 질 및 정신건강과의 관계*, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 2005.

- [24] 이연수, 직무 스트레스와 정신건강의 관련성 연구, 연세대학교 대학원 석사학위논문, 2000.
- [25] H. Tova, F. Miri, and G. Vered, "Leadership style and choice of strategy in conflict management among israeli nurse managers in general hospitals," Journal of Nursing Management, Vol.13, pp.137-146, 2005.
- [26] 최정실, 박승미, "의료기관 종별 간호사의 업무 스트레스, 강인성과 소진비교", 한국콘텐츠학회 논문지, 제12권, 제3호, pp.251-259, 2012.

저 자 소 개

이 혜 순(Hea-Shoon Lee)

정회원



- 1988년 : 고려대학교 의과대학 간호학과(학사)
 - 1996년 : 이화여자대학교 간호학과(석사)
 - 2007년 : 이화여자대학교 간호학과(박사)
 - 2013년 ~ 현재 : 한남대학교 간호학과 교수
- <관심분야> : 청소년, 스트레스, 학교생활 적응, 자아존중감