

# 간호대학생의 스트레스, 임상실습 스트레스, 대처, 심리적 안녕감에 관한 융합 연구

김은아  
동신대학교 간호학과

## Convergence Study on Stress, Stress of Clinical Practice, Coping, and Psychological well-being in Nursing Students.

Eun-A Kim

Department of Nursing Science, Dongshin University

요 약 본 연구의 목적은 간호대학생의 스트레스, 임상실습 스트레스, 대처, 심리적 안녕감 정도와 그 관계를 파악하여 간호대학생의 성공적인 대학생활 및 추후 간호사 생활을 지속할 수 있는 방안을 확인하고자 시도된 연구이다. 연구 대상은 임상실습을 경험한 간호대학생 242명으로, 자료수집 기간은 2015년 10월부터 11월까지 시행하였으며, 수집된 자료는 SPSS 21.0 program으로 ANOVA, t-test, Pearson correlation coefficient, Multiple regression analysis를 사용하여 분석하였다. 연구 결과 문제에 직면했을 때 문제를 회피하지 않고 직접 해결하고자 할수록, 그리고 스트레스를 적게 받을수록 심리적 안녕감은 증가하며, 심리적 안녕감에 영향을 미치는 주요변수는 문제중심 대처기제( $\beta = .446$ ), 회피중심 대처기제( $\beta = -.301$ ), 스트레스( $\beta = -.281$ )로 설명력은 51.0%로 나타났다 결론적으로 간호대학생들이 스트레스를 회피하기 보다는 이를 직시하고, 스스로 또는 사회적 지지체계를 이용하여 문제해결 방안을 적극적으로 간구하려는 스트레스 관리 전략을 통해 심리적 안녕감의 함양이 이루어질 수 있도록 해야 할 것이다.

주제어 : 간호대학생, 스트레스, 임상실습, 대처, 심리적 안녕감

**Abstract** The purpose of this study was to investigate the stress, clinical practice, coping with the stress, and the degree of psychological well-being of nursing student. A descriptive research study was conducted to confirm successful university life of nursing college students and how to continue their nursing life. The data were collected from questionnaires filled out by 242 nursing students who experienced clinical practice. Data collection was performed from October to November, 2015. The collected data were analyzed by SPSS 21.0 program using ANOVA, t-test, pearson correlation coefficient and multiple regression analysis. As a result of the research, it was found that the psychological well-being increased as the problem faced, the problem was solved directly, and the less stress was applied. Results of the regression analysis showed problem solving coping( $\beta = .446$ ), avoidance coping( $\beta = -.301$ ), and stress( $\beta = -.281$ ), it were explained 51.0%. Therefore, nursing college students should be able to cultivate psychological well-being through a strategy of managing stress to actively ask for solutions to problems through self or social support system.

**Key Words** : Clinical practice, Coping, Nursing students, Psychological well-being, Stress

\*Corresponding Author : Eun-A Kim(eakim@dsu.ac.kr)

Received November 23, 2017

Accepted March 20, 2018

Revised January 26, 2018

Published March 28, 2018

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성

최근 사회적으로 삶에 질에 대한 관심이 증가하면서 인간의 강점, 건강한 발전 등 개인의 사회적 기능에 대한 개념인 심리적 안녕감에 대한 연구들이 이어지고 있다 [1-9]. 심리적 안녕감이란 개인의 삶의 질의 구성하는 심리적 측면으로 사회의 구성원으로서 개인이 얼마나 잘 기능하고 있는가의 기준으로 삼을 수 있는 지표[10]라 할 수 있다. 특히 고등학교에서의 수동적인 생활에서 벗어나 대학에 입학한 대학생의 경우 자신의 삶을 주체적으로 살아야 하며, 자신의 발전 및 사회인으로 적절히 기능을 발휘해야 하며, 이러한 역량들은 심리적 안녕감의 개념과 밀접하게 관련된다[1]. 심리적 안녕감에 관한 선행연구들 중 간호대학생의 스트레스 및 대처기전[3], 자아탄력성[8], 대학생활적응[11,12] 등이 심리적 안녕감과 관계되었다는 간호대학생을 대상으로 한 연구결과와 간호사를 대상으로 간호사의 정신건강 유지[13] 및 건강증진 행위[14] 등에 심리적 안녕감이 영향을 주는 요인이 밝혀졌다. 즉 심리적 안녕감은 건강한 대학생활 및 간호사로서 직업을 지속할 수 있는 주요 역량 중의 하나가 될 수 있을 것으로 사료된다.

2017년 우리나라 대학생의 스트레스 원인에 대한 조사에서 학업적 부담이 1위를 차지했고, 장래문제, 경제문제, 인간관계 문제 순으로 보고되었다[15]. 특히 간호학과 학생의 경우 전문적인 지식습득을 위해 타과 학생들에 비해 많은 학점을 이수해야 하고 학업량, 시험, 압박한 과제 제출에 대한 압박감, 학업실패에 대한 두려움, 장시간의 공부 등 다양한 스트레스를 겪고 있는 것이 사실이다 [16]. 이러한 높은 스트레스가 지속되는 경우 불안이나 우울을 경험하게 되고, 이는 신체적·심리적 건강 문제를 유발하게 되어 삶의 질 저하에 영향을 미칠 수 있기에 [1,15], 스트레스라는 변인을 심리적 안녕감과 연계하여 고려할 필요가 있을 것으로 본다.

한편 사회는 간호사라는 직업에 대해 전문 의료인으로서 역할을 요구하고 있는 시점으로, 이러한 전문직으로 역할 준비를 위해 대학에서는 정규 교육과정 동안 실무능력을 준비[17]해야만 하기에, 임상실습의 중요성이 점점 커지고 있고[18] 학생들은 졸업을 위해 1,000시간 이상 수료해야 하는 부담을 지니고 있다. 하지만 실습기간 동안 부여되는 과도한 과제나 업무뿐 아니라 때로는

환자들에게 해를 입힐 가능성이 있는 절차를 수행 시 느끼는 실수에 대한 두려움 등[19]의 스트레스로 인해, 간호대학생들은 건강문제와 심리문제를 경험할 뿐 아니라 전공에 대한 회의감과 학업을 포기하는 경우도 있다[18]. 또한 Jin, Nam과 Kim[20]은 임상실습 스트레스가 지속될 경우 임상실습에 대한 불안과 거부감이 작용하여 학업수행과 개인의 삶에 영향을 미칠 뿐만 아니라 결과적으로 전문적 간호를 수행하는데 있어 큰 장애요소로 작용하는 것으로 보고하고 있다. 즉 임상실습 스트레스는 타과 학생들과 달리 간호대학생에게 반드시 고려해야 할 의미 있는 변수 이기에 본 연구에서 제시한 스트레스라는 변수 외에 추가해야 할 변수로 따로 제시하였다.

스트레스는 신체적·심리적 건강에 많은 영향을 미치는 요인으로, 개인에게 부담스럽지만 에너지와 능력을 통해 자신을 보호하게 한다는 점에서 개인의 성장과정에 항상 존재한다[21]. Lazarus와 Folkman[22]은 스트레스 상황에 대한 개인의 지각, 대처능력에 대한 평가, 실제로 수행된 대처행동이 개인의 적응에 중요한 역할을 한다고 밝혔다. 즉 스트레스 상황에서 개인이 당면한 스트레스를 어떻게 평가하고 대처하는지 그 방식에 따라 적응여부가 결정[18]된다고 볼 수 있으며, Lee[3]에 따르면 대처의 기제와 수준은 심리적 안녕감 수준에 영향을 미치는 것으로 보고되기에, 본 연구에서는 스트레스 및 그 대처의 기제에 따른 심리적 안녕감의 변화정도에 대해서도 다루고자 한다.

한편 우리 사회는 만성질환자 및 노인인구의 지속적인 증가상태로 간호사 부족 문제가 대두되고 있는 실정으로, 국가적 차원에서 간호학과 입학정원을 증원하여 해결하고자 하나[24], 신규간호사의 이직률이 평균 이직률의 두 배 이상 높은 실정으로[25], 아직까지 해결이 어려운 상황이다. 즉 간호학과 졸업생들이 양적으로는 증가하지만 간호사생활을 오랫동안 지속하지 못하는 안타까운 상황이 반복되고 있다는 점이 심각한 문제인 것이다. 따라서 간호대학생들이 대학생활 뿐 아니라 졸업 후 간호사생활 동안에도 스트레스 상황에 적극적으로 대처할 수 있는 심리적 안녕감의 역량함양이 절실하게 필요한 실정이다.

지금까지 간호대학생의 스트레스 및 임상실습 스트레스, 대처에 대한 지속적인 연구가 이루어지고 있으나 이들을 직접적으로 심리적 안녕감과 연계한 연구는 미비한 실정이다. 따라서 임상실습을 경험한 간호대학생들의 스

트레스, 임상실습 스트레스, 대처의 기제 및 심리적 안녕감과 관계와 심리적 안녕감에 나머지 변수들이 어떠한 영향을 주는지 파악하고, 간호대학생이 심리적 안녕감을 함양할 수 방안을 확인하여 간호대학생의 건강하고 성공적인 대학생활 뿐 아니라 추후 간호사 생활을 지속하는데 이바지 하고자 한다.

본 연구의 구체적인 연구목적은 다음과 같다

- 첫째, 간호대학생의 스트레스, 임상실습 스트레스, 대처, 심리적 안녕감 정도를 파악한다
- 둘째, 간호대학생의 일반적 특성에 따른 스트레스, 임상실습 스트레스, 대처, 심리적 안녕감의 차이를 파악한다
- 셋째, 간호대학생의 스트레스, 임상실습 스트레스, 대처 전략, 심리적 안녕감의 관계를 파악한다
- 넷째, 간호대학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향을 확인한다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구설계

본 연구는 간호대학생의 스트레스, 임상실습 스트레스, 대처, 심리적 안녕감의 관계를 파악하고 심리적 안녕감에 영향을 미치는 변수를 확인하기 위한 서술적 조사 연구이다.

### 2.2 연구대상 및 자료수집

본 연구의 대상자는 J지역, G지역 소재의 2개 학교에 재학하는 임상실습을 경험한 3, 4학년 간호대학생으로 편의의 표출하였다. 자료수집기간은 2015년 10월 5일부터 11월 13일 까지로 자가보고식 질문지를 통해 이루어 졌다. 자료 수집을 위해 편의 표집한 학교의 학과장 및 학장에게 본 연구의 목적을 설명하고 허락을 받은 후에, 대상자에게 설문지의 취지와 익명성 및 비밀보장에 관해 설명한 내용을 제시하고, 원하지 않으면 도중에 언제든지 중단할 수 있음을 자세하게 알린 후 연구 참여 동의서에 서명한 대상자에 한하여 설문조사를 실시하였다. 대상자 수는 G\*power 3.1.9 프로그램을 이용하여 다중회귀분석에 필요한 유의수준 ( $\alpha$ )=.05, 효과 크기 .15, 검정력( $1-\beta$ )=.95, 독립변수 9개를 기준으로 했을 때 필요한 최소 표본 수는 166명으로 산출되었다. 본 연구에서는 탈락률을

고려하여 총 247명의 간호대학생을 대상으로 실시하였으며 설문에 응답한 자료 중 적합하지 못한 설문지 5부를 제외하고 총 242부를 분석에 이용하였다.

### 2.3 연구도구

#### 2.3.1 스트레스

스트레스 측정 도구는 Chon, Kim과 Lee[26]가 사용한 대학생용 생활스트레스 척도지를 사용하여 측정하였다. 총 50문항으로 대인관계 스트레스에 해당하는 가족, 친구, 이성, 교수와의 관계와 당면과제 스트레스에 해당하는 장래문제, 가치관문제, 학업문제, 경제문제의 총 8요인으로 구성되어 있으며, Likert 4점 척도(0: '전혀 그렇지 않았다'에서 3: '자주 그렇다')로 점수화하였고, 점수가 높을수록 스트레스가 높음을 의미한다. 간호대학생을 대상으로 한 Lee[27]의 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .91이었고, 본 연구에서는 .95이다.

#### 2.3.2 임상실습 스트레스

임상실습 스트레스 측정 도구는 Kim과 Lee[28]이 사용한 임상실습 스트레스 척도지를 사용하였다. 총 24문항으로 실습교육 환경, 바람직하지 못한 역할모델, 실습 업무 부담, 대인관계 갈등, 환자와의 갈등 등의 문항으로 구성되어 있으며, Likert 5점 척도 (1: '전혀 그렇지 않다'에서 5: '매우 그렇다')로 점수화하였고, 점수가 높을수록 임상실습 스트레스가 높음을 의미한다. Kim과 Lee[28]의 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .91이었고, 본 연구에서는 .93이다.

#### 2.3.3 대처

대처의 측정 도구는 Amir Khan[29]이 개발한 스트레스 대처전략 검사지[Coping Strategy Indicator: CSI]를 Shin[25]이 한국판 스트레스 대처전략 검사지[K-CSI]로 번안한 척도지를 사용하였다. 전체 33문항 3개의 하위영역으로 구성되었으며, 사회적지지 추구, 문제중심 대처, 회피중심 대처로 구성되어 있다. Likert 3점 척도(1: '전혀 하지 않았음'에서 3: '많이 했음')로 점수화하였고, 점수가 높을수록 대처의 사용정도가 높음을 의미한다. Shin[30]의 연구에서 전체 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha = .84$ , 하부요인별 신뢰도는 각각 .90(사회적 지지), .88(문제중심), .67(회피중심) 이었고, 본 연구에서의 전체 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha = .85$ 이며, 하부요인별 신뢰도는 각각 .89

(사회적 지지), .88(문제중심), .64(회피중심)이었다.

### 2.3.4 심리적 안녕감

심리적 안녕감 측정 도구는 Ryff[10]가 개발한 PWBS[Psychological Well-being Scale]를 요인분석 한 Kim, Kim과 Cha[31]의 척도로 전체 문항수는 46문항이었다. 하부 요인은 자율성, 환경에 대한 통제력, 개인적 성장, 삶의 목적, 긍정적 대인관계, 자아수용으로 구성되어 있다. 각 문항은 Likert 4점 척도(0: '전혀 그렇지 않았다' 에서 3: '자주 그렇다')로 점수화하였고, 점수가 높을수록 스트레스가 높음을 의미한다. Kim, Kim과 Cha[31]의 연구에서 각 하위요인의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 각각 .69(자율성), .66(환경통제), .70(개인적 성장), .73(삶의 목적), .72(긍정적 대인관계), .76(자아수용) 이었다. 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha$ 는 각각 Cronbach's  $\alpha$ 는 각각 .74(자율성), .73(환경통제), .75(개인적 성장), .74(삶의 목적), .73(긍정적 대인관계), .78(자아수용)이었다.

### 2.4 자료분석

본 연구의 자료 처리는 통계프로그램 SPSS 21.0 program을 이용하여 일반적 특성은 빈도분석, 일반적 특성에 따른 제 변수는 ANOVA, t-test, 사후검증은 Scheffe's test, 변인 간 상관관계는 Pearson correlation coefficient, 심리적 안녕감을 예측하는 변인은 Multiple regression analysis를 사용하여 분석하였다

## 3. 연구결과

### 3.1 대상자의 스트레스, 임상실습 스트레스, 대처, 심리적 안녕감 정도

대상자의 스트레스는 3점 만점에 평균0.88점( $\pm 0.47$ )이었으며, 학업문제 1.58점( $\pm 0.66$ ), 장래문제 1.30점( $\pm 0.63$ ), 가치관문제 1.02점( $\pm 0.75$ )점 순이었다. 임상실습 스트레스는 5점 만점에 평균 2.97점( $\pm 0.66$ )이었으며, 실습교육 환경 3.50점( $\pm 0.87$ ), 실습업무 부담 3.36점( $\pm 0.86$ ), 바람직하지 못한 역할모델 3.30점( $\pm 0.90$ )순 이었다. 심리적 안녕감은 6점 만점에 평균 3.99점( $\pm 0.57$ )이었으며, 긍정적 대인관계 4.20점( $\pm 0.88$ ), 삶의 목적 4.15점( $\pm 0.75$ ), 개인적 성장 4.11점( $\pm 0.71$ )점 순이었다. 대처기전은 3점 만점에 평균 2.12점( $\pm 0.26$ ), 사회적지지 추구대처 2.25점( $\pm 0.39$ ), 문

제해결중심 대처 2.22점( $\pm 0.39$ ), 회피중심 대처 1.90점( $\pm 0.32$ )순 이었다. Table 1

Table 1. Scores of Nursing Student's Stress, Clinical Practice Stress and Psychological well-being

Category	Variable	M $\pm$ SD
Stress(total)		0.88 $\pm$ 0.47
Stress	Economics	0.83 $\pm$ 0.71
	Lover	0.55 $\pm$ 0.69
	Faculty	0.74 $\pm$ 0.63
	Family	0.65 $\pm$ 0.56
	Future	1.30 $\pm$ 0.63
	Value	1.02 $\pm$ 0.75
	Grade	1.58 $\pm$ 0.66
	Friend	0.37 $\pm$ 0.52
Clinical Practice Stress(total)		2.97 $\pm$ 0.66
Clinical Practice Stress	Practice Conditions	3.50 $\pm$ 0.87
	Undesiable Role	3.30 $\pm$ 0.90
	Burden of Practice Affairs	3.36 $\pm$ 0.86
	Personal Relations Conflict	2.32 $\pm$ 0.76
	Conflict with Patient	2.36 $\pm$ 0.83
Coping(total)		2.12 $\pm$ 0.26
Coping	Social Support Seeking	2.25 $\pm$ 0.39
	Problem Solving	2.22 $\pm$ 0.39
	Avoidance	1.90 $\pm$ 0.32
Psychological well-being(total)		3.99 $\pm$ 0.57
Psychological well-being	Autonomy	3.74 $\pm$ 0.52
	Environmental Matery	3.82 $\pm$ 0.61
	Personal Groth	4.11 $\pm$ 0.71
	Purpose of Life	4.15 $\pm$ 0.75
	Positive Relation	4.20 $\pm$ 0.88
	Self Acceptance	3.90 $\pm$ 0.79

### 3.2 대상자의 일반적 특성에 따른 스트레스, 임상실습 스트레스, 대처, 심리적 안녕감 차이

대상자의 일반적 특성에 따른 스트레스, 임상실습 스트레스, 대처, 심리적 안녕감을 분석한 결과, 임상실습 스트레스에 유의한 차이가 있는 변수는 교수와의 접촉빈도 ( $F=2.798, p=.041$ )이었다. 사후분석 결과, 접촉빈도가 한 학기에 한 번도 없었던 경우가 3회 이상 있었던 경우보다 임상실습 스트레스가 높았다. 심리적 안녕감에 유의한 차이가 있는 변수는 학과지원 동기( $F=2.550, p=.040$ )이었다. 사후분석 결과, 자발적으로 학과를 선택한 군이 취업이 용이해서 학과를 선택한 군 보다 심리적 안녕감이 높았다. Table 2

Table 2. Differences of Stress, Clinical Practice Stress, Coping and Psychological Well-being by general Characteristic (N=242)

Category	Variable	Stress			Clinical Practice Stress			Coping,			Psychological well-being		
		Mean±SD	t/F (p)	Scheffe	Mean±SD	t/F (p)	Scheffe	Mean±SD	t/F (p)	Scheffe	Mean±SD	t/F (p)	Scheffe
Age(yr)	≤ 21	0.89±0.46	0.161 (.922)		3.03±0.63	1.438 (.232)		2.11±0.26	1.545 (.204)		3.97±0.58	0.422 (.738)	
	22	0.86±0.46			2.81±0.71			2.18±0.24			4.00±0.54		
	23	0.85±0.36			2.99±0.80			2.13±0.34			3.89±0.64		
	≥ 24	0.85±0.54			2.92±0.68			2.06±0.27			4.07±0.55		
Grade	3th	0.82±0.49	3.443 (.065)		2.98±0.78	0.056 (.812)		2.11±0.27	0.405 (.525)		4.02±0.62	0.671 (.413)	
	4th	0.93±0.44			2.96±0.55			2.13±0.26			3.96±0.52		
Gender	Male	0.77±0.51	0.651 (.421)		2.93±0.88	0.025 (.873)		2.10±0.19	0.074 (.786)		4.26±0.71	2.440 (.120)	
	Female	0.88±0.46			2.97±0.66			2.12±0.27			3.98±0.56		
Transfer	Yes	0.82±0.51	0.541 (.463)		2.95±0.74	0.024 (.876)		2.08±0.27	0.927 (.337)		4.40±0.44	0.024 (.877)	
	No	0.87±0.46			2.97±0.65			2.13±0.26			3.99±0.59		
Application motivation	Employment <sup>a</sup>	0.96±0.48	1.947 (.103)		3.09±0.60	1.739 (.142)		2.10±0.26	0.492 (.742)		3.83±0.50	2.550 (.040)	d>a
	Grade <sup>b</sup>	1.09±0.65			3.07±0.82			2.14±0.29			3.40±0.58		
	Inducement <sup>c</sup>	0.83±0.40			2.99±0.64			2.12±0.26			3.40±0.54		
	Volunteer <sup>d</sup>	0.83±0.47			2.86±0.70			2.24±0.38			4.11±0.63		
	Others <sup>e</sup>	0.62±0.44			2.61±0.73			2.12±0.26			4.10±0.27		
Contact frequency for interview with professor (semester)	None <sup>a</sup>	0.85±0.41	0.738 (.530)		3.09±0.68	2.797 (.041)	a>d	2.09±0.30	0.747 (.525)		3.92±0.56	2.407 (.068)	
	Once <sup>b</sup>	0.92±0.49			3.02±0.62			2.12±0.24			3.94±0.55		
	Twice <sup>c</sup>	0.85±0.46			2.85±0.69			2.17±0.31			4.05±0.65		
	Beyond third <sup>d</sup>	0.81±0.50			2.71±0.69			2.13±0.26			4.22±0.49		

### 3.3 스트레스, 임상실습 스트레스, 대처 기제, 심리적 안녕감의 상관관계

대상자의 스트레스, 임상실습 스트레스, 대처 기제, 심리적 안녕감 간의 상관관계 분석결과, 대상자의 스트레스는 스는 임상실습 스트레스( $r=.391, p=.000$ ), 회피중심 대처( $r=.200, p=.002$ )와 정 상관관계를, 심리적 안녕감 ( $r=-.430, p=.000$ ), 문제중심 대처( $r=-.185, p=.004$ )와 역 상관관계를 보였다. 심리적 안녕감은 사회적지지 추구대 처 ( $r=.397, p=.000$ ), 문제중심 대처( $r=.537, p=.000$ )와 정 상관관계, 임상실습 스트레스( $r=-.233, p=.000$ ) 회피중심 대처( $r=-.303, p=.000$ )와 역 상관관계를 보였다. 문제중심 대처는 사회적지지 추구대처( $r=.653, p=.000$ )와 정 상관관계를 보였다. Table 3

### 3.4 대상자의 심리적 안녕감에 미치는 요인

심리적 안녕감에 미치는 요인을 확인하기 위하여 독립변수를 상관분석한 결과 상관계수가 0.8 미만으로 나타나 모든 요인을 분석에 이용하였다. 먼저 회귀분석의 가정을 검정한 결과 모두 충족하는 것으로 나타났다. Durbin-Watson값을 구한 결과 2.112로 나타나 자기상관

Table 3. The Relationship among Nursing Students' Stress, Clinical Practice Stress, Coping Strategy and Psychological Well-being

Variables	Stress	CPS	CS			PWB
			SSS	PS	Av	
Stress	1					
CPS	.391**	1				
CS	SSS	-.088	-.096	1		
	PS	-.185**	-.125	.653**	1	
	Av	.200**	.117	.059	.059	1
PWB	-.430**	-.233**	.397**	.537**	-.303**	1

CPS=Clinical Practice Stress, PWB=Psychological Well-being, CS=Coping Strategy, SSS=Social Support Seeking, PS=Problem Solving, Av: Avoidance,

이 없었다. 다음으로 Tolerance(공차한계)가 0.1이하 이거나 VIF값이 10보다 크지 않으므로 모든 변수는 다중공선성에 문제가 없는 것으로 나타났다. 따라서 회귀모형을 분석한 결과 회귀모형은 유의한 것으로 나타났으며 ( $F=50.801, p=.00$ ), 모형의 설명력을 나타내는 수정된 결정계수( $R^2$ )는 51.0%로 나타났다.

문제중심 대처가 44.6%로 심리적 안녕감에 가장 큰 영향을 미치는 요인이었고, 그 다음으로 회피중심 대처가 30.1%, 스트레스가 28.1%로 부적영향을 미치는 것으로 나타났다. 임상실습스트레스는 회귀계수가 유의하지

않아 영향력이 없는 것으로 나타났다. Table 4

Table 4. Factors Affecting Psychological Well-being

Independent Variable	B	S.E.	$\beta$	t	Adj R <sup>2</sup>	F	
Constant	156.106	11.375		13.353**	.510	50.801*	
Stress	-0.355	0.064	-.281	-5.570**			
CPS	0.041	0.080	.026	0.518			
CS	SSS	0.77	0.368	.125			2.095*
	PS	2.697	0.367	.446			7.351**
	Av	-2.232	0.345	-.301			-6.469**

CPS=Clinical Practice Stress, CS=Coping Strategy, SSS=Social Support Seeking, PS=Problem Solving, Av: Avoidance  
\* $p<.00$ , \*\* $p<.05$

#### 4. 논의

본 연구는 임상실습을 경험한 간호대학생들의 스트레스, 임상실습 스트레스, 대처의 기제 및 심리적 안녕감과 관계와 심리적 안녕감에 나머지 변수들이 어떠한 영향을 주는지 파악하고, 간호대학생이 심리적 안녕감을 함양할 수 방안을 확인하고자 하며 위의 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

대상자의 스트레스 중 학업문제, 장애문제, 가치관 문제 등을 많이 경험하였고, 그 중 학업문제를 인한 스트레스를 가장 많이 경험하였다. 이는 서론에서 언급한 우리나라 대학생 스트레스 조사결과 순위와 일치하였고, 학업 및 진로 문제를 스트레스로 가장 많이 겪고 있다고 보고한 기존의 연구들[20,27]과 일치하는 결과이다. 따라서 학생상담 및 지도 시 특히 간호학과 학생들의 과중한 학업문제 및 진로와 관련된 부분에 포커스를 둔 스트레스 관리프로그램의 개발 및 적용이 필요할 것으로 고려된다.

임상실습은 실습교육 환경, 실습업무 부담 등의 스트레스를 가장 많이 느끼고 있었다. 이는 선행연구[20,22,32,34]에서 임상환경과 임상업무에 스트레스를 많이 겪는 문제와 일치하는 결과였다. 이는 간호대학 정원 확대 시 국가적인 차원으로 실습지 확보 가능여부를 고려하여 학교별 정원조정이 필요하고, 간호협회나 평가원 등의 간호 교육기관에서는 실습지에서 학생들의 실습교육 시 체계적인 간호교육의 가이드라인을 편성하여 학생의 과도한 과제물 및 비교육적인 업무가 배제되어야 하며, 실습 시 발생할 수 있는 잠재적인 위험성에 대비할

수 있는 지침을 마련하여 각 실습교육기관에서 사용할 수 있도록 관리되어야 함을 의미한다.

심리적 안녕감에서는 타인과의 원만하고 만족스런 긍정적 대인관계와 삶의 목표와 방향 감각을 가지는 것에 높은 점수를 보였다. 이는 스트레스 문제 중 인간관계 문제에서 전반적으로 낮게 인지하고 있다는 점과 일관된 맥락으로 볼 수 있다. 심리적 안녕감과 관계된 논문에서 간호대학생을 대상으로 한 Lee[3]의 연구 및 청년기를 대상으로 한 Kim, Kim과 Cha[31]의 연구에서도 긍정적 대인관계, 삶의 목적 등이 점수가 높게 나와 본 연구결과와 일치했다.

대상자의 일반적 특성 중 집속빈도가 한 학기에 한 번도 없었던 경우가 3회 이상 있었던 경우보다 임상실습 스트레스가 높았다. 이는 Yang 등[4]의 연구와 일치하는 결과로 교수의 지지가 높을수록 임상실습 스트레스를 적게 인지하는 것으로 밝혀진 바, 특히 실습을 앞둔 학생 상담 시 실습에 대한 걱정과 두려움에 대한 적극적인 교수의 지지가 필요함을 의미한다. 또한 자발적으로 학과를 선택한 군이 취업이 용이해서 선택한 군 보다 심리적 안녕감이 높았다. 기존 심리적 안녕감과 관련된 선행연구를 살펴보면 국내·외 연구에서 심리적 안녕감과 대상자의 일반적인 특성 차이에 대한 유무가 다소 상이하게 보고되어[1], 추가적인 연구가 필요할 것으로 여겨지나, 본 연구결과를 해석하면 전공에 대한 진로를 계획하고 진학한 경우 대학생활 동안 전공과 연계한 직업을 획득하기 위한 철저한 준비로 추후 사회적 구성원으로 잘 기능할 수 있는 단초가 될 수 있으므로, 심리적 안녕감과 개념과 일맥상통하여 심리적 안녕감 수준을 상승시키는 것으로 사료된다.

본 연구결과 대상자의 스트레스는 심리적 안녕감과 부적상관관계( $r=-.430$ )를 그리고 임상실습 스트레스와 정적상관관계( $r=.391$ )를 보였다. 이는 스트레스와 심리적 안녕감과 관계를 살핀 선행연구[1,4,5,34] 및 스트레스와 삶의 질의 관계를 다룬 선행연구[35]와 일치하는 결과이다. 즉 간호대학생들이 느끼게 되는 스트레스 및 임상실습 스트레스가 높을수록 심리적 안녕감 수준을 저하시키는 것으로 간주된다. 따라서 기존의 문헌에서 간호대학생들의 효과적인 스트레스 극복방안으로 제안된 명상법, 자아존중감 향상 및 낙관성 증진프로그램 등[35]의 적용방안이 필요함을 시사한다.

심리적 안녕감은 문제중심 대처( $r=.537$ ) 및 사회적지

지 추구 대처( $r=.397$ )와 높은 정적 상관관계, 회피중심 대처( $r=-.303$ ), 임상실습 스트레스( $r=-.233$ )부적 상관관계를 보였다. 이는 대상자에 있어서 다소 차이가 있지만 심리적 안녕감과 적극적 및 소극적 대처와의 관계를 연구한 선행연구[3,7,8]와 일치하는 결과이다. 즉 심리적 안녕감이 높은 사람은 스트레스 상황에 직면했을 때 문제 상황에 맞추어 직접적으로 문제를 해결하려 하거나, 조언이나 정서적 지지를 통해 대처하는 적극적인 대처기제를 보이며, 피하거나 외면하려 하는 소극적 대처기제를 사용하지 않는다고 볼 수 있다. 즉 간호대학생들이 문제 상황에서 적절한 대처방안을 사용할 수 있게 경험할 수 있는 프로그램 제공 등의 계기 마련이 필요할 것이다.

마지막으로 간호대학생의 심리적 안녕감에 영향을 주는 요인들을 회귀분석을 통해 살펴본 바에 의하면 회귀 모형은 유의한 것으로 나타났으며, 모형의 설명력을 나타내는 수정된 결정계수는 52%로 높은 편이었다. 심리적 안녕감의 영향요인은 문제중심 대처기제가 가장 큰 요인이었으며, 회피중심 대처기제와 스트레스가 그 다음으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 문제에 직면했을 때 문제를 회피하지 않고 직접 해결하고자 할수록, 그리고 스트레스를 적게 받을수록 심리적 안녕감은 증가하는 것으로 나타났다. 이와 관련해 논의하고자 할 때 선행 연구에서 간호대학생의 심리적 안녕감에 영향을 주었던 변수들이 본 연구의 변수들과 직접적으로 비교하기에 한계가 있기에, 본 연구의 변수들과 다소 유사한 변수들과의 관계를 통해 직·간접적인 논의를 하고자 한다. 먼저 간호대학생의 심리적 안녕감과 스트레스 및 대처기제에 관한 Lee[3]의 연구에서 문제중심 대처를 많이 사용하고, 스트레스가 적고, 회피중심 대처를 적게 사용할수록 심리적 안녕감이 올라간다는 결과와 일치되며, 회피중심 대처기제가 간호대학생의 안녕감에 영향을 미치는 가장 부정적 예측 요인이라는 연구결과[36]와 일치한다. 또한 Kim과 Seo[12]의 구조모형 연구에서 대처기제 중 회피중심 대처기제를 제거하고 사용한 결과 스트레스가 적을수록 그리고 대처기제 즉, 사회적 지지 추구 기제와 문제중심 기제를 많이 사용할 수록 심리적 안녕감 수준이 올라가는 결과를 보여 본 연구와 다소 동일한 결과를 보여주었다. 또한 심리적 안녕감 증진을 위해 스트레스를 낮추고 긍정적인 측면 강화를 위해 낙관성 수준을 높이고자 하는 선행연구[6], 회복탄력성[5]이나 자아탄력성[9] 향상을 통해 심리적 안녕감 증진 시킨다는 기존의 연구들과 맥

을 같이한다. 즉 심리적 안녕감은 스트레스를 줄이거나 스트레스 상황에서 이를 적극적으로 대처할 수 있는 긍정적인 개인의 기제들이 이용될 때 증진 될 수 있을 것으로 판단된다.

임상실습 스트레스가 심리적 안녕감을 설명하는 요인이 밝혀지진 않았지만, 임상실습 스트레스가 스트레스와 같이 심리적 안녕감과 부적상관관계만을 보였다. 선행연구[37,38]에서 임상실습 스트레스가 정신건강 등에 부정영향을 미친다는 결과들을 통해 심리적 안녕감에 미치는 영향을 예측하였으나 임상실습 스트레스의 심리적 안녕감에 대한 영향과 관련해 직접적 연구가 드물기 때문에 이에 대한 반복적 연구가 필요할 것으로 사료된다.

## 5. 결론 및 제언

학업, 미래에 관한 스트레스가 존재하는 대학생활 뿐 아니라, 졸업 후 사회인으로 기능 하기위해 심리적 안녕감은 개인의 중요한 역량 중 하나이다. 본 연구결과, 스트레스와 대처가 심리적 안녕감을 설명하는 의미있는 요인으로 확인된 바, 스트레스 상황들을 최소화 시키는 것이 중요하다. 또한 대학에서의 생활 뿐 아니라 간호사라는 직업이 많은 스트레스를 직면할 수 밖에 없는 실정이다. 따라서 환경을 변화시키기 위한 중재도 필요하지만, 각 개인이 문제를 회피하기 보다는 직시할 필요가 있으며, 적극적인 문제해결 대처기술을 훈련시키기 위한 심리·사회적인 중재방안의 도입으로 스스로 또는 사회적 지지 체계를 통해 문제해결 방안을 적극적으로 간구하려는 스트레스 관리전략이 필요하다.

이러한 적극적인 스트레스 관리전략 습득으로 간호대학생이 건강한 대학생활을 거쳐 간호사라는 직업을 지속할 수 있는 역량인 심리적 안녕감을 증진 시킬 수 있을 것이다. 더불어 본 연구결과를 통하여 스트레스 수준에 따른 심리적 안녕감에 관한 연구 및 스트레스 대처 방안의 중재연구를 후속적으로 제언하고자 한다.

## RREFERENCES

- [1] O. H. Lee. (2012). The influence of life stress, ego-resilience and social support on psychological well-being among college students. *Korean Journal of*

- Youth Studies*, 19(1), 29-57.
- [2] S. K. Son & M. S. Kim, Y. S. Lee, H. K. Park & M. Y. Roh. (2014). The mediating effect of social support and stress on optimism and psychological well-being in clinical nurses. *Journal of East-West Nursing Research*, 20(1), 63-71.  
DOI : 10.14370/jewnr.2014.20.1.63
- [3] E. S. Lee. (2016). Moderated effects of coping strategies in the relation between life stress and psychological well-being in university students. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 30(3), 470-482.  
DOI : 10.5932/JKPHN.2016.30.3.470
- [4] J. H. Park. (2006). *On the relationship between adolescent's perception of stress, self-efficacy, psychological well-being and social support.* master's thesis. Sogang University, Seoul.
- [5] N. M. Kim & S. S. Kim. (2013). Mediation effects of social support and resilience between life stress and psychological well-being among Korean college students. *Korea Journal of Counseling*, 14(2), 1125-1144.  
DOI : 10.15703/kjc.14.2.201304.1125
- [6] J. W. Lee. (2016). The relationship among daily stress, optimism and psychological well-being of college students. *The Korean Journal of East West Science*, 19(1), 1-17.
- [7] S. M. Lee & J. H. Lim. (2015). Effects of temperament and stress coping strategies on psychological well-being of adolescents. *The Korean Home Economics Education Association*, 27(2), 121-135.
- [8] M. J. Lee & J. A. Choi. (2013). The effect of optimism on psychological well-being: stress coping strategies as a mediating variable. *Korea Journal of Counseling*, 14(6), 3739-3751.  
DOI : 10.15703/kjc.14.6.201312.3739
- [9] E. J. Shin. (2013). The influence of emotional intelligence, ego-resilience on nursing students' psychological well-being. *Keimyung Journal of Nursing Science*, 17(1), 1-12.
- [10] Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.  
DOI : 10.1037//0022-3514.57.6.1069
- [11] E. A. Kim & K. I. Park. (2014). Factor affecting adjustment of freshmen nursing students to college life. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 20(2), 234-243A.  
DOI : 10.5977/jkasne.2014.20.2.234
- [12] Y. S. Kim & J. Y. Seo. (2015). Construction of the structural equation model on college adaptation in nursing student. *Journal of the Korean data and Information Science Society*, 26(5), 1439-1452.  
DOI : 10.7465/jkdi.2015.26.6.1439
- [13] S. M. Kang & S. H. Bae. (2015). The mediating effect of emotional intelligence on the relationship between emotional labor and psychological well-being of clinical nurses. *The Journal of Muscle and Joint Health* 22(3), 185-194.  
OI : 10.5953/JMJH.2015.22.3.185
- [14] Y. J. Choi & Y. H. Sung. (2013). Psychological well-being, perceived health status, and health promoting behavior of clinical nurses. *The Journal of Korean Nursing Administration Academic Society*, 19(5), 589-598.  
DOI : 10.11111/jkana.2013.19.5.589
- [15] E. H. Jung. (2017. 5. 7). *The first place stressing the opening of university students is 'homework'.* JoongAngIlbo[Online].  
<http://news.joins.com/article/21450826>
- [16] P. Burnard. et al. (2008). A Comparative, longitudinal study of stress in student nurses in five countries: Albania, Brunei, the Czech Republic, Malta and Wales. *Nurse Education Today*, 28(2), 134-145.  
DOI : 10.1016/j.nedt.2007.04.002
- [17] I. S. Kwon. (2002). An analysis of research on clinical nursing education. *Journal of Nurses Academic Society*, 32(5), 706-715.  
DOI : 10.4040/jkan.2002.32.5.706
- [18] S. J. Hwang. (2006). The relationship between clinical stress, self-efficacy, and self-esteem of nursing college students. *The Korean Academic Society of Nursing Education*, 12(2), 205-213.
- [19] N. Seyedfatemi, M. Tafreshi & H. Hagani. (2007). Experienced stressors and coping strategies among Iranian nursing students. *Biomed Central Nursing*, 6(11), Retrieved November, 13, 2007 from <http://www.biomedcentral.com>  
DOI : 10.1186/1472-6955-6-11
- [20] M. H. Chin, H. A. Nam & S. H. Kim. (2015). Stress of nursing college students in an area. *Journal of wellness*, 10(4), 129-138.
- [21] Y. J. Jang. (2006). *Mental health of modern man*. Seoul: Hakjisa Publishing.
- [22] R. S. Lazarus & S. Folkman. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing.
- [23] C. M. Aldwin & T. A. Revenson. (1987). Does coping



- helps? A reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(2), 337-348.  
DOI : 10.1037//0022-3514.53.2.337
- [24] Korean Nurse Association. (2014). The number of nurses who are going backwards even if the number of enrollment increase. *The Korean Nurse*, 52(1), 21-22.
- [25] Hospital Nurse Association. (2016). *Survey on the status of hospital nursing staff placement*. Seoul. <http://www.khna.or.kr/web/information/resource.php>
- [26] K. K. Chon, K. H. Kim & J. S. Lee. (2000). Development of the revised life stress scale for college students. *Korean Journal of Health Psychology*, 5(2), 316-335.
- [27] E. S. Lee. (2017). Impact of life stress on depression, subjective well-being and psychological well-being in nursing students: mediation effects of coping. *Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 18(1), 55-65.  
DOI : 10.5762/KAIS.2017.18.1.55
- [28] S. L. Kim. & J. E. Lee. (2005). Relationship among stress coping strategies, and self-esteem in nursing students taking clinical experience. *Korean Academic Society of Nursing Education*, 11(1), 98-106.
- [29] J. H. Amirkhan. (1990). A factor analytically derived measure of coping. the coping strategy indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 1066-1074.  
DOI : 10.1037//0022-3514.59.5.1066
- [30] H. J. Shin. (2002). *A validation study of coping strategy indicator(CSI) in korean university students*. Seoul University, master's thesis, Seoul.
- [31] M. S. Kim. H. W. Kim & K. H. Cha. (2001). Analyses on the construct of psychological well-being(pwb) of korean male and female adults. *The Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 15(2), 19-37.
- [32] H. S. Jung & K. L. Lee. (2015). Empathy and clinical practice stress in nursing student. *korea Academia Industrial Cooperation Society*. 16(9), 6044-6052.  
DOI : 10.5762/KAIS.2015.16.9.6044
- [33] S. W. Jung, R. I. Hwang & Y. S. Lee. (2017). Satisfaction to college life and stress of clinical practice among nursing students. *Journal of the Korea Convergence Society*, 8(4), 265-272.  
DOI : 10.15207/JKCS.2017.8.4.265
- [34] J. G. Lam, W. S. Wong, S. M. Mary, K. F. Lam & S. L. Pang. (2010). Psychological well-being of interns in Hong Kong: what causes them stress and what helps them. *Medical Teacher*, 32(3), 120-126.  
DOI : 10.3109/01421590903449894
- [35] G. J. Park, Y. S. Bae & K. H. Son. (2017). A convergence study on factors influencing quality of life of nursing students. *Journal of the Korea Convergence Society*, 8(6), 65-73.  
DOI : 10.15207/JKCS.2017.8.6.065
- [36] C. Gibbons, M. Dempster & M. Moutray. (2011). Stress, coping and satisfaction in nursing students. *Journal of Advanced Nursing*, 67(3), 621 - 632  
DOI: 10.1111/j.1365-2648.2010.05495.x
- [37] H. G. An. (2006). The relationship between stress of clinical practice and mental health in nursing students, *Journal of the Korean Data Analysis Society*, 8(6), 2249-2263.
- [38] G. O. Park & Y. S. Kim. (2013). Stress of clinical practice, self-concept, mental health of nursing students. *Journal of the Korean Data Analysis Society*, 15(4), 2149-2163.

김 은 아(Eun-A Kim)

[정회원]



- 2011년 2월 : 전남대학교 일반대학원 간호학과 (간호학박사)
- 2011년 3월 ~ 2015년 2월 : 전남과학대학교 간호학과 교수
- 2015년 3월 ~ 현재 : 동신대학교 간호학과 교수

- 관심분야 : 간호교육, 기초간호, 지역사회간호
- E-Mail : eakim@dsu.ac.kr