

임상실습 수행시 스트레스와 스트레스 대처방법에 관한 연구

남용옥, 장종화¹, 김선숙²

원광보건대학 치위생과, 신성대학 치위생과¹, 수원여자대학 치위생과²

색인: 스트레스, 스트레스 대처방법, 임상실습

1. 서 론

오늘날은 사회환경의 변화와 치의학이 발전함에 따라, 구강건강에 대한 관심과 환자의 요구 또한 높아지면서 구강건강관리를 위한 전문가인 치위생사의 역할이 확대되고 있다. 따라서 치위생과 교육기관에서는 사회가 요구하는 전문지식과 기술을 겸비한 전문적 치위생사를 육성할 책임과 의무가 있다¹⁾.

치위생과 교육은 1994년부터 3년제로 연장되었고 교육과정 및 임상실습에 많은 변화를 가져왔다. 임상실습은 학교에 따라서 학점과 시수가 다소 차이는 있으나, 치위생과 교육과정 중 많은 비중을 차지하고 있으며 그 중요성은 지속적으로 강조되고 있다.

Brown에 의하면 임상실습 교육이란 강의실의 이론교육을 보충, 통합하고 활용하여 기본이

론의 원리를 현장에서 응용함을 가능케 하며²⁾, 모든 교과목의 통합체로서 지식, 태도, 기술면에 행위변화를 줌으로써 후일 정규 치위생사로서의 의무와 책임을 다하는데 직접적인 도움이 되며 전문적 역량을 발휘할 수 있는 전문인을 양성하기 위해서는 이론과 실습이 합리적으로 병행되어야 하며, 특히 현장에서의 실제적인 업무 경험은 매우 중요하다고 볼 수 있다³⁾.

그런데 임상실습 장소 또는 현장에서의 적응은 많은 혼란과 두려움, 역할 모호성, 갈등 등으로 부정적인 경험을 나타내기도 하며 새로운 환경과 능동적 실습태도 등으로 학생들은 임상실습과정 중 많은 어려움과 스트레스로 이어지는 것이 현실이다.

스트레스는 언제나 인간의 삶에 존재하고, 개인이 대처해야 할 변화 또는 위협이 강화되는 상태로서 많은 사람들이 공통적으로 경험하는

염려스럽게 느끼는 반응이다^{4,5)}.

Selye는 생체내에서 불특정하게 일어난 변화로 구성되어진 특수한 증후군으로 스트레스를 정의하였으며⁶⁾, Guzzetta와 Forsyth는 심리적, 생리적, 환경적 요인으로 오는 반응으로서 스트레스를 개념화 하고, 이 반응은 서로 연결되고 관련된 생리적 발현과 심리적 변화를 반영하는 기전이라고 하였다⁷⁾.

이러한 스트레스 반응은 스트레스 자극으로부터 비롯되며 개인의 지각과 평가가 중요하다. 즉 스트레스를 경험하는 개인이 이를 어떻게 받아들이고 평가 해석하느냐와, 어떠한 대처행동을 하는가가 적응에 결정적 영향을 줄 수 있다고 볼 수 있다.

스트레스에 대해 개인이 잘 적응하면 적극적인 대처 행동으로 나타나 좌절이나 장애요소를 극복하고 문제를 해결하는 행동을 포함하고, 소극적 대처행동은 감당하기 어려운 정도이거나 그 상태가 오래 지속되면 부적응상태가 되어 문제를 회피하거나 방어하는 행동으로 이어진다.

치위생과 학생이 앞으로 전문직 치위생사로서 자부심과 긍지를 높이고 양질의 구강보건을 제공하기 위해서는, 임상실습에서의 만족과 자아실현이 국민의 구강건강과 치위생과 발전에 커다란 영향을 미친다고 볼 수 있다.

그 동안의 치위생과 학생의 임상실습에 대한 연구로는 이 등¹⁸⁻¹¹⁾에 의해 선행되었으나, 임상실습시 스트레스와 스트레스 대처방법에 관한 연구는 미흡한 실정이다.

이에 본 연구는 치위생과 학생들이 임상실습지에서 어떤 요인으로 주된 스트레스를 경험하며 그에 따른 대처방법 등을 알아보아 임상실습의 지도에 기초자료로 활용하고자 한다.

2. 연구대상 및 방법

2.1. 연구대상

본 연구의 대상자는 경기도 소재 S대학 치위생과 3학년에 재학 중이면서 임상실습을 모두 마친 학생을 편의 추출하였으며, 자료수집은 2000년 9월 25일과 2001년 9월 27일에 강의시간 종료 후 250부의 설문지를 배포하여 자기 기입식에 의해 응답하게 한 후 총 240부를 회수하였다. 이 중 응답이 불성실한 9부는 제외시켰다.

2.2. 연구방법

본 연구는 임상실습시 치위생과 학생이 경험하게 되는 스트레스와 스트레스 대처방법을 파악하기 위하여 설문지를 이용한 횡단면 조사연구이다.

연구도구는 구조화된 설문지로서 일반적 특성 7문항, 스트레스 측정 35문항, 스트레스 대처방법 44문항이다.

스트레스 측정도구는 전¹²⁾이 작성했던 도구를 수정 보완하여 사용하였으며 환경, 대인관계, 역할, 이상과 가치, 활동 등 5개 영역으로 구분하였다.

각 문항은 likert 방식에 의한 5점 척도법으로 작성되어 점수가 높을수록 스트레스가 높은 것을 의미한다. 일반적인 내적 신뢰도인 도구개발 당시 Cronbach's alpha는 .9163이었고 본 연구에서는 .8861이었다.

Bell¹³⁾이 개발한 스트레스 대처방법 측정도구는 단기 대처방법 30문항, 장기 대처방법 14문항으로 구성되며, 본 연구에 앞서 강¹⁴⁾이 사용했던 결과 Cronbach's alpha가 .8074이었다. 각 문항은 likert 방식에 의한 5점 척도법으로 계산되어 점수가 높을수록 각 대처방법의 사용정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구의 Cronbach's

alpha는 .7638이었다.

통계분석은 SPSS 10.0 통계 프로그램을 이용하여 일반적 특성은 실수와 백분율을 구하였다. 스트레스와 스트레스 대처방법의 정도는 평균과 표준편차를 산출하고, 스트레스 대처방법별 차이는 paired t-test를 시행하였다. 일반적 특성에 따른 스트레스와 스트레스 대처방법과의 관계는 t-test와 ANOVA로 분석한 후 Duncan's multiple range test를 사용하여 사후검정을 하였고, 스트레스 정도에 따른 스트레스 대처방법의 차이는 t-test로 분석하였다. 도구의 신뢰도는 Cronbach's alpha를 사용하였다.

3. 연구성적

3.1 연구대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성 중 종교는 기독교가 32.9%를 차지하고, 불교는 13.0%, 천주교 11.3%로 나타났으며, 무종교군도 40.3%이었다. 치위생과 입학시기는 당해 입학자가 65.4%로 가장 많이 차지하였고, 사회생활 후 입학자는 22.5%이었다. 치위생과 선택동기를 보면 높은 취업률 때문이라는 응답이 64.9%를 차지하고 적성 때문이라는 응답은 10.0%이었다. 전공만족도는 보통이라는 응답자가 35.1%이고 비교적 만족한다와 비교적 불만족하다는 응답은 각각 24.1%, 24.7%이었다. 임상실습 만족도는 보통이라는 응답자는 39%, 비교적 만족과 불만족은 모두 22.5%를 차지하였다. 실습했던 병원 숫자는 3곳에서 실습했다는 응답이 64.1%이며, 2곳에서 실습한 경우는 27.2%이었다. 성적은 B학점은 60.2%, A학점은 22.5%, C학점은 16.5%를 차지하였다.

표 1. 대상자의 일반적 특성

구분	특성	도수(%)
종교	기독교	76(32.9)
	불교	30(13.0)
	천주교	26(11.3)
	없다	93(40.3)
	기타	6(2.6)
입학시기	당해 입학	151(65.4)
	1년 이상 재수 후	28(12.1)
	사회생활 후	52(22.5)
치위생과	높은 취업률	150(64.9)
선택동기	적성	23(10.0)
	성적 고려	17(7.4)
	타인의 권유	16(6.9)
	기타	25(10.8)
전공 만족도	매우 만족	10(4.3)
	비교적 만족	57(24.7)
	보통	81(35.1)
	비교적 불만족	71(24.7)
	매우 불만족	12(4.3)
임상실습 만족도	매우 만족	12(5.2)
	비교적 만족	52(22.5)
	보통	90(39.0)
	비교적 불만족	70(22.5)
	매우 불만족	7(5.2)
실습경험 병원수	2	63(27.2)
	3	148(64.1)
	4≤	20(8.7)
성적	A	52(22.5)
	B	139(60.2)
	C	38(16.5)
	D	2(0.9)
계		231(100.0)

표 2. 임상실습시 경험하는 영역별 스트레스 정도

영역	문항	평균	표준편차	최소값	최대값
환경	7	3.065	.567	2.99	3.14
대인관계	6	2.663	.670	2.58	2.75
역할	6	2.907	.626	2.83	2.99
이상과 가치	7	2.980	.622	2.90	3.06
활동	9	2.818	.504	2.75	2.88
계	35	2.855	.482	2.79	2.92

3.2 임상실습시 경험하는 스트레스

〈표 2〉는 임상실습시 스트레스 정도에 대한 영역별 점수로 환경영역에서 스트레스 점수가 총 3.065로 가장 높았으며 세부항목으로 '경험이 없는 새로운 환경의 경향'이라고 응답하였고(3.37), 대인관계영역 2.663으로 가장 낮게 나타났다. 역할에서의 총점수는 2.907로 '자신의 역할이 애매 모호해서'라는 응답이 3.25점이었다. 이상과 가치에 대한 영역에서는 스트레스 점수가 총 2.98로서 '배운 이론과 실제 적용과의 차이가 있어서'라는 응답이 3.26을 차지하였다. 활동영역에서는 총 2.818로서 '자신의 행위가 평가받고 있어서' 스트레스를 받는다는 응답이 3.27로 나타났다.

일반적 특성 중 종교가 없는 경우에 스트레스를 가장 많이 받고 있는 것으로 나타났으나(2.89), 종교를 가진 응답자와 통계적 차이는 없었다. 전공만족도가 매우 만족하다고 응답한 군의 스트레스 점수는 2.45로서 가장 낮게 조사되어 다른 군과 유의한 차이를 보여주었다($p=0.007$). 실습병원이 4곳 이상에서 행한 응답자가 4곳 미만에서 실습한 자에 비해 2.91점의 가장 높은 스트레스를 받고 있지만 유의한 차이는 아니었다. 입학시기, 치위생과 선택동기, 임상실습 만족도, 성적 등에 있어서는 별다른 차이가 없었다.

3.3 임상실습시 경험하는 스트레스 대처 방법

스트레스 대처 점수는 5점 척도로 산정되어 점수가 높을수록 대처방법의 사용빈도가 높은 것을 의미한다. 표 5에서 임상실습하는 과정 중 스트레스 대처유형을 분류하면 장기 대처방법 점수는 2.40이었고, 단기 대처방법 점수는 2.93으로 대처유형간에 유의한 차이가 있었다($p=0.000$). 세부적인 대처 항목을 보면 장기 대처방법 중 가장 많이 이용하고 있는 방법으로는 '그 문제를 처리하기 위해 여러 가지 대책을 생각해 본다' (3.40), '음악듣기 등 다른 취미활동을 통하여 해소한다' (3.37), '다른 사람과 의논을 한다' (3.32)순으로 나타났다. 단기 대처방법 사용 항목에서는 '영화, 연극, TV 등을 본다' (3.38), '잠을 더 많이 잔다' (3.27), '생긴 문제를 좋은 면으로 생각하려고 노력한다' (3.26)순으로 나타났다(표 6).

표 7에서 일반적 특성이 장기 대처방법에 미치는 영향을 보면 성적이 D인 군들이 다른 3군과 유의한 차이를 보여주었고($p=0.051$), 입학시기에서 보면 당해 입학이나(2.91), 1년 이상 재수한 후 입학(2.96)한 경우보다는 사회생활 후에 입학한 군(2.97)들이 장기 대처유형을 선택하는 것으로 나타났으나 통계적으로 유의하지는 않았다. 단기 대처방법에서는 1년 이상 재수한 후 입학한 군(2.57)들이 가장 높게 나타나

표 3. 임상실습시 경험하는 스트레스 항목별 스트레스 정도

영역	스트레스 요인 항목	M±S.D.*
환	치과병원이라는 새로운 환경으로 인하여	3.06±0.75
	경험이 없는 새로운 상황으로 인하여	3.37±0.89
	처음 보는 새로운 기구나 설비로 인하여	3.21±0.86
	병원이 집에서의 거리와 먼 곳에 있기 때문에	2.92±1.17
경	퇴근시 집에 늦은 시간에 가기 때문에	3.01±1.23
	치과의원에서의 감염 가능성이 있기 때문에	3.02±1.06
	실습 전 의원에 대한 orientation의 정도와 차이가 있기 때문에	2.86±0.87
대 인 관 계	환자와의 관계에 있어서	2.67±0.88
	환자 보호자와의 관계로 인하여	2.46±0.91
	지도 치과위생사와의 관계로 인하여	2.85±1.05
	동료 학생들과의 관계로 인하여	2.56±1.07
	간호조무사와의 관계로	2.65±1.10
역 할	치과의사와의 관계로 인하여	2.79±1.03
	독자적인 역할의 결핍으로 인하여	3.02±1.03
	자신의 역할이 애매 모호하기 때문에	3.25±1.09
	실습과제물이 너무 많아서	2.78±1.05
	적당한 환자 case가 없어서	2.72±0.88
이 상 과 가 치	하루의 실습 시간량이 너무 많기 때문에	2.87±0.94
	문제점을 발견하는 능력의 부족으로 인하여	2.80±0.90
	학교실습과 병원실습의 차이에 있어서	3.18±0.91
	배운 이론과 실제적응과의 차이에 있어서	3.26±0.94
	현장의 상황과 실습내용과의 차이에 있어서	3.15±0.92
동	자신의 성격으로 적응하기 어렵기 때문에	2.61±0.96
	학습 위주보다는 병원업무 위주의 실습으로 인하여	3.01±1.09
	치위생과 학생에 대한 인식부족으로 인하여	2.82±0.94
	자신의 역할모델인 치과위생사로 인하여	2.83±0.91
	자신의 지식 부족으로 인하여	3.08±0.84
활	자신의 기술 부족으로 인하여	3.10±0.86
	실습 중 환자나 응급환자가 있는 경우	2.64±0.96
	실습 중 이송환자가 있는 경우	2.36±0.95
	활동시 복장의 불편으로 인하여	2.58±0.95
	병원의 시설이나 물품의 부족으로 인하여	2.60±0.97
동	진료시 보호자가 옆에서 보고 있는 경우	2.60±0.94
	실습시 주로 단순하고 기능적인 일만 반복되므로	3.13±1.10
	자신의 행위가 평가받고 있기 때문에	3.27±1.11

* M±S.D.=Mean±Standard Deviation

표 4. 일반적 특성에 따른 임상실습 스트레스

특성	N	M±S.D.*	t or F	P
학년				
2	144	2.88±0.52	1.029	0.305
3	87	2.81±0.42		
종교				
기독교	76	2.85±0.44	0.411	0.801
불교	30	2.81±0.55		
천주교	26	2.80±0.44		
없다	93	2.89±0.49		
기타	6	2.71±0.69		
입학 시기				
당해 입학	151	2.84±0.47	0.139	0.871
1년 이상 재수 후	28	2.86±0.55		
사회생활 후	52	2.89±0.50		
치위생과 선택동기				
높은 취업률	150	2.86±0.49	0.807	0.522
적성	23	2.88±0.34		
성적 고려	17	2.84±0.52		
타인의 권유	16	2.67±0.66		
기타	25	2.94±0.36		
전공 만족도				
매우 만족	12	2.45±0.40 ^a	3.605	0.007
비교적 만족	71	2.76±0.44 ^b		
보통	81	2.96±0.39 ^b		
비교적 불만족	57	2.88±0.54 ^b		
매우 불만족	10	2.75±0.67 ^b		
임상실습 만족도				
매우 만족	7	2.66±0.70	1.909	0.110
비교적 만족	70	2.83±0.38		
보통	90	2.95±0.39		
비교적 불만족	52	2.78±0.57		
매우 불만족	12	2.83±0.76		
실습경험 병원수				
2	63	2.80±0.49	0.620	0.539
3	148	2.87±0.48		
4	20	2.91±0.45		
성적				
A	52	2.74±0.52	2.129	0.097
B	139	2.92±0.41		
C	38	2.78±0.63		
D	2	2.93±0.74		

* M±S.D.=Mean±Standard Deviation

* a, b=사후검정에 의한 군 분류변수, 같은 문자의 경우 군간의 차이가 없음

표 5. 임상실습시 경험하는 스트레스 대처방법의 정도

구분	N	M±S.D.*	t	P
장기 대처방법	231	2.40±0.35	-15.609	0.000
단기 대처방법	231	2.93±0.44		

* M±S.D.=Mean±Standard Deviation

서 다른 군들과 유의한 차이를 보여주었다($p=0.014$). 치위생과 선택동기에서는 적성에 의해 선택한 군들은 장기 대처방법에서 가장 높게 나타났고(2.98), 높은 취업률 때문에 선택한 군들은 단기 대처방법에서 가장 높게 나타났으나(2.40) 유의한 차이는 아니었다.

3.4 스트레스와 스트레스 대처방법과의 관계

〈표 8〉과 〈표 9〉는 스트레스 점수의 평균치를 기준으로 고 스트레스 군과 저 스트레스 군으로 분류한 후 대처유형간의 차이를 보여주었다. 단기 대처방법에서는 고 스트레스 군이 저 스트레스 군보다 대처하는 빈도가 높게 나타나서 군간에 유의한 차이를 보여주었으나($p=0.001$), 장기 대처방법에서는 군간에 유의한 차이가 없었다.

4. 고 인

임상실습교육은 학생들이 배운 이론을 현장에서 실제로 통합하고 적용하여 살아있는 지식체를 창조해 낼 수 있도록 하는 것으로 치위생과 교육의 가장 핵심적인 내용이라 할 수 있다¹⁶⁾. 그러나 학생들은 임상실습이라는 새로운 환경에 접하여 다양한 위치에 있는 보건의료인들과 상호관계를 맺으면서 환자들의 진료 보조업무를 수행해야 하기 때문에 여러 가지 어려움과 스트레스를 경험하게 된다¹⁷⁾. Bell¹³⁾

표 6. 임상실습시 스트레스 대처방법의 항목별 사용 정도

대처형태**	대처방법	M±S.D*
L	문제를 세분화하여 생각한다.	2.87±0.89
L	다른 사람과 의논을 한다(친구·선생님 등).	3.32±1.02
L	운동을 통해서 해소한다.	2.00±0.97
L	그 문제에 대해 좀더 자세히 알아본다.	3.12±0.92
L	신앙의 힘을 빈다(기도하기 등).	2.21±1.23
L	현재 이해한 것을 근거로 하여 명확한 행동을 취한다.	3.06±0.79
L	편지를 쓴다.	2.07±1.05
L	상황을 있는 그대로 받아들인다.	3.22±0.85
L	음악듣기 등 다른 취미활동을 통해 해소한다.	3.37±1.02
L	그 문제를 처리하기 위해 여러 가지 대책을 생각해 본다.	3.40±0.88
L	상황이 지나는 의미를 발견하려고 노력한다.	3.15±0.82
L	최선의 문제해결 방법 등을 시도해본다.	3.26±0.92
L	과거 경험을 살려서 해결한다.	2.95±0.78
L	상황을 객관적으로 본다.	3.00±0.82
계		2.40±0.35
S	닥치는 대로 음식을 마구 먹는다.	2.16±1.15
S	잠을 더 많이 잔다.	3.27±1.14
S	그 문제에 대해 과장되게 큰 소리로 떠벌린다.	2.44±0.92
S	영화·연극 TV 등을 본다.	3.38±0.99
S	식사를 하지 않는다.	1.94±1.04
S	전혀 이야기를 하지 않는다.	2.35±1.13
S	술을 마신다.	2.45±1.14
S	껌을 씹는다.	1.67±0.90
S	울어버린다.	2.11±1.09
S	남을 비난하거나 헐뜯는다.	2.39±0.92
S	남의 탓으로 생각한다.	2.22±0.83
S	담배를 피운다.	1.35±0.79
S	약을 먹는다(진정제·수면제 등).	1.36±0.76
S	친구 형제와 싸움을 한다	1.73±0.82
S	물건을 던지거나 때려부순다.	1.55±0.83
S	생긴 문제를 좋은 면으로 생각하려고 노력한다.	3.26±0.93
S	꼭 참는다.	3.03±1.01
S	혼자 있기를 원한다.	2.82±1.07
S	무작정 걷는다.	2.18±1.08
S	희망적이지 못하기에 포기한다.	2.31±0.94
S	운명이라고 생각하고 포기한다.	2.37±0.95
S	그 문제를 잊기 위해 다른 일에 몰두한다.	2.92±0.97
S	낙서를 한다.	2.43±1.08
S	쇼핑을 한다(닥치는 대로 물건을 산다).	2.17±1.05
S	모든 일이 잘 풀릴 거라고 생각하여 그 문제에 대해 걱정하지 않는다.	2.83±0.96
S	신경질을 낸다.	2.38±1.05
S	웃어넘긴다.	2.71±0.95
S	최악의 경우를 예상하고 대비한다.	2.86±0.95
S	걱정만 한다.	2.44±0.93
S	잡념이나 공상에 잠긴다.	2.78±1.13
계		2.93±0.44

* M±S.D = Mean±Standard Deviation, **대처형태: S = Short term, L = Long term

표 7. 일반적 특성에 따른 스트레스 대처방법

특성	N	장기대처방법			단기대처방법		
		M±S.D.*	t or F	P	M±S.D.*	t or F	P
종교							
기독교	76	3.03±0.39	2.572	0.390	2.40±0.32	1.384	0.240
불교	30	2.91±0.38			2.42±0.35		
천주교	26	2.99±0.42			2.48±0.29		
없다	93	2.83±0.47			2.35±0.34		
기타	6	3.05±0.56			2.58±0.87		
입학시기							
당해 입학	151	2.91±0.44	0.381	0.683	2.38±0.34 ^a	4.376	0.014
1년 이상 재수 후	28	2.96±0.52			2.57±0.41 ^b		
사회생활 후	52	2.97±0.38			2.34±0.33 ^a		
치위생과 선택동기							
높은 취업률	150	2.94±0.43	0.654	0.625	2.40±0.34	1.231	0.299
적성	23	2.98±0.46			2.36±0.30		
성적 고려	17	2.84±0.45			2.34±0.39		
타인의 권유	16	2.80±0.21			2.30±0.31		
기타	25	2.96±0.52			2.52±0.44		
전공 만족도							
매우 만족	12	3.18±0.30	2.205	0.069	2.24±0.26	1.346	0.254
비교적 만족	71	2.97±0.45			2.37±0.31		
보통	81	2.84±0.44			2.45±0.38		
비교적 불만족	57	2.94±0.38			2.39±0.33		
매우 불만족	10	3.01±0.60			2.32±0.46		
임상실습 만족도							
매우 만족	7	2.91±0.33	0.469	0.758	2.33±0.11	0.031	0.041
비교적 만족	70	2.96±0.42			2.37±0.31		
보통	90	2.88±0.45			2.42±0.39		
비교적 불만족	52	2.95±0.38			2.41±0.34		
매우 불만족	12	3.00±0.65			2.28±0.39		
실습경험 병원수							
2	63	2.93±0.36	1.939	0.146	2.36±0.33	0.520	0.595
3	148	2.90±0.46			2.41±0.37		
4	20	3.11±0.46			2.40±0.26		
성적							
A	52	2.97±0.40 ^a	2.623	0.051	2.33±0.33	1.1255	0.291
B	139	2.90±0.44 ^a			2.42±0.34		
C	38	2.94±0.44 ^a			2.38±0.40		
D	2	3.71±0.51 ^b			2.58±0.16		

* M±S.D = Mean±Standard Deviation

* a, b = 사후검정에 의한 군 분류변수, 같은 문자의 경우 군간의 차이가 없음

표 8. 임상실습시 경험하는 스트레스 정도에 따른 단기 대처방법

구분	N	M±S.D.*	t	P
저 스트레스 집단	119	2.32±0.33	3.329	0.001
고 스트레스 집단	112	2.47±0.35		

* M±S.D = Mean±Standard Deviation

표 9. 임상실습시 경험하는 스트레스 정도에 따른 장기 대처방법

구분	N	M±S.D.*	t	P
저 스트레스 집단	119	2.89±0.44	1.540	0.125
고 스트레스 집단	112	2.97±0.43		

* M±S.D = Mean±Standard Deviation

은 스트레스 사건이 많을수록 개인의 정신적, 신체적 상태에 영향을 많이 준다고 하였다. 긍정적 스트레스는 사람에게 활력을 주어 신속하게 문제를 인식하고 수행할 수 있도록 하지만 부정적 스트레스는 에너지를 고갈시키고 신체에 부담을 주어 결국 사망에까지 이르게 한다.

모든 환경은 항상 개체 내에 직, 간접적인 스트레스 요인을 지속적으로 주고 있으며, 특히 잘 알지 못하는 새로운 상황이나 역할에 처했을 때 발생된다. 박¹⁸⁾은 학생들이 임상실습에서 경험하는 가장 큰 스트레스 요인은 임상실습이라는 상황 자체라고 보고한 바 있다. 따라서 학생들이 임상실습시 어떤 요인이 가장 심한 스트레스로 경험하는 가를 알아내고 그에 필요한 조정을 해야 될 필요성이 있다고 사료되며¹⁹⁾, 또한 우리가 관심을 가져야 할 부분은 스트레스와 함께 스트레스에 대한 대처방법 유형을 파악하는 것이 중요하다. 스트레스에 대한 효과적인 대처 행동은 유해한 스트레스원으로 부터 개인을 보호하는 것으로 스트레스는 대처 행동에 따라 그 효과가 달라진다²⁰⁾. 본 연구에서 치위생과 학생들이 임상실습에서 경험하는

스트레스는 5점 척도로 산정되어 점수가 높을수록 스트레스가 높게 인지되는 것을 의미하며, 총 2,855점으로 조사되어 비교적 높은 스트레스 수준을 보여주고 있다. 영역별로는 환경(3.065), 이상과 가치(2.980), 역할(2.907), 활동(2.818), 대인관계(2.663)순으로 나타났으며, 특히 경험이 없는 새로운 상황 때문에 스트레스를 가장 심하게 받고 있는 것으로 나타나서 일부 간호과 학생들을 대상으로 연구한 결과와 유사하게 나타났다^{12,14,18,21)}.

치위생과 학생의 이상과 가치영역에서는 배운 이론과 실제적용과의 차이에 의해 스트레스를 많이 느끼고 있었다. 인간이 어떤 조직사회에서 역할의 애매성을 체험하는 자체가 스트레스 요인이며¹⁵⁾, 학생이 갖고 있는 실제적인 역할 능력과 의료인의 역할기대가 다르고 학생들이 수행해야 할 역할이 명백하지 않아서 학생들이 스트레스를 경험하게 된다고 할 수 있다²⁶⁾.

일반적 특성 중 전공 만족도가 높을수록 임상실습에서 느끼는 스트레스가 상대적으로 작아 통계적으로 유의한 차이를 나타내었고, 임상실습 만족도에서도 동일한 양상을 나타내고 있다.

이는 이²⁴⁾와 강¹⁴⁾의 연구와도 유사한 결과로서 보건의료에 관련된 학문을 학습하고 병원이란 특수한 환경에서 공통으로 경험하는 결과라고 생각한다. 그런데 실습병원 경험수가 많을수록 스트레스가 많이 나타난다는 간호학생을 대상으로 한 연구결과¹³⁾와 비교하여 1개 병원에서 실습경험시 스트레스가 가장 높게 나타난 상반된 결과는 병원이라는 특수환경에서 오는 업무의 차이에서 비롯되지 않을까 사료된다.

스트레스 대처방법에서 유형별로 단기와 장기로 구분하여 살펴보면, 치위생과 학생들이 일반적으로 사용하는 스트레스 대처방법은 단기 대처보다 장기 대처방법을 많이 사용하는 것으로 나타나서 간호학생을 대상으로 한 연구결과

와 유사하였다^{14,24}). 이는 학생들의 스트레스 대처유형이 매우 바람직한 방향으로 이루어지고 있는 점을 시사하며, 특히 단기 대처방법 중에서 '담배를 핀다'거나 '약을 먹는다'라는 항목이 가장 낮게 나타난 것은 보건의료업에 종사하면서 지켜야 되는 윤리정신에 입각하고 있다 할 수 있겠다.

일반적 특성이 대처방법에 미치는 영향을 보면 임상실습 만족도가 낮을수록 단기 대처방법을 사용하고, 성적이 낮을수록 단기 대처방법을 이용하는 것으로 나타났다. 입학시기에 따른 대처유형에서의 차이를 보면 사회생활 후에 입학한 군이 단기 대처방법 사용이 가장 작고 장기 대처방법에서 가장 높게 나타난 것은 사회생활을 하는 과정에서 이미 삶에 대처하는 방식을 습득했기 때문이라고 생각된다.

스트레스 점수의 평균을 기준으로 저 스트레스 군과 고 스트레스 군으로 분류하여 스트레스 정도에 따른 대처방법의 차이 검정에서 단기 대처방법은 고 스트레스 군이 많이 높아 군간에 유의한 차이를 난 것으로 나타났으며, 실습시 스트레스를 많이 느낄수록 스트레스 해소를 가능한 빠른 시간 내에 해결하려는 욕구 때문일 것으로 사료된다.

총체적으로 치위생과 학생들이 유쾌하고 건강한 학창시절을 보내고 유능한 치과위생사로 성장하기 위해서는 임상실습을 비롯한 치위생학 교육 프로그램을 분석하여 스트레스 요인과 그 대처방법을 찾아내는 노력이 절실히 필요하다²⁵). 즉 학생들의 교육에 대한 효율성을 증진시키기 위해 임상실습을 하면서 갖게 되는 문제점 해결에 대한 다각적인 방법을 모색하여 교과운영에 반영할 수 있는 구체적이고 명확한 기준이 형성되어야 한다고 사료된다.

본 연구과정의 한계점으로는 대상자 선정에서 편의추출에 의한 표본선택으로 인해 편견이

발생되어 전국의 치위생과 학생에게 일반화시키는데는 제한점이 있으며, 실습지 유형에 따라 스트레스를 느끼는 정도가 다를 것이므로 향후에는 실습병원의 형태나 위치에 따라 차별화된 측정이 이루어져야 할 것이다.

5. 결 론

본 연구는 치위생과 학생의 임상실습시 경험하는 스트레스에 영향을 미치는 요인 및 스트레스 대처방법 유형정도를 알아보기 위하여 2001년 9월까지 임상실습을 모두 마친 3학년 학생 231명을 대상으로 설문지를 이용하여 조사한 단면연구이다. 연구도구는 전화원이 사용했던 스트레스 측정도구와 Bell이 개발한 스트레스 대처방법 측정도구를 사용하였고, SPSS 10.0 통계 프로그램으로 빈도 및 평균치를 산출하고 t-test와 ANOVA 분석을 실시하여 다음과 같은 결과를 얻었다.

1. 스트레스 평균치는 2.855점으로 비교적 스트레스가 높게 나타났고, 영역별로는 환경에서 오는 스트레스가 3.065로서 가장 높았다.
2. 전공 만족도가 높을수록 스트레스를 느끼는 정도가 작게 나타나서 유의한 차이를 나타내었다($p=0.007$).
3. 스트레스 대처방법 유형별로는 장기 대처방법(2.40)과 단기 대처방법(2.93)에서 유의한 차이를 나타내었다($p=0.000$).
4. 1년 이상 재수를 하고 입학한 경우, 단기 대처방법 점수가 2.57로 가장 높게 나타나, 그룹간에 유의한 차이를 나타내었다($p=0.014$).
5. 임상실습 만족도에 따라서는 장기 대처방법에서는 통계적인 차이가 없었지만, 만족

도가 작을수록 단기 대처방법을 사용하는 것으로 나타나서 유의한 차이를 나타내었다($p=0.041$).

6. 스트레스의 정도에 따라 저 스트레스 군(2.32)보다 고 스트레스 군(2.47)이 단기 대처방법을 사용하여 유의한 차이를 나타내었다($p=0.001$).
7. 장기 대처방법 사용에서는 저 스트레스 군이 2.89, 고 스트레스 군은 2.97로서 유의한 차이는 아니었다.

참고문헌

1. 이영애. 일부 치위생 학생의 임상실습시 경험하는 스트레스 요인에 대한 조사연구. 월간 치과연구. 1996;40(6):81-94
2. Brown AF. Creeiculum development. W. B. Saunders co., philadelphia, 1960:380
3. 박정란. 전문대학 치위생과 학생의 전공과 임상실습에 대한 태도. 경북대학교 보건대학원 석사학위 논문. 1991
4. 김순자, 이숙자 공역. 간호학 개론. 수문사. 1980:65-66
5. 이명애. 입원한 환자의 스트레스 원리에 관한 일 연구. 연세대학교 교육대학원 석사학위 논문. 1980
6. 전산초외 2인. 간호과정과 기초이론. 대한간호협회. 1981:237-250
7. Hans Seiey. The stress Syndrome. American Journal of Nursing 1965; 65(3)
8. C. E. Guzzetta, G. L. Forsyth, Nursing Diagnostic Pilot study. Psychophysiologic stress, Advances in Nursing Science, 1979; 2
9. 장계원. 일부 치위생 학생들의 임상실습 만족도에 관한 조사 연구. 진주간호보건대학 논문집. 1995;18(1):203-217
10. 신선행. 치위생직에 대한 치위생 학생의 태도 변화 및 임상실습 경험과의 관계. 진주간호보건대학 논문집 1996; 19(2): 37-56
11. 황윤숙, 박명숙 공저. 임상실습 수행시 치위생과 학생의 업무에 대한 지도 치과의사의 의식구조에 관한 연구. 월간 치과연구. 1998;44(2):61-74
12. 전화연. 임상실습시 간호학생이 경험하는 스트레스요인에 관한 분석적 연구. 연세대학교교육대학원 석사학위 논문. 1984
13. Bell, J. M. Stressfull Life Events and Coping Methods in Mental Illness and Wellness Behaviors. Nursing Research 1977; 26(2): 136-140
14. 강현숙. 임상실습시 간호학생이 경험하는 스트레스와 스트레스 대처방법에 관한 연구. 공주전문대학 논문집 1990; 17: 185-207
15. Hardy, M. E., and Conway, M. E., Role Stress and Role Straing, Role Theory Perspectives For Health professionals, ed. by M. E. Hardy and M. E. Corway, Sppleton Century corfts 1973
16. 장종화. 성취동기와 임상실습만족도와와의 관계에 관한 연구. 중앙대학교사회개발대학원 석사학위 논문. 2000
17. 장계원. 임상실습시 경험하는 스트레스요인에 관한 연구. 진주간호보건전문대학 논문집 1998; 21(1): 107-125
18. 박현옥. 간호학생이 임상실습장에서 경험하는 스트레스 요인에 대한 분석적 연구, 연세대학교교육 대학원 석사학위 논문.

- 1982
19. Mackie, J.B. Comparison of Student Satisfaction with Education Experience in Two Teaching Process Model, *Nursing Research* 1973; 22(3): 262-266
 20. 장은수. 초등학교 아동의 성격특성 요인과 스트레스 대처양식과 관계연구. 한국교원대학교 석사학위 논문. 1994
 21. 최현영. 간호학생의 임상수행능력과 스트레스요인과의 관계연구. 조선대학교대학원 석사학위 논문. 1991
 22. 조금숙. 간호사의 스트레스 지각정도, 대처유형, 사회적지지 정도, 스트레스 증상간의 관계연구. 고려대학교 교육대학원 석사학위 논문. 1997
 23. 박선영. 간호사의 직업관과 스트레스 대처방식이 업무만족감과 갈등에 미치는 영향. 한양대학교 교육대학원 석사학위 논문. 1998
 24. 이진희. 임상실습시 간호학생이 경험하는 스트레스와 스트레스 대처방법에 관한 연구. *중양의학* 1993; 58(7): 445-463
 25. Wilson, H.S. and Levy, J. Why R. N. Students Drop Out, *Nursing Outlook*, 1978; 26(7): 437-441
 26. Sobol, E. G. Self-Actualization and the Baccalaureate Nursing, Student's Response to Stress, *Nursing Research* 1978; 27(4)

Abstract

According to the clinical training, the study of stresses and coping ways of stresses

Yong-Ok Nam, Jong-Hwa Jang¹, Sun-Sook Kim²

Dept. of Dental Hygiene, Wonkwang Health Science College,

Dept. of Dental Hygiene, Shinsung College¹,

Dept. of Dental Hygiene, Suwon women's College²

Key Words: stresses, coping ways of stresses, clinical training

This is a section study for research of main cause and coping ways caused by stresses during the clinical experiment. It was researched by 231 students of third grade have finished clinical experiment until September though questionnaire.

The methods for this study used the a stress measuring instrument that was used by Hoa-Yun Jun and coping ways of stresses devised by Bell. We computed the frequency and the mean value by the SPSS 10.0 statistical data and we got the following result that from the experiment with t-test and the ANOVA analysis.

1. The mean value of stresses indicated rather higher states in figures 2,855 and the figures that were classified by each areas, indicated highest figures are affected by circumstances, that is 3,065.
2. As higher as the degree of satisfactions in their major, students feel stress less so, the result was not quite different between each of them($p=0.007$).
3. The coping ways of stresses indicated similar differences by using of long-term coping ways and short-term coping ways to cope with stresses($p=0.000$).
4. In case of the students who failed college entrance exams and prepared for the next chance for more than one year, indicated highest figures that is 2.57 in short-term ways to cope with stresses, so it showed slightly differences between them($p=0.014$).
5. According to the satisfactions of clinical experiments, there were not any statistical differences in long-term coping ways but, as smaller as the satisfactions, in that evidence of

the students use short-term coping ways, it showed slightly differences between them($p=0.041$).

6. According to the degree of stresses, low-stress groups use short-term coping ways more than high-stress groups, so it showed slightly differences between them($p=0.001$).
7. As far as the using of long-term coping ways, the figures of between the lower stress groups and the higher stress groups indicated 2.89 and 2.97 respectably so, the figures were not so closed.