한국치위생학회지 2010 ; 10(4) : 735-744

치과위생사 국가시험을 앞둔 수험생의 스트레스 영향요인에 관한 연구

임미희

한양여자대학 치위생과

A study on stress factors of testees for the national dental hygiene certification examination

Mi-Hee Lim

Department of Dental Hygiene, Hanyang Women's University

ABSTRACT

Objectives : The purpose of this study was to examine the stressors and stress-adaptation patterns of students preparing for the national dental hygiene certification examination.

Methods : The subjects in this study were dental hygiene juniors in four selected colleges located in the metropolitan area. After a survey was conducted, the collected data were analyzed.

Results : 1. Concerning motivation of choosing the department of dental hygiene, the largest group that accounted for 72.2 percent chose it due to employment prospects. As to satisfaction level with the department, 40.4 percent were satisfied. In relation to employment prospects, 54.1 percent thought the prospects were bright. 2. They got a mean of 3.23 in stressors. To be specific, they felt the most stress due to test anxiety(3.70), followed by leisure insufficiency (3.21), the uncertainty of the future(3.18) and parental pressure(2.64). 3. They got a mean of 2.02 in stress-adaptation method. They got 2.31 and 1.72 in long-term and short-term adaptation respectively, which showed that long-term stress adaptation method were more prevailing than short-term ones. 4. As for the relationship of the stressors, there was positive correlation among all the test anxiety, future uncertainty, leisure insufficiency and parental pressure, and their correlation was statistically significant($p<0.000$). 5. Regarding connections between general characteristics and the stressors, whether they spent two years or more for college admission, satisfaction level with the dental hygiene department, employment prospects and health status made significant differences to the stressors ($p<0.05$), and there were significant gaps in adaptation patterns according to academic standing, satisfaction level with the department and health state($p<0.05$).

Conclusions : The dental hygiene students were under great pressure since they had to prepare for the national dental hygiene certification examination to become a certified dental hygienist, one of professional health care workers. Therefore stress counseling programs and stress-coping programs should be developed to relieve the stress of dental hygiene students who are going to take the national dental hygiene certification examination. And they should be assisted to stay away from stress and to handle their stress in a more active manner. (J Korean Soc Dent Hygiene 2010 ; 10(4) : 735-744)

Key words : long-term adaptation method, short-term adaptation method, stress, stress factor

색인 : 단기 적응방법, 스트레스, 스트레스 요인, 장기 적응방법

교신저자 : 임미희 우) 700-412 서울시 성동구 행당동 17 한양여자대학 치위생과

전화 : 02-2290-2570 Fax : 02-2290-2579 E-mail : mhlim2@hanmail.net

※ 본 연구는 2009년도 2학기 한양여자대학 교내연구비에 의하여 연구됨.

접수일-2010년 7월 29일 수정일-2010년 8월 25일 게재확정일-2010년 8월 25일

1. 서론

국가시험 준비생이란 어떤 자격이나 면허를 주기 위하여 국가에서 주관하는 여러 가지 시험에 응시하려는 학생을 말한다. 청년기는 인생의 다른 어떤 시기보다도 생동감이 넘쳐흐르며, 꿈을 추구하고, 미래에 대한 무한한 가능성을 소요하고 있는 시기이지만, 반면 방황과 갈등의 시기라고 할 수 있다[1]. 이러한 시기에 수험생활을 선택한 국가시험 준비생들은 많은 스트레스에 노출되어 있다고 볼 수 있다.

스트레스는 단순히 환경적 자극이나 개인의 반응이 아닌 개인과 환경과의 상호작용의 결과로서, 각 개인은 스트레스 유발요인에 대한 객관적 자극보다 개인의 주관적 평가에 따라 스트레스의 정도가 결정된다[2]. 한 개인이 어떤 특정한 상황에서 환경적인 요구에 대하여 자신에게 위협이 될 가능성이 있다고 받아들이며 자신의 능력으로 이러한 환경적 요구에 대하여 자신 있게 대처할 수 있는 능력이 결여되어 있다고 느낄 때에 이러한 상황을 스트레스로 받아들이게 된다. 즉 환경과 개체와의 상호작용에 의하여 불안이 야기될 수 있는데 이러한 환경적인 요인으로서의 시험은 학생들에게 중요한 스트레스 요인으로 작용하고 있다[3]. 특히, 입학시험이나 각종 자격증 취득 및 취직시험에서의 결과는 한 개인의 일생에 중요한 계기가 되므로 이와 같은 시험에 직면하게 되면 누구나 정도의 차이는 있을지라도 시험불안을 경험하게 되며, 적절한 불안은 학습동기를 유발시켜 성적의 향상에 도움을 주지만 일정수준을 넘어설 경우에는 오히려 학습과 행동의 능률을 저하시킬 수 있다. 이러한 시험으로 인한 불안은 인지적 측면의 걱정과 근심, 정서적 측면의 초조나 긴장 등이 복합적으로 작용하여 발생하는 것이라고 볼 수 있다[4].

국가시험을 준비하는 치위생과 학생들의 입장에서 학생들이 받는 스트레스는 학습효과를 저해하고, 스스로의 자존감을 저하시키는 원인이 될 수 있으며 학생들의 학교 적응력과 학습도를 저해하고 있다고 본다.

국가시험으로 인한 정신적 압박 속에서 매주 치루어지는 잦은 모의고사, 시험에 대한 정보부족, 체력적 부담, 공부 시간의 부족, 많은 분량의 과제물, 교과과정 외의 특강 등으로 많이 지치고 힘들어하며, 이런 상황에 처한 개인은 자신이 지니고 있는 특성에 따라 다양한 스트레스 적응방법을 보일 수 있다. 스트레스 적응방법은 문제가 있는 상황에서 자신이 얼마나 유능할 것인가에 대한 개인의 신념이자 판단으로[5] 스트레스 기간 동안 개인이 그 상황에 잘 적응하도록 돕는 것으로[6] 나름대로의 적응방법을 시도하여 긴장을 완화시키려고 노력하나 많은 학생들은 효과적인 적응방법을 사용하지 못하고 부정적인 방법을 사용하거나 스트레스 상황을 일시적으로 회피하려 하여 오히려 심각한 건강문제를 야기시켜 질병으로 인한 지각과 결석률을 증가시키고 있어 스트레스에 대한 효율적인 적응방법에 대한 필요성을 느끼게 되었다.

그러나, 지금까지 국내에서 치위생과 학생들의 스트레스에 관한 기존 연구는 임상실습과 관련된 스트레스에 대한 연구[7]가 보고되었으나 국가시험과 관련한 연구는 미흡한 실정이며, 더군다나 국가시험 준비생의 스트레스를 감소시키기 위한 구체적인 도구나 프로그램은 거의 부재한 실정이다.

이에 본 연구는 시험 스트레스에 대한 적절한 중재를 받지 못하는 국가시험이라는 압박 상황속에서 겪게 되는 불안, 고립감 등 학생들이 경험하는 스트레스와 이것을 해결하기 위해 주로 사용하는 스트레스 적응방법 등을 조사함으로써 스트레스로 인한 여러 가지 건강문제를 완화시킬 수 있는 스트레스 상담 프로그램과 스트레스 완화 프로그램의 개발을 위한 기초자료를 제공하고자 실시하였다.

2. 연구대상 및 방법

2.1. 연구대상

본 연구는 임의표본추출방식으로 수도권지역에 소재한 네 곳의 대학을 선정하여 치위생과 3학년 학생들을 대상으로 2009년 11월 23일부터 12월 12일까지 실시하였다. 자료수집은 자기 기입식으로 구조화된 설문지를 배포하여 설문에 응답하도록 한 후 회수하였다. 총 310부를 배부하여 회수된 280부 중 응답이 불충분한 10부를 제외한 270부를 연구대상으로 하였다.

2.2. 연구도구

2.2.1 스트레스 영향요인

본 연구에서는 국가시험을 앞둔 치위생과 3학년 학생의 스트레스에 영향을 주는 요인을 알아보기 위해 이와 정[8]이 개발하고 이[9]가 활용한 설문지를 기초로 각 문항을 4개 영역으로 나누어 총 20문항으로 스트레스에 영향을 미치는 요인을 알아보는 도구로 사용하였고, Likert 5점 척도로 점수가 높을수록 해당 영역의 스트레스를 많이 경험하고 있음을 의미하며, 본 연구에 사용된 스트레스 영향요인에 대한 신뢰도 측정에서는 측정도구의 Cronbach's 계수 0.854로 나타났다.

2.2.2 스트레스 적응방법

본 연구에 사용된 설문은 스트레스에 직면했을 때 대처할 수 있는 한계 내에서 일시적으로 스트레스나 긴장을 경감 혹은 제거시킬 수 있는 적응방법을 알아보기 위하여 Bell[10]의 스트레스 적응방법 34문항을 번안하여 사용하였고, 신뢰도가 낮은 문항을 제외한 장기 적응방법 5문항, 단기 적응방법 23문항으로 사용하였으며 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '항상 그렇다' 4점으로 점수가 높을수록 해당 적응방법을 많이 사용하고 있음을 의미하며, 본 연구에 사용된 적응방법에 대한 신뢰도 측정에서는 측정도구의 Cronbach's 계수 0.727, 0.814로 나타났다.

2.3. 통계분석

통계분석은 SPSS WIN 12.0프로그램을 사용하여 분석하였다. 대상자의 일반적인 특성은 빈도와 백분율을 산출하였고, 치과위생사 국가시험을 앞둔 수험생의 스트레스 영향요인 및 스트레스 적응방법은 평균과 표준편차를 산출하였다.

스트레스 영향 하위 4개 항목 시험불안, 미래 불확실성, 여가부족, 부모압력에 대하여 변수들간의 관련성을 파악하기 위하여 Pearson의 상관분석을 실시하였다.

일반적 특성에 따른 스트레스 영향요인 및 적응방법의 차이를 비교하기 위하여 t-test와 일원분산분석을 실시하고, 사후 분석을 위하여 Duncan's multiple comparison test를 시행하였다.

3. 연구성적

3.1. 연구대상자의 일반적 특성

연구대상자의 특성은 〈표 1〉에서 보는 것과 같이 나이, 종교, 재수경험, 치위생과 선택동기, 성적, 거주형태, 통학시간, 치위생과 만족도, 취업전망, 건강상태에 대해 조사하였다. 연구대상자의 평균나이는 22.5세로 22세의 응답자가 45.2%였다. 재수경험은 없다가 82.6%, 재수경험이 있다가 17.4%였고, 치위생과 선택동기는 '취업전망'이 72.2%, '입학 시 성적' 11.5%, '적성과 흥미' 11.1%, '담임선생님의 권유' 5.2% 순이었다. 학업성적은 '중' 60.4%, '상' 29.6%, '하' 10.0%였다. 치위생과 만족도는 '보통'이 47.4% '만족'이 40.4%였다. 취업전망은 '밝다'가 54.1%, '보통'이 34.8%였고, 건강상태는 '보통이다'가 38.1%, '건강하다'가 34.4%로 조사되었다.

3.2. 스트레스 영향요인

스트레스 영향요인의 전체 평균은 3.23점이었으며 영역별 요인으로는 시험불안 3.70점, 여가부족 3.21점, 미래 불확실성 3.18점, 부모압력 2.64점 순으로 스트레스 요인점수가 높게 나타났다. 구체적으로 살펴보면 시험불안 요인 중 가장 높은 점수를 나타낸 항목은 '공부해야 할 과목이 많다'로 4.51점이었으며, 다음으로 '시험준비로 인해 나의 생활이 피곤하다'가 4.03점, '공부하려고 책상에 앉으면 잡념이 생긴다'가 3.72점이었다.

미래 불확실성은 평균 3.18점이었으며 '시험에서 실패하면 나의 미래가 불확실하다'가 3.42점으로 가장 높은 점수를 나타내었다. 다음으로 '취미생활이나 자유시간을 가질 수 없다'가 3.40점이었다.

여가부족은 평균 3.21점이었으며 '시험이 얼마 남지 않은 듯하다'가 4.52점으로 가장 높았으며 다음으로 '하고 싶은 일을 마음대로 할 수 없다'가 3.57점으로 높았다.

부모압력은 평균 2.64점으로 4가지 항목 중 가장 낮은 평점을 나타내었다. 세부 항목으로는 '내가 시험에서 실패하면 부모님께서는 실망하고 나를 부끄럽게 여기실 것이다'가 3.40점으로 가장 높은 점수를 나타내었으며 다음으로 '내가 한가로이 시간을 보내고 있으면 부모님께서 공부 안 하느냐고 말씀하신다'가 2.70점이었다.

표 1. 일반적 특성

특성	구분	N	%
나이	21세 이하	67	24.8
	22세	122	45.2
	23세	38	14.1
	24세	15	5.6
	25세 이상	28	10.4
종교	불교	25	9.3
	기독교	81	30.0
	천주교	19	7.0
	기타	4	1.5
	무교	141	52.2
재수경험	있다	47	17.4
	없다	223	82.6
선택동기	적성과 흥미	30	11.1
	담임선생님의 권유	14	5.2
	입학 시 성적	31	11.5
	취업전망	193	72.2
성적	상	80	29.6
	중	163	60.4
	하	27	10.0
거주형태	자택	203	75.2
	하숙	5	1.9
	자취	49	18.1
	기타	13	4.8
치위생과만족도	매우 불만족	5	1.9
	불만족	20	7.4
	보통	128	47.4
	만족	109	40.4
	매우 만족	8	3.0
취업전망	매우 어둡다	4	1.5
	어둡다	10	3.7
	보통	94	34.8
	밝다	146	54.1
	매우 밝다	16	5.9
건강상태	매우 약하다	1	0.4
	약하다	40	14.8
	보통이다	103	38.1
	건강하다	93	34.4
	매우 건강하다	33	12.2
통학시간	1시간 미만	75	27.8
	1시간 - 2시간 미만	134	49.6
	2시간 - 3시간 미만	51	18.9
	3시간 이상	10	3.7
	합계	270	100.0

3.3. 스트레스 적응방법

스트레스 적응방법은 장기 적응방법과 단기 적응방법 2가지로 나누어 조사하였으며 그 결과는 〈표 3〉과 같다. 스트레스 적응방법의 전체 평균은 2.02점이었다. 그 중 장기 적응방법의 평균은 2.31점이었으며 '그 문제를 처리하기 위해 여러가지 다른 대책을 생각해 본다'가 2.47점으로 가장 높은 점수를 나타내었고, '조용히 앉아서 그 문제에 대해 생각해 본다'가 2.35점이었다. 단기 적응방법은 평균이 1.72점이었으며 '음악을 듣는다'가 2.85점으로 가장 높았고, '잠을 더 많이 잔다' 2.65점, '잡념이나 공상에 잠긴다' 2.63점 순으로 조사되었고, 전체적으로 단기 적응방법에 비해 장기 적응방법을 더 많이 사용하는 것으로 나타났다.

3.4. 스트레스 영향요인의 상관관계

스트레스 영향요인 시험불안, 미래 불확실성, 여가부족, 부모 압력 4개 항목의 관련성을 알아보기 위하여 피어슨의 상관분석을 실시한 결과 〈표 4〉와 같았다. 분석 결과 4개 항목 모두에서 양의 상관관계를 나타내었으며 통계적으로 유의하였다($p<0.000$). 그 중 시험불안과 미래 불확실성이 0.518로 가장 높은 상관관계를 나타내었으며($p<0.000$), 가장 약한 상관관계를 나타낸 항목은 여가부족과 부모압력간의 상관관계로 0.215였다($p<0.000$).

3.5. 일반적인 특성에 따른 스트레스 영향요인 및 적응방법의 차이

일반적인 특성에 따라 스트레스 영향 요인 및 적응방법의 차이를 분석하기 위해 일원분산분석과 t-test

표 2. 스트레스 영향요인

항 목		M	SD
시험불안	공부해야 할 과목이 많다.	4.51	0.694
	누군가 나를 라이벌로 생각하고 있다.	2.47	1.058
	공부하려고 책상에 앉으면 잡념이 생긴다.	3.72	0.910
	시험 준비로 인해 나의 생활이 피곤하다.	4.03	0.862
	노력에 비하여 성적이 나오지 않는다.	2.93	1.023
	계	3.70	0.521
미래	시험에서 실패하면 내 인생은 의미가 없을 것이다.	3.07	1.238
불확실성	나의 앞으로 경력은 시험을 잘 치르느냐 아니냐에 달려 있다.	3.09	1.119
	시험에서 실패하면 나의 미래가 불확실하다.	3.42	1.207
	수험 비용이 부담된다.	3.25	1.115
	나는 다른 사람과 나를 비교한다.	3.04	1.191
	취미 생활이나 자유 시간을 가질 수 없다.	3.40	1.155
	계	3.18	0.787
여가부족	친구들과 사귈 시간이 없다.	2.83	1.123
	이성 친구와 교제할 시간이 없다.	2.94	1.195
	친구와의 대화 내용은 주로 시험에 관한 것이다.	3.30	1.044
	하고 싶은 일을 마음대로 할 수 없다.	3.57	1.046
	시험이 얼마 남지 않은 듯하다.	4.52	0.715
	계	3.21	0.880
부모압력	부모님께서는 내가 밤늦게까지 공부하기를 원하신다.	2.57	1.098
	내가 한가로이 시간을 보내고 있으면 부모님께서 공부 안 하느냐고 말씀하신다.	2.70	1.212
	내가 시험에서 실패하면 부모님께서는 실망하고 나를 부끄럽게 여기실 것이다.	3.40	1.187
	부모님께서는 나를 다른 사람과 비교하신다.	1.88	0.995
	계	2.64	0.833
		3.23	0.551

표 3. 스트레스 적응방법

	항 목	M	SD
장기	그 문제를 처리하기 위해 여러가지 다른 대책을 생각해 본다.	2.47	0.760
	조용히 앉아서 그 문제에 대해 생각해 본다.	2.35	0.694
	그 문제에 대해 좀 더 자세히 알아본다.	2.32	0.654
	과거 경험을 살려서 해결한다.	2.27	0.723
	현재 이해한 것을 근거로 명확한 행동을 취한다.	2.16	0.715
	계	2.31	0.490
단기	음악을 듣는다.	2.85	0.953
	잠을 더 많이 잔다.	2.65	0.993
	잡념이나 공상에 잠긴다.	2.63	0.963
	영화, 연극, 운동경기를 구경하러 간다.	2.04	0.908
	그 문제를 잊기 위해 다른 일에 몰두한다.	1.96	0.808
	낙서를 한다.	1.87	0.905
	최악의 경우를 예상하고 대비한다.	1.84	0.844
	음식을 먹거나 담배를 피우거나 껌을 씹는다.	1.84	0.926
	운다.	1.80	0.886
	노래를 부르거나 소리를 지른다.	1.72	0.863
	화장을 하거나 미장원에 간다.	1.68	0.855
	드라이브나 여행을 간다.	1.60	0.773
	술을 마신다.	1.60	0.783
	그 문제에 대해 과장되게 큰소리로 떠벌린다.	1.57	0.742
	무작정 걷는다.	1.54	0.744
	머리를 긁거나 탁자를 두드리거나 손바닥을 비빈다.	1.53	0.735
	일어섰다 앉았다 하거나 왔다 갔다 한다.	1.47	0.745
	물건을 닥치는 대로 산다.	1.44	0.748
	전혀 이야기를 하지 않거나 식사를 하지 않는다.	1.34	0.629
	욕을 하거나 싸움을 한다.	1.27	0.660
	물건을 던지거나 부순다.	1.17	0.475
	약을 먹는다.	1.14	0.480
	점을 보러 간다.	1.13	0.428
	계	1.72	0.350

표 4. 스트레스 영향요인의 상관관계

	시험불안	미래 불확실성	여가부족	부모압력
시험평균	1			
미래 불확실성	0.518***	1		
여가부족	0.468***	0.442***	1	
부모압력	0.330***	0.447***	0.215***	1

*** 상관계수는 0.001 수준(양쪽)에서 유의

표 5. 일반적인 특성에 따른 스트레스 영향요인 및 적응방법의 차이

		영향요인	p	적응방법	p
재수경험	있다(N=47)	3.06 ±0.522	0.017*	2.69 ±0.745	0.683
	없다(N=223)	3.27 ±0.551		3.01 ±0.781	
성적	상(N=80)	3.21 ±0.569	0.514	2.07 ±0.331[a]	0.016*
	중(N=163)	3.26 ±0.560		2.02 ±0.339[a]	
	하(N=27)	3.14 ±0.439		1.85 ±0.370[b]	
선택동기	적성과 흥미(N=30)	3.11 ±0.580	0.326	2.01 ±0.386	0.810
	담임선생님 권유(N=14)	3.19 ±0.562		1.96 ±0.249	
	입학시 성적(N=31)	3.13 ±0.606		2.06 ±0.329	
	취업전망(N=195)	3.27 ±0.536		2.01 ±0.347	
치위생과 만족도	만족(N=117)	3.14 ±0.509[a]	0.000***	2.03 ±0.295[a]	0.008**
	보통(N=128)	3.24 ±0.557[a]		1.97 ±0.338[a]	
	불만족(N=25)	3.63 ±0.555[b]		2.20 ±0.506[b]	
취업전망	밝다(N=162)	3.12 ±0.516[a]	0.000***	2.01 ±0.306	0.875
	보통(N=94)	3.40 ±0.527[a]		2.03 ±0.375	
	어둡다(N=14)	3.47 ±0.758[b]		2.05 ±0.529	
건강상태	건강하다(N=126)	3.15 ±0.536[a]	0.000***	2.02 ±0.312[a]	0.019*
	보통(N=103)	3.21 ±0.535[a]		1.97 ±0.350[a]	
	약하다(N=41)	3.56 ±0.530[b]		2.15 ±0.394[b]	

* $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.001$

※ a, b는 사후분석결과임

검증을 실시하였다<표 5>. 스트레스에 영향을 주는 요인으로는 재수 경험, 치위생과 만족도, 취업전망, 건강상태에서 유의한 차이를 나타내었으며, 적응방법에서는 성적과 치위생과 만족도, 건강상태에서 유의한 차이를 나타내었다.

구체적으로 살펴보면 재수 경험이 없는 경우 스트레스가 3.27점으로 재수 경험이 있는 경우보다 높게 나타났으며, 통계적으로 유의한 차이를 나타내었다($p<0.05$). 치위생과 만족도는 '불만족'이 3.63점으로 '보통' 3.24점, '만족' 3.14점 보다 스트레스가 유의하게 높았다($p<0.001$). 취업전망은 '전망이 어둡다'가 3.47점으로 '보통이다' 3.40점, '전망이 밝다' 3.12점보다 유의하게 높게 나타났으며($p<0.001$), 건강상태에서는 '약하다'가 3.56점으로 '보통' 3.21점, '건강하다' 3.15점보다 유의하게 높게 나타났다($p<0.001$). 그러나 성적, 치위생과 선택동기 항목에서는 유의한 차이를 나타내지 않았다($p>0.05$).

스트레스 적응방법에서는 성적이 '하'인 그룹이 1.85점으로 '중'그룹 2.02점, '상'그룹 2.07점 보다 유의하게 낮게 나타나 스트레스에 적응하지 못하는 것으로 나타났고($p<0.05$), 치위생과 만족도는 '불만족'이 2.20점으로 '보통' 1.97점, '만족' 2.03점보다 유의하게 높았고($p<0.01$), 건강상태는 '약하다'가 2.15점으로 '보통' 1.97점, '건강하다' 2.02점보다 유의하게 높게 나타났다($p<0.05$).

4. 총괄 및 고안

본 연구는 국가시험 준비생의 시험 스트레스에 대하여 중재의 필요성을 인식하여 치위생과 학생들의 스트레스 요인과 적응방법에 대해 알아보고 연구에서 얻어지는 결과를 토대로 국가시험이라는 어려운 관문을 통과해야 하는 치위생과 학생들에게 가능한 스트레스 요인을 감소시켜주고 보다 효과적으로 스트레스에 적응하는 방법과 긍정적인 사고로 국가시험에 임하게 하는 학생생활지도의 기초자료로 활용하고자 실시하였다.

치위생과 선택동기는 '취업전망'이 72.2%로 가장 높게 나타났고, 치위생과 만족도는 40.4%가 '만족'하고 있는 것으로 나타났으며 취업전망은 54.1%가 '밝다'고

생각하는 것으로 나타나 이는 허 등[11]의 연구와 다른 선행연구들[12-14]과 같은 연구결과를 나타냈다. 이러한 결과는 우리사회의 높은 실업률로 학생들의 학과 결정에 있어 졸업 후 취업이 중요한 변수로 작용함을 알 수 있었고, 졸업 후 취업에 대한 부담감의 감소로 인해 학과만족도가 높게 나타난 것으로 사료된다.

스트레스 영향요인의 전체 평균은 3.23점이었으며 이는 박 과 이[15]의 연구 2.79점보다는 조금 높고, 허 등[11]의 연구 3.22점과는 비슷한 결과를 나타냈으며, 이러한 결과의 차이는 조사시점과 국가시험 사이에 기간에 따른 것으로 사료된다. 영역별 요인으로는 시험불안 3.70점, 여가부족 3.21점, 미래 불확실성 3.18점, 부모압력 2.64점 순으로 나타났다. 시험불안 요인 중 가장 높은 점수를 나타낸 항목은 '공부해야 할 과목이 많다'로 4.51점이었으며, 여가부족은 '시험이 얼마 남지 않은 듯하다'가 4.52점, 미래 불확실성은 '시험에서 실패하면 나의 미래가 불확실하다'가 3.42점, 부모압력은 '내가 시험에서 실패하면 부모님께서는 실망하고 나를 부끄럽게 여기실 것이다'가 3.40점으로 나타났다. 이는 박과 이[15]의 연구에서 치위생과 학생들의 스트레스원 중 '국가시험에 대한 걱정'이 4.34점으로 가장 높게 나타난 것과 강[3]과 허 등[11]의 연구에서 시험요인 중 가장 스트레스가 높게 나타난 항목으로 '국가고시에 대한 정보부족으로' 각각 3.99점, 3.58점으로 비슷한 결과를 나타내었고, 이는 치과위생사는 전문인력으로 졸업 시 국가시험을 통한 면허증 취득 유무가 졸업 후 취업에 직접적으로 영향을 주며 국가시험이 1년에 1회 시행됨에 따라 시험 실패 시 면허증 취득을 위해서 기다려야 하는 시간과 부모님께 드릴 실망 때문에 다른 스트레스 요인들보다 국가시험과 관련된 스트레스가 많은 것으로 사료된다.

스트레스 적응방법을 크게 장기 · 단기 적응방법으로 나누고 다시 세부항목으로 조사한 결과 전체 평균은 2.02점이었고, 그 중 장기 적응방법의 평균은 2.31점이었으며 단기 적응방법은 1.72점으로 단기 적응방법보다 장기 적응방법을 더 많이 사용하는 것으로 조사되었으며 이는 장기 적응방법 1.91점, 단기 적응방법 1.63점으로 조사된 강[3]의 연구와 비슷한 결과를 나타내었고, 이는 장기 적응방법은 스트레스적 상황을 변화시키기 위해 무엇인가를 행하는데 목표를 두는 반면, 단기 적응방법은 그 상황을 변경시키려는 시도를 하지 않고 유해한 상황을 단지 회피함으로써 심리적 불편감을 감소시키려고 하는 방법들이므로 스트레스 대처법은 단기 적응방법보다 장기 적응방법이 더 나은 적응결과를 가져온다고 볼 수 있어 본 연구 결과에서 3학년 학생들이 스트레스 상황에서 단기 적응방법보다 장기 적응방법을 많이 사용함은 다소 바람직한 결과라고 볼 수 있고, 추후 연구에서는 보다 정확한 치위생과 학생들의 스트레스 적응방법을 알아보기 위한 치위생과 학생들에게 적절한 측정도구의 개발이 이루어져야 할 것으로 사료된다. 장기 적응방법에서 세부항목으로는 '그 문제를 처리하기 위해 여러가지 다른 대책을 생각해 본다'가 2.47점으로 가장 높은 점수를 나타내었고, 다음으로 '조용히 앉아서 그 문제에 대해 생각해 본다'가 2.35점이었다. 단기 적응방법으로는 '음악을 듣는다'가 2.85점으로 가장 높았고, '잠을 더 많이 잔다' 2.65점, '잡념이나 공상에 잠긴다' 2.63점 순으로 조사되었다.

스트레스 영향요인들 간의 관련성을 알아보기 위하여 피어슨의 상관분석을 실시한 결과 시험불안, 미래 불확실성, 여가 부족, 부모 압력 4개의 요인 모두에서 양의 상관관계를 나타내었으며 통계적으로 유의하였다 ($p<0.000$). 그 중 시험불안과 미래 불확실성이 0.518로 가장 높은 상관관계를 나타내어($p<0.000$) 시험불안이 커지면 커질수록 미래의 불확실성에 대한 생각 또한 커지는 것으로 나타났다.

일반적인 특성에 따른 스트레스 영향요인의 차이는 재수 경험이 없고, 치위생과에 불만족하고 있으며 취업전망 또한 어둡다라고 생각하고 건강상태가 약할 때 스트레스를 더 많이 받는 것으로 나타나($p<0.05$) 스트레스를 감소시키기 위한 방안으로 치위생과에 대한 학과만족도가 높아지고 취업전망에 대한 생각이 바뀔 수 있도록 하는 방안이 모색되어야 할 것으로 사료된다. 스트레스 적응방법의 차이는 성적과 치위생과 만족도, 건강상태에서 유의한 차이를 나타내었다($p<0.05$).

이상의 연구결과를 통해 치위생과 학생들은 재학 중 치과위생사 국가시험을 준비하고, 보건전문인력인 치과위생사로서 갖추어야 할 필수 요소인 지식과 태도를 갖추기 위해 많은 스트레스를 경험하고 있었다. 따라서 국가시험을 앞둔 치위생과 학생들이 경험하는 스트레스를 감소시키고 스트레스를 받을 수 있는 상황을 사전

에 예방하며 학생들 스스로 적극적인 자세로 스트레스에 대응할 수 있도록 스트레스 상담 프로그램과 스트레스 완화 프로그램의 개발이 필요하다고 판단된다.

그러나 본 연구는 표본의 수집을 설문지에 의존하였기 때문에 조사대상자의 답변에 대한 신뢰도를 완전히 보장하기 어려우며, 조사대상자를 일부 치위생과 학생들로 국한시켰으므로 모든 치위생과 학생에게 연구결과를 일반화시키는 데 한계가 있다. 향후 좀 더 폭넓은 대상자를 선정하여 연구하여야 하며, 치위생과 학생들에게 효과적으로 적용시킬 수 있는 스트레스 중재방안에 대한 연구 또한 함께 이루어져야 할 것으로 사료된다.

5. 결론

본 연구는 치과위생사 국가시험을 앞둔 학생들의 스트레스 영향요인과 스트레스 적응방법을 알아보고자 수도권지역에 소재한 네 곳의 대학을 선정하여 치위생과 3학년 학생들 270명을 대상으로 조사 분석하여 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 치위생과 선택동기는 취업전망이 72.2%로 가장 높게 나타났고, 치위생과 만족도는 40.4%가 만족하고 있는 것으로 나타났으며 취업전망은 54.1%가 밝다고 생각하는 것으로 나타났다.
2. 스트레스 영향요인의 전체 평균은 3.23점이었으며 영역별 요인으로는 시험불안 3.70점, 여가부족 3.21점, 미래불확실성 3.18점, 부모압력 2.64점 순으로 나타났다.
3. 스트레스 적응방법은 2.02점이었고, 그 중 장기 적응방법의 평균은 2.31점이었으며 단기 적응방법은 1.72점으로 단기 적응방법보다 장기 적응방법을 더 많이 사용하는 것으로 조사되었다.
4. 스트레스 영향요인 간의 관련성은 시험불안, 미래 불확실성, 여가 부족, 부모 압력 4개의 요인 모두에서 양의 상관관계를 나타내었으며 통계적으로 유의하였다($p<0.000$).
5. 일반적인 특성에 따른 스트레스 영향요인의 차이는 재수 경험, 치위생과 만족도, 취업전망, 건강상태에서 유의한 차이를 나타내었으며($p<0.05$), 적응방법에서는 성적과 치위생과 만족도, 건강상태에서 유의한 차이를 나타내었다($p<0.05$).

참고문헌

1. 김애순. 청년기 갈등과 자기이해. 서울:시그마프레스; 2005.
2. 박시범. 전문대생의 스트레스 대처방식에 관한 연구. 학생생활연구 1998;7(1):127-160.
3. 강정희. 간호과 국시를 앞둔 수험생의 스트레스 영향요인에 관한 연구. 경복대학논문집 2001;(5):537-555.
4. Folkman S, Lazarus RS. If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. Journal of Personality and Social Psychology 1985;47:153-174.
5. Zimmerman BJ, Martinez-Pons M. Student difference in self-regulated learning: Relating grade, sex and giftedness self-efficacy and strategy use. J Educpsychol 1990;82:51-59.
6. Lazarus RS, Folkman S. Stress, appraisal, andcoping. New York: Springer;1984.
7. 이춘선. 치과위생사가 임상활동 시 경험하는 스트레스 요인 분석연구. 동남보건대학논문집 1998;(2):151-160.
8. 이미리, 정현숙. 청소년들의 입시스트레스 척도 개발 연구. 한국심리학회지 1997;10(1):144-154.
9. 이희자. 대입 수험생의 입시스트레스가 정신건강에 미치는 영향. 한국교원대학교 대학원 석사학위논문 2007.
10. Bell JM. Stressful life event and cooing method in mental illness and weillness behavior. Nursing Research 1977;26(2):89-98.
11. 허남숙, 박정희, 김은희. 국가시험을 앞둔 치위생과 학생들의 성격유형에 따른 스트레스 요인 및 대처방안. 한국치위생교육학회지 2009;9(2):57-71.
12. 송윤신, 권순복, 안금선 외 3인. K대학 치위생과 재학생의 학과만족도 조사연구. 경복대학논문집 2003;(7):297-371.
13. 권홍민. 치위생과 학생의 전문직 사회화 과정에 관한 연구. 경희대학교 행정대학원 석사학위논문 2002.
14. 임근욱. 일부 치위생과 학생들의 학과 선택 만족도 및 진로방향에 대한 연구. 원광대학교 보건환경대학원 석사학위논문 2004.
15. 박일순, 이선희. 일부 치위생과 학생의 스트레스원과 대처방식에 관한 연구. 한국치위생교육학회지 2008;8(4):251-263.