

치과위생사의 자기효능감이 스트레스 대처방식에 미치는 영향

원영순 · 박소영 · 김정숙¹

벽성대학 치위생과, ¹충북보건과학대학교 치위생과

A study on the effect of self-efficacy and stress-coping method of dental hygienist

Young-Soon Won · So-Young Park · Jeong-Suk Kim¹

Dept. of Dental Hygiene, Byuksung College

¹*Dept. of Dental Hygiene, Chungbuk health&science University*

ABSTRACT

Objectives : The purpose of this study was to examine the impact of the self-efficacy of dental hygienists on their stress-coping method.

Methods : The subjects in this study were the dental hygienists in dental institutions that were selected by convenience sampling from Jeonju, Iksan, Gimjei and Gunsan in North Jeolla Province. A survey was conducted by using structured questionnaires.

Results : A regression analysis was carried out to see whether self-efficacy would affect stress-coping method, and it's found that those whose overall self-efficacy was better made more use of an overall stress-coping method($p > 0.001$). General and social self-efficacy exerted a significant influence on a problem-oriented stress-coping method($p > 0.001$, $p > 0.01$), and general and social self-efficacy had an impact on a stress-coping method of social support pursuit($p > 0.01$, $p > 0.01$). In addition, general and social self-efficacy exercised an influence on a stress-coping method of wishful thinking($p > 0.01$, $p > 0.05$).

Conclusions : The self-efficacy of the dental hygienists affected their own stress-coping method, and the finding of the study suggests that a lot of efforts should be made from diverse angles to boost the self-efficacy of dental hygienists.

key words : Self-efficacy, Stress-coping

색인 : 스트레스 대처방식, 자기효능감

Received : 17 July 2012, Revised : 17 October 2012, Accepted : 20 October 2012

Corresponding Author : Jeong-Suk Kim, Department of Dental Hygiene, Chungbuk Health&Science University, 10 Deogam-gil, Naesu-eup, Cheong Won-gun, Chungbuk 363-794, Korea.
Tel:+82-43-210,8392,+82-10-2352-8392 Fax:+82-43-210-8392 E-mail: cute-jskim@hanmail.net

Copyright©2012 by Journal of Korean Society of Dental Hygiene

This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in medium, provided the original work is properly cited.

1. 서론

현대사회의 급변하는 사회변화와 과학기술의 발달은 치과의료 시설 및 의료 기술의 높은 발전을 가져왔다. 이는 구강건강에 일익을 담당하고 있는 치과위생사의 업무가 더욱 전문화, 세분화됨에 따라 그 역할은 더욱 복잡해졌으며, 그에 따르는 직무수행 과정에서 생기는 많은 업무량, 불분명한 업무, 단순한 업무 등으로 다양한 스트레스를 경험하게 된다¹⁾. 이러한 스트레스가 적절하게 해소되지 못하고 누적됨으로써 심한 좌절감이나 무력감, 상실감 등을 느끼며, 생활과 건강까지도 악영향을 받게 된다²⁾.

최근 급격하게 변화하는 사회 속에서 인간이 경험하게 되는 스트레스는 매우 중요한 주제로 발견됨에 따라 많은 관심을 갖게 되었고, 이에 바람직하게 사회적 적응을 할 수 있는 다양한 전략이 필요하게 되었다. 스트레스 상황에 부딪히면 누구나 대처방법을 사용하게 되므로 스트레스가 우리에게 문제되는 것만큼 그에 대한 대처의 문제도 중요하다고 할 수 있다. 이러한 스트레스와 관련하여 자기효능감은 긴장을 유발하는 사건에 대한 대처방식에 영향을 주는 요인으로 설명되고 있다³⁾.

자기효능감은 어떤 결과를 얻기 위해서 성공적으로 수행 할 수 있는 개인의 능력에 대한 신념을 뜻한다. 자기효능감이 행동과 환경의 선택에 영향을 미쳐서 자신이 특정 상황을 처리할 수 있는 능력이 없다고 여길 때는 그 상황을 회피하나, 자신이 그 상황을 처리할 수 있다고 여길 때에는 자신을 가지고 대처행동을 수행한다고 하였다⁴⁾. 이를 통해 자기효능감이 문제 상황이나 스트레스 상황에서 스트레스를 더 적게 지각하고 적절하게 대처하는데 많은 영향을 미칠 것으로 생각해 볼 수 있으며, 스트레스 대처방식과도 관련이 있을 것이라 생각해 볼 수 있다.

청소년들을 대상으로 흡연과 스트레스 및 자기효능감과의 관계를 살펴 본 이⁵⁾의 연구에서는, 스트레스를 높게 인식하는 집단일수록 흡연을 많이 하는 것으로 나타났으며 흡연과 자기효능감의 관계에서는 자기효능감이 높을수록 흡연을 적게 하는 것으로 보고한 바 있다. 정⁶⁾은 자기효능감이 높을수록 좋은 학업성취를 가지며, 자기효능감이 높을수록 학교생활에 적응을 잘한다고 보고하였다. 또한 한⁷⁾의 연구에 의하면 자기효능감이 높은 대학생일수록 스스로 자

신의 스트레스를 관리하고 조절함으로써 스트레스 관련 증상이 낮아진다고 하였으며, 유 등⁸⁾도 자기효능감이 높은 경우에는 스트레스에 더 잘 대처하고 있다고 하였다. 이러한 선행연구들을 통해 치과위생사는 자기효능감이 높을수록 업무 스트레스에 긍정적으로 대처할 수 있으리라 예상할 수 있다. 반면에 자기효능감이 낮을수록 자신감 부족으로 인해 스트레스 대처에 부정적 영향을 줄 수 있을 것이다. 자기효능감은 현재 진행 중인 행동뿐 아니라 미래의 행동에도 영향을 미칠 수 있다. 또한 스트레스 자체에 대한 관심보다는 스트레스를 어떻게 관리하고 해소해서 스트레스 요인으로부터 피해를 최소화할 것인가가 더 중요하다고 생각된다. 이에 자기효능감과 스트레스 대처방식에 대하여 살펴보는 것이 중요하다고 할 수 있다.

지금까지 국내에서 실시된 치위생과 자기효능감과 스트레스 대처방식의 관련성 연구는 치위생과 학생들을 대상으로 실시한 스트레스 관련 연구⁹⁾, 치과위생사의 이직과 직무스트레스와의 관련성 연구¹⁰⁾, 치위생과 학생들의 자기효능감과 스트레스 관련 연구¹¹⁾들이 진행된 바 있다. 하지만 현재 임상에서 다양한 스트레스 원인에 노출되어 있는 치과위생사들을 대상으로 자기효능감과 스트레스 대처방식에 관련된 연구는 없는 실정이다. 이에 본 연구는 치과위생사들의 자기효능감이 스트레스 대처방식에 미치는 영향을 살펴보고, 자기효능감 향상 및 치과위생사들의 업무 효율을 증대시키기 위한 스트레스 관리 방안 마련에 필요한 기초자료를 제공하자고 본 연구를 시도하였다.

2. 연구대상 및 방법

2.1. 연구대상 및 방법

본 연구는 2011년 9월 5일부터 9월 21일까지 편의표본 추출법으로 선정한 전라북도 전주시, 익산시, 김제시, 군산시 소재의 치과의료기관에 근무하는 치과위생사를 대상으로 실시하였다. 자료의 수집은 아르바이트생을 고용하여 치과의료기관을 직접 방문하였으며, 배부된 설문지는 250부였다. 그 중 210부가 회수되었고, 회수된 설문지 중 불성실하게 응답한 설문지 4부를 제외한 206부를 최종 분석자

료로 이용하였다.

2.2. 연구의 도구

본 연구의 도구는 구조화된 설문지로 자기효능감 23문항, 스트레스 대처방식 27문항, 일반적 특성 10문항으로 총 60문항으로 구성되었다.

2.2.1. 자기효능감

자기효능감은 Sherer 등¹²⁾이 개발한 척도를 Hong¹³⁾이 번안하고 보완한 것을 그대로 사용하였으며, 이 척도는 일반적 자기효능감과 사회적 자기효능감의 두 하위척도로 구성되어 있다. 일반적 자기효능감은 1번에서 17번까지 17문항이고, 사회적 자기효능감은 18번에서 23번까지 6문항으로 총 23문항으로 구성되어 있다. '매우 그렇지 못하다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'의 5점 척도로 구성되었으며, 부정문항은 채점 시 역전시켜 환산한 후, 각 문항의 점수를 합산하여 이용하였다. 각 항목에 관한 신뢰도 계수는 다음과 같다. 일반적 자기효능감은 0.78, 사회적 자기효능감은 0.63으로 나타났으며, 전체 효능감은 0.81이었다.

2.2.2. 스트레스 대처방식

스트레스 대처방식의 척도는 Lazarus와 Folkman¹⁴⁾이 제작하고, 김¹⁵⁾이 번안한 것으로서 4개의 하위영역 27개 문항을 사용하였다. 문제지향적 대처방식은 6문항, 사회적 지지추구 대처방식은 6문항, 정서완화적 대처방식은 8문항, 소망적사고 대처방식은 7문항으로 구성되었다. 각 문항에 대한 대답은 5점 Likert type을 사용하였으며, 각 영역의 신뢰도 검사 결과, 문제지향적 대처방식은 0.6392, 사회적 지지추구 대처방식은 0.6169, 정서완화적 대처방식은 0.2164, 소망적사고 대처방식 0.5780이었다. 전체 스트레스 대처방식의 신뢰도는 Cronbach α = 0.7856이었다.

2.3. 자료분석 방법

수집된 자료는 SPSS Window Program 19.0 version (IBM, United States)을 이용하여 분석하였다. 일반적 특성에 따른 전체 자기효능감과 전체 스트레스 대처방식의 차이는 각각 자기효능감 및 스트레스 대처방식의 하부영역 별로 t-test와 ANOVA를 사용하여 검토하였다. 자기효능

감이 스트레스 대처방식에 미치는 효과는 회귀분석을 통하여 검토하였다.

3. 연구성적

3.1. 연구대상자의 일반적 특성

연구대상자의 연령은 26~30세가 가장 많은 분포를 보였고, 결혼상태는 미혼이 64.1%로 과반수 이상을 차지하고 있었다. 종교는 무교가 41.3%, 교육정도는 전문학사가 88.3%, 근무기관은 개인치과의원이 78.6%, 근무경력은 5년 미만이 48.1%로 각 영역별 높은 분포를 보였다. 현 근무지의 만족도는 보통이 52.4%, 만족이 33.5%, 불만족이 14.1%의 순서를 보였다. 현 근무지에서 계속 근무하기를 희망하는지에 대한 질문에 보통이 43.7%, 계속 근무를 희망하는 경우가 34.5%, 희망하지 않은 경우가 21.8%의 순서를 보였다(Table 1).

3.2. 연구대상자의 일반적 특성에 따른 자기효능감과 스트레스 대처방식

3.2.1. 일반적 특성에 따른 자기효능감

자기효능감을 전체와 하위영역인 일반적 효능감과 사회적 효능감으로 구분하여 각각 살펴보았다(Table 2). 먼저 연령의 경우 36세 이상에서 전체 자기효능감과 일반적 효능감이 가장 높은 것으로 나타났으며, 통계적으로 유의한 차이를 보였다($p < 0.01$). 교육정도별로는 전체 자기효능감, 일반적 효능감과 사회적 효능감 모두에서 전문학사보다 학사 이상에서 효능감이 높은 것으로 나타났으며, 유의한 차이를 보였다($p < 0.001$, $p < 0.001$, $p < 0.05$). 연봉별로는 2,500미만보다 2,500이상에서 전체 자기효능감이 높았다($p < 0.05$).

3.2.2. 일반적 특성에 따른 스트레스 대처 방식

스트레스 대처방식을 전체와 하위영역인 문제지향적, 사회적 지지추구, 정서완화적, 소망적 사고로 구분하여 각각 살펴보았다(Table 3). 연령의 경우 36세 이상에서 전체 스트레스 대처방식을 많이 이용하고 있는 것으로 나타났으

Table 1. The general characteristics of the subjects

Variables	N	%
Age		
20 ~ 25	70	34.0
26 ~ 30	77	37.4
31 ~ 35	31	15.0
> 36	28	13.6
Marital Status		
Unmarried	132	64.0
Married	72	35.0
Others	2	1.0
Religion		
Christian	74	35.9
Buddhism	12	5.8
Catholic	22	10.7
Unreligiousness	85	41.3
Others	13	6.3
Education level		
College	182	88.3
University	24	11.7
Workplace		
Dental clinic	162	78.6
Network Dental Clinic	42	20.4
University hospitals & General hospitals	4	1.0
Working career		
< 5	99	48.1
5 ~ 10	59	28.6
≥ 11	48	23.3
Annual income		
< 2,500,000	156	75.7
≥ 2,500,000	50	24.3
Workplace Satisfaction		
Dissatisfaction	29	14.1
Neutral	108	52.4
Satisfaction	69	33.5
Hoping to keep working at the current workplace		
No	45	21.8
Neutral	90	43.7
Yes	71	34.5
total	206	100.0

며, 통계적으로 유의한 차이를 보였다($p<0.01$). 소망적 사고방식은 20~25세에서 많이 이용하고 있었으며, 통계적으로 유의한 차이가 인정되었다($p<0.01$). 종교별로는 기타의 경우에서 정서완화적 스트레스 대처방식을 많이 이용하고 있었다($p<0.05$). 연봉별로는 2,500 미만보다 2,500 이상이 문제지향적 스트레스 대처방식을 많이 이용하고 있었다($p<0.05$). 현 근무지에서 만족하는 경우일수록 전체 스트레스 대처방식을($p<0.05$), 문제 지향적 스트레스 대처방식을 많이 사용하고 있는 것으로 나타났다($p<0.01$). 현 근무

지에서 계속 근무하기를 희망하는 경우일수록 문제지향적 스트레스 대처방식을 많이 이용하고 있었으며, 통계적으로 유의하였다($p<0.01$).

3.3. 자기효능감이 스트레스 대처방식에 미치는 영향

자기효능감이 스트레스 대처방식에 영향을 미치는가를 살펴보기 위해 회귀분석을 실시한 결과는 〈Table 4〉에 제시되어 있다. 전체 자기효능감이 전체 스트레스 대처방

Table 2. Self-efficacy according to the general characteristics

Variables	Overall self-efficacy	t/ F	General self-efficacy	t/ F	Social self-efficacy	Mean±Std.
Age		5.031 ^{**}		4.923 ^{**}		2.206
20 ~ 25	3.30±0.33	(0.002)	3.30±0.35	(0.003)	3.31±0.43	(0.089)
26 ~ 30	3.22±0.31		3.23±0.35		3.19±0.45	
31 ~ 35	3.24±0.38		3.25±0.43		3.24±0.44	
> 36	3.52±0.49		3.54±0.47		3.45±0.71	
Marital Status		0.792		0.558		1.036
Unmarried	3.28±0.35	(0.454)	3.28±0.36	(0.573)	3.27±0.47	(0.357)
Married	3.29±0.40		3.31±0.43		3.25±0.51	
Others	3.61±0.74		3.56±0.79		3.75±0.59	
Religion		0.217		0.524		0.358
Christian	3.29±0.36	(0.929)	3.28±0.37	(0.718)	3.30±0.47	(0.838)
Buddhism	3.35±0.47		3.41±0.49		3.18±0.56	
Catholic	3.27±0.40		3.24±0.44		3.34±0.56	
Unreligiousness	3.28±0.35		3.29±0.36		3.24±0.50	
Others	3.36±0.43		3.38±0.52		3.28±0.31	
Education level		-3.335 ^{***}		-3.307 ^{***}		-2.104 [*]
College	3.26±0.35	(0.001)	3.26±0.37	(0.001)	3.25±0.48	(0.037)
University	3.52±0.43		3.54±0.47		3.47±0.53	
Workplace		0.091		0.201		0.152
Dental clinic	3.29±0.37	(0.913)	3.30±0.40	(0.818)	3.27±0.51	(0.859)
Network Dental Clinic	3.27±0.36		3.27±0.38		3.27±0.41	
University hospitals & General hospitals	3.33±0.28		3.41±0.33		3.08±0.12	
Working career		2.570		2.369		1.291
< 5	3.30±0.35	(0.079)	3.01±0.37	(0.096)	3.28±0.46	(0.277)
5~10	3.21±0.32		3.21±0.32		3.19±0.46	
≥ 11	3.27±0.45		3.38±0.49		3.34±0.56	
Annual income		-2.013 [*]		-1.950		-1.389
< 2,500,000	3.26±0.34	(0.045)	3.27±0.37	(0.053)	3.24±0.47	(0.166)
≥ 2,500,000	3.38±0.42		3.39±0.44		3.35±0.54	
Workplace Satisfaction		1.901		1.905		0.875
Dissatisfaction	3.24±0.27	(0.152)	3.23±0.28	(0.151)	3.27±0.46	(0.418)
Neutral	3.26±0.35		3.27±0.38		3.23±0.46	
Satisfaction	3.36±0.42		3.37±0.44		3.33±0.54	
Hoping to keep working at the current workplace		1.587		1.719		0.681
No	3.27±0.34	(0.207)	3.26±0.36	(0.182)	3.29±0.46	(0.507)
Neutral	3.25±0.32		3.26±0.35		3.23±0.47	
Yse	3.35±0.43		3.37±0.45		3.31±0.53	

* p<0.05 ** p<0.01 *** p<0.001

식에 영향을 미치는 가의 회귀모형의 적합성은 48.283로 통계적으로 유의하였으며($p<0.001$), 이 모형은 19.1% 정도의 설명력을 보여주고 있다. 따라서 전체 자기 효능감 수준이 높을수록 전체 스트레스 대처방식을 많이 사용하고 있는 것을 알 수 있다. 문제지향적 스트레스 대처방

식을 종속변인, 일반적 및 사회적 효능감을 독립변인으로 한 회귀모형은 29.811의 적합성을 보였다. 또한 통계적으로 모두 유의한 영향을 미치고 있는 것으로 나타났으며($p<0.001$, $p<0.01$), 22.7%의 설명력을 보여주고 있다. 사회적 지지추구 스트레스 대처방식을 종속변인으로

Table 3. Stress-coping method according to the general characteristics

	Overall stress-coping method	t/ F	Stress-coping method of problem-oriented	t/ F	Stress-coping method of social support pursuit	t/ F	Stress-coping method of emotional relief	t/ F	Stress-coping method of wishful thinking	Mean \pm Std.
Age	4.728 **		2,299		2,461		3,055		4,353 **	
20 ~ 25	3.37 \pm 0.32 (0.003)		3.42 \pm 0.45 (0.079)		3.50 \pm 0.49 (0.064)		3.16 \pm 0.34 (0.029)		3.47 \pm 0.41 (0.005)	
26 ~ 30	3.31 \pm 0.26		3.40 \pm 0.41		3.43 \pm 0.37		3.13 \pm 0.31		3.34 \pm 0.41	
31 ~ 35	3.31 \pm 0.33		3.39 \pm 0.43		3.31 \pm 0.52		3.15 \pm 0.34		3.44 \pm 0.44	
> 36	3.56 \pm 0.39		3.64 \pm 0.58		3.63 \pm 0.61		3.34 \pm 0.37		3.37 \pm 0.46	
Marital Status	0.486		0.756		0.242		0.089		0.236	
Unmarried	3.35 \pm 0.31 (0.616)		3.42 \pm 0.45 (0.471)		3.45 \pm 0.47 (0.786)		3.17 \pm 0.34 (0.915)		3.43 \pm 0.43 (0.790)	
Married	3.38 \pm 0.34		3.47 \pm 0.48		3.48 \pm 0.51		3.18 \pm 0.34		3.47 \pm 0.43	
Others	3.54 \pm 0.03		3.75 \pm 0.35		3.67 \pm 0.00		3.25 \pm 0.35		3.57 \pm 0.00	
Religion	0.532		0.355		0.241		2.641 *		0.284	
Christian	3.39 \pm 0.34 (0.713)		3.46 \pm 0.46 (0.840)		3.48 \pm 0.49 (0.915)		3.21 \pm 0.32 (0.035)		3.46 \pm 0.44 (0.888)	
Buddhism	3.33 \pm 0.15		3.36 \pm 0.42		3.54 \pm 0.37		3.02 \pm 0.31		3.49 \pm 0.24	
Catholic	3.37 \pm 0.36		3.51 \pm 0.52		3.50 \pm 0.63		3.17 \pm 0.31		3.38 \pm 0.41	
Unreligiousness	3.34 \pm 0.32		3.41 \pm 0.45		3.43 \pm 0.47		3.12 \pm 0.34		3.44 \pm 0.46	
Others	3.45 \pm 0.28		3.46 \pm 0.40		3.44 \pm 0.32		3.39 \pm 0.42		3.52 \pm 0.39	
Education level	-1,167		-1,369		0,483		-1,404		-1,294	
College	3.36 \pm 0.32 (0.245)		3.42 \pm 0.45 (0.172)		3.47 \pm 0.47 (0.629)		3.16 \pm 0.33 (0.162)		3.43 \pm 0.43 (0.197)	
University	3.44 \pm 0.30		3.56 \pm 0.47		3.42 \pm 0.55		3.26 \pm 0.37		3.55 \pm 0.45	
Workplace	0.692		1,035		0,341		2,417		0,240	
Dental clinic	3.35 \pm 0.31 (0.502)		3.42 \pm 0.45 (0.357)		3.15 \pm 0.48 (0.712)		3.14 \pm 0.32 (0.092)		3.45 \pm 0.43 (0.787)	
Network Dental Clinic	3.42 \pm 0.35		3.51 \pm 0.49		3.50 \pm 0.49		3.27 \pm 0.40		3.43 \pm 0.44	
University hospitals & General hospitals	3.43 \pm 0.03		3.17 \pm 0.24		3.67 \pm 0.47		3.25 \pm 0.35		3.64 \pm 0.10	
Working career	0,854		0,700		0,347		0,268		1,302	
< 5	3.36 \pm 0.32 (0.427)		3.42 \pm 0.45 (0.498)		3.48 \pm 0.49 (0.707)		3.16 \pm 0.32 (0.765)		3.44 \pm 0.41 (0.274)	
5 ~ 10	3.33 \pm 0.28		3.41 \pm 0.42		3.42 \pm 0.42		3.16 \pm 0.33		3.39 \pm 0.40	
\geq 11	3.41 \pm 0.36		3.50 \pm 0.52		3.47 \pm 0.54		3.20 \pm 0.39		3.53 \pm 0.50	
Annual income	-1,913		-2,231 *		-0,658		-1,700		-1,275	
< 2,500,000	3.34 \pm 0.31 (0.057)		3.40 \pm 0.44 (0.027)		3.45 \pm 0.47 (0.511)		3.15 \pm 0.32 (0.091)		3.43 \pm 0.41 (0.204)	
\geq 2,500,000	3.44 \pm 0.35		3.56 \pm 0.48		3.50 \pm 0.52		3.24 \pm 0.39		3.51 \pm 0.48	
Workplace Satisfaction	4,090 *		7,540 **		0,418		2,600		1,677	
Dissatisfaction	3.38 \pm 0.23 (0.018)		3.45 \pm 0.38 (0.001)		3.49 \pm 0.41 (0.659)		3.16 \pm 0.33 (0.077)		3.48 \pm 0.29 (0.190)	
Neutral	3.31 \pm 0.31		3.33 \pm 0.44		3.43 \pm 0.45		3.13 \pm 0.31		3.40 \pm 0.44	
Satisfaction	3.45 \pm 0.32		3.59 \pm 0.47		3.50 \pm 0.54		3.24 \pm 0.37		3.51 \pm 0.45	
Hoping to keep working at the current workplace	1,842		5,413 **		0,149		1,068		1,602	
No	3.38 \pm 0.30 (0.161)		3.48 \pm 0.47 (0.005)		3.47 \pm 0.46 (0.862)		3.16 \pm 0.33 (0.346)		3.45 \pm 0.37 (0.204)	
Neutral	3.32 \pm 0.31		3.32 \pm 0.42		3.48 \pm 0.45		3.14 \pm 0.32		3.39 \pm 0.43	
Yes	3.42 \pm 0.34		3.55 \pm 0.46		3.44 \pm 0.54		3.22 \pm 0.37		3.51 \pm 0.46	

* p<0.05 ** p<0.01 *** p<0.001

한 회귀모형은 18,565의 적합성을 보였고, 통계적으로 모두 유의한 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다

(p<0.01, p<0.01). 소망적사고 스트레스 대처방식을 종속변인으로 한 회귀모형은 13,414의 적합성을 보였고,

Table 4. Regression analysis of the effect of self-efficacy on stress-coping method

	B	SE	β	t	p
Overall stress-coping method					
Overall self-efficacy	0.379	0.055	0.437	6.949	0.000
Constant = 2,118 F = 48,283 R2 = 0.191					
Stress-coping method of problem-oriented					
General self-efficacy	0.364	0.083	0.311	4.395	0.000
Social self-efficacy	0.225	0.066	0.240	3.396	0.001
Constant = 1,504 F = 29,811 R2 = 0.227					
Stress-coping method of social support pursuit					
General self-efficacy	0.277	0.091	0.225	3.042	0.003
Social self-efficacy	0.227	0.073	0.231	3.123	0.002
Constant = 1,808 F = 18,565 R2 = 0.155					
Stress-coping method of emotional relief					
General self-efficacy	0.095	0.069	0.109	1.370	0.172
Social self-efficacy	0.027	0.055	0.040	0.497	0.620
Constant = 2,768 F = 1,830 R2 = 0.018					
Stress-coping method of wishful thinking					
General self-efficacy	0.236	0.083	0.213	2.823	0.005
Social self-efficacy	0.161	0.067	0.182	2.413	0.017
Constant = 2,144 F = 13,414 R2 = 0.117					

통계적으로 모두 유의한 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다($p<0.01$, $p<0.05$).

이러한 목적을 달성하기 위하여 전라북도에 소재한 치과의원 및 병원에 근무하는 치과위생사 206명을 대상으로 설문을 실시하였다.

치과위생사들의 일반적 특성에 따른 자기효능감 정도의 차이를 분석한 결과 연령, 교육정도, 연봉에 따라 유의미한 차이를 보였다($p<0.05$). 윤과 윤¹⁷⁾의 연구 결과에 따르면 연령이 높을수록 자기효능감이 높은 것으로 조사되었으며, 정과 김¹⁸⁾의 연구 결과에 따르면 교육정도가 높을수록, 월수입이 많을수록 자기효능감이 높았다고 하였다. 또한 유등⁸⁾은 학년이 올라갈수록 자기효능감이 증가한다고 보고하여 본 연구 결과와 유사하게 나타났음을 알 수 있었다. 자기효능감은 주어진 문제의 해결에 대한 자신의 생각 특히 구체적 상황에서의 자신감이라고 할 때¹⁹⁾, 연령이 증가할수록 반복되는 경험과 다양한 사회경험을 통한 자신감이 증가된 결과일 거라 생각된다. 이러한 결과를 토대로 사회에

4. 총괄 및 고안

최근 급격하게 변화하는 사회와 미래의 불확실한 상황들이 현대를 살아가는 우리들에게 많은 스트레스를 유발시키고 있다. 이러한 스트레스 상황에 성공적으로 대처하면 건강한 상태를 유지하게 되고, 실패하게 되면 심리 정서적인 부적응을 가져온다고 하면서 스트레스 대처의 중요성을 강조하였다¹⁶⁾. 이에 치과위생사의 자기효능감이 스트레스 대처방식에 미치는 영향을 살펴보고, 이러한 결과를 통해 이들의 자기효능감 향상 및 스트레스 관리 방안 마련에 필요한 기초자료를 제공하기 위함이 본 연구의 목적이 있다.

첫발을 내딛는 치과위생사들을 대상으로 자기효능감 증진에 도움이 되는 교육이 이루어져야 할 것이며, 무엇보다도 자기효능감을 증진시켜 줄 수 있는 프로그램 개발이 필요하다고 사료된다.

일반적 특성에 따른 스트레스 대처방식의 차이를 분석한 결과, 연령, 연봉, 현 근무지 만족도, 현 근무지에서 계속 근무하기를 희망하는 경우에 따라 유의한 차이를 보였다 ($p<0.05$). 36세 이상의 치과위생사들이 스트레스 대처방식을 더 많이 이용하고 있는 것으로 나타났으나, 하위영역별로 살펴본 결과 20~25세가 소망적사고 스트레스 대처방식을 많이 이용하고 있는 것으로 나타났다($p<0.01$). 김과 김²⁰⁾의 연구에 따르면 연령이 23~25세인 치과위생사가 스트레스로 인해 문제중심적 스트레스 대처방식을 가장 많이 이용하고 있어 본 연구 결과와는 다소 차이가 있었다. 하지만 치과위생사들을 대상으로 하는 스트레스 대처방식에 관한 연구가 많지 않아 비교의 어려움이 있었으므로, 연령별 차이를 검토하기 위해 향후 계속적인 연구가 이루어져야 할 것이다.

자기효능감이 강하면 강할수록 더 많은 노력을 투자하고 선택한 행동은 오랫동안 지속되고 다른 행동에도 전이되어 어려운 과제에서도 노력을 더 많이 투여하게 된다고 하였다²¹⁾. 이러한 자기효능감이 스트레스 대처방식에 미치는 영향을 살펴본 결과 전체 자기효능감이 전체 스트레스 대처방식에 영향을 미치고 있었는데, 자기효능감이 높을수록 스트레스 대처방식을 많이 사용하고 있는 것으로 나타났다 ($p<0.001$). 유 등⁸⁾의 연구 역시 같은 결과를 보여주었는데, 이는 자기효능감에 대한 확신력은 스트레스 대처 행위를 시도하고, 지속하는데 긍정적인 영향을 준다는 Bandura²²⁾의 연구결과를 지지하는 것이며, 치과위생사들의 자기효능감 향상을 위한 방법의 모색이 필요하다고 볼 수 있다. 또한 자기효능감은 문제중심적, 사회적 지지추구, 소망적사고 대처방식에 영향을 미치고 있었으나, 정서완화적 대처방식은 관계가 없는 것으로 나타났다. 김²³⁾은 전체 및 일반적, 사회적 효능감이 높을수록 문제중심적 대처방식을 많이 사용하고 있으며, 자기효능감은 정서중심적 대처방식에 영향을 미치지 않는다고 하여 본 연구결과와 유사하였다. 하지만 대학에서 운동을 전공하는 학생들을 대상으로 실시한 김²⁴⁾의 연구에서는 자기효능감과 정서완화적 대처방식이

서로 관련성을 보였다는 결과와는 차이를 보였다. 간호사를 대상으로 하는 조²⁵⁾의 연구에서는 스트레스 증상이 높을수록 문제중심적보다는 정서중심 대처방식을 많이 이용하고 있다고 하였다. 연구결과가 상이하게 나타난 것은 조사에 사용된 스트레스 대처방식의 설문의 문항 차이 때문이라고 생각되어지며, 자기효능감과 정서중심적 대처방식과는 향후 연구에서 계속 검토해야 할 것이다.

본 연구의 주된 결과를 요약해 보면 자기효능감이 높을수록 스트레스 대처방식을 많이 사용하고 있는 것을 알 수 있었다. 자기효능감이 높은 사람은 직접적으로 문제를 해결하려는 방법을 많이 사용하는 반면에 자기효능감이 낮은 사람은 소극적인 대처방식인 정서 중심적 방식을 많이 사용한다고 하였다²⁶⁾. 또한 자기효능감이 높은 경우 자신이 활동을 선택하고, 노력을 투입하고 끈기 있는 인내심으로 높은 성취를 이루는 데 반해, 자기효능감이 낮은 경우 과제를 실제보다 더 어렵다고 믿거나 문제해결에 있어 폭넓은 시각을 갖지 못하기도 하고 의기 소침해하거나 스트레스를 강하게 받는다²⁷⁾. 이러한 맥락에서 자기효능감이 높은 사람이 스트레스와 만나게 되면 적극적인 방식으로 해결한다고 볼 수 있다. 이에 치과위생사의 자기효능감을 증진시킬 수 있는 방법의 모색이 중요하다고 할 수 있으며, 스트레스에 대처하는 방안을 강구하며 체계적인 프로그램 개발이 필요하다고 하겠다. 또한 임상현장에 나아가기 전 치위생과 학생들에게 자기효능감을 고양시킬 수 있도록 지도하여 스트레스에 적극적으로 대처할 때 뿐 아니라 인생을 살면서 어떠한 상황과 만나더라도 적극적인 자세로 임할 수 있도록 지도할 필요가 있다고 본다. 뿐만 아니라 향후 본 연구의 결과를 토대로 임상에서 근무하는 치과위생사들의 스트레스에 대처하는 방안들을 모색하여 치과위생사들에게 도움이 되었으면 한다.

본 연구의 한계점은 다음과 같다. 첫 번째, 학생들을 대상으로 실시한 연구들의 측정도구를 그대로 본 연구에 사용하였는데, 이는 연구도구로 인하여 연구결과에 영향을 미칠 수 있었다고 본다. 두 번째, 설문지를 이용한 조사이므로 성실성 여부의 일반적인 약점을 극복하지 못하였기 때문에 조사 대상자의 주관적인 편견과 오류의 가능성이 내재될 수 있다. 세 번째, 치과위생사들을 대상으로 하는 선행연구의 부족으로 연구결과의 비교가 어려웠으므로, 향후

후속 연구가 계속 이루어져야 할 것이다. 네 번째, 전라북도 지역 소재 치과의원 및 병원에 근무하는 치과위생사들을 대상으로 하여 연구결과에 대한 일반화가 어렵다는 점이다. 하지만 생활 자체가 스트레스라 할 수 있는 현대인들의 삶 속에서 스트레스 대처방식을 통해 어떻게 표출되고 영향을 미치는지를 살펴봄으로써 자신의 신념이 무엇보다 중요하다는 것을 인식할 수 있도록 돋는데 본 연구가 기여할 수 있을 것이라 생각된다.

5. 결론

본 연구는 치과위생사들의 자기효능감이 스트레스 대처방식에 미치는 영향을 살펴보기 위해 전라북도의 4개 시 소재의 치과의료기관에 근무하는 치과위생사 206명을 대상으로 자기기입식 설문조사를 실시하였다. 자기효능감과 스트레스 대처방식의 관련성 검토는 t-test, ANOVA, 회귀분석 등에 의해 분석한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 연령의 경우 36세 이상에서 전체 자기효능감과 일반적 효능감이 가장 높았으며($p<0.01$), 교육정도별로는 전체 자기효능감, 일반적 효능감과 사회적 효능감 모두에서 학사 이상에서 효능감이 높은 것으로 나타났다($p<0.001$, $p<0.001$, $p<0.05$). 연봉별로는 2,500 미만보다 2,500 이상에서 전체 자기효능감이 높았다($p<0.05$).

2. 연령의 경우 36세 이상에서 전체 스트레스 대처방식을 많이 이용하고 있었으며 ($p<0.01$), 소망적 사고방식은 20~25세에서 많이 이용하고 있었다($p<0.01$). 연봉별로는 2,500 이상이 문제지향적 스트레스 대처방식을 많이 이용하고 있었다($p<0.05$). 현 근무지에서 만족하는 경우일수록 전체 스트레스 대처방식을($p<0.05$), 문제지향적 스트레스 대처방식을 많이 사용하고 있었다($p<0.01$). 현 근무지에서 계속 근무하기를 희망하는 경우일수록 문제지향적 스트레스 대처방식을 많이 이용하고 있었다($p<0.05$).

3. 전체 자기 효능감 수준이 높을수록 전체 스트레스 대처방식을 많이 사용하는 것으로 나타났다($p<0.001$). 일반적 및 사회적 효능감은 문제지향적 스트레스 대처방식에 유의한 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다($p<0.001$, $p<0.01$). 또한 일반적 및 사회적 효능감은 사회적 지지추

구 스트레스 대처방식에 영향을 미치고 있었고($p<0.01$, $p<0.01$), 일반적 및 사회적 효능감은 소망적 사고 스트레스 대처방식에 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다($p<0.01$, $p<0.05$).

결론적으로, 치과위생사들의 자기효능감은 스트레스 대처방식에 영향을 미치고 있었으며, 치과위생사들의 자기효능감 향상을 위해 다각적인 노력이 필요하다는 점을 시사하고 있다.

참고문헌

- Lee HO, Ju OJ, Kim YL. An analysis on factors related to the job satisfaction of Dental Hygienists at J Region. *J Dent Hyg Sci* 2007; 7(2):65-72.
- Lee IC. Job stress of youth companion and relationship with job satisfaction and psychological burnout- Control effect of self-efficacy and stress disposal method-[Master's thesis]. Seoul:The graduate school of Kwangwoon University;2010.
- Min SY, Chaung SK. Self efficacy and stress coping strategies of nursing students. *J Korean Acad Psych Mental Health Nurs* 2006;15(3):299-307.
- Bandura A. Social foundation of thought and action:A social cognitive theory. Englewood Cliffs. 1st ed. New York:Prentice-Hall;1986:87-98.
- Lee JW. A correlational study of adolescent smoking, environmental factors, stress and self efficacy[Master's thesis]. Seoul:The graduate school of Hanyang University;1997.
- Jeong SA. An analysis on the relationship between elementary school student's self-efficacy, thier academic achievement and adjustmaent of school life[Master's thesis]. Chuncheon:The graduate school of Kangwon National University;1998.

7. Han KK. Self efficacy, health promoting behaviors, and symptoms of stress among university students. *J Korean Acad Nurs* 2005;35(3):585-592.
8. Yoo KH, Cho NO, Um YR. A study on the correlation between self-efficacy and level of coping in nursing students. *J Soonchunhyang Med Coll* 1997;3(2):679-688.
9. Nam YO, Ju OJ, Kang HS, et al. A study on the relationship between self-esteem, perceived stress Level and stress-coping pattern during scaling practice. *J Korean Acad Dent Health* 2007;31(4):580-592.
10. Kim JH, Kim HJ. Relationship between turnover and job stress of dental hygienists. *J Dent Hyg Sci* 2011;11(1):47-53.
11. Lim MH, Ku IY, Choi HY. A study on the relationship of self-efficacy to stressors and stress adaptation in dental hygiene students. *J Korean Soc Dent hyg* 2011;11(5):811-822.
12. Sherer M, Maddux JE, Mercandante B, et al. The self-efficacy scale:Construction and validation. *Psychological reports* 1982;51(2):663-671.
13. Hong HY. The relationships of perfectionism, self-efficacy and depression[Master's thesis]. Seoul:The graduate school of Ewha Womans University;1995.
14. Lazarus RS, Folkman S. If it changes it must be a process:study of emotion and coping during three stages of a college examination. *J Pers Soc Psychol* 1985;48(1):150-170.
15. Kim JH. Relations of perceived stress, cognitive set, and coping behaviors to depression[Doctor's thesis]. Seoul:The graduate school of Seoul National University;1987.
16. Moos RH, Billings AG. Coping, stress and social resource among adult with unipolar depression. *J Pers Soc Psychol* 1984;46(4):877-891.
17. Yoon JA, Yoon YS. Comparing with self-efficacy and knowledge, attitudes about radiation safety management of dental hygienists and students at department of dental hygiene. *J Korean Soc Dent hyg* 2011;11(5):729-739.
18. Jung HK, Kim SC. The relationship between self-efficacy and job satisfaction of dental technicians. *J Korean Acad Oral Health* 2010;34(4):533-561.
19. Kim MJ. Relationships among parental child-rearing attitudes perceived by children, self-efficacy, and stress coping behaviors[Master's thesis]. Seoul:The graduate school of Sungshin Woman's University;2003.
20. Kim KH, Kim SA. The self-perceived stress level and coping method of dental hygienists. *J Korean Acad Dent Hyg Educ* 2000;2(2):123-135.
21. Lee AK. A study on factors of stress and stress coping style according to self-efficacy [Master's thesis]. Seoul:The graduate school of Sangmyung University;2009.
22. Bandura A. Self-efficacy:toward a unifying theory of behavioral change. *Psychol Rev* 1977;84(2):191-215.
23. Kim YJ. The effects of self-efficacy on stress-coping methods[Master's thesis]. Daegu:The graduate school of Catholic University of Taegu-Hyosung;2000.
24. Kim YS. The purpose of this study was Ts self-efficacy and stress coping behavior of university athlete. *Korean J Physical Educ* 1999;38(4):130-137.
25. Cho KS. A study on relationship of perceived stress, ways of coping, social support, stress symptoms of nurses[Master's thesis]. Seoul:The graduate school of Korea University;1997.
26. Chwalisz K, Altmaier EM, Russelln DW. Causal

- attributions self-efficacy cognition, and coping with stress. *J Soc Clin Psychol* 1992;11:377-400.
27. Yoon US. Analytic review of self-efficacy and academic achievement. *Korean Educational Res Assoc* 1998;36(3):65-82.