

간호대학생의 회복탄력성, 대처 및 정신건강이 소진에 미치는 영향

조헌하¹, 강정미²¹고신대학교 간호학과, ²고신대학교 대학원

Effect of Resilience, Coping, and Mental Health on Burnout of Student Nurses

Hun Ha Cho¹, Jung Mi Kang²¹College of Nursing, Kosin University, Busan; ²Graduate School, Kosin University, Busan, Korea

Purpose: The purpose of this study was to investigate resilience, coping, and mental health in relation to burnout and to identify factors influencing burnout in student nurses. **Methods:** A descriptive correlational study was conducted. The participants were 241 student nurses from 2 universities in B city. Data were analyzed using the t-test, analysis of variance, the Pearson correlation coefficient, the Scheffé test, and multiple regression analysis. **Results:** The mean score for burnout in student nurses was 3.01 out of 5 points. Burnout explained 29.2% of the variance in satisfaction with college life ($\beta = -.367, p < .001$), coping ($\beta = .293, p < .001$), mental health ($\beta = .228, p = .011$), and training hospital ($\beta = .198, p = .026$). **Conclusion:** The results of our research suggest that satisfaction with college life is an important variable affecting burnout student nurses. Therefore, education is needed in order to develop for more effective teaching coping methods and strategies and to reduce burnout with nursing practice.

Key words: Psychological resilience, Coping skill, Mental health, Professional burnout

Corresponding author Jung Mi Kang

https://orcid.org/0000-0002-1391-5184

Graduate School, Kosin University,
262 Gamcheon-ro, Seo-gu, Busan 49267, Korea

TEL +82-51-756-0081 FAX +82-51-990-3970

E-MAIL kkm0738@naver.com

Key words 회복탄력성, 대처, 정신건강, 소진**Received** Mar 3, 2018 **Revised** Mar 27, 2018 **Accepted** Apr 12, 2018

서론

1. 연구의 필요성

소진은 주로 서비스 종사자들에게 나타나는 현상으로 이해되었으나, 최근에는 인간의 모든 활동 영역에서 일어나는 것으로 보고되면서 학생의 경우 학업수행의 의무와 책임이 학생의 업무로 간주되면서 학업소진이 될 수 있다고 하였다[1]. 학업소진은 만성적인 학업 스트레스, 과도한 학업요구로 인하여 심리적 피로와 정서적 고갈 및 냉소를 보이고, 학업에 대한 자신감이나 개인적 성취감이 결여되는 상태를 말한다[2]. 최근 자신의 적성이 아닌 높은 취업률로 인해 부모나 주변사람의 권유 등으로 간호학과를 선택한 간호대학생이 증가하고 있으며, 이러한 간호대학생은 입학한 저학년부터 대학생화에 적응하지 못하고 있는 것으로 나타났다[3]. 입학 이후에 간호대학생은 국가고시 준비로 인한 강도 높은 이론교육과 임상실습으로 인해 타 학과 대학생들에 비해 학업에 대한 스트레스가 높고[4], 임상실습을 경험하면서 임상실습 스트레스로

인해 정신건강 문제가 많고 소진이 높은 것으로 보고되고 있다 [5,6]. 소진은 학년이 높아짐에 따라 지속적으로 증가되면서 간호대학생의 건강과 삶에 영향을 미치고, 졸업 후까지 이어져 직무기술의 습득을 낮추고 이직의도를 높인다고 하였다[7]. 따라서 간호사에게 필요한 직무역량을 함양하기 위해서 간호대학생의 학업소진을 예방하고 경감시켜 줄 수 있는 지지방안이 요구된다. 이를 위하여 간호대학생의 소진에 영향을 미치는 요인에 대한 연구가 필요하다라고 생각된다.

간호대학생의 소진에 영향을 미치는 요인으로 회복탄력성이 보고되고 있다. 회복탄력성은 스트레스와 감당하기 힘든 상황을 성공적으로 극복하는 발달과정이자 교육이나 훈련을 통해 향상시킬 수 있는 개인의 능력이다[8]. 간호대학생은 회복탄력성이 높을수록 소진이 낮은 것으로 보고되고 있다[9]. 또한 회복탄력성이 높을수록 간호대학생의 학업 스트레스와 임상실습 스트레스가 낮아지고 대학생 적응능력이 높아지는 것으로 보고되어, 회복탄력성은 간호대학생에게 매우 필요한 역량으로 제시되고 있다[10].

또한 간호대학생의 소진에 영향을 미치는 요인으로 대처가 보고되고 있다. 대처는 내·외적 요인으로 발생하는 스트레스를 극복하기 위한 개인의 인지적이고 행동적인 노력으로 문제의 본질과 상황, 개인적 특성에 따라 달라지고, 개인이 스트레스를 변화시킬 수 있다고 생각하는 여부에 따라 사용하는 대처방식에 변화가 있다고 하였다[11]. 간호대학생은 임상실습을 경험하면서 적극적 대처, 사회적 지지추구, 회피중심 대처를 적극적으로 사용하고, 회피중심 대처방식을 많이 사용할수록 소진이 낮은 것으로 보고되고 있다[12]. 즉 이론 및 임상실습을 포함한 학업 스트레스에 대한 대처방식에 따라 간호대학생의 소진의 정도가 달라질 수 있으므로, 간호대학생의 대처방식이 소진에 미치는 영향에 대한 연구가 필요하다.

또한 간호대학생은 임상실습 과정에서 지식과 경험의 부족, 엄격한 행동규범, 취업 및 국가고시에 대한 압박감 등으로 정신건강 수준이 낮으며, 정신건강 수준이 낮을수록 소진의 정도가 높으므로 보고되고 있다[13]. 무엇보다도 간호대학생은 졸업 후 임상현장에서 간호사로서 도움을 필요로 하는 대상자를 돌보고, 간호수행에 대한 책임을 지며, 다양한 상황에 대처하기 위해서 정신건강을 유지하는 것이 필요하다[14]. 또한 대처방식이 우울, 불안, 대인예민성, 강박, 적대감과 같은 다양한 정신건강 지표를 예측하는 변인임을 고려할 때[15], 간호대학생의 대처방식과 정신건강이 소진에 미치는 영향을 확인할 필요가 있다고 생각된다.

지금까지 국내 간호대학생의 소진에 대한 선행 연구들은 실습을 경험한 간호대학생을 대상으로 임상실습 스트레스 및 제 변수

와 소진 간의 관계를 파악한 것이 대부분이었다[5]. 간호대학생을 대상으로 대처[12], 정신건강[13]과 소진 간의 단편적 관계를 확인한 소수의 연구가 있었으나, 간호대학생 전 학년을 대상으로 회복탄력성, 대처, 정신건강 및 소진의 정도를 파악하고 회복탄력성, 대처, 정신건강, 소진 간의 통합적 관계와 제 변인들이 소진에 미치는 영향을 파악한 연구는 부족하였다.

따라서 본 연구에서는 간호대학생을 대상으로 회복탄력성, 대처 및 정신건강을 주요 변수로 하여 제 변수들이 소진에 미치는 영향을 규명함으로써 간호대학생의 소진을 예방할 수 있는 간호중재 개발을 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구 목적

본 연구는 간호대학생의 회복탄력성, 대처 및 정신건강이 소진에 미치는 영향요인을 파악하기 위한 것으로 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 회복탄력성, 대처, 정신건강 및 소진의 정도를 파악한다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 회복탄력성, 대처, 정신건강 및 소진의 차이 정도와 학년에 따른 소진의 정도를 파악한다.
- 대상자의 소진에 미치는 영향요인을 파악한다.

연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 간호대학생의 학년에 따른 소진의 정도를 파악하고, 회복탄력성, 대처 및 정신건강이 소진에 미치는 영향요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구 대상

본 연구는 B시에 소재하는 4년제 2개 대학의 간호대학생을 대상으로 하였다. 본 연구 대상자는 기관생명윤리위원회의 권고에 따라 대학교 1학년의 경우 미성년자를 제외하만 19세 이상인 대상자만 포함하였다. 표본크기를 산출하기 위하여 G*Power 3.1.7 프로그램을 이용하였으며, Hong, Kim과 Son [12]의 선행 연구를 근거로 하여 중간효과크기 .15, 유의수준 .05, 검정력 .95로 설정하였다. 다중회귀분석에 필요한 일반적 특성을 포함하여 예측변수 17개로 산출했을 때 최소 표본크기는 208명이었고, 자가기입식 설문조사와 학교를 통한 설문지 회수 시 회수율이 낮을 것을 고려하

여 탈락률 20%를 적용한 설문지 250부를 배부하였고, 응답률이 부적절한 9부를 제외한 241부를 최종 분석하였다.

3. 자료 수집 방법

본 연구는 K대학의 기관생명윤리위원회(Institutional Review Board, IRB)의 연구승인(2017-001 1-01)을 받은 후 연구 대상 간호학과를 방문하여 수업시간을 제외한 시간에 연구 목적과 방법을 설명하고, 허락을 받은 후 2017년 3월 8일부터 4월 15일까지 자료를 수집하였다. 연구 참여에 동의한 대상자에게 연구 목적과 철회할 수 있는 권리를 설명하고 자기기입식 설문지를 배부하여 응답하도록 하였으며, 개인별로 제공된 봉투에 담아 수거하였다.

4. 연구 도구

1) 회복탄력성

회복탄력성 측정도구는 Wagnild와 Young [16]이 개발한 Resilience Scale (RS) 도구를 Song [17]이 번역하여 사용한 도구를 저자의 승인을 받아 사용하였다. 본 측정도구는 총 25문항, 2개 하위 영역으로 개인의 유능성 17문항과 자신의 삶의 수용 8문항으로 구성되어 있다. Likert 7점 척도로 점수가 높을수록 회복탄력성이 높은 것을 의미한다. Song [17]의 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 .88이었고, 본 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 .90이었다.

2) 대처

대처 측정도구는 Lazarus와 Folkman [11]이 개발한 도구를 Oh와 Han [18]이 번역하여 사용한 도구를 저자의 승인을 받아 사용하였다. 본 측정도구는 총 33문항, 6개 하위영역으로 문제중심 대처 8문항, 희망적 관점 대처 5문항, 회피중심 대처 6문항, 사회적 지지탐색 대처 7문항, 긍정적 관점 대처 4문항, 긴장해소 대처 3문항으로 구성되어 있다. Likert 4점 척도로 점수가 높을수록 대처방식이 높음을 의미한다. Oh와 Han [18]의 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 .79였고, 본 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 .84이었다.

3) 정신건강

정신건강 측정도구는 Derogatis [19]의 간이정신진단검사(Symptom Check List-90-Revision, SCL-90-R)를 Lee [20]가 요인 분석하여 축소, 제작한 것을 저자의 승인을 받아 사용하였다. 본 측정도구는 총 47문항, 9개 하위영역으로 강박증 5문항, 적대감 6

문항, 공포 4문항, 대인예민증 8문항, 신체화 6문항, 우울 4문항, 불안 6문항, 편집증 4문항, 정신증 4문항으로 구성되어 있다. Likert 5점 척도로 점수가 낮을수록 정신건강 상태가 양호함을 의미한다. Lee [20]의 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 .91이었고, 본 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 .97이었다.

4) 소진

소진 측정도구는 Schaufeli 등[2]이 일반인의 소진을 측정하기 위한 Maslach Burnout Inventory-General Survey (MBI-GS)를 대학생에 맞게 수정하여 개발한 것을 수정·보완한 Hong 등[12]의 학업소진 도구를 저자의 승인을 받아 사용하였다. 본 측정도구는 총 15문항, 3개 하위영역으로 정서적 탈진 5문항, 냉담 4문항, 무능감 6문항으로 구성되어 있으며, 무능감은 역환산하였다.

Likert 5점 척도로 점수가 높을수록 소진의 정도가 높음을 의미한다. Hong 등[12]의 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 정서적 탈진 .87, 냉담 .83, 무능감 .75였고, 본 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 .79이었다.

5. 자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS/WIN 21.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성에 따른 회복탄력성, 대처, 정신건강 및 소진 정도와 학년에 따른 소진의 정도는 t-test 및 ANOVA를 이용하여 분석하였고, 사후 검증은 Scheffé test로 분석하였다. 대상자의 회복탄력성, 대처, 정신건강 및 소진 간의 상관관계는 Pearson's correlation coefficient를 이용하여 분석하였고, 소진에 미치는 영향요인을 분석하기 위해서 multiple regression analysis를 이용하였다.

연구 결과

1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성을 살펴보면, 여성이 87.1%였고, 1학년이 24.9%, 2학년 22.0%, 3학년 25.3%, 4학년이 27.8%였다. 대학생활 만족도는 '만족'이 49.8%, 친구들과의 관계는 '좋은 편'이 75.5%이었다. 전공 만족도는 '만족'이 66.4%, 실습부속병원 유무는 '있음'이 50.6%였고, 임상실습 경험 유무는 '있다'가 44.0%, '없다'가 56.0%였다. 임상실습 경험이 있는 간호대학생 중 임상실습 경험에 대한 만족도는 '만족'과 '보통'이 각각 44.7%였다(Table 1).

Table 1. General Characteristics of the Participants (N=241)

Characteristics	Categories	n (%)
Gender	Male	31 (12.9)
	Female	210 (87.1)
Year in college	1	60 (24.9)
	2	53 (22.0)
	3	61 (25.3)
	4	67 (27.8)
Satisfaction with college life	Dissatisfied	25 (10.4)
	Neutral	96 (39.8)
	Satisfied	120 (49.8)
Relationships with peers	Bad	6 (2.5)
	Neutral	53 (22.0)
	Good	182 (75.5)
Satisfaction with major	Dissatisfied	13 (5.4)
	Neutral	68 (28.2)
	Satisfied	160 (66.4)
Training hospital	No	119 (49.4)
	Yes	122 (50.6)
Clinical practice experience	No	135 (56.0)
	Yes	106 (44.0)
Clinical practice satisfaction*	Dissatisfied	11 (10.6)
	Neutral	46 (44.7)
	Satisfied	46 (44.7)

*Clinical practice satisfaction (N=103).

2. 대상자의 회복탄력성, 대처, 정신건강 및 소진의 정도

대상자의 회복탄력성 평균은 4.94점(7점 만점)이었고, 하위영역을 살펴보면 ‘자신의 삶의 수용’이 4.95점, ‘개인의 유능성’이 4.94점이었다. 대처의 평균은 2.59점(4점 만점)이었고, 하위영역을 살펴보면 ‘사회적 지지탐색 대처’ 2.78점, ‘긴장해소 대처’ 2.76점, ‘희망적 관점 대처’ 2.61점, ‘회피중심 대처’ 2.54점, ‘긍정적 관점 대처’ 2.49점, ‘문제중심 대처’ 2.44점 순이었다. 정신건강의 평균은 2.08점(5점 만점)이었고, 하위영역을 살펴보면 ‘적대감’ 2.35점, ‘강박증’ 2.33점, ‘편집증’ 2.11점, ‘대인예민증’과 ‘우울증’ 2.10점, ‘신체화’ 1.94점, ‘공포’와 ‘불안’ 1.93점, ‘정신증’ 1.86점 순이었다. 소진의 평균은 3.01점(5점 만점)이었고, ‘무능감’ 3.39점, ‘정서적 탈진’ 3.25점, ‘냉담’ 2.13점 순이었다(Table 2).

3. 대상자의 일반적 특성에 따른 회복탄력성, 대처, 정신건강 및 소진의 차이와 학년에 따른 소진의 차이

대상자의 회복탄력성은 성별($t=2.41, p=.017$), 대학생활 만족도($F=13.07, p<.001$), 친구들과의 관계($F=9.19, p<.001$), 전공 만족도($F=10.47, p<.001$), 임상실습 만족도($F=3.94, p=.023$)에 따

Table 2. Degree of Resilience, Coping, Mental Health, and Burnout

(N=241)

Variables	M±SD	Minimum	Maximum	Range
Resilience	4.94±0.65	3.16	6.80	1~7
Personal competence	4.94±0.66	3.18	6.71	1~7
Acceptance of their lives	4.95±0.74	2.75	7.00	1~7
Coping	2.59±0.31	1.70	3.67	1~4
Focus on problem-solving	2.44±0.39	1.38	3.75	1~4
Focused on wishful thinking	2.61±0.48	1.20	4.00	1~4
Focus on avoidance	2.54±0.40	1.33	3.67	1~4
Focus on seeking social support	2.78±0.44	1.43	4.00	1~4
Focus on positive thinking	2.49±0.51	1.00	3.75	1~4
Focus on tension relief	2.76±0.56	1.33	4.00	1~4
Mental health	2.08±0.64	1.00	4.26	1~5
Obsessive-compulsive	2.33±0.78	1.00	4.80	1~5
Hostility	2.35±0.81	1.00	4.83	1~5
Phobic anxiety	1.93±0.70	1.00	4.50	1~5
Interpersonal sensitivity	2.10±0.74	1.00	4.13	1~5
Somatization	1.94±0.70	1.00	3.83	1~5
Depression	2.10±0.80	1.00	4.75	1~5
Anxiety	1.93±0.73	1.00	4.20	1~5
Paranoia	2.11±0.78	1.00	4.25	1~5
Psychoticism	1.86±0.67	1.00	4.20	1~5
Burnout	3.01±0.50	1.00	4.67	1~5
Emotional exhaustion	3.25±0.98	1.00	5.00	1~5
Cynicism	2.13±0.88	1.00	5.00	1~5
Inefficacy	3.39±0.62	1.00	4.83	1~5

라 유의한 차이를 보였다. 대처는 대학생활 만족도($F=3.49, p=.032$), 임상실습 경험($t=2.16, p=.031$)에 따라 유의한 차이를 보였고, 정신건강 상태는 성별($t=2.78, p=.006$), 대학생활 만족도($F=11.34, p<.001$), 친구들과의 관계($F=11.61, p<.001$), 전공 만족도($F=13.39, p<.001$), 실습부속병원 유무($t=1.99, p=.048$)에 따라 유의한 차이를 보였다. 소진은 성별($t=2.77, p=.006$), 학년($F=7.40, p<.001$), 대학생활 만족도($F=13.94, p<.001$), 전공 만족도($F=10.05, p<.001$), 실습부속병원 유무($t=3.46, p=.001$), 임상실습 경험($t=3.61, p<.001$), 임상실습 만족도($F=3.94, p=.023$)에 따라 유의한 차이를 보였다. 학년에 따른 소진을 하위요인별로 살펴보면, 정서적 탈진($F=6.59, p<.001$)과 냉담($F=3.40, p=.019$)은 학년에 따라

유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 3학년이 1학년과 4학년보다 정서적 탈진이 높았고, 냉담은 4학년이 1학년에 비해 높은 것으로 나타났다(Table 3).

4. 대상자의 회복탄력성, 대처, 정신건강 및 소진 간의 상관관계

간호대학생의 회복탄력성($r=-.10, p=.141$), 대처($r=.04, p=.543$)는 소진과 통계적으로 유의한 상관관계가 없고, 정신건강($r=.30, p<.001$)과 소진은 통계적으로 유의한 양의 상관관계가 있으며, 정신건강이 부정적일수록 소진이 높은 것으로 나타났다. 회복탄력

Table 3. Difference in Resilience, Coping, Mental Health and Burnout by General Characteristics and Burnout by Year in College (N=241)

Characteristics	Categories	Resilience		Coping		Mental health		Burnout	
		M±SD	t or F (p) Scheffé	M±SD	t or F (p) Scheffé	M±SD	t or F (p) Scheffé	M±SD	t or F (p) Scheffé
Gender	Male	5.20±0.58	2.41	2.67±0.35	1.34	1.78±0.53	2.78	2.77±0.31	2.77
	Female	4.90±0.65	(.017)	2.58±0.31	(.190)	2.12±0.65	(.006)	3.04±0.52	(.006)
Year in college	1 ^a	4.96±0.54	0.14	2.63±0.28	1.42	2.07±0.64	0.59	2.80±0.42	7.40
	2 ^b	4.98±0.71	(.934)	2.61±0.36	(.237)	2.15±0.74	(.622)	2.92±0.40	(<.001)
	3 ^c	4.90±0.70		2.60±0.29		2.09±0.60		3.12±0.49	a, c < d
	4 ^d	4.95±0.62		2.52±0.32		2.00±0.60		3.15±0.58	
Satisfaction with college life	Dissatisfied ^a	4.56±0.73	13.07	2.47±0.30	3.49	2.52±0.69	11.34	3.47±0.61	13.94
	Neutral ^b	4.80±0.62	(<.001)	2.57±0.31	(.032)	2.16±0.58	(<.001)	3.00±0.49	(<.001)
	Satisfied ^c	5.13±0.62	a, b < c	2.63±0.31		1.92±0.62	b, c < a	2.91±0.44	b, c < a
Relationships with peers	Bad ^a	4.43±0.57	9.19	2.36±0.24	2.28	2.71±0.85	11.61	2.88±0.64	0.51
	Neutral ^b	4.67±0.75	(<.001)	2.56±0.32	(.105)	2.37±0.64	(<.001)	3.06±0.51	(.604)
	Good ^c	5.04±0.59	b < c	2.61±0.31		1.97±0.60	b, c < a	2.99±0.50	
Satisfaction with major	Dissatisfied ^a	4.44±0.84	10.47	2.51±0.33	0.49	2.73±0.27	13.39	3.59±0.56	10.05
	Neutral ^b	4.74±0.59	(<.001)	2.58±0.29	(.612)	2.26±0.65	(<.001)	3.04±0.56	(<.001)
	Satisfied ^c	5.06±0.62	a, b < c	2.59±0.32		1.95±0.61	b, c < a	2.94±0.45	b, c < a
Training in hospital	No	4.96±0.67	0.48	2.58±0.32	0.37	2.16±0.69	1.99	3.12±0.52	3.46
	Yes	4.92±0.63	(.629)	2.60±0.30	(.711)	2.00±0.59	(.048)	2.90±0.46	(.001)
Clinical practice experience	No	5.01±0.63	1.80	2.63±0.31	2.16	2.06±0.67	0.38	2.90±0.44	3.61
	Yes	4.86±0.66	(.073)	2.54±0.31	(.031)	2.10±0.61	(.702)	3.13±0.55	(<.001)
Satisfaction with clinical practice	Dissatisfied ^a	4.97±0.73	3.94	2.61±0.33	0.53	2.09±0.49	0.94	4.97±0.73	3.94
	Neutral ^b	4.67±0.73	(.023)	2.52±0.29	(.588)	2.18±0.58	(.396)	4.67±0.73	(.023)
	Satisfied ^c	5.03±0.51	b < c	2.57±0.32		2.01±0.67		5.03±0.51	b < a

Characteristics	Categories	Emotional exhaustion		Cynicism		Inefficacy	
		M±SD	t or F (p) Scheffé	M±SD	t or F (p) Scheffé	M±SD	t or F (p) Scheffé
Year in college	1 ^a	2.87±0.84	6.59	1.84±0.75	3.40	3.38±0.59	0.94
	2 ^b	3.11±0.91	(<.001)	2.15±0.84	(.019)	3.28±0.64	(.421)
	3 ^c	3.55±0.93	a, d < c	2.15±0.86	a < d	3.42±0.71	
	4 ^d	3.44±1.01		2.33±0.99		3.47±0.53	

성은 대처($r=.34, p<.001$)와 통계적으로 유의한 양의 상관관계가 있었고, 정신건강($r=-.40, p<.001$)과 통계적으로 유의한 음의 상관관계를 보여 회복탄력성이 높을수록 대처가 높고 정신건강이 양호한 것으로 나타났다(Table 4).

5. 대상자의 소진에 영향을 미치는 요인

대상자의 소진에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 소진에 차이를 나타내는 일반적 특성인 성별, 학년, 대학생활 만족도, 전공 만족도, 실습부속병원 유무, 임상실습 경험, 임상실습 만족도와 회복탄력성, 대처 및 정신건강을 모두 투입하여 단계적 회귀분석(stepwise multiple regression analysis)을 시행하였다. 변수간 다중공선성을 진단하기 위한 분산팽창계수(Variance Inflation Factor, VIF)는 1.03~1.08로 모두 10 이하였고, 공차한계(tolerance limit)는 .931~.970로 모두 0.1보다 크게 나타나 다중공선성의 문제가 없었고, Durbin-Watson은 1.664로 잔차의 상호독립성을 만족하였다. 그 결과 대학생활 만족도($\beta=-.367, p<.001$)가 소진에 가장 큰 영향을 미치는 요인으로 나타났으며, 대처($\beta=.293, p<.001$), 정신건강($\beta=.228, p=.011$), 실습부속병원 유무($\beta=-.198, p=.026$)가 합쳐져 소진을 총 29.2%($F=16.05, p<.001$) 설명하였다. 따라서 간호대학생은 대학생활 만족도가 낮고, 대처가 낮으며 정신건강 상태가 부정적이고 실습부속병원이 없을 때 소진의 정도가 높은 것으로 나타났다(Table 5).

논 의

본 연구는 간호대학생의 회복탄력성, 대처, 정신건강이 소진에 미치는 영향을 규명하고자 하였으며, 주요 연구 결과를 중심으로 논의하고자 한다.

본 연구에서 간호대학생의 회복탄력성 평균은 4.94점(7점 만점)으로 일반대학생을 대상으로 동일한 도구를 사용한 Park과 Kwon [21]의 연구에서 평균 4.70점(7점 만점)보다 높았고, 간호대학생 대상으로 한 Kim, Kim과 Cho [22]의 연구에서 4.93점(7점 만점)과 유사한 결과를 보였다. 이러한 결과는 간호대학생이 학업의 부담과 임상실습 스트레스 및 평가에 대한 부담을 극복하는 과정이 경험으로 축적되면서 일반대학생에 비해 회복탄력성이 높아진 것으로 생각된다. 또한 본 연구에서 회복탄력성은 대학생할 만족도, 전공 만족도, 임상실습 만족도에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 Lee, Kim과 Park [23]의 연구 결과와 유사하였다. 회복탄력성이 스트레스에 대한 극복과정이자 훈련을 통해 습득되고 발달되는 능력[8]임을 고려할 때, 간호대학생의 회복탄력성을 증진시키기 위해 저학년부터 대학생할 만족도와 전공 만족도가 낮은 대상자를 선별하여 만족도가 낮은 구체적인 요인을 확인하여 개선하고, 지속적인 교육과정의 질 개선을 통해 임상실습 만족도를 높이는 것이 필요하다고 생각된다.

본 연구에서 간호대학생의 대처 평균은 2.59점(4점 만점)으로 동일한 도구를 사용한 Kim, Yoo와 Cheon [24]의 연구에서 평균

Table 4. Correlations among Resilience, Coping, Mental Health and Burnout (N=241)

Variables	Resilience	Coping	Mental health	Burnout
	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)
Resilience	1			
Coping	.34 (<.001)	1		
Mental health	-.40 (<.001)	-.04 (.538)	1	
Burnout	-.10 (.141)	.04 (.543)	.30 (<.001)	1

Table 5. Factors Influencing Burnout in Student Nurses (N=241)

Variables	B	SE	β	t	p	Adj. R ²
(Constant)	38.383	7.211		5.323	<.001	
Satisfaction with college life	-3.649	0.874	-.367	-4.176	<.001	.134
Coping	0.236	0.070	.293	3.377	<.001	.200
Mental health	0.065	0.025	.228	2.579	.011	.260
Training in hospital	-3.310	1.458	-.198	-2.269	.026	.292
$R^2=32.1, \text{Adj. } R^2=.292, F=16.05, p<.001$						

SE=Standard error; Dummy-coded (Yes=0).

2.48점(4점 만점)보다 조금 높았다. 이러한 결과는 본 연구에서는 모든 학년의 학생을 대상으로 하였고, Kim, Yoo와 Cheon [24]은 3, 4학년을 대상으로 하였기 때문인 것으로 생각된다. 그러므로 이러한 차이를 확인하기 위해 대상자를 확대하여 반복 연구하는 것이 필요하다. 또한 본 연구에서 대처의 하위영역 중 사회적 지지 탐색 대처가 가장 높게 나타나 Kim, Yoo와 Cheon [24]의 연구 결과와 동일하였다. 즉 간호대학생은 타인에게 도움을 청하거나, 의논하는 방법을 통해 사회적 지지를 받는 대처방식인 사회적 지지 탐색 대처[12]를 주로 사용하는 것으로 확인되었다. 그러므로 간호대학생의 대처 역량을 증진시키기 위해 임상실습 및 이론수업 시 발생하는 문제해결을 위한 긍정적 대처방법을 공유하고 실제적인 조언을 제공할 수 있도록 동료 또는 선, 후배 간 멘토, 멘티 프로그램을 제도화하여 활성화시키는 것이 필요하다. 또한 본 연구에서 임상실습 경험이 있는 경우 대처 정도가 더 낮게 나타나 간호대학생은 임상실습 현장에서 직면하는 다양한 통제 불가능한 상황에 대한 대처에 어려움을 경험하는 것으로 생각된다. 그러므로 간호대학생이 임상실습 상황에 효과적으로 대처할 수 있도록 임상실습 기간 동안 실습병동 간호사를 멘토로 활용하여 간호대학생을 지지하는 방안도 고려해 볼 수 있을 것으로 생각된다.

본 연구에서 간호대학생의 정신건강 평균은 2.08점(5점 만점)으로 간호대학생을 대상으로 동일한 도구를 사용하여 측정한 Jung과 Kwon [25]의 연구에서의 2.79점(5점 만점)보다 낮게 나타났다. 이러한 차이는 Jung과 Kwon [25]의 연구에서 실습을 경험한 3학년을 대상으로 하고 본 연구에서는 전 학년을 대상으로 하였기 때문인 것으로 생각된다. 그러므로 이러한 차이를 확인하기 위해 추후 대상자를 확대하여 반복 연구하는 것이 필요하다. 본 연구에서는 간호대학생의 정신건강 하위영역 중 적대감, 강박증, 편집증, 우울, 대인예민증 순으로 높게 나타나고, Jung과 Kwon [25]의 연구에서는 강박증, 우울, 대인예민증, 신체화 순으로 높은 것으로 나타나 공통적으로 강박증, 우울 및 대인예민증이 높은 것으로 나타났다. 간호대학생의 강박증과 편집증 경향이 높은 이유는 국가고시를 비롯한 학업에 대한 부담감, 동료들 간의 과도한 경쟁뿐 아니라 임상실습을 수행하는 과정에서 실수를 반복하지 않고 완벽하게 하기 위해 자신이 수행하는 간호행위에 대해 강박적으로 반복 확인하기[26] 때문인 것으로 생각된다. 본 연구에서 간호대학생은 공격성, 분노, 자괴감과 민성 등 부정적인 정서 상태를 내포하는 사고, 감정 및 행동을 의미하는 적대감[27]이 가장 높았고, 타인과의 관계에서 나타나는 불편감, 부적합, 열등감 등을 의미하는 대인예민증[20]도 높았다. 이는 간호대학생이 환자, 보호자, 간호사 및 타 보건 의료인 등 다양한 낯선 사람과 통제할 수 없는 임상실습 현장에서 스트레스를 받고, 환자들로부터 거부와 간호사가 행하는 무례함,

스스로에 대한 무력감 등을 경험하기 때문인 것으로 생각된다. 예비 간호사로서 간호대학생은 자신을 치료의 도구로 사용하고 신체적, 정신적, 심리적인 전인간호 수행 역량을 키우기 위해 정신건강을 유지하는 것이 중요하다[14]. 그러므로 본 연구에서 나타난 간호대학생의 주요 정신건강 문제인 적대감, 강박증, 편집증, 우울, 대인예민증을 완화할 수 있는 정신건강 증진증제를 간호대학생에게 적용하는 것이 필요하다. 또한 본 연구에서 간호대학생의 정신건강은 친구들과의 관계, 대학생활 만족도, 전공 만족도 등에 따라 유의한 차이가 있었다. 그러므로 간호대학생의 정신건강을 증진시키기 위하여 원만한 대인관계 능력을 함양하고 대학생활 및 학과 만족도를 높이기 위한 맞춤형 학생지도가 필요할 것으로 생각된다. 또한 선행 연구에서는 간호대학생이 대처가 적절하지 못했을 때 정신건강에도 부정적 영향을 미친다고 하였다[28]. 그러나 본 연구에서는 대처와 정신건강이 상관관계가 없는 것으로 나타나 선행 연구와 상이한 결과를 보이고 있으므로 추후 이에 대한 반복 연구가 필요하다.

간호대학생의 소진 평균은 3.01점(5점 만점)으로 간호대학생 4학년을 대상으로 동일한 도구를 사용한 Kim, Yoo와 Cheon [24]의 연구에서의 평균 3.41점(5점 만점)보다 낮았다. 이러한 결과는 대상자의 차이로 생각되며, 3, 4학년 학생들은 임상실습 스트레스와 국가고시 준비, 핵심기본간호술 평가 등의 준비로 인하여 1, 2학년에 비해 소진의 정도가 높은 것으로 생각된다. 본 연구에서도 학년에 따라 소진에 유의한 차이를 보여 4학년의 소진이 가장 높았는데, 이것은 Rudamnn과 Gustavsson [7]의 간호대학생이 간호교육을 많이 받을수록 소진이 증가한다는 연구 결과와 유사한 결과이다. 또한 3학년은 소진의 하위영역 중 정서적 탈진이 가장 높았고, 4학년은 냉담이 높은 것으로 나타났다. 이러한 이유를 살펴보면, 3학년은 처음으로 이론과 실습을 병행하면서 학업 스트레스와 동시에 임상실습 시에는 개인이 상황을 통제할 수 없음을 느끼며 정서적 탈진이 높아지고, 4학년은 3학년의 상황이 지속되면서 감정을 억제하고 회피하며 냉담이 높아지는 것으로 생각된다. 특히 정서적 탈진이 가장 높은 것으로 나타난 3학년을 대상으로 첫 임상실습 전에 철저한 오리엔테이션과 준비 프로그램 및 상담을 강화하여 임상실습에 대한 스트레스를 완화시키는 것이 필요하다. 소진이 4년 동안 지속적으로 증가되면 학업몰입과 직업준비에 영향을 미치며, 졸업 후 직무소진, 이직의도에까지 영향을 미친다는 것[7]을 감안한다면 간호대학생의 소진에 영향을 미치는 다양한 요인을 확인하는 연구가 수행되어야 하고, 이를 바탕으로 소진예방 증재를 개발하는 것이 필요하다고 생각된다. 궁극적으로 소진은 취업 이후 간호사의 직무역량에 부정적인 영향을 미치므로 대학생활에서 취업 이후까지 종단적으로 연구할 필요가 있다. 본 연구에서 소진

은 학년 이외에 성별, 대학생활 만족도, 전공 만족도, 임상실습 경험, 임상실습 만족도 등에 따라 유의한 차이를 보이는 것으로 나타나 이러한 요인을 고려한 차별화된 소진관리 프로그램이 저학년부터 지속적으로 적용되어야 소진의 예방이 가능할 것으로 생각된다.

본 연구에서 간호대학생의 소진에 영향을 미치는 요인으로는 대학생활 만족도, 대처, 정신건강, 실습부속병원 유무가 있었다. 즉 간호대학생은 대학생활 만족도와 대처 정도가 높고, 정신건강 상태가 양호하며, 실습부속병원이 있는 경우 소진의 정도가 낮은 것으로 나타났다. 본 연구 결과는 간호대학생을 대상으로 하여 대학생활 만족도가 간호대학생의 소진에 영향을 미친다는 Cho와 Kang [9]의 연구 결과와 동일하였다. 또한 회피중심 대처를 많이 사용할수록 소진이 높게 나타난다는 Hong, Kim과 Son 등[12]의 연구 결과와 유사하였고, 간호대학생을 대상으로 정신건강 상태가 양호하지 않을수록 소진이 높다는 Hong [13]의 연구 결과와 동일하였다. 실습부속병원이 없는 경우 소진 정도가 높은 것은 안정적인 실습을 위한 주요 실습지가 부재하여 여러 병원의 낮은 환경에서 실습을 하기 때문인 것으로 사료된다. 선행 연구에서 실습부속병원이 없는 경우 간호대학생의 소진이 더 높은 것[9]으로 보고되고 있으므로, 실습부속병원이 없는 경우 지도교수와 상담 시 간호대학생의 소진에 대해 면밀하게 살펴 볼 필요가 있다. 본 연구 결과에 따르면 간호대학생의 소진을 예방하기 위하여 저학년부터 대학생활 만족도, 대처, 정신건강 상태를 사정하여 대학생활 만족도와 대처 정도가 낮고, 정신건강 상태가 취약한 대상자를 선정하여 대학생활 만족도를 향상시키고, 대처 정도와 정신건강 상태를 증진시킬 수 있는 맞춤형 중재를 적용할 필요가 있다. 특히 본 연구에서 간호대학생들은 사회적 지지탐색을 통한 적극적 대처를 하는 것으로 나타났으므로 소진을 예방하기 위해 지도교수, 동료, 선배, 실습병동 간호사와의 멘토링을 통해 실질적인 대처방법과 문제해결 방안을 공유하고 나눌 수 있는 학업 및 임상실습 지원 프로그램을 제도적으로 활성화하는 것이 필요하다고 생각된다. 또한 본 연구에서 학년에 따라 소진의 정도 및 소진의 심각한 하위영역이 다르게 나타났으므로, 학년별로 소진에 영향을 미치는 구체적인 요인을 규명하는 것이 필요하고 이를 바탕으로 학년별 소진관리 프로그램을 개발하고 그 효과를 확인하는 것이 필요하다고 생각된다.

본 연구는 간호대학생의 소진에 영향을 미치는 요인으로 대학생활 만족도와 대처, 정신건강 상태를 확인하였다. 이러한 결과는 소진을 예방하기 위해 대학생활 만족도 증진을 위한 대학 차원의 제도적 노력과 학과 차원의 대처 증진전략 및 정신건강 증진전략을 포함한 학년별 맞춤형 소진관리 프로그램이 필요함을 나타내고 있다. 또한 추후에는 간호대학생의 소진예방 전략으로 간호대학

생이 주로 사용하는 사회적 지지탐색 대처를 활용하여 학년별 상담, 지도 프로그램을 차별화하여 개발하고, 그 효과를 규명할 것과 지속적인 소진관리를 위해 간호대학생의 학년별 소진뿐 아니라 간호대학생이 간호사로서 취업한 이후까지 소진의 변화와 소진 영향요인을 확인할 수 있는 종단적인 연구를 수행할 것을 제언한다.

결론

본 연구에서는 간호대학생의 회복탄력성, 대처 및 정신건강이 간호대학생의 소진에 미치는 영향을 파악하여 소진관리 프로그램 개발을 위한 기초자료를 제공하고자 시도되었다.

간호대학생의 소진에 영향을 미치는 요인으로 대학생활만족도, 대처, 정신건강과 실습부속병원 유무로 확인되었고, 대학생활 만족도가 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이상의 연구 결과를 바탕으로 간호대학생의 소진을 예방하기 위해서 대학생활 만족도를 향상시키고 대처능력과 정신건강을 증진시킬 수 있는 소진관리 프로그램의 적용이 필요할 것으로 생각된다.

Conflict of interest

No potential or any existing conflict of interest relevant to this article was reported.

REFERENCES

- Bünyamin A. Effect of solution focused group counseling for high school students in order to struggle with school burnout. *Journal of Education and Training Studies*. 2016;4(4):27-34.
- Schaufeli WB, Martinez IM, Pinto AM, Salanova M, Bakker AB. Burnout and engagement in university students. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2002;33(5):464-481. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- Park JA, Lee EK. Influence of ego-resilience and stress coping styles on college adaptation in nursing students. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*. 2011;17(3):267-276. <https://doi.org/10.1111/jkana.2011.17.3.267>
- Park HJ, Jang IS. Stress, depression, coping styles and satisfaction of clinical practice in nursing students. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*. 2010;16(1):14-23.
- Lim YJ. The impact of nursing student's emotional labor and clinical practice stress on burnout. *The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*. 2017;17(6):461-474. <https://doi.org/10.22251/jlcci.2017.17.6.461>
- Watson R, Deary I, Thomson D, Li G. A study of stress and burnout in nursing students in Hong kong: A questionnaire survey. *Inter-*

- national Journal of Nursing Studies. 2008;45(10):1534-1542.
<https://doi.org/10.1016/j.jijnurstu.2007.11.003>
7. Rudamn A, Gustavsson JP. Burnout during nursing education predicts lower occupational preparedness and future clinical performance: A longitudinal study. *International Journal of Nursing Studies*. 2012;49(8):988-1001.
<https://doi.org/10.1016/j.jijnurstu.2012.03.010>
 8. Hong ES. Conceptual understanding of resilience and instructional suggestion. *Korean Journal of Special Education*. 2006;41(2):45-67.
 9. Cho HH, Kang JM. Factors influencing clinical practice burnout in students nurses. *Child Health Nursing Research*. 2017;23(2):199-206. <https://doi.org/10.4094/chnr.2017.23.2.199>
 10. Hong HS, Kim HY. Effect of academic stress, clinical practice stress, resilience on nursing student's adjustment to college life. *Asia-pacific Journal of Multimedia Service Convergent with Art, Humanities, and Sociology*. 2016;6(2):221-234.
<https://doi.org/10.14257/AJMAHS.2016.39>
 11. Lazarus RS, Folkman S. *Stress, appraisal, and coping*. 1st ed. New York: Springer; 1984. p. 1-456.
 12. Hong Y, Kim Y, Son H. Effect of nurses' incivility experienced by nursing student, coping on burnout in clinical practice. *Journal of Korean Academy Nursing Administration*. 2016;22(4):323-331.
<https://doi.org/10.11111/jkana.2016.22.4.323>
 13. Hong CM. The relationship between burnout using MBI-SS and mental health in nursing students. *Asia-pacific Journal of Multimedia Service Convergent with Art, Humanities, and Sociology*. 2015;5(4):353-362.
<https://doi.org/10.14257/AJMAHS.2015.08.71>
 14. Park SH, Byun EK. Factors influencing the mental health in college nursing students. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. 2015;16(12):8284-8291.
<https://doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.12.8284>
 15. Chang EC, Sanna LJ, Riley MM, Thomburg AM, Zumberg KM, Edwards MC. Relations between problem-solving styles and psychological adjustment in young adults: Is stress a mediating variable? *Personality and Individual Differences*. 2007;42(1):135-144.
 16. Wagnild GM, Young HM. Development and psychometric evaluation of the resilience scale. *Journal of Nursing Measurement*. 1993; 1(2):165-178.
 17. Song YS. Determinants of resilience of the physically disabled at home [master's thesis]. Busan: Kosin University; 2004. p. 1-53.
 18. Oh K, Han JS. Stressful life events, health symptoms, social support and coping in early adolescents. *The Journal of Nurses Academic Society*. 1990;20(3):414-429.
 19. Derogatis LR, Rickels K, Rock AF. The SCL-90 and the MMPI: A step in the validation of a new self-report scale. *The British Journal of Psychiatry*. 1976;128(3):280-289.
<https://doi.org/10.1192/bjp.128.3.280>
 20. Lee HK. Psychological maturation of high school graduates. *The Journal of the Humanities*. 1986;56:145-166.
 21. Park JS, Kwon YE. Relationship between the life stress, self-esteem and resilience of university students. *Journal of the Korean Society of Maternal and Child Health*. 2015;19(2):212-221.
<https://doi.org/10.21896/jksmch.2015.19.2.212>
 22. Kim JY, Kim MK, Cho JY. The mediating effect of the resilience on the relationship between stress in clinical practice and clinical competence in nursing students. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. 2017;18(1):669-678.
<https://doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.1.669>
 23. Lee YE, Kim E, Park SY. Effect of self-esteem, emotional intelligence and psychological well-being on resilience in nursing students. *Child Health Nursing Research*. 2017;23(3):385-393.
<https://doi.org/10.4094/chnr.2017.23.3.385>
 24. Kim JG, Yoo JH, Cheon EY. Relationship among incivility, burnout, coping and satisfaction to clinical practice experienced by nursing college students in clinical practice. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. 2017;18(1):316-324.
<https://doi.org/10.10.5762/KAIS.2017.18.1.316>
 25. Jung HY, Kwon JO. A study on the stress, self-esteem, and mental-health in nursing students. *The Korean Journal of Health Service Management*. 2013;7(4):191-204.
<https://doi.org/10.12811/kshsm.2013.7.4.191>
 26. Kim JS, Sun JJ, Kim HS. Clinical practice experiences of nursing students. *Qualitative Research*. 2009;10(1):63-76.
 27. Yu YY. Relationships between stress-coping schemes and mental health for health department and non-health department college students. *Journal of the Korea Contents Association*. 2009;9(12): 718-729.
 28. Jee Y, Lee YB, Lee AR, Jeon JW. Factors influencing mental health among nursing students. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. 2013;14(8):3866-3875.
<https://doi.org/10.5762/KAIS.2013.14.8.3866>