

# 일부 치위생과 학생의 스트레스원과 대처방식에 관한 연구

박일순 · 이선희  
동우대학 치위생과

색인: 스트레스원, 스트레스 대처, 치위생과 학생

박일순

주 소 : 강원도 속초시 노학동 산244번지 동우대학 치위생과

우편번호 : 217-711

전화번호 : 033-639-0671(연구실), 휴대폰 : 011-9720-8196

팩스번호 : 033-639-0679

E - mail : [pisdong@hanmail.net](mailto:pisdong@hanmail.net)

## 1. 서 론

### 1.1. 연구의 필요성

Selye<sup>1)</sup>는 스트레스를 신체에 가해지는 어떤 요구에 대한 비특이적 반응이라고 정

의하고 있으며, 스트레스는 우리가 살고 있는 순간의 강도이고 모든 생명체는 항상 스트레스 상태에 있다고 하였다<sup>2)</sup>.

개인의 성장에 필수적인 과정으로도 보이는<sup>3)</sup> 스트레스로 인한 일상생활에서의 부적응은 개인적 수준에서는 단순한 불편감 정도에서 심각한 경우에는 질병 내지 사망으로 이어질 수 있고, 사회적 수준에서는 조직 내의 갈등이나 사회적 긴장을 초래할 수 있다<sup>4)</sup>. Murphy는 잦은 생활변화사건과 심한 스트레스가 적응력이 약한 청소년에게 있어 건강문제를 일으키는 주된 요인이 될 수 있으므로 스트레스원을 줄여 줄 것을 제안하였다<sup>5)</sup>

스트레스는 같은 생활사건 또는 변화라 할지라도 이를 경험하는 개체의 성격이나 환경에 따라 큰 차이가 있게 되고<sup>6)</sup>, 모든 인간은 일상적인 생활에서 매일 크고 작은 스트레스를 경험하고 이를 재정립하고 균형을 유지하기 위한 대처방법들을 찾는다<sup>7)</sup>.

Folkman과 Lazarus<sup>8)</sup>는 스트레스로 인한 부적응 상태는 인간의 대처방법에 따라 중재될 수 있다<sup>9)</sup>며 대처방법을 통한 스트레스 중재를 강조하고 있다.

스트레스와 대처방법에 대한 선행연구로는 조 등<sup>10)</sup>의 ‘일부 대학의 응급구조과 학생의 스트레스에 관한 고찰’, 장 등<sup>11)</sup>의 ‘간호대학생의 스트레스 반응양상과 자아존중감과의 관계연구’, 김 등<sup>12)</sup>의 ‘간호대학생의 스트레스 요인과 대처행동에 관한 연구’ 등이 있다. 그러나 현장실습을 통하여 교육현장에서 강조하는 전문직에 대한 의식과 병원의 관료화된 체제 사이에서 갈등하고<sup>13)</sup> 국가시험이라는 당면과제와 졸업 후 취업에 관한 많은 문제들을 갖고 있는<sup>14)</sup> 치위생과 학생의 스트레스원과 대처방법에 대한 연구나 특성화된 연구는 거의 찾아볼 수 없는 상태이다.

따라서 국민의 구강건강을 위하여 중요한 역할을 수행하게 될 치위생과 학생들이 대학생활과 일상생활에서 경험하게 되는 스트레스원과 그 스트레스를 스스로 대처하기 위하여 어떤 행동을 하는지에 대한 연구는 중요한 의미를 가진다. 그러므로 치과위생사를 양성하는 교육기관에서 학생들의 효율적인 생활지도와 상담을 위해 꼭 필요한 일이라 여겨져 본 연구를 시행하였다.

본 연구는 치위생과 학생들의 스트레스원과 대처방식에 대하여 파악하기 위하여 다음과 같은 구체적인 목적을 설정하였다.

- 1) 치위생과 학생들의 스트레스원을 파악한다.
- 2) 치위생과 학생들의 스트레스에 대한 대처방식을 파악한다.
- 3) 성장지에 따른 스트레스원 및 스트레스 대처방식을 파악한다.

## 2. 연구대상 및 방법

### 2.1. 연구대상

본 연구는 2008년 5월에 강원 지역에 소재한 대학의 치위생과 1~3학년 학생 359명을 대상으로 하여 조사하였다. 본 연구자(1인)가 직접 설문지의 의미와 작성방법에 대하여 설명하고 학생들의 동의를 구한 후 실시되었다.

### 2.2. 연구방법

본 연구의 스트레스원 측정에 사용된 도구는 Yeaworth, York & Hussey(1980)이 개발한 Adolescent Life Change Event Questionnaire(ALCEA)를 이정숙, 조길자(1982)가 수정, 박현경(1992)이 재수정한 47문항의 도구를 기초로 개발되었다. 이를 토대로 박<sup>2)</sup>의 연구에서 사용된 설문내용을 치위생과 학생들에게 적합하게 일부 수정하여 사용하였고, 스트레스 대처방식 측정에 사용된 도구는 김과 강<sup>7)</sup>의 연구에서 사용된 박<sup>15)</sup>의 설문지를 중심으로 설문지를 작성하였으며 조사·분석에 사용하였다. 설문지 작성은 자기기입식으로 작성토록 한 후 회수하였다.

본 연구의 측정도구의 신뢰도를 검증한 결과는 <표 1>과 같다

표 1. 신뢰도 검증

구	분	문항 수	Alpha
스트레스원	학교생활	22	0.84
	임상실습	5	0.75
	가정	18	0.92
	교우관계	11	0.94
	자기자신	7	0.83
	이성교제	10	0.85
	스트레스원	73	0.94
스트레스 대처방식	물리적 대처	9	0.61
	정신적 대처	6	0.55
	파괴적 대처	4	0.59
	직접적 대처	5	0.79
	심리적 대처	6	0.70
	스트레스 대처방식	30	0.84

<표 1>에서 보는 바와 같이 Cronbach  $\alpha$ 가 스트레스원 0.94, 스트레스 대처방식 0.84로 나타났다. 따라서 본 연구의 측정도구는 신뢰할만한 수준임을 알 수 있다.

### 2.3. 자료분석

본 연구의 수집된 자료는 SPSS(Statistical Package for the Social Science) WIN 13.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 분석기법으로는 연구대상자의 일반적 특성을 파악하기 위해 빈도와 백분율을 산출하였다. 또한 치위생과 학생들의 스트레스 경험 여부를 알아보기 위해 빈도분석을 실시하였고 스트레스 정도와 스트레스 대처방식을 알아보기 위해 평균과 표준편차를 구하였으며 성장지에 따라 스트레스원과 스트레스 대처방식을 알아보기 위해 t-test(검증)와 One-way ANOVA(일원변량분석)를 실시하였다.

### 3. 연구 성적

#### 3.1. 일반적 특성

본 연구의 연구대상자의 일반적 특성은 <표 2-1>과 <표 2-2>와 같다.

표 2-1. 연구대상자의 일반적 특성

구	분	빈도(명)	백분율(%)	
학	년	1학년	101	28.1
		2학년	134	37.3
		3학년	124	34.5
연	령	18~20세	79	22.0
		21~25세	239	66.6
		26~30세	36	10.0
		31~35세	4	1.1
		36세 이상	1	0.3
혈	액	A형	116	32.3
		B형	85	23.7
		O형	112	31.2
		AB형	46	12.8
출	생	대도시	109	30.4
		중소도시	151	42.1
		농어촌	99	27.6
성	장	대도시	95	26.5
		중소도시	168	46.8
		농어촌	96	26.7
학	비	부모	284	79.1
		형제/자매/친척	8	2.2
		본인	40	11.1
		기타	27	7.5
계		359	100.0	

표 2-2. 연구대상자의 일반적 특성

구	분	빈도(명)	백분율(%)
학 비 조달상태	곤란하다	80	22.3
	보통이다	176	49.0
	양호하다	103	28.7
친 부 모 생존여부	부모생존	319	88.9
	부생존	8	2.2
	모생존	30	8.4
	기타	2	0.6
부 모 이혼/별거 여 부	그렇다	44	12.3
	아니다	307	85.5
	기타	8	2.2
부모와의 관 계	매우 불만	1	0.3
	불만	10	2.8
	보통	47	13.1
	만족	125	34.8
	매우 만족	176	49.0
치위생학 선택동기	성적 때문에	11	3.1
	졸업 후 취직이 잘되므로 남에게 봉사할 수 있는 직업을 갖기 위해	253	70.5
	가정의 경제적 이유	4	1.1
	외국에 진출하기 위해	5	1.4
	적성과 흥미가 맞아서	6	1.7
	기타	41	11.4
	기타	39	10.9
학교생활 만 족 도	불만족	84	23.4
	보통	237	66.0
	만족	38	10.6
치위생학 자각인식	낮은 편	17	4.7
	타 여성직과 비슷	150	41.8
	높은 편	192	53.5
치위생학 사회인식	낮은 편	8	2.2
	보통	167	46.5
	높은 편	184	51.3
계		359	100.0

총 359명 중 학년별로는 2학년이 37.3%로 가장 많았으며 다음으로 3학년 34.5%, 1학년 28.1% 순으로 나타났다. 연령별로는 21~25세가 66.6%로 절반이상을 차지하였으며, 18~20세 22.0%, 26~30세 22.0%, 26~30세 10.0%, 31~35세 1.1%, 36세 이

상 0.3% 순이었다. 혈액형별로는 A형이 32.3%로 가장 높은 분포를 보였으며 다음으로 O형 31.2%, B형 23.7%, AB형 12.8% 순으로 차지하였다.

출생지별로는 중소도시가 42.1%로 가장 많았으며 다음으로 대도시 30.4%, 농어촌 27.6%순으로 나타났다.

성장지별로는 중소도시가 46.8%로 가장 많았으며 다음으로 농어촌 26.7%, 대도시 26.5% 순으로 나타났다. 학비 부담자별로는 부모가 79.1%로 대부분을 차지하였으며 본인 11.1%, 기타 7.5%, 형제/자매/친척 2.2% 순으로 나타났다. 학비 조달상태별로는 보통이다에 49.0%로 가장 많았으며 다음으로 양호하다 28.7%, 곤란하다 22.3% 순이었다.

친부모 생존여부별로는 부모 생존이 88.9%로 대부분을 차지하였으며 모 생존 8.4%, 부 생존 2.2%, 기타 0.6% 순으로 나타났다. 부모의 이혼 혹은 별거별로는 부모가 이혼 혹은 별거상태가 아닌 학생이 85.5%로 대부분을 차지하였으며 그렇다 12.3%, 기타 2.2% 순으로 높은 분포를 보였다. 부모와의 관계별로는 만족한 학생이 83.8%로 대부분을 차지하였으며 불만족 하는 학생은 3.1%로 매우 적었다. 치위생학 선택 동기별로는 졸업 후 취직이 잘 되어 치위생학을 선택한 학생이 70.5%로 대부분을 차지하였으며 다음으로 적성과 흥미가 맞아서 11.4%, 기타 10.9% 순으로 나타났다.

학교생활 만족도별로는 보통이다에 66.0%로 절반 이상이 응답하였으며 불만족하는 학생이 23.4%로 만족하는 학생 10.6%보다 많았다. 치위생학 자각 인식별로는 높은 편이라고 인식하는 학생이 53.5%로 가장 많았으며 다음으로 타 여성직과 비슷 4.18%, 낮은 편 4.7% 순으로 나타났다. 치위생학에 대한 사회인식별로는 높은 편이라고 인식하는 학생이 51.3%로 낮은 편이라고 인식하는 학생 2.2%보다 많았으며, 보통이다에 46.5%가 응답하였다.

### 3.2. 스트레스원 경험과 스트레스 정도

### 3.2.1. 스트레스원 경험

치위생과 학생들의 스트레스원 경험 유무에 대해 살펴본 결과는 <표 3>과 같다.

표 3. 스트레스원 경험

구	분	빈도 (명)	백분율 (%)	순위	구	분	빈도 (명)	백분율 (%)	순위
	찾은 시험	356	99.2		3	부모님의 무관심	191	53.2	64
	성적항상이 잘 안됨	356	99.2		3	가족원의 중병	177	49.3	67
	국가시험에 대한 걱정	357	99.4		2	가장의 사업실패 혹은 실직	181	50.4	66
	성적이 떨어짐	354	98.6		8	가족 중 과음이나 방탕한 생활을 함	152	42.3	68
	강의실 환경의 불량	349	97.2		18	아버님의 죽음	101	28.1	71
	수업량과 시간의 과다	359	100.0		1	부모님의 이혼이나 별거	112	31.2	70
	후생복지시설의 부족 및 불량	354	98.6		8	형제자매의 죽음	83	23.1	73
	학구적인 분위기 조성의 어려움	355	98.9		6	어머님의 죽음	84	23.4	72
	취업 및 진로에 대한 고민	351	97.8		16	친구에게 열등감을 느낌	298	83.0	37
	어렵고 따분한 강의 내용	356	99.2		3	이기적이고 계산적인 친구관계	298	83.0	36
	성적 공개	345	96.1		22	친구사이에서 소외감, 외로움을 느낌	300	83.6	35
	실험실습자료의 부족	355	98.9		6	친구와의 불화	279	77.7	41
	교수님과의 거리감	353	98.3		12	친구의 무관심 혹은 이해부족	281	78.3	40
	교수님의 편애	353	98.3		11	친구의 비협조	282	78.6	39
	교수님의 강의기술의 부족	352	98.1		14	친구의 배신	245	68.2	51
	강의내용과 시험의 불일치	352	98.1		15	믿을 만한 친구가 없음	250	69.6	49
	교수님의 꾸중과 질책	347	96.7		20	친구 집안의 가정불화	217	60.4	59
	교직원의 불친절	353	98.3		13	친구의 휴학 혹은 자퇴	206	57.4	61
	교수님의 이해부족	348	96.9		19	친구의 중병이나 죽음	125	34.8	69
	교수님의 무관심	344	95.8		23	자신감 결여	293	81.6	38
	교수님의 지나친 외모 규제	330	91.9		28	자신의 무능력	303	84.4	34
	무성의한 시험출제	339	94.4		26	자신의 성격 불만	316	88.0	31
	임상실습시 전공지식 및 기술의 부족	343	95.5		24	가치관의 혼란	308	85.8	33
	임상실습시 이론과 실제의 차이	351	97.8		17	외모에 대한 불만	327	91.1	29
	임상실습시 육체적 피로	354	98.6		9	용돈의 부족	325	90.5	30
	임상실습시 치과위생사의 태도	345	96.1		21	건강상태가 안 좋음	271	75.5	44
	임상실습시 대인관계의 어려움	337	93.9		27	짝사랑(본인이 싫어하는 이성이 추근대는 것 포함)	223	62.1	58
	부모님의 과잉기대	340	94.7		25	학교와 가정에서 이성교제에 대한 이해부족	247	68.8	50
	부모님과 대화가 안됨	271	75.5		45	이성친구와 자주 못 만남	263	73.3	46
	부모님의 과잉보호	273	76.0		42	이성친구가 없음	230	64.1	55
	형제자매와의 말다툼	255	71.0		47	데이트 자금의 부족	273	76.0	43
	가정경제의 곤란	310	86.4		32	이성친구와의 이별	211	58.8	60
	부모님의 부부싸움	251	69.9		48	이성교제에 대해 상담할 상대가 없음	237	66.0	53
	부모님의 사이가 나쁨	229	63.8		56	이성친구와 수준이 안맞음	237	66.0	54
	부모님이 자신을 믿어주지 않음	224	62.4		57	이성친구가 육체적 관계를 요구하거나 했을 경우	195	54.3	63
	가정환경의 불량	241	67.1		52	임신이나 성병에 대한 두려움	190	52.9	65
	부모님의 자녀차별대우	202	56.3		62				

<표 3>에서 보는 바와 같이 ‘수업량과 시간의 과다’로 인해 스트레스를 경험한 학생이 100.0%로 가장 많았으며 다음으로 ‘국가시험에 대한 걱정’ 99.4%, ‘찾은 시

험'과 '성적향상이 잘 안됨', '어렵고 따분한 강의 내용' 99.2%, '학구적인 분위기 조성의 어려움'과 '실험실습자료의 부족' 98.9%, '성적이 떨어짐'과 '후생복지시설의 부족 및 불량', '임상실습 시 육체적 피로' 98.6% 순으로 나타났다.

또한 '형제자매의 죽음'으로 인해 스트레스를 경험한 학생이 23.1%로 가장 적었으며 다음으로 '어머님의 죽음' 23.4%, '아버님의 죽음' 28.1%, '부모님의 이혼이나 별거' 31.2%, '친구의 중병이나 죽음' 34.8%, '가족 중 과음이나 방탕한 생활을 함' 42.3%, '가족원의 중병' 49.3%, '가장의 사업실패 혹은 실직' 50.4%, '임신이나 성병에 대한 두려움' 52.9% 순으로 나타났다.

이상과 같이 치위생과 학생들은 수업량과 시간의 과다로 인한 스트레스를 가장 많이 경험하였으며, 형제자매의 죽음으로 인한 스트레스를 가장 적게 경험하였음을 알 수 있다.

### 3.2.2. 스트레스 수준

치위생과 학생들의 스트레스 수준에 대해 살펴본 결과는 <표 4>와 같다.

<표 4>에서 보는 바와 같이 평균이 '국가시험에 대한 걱정'이 4.34로 가장 많았으며 다음으로 '후생복지시설의 부족 및 불량' 3.83, '취업 및 진로에 대한 고민' 3.74, '성적향상이 잘 안됨' 3.68, '짚은 시험' 3.67, '어렵고 따분한 강의 내용' 3.49, '임상실습 시 육체적 피로' 3.40, '수업량과 시간의 과다' 3.31, '교수님의 편애' 3.30 순으로 나타났다.

또한 '부모님의 무관심'이 1.79로 가장 낮았으며 다음으로 '어머니의 죽음' 1.83, '형제자매의 죽음' 1.86, '부모님의 자녀차별대우', '가족 중 과음이나 방탕한 생활을 함', '이성교제에 대해 상담할 상대가 없음' 1.90, '부모님이 자신을 믿어주지 않음' 1.97, '친구 집안의 가정불화' 1.99, '가족원의 중병' 2.00, '이성친구와 수준이 안 맞음' 2.05, '가장의 사업실패 혹은 실직' 2.10, '이성친구가 육체적 관계를 요구하거나 했을 경우' 2.11 순으로 낮았다.

이상과 같이 치위생과 학생들은 스트레스 중 국가시험에 대한 걱정으로 인한 스투  
표 4. 스트레스 수준

구	분	Mean	SD	구	분	Mean	SD
잡은 시험		3.67		0.94	부모님의 무관심	1.79	0.92
성적향상이 잘 안됨		3.68		0.95	가족원의 중병	2.00	1.06
국가시험에 대한 걱정		4.34		0.89	가장의 사업실패 혹은 실직	2.10	1.08
성적이 떨어짐		3.69		0.96	가족 중 과음이나 방탕한 생활을 함	1.90	0.98
강의실 환경의 불량		3.14		1.02	아버님의 죽음	2.31	1.40
수업량과 시간의 과다		3.31		1.00	부모님의 이혼이나 별거	2.21	1.30
후생복지시설의 부족 및 불량		3.83		1.02	형제자매의 죽음	1.86	1.16
학구적인 분위기 조성의 어려움		3.17		0.97	어머님의 죽음	1.83	1.14
취업 및 진로에 대한 고민		3.74		1.10	친구에게 열등감을 느낌	2.49	1.13
어렵고 따분한 강의 내용		3.49		0.86	이기적이고 계산적인 친구관계	2.63	1.15
성적 공개		3.08		1.19	친구사이에서 소외감, 외로움을 느낌	2.54	1.13
실험실습자료의 부족		3.06		1.02	친구와의 불화	2.30	1.03
교수님과 거리감		3.27		0.97	친구의 무관심 혹은 이해부족	2.44	1.10
교수님의 편애		3.30		1.04	친구의 비협조	2.42	1.07
교수님의 강의기술의 부족		3.08		0.94	친구의 배신	2.42	1.21
강의내용과 시험의 불일치		3.13		1.00	믿을 만한 친구가 없음	2.26	1.15
교수님의 꾸중과 질책		2.68		1.00	친구 집안의 가정불화	1.99	0.88
교직원의 불친절		2.89		1.03	친구의 휴학 혹은 자퇴	2.08	0.97
교수님의 이해부족		2.88		0.93	친구의 중병이나 죽음	2.01	1.13
교수님의 무관심		2.96		0.99	자신감 결여	2.64	1.17
교수님의 지나친 외모 규제		2.47		0.93	자신의 무능력	2.68	1.16
무성의한 시험출제		2.57		1.00	자신의 성격 불만	2.80	1.20
임상실습시 전공지식 및 기술의 부족		3.03		1.07	가치관의 혼란	2.75	1.14
임상실습시 이론과 실제의 차이		3.16		1.08	외모에 대한 불만	2.92	1.13
임상실습시 육체적 피로		3.40		1.05	용돈의 부족	3.17	1.24
임상실습시 치과위생사의 태도		3.19		1.02	건강상태가 안 좋음	2.44	1.11
임상실습시 대인관계의 어려움		2.87		1.13	짝사랑(본인이 싫어하는 이성이 추근대는 것 포함)	2.21	1.05
부모님의 과잉기대		2.98		1.14	학교와 가정에서 이성교제에 대한 이해부족	2.21	1.12
부모님과 대화가 안됨		2.14		1.04	이성친구와 자주 못 만남	2.76	1.19
부모님의 과잉보호		2.21		0.99	이성친구가 없음	2.61	1.39
형제자매와의 말다툼		2.02		0.93	데이트 자금의 부족	2.62	1.28
가정경제의 곤란		2.84		1.12	이성친구와의 이별	2.35	1.21
부모님의 부부싸움		2.20		1.11	이성교제에 대해 상담할 상대가 없음	1.90	0.97
부모님의 사이가 나쁨		2.03		1.06	이성친구와 수준이 안맞음	2.05	1.00
부모님이 자신을 믿어주지 않음		1.97		1.09	이성친구가 육체적 관계를 요구하거나 했을 경우	2.11	1.11
가정환경의 불량		2.01		1.01	임신이나 성병에 대한 두려움	2.33	1.26
부모님의 자녀차별대우		1.90		0.98			

트레스가 가장 높았으며, 부모님의 무관심으로 인한 스트레스가 가장 낮음을 알 수 있다.

### 3.2.3. 스트레스 하위영역 수준

치위생과 학생들의 스트레스 하위영역에 대해 살펴본 결과는 <표 5>과 같이 5점 만점 중 전체 평균이 2.79로, 치위생과 학생들은 스트레스가 그다지 높지 않은 것으로 나타났다.

표 5. 스트레스 하위영역 수준

구	분	Mean	SD
학교생활		3.25	0.49
임상실습		3.12	0.77
가정		2.24	0.70
교우관계		2.34	0.86
자기 자신		2.77	0.85
이성교제		2.42	0.83
스트레스		2.79	0.46

<표 5>에서 보는 바와 같이 평균이 ‘학교생활 스트레스’가 3.25로 가장 높았고 다음으로 ‘임상실습 스트레스’ 3.12, ‘자기 자신 스트레스’ 2.77, ‘이성교제 스트레스’ 2.42, ‘교우관계 스트레스’ 2.34 순으로 나타났으며 ‘가정 스트레스’가 2.24로 가장 낮았다.

이상과 같이 치위생과 학생들은 스트레스가 그다지 높지 않았으며, 스트레스 중 학교생활 스트레스가 가장 높았고 가정 스트레스가 가장 낮음을 알 수 있다.

## 3.3. 스트레스 대처방식

### 3.3.1. 스트레스 대처방식 수준

치위생과 학생들의 스트레스 대처방식 수준에 대해 살펴본 결과는 <표 6>와 같

다.

표 6. 스트레스 대처방식 수준

구 분	Mean	SD
친구를 만나 대화한다	4.32	0.92
TV를 본다(영화감상 포함)	4.22	0.88
집에서 휴식을 취한다	4.20	0.89
음악이나 그림을 감상한다	3.67	1.33
과식이나 폭식을 한다	3.47	1.25
자신의 자존심을 유지시키면서 흔들리지 않고 지낸다	3.24	1.06
술을 마신다	3.13	1.35
서로 타협하고 협상한다	3.02	1.14
상사나 선배, 동료에게 조언을 구한다	2.99	1.19
현실적인 기대감을 갖는다	2.96	1.04
오락(당구, 컴퓨터 게임 등)을 한다	2.94	1.37
휴가를 얻어서 휴식한다	2.93	1.26
그러한 상황에 대한 생각을 피한다	2.85	1.10
공상을 한다	2.81	1.27
스트레스 받은 일을 가볍게 생각한다	2.70	1.14
활동계획을 수립하고 새로운 행동실천에 들어간다	2.67	1.14
문제(스트레스)의 원인을 규명한다	2.62	1.22
여행을 한다	2.46	1.32
운동(조깅, 산책, 수영, 등산)을 한다	2.29	1.16
기도를 한다	2.26	1.35
고스톱·포커를 한다	2.15	1.26
춤 춘다	2.14	1.10
독서 및 글쓰기를 한다	2.09	1.19
동우회운동(볼링, 인라인, 테니스 등)을 한다	1.76	0.95
화분이나 화초를 가꾼다	1.75	0.97
담배를 피운다	1.73	1.21
명상(요가, 단전)을 한다	1.65	0.87
악기를 연주한다	1.61	0.98
낚시를 한다	1.34	0.68
경마장에 간다	1.25	0.52

<표 6>에서 보는 바와 같이 평균이 ‘친구를 만나 대화한다’가 4.32로 가장 높았고 다음으로 ‘TV를 본다(영화감상 포함)’ 4.22, ‘집에서 휴식을 취한다’ 4.20, ‘음악이나 그림을 감상한다’ 3.67, ‘과식이나 폭식을 한다’ 3.47, ‘자신의 자존심을 유지시키면서 흔들리지 않고 지낸다’ 3.24, ‘술을 마신다’ 3.13, ‘서로 타협하고 협상한다’ 3.02

순으로 나타났다.

또한 ‘경마장에 간다’가 1.25로 가장 낮았으며 다음으로 ‘뉘시를 한다’ 1.34, ‘악기를 연주한다’ 1.61, ‘명상(요가, 단전)을 한다’ 1.65, ‘담배를 피운다’ 1.73, ‘화분이나 화초를 가꾼다’ 1.75, ‘독서 및 글쓰기를 한다’ 2.09 순으로 낮았다.

이상과 같이 치위생과 학생들은 스트레스 대처방식 중 친구를 만나 대화한다에 대해 가장 높은 인식을 보였으며, 경마장에 간다에 대해 가장 낮은 인식을 보이고 있음을 알 수 있다.

### 3.3.2. 스트레스 대처방식 하위영역 수준

치위생과 학생들의 스트레스 대처방식 하위영역에 대해 살펴본 결과는 <표 7>과 같이 5점 만점 중 전체 평균이 2.64로, 치위생과 학생들은 스트레스 대처가 그다지 높지 않은 것으로 나타났다.

표 7. 스트레스 대처방식 하위영역 수준

구 분	Mean	SD
물리적 대처	2.23	0.50
정신적 대처	2.94	0.59
파괴적 대처	2.62	0.85
직접적 대처	2.84	0.88
심리적 대처	2.80	0.73
스트레스 대처방식	2.64	0.48

스트레스 대처방식 중에는 평균이 ‘정신적 대처’가 2.94로 가장 높았고 다음으로 ‘직접적 대처’ 2.84, ‘심리적 대처’ 2.80, ‘파괴적 대처’ 2.62 순으로 나타났으며 ‘물리적 대처’가 2.23으로 가장 낮았다.

이상과 같이 학생들은 스트레스 대처가 그다지 높지 않았으며, 스트레스 대처방식 중에는 정신적 대처가 가장 높았고 물리적 대처가 가장 낮음을 알 수 있다.

## 3.4. 성장지별 스트레스원 및 스트레스 대처방식

### 3.4.1. 성장지별 스트레스

치위생과 학생들의 성장지에 따라 스트레스를 살펴본 결과는 <표 8>과 같다.

표 8. 성장지별 스트레스

구 분	대도시 (N=95)		중소도시 (N=168)		농어촌 (N=96)		계 (N=359)		F	p
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD		
학교생활	3.30	0.45	3.24	0.53	3.21	0.44	3.25	0.49	0.89	0.412
일상실습	3.10	0.78	3.14	0.76	3.11	0.78	3.12	0.77	0.11	0.893
가정	2.17	0.66	2.31	0.75	2.19	0.65	2.24	0.70	1.59	0.205
교우관계	2.45	0.80	2.34	0.92	2.20	0.80	2.34	0.86	1.98	0.140
자기자신	2.75	0.84	2.77	0.90	2.78	0.78	2.77	0.85	0.06	0.943
이성교제	2.29	0.74	2.50	0.89	2.42	0.78	2.42	0.83	1.93	0.147
스트레스	2.78	0.44	2.81	0.50	2.75	0.39	2.79	0.46	0.62	0.541

학교생활 스트레스는 대도시에서 성장한 학생이 가장 높았고 농어촌 지역에서 성장한 학생은 다른 학생보다 낮았으나 유의미한 차이는 아니었다. 일상실습 스트레스와 가정 스트레스는 중소도시에서 성장한 학생이 가장 높았고 대도시에서 성장한 학생은 다른 학생보다 낮았으나 성장지에 따른 유의미한 차이는 없었다. 교우관계 스트레스는 대도시에서 성장한 학생이 가장 높았고 농어촌 지역에서 성장한 학생은 다른 학생보다 낮았으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

자기 자신 스트레스는 농어촌 지역에서 성장한 학생이 가장 높았고 대도시에서 성장한 학생은 다른 학생보다 낮았으나 유의미한 차이는 아니었다. 이성교제 스트레스는 중소도시에서 성장한 학생이 가장 높았고 대도시에서 성장한 학생은 다른 학생보다 낮았으나 성장지에 따른 유의미한 차이는 없었다. 전체적으로 스트레스는 중소도시에서 성장한 학생이 가장 높았고 농어촌 지역에서 성장한 학생은 다른 학생보다 낮았으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

이상에서 치위생과 학생들의 성장지에 따라 스트레스를 살펴본 결과 치위생과 학생들은 성장지에 따라 스트레스의 차이가 없음을 알 수 있다.

### 3.4.2. 성장지별 스트레스 대처방식

치위생과 학생들의 성장지에 따라 스트레스 대처방식을 살펴본 결과는 <표 9>와 같다.

물리적 대처는 대도시에서 성장한 학생이 가장 높았고 중소도시에서 성장한 학생은 다른 학생보다 낮았으며 성장지에 따라 유의미한 차이를 보였다(F=3.20, p<.05). 정신적 대처는 대도시에서 성장한 학생이 가장 높았고 농어촌 지역에서 성장한 학생은 다른 학생보다 낮았으나 유의미한 차이는 아니었다. 파괴적 대처는 중소도시에서 성장한 학생이 가장 높았고 농어촌 지역에서 성장한 학생은 다른 학생보다 낮았으나 성장지에 따른 유의미한 차이는 없었다.

직접적 대처는 대도시에서 성장한 학생이 가장 높았고 중소도시에서 성장한 학생은 다른 학생보다 낮았으며 통계적으로도 유의미한 차이를 보였다(F=4.80, p<.01). 심리적 대처는 대도시에서 성장한 학생이 가장 높았고 농어촌 지역에서 성장한 학생은 다른 학생보다 낮았으나 통계적으로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 전체적으로 스트레스 대처는 대도시에서 성장한 학생이 가장 높았고 중소도시에서 성장한 학생은 다른 학생보다 낮았으며 성장지에 따라 유의미한 차이를 보였다(F=3.16, p<.05).

표 9. 성장지별 스트레스 대처방식

구	분	대도시 (N=95)		중소도시 (N=168)		농어촌 (N=96)		계 (N=359)		F	p
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD		
물리적	대처	2.32	0.55	2.16	0.45	2.25	0.54	2.23	0.50	3.20*	0.042
정신적	대처	3.01	0.59	2.93	0.56	2.91	0.64	2.94	0.59	0.85	0.427
파괴적	대처	2.63	0.80	2.67	0.87	2.54	0.87	2.62	0.85	0.73	0.481
직접적	대처	3.08	0.82	2.74	0.88	2.79	0.89	2.84	0.88	4.80**	0.009
심리적	대처	2.92	0.72	2.77	0.72	2.74	0.77	2.80	0.73	1.78	0.170
스트레스	대처	2.75	0.46	2.60	0.45	2.61	0.54	2.64	0.48	3.16*	0.044

\* p<.05, \*\* p<.01

이상에서 치위생과 학생들의 성장지에 따라 스트레스 대처방식을 살펴본 결과 대도시에서 성장한 학생이 다른 학생보다 물리적 대처와 직접적 대처, 그리고 스트레스가 높음을 알 수 있다.

#### 4. 총괄 및 고안

본 연구에서 밝혀진 치위생과 학생들의 스트레스원 경험은 ‘수업량과 시간의 과다’로 인한 스트레스 경험이 100%로 가장 많이 나타났으며 ‘형제자매의 죽음’으로 인한 스트레스 경험은 23.1%로 가장 적게 나타났는데 박<sup>2)</sup>의 연구에서 ‘찾은 시험’, ‘수업량과 시간의 과다’, ‘임상실습시 이론과 실제의 차이’로 인한 스트레스 경험율이 100%로 나타난 것과 비슷한 결과로 이는 치위생과와 간호과 학생들이 재학 중에 임상실습과 학업을 병행하고 또한 면허증 획득을 위한 국가시험을 준비하는 과정에서 받게 되는 스트레스의 정도가 심각함을 보여주는 결과로 생각된다.

치위생과 학생들의 스트레스원 수준은 ‘국가시험에 대한 걱정’이 4.34로 가장 높게 나타났으며 ‘부모님의 무관심’이 1.79로 가장 낮게 나타났는데 박<sup>2)</sup>의 연구에서 ‘찾은 시험’, ‘성적향상이 잘 안됨’, ‘국가시험에 대한 걱정’이 4.22, 4.10, 4.10으로 나타난 것과 비슷한 결과로 이는 치과위생사와 간호사는 전문 인력이므로 졸업 시 국가시험을 통한 면허증 취득 유무가 졸업 후 취업에 직접적으로 영향을 주며 국가시험이 1년에 1회 시행됨에 따라 면허증 미취득시 면허증 취득을 위해서 기다려야 하는 시간이 비교적 길기 때문에 이에 대한 학생들의 스트레스 수준이 높게 나타난 것으로 생각된다.

치위생과 학생들의 스트레스원 영역별 수준은 전체 평균이 2.79로, 박<sup>2)</sup>의 연구에서 나타난 전체 평균 2.15에 비하여 높게 나타난 결과이지만 5점을 만점으로 볼 때 치위생과 학생들의 스트레스는 그다지 높지 않은 것으로 나타났다. 이는 스트레스원 중 경험율이 높게 나타난 ‘수업량과 시간의 과다’, 스트레스 수준이 높게 나타난 ‘국가시험에 대한 걱정’이 재학생들의 졸업 후 취업에 직접적으로 연관이 있는 면허증 취득 준비와 관계된 스트레스이므로 재학생들은 이를 만족스러운 미래를 위한

대가라고 생각하기에 나타난 결과로 생각된다.

스트레스 영역 중 ‘학교생활 스트레스’는 3.25로 가장 높았고 다음으로 ‘임상실습 스트레스’ 3.13, ‘자기 자신 스트레스’ 2.77, ‘이성교제 스트레스’ 2.42, ‘교우관계 스트레스’ 2.34 순으로 나타났으며, ‘가정 스트레스’가 2.24로 가장 낮게 나타났다. 이는 박<sup>2)</sup>의 연구에서 ‘임상실습 스트레스’ 3.54, ‘학교생활 스트레스’ 3.17, ‘자기 자신 스트레스’ 2.80, ‘교우관계 스트레스’ 1.78, ‘이성교제 스트레스’ 1.33, ‘가정 스트레스’ 1.10으로 나타난 결과와 조금 다르게 나타난 결과이다. 치위생과 학생들의 학교생활로 인한 스트레스가 가장 높게 나타난 것은 재학 중 국가시험을 준비하지 않는 타과에 비하여 치위생과의 수업량이 많고 전공과목의 비율이 높으며, 수업 시간 내 쪽지시험으로 인한 부담이 크기 때문에 나타난 결과로 생각된다.

치위생과 학생들의 스트레스 대처방식 수준은 ‘친구를 만나 대화한다’가 4.32, ‘TV를 본다(영화감상 포함)’ 4.22, ‘집에서 휴식을 취한다’ 4.20로, 김과 강<sup>7)</sup>의 연구에서 나타난 ‘친구를 만나 대화한다’가 4.23, ‘TV를 본다(영화감상 포함)’ 4.21, ‘집에서 휴식을 취한다’ 4.01과 비슷한 결과이다.

치위생과 학생들의 스트레스 대처방식 영역별 수준은 5점 만점 중 전체 평균이 2.64로, 치위생과 학생들은 스트레스 대처가 그다지 높지 않았으며 스트레스 대처방식 중에는 ‘정신적 대처’가 2.94로 가장 높았고 ‘물리적 대처’가 2.23으로 가장 낮게 나타났다. 이는 본 연구와 김과 강<sup>7)</sup>의 연구 모두 치위생과 학생들을 대상으로 조사하여 조사대상자가 모두 여성이므로 비교적 정적으로 대처하기 때문에 결과로 생각된다.

치위생과 학생들의 성장지에 따른 스트레스 대처방식을 살펴본 결과 대도시에서 성장한 학생이 다른 학생보다 물리적 대처( $F=3.20, p<.05$ )와 직접적 대처( $F=4.80, p<.01$ )가 높게 나타났으며, 전체적인 스트레스 대처는 대도시에서 성장한 학생이 가장 높았고, 중소도시에서 성장한 학생은 다른 학생보다 낮았으며 성장지에 따라 유의미한 차이를 보였다( $F=3.16, p<.05$ ). 이는 대도시에서 성장한 학생이 성장과정 중 스트레스를 물리적, 직접적으로 대처하는 타인과의 접촉 또는 간접경험의 기회가 많았기 때문에 나타난 결과로 생각된다.

위에서 살펴본 바와 같이 치위생과 학생들은 재학 중 치과위생사 면허 국가시험

을 준비하고, 구강보건전문인력인 치과위생사로서 갖추어야할 필수요소인 지식과 태도를 갖추기 위해 학업과 임상실습을 병행함으로써 많은 스트레스를 경험하게 되지만, 그에 대한 대처는 적절히 이루어지지 않고 있다. 그러므로 치과위생사를 양성하는 교육자는 치위생과 학생이 재학 중 경험하는 스트레스 정도를 낮추기 위한 효과적인 중재방안을 마련 시 치위생과 학생의 성장지 별로 스트레스 대처방식에 차이가 있음을 알고 재학생들의 성장지별로 차별화된 맞춤형 교육상담을 실시하여 보다 양질의 치과위생사 양성에 노력을 기울여야 할 것이다.

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

## 5. 결 론

본 연구는 치위생과 학생들이 재학 중 경험하게 되는 스트레스원과 대처방식에 대하여 연구하기 위하여 강원 지역 대학의 치위생과 재학생 359명을 대상으로 설문·조사한 자료를 분석하여 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 치위생과 학생들의 스트레스원 경험은 '수업량과 시간의 과다'로 인한 스트레스 경험이 100%로 가장 많이 나타났으며 '형제자매의 죽음'으로 인한 스트레스 경험은 23.1%로 가장 적게 나타났다.
2. 치위생과 학생들의 스트레스원 수준은 '국가시험에 대한 걱정'이 4.34로 가장 높게 나타났으며 '부모님의 무관심'이 1.79로 가장 낮게 나타났다.

3. 치위생과 학생들의 스트레스원 영역별 수준은 전체 평균이 2.79로 그다지 높지 않은 것으로 나타났으며 스트레스 영역 중 ‘학교생활 스트레스’는 3.25로 가장 높게 나타났으며, ‘가정 스트레스’가 2.24로 가장 낮게 나타났다.
4. 치위생과 대학생들의 스트레스 대처방식 수준은 ‘친구를 만나 대화한다’가 4.32, ‘TV를 본다(영화감상 포함)’ 4.22, ‘집에서 휴식을 취한다’ 4.20로 나타났다.
5. 치위생과 학생들의 스트레스 대처방식 영역별 수준은 5점 만점 중 전체 평균이 2.64로, 치위생과 학생들은 스트레스 대처가 그다지 높지 않았으며 스트레스 대처방식 중에는 ‘정신적 대처’가 2.94로 가장 높았고 ‘물리적 대처’가 2.23으로 가장 낮게 나타났다.
6. 치위생과 학생들의 성장지에 따른 스트레스 대처방식을 살펴본 결과 대도시에서 성장한 학생이 다른 학생보다 물리적 대처( $F=3.20, p<.05$ )와 직접적 대처( $F=4.80, p<.01$ )가 높게 나타났으며, 전체적인 스트레스 대처는 대도시에서 성장한 학생이 가장 높았고, 중소도시에서 성장한 학생은 다른 학생보다 낮았으며, 성장지에 따라 유의미한 차이를 보였다( $F=3.16, p<.05$ ).

치위생과 학생의 성장지 별로 스트레스 대처방식에 차이가 있으므로 치과위생사를 양성하는 교육자는 재학생들의 성장지별로 차별화된 맞춤형 교육상담을 실시하여 보다 양질의 치과위생사 양성에 노력을 기울여야 할 것이다.

## 참고문헌

1. Selye H. The stress syndro. AJN 1965;3:97-99.
2. 박혜숙. 간호학생의 스트레스원, 인지정도와 대처방법에 관한 연구. 카톨릭상지전문대학논문집 1997;27:1-43.

3. 이영희, 조주연, 방인태. 교육대학생의 스트레스 요인 연구. 서울교육대학교학생생활연구소 학생지도연구 1998;24:117-156.
4. 박창훈. 병원의 간호직과 행정직 직원의 스트레스 대처방식에 관한 연구. 경산대학교 보건대학원 석사학위논문. 2000.
5. 박현경. 서울시내 상업 고등학교 여학생들이 느끼는 생활사건의 심각성 정도와 대처방안에 관한 연구. 연세대학교 보건대학원 석사학위논문. 1992.
6. Bell TM. Stressful life events and coping method in mental illness and wellness behavior. NR 1977;26(2):136-141.
7. 김경미, 강재경. 치위생과 학생들의 성격유형과 스트레스 대처방식에 관한 연구. 한국치위생교육학회지 2003;3(2):101-115.
8. Folkman S, Lazarus, RS. Stress, appraisal and coping. New York, Springer blising company; 1984:22-25.
9. 이관옥, 이연숙. 건강한 초기 청소년의 스트레스원과 대처반응. 간호과학 1991;3:48-69.
10. 조진만, 김학수, 김진희. 일부 대학의 응급구조와 학생의 스트레스에 관한 고찰. 한국의학교육 2000;12(2):73-81.
11. 장은영, 이소우. 간호대학생의 스트레스 반응양상과 자아존중감의 관계 연구. 대한신심스트레스학회지 2001;9(1):59-69.
12. 김옥숙, 김순구. 간호대학생의 스트레스 요인과 대처행동에 관한 연구. 춘해대학 논문집 1999;11(1):159-185.
13. 이선미. 치과위생사의 업무스트레스 및 강인성과 소진에 관한 연구. 한국구강건강증진학회지 2000;1(1):95-109.
14. 이춘선. 치과위생사가 임상활동시 경험하는 스트레스 요인 분석연구. 동남보건대학 논문집 1998;(2):151-160.
15. 박태철. 교사의 직무 스트레스 요인과 그 대처방안에 관한 연구. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문. 2001.

ABSTRACT

## A study on the stressors and coping patterns of some dental hygiene students

Ill-Soon Park, Sun-Hee Lee

Department of Dental Hygiene, Dong-U College

Keywords: Dental Hygiene Students, Stressor, Stress coping

**Purpose** : The purpose of this study was to examine the stressors and coping patterns of dental hygiene students in a bid to boost the efficiency of guidance and counseling.

**Subjects and Method** : The subjects in this study were 359 dental hygiene students from some colleges. After a survey was conducted, the collected data were analyzed with SPSS 13.0 program. Statistical data on frequency and percentage were obtained, and ANOVA and t-test were utilized.

**Findings** : 1. The dental hygiene students investigated suffered the most stress with excessive workload, and anxiety about the national examination was the greatest stressor. Among the areas of stressors, school life put the most pressure on them(3.25). 2. The most dominant way for the dental hygiene students to handle stress was talking with friends(4.32). Out of the areas of stress-coping patterns, mental coping was most prevalent(2.94), and the least common stress-coping area was physical coping(2.23). 3. As for the relationship between the place where they were raised and stress-coping styles, physical coping and direct coping were more widespread among the students who were brought up in large urban communities than the others.

**Conclusion** : As the dental hygiene students were different in stress-coping styles according to the place where they were grown, educators who nurture dental hygienists should offer customized education and counseling in consideration of where students were brought up.