

치위생과 학생들의 스트레스와 자아 존중감에 영향을 미치는
요인송애희 · 윤혜정¹ · 정은주²전남과학대학교 치위생과 · ¹수원여자대학교 치위생과 · ²청암대학교 치위생과

Influential factors for stress and self esteem of dental hygiene students

Ae-Hee Song · Hye-Jeong Youn¹ · Eun-Ju Jung²Department of Dental Hygiene, Chunnam Techno College · ¹Department of Dental Hygiene, Suwon women's college · ²Department of Dental Hygiene, Cheongam CollegeReceived : 18 October, 2013
Revised : 12 December, 2013
Accepted : 21 January, 2014

Corresponding Author

Eun-Ju Jung
Department of Dental Hygiene
Cheongam College
Noksaek-ro(St), Suncheon-si
Jeonnam 540-743, Korea,
Tel : +82-61-740-7383
+82-10-4879-7914
Fax : +82-61-740-7418
E-mail : bluesky-1224@hanmail.net

ABSTRACT

Objectives : The purpose of this study was to investigate the effects of stress, self-esteem, and social support in dental hygiene students.**Methods** : The data were collected by self-reported questionnaires from 518 students in three colleges in Gwangju, Gyeonggi-do, and Jeollabuk-do, Korea. The questionnaire consisted of stress, self-esteem and social support. The data were analyzed by descriptive statistics, t-test, ANOVA, Scheffe test, Pearson's correlation coefficients and Stepwise multiple regression using SPSS/WIN 18.0 program.**Results** : The mean(±SD) scores of stress, self-esteem and social support were 3.13(0.52), 3.31(0.55), and 3.66(0.48), respectively. A significantly negative correlations was shown in self-esteem($r=-0.360$, $p < 0.001$) as well as social support($r=-0.138$, $p < 0.05$) in relation to stress.**Conclusions** : It is necessary to develop and apply nursing intervention to promote self-esteem, social support, and to reduce stress in dental hygiene students.**Key Words** : dental hygiene students, self-esteem, social support, stress**색인** : 사회적 지지, 스트레스, 자아 존중감, 치위생과 학생

서론

현대인에게 스트레스는 일상생활에서 불가피하게 모든 사람들이 일반적으로 경험하고 있는 현상이라 할 수 있다. 오늘날 급격한 사회 변화 속에 살고 있는 우리는 스트레스를 가지고 사는데 각각의 시기에 나타나는 스트레스의 양상과 정도는 다르게 나타난다¹⁾.

스트레스를 적절히 경험하면 생활에 활력을 주고 도움을 줄 수도 있지만, 과도한 스트레스는 가정이나 학교에서 문제를 일으킬 수 있으며, 신체적 문제나 약물복용이나 자살과

같은 정신적 문제를 야기할 수도 있다. 스트레스로부터 개인을 보호하는 변인을 스트레스 완충자원이라고 하며 이런 자원은 개인적 자원으로 자아 존중감, 사회적 문제해결능력, 자기 효능감 등이 있고, 사회적 지지와 같은 환경적 자원이 있다²⁾. 특히, 자아 존중감은 자신을 수용하거나 존중하고, 자기 자신을 가치 있다고 여기는 주관적 신념을 말하는 것으로³⁾, 스트레스 상황에서 스트레스로 인한 부정적 영향을 완충해 주는 중요한 역할을 하는 내적 요인이다⁴⁾. 게다가, 사회적 지지는 자신이 타인에게 존중되고 수용되고 있는 사람임을 인식시켜 자아 존중감을 강화시켜 줄 수 있는 요인으로,

자아 존중감에 위협이 되는 유해한 사건을 방지하고, 이런 사건에 직면한 개인의 자아 존중감을 유지시키고 길러줌으로써 스트레스로 인한 사건을 완화시키는 역할을 한다⁵⁾. 이와 같이 자아 존중감과 사회적 지지는 스트레스와 긴밀한 관련이 있는 것으로 이것들 간의 관련성에 대하여 연구하는 것은 의미가 있을 것으로 여겨진다.

자아정체감을 형성하는 중요한 시기에 속하는 청년기인 대학생들은 자율성 및 주체성과 책임감이 부여되는 시기로⁶⁾, 새로운 문화와 환경의 적응, 부모로부터 독립, 불확실한 미래, 취업문제 등과 같은 많은 스트레스를 유발하는 환경에 노출되어 있다⁷⁾. 그 중 국가고시 시험을 통해 자격증 또는 면허증을 취득해야 하는 학과의 경우 그 시험에 대한 스트레스가 높다고 한다. 특히, 구강보건과 관련 있는 치위생과 학생의 경우 이론수업과 임상실습과정 및 직접 환자를 대상으로 하는 실습 등의 일련 과정을 통해 3년간의 교육과정 후 국가고시를 치러야 하고 그 국가고시에 합격하여야 치과위생사의 고유 업무 영역을 수행할 수 있기 때문에 치위생과 학생들은 학업 중에 많은 스트레스를 경험하는 것으로 나타났다^{8,9)}.

특히, 선행 연구를 통해 치위생과 학생들은 임상실습이라는 과정을 이수하면서 스트레스를 많이 받는 것으로 나타났으며⁸⁾, 수업량과 수업시간이 너무 많아 스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다¹⁰⁾. 또, 국가시험을 준비하면서 많은 스트레스를 경험하고 있음이 연구를 통하여 나타났다⁹⁾. 그러나 스트레스의 부정적 영향을 완충해 주는 자아 존중감이나 스트레스로 일어날 수 있는 사건을 완화해 주는 사회적 지지와의 연관성을 통한 연구는 미흡하였다.

따라서 본 연구에서는 치위생과 학생들의 스트레스 요인을 분류하고, 일반적 특성에 따른 스트레스 요인, 자아 존중감의 차이를 알아보고, 스트레스에 영향을 미치는 요인과, 자아 존중감에 영향을 미치는 요인을 분석하여 스트레스에 영향을 미치는 요인을 감소시킬 수 있는 방안과 자아 존중감을 향상시킬 수 있는 기초 자료를 제공하여 치위생과 학생들이 구강보건 전문가로서 자리매김하고 스트레스를 완화하는데 도움이 되기 위함이다.

연구방법

1. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 2012년 9월부터 10월까지 광주광역시, 경기도, 전라북도에 소재한 대학의 3년제 치위생과 학생을 대상으로 편의 추출하여, 이 중 600명에게 설문지를 배부하고, 연구의 취지를 설명한 후 자기기입식으로 조사하였다. 이 중 534부

를 회수하여 회수율은 89%를 나타내었으며, 기제가 누락되거나 분석에 활용이 어렵다고 판단되는 설문지 16부를 제외하고 광주광역시(312명), 경기도(163명), 전라북도(43명)에서 총 518부를 최종분석에 사용하였다.

2. 연구도구

2.1. 일반적 특성

학년, 유증빈도, 지난 1년간 만취 경험 여부, 스트레스 관리 상담 및 교육경험 여부, 스트레스 관리상담 및 교육 필요성으로 총 5문항으로 구성하였다.

2.2. 스트레스 요인

스트레스 요인에 대한 설문문항은 일반 대학생을 대상으로 작성한 김과 전¹¹⁾의 도구를 치위생과 학생에 맞춰 수정·보완하여 사용하였으며, 경제적, 학업적, 진로적 요인으로 구분하여 각 5문항씩 구성하여 총 15문항이 사용되었다. 각 문항에 대해 '전혀 그렇지 않다'에 1점, '스트레스를 매우 심하게 느낀다'에 5점을 평정하게 되어 점수가 높을수록 스트레스에 높은 영향을 미치는 요인으로 해석하였다. 본 검사도구의 신뢰도는 <Table 1>과 같다.

2.3. 자아 존중감

자아 존중감이란 자기 자신을 가치 있는 사람으로 생각하는 정도를 측정하는 것으로 Rosenberg의 'Self-Esteem Questionnaire'를 송¹²⁾이 변안한 것을 사용하였다. 문항은 Likert 5점 척도를 사용하여 '매우 그렇다'에 5점, '전혀 그렇지 않다'에 1점을 부여하여 총 10문항으로 구성하였다. 부정문항은 역변환 하여 채점하였으며, 총점이 높을수록 자아 존중감이 높은 것을 의미한다. 본 검사도구의 신뢰도는 <Table 1>과 같다.

2.4. 사회적지지

사회적 지지의 정도를 측정하기 위해 사용된 도구는 Hoberman과 Cohen¹³⁾이 개발한 대인관계 지지 평가척도 (Interpersonal Support Evaluation List: ISEL)를 기초로 하여 문¹⁴⁾이 변안한 척도의 일부 문항만을 사용하였다. 이 측정도구는 지각된 사회적 지지를 측정하는데 많이 사용되었으며, 본 연구에서 사회적 지지의 하위요인은 물질적 지지(10문항), 평가적 지지(13문항), 소속감 지지(13문항)로 3가지의 하위척도로 구성하였다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 '매우 그렇다' 5점, '그렇다' 4점, '보통이다' 3점, '그렇지 않다' 2점, '매우 그렇지 않다' 1점으로 구성 되었다. 부정문항은 역변환 하여 사용하였으며, 총점이 높을수록 사회적 지지를 많이 받는 것을 의미한다. 본 검사도구의 신뢰도는 <Table 1>과 같다.

Table 1. Reliability coefficient of stress factors, self-esteem, sub social supports

	Items	Number of questions	Cronbach's Alpha
Stressor	Economic factors	5	0,707
	Academic factors	5	0,724
	Career factors	5	0,871
	Total	15	0,793
Self-esteem		10	0,835
Social support	Material support	10	0,804
	Evaluative support	13	0,897
	Support by a sense of belonging	13	0,751
	Total	36	0,881

3. 자료 분석

연구 대상자의 일반적 특성을 파악하기 위해 빈도와 백분율을 산출하였고, 스트레스 요인과 자아 존중감, 사회적 지지의 영역별 수준은 평균과 표준편차를 구하였다. 일반적 특성에 따른 스트레스 요인, 자아 존중감의 차이를 알아보기 위해 독립표본 T검정과 일원배치분산분석을 실시하였고 군간 차이가 있는 경우 사후검정을 위해 Scheffe test를 실시하였다. 단 정규성 검정에서 정규성을 따르지 않은 스트레스 관리상담 및 교육경험여부는 두 군 간의 차이를 보기 위해 Mann-Whitney test를 사용하였고, 음주빈도와 스트레스 관리상담 및 교육 필요성은 Kruskal-Wallis test(사후분석은 Mann-Whitney test 이용)를 사용 하였다. 또한 스트레스 요인, 자아 존중감, 사회적 지지의 상관관계에 대한 분석은 Pearson's correlation coefficient를 이용하였다. 스트레스와

자아 존중감의 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 각각 다중회귀분석을 실시하였다. 통계분석은 SPSS(Statistical Packages for Social Science 18.0. SPSS Inc. USA) 통계프로그램을 사용하여 통계 처리하였다.

연구결과

1. 연구 대상자의 일반적 특성

연구 대상자의 일반적 특성은 <Table 2>와 같다. 학년은 '3학년' 175명(33.8%), '2학년' 174명(33.6%), '1학년' 169명(32.6%)으로 비슷한 비율을 보였다. 음주빈도는 '주 1회 이하'가 351명(67.8%)으로 가장 많았으며, 다음으로 '전혀 마시지 않는다'가 97명(18.7%), '주 2-3회'가 63명(12.2%), '주 4회 이상'이 7명(1.4%) 순으로 나타났다. 지난 1년간 만취 경험 여부

Table 2. General characteristics of subjects

	Items	N	%
Grade	First grade	169	32,6
	Second grade	174	33,6
	Third grade	175	33,8
	Not at all	97	18,7
Frequency of drinking	Under once a week	351	67,8
	Twice or three times a week	63	12,2
	Over four times a week	7	1,4
Experience of fuddle in one year	Yes	127	24,5
	No	391	75,5
Experience of stress management counseling and education	Yes	5	1,0
	No	513	99,0
Need of stress management counseling and education	Not necessary at all	16	3,1
	Not necessary	178	34,4
	Necessary	288	55,6
	Very necessary	36	6,9
Total		518	100,0

Table 3. The level of stressors, self-esteem and social support

Items	N	Minimum	Maximum	M±SD
Economic factor	518	1.00	5.00	3.18±0.72
Academic factor	518	1.00	5.00	3.04±0.65
Career factors	518	1.00	5.00	3.17±0.87
Total of stressors	518	1.40	4.60	3.13±0.52
Self-esteem	518	1.20	5.00	3.31±0.55
Material support	518	2.40	5.00	3.81±0.53
Evaluative support	518	2.15	5.00	3.83±0.57
Support by a sense of belonging	518	1.92	4.69	3.38±0.49
Total of social support	518	2.22	4.81	3.66±0.48

는 '없다' 391명(75.5%)이 '있다' 127명(24.5%)보다 높게 나타났다. 스트레스 관리상담 및 교육경험여부는 '없다' 513명(99.0%)이 '있다' 5명(1.0%)보다 현저하게 많았다. 스트레스 관리상담 및 교육 필요성은 '필요하다' 288명(55.6%)로 가장 많았으며, 다음으로 '필요하지 않다' 178명(34.4%), '매우 필요하다' 36명(6.9%), '전혀 필요하지 않다' 16명(3.1%) 순으로 나타났다.

2. 스트레스 요인, 자아 존중감, 사회적 지지의 영역별 수준

연구 대상자의 스트레스 요인, 자아 존중감, 사회적 지지의 영역별 수준은 <Table 3>과 같다. 스트레스 요인 전체는 3.13점으로 나타났으며 하위 영역별로는 '경제적 요인'이 3.18점으로 가장 높았으며, 다음으로 '진로적 요인' 3.17점, '학업적 요인' 3.04점 순으로 나타났다. 자아 존중감은 3.31점으로 자기 자신을 가치 있는 사람이라고 느끼는 정도가 높은 편에 들었다. 사회적 지지요인 전체는 3.66점으로 높게 나타났으며, 하위 영역별로는 '평가적 지지'가 3.83점으로 가장 높았으며, 다음으로 '물질적 지지'가 3.81점, '소속감 지지'가 3.38점 순으로 나타났다.

3. 일반적 특성에 따른 스트레스 요인, 자아 존중감

연구 대상자의 일반적 특성에 따른 스트레스 요인과 자아 존중감의 차이는 <Table 4>와 같다. 일반적 특성에 따른 스트레스 요인 전체는 '스트레스 관리상담 교육 필요성'(p<0.05)에서 차이를 보였다. 일반적 특성에 따른 스트레스 요인을 하위 영역별로 살펴보면, 학년에 따라 '경제적 요인'(p<0.01)과 '학업적 요인'(p<0.001)에서 유의한 차이를 보였으며, '1학년'(3.26점), '2학년'(3.27점)이 '3학년'(3.02점)보다 경제적 스트레스를 더 받는 것으로 나타났고(p<0.01), '2학년'(3.11점), '3학년'(3.14점)이 '1학년'(2.86점)보다 학업적 스트레스를 더

받는 것으로 나타났다. 지난 1년간 만취 경험 여부에서는 '학업적 요인'(p<0.05)에서 유의한 차이를 보였으며, '만취 경험이 있다'(3.15점)가 '만취 경험이 없다'(3.00점)보다 학업적 스트레스를 더 받는 것으로 나타났다. 스트레스 관리상담 및 교육 필요성에 따라 '경제적 요인'(p<0.05)에서 유의한 차이를 보였으며, '매우 필요하다(3.48점)가 '전혀 필요하지 않다(3.09점)보다 높게 나타나 상담을 필요로 하는 집단이 경제적 스트레스가 높은 것으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 자아 존중감은 지난 1년간 만취 경험 여부에 따라 유의한 차이가 있었으며(p<0.01) 만취 경험이 '있다'(3.42점)가 '없다'(3.27점)보다 자아 존중감이 높은 것으로 나타났다.

4. 스트레스 요인과 자아 존중감, 사회적 지지 간의 상관관계

연구 대상자의 스트레스 요인과 자아 존중감, 사회적 지지 간의 상관관계는 <Table 5>와 같다. 스트레스 요인 전체는 자아 존중감(r=-0.360), 물질적 지지(r=-0.108), 평가적 지지(r=-0.076), 소속감 지지(r=-0.195), 사회적 지지(r=-0.138) 모두에 음의 상관을 보였고 통계적으로 유의한 차이가 나타나 자아 존중감 및 사회적 지지 요인 모두 낮을수록 스트레스를 더 받는 것으로 나타났다. 자아 존중감은 경제적 요인(r=-0.161), 학업적 요인(r=-0.332), 진로적 요인(r=-0.263)과 음의 상관관계를 보였으며, 물질적 지지(r=0.394), 평가적 지지(r=0.354), 소속감 지지(r=0.469)와는 양의 상관관계를 보여, 스트레스가 적을수록, 사회적 지지를 많이 받을수록 자아 존중감은 높아지는 것으로 나타났다.

5. 스트레스에 영향을 미치는 요인

연구 대상자의 스트레스에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과는 <Table 6>과 같다(단, 일반적 특성 중 스트레스 관리 상담 및 교육 필요성은 정규성

Table 4. According to general characteristics the difference of stressors and self-esteem Unit : Mean±SD

Item	Frequency	Stressor			Total of stress	Self-esteem	
		Economy	Schoolwork	Career			
Grade	First	169	3.26±0.71 ^a	2.86±0.61 ^a	3.20±0.86	3.11±0.49	3.28±0.58
	Second	174	3.27±0.74 ^a	3.11±0.69 ^b	3.12±0.87	3.17±0.55	3.31±0.53
	Third	175	3.02±0.67 ^b	3.14±0.61 ^b	3.20±0.88	3.12±0.51	3.34±0.53
	F(p)		6.903 (0.001 ^{**})	9.899 (0.000 ^{***})	0.463 (0.630)	0.638 (0.529)	0.464 (0.629)
Frequency of drinking [*]	Not at all	97	3.27±0.72	3.15±0.65	3.27±0.88	3.23±0.52	3.22±0.59
	Under once a week	351	3.15±0.72	3.01±0.66	3.15±0.86	3.10±0.52	3.33±0.54
	Twice or three times a week	63	3.20±0.67	3.03±0.60	3.09±0.85	3.11±0.49	3.33±0.57
	Over four times a week	7	3.09±0.53	3.14±0.64	3.69±0.74	3.30±0.40	3.47±0.31
x ² (p)		2.716 (0.437)	5.073 (0.167)	4.081 (0.253)	4.275 (0.233)	5.477 (0.140)	
Experience of fuddle in one year	Yes.	127	3.21±0.68	3.15±0.64	3.18±0.95	3.18±0.53	3.42±0.56
	No.	391	3.17±0.73	3.00±0.65	3.17±0.84	3.11±0.51	3.27±0.54
	t(p)		0.592 (0.554)	2.177 (0.030 [*])	0.164 (0.870)	1.278 (0.202)	2.646 (0.008 ^{**})
Experience of stress management counseling and education [*]	Yes.	5	3.20±0.51	3.00±0.76	3.32±0.52	3.17±0.53	3.32±0.64
	No	513	3.18±0.72	3.04±0.65	3.17±0.87	3.13±0.52	3.31±0.55
	t(p)		1278.500 (0.990)	1143.500 (0.675)	1158.500 (0.709)	1263.500 (0.954)	1248.500 (0.919)
Need of stress management counseling and education [*]	Not necessary at all	16	3.09±0.80 ^a	2.79±0.90	3.34±1.14	3.07±0.57 ^a	3.35±0.65
	Not necessary	178	3.10±0.72 ^{ab}	3.04±0.64	3.11±0.84	3.09±0.52 ^a	3.29±0.51
	Necessary	288	3.20±0.70 ^{ab}	3.01±0.61	3.16±0.85	3.12±0.50 ^{ab}	3.32±0.55
	Very necessary	36	3.48±0.72 ^b	3.34±0.81	3.45±0.97	3.42±0.58 ^b	3.28±0.67
x ² (p)		8.057 (0.045 [*])	6.952 (0.073)	6.430 (0.092)	8.973 (0.030 ^{**})	0.696 (0.874)	

^{**}Mann-Whitney

^{*}Kruskal-Wallis test

^{*}p<0.05, ^{**}p<0.01, ^{***}p<0.001

^{a,b,ab}The same characters are not significant by Scheffe test

을따르지 않으므로 배제함). 자아 존중감과 사회적 지지는 스트레스를 13.3%로 설명할 수 있었으며, 자아 존중감 (p<0.001)과 소속감 지지(p<0.05)가 낮을수록 스트레스에 더 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또 자아 존중감(β=-0.349)이 가장 스트레스에 영향을 주었으며, 다음으로 소속감 지지 (β=-0.125)로 나타났다.

6. 자아 존중감에 영향을 미치는 요인

연구 대상자의 자아 존중감에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과는 <Table 7>과 같다.

스트레스 요인들과 사회적 지지 요인들은 자아 존중감을 31.1% 설명하였다. 경제적 요인(p<0.05)과 학업적 요인 (p<0.001), 진로적 요인(p<0.01)의 스트레스가 감소할수록, 물질적 지지(p<0.01)와 소속감 지지(p<0.001)가 높을수록 자아 존중감은 높아지는 것으로 나타났다(p<0.001). 그 중 소속감 지지(β =0.300)가 가장 영향을 많이 미쳤으며, 다음으로 물질적 지지(β =0.202), 학업적 요인(β =-0.197), 진로적 요인(β =-0.137), 경제적 요인(β =-0.082) 순으로 나타났다.

Table 5. Correlation of stressors, self-esteem and social support

		Economy	Schoolwork	Career	Stress	Self-esteem	Material support	Evaluative support	Support by a sense of belonging
Schoolwork	r(p)	0.136 (0.002 ^{**})	1						
Career	r(p)	0.202 (0.000 ^{***})	0.313 (0.000 ^{***})	1					
Stress	r(p)	0.630 (0.000 ^{***})	0.655 (0.000 ^{***})	0.781 (0.000 ^{***})	1				
Self-esteem	r(p)	-0.161 (0.000 ^{**})	-0.332 (0.000 ^{**})	-0.263 (0.000 ^{**})	-0.360 (0.000 ^{***})	1			
Material support	r(p)	-0.065 (0.138)	-0.131 (0.003 [*])	-0.041 (0.035 [*])	-0.108 (0.014 [*])	0.394 (0.000 ^{***})	1		
Evaluative support	r(p)	-0.019 (0.659)	-0.091 (0.039 [*])	-0.053 (0.233)	-0.076 (0.083)	0.353 (0.000 ^{***})	0.803 (0.000 ^{**})	1	
Support by a sense of belonging	r(p)	-0.049 (0.269)	-0.220 (0.000 ^{***})	-0.144 (0.001 ^{**})	-0.195 (0.000 ^{**})	0.469 (0.000 ^{**})	0.638 (0.000 ^{**})	0.696 (0.000 ^{**})	1
Social support	r(p)	-0.047 (0.291)	-0.161 (0.000 ^{***})	-0.089 (0.043 [*])	-0.138 (0.002 ^{**})	0.448 (0.000 ^{**})	0.891 (0.000 ^{***})	0.936 (0.000 ^{***})	0.868 (0.000 ^{***})

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

Table 6. The effect of stress by the level of self-esteem and social support

	Non-standardized coefficients		Standardized coefficients	t	p	
	B	SE	β			
Constant	4.192	0.177		23.746	0.000 ^{***}	
Self-esteem	-0.329	0.044	-0.349	-7.440	0.000 ^{***}	Adj. R ² =0.133
Material support	0.006	0.069	0.006	0.083	0.934	F=20.793
Evaluative support	0.118	0.068	0.129	1.722	0.086	p=0.000 ^{***}
Sense of belonging support	-0.132	0.064	-0.125	-2.049	0.041 [*]	

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

총괄 및 고안

의료계통에 종사하는 의료인들은 과중한 업무량, 임상에서 겪는 다른 인력들과의 관계, 환자와의 관계, 응급상황에서의 긴장과 불안 등에서 많은 스트레스를 경험하며, 구강보건의 의료 업무를 담당할 치위생과 학생들도 학업과정 중 많은 실습과 학업량으로 스트레스를 경험하고 있으며⁸⁾ 졸업 후 의료현장에서 많은 스트레스를 경험하게 된다¹⁵⁾.

따라서 치위생과 학생들의 스트레스 요인을 알아보고 스트레스와 관련성을 보이는 자아 존중감, 사회적 지지와의 관계 및 스트레스와 자아 존중감에 영향을 미치는 요인을 연구하는 것은 큰 의미가 있을 것으로 생각되어 이에 대한 조사를

실시하였다.

치위생과 학생들이 느끼는 스트레스 요인에 대한 점수는 전체 3.13점으로 박과 이(2.79점)¹⁰⁾의 연구에서 얻은 점수보다 높게 나타났으며, 각 하위 영역별로는 경제적 요인이 3.18점, 진로적 요인이 3.17점, 학업적 요인이 3.04점 순으로 나타난 것을 감안할 때 연구시점의 경과에 따른 치위생과 학생들의 스트레스는 더 가중되어 감을 알 수 있으며, 물가의 상승에 따른 등록금 및 치위생과 학생들이 실습시간에 사용하게 되는 기구와 기타 다른 물품들의 비용 증가에 따른 영향으로 해석된다. 특히, 1, 2학년이 3학년보다 경제적 스트레스를 더 받는 것으로 나타나 치위생과 특성과 1학년과 2학년에 실습에 필요한 기구와 유니폼 등의 구입에 따른 비용들이 편중되어 1, 2학년에서 3학년 보다 더 경제적 부담을 느끼는

Table 7. The effect of social support by the self-esteem and stressors

	Non-standardized coefficients		Standardized coefficients	t	p	
	B	SE	β			
Constant	2,541	0,225		11,288	0,000***	
Economic average	-0,063	0,029	-.082	-2,186	0,029*	
Academic average	-0,166	0,034	-0,197	-4,952	0,000***	adj. R ² =0,313
Average of career	-0,087	0,025	-0,137	-3,496	0,001**	F=34,721
Material support	0,210	0,065	0,202	3,230	0,001**	p=0,000***
Evaluative support	-0,054	0,065	-0,056	-0,837	0,403	
Support by a sense of belonging	0,336	0,060	0,300	5,631	0,000***	
Experience of fuddle in one year(Yes)	0,083	0,048	0,065	1,729	0,084	

*p<0,05, **p<0,01, ***p<0,001

것으로 여겨진다. 또한 학업적 스트레스는 2학년과 3학년이 1학년 보다 더 받는 것으로 나타나 학년이 올라가면서 학업적 스트레스가 증가한다고 한 강¹⁾의 연구 결과와 같은 맥락을 보이고 있었다. 이는 치위생과 학생들이 국가시험에 대한 걱정과 관련하여 스트레스가 증가하는 것으로 생각된다.

연구 대상자의 스트레스 요인과 자아 존중감, 사회적 지지 간의 상관관계에서 스트레스 요인 전체는 자아 존중감, 물질적 지지, 사회적 지지, 소속감 지지 모두에 음의 상관관계(r=-0,138, p<0,001)를 보여, 자신을 가치 있다고 느끼지 못하고, 물질적 원조가 제대로 이루어지지 않고, 함께 무엇인가를 함께 할 누군가가 없을 때 스트레스가 가중됨을 나타냈다. 이는 김¹⁶⁾의 연구에서의 물질적 지지, 평가적 지지, 소속감 지지, 자존감 지지와 스트레스 요인들 간에 음의 상관을 나타낸 것과 유사한 결과라고 해석된다. 또한 학업과 진로에 대한 스트레스가 적을수록 사회적 지지를 더 받는 것으로 나타난 결과는 사회적 지지가 양호할수록 대학생활과 학업에 잘 적응한다고 한 이 등¹⁷⁾의 의견과 일치하였다. 경제적 요인, 학업적 요인, 진로적 요인의 스트레스가 감소할수록, 물질적 지지, 평가적 지지, 소속감 지지의 사회적 지지가 높을수록 자아 존중감은 높아지는 것으로 나타났다. 이는 사회적 지지가 높을수록 자아 존중감이 높음을 보고한 곽⁵⁾의 연구와 일치하였다. 따라서 인간관계 속에서 자신의 가치를 알게 함으로써 자신이 속한 조직의 한 일원임을 확인시켜 줌으로 자아 존중감을 증진시켜 스트레스를 감소시켜 줄 수 있다고 여겨진다.

스트레스에 영향을 미치는 요인을 알아본 결과, 자아 존중감(p<0,001)과 소속감 지지(p<0,05)가 낮을수록 스트레스에 더 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이 결과는 김과 이¹⁸⁾의 연구에서와 같이 자아 존중감이 낮을수록 스트레스가 가중되는 것으로 나타난 것과 유사한 결과를 보였고, Haslam 등¹⁹⁾의

연구에서 사회적 지지가 낮을수록 스트레스가 증가하는 결과와도 일치하는 것으로 나타난다. 다시 말해, 높은 자아 존중감과 사회적 지지는 스트레스를 덜 느끼게 해 주어 스트레스에 알맞게 대처할 수 있도록 도와주고 사회적 지지가 자아 존중감을 높일 수 있도록 영향을 미칠 수 있는 것으로 해석된다.

게다가 경제적, 학업적, 진로적 스트레스가 감소할수록, 물질적, 소속감 지지가 높을수록 자아 존중감은 높은 것으로 나타났고, 소속감 지지가 자아 존중감을 높이는데 가장 영향을 미치는 요인임을 감안할 때 소속감 지지의 영역을 확대하기 위해 교우 간, 가족 간 소통을 위한 프로그램들을 마련하여 소속감이 낮은 대상자의 소속감을 증가시켜 자아 존중감을 높여 줌으로써 스트레스도 감소되는 순환적 관계를 마련할 필요가 있음을 알 수 있었다.

이상의 결과를 종합해 보면, 치위생과 학생들의 자아 존중감과 사회적 지지가 스트레스에 유의한 영향을 미치는 것을 알 수 있었다. 따라서 스트레스 자극원에 대해 어떻게 대처하느냐에 따라 부정적 혹은 긍정적 결과를 초래할 수도 있다. 이에 따라 스트레스 자극원에 따른 적절한 관리법이 필요한데, 개인의 역량을 키워 스트레스를 합리적으로 대처할 수 있는 방법으로 자아 존중감을 키워주고, 개인이 사회 환경 속에서 소속감과 긍정적 인간관계를 형성하는데 도움이 되는 사회적 지지를 강화시키는 것이 필요할 것으로 생각된다.

이상의 본 연구에서 나타난 제한점으로는 표본 수집이 일부 지역에 국한되어 모든 치위생과 학생에게 연구결과를 일반화시키는 데 한계가 있었기에 향후 폭넓은 대상자를 선정하는 것이 필요할 것으로 보인다. 또한 학부가 3년제에 국한된 연구였으므로 3년제와 4년제 실정에 맞는 연구가 필요할 것으로 보이며, 본 연구에서는 스트레스 요인을 밝히고, 스트레스 요인에 대처하기 위한 대처 방안에 대한 연구도 지속적

으로 이루어져야 할 것으로 보인다.

결론

본 연구에서는 치위생과 학생들의 스트레스 요인을 분류하고, 스트레스와 자아존중감에 영향을 미치는 요인을 알아보고자 2012년 9월부터 10월까지 광주광역시, 경기도, 전라북도 지역 대학의 3년제 치위생과 학생을 대상으로 편의 추출하여 자기기입식 설문지를 배포 회수하여 총 518부를 최종분석에 사용하여 다음과 같은 결과를 얻었다.

1. 일반적 특성에 따른 스트레스 요인에서 학년에 따라 '경제적 요인'(p<0.01)과 '학업적 요인'(p<0.001)에서 유의한 차이를 보였으며, 지난 1년간 만취 경험여부에서는, '만취 경험이 있다'(3.15점)가 '만취 경험이 없다'(3.00점)보다 학업적 스트레스를 더 받는 것으로 나타났다(p<0.05). 스트레스 관리 상담 및 교육 필요성에 따라 '경제적 요인'(p<0.05)에서 '매우 필요하다'(3.48점)가 '전혀 필요하지 않다'(3.09점)보다 높게 나타나 유의한 차이를 보여, 상담을 필요로 하는 집단이 경제적 스트레스가 높은 것으로 나타났다.
2. 일반적 특성에 따른 자아존중감은 지난 1년간 만취 경험 여부에 따라 유의한 차이가 있었으며(p<0.01) 만취 경험이 '있다'(3.42점)가 '없다'(3.27점)보다 자아 존중감이 높은 것으로 나타났다.
3. 스트레스 요인 전체는 자아 존중감(r=-0.360), 물질적 지지(r=-0.108), 평가적 지지(r=-0.076), 소속감 지지(r=-0.195), 사회적 지지(r=-0.138) 모두에 음의 상관을 보였고 통계적으로 유의한 차이가 나타나 자아 존중감 및 사회적 지지 요인 모두 낮을수록 스트레스를 더 받는 것으로 나타났다.
4. 자아 존중감은 경제적 요인(r=-0.161), 학업적 요인(r=-0.332), 진로적요인(r=-0.263)과 음의 상관관계를 보였으며, 물질적 지지(r=0.394), 평가적 지지(r=0.354), 소속감 지지(r=0.469)와는 양의 상관관계를 보여, 스트레스가 적을수록, 사회적 지지를 많이 받을수록 자아 존중감은 높아지는 것으로 나타났다.
5. 자아 존중감(p<0.001)과 소속감 지지(p<0.05)가 낮을수록 스트레스에 더 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 자아 존중감이 가장 스트레스에 많은 영향을 주는 것으로 나타났다.
6. 경제적 요인(p<0.05)과 학업적 요인(p<0.001), 진로적 요인(p<0.01)의 스트레스가 감소할수록, 물질적 지지

(p<0.01)와 소속감 지지(p<0.001)가 높을수록 자아 존중감은 높아지는 것으로 나타났으며(p<0.001), 그 중 소속감 지지($\beta=0.300$)가 가장 영향을 많이 미치는 것으로 나타났다.

이상과 같은 결과를 통해 치위생과 학생들의 스트레스를 감소시키기 위해서는 자아 존중감을 더 높이는데 중점을 두어야 하며, 자아 존중감을 높이기 위해 소속감 지지를 더 높여 줄 수 있는 방안을 모색하고 이들의 결과를 평가할 수 있는 평가 프로그램도 개발되어야 할 것으로 여겨진다.

References

1. Gang BM. The causes of social stress and way of coping with stress on university students[Master's thesis]. Seoul: Univ. of Konkuk, 2003.
2. Yu EY. Self-Esteem and stress-coping strategies of the college students in the department of public health, J Korea Contents Association 2009; 9(6): 225-36.
3. Rosenberg M, Pearlin LI. Social class and self-esteem among children and adults. Am J Sociology 1978; 84: 53-77.
4. Avison WR, Gotlib IH. Stress and mental health: Contemporary issues and prospects for the future. 3rd ed, New York: Plenum press; 1994: 153-68.
5. Kwang YK. Effect of self-esteem, ego-resilience, social support on nursing student's adjustment to college. J Korea Academia-Industrial Cooperation Soc 2013;14(5): 2178-86.
6. Park MA. The relationship between self-esteem, social support and the way of stress coping of university students[Master's thesis]. Deaju: Univ. of Catholic, 2002.
7. Jang HG, Yun BS, Park SG, Chang KH. The stressors of Yeungnam university student. 1st ed, Gyeongsan: Student life research center yeungnam university; 1991: 87-98.
8. Lee JH, Jeon ES. A study on causes of stress experienced by party students of dental hygiene department during clinical training. J Dent Hyg Sci 2009; 9: 137-43.
9. Park IS, Kim HJ. Research on some of dental hygiene students stress over the national examination. J Korean Soc Dent Hyg 2013; 13: 659-68.
10. Park IS, Lee SH. A study on the stressors and coping patterns of some dental hygiene students. J Korean Soc Dent Hyg 2008; 8: 251-63.
11. Kim KH, Jeon GG. Development of the life stress scale for college students. Korean J Clin Psy 1991; 10: 137-58.
12. Song SW. A study on the relation between self-esteem and level of the stress perceived, coping style of stress of the college

- students, *Students Life Research* 1999; 12: 1-30.
13. Hoberman HM, Cohen S. Positive events and social supports as buffers of life change stress¹. *J Applied Social Psychology* 1983; 13: 99-125.
 14. Mun SW. The effect of cognitive appraisal and social support on coping with stress[Master's thesis]. Seoul: Univ. of Yonsei, 1990.
 15. Kim MJ. A Study on job stress and sleep quality in dental hygienists[Master's thesis]. Yongin: Univ. of Dankook, 2013.
 16. Kim NY. A study on relationships among stress, social support, and life satisfaction of university students[Master's thesis]. Seoul: Univ. of Konkuk, 2011.
 17. Lee GW, Moon IO, Park SK. The relationship between social support, college adjustment and academic adjustment among nursing students. *J of Korean Soc of School Health Education* 2013; 14(3): 15-27.
 18. Kim HY, Lee JH. The effects of stress, family support and perceived health state on the self-esteem of adult examinee. *Chung-Ang Journal of Nursing* 2007; 11: 1-6.
 19. Haslam SA, O'Brien A, Jetten J, Vormedal K, Penna S. Taking the strain: social identity, social support, and the experience of stress. *Br J Soci Psychology* 2005; 55: 355-70.

