

일부 치위생과 학생들의 스트레스 대처방식이 자존감과 삶의 만족도에 미치는 영향

이가령

울산과학기술대학교 치위생과

The relationship among self-esteem, life-satisfaction and stress coping style of dental hygiene students

Ga-ryoung Lee

Department of Dental Hygiene, Ulsan College

Received : 15 July, 2014
Revised : 29 September, 2014
Accepted : 7 October, 2014

Corresponding Author

Ga-ryoung Lee
Department of Dental Hygiene
Ulsan College, Dong-gu
Ulsan City, 682-715, Korea.
Tel : +82-52-230-0796
Fax : +82-52-230-0790
E-mail : grlee@uc.ac.kr

ABSTRACT

Objectives : This study aimed to determine the effects of stress coping type on self-esteem and satisfaction with life in dental hygiene students. In particular, an attempt is made to determine the effects of sub-factors of stress coping type on self-esteem and satisfaction with life, get a better understanding of self-esteem and satisfaction with life for dental hygiene students, and provide basic data in developing a program that can identify, prevent, and control the problems with stress for dental hygiene students.

Methods : This is descriptive correlation research to determine the relations between self-esteem and stress coping type in dental hygiene students, 212 dental hygiene students at colleges in Ulsan Metropolitan City were asked to complete a self-administered questionnaire from June 10 to 20, 2013; then, 209 copies were used in analysis, with the exception of 3 copies which were excluded from recording.

Results : Self-esteem and satisfaction with life were positively affected by active stress coping but were negatively affected by passive stress coping. As for such sub-factors of stress coping type as problem-focused coping, pursuit of social support, emotional relief coping, and hopeful thinking, the sub-factors of active coping type also positively affected self-esteem and satisfaction with life. Self-esteem interacted with the sub-factors of stress coping type and satisfaction with life.

Conclusions : Since stress coping type was found to be a factor affecting self-esteem and satisfaction with life for students, the results of this study are expected to be used as basic data in developing a program that can help them cope actively with stress.

Key Words : satisfaction with life, self-esteem, stress, stress coping type

색인 : 삶의 만족도, 자존감, 스트레스, 스트레스 대처방식

서론

대학생활은 급격한 환경적 변화로 인해 새로운 심리적, 환

경적 적응이 요구되며 고등학교 생활에 비해 자율적이고 자기 스스로 결정하고 통제할 수 있는 생활이 필요한 시기로 이러한 환경변화는 학생들에게 다양한 스트레스를 유발할

Copyright©2014 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.

JKSDH is available at <http://www.jksdh.or.kr/> pISSN 2287-1705 / eISSN 2288-2294

▶ 본 연구는 울산과학기술대학교 2013년 교내 연구비 지원에 의해 수행되었음.

수 있다. 특히 치위생과에 진학한 학생들은 치과위생사 의료기사 국가시험에 합격해야만 졸업 후 치과위생사로 활동할 수 있기 때문에 기본적으로 대학생으로서 갖추어야 할 교육뿐만 아니라 치위생전공과 직접 관련된 학습이 동시에 진행되고 있어 급격한 환경변화에 적응해야 하는 상황이다. 또한 최근 치과위생사는 구강보건 전문가로 그 역할과 활동이 더욱 전문화되고 있어 치위생과 학생들은 치과위생사의 일반적인 업무 내용뿐만 아니라 환자응대 및 다양한 분야에 대한 교육까지 이수해야 하는 상황이다.

스트레스(stress)의 어원은 라틴어 'strinere' '팽팽하게 죄다'에서 유래되는 string, stress, straisse 등으로 사용되다가 14세기에 이르러 stress라는 용어로 통일되어 곤란, 고뇌, 억압, 고통을 의미하는 용어로 사용되었지만 오늘날 통용되는 'stress' 용어는 과학기술적인 개념이 포함되어 있는 19세기 근원에 초점을 맞추었기 때문에 보편적으로 스트레스란 물체나 인간에게 작용하는 힘, 압력, 강한 영향력을 가리키는 뜻으로 사용되고 있다¹⁾. 건강한 정신은 스트레스를 유발할 수 있는 갈등상황을 합리적으로 해결하며 환경적 스트레스와 심리적 문제에 효율적으로 대처하는 일관된 능력을 말한다²⁾.

정신건강의 대표적인 자아존중감은 자신에 대해 부정적 혹은 긍정적 평가로서 자신을 존중하며 가치가 있다고 믿는 정도를 나타내며³⁾, 높은 자아존중감은 건강한 행동 및 적응과 관련이 있어 스트레스 상황에 효율적으로 대처하고 자아존중감이 낮은 경우 확신이 부족하여 의존적이며 불안, 우울, 적대감 같은 정신건강문제를 나타낼 수 있다⁴⁾.

삶의 질이란 인간생활의 질의 문제인 인간 삶의 정도와 가치를 다루는 것으로 개인의 신체적 건강, 심리적 상태, 사회적 관계 등에 의해 복잡한 방식으로 영향을 받으며⁵⁾, 스트레스는 인간의 삶의 질 간에 중요한 매개변인으로 작용하여 삶의 질을 호전시키는데 중요한 역할을 한다⁵⁾.

선행연구에 의하면 일반 대학생들에게 유발되는 스트레스를 통제하면 자존감의 수준이 높아지고 대학생생활의 적응력에 좋은 영향력을 미치며⁶⁾, 상담가의 스트레스 대처방식은 개인에 따라 차이가 있고 대처방식에 따라 심리적 소진과도 관계가 있는 것으로 나타났다⁷⁾. 즉 현대사회에서 스트레스를 피할 수 없다면 적절한 대처방식을 사용하는 것이 스트레스 요인으로부터 피해를 최소화 할 수 있고, 오히려 스트레스에 대해 잘 대처함으로써 개인성장의 촉진적 요인으로 작용할 수 있다고 본다.

따라서 본 연구에서는 일부 치위생과 학생들의 스트레스 대처방식이 자아존중감과 삶의 만족도에 미치는 영향을 파악하였다. 특히 스트레스 대처방식의 하부요인이 자존감과 삶의 만족도에 미치는 영향을 파악해봄으로써 치위생과 학

생들의 자존감과 삶의 만족도에 대한 이해를 높이고 앞으로 치위생과 학생들의 스트레스에 대한 문제 파악과 예방 및 중재를 할 수 있는 프로그램 개발에 기초자료로 사용하고자 한다.

연구방법

1. 연구대상

본 연구는 일부 치위생과 학생들의 자존감과 스트레스 대처방식간의 관계를 파악하기 위한 서술적 상관관계연구이다. 조사대상자는 2013년 6월 10일부터 20일까지 울산광역시 소재한 전문대학교 치위생과에 재학 중인 학생을 대상으로 실시하였다. 연구의 목적과 조사결과 내용이 연구자 외에 타인에게 노출되거나 다른 목적으로 사용되지 않을 것에 대해서 설명한 후 동의한 학생 212명을 대상으로 설문지를 배부하고 자기기입식으로 작성하도록 하였다. 기록이 누락된 3명을 제외하고 209명을 본 연구의 분석대상자로 설정하였다.

2. 연구도구

자아존중감에 대한 조사는 전⁸⁾이 사용한 자아존중감척도(self-esteem scale) 10문항을 사용하였다. 이 척도의 점수범위는 최고 40점, 최저 10점으로 구성되어있으며 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 나타낸다. 각 문항에 대해 '전혀 아니다' 1점, '약간 그렇다' 2점, '어느 정도 그렇다' 3점, '매우 그렇다' 4점으로 평가하고 문항 중 5번, 8번, 9번, 10번은 역점수로 나타내었다. 스트레스 대처방식은 김⁹⁾의 도구를 사용하였다. 전체 62문항 중 적극적 대처방식에 해당하는 문제 중심적 대처에 21문항과 사회적 지지추구에 해당하는 6문항으로 구성되어있고, 소극적 대처방식에 해당하는 정서 완화적 대처에 23문항, 소망적 사고에 12문항으로 구성되었다. 각 문항에서 대처방식을 전혀 사용하지 않으면 1점, 약간 사용하면 2점, 어느 정도 사용하면 3점, 아주 많이 사용하면 4점으로 평가하였으며, 삶의 만족도에 대해서는 이¹⁰⁾가 사용한 척도를 사용하여 자신의 삶을 주관적으로 평가하는 정도를 측정하였다. 최근의 경험에 대한 감정을 묻는 7점 척도로 짜이어진 형용사 8문항(재미있는-지루한, 즐거운-비참한, 가치있는-쓸모없는, 우호적인-외로운, 가득찬-텅빈, 희망적인-비관적인, 보람있는-실망스러운, 행운이 따르는-운이없는)은 상반되는 감정의 형용사 사이의 어느 한곳에 표시해서 점수를 합하여 계산하였다.

3. 통계분석

자료 분석을 위한 통계프로그램은 SPSS(Ver. 21.0)프로그램

Table 1. The impact of self-esteem stress coping strategies

| Model | | Non-standardized coefficients | | standardized coefficients | t | p-value | VIF | R ² | F |
|-------|-----------------------|-------------------------------|------|---------------------------|----------|---------|-------|----------------|-------|
| | | B | SE | β | | | | | |
| 1 | (constant) | 3,226 | .493 | | 6,547 | .000 | | | |
| | Gender | -.136 | .245 | -.038 | -.556 | .579 | 1,000 | .048 | 5,195 |
| | Grade | .130 | .041 | .216 | 3,182 | .002 | 1,000 | | |
| 2 | (constant) | 2,423 | .521 | | 4,652 | .000 | | | |
| | Gender | -.003 | .235 | -.001 | -.011 | .991 | 1,022 | | |
| | Grade | .087 | .040 | .144 | 2,186* | .030 | 1,051 | | |
| | Active stress coping | .470 | .096 | .388 | 4,909*** | .000 | 1,500 | .152 | 9,140 |
| | Passive stress coping | -.206 | .109 | -.146 | -1,883 | .061 | 1,440 | | |

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

Table 2. Sub-factors stress coping type impact on self-esteem factor

| Model | | Non-standardized coefficients | | standardized coefficients | t | p-value | VIF | R | F |
|-------|---------------------------|-------------------------------|------|---------------------------|----------|---------|-------|------|----------|
| | | B | SE | β | | | | | |
| 1 | (constant) | 3,226 | .493 | | 6,547 | .000 | | | |
| | Gender | -.136 | .245 | -.038 | -.556 | .579 | 1,000 | .048 | 5,195*** |
| | Grade | .130 | .041 | .216 | 3,182** | .002 | 1,000 | | |
| 2 | (constant) | 2,277 | .525 | | 4,340 | .000 | | | |
| | Gender | .067 | .236 | .018 | .282 | .778 | 1,045 | | |
| | Grade | .085 | .040 | .141 | 2,146* | .033 | 1,052 | | |
| | Problem-focused coping | .516 | .107 | .434 | 4,821*** | .000 | 1,967 | .168 | 6,796*** |
| | Pursuit of social support | .028 | .063 | .034 | .443 | .658 | 1,452 | | |
| | Relieve emotional coping | -.084 | .097 | -.063 | -.859 | .391 | 1,316 | | |
| | Hopeful thinking | -.173 | .096 | -.164 | -1,802 | .073 | 2,020 | | |

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

을 사용하였고 모든 자료의 유의수준은 95%수준으로 하였다. 일반적인 특성을 알아보기 위하여 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였고, 스트레스 대처방식과 자존감, 삶의 만족도의 관계를 살펴보기 위하여 상관관계분석(Correlation Analysis)를 사용하였다. 상관관계분석에서 나온 결과를 좀 더 세밀하게 살펴보기 위하여 위계적 및 조절 회귀분석(Regression Analysis)을 하였다.

연구결과

1. 스트레스 대처방식이 자존감에 미치는 영향

스트레스 대처방식이 자존감에 미치는 영향을 살펴보기 위하여 일반적인 사항인 성별과 학년을 통제하여 위계적 회귀 분석을 실시하였다(Table 1). 적극적인 대처의 경우에 회귀

계수값 =.388로 나타나 자존감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(p<.001). 소극적대처의 경우에는 회귀계수 값=-.146으로 나타나 부정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있으나 유의수준 p<.05 수준에서 영향을 미치지 않았다.

2. 스트레스 대처방식 하위변인이 자존감에 미치는 영향

스트레스 대처방식 하위변인이 자존감에 미치는 영향을 살펴보기 위하여 일반적인 사항인 성별과 학년을 통제하여 위계적 회귀분석을 실시하였다(Table 2). 적극적인 대처 하위 변인 문제중심의 경우에 회귀계수값 =.434로 나타나 자존감에 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다(p<.001). 사회적 지지 추구, 정서완화적 대처, 소망적 사고의 경우에는 유의한 영향을 미치지 않았다.

Table 3. Stress coping type impact on the Satisfaction with life

| Model | | Non-standardized coefficients | | standardized coefficients | t | p-value | VIF | R ² | F |
|-------|-----------------------|-------------------------------|-------|---------------------------|-----------|---------|-------|----------------|-----------|
| | | B | SE | β | | | | | |
| 1 | (constant) | 4.348 | .994 | | 4.373 | .000 | | | |
| | Gender | -.017 | .494 | -.002 | -.034 | .973 | 1,000 | .005 | .526 |
| | Grade | .085 | .083 | .071 | 1.026 | .306 | 1,000 | | |
| 2 | (constant) | 2.719 | 1.019 | | 2.668 | .008 | | | |
| | Gender | .350 | .459 | .049 | .761 | .448 | 1,022 | | |
| | Grade | -.018 | .078 | -.015 | -.229 | .819 | 1,051 | .167 | 10.213*** |
| | Active stress coping | 1.179 | .187 | .492 | 6.290*** | .000 | 1,500 | | |
| | Passive stress coping | -.697 | .214 | -.250 | -3.264*** | .001 | 1,440 | | |

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

Table 4. Sub-factors stress coping type as impact on the satisfaction with life factors

| Model | | Non-standardized coefficients | | standardized coefficients | t | p-value | VIF | R ² | F |
|-------|--------------------------|-------------------------------|-------|---------------------------|----------|---------|-------|----------------|----------|
| | | B | SE | β | | | | | |
| 1 | (constant) | 4.348 | .994 | | 4.373 | .000 | | | |
| | Gender | -.017 | .494 | -.002 | -.034 | .973 | 1,000 | .005 | .526 |
| | Grade | .085 | .083 | .071 | 1.026 | .306 | 1,000 | | |
| 2 | (constant) | 2.770 | 1.037 | | 2.672 | .008 | | | |
| | Gender | .330 | .467 | .046 | .706 | .481 | 1,045 | | |
| | Grade | -.017 | .078 | -.014 | -.214 | .831 | 1,052 | | |
| | Problem-focused coping | .877 | .211 | .374 | 4.152*** | .000 | 1,967 | .166 | 6.724*** |
| | Seeking social support | .269 | .125 | .167 | 2.159* | .032 | 1,452 | | |
| | Relieve emotional coping | -.489 | .192 | -.188 | -2.546* | .012 | 1,316 | | |
| | Hopeful thinking | -.189 | .190 | -.091 | -.995 | .321 | 2,020 | | |

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

3. 스트레스 대처방식이 삶의 만족도 미치는 영향

스트레스 대처방식이 자존감에 미치는 영향을 살펴보기 위하여 일반적인 사항인 성별과 학년을 통제하여 위계적 회귀 분석을 실시하였다(Table 3). 적극적인 대처의 경우에 회귀계수값 =.492로 나타나 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났고(p<.001), 소극적대처의 경우에는 회귀계수값 =-.250으로 나타나 부정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있었다(p<.001).

4. 스트레스 대처방식 하위변인이 삶의 만족도 미치는 영향

스트레스 대처방식 하위변인에 해당하는 문제중심적 대처, 사회적지지, 정서완화적 대처, 소망적사고가 삶의 만족도에 미치는 영향을 살펴보기 위하여 일반적인 사항인 성별과 학년을 통제하여 위계적 회귀분석을 실시하였다(Table 4). 적극적인 대처 하위변인 문제중심 대처의 경우에 회귀계수값

=.374, 사회적지지추구의 경우에 회귀계수값 =.167로 나타나 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다(p<.05). 정서완화적 대처의 경우에는 회귀계수값 =-.188으로 나타나 부정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다(p<.05). 소망적 사고의 경우에는 영향을 미치지 않았다.

5. 스트레스 대처방식이 삶의 만족도에 미치는 영향에 대한 자존감 조절효과

스트레스 대처방식이 삶의 만족도에 미치는 영향을 자존감이 상호작용을 할 것인지를 살펴보기 위하여 먼저 변수들의 다중공선성의 문제로 인하여 표준화를 실시하여 분석하였고 일반적인 사항인 성별과 학년을 통제하여 조절 회귀분석을 실시하였다(Table 5). 적극적인 대처와 자존감의 상호작용 효과의 경우에 회귀계수값 =.546으로 나타나 유의한 조절효과를 보이지 않았으나, 자존감과 소극적 대처 상호작용의 경우에 회귀계수값이 =1.14로 나타나 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다(p<.05).

Table 5. Stress coping type impact on the satisfaction with life of the moderating effect on self-esteem

| Model | | Non-standardized coefficients | | standardized coefficients | t | P-value | VIF | R ² | F |
|-------|-----------------------------------|-------------------------------|-------|---------------------------|-----------|---------|-------|----------------|----------|
| | | B | SE | β | | | | | |
| 1 | (constant) | 4.348 | .994 | | 4.373 | .000 | | | |
| | Gender | -.017 | .494 | -.002 | -.034 | .973 | 1,000 | .005 | .526 |
| | Grade | .085 | .083 | .071 | 1.026 | .306 | 1,000 | | |
| 2 | (constant) | 2.719 | 1.019 | | 2.668 | .008 | | | |
| | Gender | .350 | .459 | .049 | .761 | .448 | 1,022 | | |
| | Grade | -.018 | .078 | -.015 | -.229 | .819 | 1,051 | .167 | 10.21*** |
| | Active stress coping | 1.179 | .187 | .492 | 6.290*** | .000 | 1,500 | | |
| | Passive stress coping | -.697 | .214 | -.250 | -3.264*** | .001 | 1,440 | | |
| 3 | (constant) | 6.743 | 1.001 | | 6.738 | .000 | | | |
| | Gender | .315 | .406 | .044 | .777 | .438 | 1,080 | | |
| | Grade | -.122 | .068 | -.102 | -1.784 | .076 | 1,093 | | |
| | Active stress coping | 1.561 | .926 | .652 | 1.685 | .093 | 1,648 | .391 | 21.62*** |
| | Passive stress coping | -2.554 | .901 | -.917 | -2.836** | .005 | 1,697 | | |
| | self-esteem*Active stress coping | -.533 | .585 | -.546 | -.912 | .363 | 1,004 | | |
| | self-esteem*Passive stress coping | 1.123 | .483 | 1.149 | 2.325* | .021 | 1,068 | | |

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

총괄 및 고안

최근 대학생들의 정신건강 및 스트레스에 관한 관심이 높아지고 대학이나 건강상담센터 등에서 대학생들의 스트레스 관리를 위한 프로그램들이 확대되고 있다. 이러한 배경을 바탕으로 치위생과 학생들이 스트레스에 대해 어떠한 대처방식을 사용하고 각각의 대처방식이 학생들의 삶의 만족도와 자존감에 어떠한 영향을 미치는지 파악해 봄으로써 치위생과 학생들의 자존감과 삶의 만족도에 대한 이해를 높이고 앞으로 치위생과 학생들의 스트레스에 대한 문제 파악과 예방 및 중재과정에 도움이 되고자 하였다. 하지만 본 연구는 울산광역시 지역에 국한된 학생들을 대상으로 조사한 점과 연구 대상자의 수가 많지 않았으므로 일반화하기에는 제한이 있을 수 있으나 치위생과 학생들의 스트레스 대처방식이 자존감과 삶의 만족도에서 매개효과를 가진다는 것을 밝혔다는 점에서 본 연구의 의의가 있다고 본다.

본 연구의 결과는 먼저 스트레스 대처방식이 자존감에 미치는 영향에서 학생들이 스트레스에 대해 보다 적극적인 대처를 하는 경우 자존감에 긍정적인 영향을 미치는 반면 소극적대처의 경우에는 부정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있었다. 또한 스트레스 대처방식 하위변인인 문제중심적 대처, 사회적 지지추구, 정서 완화적 대처, 소망적 사고에서도 적극적인 대처방식의 하위변인인 문제중심적 대처와 사회적 지지추구가 자존감에 긍정적인 영향을 주는 것으로 나타나 학생

들의 보다 적극적인 스트레스에 대한 대처가 개인의 자존감에 긍정적인 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 이는 자존감이 높은 학생일수록 자신을 긍정적으로 받아들이며 그에 따른 개인의 행동은 적응 또는 부적응과 직접적인 관련이 있다고 한 이와 이¹¹⁾의 연구와 사회적 지지가 높은 대학생들에게서 자존감이 높게 나타난 송 등¹²⁾의 연구결과와도 유사하게 나타났다. 스트레스 대처방식과 삶의 만족도의 관계에서는 적극적인 대처방식을 사용하는 학생들은 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 보였으나 소극적인 대처방식을 사용하는 학생들은 부정적인 영향이 나타났다. 스트레스 대처방식의 하위변인이 삶의 만족도에 미치는 영향에서도 적극적인 대처방식이 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미치고 소극적 대처방식의 하위변인인 정서 완화적 대처에서는 낮은 만족도로 나타났다. 이는 상담자 집단의 소극적인 스트레스 대처방식을 사용하는 상담자일수록 심리적 소진이 높아진다는 오⁷⁾의 연구와 유사한 결과를 보였으며, 스트레스에 대해 적극적인 대처방식을 사용하는 집단일수록 높은 자존감과 높은 삶의 만족도를 갖는다는 이¹³⁾의 연구결과와 일치하였다.

또한 자존감은 스트레스 대처방식이 삶의 만족도에 미치는 영향에서 상호간의 조절효과를 하고 있었다. 스트레스 대처방식 하위변인인 문제중심적 대처, 사회적 지지, 정서완화적 대처, 소망적 사고가 삶의 만족도에 미치는 영향에 대해 상호작용을 하고 있었으며 적극적 대처와 자존감의 상호작용에서는 유의한 조절효과를 보이지 않았으나 자존감과 소극적 대

처에서 조절효과가 나타났다. 선행연구의 결과와 비교하여 살펴보면 자존감과 스트레스는 서로 상관관계가 있다고 한 최와 김¹⁴⁾의 연구결과와 자존감이 삶의 만족과 직무만족에도 영향을 준다는 심과 김¹⁵⁾의 연구결과와도 일맥상통하였다. 결국 스트레스 대처방식은 자존감과 삶의 만족도에 많은 영향을 미치는 요인이 되고, 삶의 만족도에 영향을 미치는 자존감 조절에도 작용하는 것으로 파악되었다. 이러한 결과는 대학생의 스트레스가 높을수록 자존감이 낮아지는 유⁴⁾의 연구결과와 같았으며, 간호사의 경우에도 직무스트레스 지수가 높은 간호사가 낮은 자존감을 보이고 심지어 우울과 신체화로 나타나는 이¹⁶⁾의 연구와도 일부 일치하였다.

이러한 결과를 볼 때 스트레스에 대한 적극적인 대처방식을 선택하는 것이 삶의 만족도와 자존감을 향상시키는 중요한 요인이라는 것을 알 수 있었다. 뿐만 아니라 자존감은 자신을 유능하고 중요하다고 믿는 정도로 자존감이 높은 청소년은 스스로를 가치 있다고 느끼고 심리적으로 안정적이며 긍정적인 정서 상태를 유지하므로 우울정도가 낮았다고 한 김¹⁷⁾의 연구와 심지어 자존감이 낮은 학생일수록 학교생활에 대한 만족도가 낮고 전공학과에 대한 부정적으로 심적 갈등 및 대학생활에 대한 부정적인 경험을 하고 있다는 장¹⁸⁾의 연구결과와 같이 치위생과 학생들의 자존감이 영향을 주는 스트레스 대처방식을 파악하고 보다 적극적인 방식으로 대처할 수 있도록 도움을 주는 것이 학생들의 삶의 만족도뿐만 아니라 치위생과 전공에 대한 적응도에도 영향을 줄 수 있는 것으로 나타났다.

본 연구의 제한점으로는 조사 대상자가 지역에 국한된 학생들을 대상으로 조사되었고 연구대상자의 수가 많지 않아 치위생과 학생들을 대표하기에는 부족한 점이 있다. 따라서 후속연구에서는 연구대상과 지역을 확대하고 스트레스 발생 요인과 대처에 대한 보다 복합적인 시각에서의 연구가 필요할 것으로 사료된다.

결론

본 연구는 일부지역 치위생과 학생들이 스트레스에 대해 어떠한 대처방식을 사용하고 각각의 대처방식이 학생들의 삶의 만족도와 자존감에 어떠한 영향을 미치는지 파악해 봄으로써 치위생과 학생들의 자존감과 삶의 만족도에 대한 이해를 높이고 앞으로 치위생과 학생들의 스트레스에 대한 문제 파악과 예방 및 중재과정에 도움이 되고자 하였으며 그 결과는 다음과 같다.

1. 스트레스 대처방식이 자존감에 미치는 영향에서 학생들

이 스트레스에 대해 보다 적극적인 대처하는 경우 자존감에 긍정적인 영향을 미치는 반면 소극적대처의 경우에는 부정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있었다.

2. 스트레스 대처방식 하위변인인 문제중심적 대처, 사회적 지지추구, 정서 완화적 대처, 소망적 사고에서도 적극적인 대처방식의 하위변인인 문제중심적 대처와 사회적 지지추구가 자존감에 긍정적인 영향을 주는 것으로 나타나 학생들의 보다 적극적인 스트레스에 대한 대처가 개인의 자존감에 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다.
3. 스트레스 대처방식이 삶의 만족도에도 적극적인 대처방식을 사용하는 학생들은 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 보였으나 소극적인 대처방식을 사용하는 학생들은 부정적인 영향이 나타났다.
4. 스트레스 대처방식 하위변인이 삶의 만족도에 미치는 영향에서는 적극적인 스트레스 대처방식 하위변인인 문제중심적 대처, 사회적 지지추구와 소극적인 스트레스 대처방식의 하위변인인 정서 완화적 대처, 소망적 사고에서 문제중심적 대처와 사회적 지지추구가 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 주는 것으로 나타났고, 정서완화적 대처의 경우 부정적인 영향을 주는 것으로 나타나 적극적인 대처방식을 사용하는 학생들이 그렇지 않은 학생들에 비해 삶의 만족도가 높게 나타났다.
5. 스트레스 대처방식 하위변인인 문제중심적 대처, 사회적 지지, 정서완화적 대처, 소망적 사고가 삶의 만족도에 미치는 영향에 대해 자존감이 상호작용을 하고 있었다.

이상의 결과로 볼 때 치위생과 학생들의 스트레스 대처방식이 자존감과 삶의 만족도에 영향을 미치는 중요한 요인이 되는 것으로 나타났다. 이에 학생들의 자존감과 삶의 만족도 향상을 위해서 스트레스 관리와 더불어 적극적인 대처방식을 사용할 수 있는 상담지도와 교육프로그램이 필요 할 것으로 사료된다.

References

1. Lee YJ. An effect of college student's stress, coping strategies and self-esteem on suicidal ideation[Master's thesis]. Busan: Univ. of Dong-A, 2009.
2. Gärtner FR, Nieuwenhuijsen K, van Dijk FJ, Sluiter JK. The impact of common mental disorders on the work functioning of nurses and allied health professionals; A systematic review. *Int J Nurs Stud* 2010; 47(8): 1047-61. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2010.03.013>.
3. Lee JR, Kim HJ, Ko HJ. The effects of self-esteem,

- interpersonal relationship abilities on department satisfaction in the dental hygiene students, *J Korean Soc Dent Hyg* 2014; 14(1): 39-49. <http://dx.doi.org/10.13065/jksdh>, 2014,14,01,39.
4. Yu BG. An effect of college student's stress, self-esteem on their anxiety. *J Korean Counsel Psychoth* 2010; 1(1): 33-43.
 5. Kim YK. A study on the influence factors of college student's adjustment[Master's thesis]. Chungnam: Univ. of Chungnam National, 2010.
 6. Yu EY. Self-esteem and stress-coping strategies of the college students in the department of public health. *J Korean Contents Association* 2009; 9(6): 225-36.
 7. Oh EH. Influence of the stress-copings strategies on counselors burnout[Master's thesis]. Seoul: Univ. of Hankuk of Foreign, 2009.
 8. Jeon BJ. Self-esteem: A test of its measurability. *Univ. of Yonsei* 1974; 11(1): 107-30.
 9. Kim YJ. The effects of self-efficacy on stress-coping methods[Master's thesis]. Daegu: Univ. of Catholic, 2000.
 10. Lee MS. A study of subjective quality of workers and the influencing factors[Doctoral dissertation]. Seoul: Univ. of Yonsei, 1988.
 11. Lee KH, Lee HS. The comparison of the appearance perception, satisfaction, and self-esteem following the adolescent orthodontic treatment demand. *J Korean Soc Dent Hyg* 2013; 13(6): 1063-70. <http://dx.doi.org/10.13065/jksdh>, 2013,13,06, 1063.
 12. Song YH, Youn HJ, Jung EJ. Influential factors for stress and self esteem of dental hygiene students. *J Korean Soc Dent Hyg* 2014; 14(1): 49-57. <http://dx.doi.org/10.13065/jksdh>, 2014,14, 01,49.
 13. Lee KM. The relationship among self-esteem, life-satisfaction and stress coping style of female teacher[Master's thesis]. Seoul: Univ. of Yonsei, 2001.
 14. Choi YS, Kim GS. The effects of solution-focused group art therapy on stress coping styles and self-esteem of hischool girl. *J Korean Art-terapy Association* 2009; 16(4): 658-78.
 15. Sim MR, Kim GH. Job satisfaction, self-esteem, and nursing task performance among registered nurses and nurse assistants in long-term care hospitals. *J Korean Acad Nurs Admin* 2010; 16(4), 446-54.
 16. Lee HS. Effect of the occupational stress and self esteem on mental health among nurse. *J Korean Contents Association* 2013; 13(3): 251-9. <http://dx.doi.org/10.5392/JKCA>, 2013,13, 03,251.
 17. Kim SY. A study of the relationship between perfectionism tendency, depression, and self esteem of the undergraduate students[Master's thesis]. Seoul: Univ. of Yonsei, 2005.
 18. Jang MY. The relationship among college students satisfaction style, and the career decision level[Master's thesis]. Seoul: Univ. of Ewha Womans, 2005.

