

경력간호사가 체험한 행복

이경우¹ · 서연옥²

혜전대학교 간호학과¹, 순천향대학교 간호학과²

A Phenomenological Study on Happiness Experienced by Career Nurses

Lee, Kyungwoo¹ · Suh, Yeonok²

¹Department of Nursing, Hyejeon College

²Department of Nursing, Soonchunhyang University

Purpose: The purpose of this study was to understand the meaning and essence of happiness by exploring and describing career nurses' lived experiences. **Methods:** Qualitative research was used in this study. Hospital nurses who had 3~5 years of experience in the clinical setting were interviewed and the data were analysed using Giorgi's phenomenological method. **Results:** Six main meanings and seventeen themes emerged. The six main meanings were as follows: self-confidence as a professional nurse, passion for self-realization, feeling of satisfaction in performance of nursing care, being grateful for working environment, emotional intimacy in interpersonal relationships, and taking delight and pleasure in leisure life. **Conclusion:** The results of this study provide deep understanding of happiness as positive experiences that increase job satisfaction and aid retention to the nursing profession. These results can be used in the development of effective strategies to improve and expand nurses' happiness.

Key Words: Nurses, Happiness, Qualitative research

서론

1. 연구의 필요성

최근 들어 우리나라는 국민의 행복에 대한 관심이 증가되고 국가운영 시스템 전환의 키워드를 국민행복으로 정하는 등 행복한 삶을 추구하고자 노력하고 있다. 행복은 객관적으로 측정할 수 없는 형이상학적 개념으로 자신의 삶에서 주관적으로 경험하는 긍정적인 감정이자 생각이며 개인의 건강 유지를 위하여 매우 중요하다[1]. 아리스토텔레스는 행복은 삶의 의미

자 목적이며 어떤 이상적 목표를 지속적으로 추구하는 삶이라고 하였고[2], 인간의 행복은 자신의 삶에 대하여 본인 스스로 어떻게 느끼는가 하는 주관적 판단이 중요하다[3]고 정의하는 등 행복에 대한 견해는 다양하다. 결론적으로 행복은 외적인 조건이나 상태에 의하여 주어지는 것이 아니라 개인의 삶에서 내면적으로 느끼는 긍정적인 감정 및 생각으로 자부심, 기쁨, 믿음, 사랑, 만족감 등은 행복한 삶의 필수요소라고 할 수 있다[4].

그러나 우리나라 사람의 행복지수는 경제협력개발기구(Organization for Economic Cooperation and Development [OECD]) 국가 중에서도 최하위 수준으로 나타났으며 이는 주

주요어: 간호사, 행복, 질적 연구

Corresponding author: Suh, Yeonok

Department of Nursing, Soonchunhyang University, 31 Soonchunhyang 6-gil, Dongnam-gu, Cheonan 330-930, Korea.
Tel: +82-41-570-2497, Fax: +82-41-570-2498, E-mail: yeonok@sch.ac.kr

- 본 연구는 2013년도 혜전대학교 교내학술연구비 지원에 의하여 연구되었음.

- This work was supported by the Hyejeon College Research Grant.

Received: Jun 29, 2014 | Revised: Aug 10, 2014 | Accepted: Sep 17, 2014

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 any medium, provided the original work is properly cited.

관적 행복도가 낮은 것이 그 원인이라고 볼 수 있다[5]. 국민들의 경제적 수준이 향상되고 건강에 대한 관심과 정보가 급속히 증가되면서 간호대상자들의 요구가 다양해졌을 뿐 아니라 의료기관 평가와 의료서비스 및 기업 이미지가 중요하게 강조되면서 간호사의 경우도 직장 내에서 심리적 안녕감에 위협을 받고 행복이 저하되는 상황에 처해지고 있다[6]. 이는 서비스 조직에서 봉사하는 타 직장인들과 마찬가지로 간호사들도 조직 및 사회로부터 지속적으로 친절, 미소, 감사 등의 긍정적인 정서를 표현하도록 요구 받고 있으며, 이로 인하여 현장에서 근무하는 간호사 본인들은 과도한 스트레스와 우울 등의 부정적 감정노동을 경험하고 있다[7]. 대상자의 안전과 건강을 책임지고 있는 간호사는 의료조직 내의 주요 인적자원인 만큼 그들의 행복은 매우 중요하다. 또한 간호사의 행복은 간호사 본인의 삶 뿐 아니라 의료조직 및 간호전문직 발전에도 중요한 원동력이 되며 그들의 이직의도를 줄이는 요인으로 강조되고 있다[6]. 실제로 2011년 국내 간호사의 전체 평균 이직률은 17% 이상이며[8], 간호직무에 회의를 느끼거나 이직을 고민하고 있는 간호사들까지 감안한다면 잠재적인 이직자는 더욱 심각한 수준일 것으로 여겨진다.

신규간호사로서의 적응기간을 거치고 3~5년의 현장 경험을 지닌 경력간호사는 실무에 대한 적응능력 뿐 아니라 간호수행기술 및 상황대처 능력이 한층 증진되는 시점에 있으며[9] 간호현장에서 매우 중요한 위치를 차지하는 핵심멤버라 할 수 있다. 반면 이 시기는 병원 내 중간 연차의 역할에 대한 과중한 부담으로 인하여 직무에 대한 중압감이 크고, 업무 능력에 비하여 승진이나 보상이 충분하지 않은 상황으로 인하여 심리적 갈등이 심할 뿐 아니라[10] 감정노동의 정도가 가장 높은 것으로 나타났다[11]. 따라서 3~5년 경력 간호사들의 행복을 확인하고 강화하기 위한 다양한 전략을 모색하는 것은 간호현장에서 매우 중요하고 의미 있는 노력이 될 것이다.

지금까지 간호사를 대상으로 한 질적 연구결과들[10,12]은 간호업무를 수행하면서 경험하는 스트레스나 실무적응의 어려움과 같은 부정적인 경험들을 주로 보고하고 있다. 그러나 분명한 점은 간호사들이 부정적인 스트레스만을 경험하는 것은 아니며 간호현장 내 외에서 간호사로서의 자부심과 만족감 등 긍정적인 경험들을 상당 부분 하고 있는 것을 다수의 연구[13-15]에서 부분적으로 확인할 수 있다. 국민행복을 키워드로 내세우고 있는 사회적인 분위기에 따라 간호사의 행복에 대한 연구가 최근 들어 조금씩 확대되어 가고 있지만 이는 주로 행복측정도구를 이용한 양적 연구들이며[6,7], 실무 현장이나 개인의 삶에서 간호사가 체험하는 행복을 밝히는 질적 연

구는 매우 부족하다. 특히 간호현장에서 핵심적인 인적자원임에도 불구하고 이직률이 상당히 높은 3~5년 사이의 경력간호사들이 체험하는 행복을 확인하는 연구는 거의 없는 실정이다. 행복감은 주변의 다른 사람들에게 전파되는 특성을 지니고 있다[16]. 따라서 간호사들의 내재된 행복이라는 긍정적인 감정과 생각을 확인하고 이를 표출하여 주변에 전파하는 것은 매우 의미 있는 일이라 할 수 있다.

이에 본 연구는 질적 연구방법 중 현상학적 연구를 이용하여 3~5년의 경력간호사가 체험한 행복의 다양한 측면을 찾아내고 그 의미와 본질을 밝힘으로써 간호사 스스로가 자신의 내면에 간직된 행복을 확인할 뿐 아니라 더 나아가 간호현장에서 경력간호사들의 행복을 높일 수 있는 방안과 전략을 모색하는 근거자료를 제공하기 위하여 시도되었다.

2. 연구목적

본 연구의 목적은 임상현장에서 근무하는 3~5년의 경력간호사가 간호현장 내 외에서 체험하는 행복을 심층적으로 탐색하여 그 의미와 구조를 밝히기 위함이다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구는 3~5년 경력의 간호사가 간호현장 내 외에서 체험하는 행복 경험의 본질을 발견하고 내면 깊숙이 내재되어 있는 행복의 진정한 의미를 밝히기 위하여 질적 연구 중 기술적 현상학적 연구방법을 이용하였다. 현상학적 연구는 인간의 주관적이고 개인적인 실제 경험을 그들의 언어로 직접 표현하게 한 후 그 진술 속에 내재되어 있는 경험의 의미와 본질을 도출하여 분석하고 기술하는 연구방법으로 경력간호사가 체험한 행복을 탐색하는데 매우 적합한 방법으로 판단된다.

2. 연구참여자

본 연구참여자는 간호사 면허 취득 후 3~5년의 현장경험을 가진 경력간호사를 대상으로 선정하였다. 참여자 선정방법은 의료기관의 간호부(과)의 동의 하에 수간호사의 협조를 얻어 전체 병동 간호사들에게 본 연구의 목적과 취지를 알린 후 자발적으로 참여를 희망하는 간호사를 모집하였다. 가능한 풍부한 정보를 얻기 위하여 참여자의 경험에 영향을 줄 수 있다고

판단되는 지역적 분포, 병원의 규모, 및 최종학력 등을 고려하였고 3개 지역(서울, 경기, 충청)의 800명 이상의 대학 부속 병원 3곳과 400명 이상의 종합병원 1곳을 포함하였다. 본 연구의 최종 대상자는 11명이었고 모두 여성이었다. 참여자의 평균 연령은 26.5세, 근무경력은 평균 46.4개월이었으며, 종교가 없는 대상자가 7명, 천주교 3명, 기독교 1명이었다. 학력수준은 학사 4명, 전문학사 7명이었고, 근무병동은 내외과 5명, 중환자실 2명, 신경과, 재활의학과, 산부인과, 정신과 병동 각 1명씩으로 구성되어 있다.

3. 윤리적 고려

본 연구는 S대학교 기관 생명 윤리 위원회의 승인(승인번호:1040875-201307-SB-004)을 받았으며 승인 내용에 준하여 연구를 진행하였다. 연구참여자들을 보호하기 위하여 연구 시작 전에 연구의 목적과 취지 및 연구방법을 설명하였고 연구참여 동의서를 받은 후 면담을 실시하였다. 동의서에는 자료의 누락을 방지하기 위하여 면담내용을 녹음하는 것에 대한 허락 사항과 녹음내용은 분석한 후 즉시 폐기할 것을 명기하였고, 면담내용은 연구목적 이외에 다른 용도로는 사용되지 않고 면담 도중에도 참여자가 원치 않을 경우에는 언제든지 연구참여를 철회할 수 있는 권리가 있다는 내용이 포함되었다. 또한 참여자의 신분은 절대 공개되지 않으며 개인 신분에 대한 비밀 보장을 위해 익명 처리할 것을 다시 한 번 설명한 후 참여자가 동의한 경우에만 면담 내용을 녹음하였다.

4. 자료수집

자료수집기간은 2013년 8월 16일부터 2013년 12월 10일까지 약 4개월이었다. 자료수집은 반구조적이고 개방적인 개인 심층면담과 참여관찰을 통하여 이루어졌으며 면담회수는 참여자 별로 2~3회였고 1회 면담에 소요된 시간은 60~90분이었다. 면담은 참여자들이 자신의 경험을 편안하게 표현하며 주위의 방해 받지 않도록 하기 위하여 간호부(과)의 협조 하에 병원 내의 소 회의실 또는 면담장소를 이용하였으며 참여자들이 자신의 경험을 자유롭게 이야기할 수 있는 질문들로 구성되었다. 간호사로서 체험했던 긍정적인 경험들은 어떤 것입니까? 그런 경험을 통하여 느꼈던 감정과 생각들은 어떠했습니다습니까? 라는 비구조적이고 개방적인 질문과 함께 간호현장 내에서 자부심과 기쁨을 경험했던 구체적인 상황들, 간호를 수행하면서 애정과 만족감을 경험했던 순간들, 간호현장 밖에

서 간호사로서 자긍심과 즐거움을 느꼈던 상황들에 대한 세부적인 질문으로 좁혀나가면서 행복을 확인하는 접근법을 사용하였다. 면담은 자료가 포화되어 각 참여자들로부터 새로운 진술을 더 이상 발견할 수 없다고 판단될 때까지 진행하였다. 면담 도중 연구자의 편견이나 주관적인 해석이 개입되어 참여자의 진술에 영향을 미치지 않도록 연구자 스스로가 참여 관찰자의 입장을 유지하기 위하여 노력하였다. 면담내용은 참여자의 동의 하에 녹음하였고 녹음된 내용은 참여자의 표현 그대로 필사한 후 녹음 테이프를 반복해서 들으면서 분석하였다. 내용이 명확하지 않거나 핵심적인 내용은 다음 면담 시 재확인하거나 전화를 이용하여 참여자에게 확인하면서 면담 내용의 정확성과 타당성을 확보하기 위하여 노력하였으며 자료의 수집과 분석은 동시에 순환적으로 진행되었다.

5. 자료분석

현상학적 연구의 자료분석방법은 Van Manen, Colaizzi, Giorgi, Van Kaam 등 학자들에 따라 다소간의 차이가 있을 수 있는데 본 연구에서는 각 대상자의 관점에서 그들의 생생한 경험을 확인한 후 각 개인의 기술을 통합하여 전체 대상자의 관점에서 행복의 의미와 본질을 밝혀내기 위하여 Giorgi의 분석방법을 이용하였다¹⁷⁾. 1단계는 참여자의 진술들을 연구자의 주관적인 판단을 배제하면서 세밀하게 반복해서 읽고 그 의미를 이해하고자 하였고 2단계로 기술의 모호한 부분에 대하여는 정확한 의미를 확인하기 위하여 참여자에게 되돌려 확인하였다. 3단계는 참여자가 자신의 경험을 표현한 기술을 중심으로 본질적 의미단위를 확인하였다. 4단계는 본질적 의미단위로부터 참여자의 경험을 의미하는 주제와 중심의미를 연구자의 언어로 규명하였으며 5단계는 중심의미를 구조로 통합하여 각 참여자의 관점에서 파악되는 상황적 구조기술로 표현하였고 6단계는 참여자들의 상황적 구조기술을 통합하여 전체 대상자의 관점에서 파악되는 경험의 의미인 일반적 구조기술로 정리하였다. 현상학적 연구방법에서는 연구자의 주관적인 판단이나 편견 없이 참여자들이 실제 경험하고 이해하는 모습 그대로를 밝히고 서술하고 해석하는 것이 중요하므로 연구자 자신의 철저한 사전준비가 필요하다. 본 연구자들은 질적 연구방법론에 대한 기본 지식과 깊은 관심을 가지고 있으며 간호학 전공 교수로서 질적 연구에 대한 교육을 받았고 여러 편의 질적 연구를 수행한 경험이 있다. 공동 연구자들은 연구참여자 선정에서부터 포화상태에 대한 결정, 면담의 전 진행 과정 및 분석과정에서 필사한 면담내용과 현장기록노트를

토대로 모든 상황을 공유하며 토의를 거쳐 내용을 확인하였고 연구참여자에게 되돌려 확인하는 순환적 분석방법과 질적 연구 경험이 풍부한 간호학 교수의 자문을 얻는 등 정확성과 타당성을 유지하기 위하여 노력하였다.

연구결과

본 연구참여자들의 경험을 통합한 결과, 총 17개의 주제와 6개의 중심의미를 확인하였다(Table 1). 본 연구를 통하여 도출된 중심의미는 ‘전문인으로써의 자부심’, ‘자아실현을 향한 열정’, ‘직무수행에서의 만족감’, ‘근무환경에 대한 감사함’, ‘정서적 친밀감’, ‘여가생활을 통한 즐거움’으로 확인되었다.

1. 전문인으로서의 자부심

연구참여자들 대다수가 스스로에 대하여 전문인으로서의 자부심을 느끼고 있었는데 여기에는 ‘선배간호사에게 동료로 인정을 받음’, ‘의사와의 치료협력자 관계에서 경험하는 뿌듯함’, ‘후배들을 교육하고 지도하며 느끼는 흐뭇함’, ‘주변사람들로부터 의료인으로 신뢰와 존중을 받음’이 포함되었다. 병동 내에서 선배간호사 및 의사로부터 점차 신뢰와 인정을 받으면서 확고한 자기 자리를 찾아가고 있었을 뿐만 아니라

병동 밖에서도 가족 및 주변사람들로부터 의료인으로서의 신뢰와 존중을 경험하면서 자신에 대하여 대견함, 자랑스러움, 흐뭇함, 뿌듯함 등을 경험하고 있었다.

1) 선배간호사에게 동료로 인정을 받음

간호사 1~2년 차에는 지적과 질책 위주의 선배간호사들이 이제는 칭찬과 함께 동료로 점점 인정해 주고 심지어 정교한 기술을 요하는 간호업무에 대해서는 부탁을 하는 상황 등은 참여자들에게 자존감과 자신감을 부여하고 전문인으로서 자신의 위치를 확인하는 데 매우 중요한 요인이 됨을 알 수 있었다. 참여자 4와 참여자 6은 근무를 마친 후 선배 간호사들이 구체적인 표현으로 자신을 칭찬해 줄 때 힘이 솟고 본인을 동료로 인정해 주고 있다는 것을 인지하면서 병동생활에도 만족감을 느낀다고 표현하였다.

‘네 덕분에 병동이 돌아간다’, ‘너 없으면 안 된다’는 얘기를 들었을 때 기분이 무척 좋더라고요. 나를 이제 동료로 인정해 주는 느낌이랄까? 굉장히 바쁜 날이거나 신환이 몰밀듯이 밀려오고 그럴 경우에도 마치면서 ‘오늘 너랑 같이 근무해서 정말 좋았다’라고 해주시거나 이제는 시니어 선생님들이 오히려 제게 샘플링을 부탁한다던가 그럴 때도 있어요.(참여자 10)

Table 1. Main Meanings and Theme

Main meanings	Theme
Self-confidence as a professional nurse	Being recognized by senior nurses as a colleague Feeling pride in collaborative relationship with a doctor Being glad about teaching and guiding junior nurses Having trust and respect from people surrounding her
Passion for self- realization	Feeling of being worthwhile and sense of accomplishment Pursuit of self-improvement
Feeling of satisfaction in performance of nursing care	Improvement in nursing skills and having confidence in herself Being skillful and self-composed in dealing with nursing situations Finishing the job with joy at the end of the day
Being grateful about work environment	Realizing an increase in the reputation of the nursing profession Being satisfied with the chance of employment and salaries Positive attitude about work environment
Emotional intimacy in interpersonal relationships	Harmonious ward atmosphere Thanks and encouragement from patients and their families Receiving care and support from own family members
Taking delight and pleasure in leisure life	Being happy with friends or family members in leisure time Looking for and enjoying hobbies

2) 의사와의 치료협력자 관계에서 경험하는 뿌듯함

참여자들 중 일부는 담당 의사와 대상자 상태 및 치료에 대하여 함께 의견을 나누고 자신의 생각과 의견을 의사가 수용해주는 경험을 하고 있었다. 이런 경험을 통하여 자신이 한층 성장했음을 깨닫고 스스로에게 대견함과 자랑스러움을 느끼고 있었다. 또한 병동업무 및 대상자 상태에 대하여 아직 익숙하지 않은 인턴 및 레지던트에게는 오히려 도움을 주기도 하면서 자신의 위치가 단순히 의사의 보조역할이 아님을 확인하는 참여자도 있었다. 참여자 11은 담당의사가 자신에게 대상자 상태에 대한 질문도 하고 자신의 의견을 치료계획에 반영해줄 때 치료협력자로 인정받고 있음을 확인할 수 있는 계기가 되었고 이 때 기분이 무척 뿌듯했다고 하였다.

신규 때는 환자에 대해서 담당 의사와 대화를 한다는 것이 어렵잖아요. 그런데 이제는 정말 오더가 안 맞고 그러면 담당 의사한테 오더에 대해서 ‘환자 상태가 이런데 괜찮을까요?’, ‘간수치가 높은데 이 항생제를 그냥 줘도 될까요?’ 이렇게 다시 확인하면 오더 바꾸라고 하면서 고맙다고 하고, 또 환자가 다른 과에 진료 의뢰 본 거에 대해서도 같이 의견을 나누고, 또 저를 지목해서 찾는다는 얘기를 들으면 ‘담당 선생님이 나를 신뢰하고 있구나’, ‘내가 많이 발전했구나’ 하는 생각이 들죠.(참여자 2)

3) 후배들을 교육하고 지도하며 느끼는 흐뭇함

참여자들은 후배 간호사 및 학생을 지도하고 교육하는 역할을 통하여 후배간호사의 발전하는 모습을 지켜보며 자신도 한층 더 성장했다는 느낌을 경험하고 있었다. 참여자 6은 자신이 신규를 가르치는 프리셉터 입장에서 후배를 지도하고 그들이 점점 성장해가는 모습을 지켜보는 위치가 된 것에 대하여 책임감과 동시에 흐뭇함을 경험했다고 표현하였다.

수 선생님이 후배간호사들을 지도하고 통솔하는 것을 나한테 맡기시니 부담이 되기도 하지만 나를 믿고 실력을 인정한다는 느낌이 들었어요. 신규를 가르치면서 내가 누구를 가르쳐 주고 그 후배가 변화해 가는 모습을 볼 때 굉장히 뿌듯하고 흐뭇했었어요.(참여자 2)

4) 주변사람들로부터 의료인으로 신뢰와 존중을 받음

참여자들은 가족 및 주변인들이 의외로 오는 건강문제에 대한 상담 및 자문 역할을 행하면서 주변인들이 자신의 설명이나 안내에 대하여 귀담아 듣고 존중해 주며 신뢰를 보내는 모

습을 경험하면서 간호사로서의 자부심을 느끼고 있었다

엄마, 아빠도 이제는 연세가 드시면서 신체질환이 점점 생기잖아요. 그런 것에 대하여 저한테 문의하고 질병이나 건강 쪽으로는 저한테 많이 의존하시는 것 같아요. 제가 간호사를 시작했을 때는 뭘 얘기해도 듣는 등 마는 등 그러셨었는데 이제는 제 말을 존중하고 딸 이라기보다는 의료인으로서의 신뢰감이랄까 이런 게 느껴져요.(참여자 3)

2. 자아실현을 향한 열정

참여자들에게서 자아실현의 욕구를 지니고 자발적인 노력을 기울이는 모습을 확인할 수 있었으며 여기에는 ‘간호업무를 통한 보람과 성취감’, ‘자기성장에 대한 기대감’이 포함되었다. 참여자들은 간호를 통하여 대상자들이 회복되어가는 모습을 접하면서 피곤하고 힘든 상황에서도 자신이 간호사라는 것에 대하여 커다란 보람과 성취감을 느끼고 있었다. 또한 자기발전을 추구하고 미래에 대한 기대감을 지니며 적극적으로 노력하는 모습도 보이고 있었다.

1) 간호업무를 통한 보람과 성취감

참여자들은 과중한 업무로 인하여 힘들고 지치는 상황에서도 치료 및 간호를 통하여 대상자들이 회복되고 건강해져 가는 모습을 확인하면서 보람과 성취감을 경험하고 있었는데 특히 대상자들이 빠르게 회복되어 가는 모습을 접하는 병동과 새로운 생명의 탄생을 접하는 병동에 근무하는 참여자들로부터 더욱 명확하게 확인할 수 있었다. 참여자 2는 전혀 못 걸던 대상자가 간호와 재활훈련을 통하여 스스로 걸어 나가는 모습을 보면서 가슴이 뿌듯함을 경험했다고 하였으며 참여자 11도 수술 후 하루가 다르게 빠른 회복을 보이는 대상자의 상태를 접하면서 대상자에게 오히려 고마움을 느꼈다고 하였다. 또한 대상자가 의식을 회복하면서 자기 이름을 말했을 때는 간호사로서의 보람과 기쁨으로 감격스러웠다고 표현하는 참여자도 있었다.

처음에는 전혀 움직이지도 못하고 의식도 명료치 않은 상태로 오셨는데 점점 팔, 다리를 조금씩 들어 올리면서 ‘어, 어, 올라간다. 올라간다’ 이러면서 환자나 보호자들이 그렇게 기뻐하는 모습을 볼 때, 또 처음에는 기저귀도 같이주고 닦아주고 했었는데 이제는 자기 위생 관리를 스스로 하고 물론 지팡이를 이용하기는 하지만 걸어 나가면

서 정말 고맙다고 하셨을 때, 그때는 코끝이 찡했었죠. ‘내가 간호사 하기를 정말 잘했다’는 생각이 들고 간호하면서 보람도 느끼고 바로 이런 것 때문에 힘이 나고 힘들어도 견딜 수 있는 것 같아요.(참여자 4)

2) 자기성장에 대한 기대감

참여자들은 병동 및 간호업무에 익숙해지면서 점점 질적인 간호를 제공하기 위하여 노력하고 있었고 또한 자기 발전을 추구하며 미래에 대한 구체적 계획들을 수립하고 있었다. 다양한 교육 및 컨퍼런스 참여를 통하여 자기성장에 대한 자극과 동기를 부여 받고 있었고 환자 사정을 더 잘 하려는 노력과 돈독한 라포 형성을 위하여 환자와 더 많은 시간을 함께하는 등 자발적인 노력을 기울이는 모습도 보이고 있었다. 또한 대상자에게 더욱 질적인 간호를 제공하기 위하여 선배간호사들과의 토론과정에서 의견을 나누면서 심사숙고 하는 참여자들도 확인이 되었다. 상당수의 참여자들이 1~2년 전까지는 업무를 어떻게 해내야 하는지에 대한 생각뿐이었지만 이제는 체계적으로 공부를 더 해야겠다는 생각을 하게 된다고 하였다. 업무 측면에서는 많이 익숙해졌고 안정되었지만 차팅 업무나 신규간호사 교육과 같은 새로운 역할을 수행하면서 뭔가를 체계적으로 알고 수행해야겠다는 생각을 하며 배움에 대한 열정을 나타내고 있었다. 특히 전문학사를 마친 참여자들이 이제는 4년 교육과정으로 일원화 되어가는 간호계의 변화추세에 따라 학사학위 취득을 고려하고 있었으며 학사학위를 마친 후 전문간호사 과정까지 계획하는 참여자들도 상당수에 달했다.

물론 바쁨 때는 어쩔 수 없지만 여유가 생기면 이제는 환자를 조금이라도 더 자세히 파악해 보려고 노력하고 배우려는 마음가짐이 자발적으로 생기는 것 같아요. 처음에는 모르면 그저 조용히 있었지만 이제는 ‘이 환자 상태를 좀 더 좋게 하려면 어떤 방법이 있을까?’ 스스로 생각해 보고 책도 찾아보고 선생님들하고 ‘어떻게 하면 좋겠는지’에 대하여 서로 진지하게 의견을 나누면서 최선의 방법을 찾아보려고 노력도 하게 되구요.(참여자 7)

3. 직무수행에서의 만족감

본 연구참여자들은 병동에 근무한 지 2~3년이 지나면서부터 간호기술이 현저히 향상되었을 뿐만 아니라 병동 업무 및 간호 상황에 능숙하게 대처해 가고 있음을 스스로 확인해 가며 자신감, 안정감, 편안함, 여유로움 등을 느끼고 있었고 여

기에는 ‘간호기술이 향상되고 자신감이 생김’, ‘간호상황에 여유가 생기고 능숙하게 대처함’, ‘근무를 마친 후의 편안함’이 포함되었다.

1) 간호기술이 향상되고 자신감이 생김

참여자들은 근무한 지 2~3년이 지나면서부터 정맥주사를 포함한 주사기술, 투약, 검사 및 수술 준비, 의사소통기술, 보고 및 인계를 진행하는 등의 간호기술이 눈에 띄게 향상되어 가고 있음을 인지하고 있었으며 업무에 대한 자신감과 안정감을 점점 느껴가고 있었다. 참여자 6과 참여자 9는 업무를 수행하는 자신의 손놀림이 무척 신숙해졌고 한 번에 여러 가지 업무를 수행할 수 있을 정도로 간호기술이 많이 발전했다며 다른 사람들로부터 칭찬을 받았을 때도 좋았지만 본인이 성장했다는 것을 스스로 인지했을 때 자신에 대한 대견함과 더욱 큰 기쁨을 느꼈다고 표현하였다.

3년차 정도부터 많이 편안해진 거 같아요. 정맥 주사 같은 경우도 실수를 많이 하다가 점점 스킬이 향상되어가는 게 재미있었어요. 내가 정맥주사를 해주고 나면 콜 벨이 울리고 내가 스타트를 해 준 날은 정맥주사가 오래 유지되었을 때 기분이 무척 좋았어요. 어떤 환자는 다른 간호사한테는 주사를 절대 거부하면서 절 데리고 오라고 꼭 짊어서 얘기하고.(참여자 8)

2) 간호 상황에 여유가 생기고 능숙하게 대처함

참여자들은 응급상황 등 급박한 간호현장에서 스스로 우선순위를 결정한 후 침착하고 신속하게 대처해 나가는 경험을 하고 있었다. 참여자 1,8,10은 처음 1~2년 동안은 환자가 위급한 상황에 처했을 때 본인이 무엇을 우선적으로 처리해야 할지 몰랐었는데 지금은 당황하지 않고 침착하게 대처할 수 있는 여유를 갖게 되었으며 또한 뭔가를 해냈다는 성취감이 생겼다고 표현하였다. 특히 참여자 8과 참여자 10은 긴급한 간호 상황에서 지금은 무엇을 우선적으로 해야 하는지에 대한 판단이 서니까 그런 상황에서 오히려 더 큰 기쁨과 만족감을 느낄 수 있다고 표현하였다.

얼마 전 환자 정맥류가 터졌었어요. 그런 상황에서 신속한 절차를 거쳐서 환자에게 안전하게 처치해서 마치는 것까지 제 근무시간에 다 해결하고 다음 근무자에게 인계했을 때 제 스스로 뿌듯하고 성취감을 느낄 수 있었어요. ‘뭔가 내가 해냈다’이런 느낌... 주변에서도 큰일 날 뻔 했

었는데 참 잘해냈다. 정말 수고했다 이런 얘기 들었을 때 기분이 엄청 좋았죠. 신규 같았으면 놀래서 수간호사 선생님께 콜하고 막 정신없었겠죠. 이제는 당황하지 않고 기본적인 대처를 어떻게 해야 하는지 알고 제 선에서 마무리할 수 있으니까요.(참여자 3)

3) 근무를 마친 후의 편안함

참여자들은 바쁜 업무 중에도 인계시간 전까지 상황이 깔끔하게 마무리되어 다음 근무 조에게 인계하고 퇴근할 때, 특히, 팀원이 서로 도와주며 업무가 마무리되고 함께 퇴근할 수 있을 때 기분이 너무 좋았고 편안하며 귀가해서도 기분이 상쾌하였다고 표현하였다. 신규간호사일 때 업무 중에는 물론 퇴근 이후까지도 업무와 관련된 불안과 두려움 및 심적 중압감에 시달렸던 것과는 확연한 차이가 있음을 알 수 있었다.

바쁜 중에도 일이 깔끔하게 끝나면 정말 상쾌해요. 기분이 너무 좋고 시원하고 다리 뻗고 마음 편하게 잠 잘 수 있을 것 같은 거 있잖아요. ‘내 할 일 다 마무리 하고 깔끔했다’ 그런 느낌이 들었을 때, 또 제가 생각했을 때 빠뜨린 것 하나도 없고 다음 근무 번이 미리 준비해 주면 좋아하는 거 그런 것도 조금 준비해 주고 퇴근했을 때...신규 때는 전혀 느껴보지 못했던 느낌이라니까?(참여자 4)

4. 근무환경에 대한 감사함

참여자들은 과중한 업무로 인한 힘든 상황에서도 근무 환경을 점차 긍정적인 태도와 시각으로 바라보면서 감사하는 마음을 키워가고 있었는데 여기에는 ‘간호 직에 대한 사회적 인식이 향상됨을 느낌’, ‘안정적인 취업기회와 보수로 만족스러움’ ‘근무여건을 수용하는 긍정적인 마음’이 포함되었다. 참여자들은 간호 직에 대하여 사회적 인식이 점차 향상되어 가고 있음과 다른 전공 분야와 비교했을 때 취업의 기회가 확연히 넓다는 것을 피부로 느끼면서 간호직에 대하여 점차 긍정적인 태도를 키워가고 있음을 알 수 있었고 업무 및 근무 환경에 익숙해지면서 근무 여건을 수용하고 활용하는 지혜를 터득해 가고 있었다.

1) 간호직에 대한 사회적 인식이 향상됨을 느낌

참여자들은 가까운 주변 사람들뿐만 아니라 지역사회 내에서도 간호직에 대한 인식이 과거보다 한층 더 긍정적으로 변화되어가고 있음을 피부로 느끼고 있었다. 참여자 7과 참여자 8은 병원에 간호사로 취업한 것에 대하여 부모님께서 흐뭇해

하신다고 하였으며 스스로도 자신이 대학 병원 간호사임을 다른 사람들한테 자랑스럽게 이야기 하고 자부심을 느낀다고 하였다.

부모님도 제가 간호사라는 걸 좋아하세요. 친구 분들한테 자랑도 하시고.. 대학 다닐 때까지는 없었던 일거든요. 평소에 표현을 잘 안 하시는 편인데...(참여자 7)

2) 안정적인 취업기회와 보수로 만족스러움

졸업 후 전공과 연결된 취업이 매우 어려운 사회적 여건에서 간호직은 안정적 취업 기회와 보수가 보장된다는 점에서 대다수의 참여자들이 주변 사람들로부터 많은 부러움을 사고 있었고 본인들도 자부심과 만족감을 느끼고 있었다. 참여자 2, 3, 10등 다수의 참여자들이 간호 업무가 다른 직종에 비하여 훨씬 힘든 것은 사실이지만 간호직은 취업에 있어서도 안정적이고 또 경제적으로도 괜찮은 편이라는 긍정적인 평가를 하고 있었다. 또한 간호직은 결혼 이후 까지도 계속 유지할 만한 가치가 있다고 생각하는 참여자들도 다수 있었다.

다른 과를 다니는 제 친구들을 보면 아직도 학교를 다니거나 취업을 못하고 있는 아이들도 꽤 많거든요. 그런데 저는 그런 걱정을 안 하고 있고 이미 병원에 취업해서 사회생활을 하고 있으니까 그런 면에서 자부심도 생기고 경제적인 면에서도 여유가 생기고...친구 어머니나 아버님들을 가끔 만나면 너는 벌써 일하고 있고 자리 잡고 있구나 하시면서 본인 딸과 비교하며 부러워하시는 거예요.(참여자 6)

3) 근무여건을 수용하는 긍정적인 마음

참여자들은 불규칙한 교대근무와 과중한 간호업무 상황에서도 점차 현실에 적응해가며 감사함을 표현하고 어려운 근무 현실 속에서도 작은 기쁨들을 찾아가고 있었다. 대다수의 참여자들이 주말에 쉬거나 휴일이 연 이어지는 근무표를 확인하면서 감사하고 무척 행복해 하고 있었다. 또한 전에는 힘들게만 느껴졌던 불규칙한 교대 근무 상황도 긍정적으로 시간을 활용하는 지혜를 터득하며 만족하게 받아들이는 참여자도 있었다. 특히 본인이 원했던 날에 휴일이 주어졌을 때 정말 기뻐하는 참여자들의 진술을 접하면서 근무 환경의 작은 배려에서도 간호사들은 기쁨과 감격을 경험한다는 것을 알 수 있었다. 한편 참여자 3은 자신의 근무표에서 마음이 맞는 동료 간호사와의 근무를 확인하면서 기뻐하고 행복했다고 표현하였다.

신규 때는 3교대이고 또 야간 근무도 있고 해서 무척 싫었었는데 이제는 근무표를 활용하게 되는 거예요. 만약에 저녁 근무이면 저는 오전에 다니면서 은행 업무나 관공서 업무를 볼 수 있어서 좋았고 또 낮 근무-휴일-저녁 근무이면 놀러 갈 시간이 충분하니까 좋고. 우리는 평일에도 쉬는 날이 많잖아요. 이런 날 친구들과하고 시간 맞춰서 놀러 가면 할인 혜택도 많이 받고 사람이 붐비지 않으니까 편하게 즐길 수 있기 때문에 그렇게 나쁜 것만도 아니더라구요.(참여자 4)

5. 정서적 친밀감

참여자들은 병동 내 외에서 친밀하고 따뜻한 인간관계를 경험하며 소속감, 화목함, 친밀감, 따뜻함, 애정, 감격스러움, 가슴이 뭉클함, 심리적 편안함 등을 느끼고 있었으며 여기에는 ‘화목한 병동 분위기’, ‘간호대상자 및 보호자로부터 받는 격려와 감사함’, ‘가족들의 따뜻한 배려’가 포함되었다.

1) 화목한 병동 분위기

근무 초기에는 무섭고 가까이 하기 어려웠던 선배 간호사들과 이제는 업무 내에서뿐만 아니라 업무 밖의 사적인 관계에서도 따뜻한 인간관계를 경험하고 있는 참여자들이 다수 있었는데 선배, 후배 등 동료간호사들이 베푸는 사랑과 관심은 참여자들의 행복 경험에 매우 중요한 원동력이 됨을 알 수 있었다. 참여자 1은 집안에 급한 사정이 생기면 동료 간호사들이 서로 휴일을 반납해 가면서 챙겨주고 급하게 나와서 근무를 대신 해주는 등 병동 내에서 돈독한 관계를 경험하면서 이제는 정말 한 식구라는 소속감과 끈끈한 결속력이 느껴진다고 하였다. 참여자 2는 병동 내에서 중간 위치로서 후배 간호사뿐만 아니라 선배 간호사들과 고민을 서로 나누면서 선후배를 연결해 주는 중요한 고리 역할을 하고 있었다. 특히 후배들이 자신을 신뢰하고 따르는 모습을 보면서 흐뭇한 마음과 그들에 대한 애정이 커지고 있음을 확인해 가고 있었다. 참여자 4는 병동 내에서 서로 친숙해지다 보니 그때부터는 일이 힘들어도 병동생활이 즐거웠다고 표현하였다.

저희 병동은 사이가 엄청 좋아요, 진짜 가족 같고 어떤 때는 고등학교 친구처럼 지내요. 이번에 결혼하는 선생님 결혼식장에서 축가도 부르고... ‘아, 되게 재미있었어요’ 우리는 서로 너무 잘 해주니까 시니어 선생님들하고도 같이 장난치고 너무 편해요. 저는 ‘이런 데가 없구나, 절대

로 여기를 떠나지 말아야겠구나’ 그런 생각이 들었어요.(참여자 10)

2) 간호대상자 및 보호자로부터 받는 격려와 감사함

간호대상자 및 보호자와의 관계도 참여자들의 행복에 매우 중요한 영향을 준다는 것을 알 수 있었다. 대상자 및 보호자들이 베푸는 따뜻한 격려와 작은 감사의 표현에서도 간호사들은 커다란 기쁨과 감동을 느낀다는 것을 확인할 수 있었다. 참여자 5는 평소에 까다롭고 다가가기 힘들었던 대상자로부터 고맙다는 인사와 자신에게 미소를 보이는 모습을 보면서 눈물이 날 것 같은 가슴 뭉클함을 경험했다고 표현하였다. 참여자 10은 본인이 별로 잘 해 드린 것이 없는데도 불구하고 대상자나 보호자들로부터 감사의 편지나 작은 선물을 받았을 때 커다란 감동을 느끼면서 더욱 열심히 잘해야겠다는 다짐을 하게 된다고 하였다.

저희 병원에 매달 친절 간호사를 뽑는 행사가 있어요. 대상자나 보호자가 ‘이 간호사가 이런 저런 면에서 이렇게 친절하게 해 주었다. 칭찬해 주세요’ 라고 써서 적어주면 병원에서 한 달에 한 번씩 뽑아서 칭찬해 주고 현관이나 복도에 사진을 걸어줘요. 좀 쑥스럽기는 하지만 왠지 뿌듯하고 병동에 그 많은 간호사 중에서 나를 지목해서 올렸다는 그 자체로 가슴이 벅차고 감동받고 사기도 더욱 올라가고... ‘아, 이래서 힘들어도 간호사 하는 거구나’(참여자 2)

3) 가족들의 따뜻한 배려

힘든 업무 가운데 가족들의 따뜻한 배려와 지원도 참여자들이 에너지를 재충전하고 심리적 안정감을 경험하는데 매우 중요함을 확인할 수 있었다. 특히 가족들과 함께 또는 가까운 거리에서 생활하며 근무하는 참여자들에게서 더욱 분명하게 확인할 수 있었다. 참여자 1과 참여자 3은 가족들이 모두 자신을 이해해주고 가능한 편안히 쉴 수 있도록 배려해 주고 지원해 준다는 것을 느낄 수 있다고 하였고 집 가까이에서 근무한 것이 최선의 선택이었다고 하였다. 특히 참여자 3은 다른 지역에서 혼자 생활했다면 병원 일을 버티기 힘들었을 것이며 부모님의 배려와 지원이 큰 힘이 되었고 힘들 때 엄마, 아빠 얼굴을 보는 것만으로도 마음이 풀리고 편안해졌다고 표현하였다.

집에서 가족들이 많이 챙겨주는 걸 느껴요. 이제는 간호사 업무가 힘든 일이라는 걸 아니까 ‘우리 딸이 힘들고

고생하는구나'하고 이해해 주시고.. 가족들이 가까이 있지 않았다면 버티기가 힘들었을 것 같아요. 부모님은 인생의 선배로서 제가 병원에서 이런 일들이 힘들다라고 했을 때 부모님도 자신의 경험을 들어 본인들도 이런 때 이렇게 힘들었는데 지나고 보니 이렇더라 얘기해 주시고 그럴 때 큰 힘이 되는 것 같아요.(참여자 5)

6. 여가생활을 통한 즐거움

일부 참여자들에게서 여가생활을 즐기며 스트레스를 해소하고 기쁨과 즐거움을 찾는 삶을 확인할 수 있었으며 여기에는 '가족 및 친구들과 여가 시간을 함께 하는 기쁨', '취미활동을 찾고 즐김'이 포함되었다. 신규 때는 취미생활 및 가족, 친구들과의 여가 활동에 대하여 몸도 시간도 따라주지 못했고 시간적 여유가 있어도 신체적 피로감과 심리적 중압감 때문에 업무를 내지 못했던 것과 비교해 볼 때 지금은 근무여건이 그다지 좋아진 것은 아니지만 병동 및 업무에 익숙해지고 마음의 여유도 생기면서 불규칙한 근무시간을 활용하며 취미생활을 즐길 수 있다고 표현하기도 하였다.

1) 가족 및 친구들과 여가 시간을 함께 하는 기쁨

참여자들 중에는 휴일을 맞추어 가족 및 친구들과 시간을 함께 보내며 힘든 병동업무에 대한 스트레스를 풀고 기분 전환을 하면서 편안함과 기쁨을 찾는 참여자들이 다수 있었다. 특히 참여자 2는 친구들과 휴일을 맞추어 여행을 즐기고 있었는데 여행을 통하여 기분 전환과 마음의 힐링을 경험한다고 하였다. 친구들과 여행을 계획하면서 맛보는 기대와 설레임, 여행을 다녀온 후에 다른 사람들과 여행정보를 공유하면서 우리는 즐거움과 기쁨이 무척 크다고 하였다. 참여자 4는 대학 친구들 또는 동료간호사들과 근무 스케줄을 맞추어 함께 영화를 보러 가거나 가끔씩은 뮤지컬이나 연극을 보면서 기분 전환도 하고 즐거운 시간을 보낸다고 하였다.

아빠가 낚시하는데 데리고 다니는 걸 되게 좋아하시거든요. 그러니까 근무가 맞으면 '야, 가자' 해 가지고 가족들 다 모여서 낚시하러 다니고 바닷가로 놀러 가고 조개 잡으러 다니고... 자주 가지는 못해도 시간만 맞으면 잘 다니거든요. 그러면 병원에서 스트레스 받았던 것이 풀리고 마음 속이 뻥 뚫리고 기분이 상쾌해지는 걸 느껴요.(참여자 1)

2) 취미활동을 찾고 즐김

일부 참여자들은 자신이 좋아하는 취미활동을 찾아 즐기는 삶을 살고 있었다. 음식 만드는 취미를 가지고 다양한 음식을 만들어 주변 사람들에게 베풀면서 기쁨을 얻는 참여자도 있었고, 악기를 배우는 참여자, 수영, 요가 등 운동을 통하여 여가 시간을 즐기는 참여자도 있었다. 참여자 4는 신규 때는 선생님들이 여가생활 하는 걸 보면서 힘들고 시간도 없는데 어떻게 저런 걸 할 수 있는가 했는데 근무 표나 여건이 이 전보다 더 나아진 것은 아니지만 그래도 지금은 본인이 시간을 활용할 수 있는 여유가 생긴 것 같다고 하였다.

저는 쿼트를 배우고 있는데 취미생활이 삶의 활력소가 되요. 그 동안 배우고 싶었는데 핑계인지 몰라도 일이 바쁘고 힘들어서 업무를 못 냈었거든요. 그러다가 올 초에 문화센터를 찾아가 보니까 수강 시간도 자유롭더라고요. 그래서 올해 초부터 시작했어요. 작품을 완성하면 기분도 좋아지고 주변에 자랑도 하고 사진 찍어서 병동 선생님들한테도 보여주고... 재미있고 그 시간이 막 기다려져요.(참여자 5)

주제와 중심의미들을 토대로 각 참여자의 관점에서 상황적 구조기술을 정리한 후 총 11명의 참여자들의 일반적 구조기술로 통합한 결과, 본 연구참여자들은 간호현장 내 외에서 간호사로서의 행복을 다양하게 체험하고 있었다. 참여자들은 전문인으로서의 강한 자부심을 느끼고 있었다. 지적과 질책으로 일삼던 선배 간호사로부터 점차 동료로 인정받는 경험, 의사와 치료협력자 관계를 통하여 대상자의 치료과정에 동참하는 경험은 참여자들로 하여금 자신감 및 자존감의 상승은 물론 자신에 대한 대견함과 자랑스러움을 느끼고 자기 존재감을 확인하는 중요한 계기가 됨을 알 수 있었다. 또한 후배 간호사 및 학생을 교육하고 지도하면서, 주변사람들의 건강문제에 대한 상담과 자문 역할을 행하면서, 자신이 의료인으로 신뢰받고 있다는 것을 느끼고 있었다. 특히 간호업무를 통하여 보람과 성취감을 느끼고 대상자를 위한 질적인 간호와 자신의 성장 및 발달을 추구하며 배움에 대한 열정으로 미래를 계획하는 자아실현을 향한 열정을 발견할 수 있었다. 3년 이상의 간호경험을 통하여 참여자들은 간호업무 수행이 점차 안정되고 편안해지며 직무수행에서의 만족감을 느끼고 있었다. 간호기술이 현저하게 향상되었고 긴박한 상황에서도 자신이 어떻게 대처해야 하는지 우선순위를 파악한 후 신속하고 침착하게 문제를 해결해 나가며 근무를 만족스럽게 마무리하였고 그 이후

편안함과 상쾌함도 경험하고 있음을 알 수 있었다. 자신들의 업무환경에 대한 불만과 불평 대신 긍정적인 부분을 찾으려 노력하는 모습과 근무현실을 긍정적으로 수용해 가는 지혜를 확인할 수 있었다. 간호사에 대한 사회적 인식이 향상되어 가고 있음을 피부로 느낄 수 있다고 하였고 특히 졸업 후 취업이 어려운 현실에서 전공을 살린 취업이 보장될 뿐만 아니라 보수 면에서도 타 직종에 비하여 크게 뒤지지 않는다는 점에서 업무현실에 대하여 감사함을 느끼며 간호 직을 긍정적으로 바라보고 있었다. 병동 내 선 후배 간호사들과의 관계, 대상자 및 보호자와의 관계 및 가족과의 관계에서도 정서적 친밀감과 따뜻함을 경험한다는 것을 알 수 있었다. 병동 내에서 돈독하고 화목한 병동 분위기를 경험하면서 구성원으로서의 소속감과 집단의 결속력을 확인해 가고 있었고 환자 및 보호자로부터 감사와 격려를 받으며 가슴 벅참과 감동을 체험하고 있었다. 특히 가족들 가까이에서 근무하는 참여자들은 가족들로부터 따뜻한 배려와 지원을 받으며 힘든 상황에서 큰 힘을 얻고 신체적, 심리적 안정감을 유지하고 있음을 알 수 있었다. 신규 간호사 때에 비하여 근무환경이 크게 달라지지 않았음에도 불구하고 여가생활을 통한 기쁨과 즐거움을 체험하는 모습도 확인할 수 있었는데 가족 및 친구들과 여가시간을 함께 보내고 취미 활동을 찾아 즐기면서 기분 전환과 삶의 활력을 찾고 있었다.

본 연구에서 참여자들은 전문인으로서의 긍정적 자아개념으로 자부심, 자존감, 자신감, 자랑스러움, 대견함과 뿌듯함을, 자아실현 측면에서는 성장과 발전에 대한 기대감, 희망, 보람, 성취감과 성숙함 등을 표현하였다. 업무수행 측면에서는 만족감, 자신감, 편안함, 안정감, 여유로움, 상쾌함과 시원함을, 인간관계 측면에서는 친밀감, 소속감, 따뜻함, 애정, 화목함, 신뢰감, 가슴 벅참, 감격스러움, 지지 및 심리적 안정감 등을 표현하였다. 또한, 근무환경 측면에서는 긍정적으로 수용하는 마음, 고마움과 감사함을, 여가생활 측면에서는 기쁨, 즐거움, 기대감, 설렘, 활기참, 재미있음 등 다양한 형태로 행복감을 표현하고 있었다. 면담초기에 참여자들은 과중한 업무로 인한 스트레스가 만연되어 있는 간호사의 삶에서 행복을 체험하는 것을 생소하게 여겼다. 그러나 참여자들은 간호사의 삶을 통하여 감동을 받고 기쁨과 만족감을 체험했던 상황과 순간들을 떠올리고 진술하면서 자신들의 다양한 긍정적 감정과 생각들이 행복이었음을 인지해 가는 모습을 확인할 수 있었다.

논 의

간호업무가 전문화되고 간호사에게 요구되는 사회적 기대

가 점점 커지고 있는 현 시점에서 3~5년의 경력간호사가 체험한 행복은 본인 스스로가 주관적으로 느끼는 전문인으로서의 자부심, 자아실현을 향한 열정, 직무수행에서의 만족감, 근무환경에 대한 감사함, 정서적 친밀감, 여가생활을 통한 즐거움이라는 다양한 형태로 나타났다.

참여자들은 대상자 상태에 대하여 의사와 상의하여 중요한 결정을 내리고 자신의 생각과 의견을 의료진이나 선배간호사들이 수용하여 줄 때 커다란 자부심을 느낀다고 하였다. 후배 간호사 및 학생간호사의 교육이나 프리셉터 역할뿐 아니라 가족이나 친척들의 건강관리에 대하여 자문을 해주면서 신뢰와 인정받는다는 느낌을 가지게 되고 전문인으로서의 자신의 위치를 확인해 가는 것이라고 볼 수 있다. 자신의 업무에 능숙해지면서 의사결정이나 교육에 대한 자신감이 생기고 점차 구성원이 되어가는 경험을 하며[6], 간호에 대한 전문직관이 높을수록 행복지수가 증가된다[8]는 연구에서와 같이 간호사들이 전문인으로서의 자부심을 느끼게 됨으로써 대상자 간호에도 좋은 영향을 미치게 될 것이다. 자부심을 느낀다는 것은 성공했음을 의미하고 자존심도 강하다는 의미이며 자부심을 자주 느끼는 사람이 더욱 행복하다고 한다[2,18]. 따라서 전문인으로서의 자부심을 경험할 수 있도록 간호 관리자 및 의사, 선배 간호사들이 인정, 칭찬, 수용과 같은 적극적인 보상을 아끼지 않는 업무환경이 매우 중요하다고 하겠다.

간호사들은 무엇보다 대상자간호를 통하여 간호사로서의 보람과 성취감을 경험한다고 하였다. 간호를 통하여 대상자들이 건강하게 회복되어가는 모습을 지켜보면서 간호사들이 경험하는 행복이라는 내면상태는 간호사라는 직업을 평생직으로 여길 정도로 간호 직에 대한 애정과 자긍심을 가지게 하는 근원이 된다고 하겠다. 소극적이던 성격도 점차 적극적으로 변화되고 한 편으로는 대상자들에게 좀 더 질적인 간호를 제공하기 위하여 또 다른 한편으로는 자기성장과 발전을 위하여 노력하는 등 자아실현을 추구하게 된다. 행복에 영향을 주는 주요한 관련 요인이 자긍심으로 자아존중감이 높은 경우 주관적 행복을 높게 인지한다고[2,16] 하므로 참여자들이 자신이 하는 일에 대한 자긍심과 자아실현에 대한 열정을 가지는 것에 따라 행복한 삶이 좌우될 수 있음을 알 수 있다. 그러나 최근에는 병원서비스를 향상시키고 대상자만족도 증진을 최우선으로 여기는 의료서비스 경쟁력이 강조됨에 따라 간호사의 감정노동 정도가 증가되고 있어[11,19] 간호사의 스트레스가 한층 가중되고 있다. 하지만 이런 상황에서도 간호사가 지니고 있는 긍정적인 생각과 느낌들이 잘 유지될 수 있도록 지원하여 준다면 행복한 마음으로 간호업무를 수행하게

되고 이는 곧 대상자 간호에 바람직한 영향을 미치게 됨을 알 수 있다.

본 연구참여자들은 간호직에 대한 사회적 인식이 높아져가고 있음을 스스로 인식하고 취업기회 및 보수 면에서도 다른 직종에 비하여 안정된 편이라고 느끼면서 과중한 근무 현실을 수용하고 감사하는 마음을 가지는 것으로 나타났다. 참여자들은 근무표를 배려해주거나 같이 근무하는 동료들 신경 써서 배정해 주는 작은 배려에서도 기쁨과 감사함을 표현하고 있었다. 감사함을 느끼는 감정 상태는 삶을 바라보는 태도로서 행복과 관련이 깊고, 기분을 좋게 만드는 매우 실용적인 방법이며[16], 힘들고 어려운 상황을 이겨낼 수 있는 내면의 힘이라고 하였다[2]. 또한 자신의 현 근무지에 대하여 긍정적으로 수용하고 만족할수록 행복도가 높아지며 행복한 직장생활을 위하여 근무환경이 얼마나 중요한 지를 선행연구에서도 확인할 수 있었다[20]. 따라서 병원조직관리 차원에서 근무환경을 개선하기 위한 노력을 기울이고, 간호사에 대한 간호 관리자의 세심하고 감성적인 지원 대책이 필요하다고 하겠다.

본 연구참여자들은 간호기술이 점차 향상되면서 자신감이 생기고 위급한 상황에서도 능숙하게 대처할 수 있는 여유가 생기면서 간호업무 수행이 안정되고 편안하게 느껴진다고 진술하였고 특히 하루의 업무가 큰 문제없이 만족스럽게 완료되었을 때 상쾌함과 편안함을 느낀다고 표현하였다. 이는 자신의 업무에서 옳은 결정을 했다는 신념이 있으면 긍정적인 경험이 강화되며[15], 어떤 일을 마무리 한 후에 느끼는 몰입과 같은 감정을 가지게 되는데[21] 자신의 업무를 통해서 즐거움을 얻는 것은 행복이라는 매우 긍정적인 측면을 보여주는 현상이라고 할 수 있다.

신규간호사를 대상으로 한 연구들[10,22]에서는 주로 대인관계에서 겪는 갈등과 어려움을 보고하고 있으나 본 연구참여자들은 동료, 대상자 및 보호자, 및 본인의 가족들과의 대인관계에서 친밀감과 따뜻함, 화목함 등의 긍정적인 느낌을 표현하고 있었다. 임상경험이 증가되면서 대인관계 기술이 능숙해져 간호대상자와 보호자로부터 신뢰를 얻고, 병동의 일원으로 인정받고 배려 받는 화목한 분위기에서 행복을 경험한다고 진술하였다. 또한 직장생활의 어려움을 이해해주고 공감해주는 가족의 역할이 크다고 볼 수 있는데 이는 가족들 가까이에서 근무하는 것이 편안하고 긍정적인 에너지를 형성하는 계기가 되는 것으로 보인다. 지속적인 대인관계에서 오는 감정노동으로 인해 행복이 저해될 수 있는[6] 병원에서 간호사들이 대인관계에서 긍정적인 경험을 한다는 것은 매우 고무적인 일이라고 생각된다. 당연히 해야 할 자신의 간호활동에 대하여 간호

대상자 및 보호자들의 진심 어린 감사와 격려의 표현을 접하면서 가슴 벅참을 느낀다는 참여자의 진술은 대인관계에서의 따뜻한 감정 교류가 얼마나 중요한 지를 확인할 수 있으며 간호사들의 일방적인 친절만을 강조하는 현 병원정책에 대한 재고와 개선이 필요함을 느끼게 한다.

여가생활을 통하여 스트레스를 해소하고 개인적인 삶을 즐기는 여유가 생긴 것은 경력간호사들이 경험하는 매우 긍정적인 측면으로써 그들은 불규칙한 근무시간을 적절하게 활용하는 여유를 가지고 취미생활을 하면서 스트레스를 관리하고 있었다. 신규간호사들은 불규칙한 교대근무에 적응하지 못하여 힘들어하고 여가시간을 누리지 못하며 개인적인 삶의 즐거움을 누리지 못한다는 연구결과[13]와는 다르게 경력간호사들은 자신의 근무상황을 지혜롭게 관리하고 있었다. 간호사의 행복은 근무기간이 증가되고 임상경험이 풍부해질수록 행복지수가 높아진다는 연구결과[7]에 나타나있듯이 초기에는 부정적으로 여겼던 요건들을 경력이 쌓이면서 긍정적으로 받아들이고 자발적으로 자신의 삶에 적극적으로 대처하면서 여가생활을 하는 등 삶의 여유를 즐기면서 행복을 경험하는 것이라고 볼 수 있다.

본 연구는 간호사들이 심리적으로 힘든 감정만을 가지고 있는 것이 아니라 긍정적인 경험을 한다는 것을 확인하고자 하였으며 간호업무 수행이 원활해지고 전반적으로 조직환경에 적응하는 능력이 생기는 경력간호사들은 자신의 문제를 스스로 해결할 수 있는 대처능력을 발휘함으로써 간호하는 동안이나 일상생활에서 행복을 느끼는 긍정적인 측면이 내재되어 있음을 알 수 있었다. 긍정적인 변화는 밖으로 표현되어야 행복과 삶의 의미를 느낄 수 있으므로 간호사들이 긍정적인 감정과 생각을 적극적으로 표현할 수 있도록 격려하고 도와줄 수 있는 조직적인 지지체계가 필요하다고 하겠다. 또한 행복은 성공적인 업무수행에서 오는 만족감뿐만 아니라 여가활동을 즐기거나 사회적 관계에서 만족감을 느끼는 감정[2,16]이므로 근무시간 이외의 자기시간을 활용할 수 있는 기회를 제공하고 자신의 직무에 자부심을 느끼도록 사회적 관계망 형성에 소속 기관의 배려가 필요하다고 하겠다.

행복은 주변에 전파되는 상당한 역동적 힘을 가진 감정으로 [16] 간호사 개인의 행복 뿐 아니라 동료 간호사와 팀원 전체, 간호대상자에게도 긍정적인 영향을 줄 것이다. 따라서 본 연구결과를 토대로 간호사들이 행복한 마음으로 환자간호를 할 수 있도록 간호현장 내의 프로그램 개발 및 조직문화 형성에 도움을 주는 근거자료로도 활용될 수 있을 것으로 기대한다.

결론

본 연구는 3~5년의 경력간호사들이 체험하는 행복의 중심 의미가 '전문인으로서의 자부심', '자아실현을 향한 열정', '직무수행에서의 만족감', '근무환경에 대한 감사함', '정서적 친밀감', '여가생활을 통한 즐거움'임을 확인하였다. 참여자들은 간호현장 내 외에서 편안함, 안정감, 대견함, 뿌듯함, 만족스러움, 기분 좋음, 활가분함, 상쾌함, 자긍심, 자기 확신감, 자신감, 성취감, 재미있음, 즐거움, 기쁨, 가슴 벅참, 감격스러움, 따뜻함, 코끝이 찡함, 가슴이 뭉클함, 소속감, 애정, 보람, 친밀감, 화목함, 신뢰, 자랑스러움, 흐뭇함, 눈물이 남, 여유로움, 희망, 감사함 등으로 행복을 매우 다양하게 표현하고 있었다.

힘들고 어려운 업무환경에서도 긍정적인 형태의 행복을 다양하게 경험하는 간호사들의 체험을 확인한 것은 매우 의미 있는 결과라고 생각된다. 행복이라는 간호사의 내적인 감정 상태는 간호현장에서 환자간호에 직접적으로 긍정적인 영향을 미칠 뿐 아니라 개인적인 삶에서도 업무에 대한 만족감과 자신의 직업에 대한 유지 및 발전에 매우 중요한 기반이 될 것으로 여겨진다. 특히 임상경력 3~5년의 간호사들은 간호업무 수행능력이 현저히 향상되어 가고 선배와 후배 간호사 사이에서 연결고리 역할을 하는 중요한 인적자원임에도 불구하고 이 직물이 현저히 높다는 점을 감안할 때 그들이 행복한 마음으로 근무할 수 있도록 긍정적인 생각과 감정들을 공유할 수 있는 지원체계가 제공되어야 할 것이다. 본 연구결과는 행복한 간호현장을 조성하기 위하여 간호사의 행복을 증진시키는 프로그램 개발 및 조직문화 형성에 도움을 주는 근거자료로 활용되기를 기대한다.

REFERENCES

1. Bekhet AK, Zauszniewski JA, Nakhla WE. Happiness: Theoretical and empirical considerations. *Nursing Forum*. 2008;43(1):12-23. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1744-6198.2008.00091.x>
2. Bormans L. *Geluk: The world book of happiness*. Tiel: Uitgeverij lannoo nv; 2010.
3. Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*. 1984; 95(3):542-575.
4. Haim S. The really important things. Jeong JH, trans. Paju: Book21; 2013.
5. Organization for Economic Cooperation and Development. *OECD Better Life Index: how's life?* [Internet]. Paris, France: Organization for Economic Cooperation and Development; 2014. [cited 2014 October 13]. Available from:

<http://www.oecdbetterlifeindex.org/countries/korea/>

6. Ko JO. Influence of clinical nurses' emotional labor on happiness in workplace. *The Journal of the Korea Contents Association*. 2013;13(4):250-260. <http://dx.doi.org/http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2013.13.04.250>
7. Nam M, Kwon Y. Factors influencing happiness index of hospital nurses. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*. 2013;19(3):329-339. <http://dx.doi.org/http://dx.doi.org/10.11111/jkana.2013.19.3.329>
8. Lee JS, Yoon JY, Jun HJ, Son SY, Park YW. Development of turnover paradigm model and survey of turnover reason for clinical nurses through in-depth interview. Seoul: Hospital Nurses Association; 2012.
9. Wi SM, Yi YJ. Influence of emotional labor on job satisfaction, intent to leave, and nursing performance of clinical nurses. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*. 2012;18(3):310-319. <http://dx.doi.org/10.11111/jkana.2012.18.3.310>
10. Son H, Koh M, Kim C, Moon J. The clinical experiences of adaptation as a new nursing staff. *Journal of Korean Academy of Nursing*. 2001;31(6):988-997.
11. Kim KO, Cho YC. The relationship between emotional labour and depressive symptoms among nurses in university hospitals. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. 2013;14(8):3794-3803. <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2013.14.8.3794>
12. Yoon SH. A study on new graduate nurses' clinical experience of adaptation. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*. 2002;8:55-72.
13. Suh YO, Lee KW. Lived experiences of new graduate nurses. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*. 2013; 19(2):227-238. <http://dx.doi.org/10.11111/jkana.2013.19.2.227>
14. O'Shea M, Kelly B. The lived experiences of newly qualified nurses on clinical placement during the first six months following registration in the Republic of Ireland. *Journal of Clinical Nursing*. 2007;16(8):1534-1542. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1365-2702.2006.01794.x>
15. Jackson C. The experience of a good day: A phenomenological study to explain a good day as experienced by a newly qualified RN. *Accident and Emergency Nursing*. 2005;13(2): 110-121. <http://dx.doi.org/10.1016/j.aaen.2005.03.002>
16. Grant AM, Leigh A. *Eight steps to happiness: the science of getting happy and how it can work for you*. Carlton, Vic.: Victory Books, an imprint of Melbourne University Publishing Ltd; 2013.
17. Giorgi A. *Phenomenological and psychological research*. Pittsburgh, PA: Duquesne University Press; 1985.
18. Seong BH, Yoon SA. Definition of happiness and its determi-

- nants. *Journal of Brain Education*. 2010;6:103-134.
19. Cha SK, Shin YS, Kim KY, Lee BY, Ahn SY, Jang HS, et al. The degrees of emotional labor and the its related factors among clinical nurses. *Journal of Korean Clinical Nursing Research*. 2009;15(2):23-35.
 20. Kim KR. Influence of self esteem, flow and depression of the psychiatric nurses' upon their happiness [master's theses]. Seoul: Ewha Womans University; 2013.
 21. Kim MJ, Kim SJ, Kim BK. Phenomenological approach on self-esteem of clinical nurses. *Journal of East-West Nursing Research*. 2013;19(2):138-149.
 22. Yoon SH, Kim BS. New graduate nurses' stress, stress coping, adaptation to work, and job satisfaction: Change comparison by personality. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*. 2006;12(3):491-500.