

일개 간호대학교 학생의 감성지능과 소진과의 관계에서 스트레스의 매개효과

고 정 미

성신여자대학교 간호학과

Mediating Effect of Stress on Relationship between Emotional Intelligence and Burnout among Nursing College Students

Chung Mee Ko

College of Nursing, Sungshin Women's University

ABSTRACT

Purpose: The purpose of the study was to identify the effect of stress on the relations between emotional intelligence and burnout among nursing college students. **Methods:** The study is a cross-sectional survey and the participants were 363 students attending a nursing college located in Seoul. Data were collected by convenience sampling using self-reported questionnaires that consisted of general characteristics, emotional intelligence, perceived stress and burnout. Data were analyzed by descriptive statistics, t-test, ANOVA, correlation, and multiple regression. **Results:** Findings of the multiple regression were as follows. First, emotional intelligence had a significant negative-effect on stress. Second, emotional intelligence had a significant negative-effect on burnout. Third, stress had a significant positive-effect on burnout and had a mediating effect on the relationship between emotional intelligence and burnout. **Conclusion:** Results of the study suggest that as a way to reduce nursing college students' stress and burnout, programs which help improve nursing college students' emotional intelligence should be developed and implemented.

Key Words: Emotional intelligence, Stress, Burnout, Nursing student

서 론

1. 연구의 필요성

급변하는 환경에 살고 있는 개인은 누구나 생활 속에서 크고 작은 스트레스를 경험하며 살아가고 있다. 대학생은 자아 정체감을 확립하고 성인으로의 전환을 위한 과도기로 학업문

제, 대인관계, 진로 및 취업, 경제문제, 이성문제 등 다양한 스트레스를 경험하게 되는데, 최근에는 경쟁과열과 어려워진 취업난, 비싼 등록금 문제로 스트레스가 가중되고 있다(Kang & Ra, 2013). 특히 간호대학생들은 타 전공대학생들과 달리 이론과 임상실습을 병행해야 하므로 과중한 학습량 뿐 아니라 임상실습현장에서 학생신분으로 환자간호에 대한 무거운 책임감과 역할갈등 및 지식 부족, 환자와 의료팀 등 다양한 사람

Corresponding author: Chung Mee Ko

College of Nursing, Sungshin Women's University, 55 Dobong-ro, 76ga-gil, Gangbuk-gu, Seoul 142-732, Korea.
Tel: +82-2-920-7725, Fax: +82-2-920-2091, E-mail: cmklee@sungshin.ac.kr

- 이 논문은 성신여자대학교 학술연구조성비 지원에 의하여 연구되었음
- This work was supported by Sungshin Women's University Research Grant.

Received: Nov 27, 2015 / Revised: Dec 12, 2015 / Accepted: Dec 12, 2015

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.

들과의 대인관계 등으로 인해 많은 스트레스에 노출된다(Cho, 2009; Oh & Han, 2011). 이러한 스트레스를 감당하기 어려운 정도이거나 지속해서 경험하게 되면 개인은 결국 소진을 경험하게 된다(Kim, Kwon, & Yeoum, 1997; You, 2015). 간호대학생들이 경험하는 소진은 간호에 대한 자신감을 잃게 하며, 간호학 전공에 대한 회의, 위축과 좌절감으로 이어지는 부정적인 요소로 작용될 수 있다.

소진은 스트레스에 의해 발생하는 문제로 일에 대해 자기 자신이나 사회의 기대는 높지만 그 기대를 만족시킬 수 없는 상황이 장기적으로 지속될 때 정서적 고갈(emotional exhaustion), 비인격화(depersonalization), 그리고 개인 성취감 저하(reduced personal accomplishment) 등을 경험하게 되는 부정적 심리 증후군이다. 구체적으로 정서적 고갈은 소진의 과정에서 가장 먼저 경험하는 현상으로서 과도한 심리적 부담이나 요구들로 인해 개인의 감정 자원이 고갈되어 모든 일에 관심과 열정을 잃고 피로와 상실감을 느끼어 정서적으로 탈진되는 상태이다. 또한 비인격화는 정서적으로 탈진된 상태를 완화하기 위해 자신과 상호작용하는 사람들과 심리적 거리를 두며, 상황을 다루는 과정에서 냉소적이고 냉담한 태도를 보이는 것을 의미한다. 마지막으로 개인성취감 저하는 업무상에서 역량 및 성공기회 부족으로 인한 자신감 결여로 인해 자신을 부정적으로 평가하는 경향이라고 하였다(Maslach & Jackson, 1981).

일반적으로 소진은 직무와 관련되어 연구가 수행되어 왔으며, 초기에는 간호사, 의사, 경찰 등의 대인관계 직종 종사자들을 대상으로 하였으나, 최근에는 학생에 이르기까지 다양한 대상으로 확장되고 있다. 학생은 직무를 수행하지 않지만 수업에 참석하고 과제와 학습을 수행하며 시험을 치루는 등 규칙적이고 의무적인 활동을 지속적으로 하고 있기 때문에 학업을 직무로 볼 수 있으므로, 학생을 대상으로 한 소진에 대한 연구가 필요하다(You, 2015). 대학생의 소진은 지속적으로 학업에 대해 스트레스를 받거나 과중한 학습 및 과제로 인해 학습자가 정서적 고갈, 냉소적 태도를 보이는 비인격화, 학업에 대한 자신감 상실을 보이는 개인성취감 저하와 같은 상태를 경험하는 것이다(You, 2015). 소진에 관한 연구들은 스트레스를 주요 원인 변수로 밝히고 있으며 직무에서 경험하는 스트레스가 소진에 직접적인 영향을 미치며 직무 스트레스가 높을수록 소진의 정도가 높아진다고 하였다(Lee, 2011). 또한 대학생을 대상으로 한 소진 관련 연구에서 과중한 학업요구로 인한 학업 스트레스는 소진을 유발하는 유의한 선행요인임을 밝혔다(You, 2015).

최근 들어 스트레스와 소진에 영향을 미치는 연구변인 중

개인 심리 내적 변수로서 감성지능을 강조하고 있다(Slaski & Cartwright, 2003; Park, Ha, Lee, & Lee, 2014; Seo, 2014). 감성지능은 자신의 감성을 정확하게 이해하여 있는 그대로 표현할 수 있는 능력인 자기감성이해(self-emotional appraisal), 타인의 감성을 인식하고 이해하는 능력인 타인감성이해(other's emotional appraisal), 감정을 주어진 상황에 따라 적절한 행동으로 조절할 수 있는 능력인 감성조절(regulation of emotion), 그리고 자신이 가지고 있는 감성정보를 활용하여 문제해결을 돕고 개인의 성과와 건설적인 활동에 감정을 활용할 수 있는 감성활용(use of emotion)을 포함하는 의미이다(Wong & Law, 2002). 이러한 감성지능이 높은 사람은 스트레스 상황이 주어지더라도 그 상황에 대해 긍정적으로 평가하거나 바람직한 방향의 대처행동을 나타내어 궁극적으로 스트레스를 적게 경험한다고 하였다(Park et al., 2014). 감성지능과 스트레스와의 관계를 살펴 본 선행연구들에서 감성지능은 스트레스 정도에 직접 영향을 미치며, 감성지능이 높은 대상자들은 스트레스 정도가 낮은 반면 감성지능이 낮은 대상자들은 스트레스 정도가 높은 것으로 보고되었다(Oh & Koh, 2014; Song & Chae, 2014). 또한 감성지능과 소진과의 관계를 조사한 선행연구들에서 감성지능의 수준이 높을수록 연구 대상자의 소진 정도가 낮게 나타났으며(Ahn, Yea, & Yeum, 2011; Oh & Ha, 2014), 감성지능이 높으면 개인에게 발생된 사건들을 스트레스로 간주하기 보다는 도전할 만한 요소로 간주하여 직무 스트레스 지각 정도가 낮아지며 이는 소진의 감소로 이어진다고 하였다(Seo, 2014).

이상에서 살펴 본 선행연구들을 바탕으로 감성지능이 스트레스와 소진에 영향을 미치며 스트레스가 소진에 영향을 미친다는 연구결과들을 고려할 때 감성지능은 스트레스를 매개로 소진에 영향을 미칠 것으로 판단된다. 간호대학생의 소진은 개인의 건강과 안녕 뿐 아니라 학업을 저해하는 요인이므로 간호대학생의 소진을 예방하거나 감소시키기 위해 관련 요인을 파악하는 것이 중요하다. 그러나 간호대학생을 대상으로 한 소진에 관한 연구가 수행되지 않은 실정으므로 본 연구에서는 소진의 관련요인인 감성지능과 스트레스에 주목하여 이들 변수 간의 관계를 규명하여 이를 바탕으로 간호대학생의 정신건강지표인 스트레스나 소진을 감소시키기 위한 방안을 마련하는 기초자료를 제공하고자한다.

2. 연구목적

본 연구의 목적은 간호대학생의 감성지능과 스트레스 및 소

진의 정도와 이들 간의 영향 관계를 파악하고자 함이며 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 연구대상자의 일반적 특성에 따른 감성지능, 스트레스 및 소진의 차이를 파악한다.
- 연구대상자의 감성지능, 스트레스 및 소진의 정도를 파악한다.
- 연구대상자의 감성지능, 스트레스 및 소진과의 상관관계를 파악한다.
- 연구대상자의 감성지능과 소진과의 관계에서 스트레스의 매개효과를 검증한다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구는 간호대학생의 감성지능과 스트레스 및 소진의 정도와 이들 간의 영향 관계를 파악하기 위한 서술적 횡단 조사 연구이다.

2. 연구대상 및 자료수집

본 연구의 대상자는 서울 소재 일개 대학의 간호대학생 363명이며 편의추출되었다. 본 연구자는 연구의 목적과 설문지 수집 시에 윤리적으로 고려해야 할 사항들에 대하여 각 학년 대표들을 교육하였다. 각 학년 대표들은 전 학년 간호대학생 422명에게 설문지를 배포하였으며, 363명의 설문지를 수거하였다(응답률 86%). 각 학년 대표는 각 학년 학생들에게 연구의 목적을 설명한 후 연구참여 동의서에 서명한 학생들에 한하여 설문지를 작성하게 하였다. 연구참여 동의서에는 연구목적, 대상자의 익명성, 비밀보장, 연구참여의 자발성 등의 내용이 포함되었다. 자료수집기간은 2015년 10월 1일부터 2015년 10월 12일 까지였으며 본 연구에 참여한 대상자에게 연구참여에 대한 감사의 표시로 소정의 선물을 제공하였다. 수집한 363부를 모두 결과분석에 사용하였다. 본 연구의 다중회귀분석을 위한 표본 수를 구하기 위해 G*Power 3.1 프로그램을 이용하여 유의수준 .05, 중간효과 크기 .15, 95%의 검정력, 7개의 독립변수로 설정하고 적정표본 크기를 산정했을 때 최소 표본 수는 153명으로 산출되었다. 따라서 본 연구의 대상자 수 363명은 분석에 필요한 표본 크기를 충족하였다.

3. 측정도구

1) 감성지능

감성지능은 긍정적 감정 성향으로 자신과 타인의 감성을 파악하고 이해하며 자신의 감성을 활용하고 조절할 수 있는 능력을 의미한다(Wong & Law, 2002). 본 연구에서 감성지능을 측정하기 위해 Wong과 Law (2002)가 개발한 도구를 Jung (2006)이 번안하여 수정한 도구를 사용하였다. 총 16문항으로 자기감성인식(self-emotional appraisal) 4문항, 타인감성인식(other's emotional appraisal) 4문항, 감성의 활용(use of emotion) 4문항, 감성의 조절(regulation of emotion) 4문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 7점 척도로 '매우 그렇지 않다' 1점 부터 '매우 그렇다' 7점 까지 측정하도록 구성되었다. 점수는 평균값을 사용하였으며 점수범위는 1점에서 7점까지이고, 점수가 높을수록 감성지능이 높은 것을 의미한다. 도구개발 당시의 신뢰도는 .87이었으며, Jung (2006)의 연구에서 Cronbach's α 는 .92였고, 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .88이었다.

2) 스트레스

스트레스는 Cohen, Kamarck와 Mermelstein (1983)이 개발한 지각된 스트레스 척도를 Park과 Seo (2010)가 번안하고 대학생을 대상으로 타당도 및 신뢰도를 검증한 한국판 지각된 스트레스 척도를 사용하였다. 본 도구는 지난 한달 동안 자신의 전반적인 대학생활과 일상적인 삶에 대해 어떤 감정과 생각이 들었는지를 물어보는 총 10문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 척도로 '전혀 없었다' 0점부터 '매우 자주 있었다' 4점 까지 측정하도록 구성되어 있다. 점수는 평균값을 구하였으며 점수범위는 0점에서 4점으로 점수가 높을수록 지각된 스트레스가 높은 것을 의미한다. 긍정적 문항은 역코딩하였다. Park과 Seo (2010)의 연구에서 지각된 스트레스의 Cronbach's α 는 .76이었고 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .83으로 나타났다.

3) 소진

소진이란 대인관계를 주로 하는 조직구성원들이 겪는 정서적 고갈, 비인격화, 개인적 성취감 저하의 총체적 현상을 말한다(Maslach & Jackson, 1981). 소진의 정도를 측정하기 위해 Maslach와 Jackson (1981)이 개발한 MBI (Maslach Burnout Inventory)를 바탕으로 Lee (2011)가 수정하여 적용한 도구를 사용하였다. 소진도구는 정서적 고갈 9문항, 비인격

화 5문항, 개인적 성취감 저하 8문항 등 3개 하위영역을 포함하며 총 22문항이다. 각 문항은 7점 척도이며 0점 '전혀 그렇지 않다'에서 6점 '매우 그렇다'로 구성되어 있다. 점수는 평균값을 구하였으며 점수범위는 0점에서 6점으로 점수가 높을수록 소진정도가 높은 것을 의미한다. 도구의 문항 중 개인적 성취감 저하 8문항을 역코딩하였다. Lee (2011)의 연구에서 소진의 Cronbach's α 는 .80이었으며 본 연구에서 소진의 Cronbach's α 는 .86이었다.

4. 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 22.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

- 일반적 특성은 실수와 백분율, 평균과 표준편차로 산출하였으며, 일반적 특성에 따른 감성지능, 스트레스, 소진의 차이는 ANOVA와 t-test, Sheffe 사후 검정을 사용하였다.
- 감성지능, 스트레스, 소진 간의 관계는 Pearson's correlation coefficient로 분석하였다.
- 감성지능과 소진 간에 스트레스의 매개효과를 파악하기 위해 Baron과 Kenny (1986)가 제시한 절차에 따라 3단계로 나누어 회귀분석을 실시하였다. 매개효과를 검증하기 위해서 Baron과 Kenny (1986)는 다음과 같은 세 가지 조건이 충족되어야 한다고 하였다. 첫째, 독립변수와 매개변수와의 관계가 통계적으로 유의미해야 한다(1단계). 둘째, 독립변수와 종속변수와의 관계가 통계적으로 유의미해야 한다(2단계). 셋째, 독립변수와 매개변수가 동시에 회귀방정식에 투입되었을 때(3단계) 매개변수가 종속변수에 통계적으로 유의미해야 하며, 독립변수와 종속변수와의 관계는 매개변수가 투입되지 않았을 경우(2단계)보다 약화되거나(부분매개효과) 또는 통계적으로 유의미하지 않게 나타나야 한다(완전매개효과).
- 감성지능과 소진 간에 스트레스가 부분매개효과를 보여 Sobel test를 통하여 매개효과 검정을 추가적으로 실시하였다.

연구결과

1. 연구대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성을 살펴 본 결과는 Table 1과 같다. 연구대상자의 평균연령은 22세이였으며 학년은 3학년이

28.7%(104명)로 가장 많았고, 1학년이 22.9%(83명)로 가장 적었다. 종교에 대하여 기독교, 천주교, 불교 등의 종교를 가지고 있다고 응답한 대상자는 52.1%(189명)이었다. 거주형태는 현재 부모님과 거주하고 있는 대상자가 60.9%(221명)로 가장 많았으며, 자취를 하는 대상자 26.7%(97명), 기숙사에 살고 있는 대상자 12.4%(45명) 순이었다. 간호학과 지원 동기는 본인의 흥미와 적성에 따라 본인의 의지로 선택한 경우가 38%(138명)이었으며, 취업률 고려, 타인의 권유, 성적 고려 등의 이유로 간호학과를 선택한 학생이 62%(225명)이었다. 대상자들은 전공에 대하여 66.9%(243명)가 만족한다고 응답하였으며, 보통 또는 만족하지 않다고 응답한 대상자는 33.1%(120명)이었다. 대상자의 28.9%(105명)만 아르바이트를 한다고 응답하였으며 성적은 3.5 이상인 경우가 59.5%(216명)이었다. 졸업 후 희망진로에 대하여 병원취업이라고 응답한 대상자가 87.3%(317명)로 가장 많았다.

2. 일반적 특성에 따른 감성지능, 스트레스 및 소진의 차이

연구대상자의 일반적 특성에 따른 감성지능, 스트레스 및 소진의 차이결과는 Table 1과 같다. 일반적 특성에 따른 감성지능은 간호학과 지원동기의 본인의사여부($t=2.98, p=.003$), 전공만족도($F=14.47, p<.001$), 성적($t=2.69, p=.008$)에 따라 유의한 차이가 있었다. 구체적으로 살펴보면 대상자 자신의 적성과 흥미를 고려한 자신의 의지로 간호학과를 지원한 대상자 군이 자신의 의지 이외의 다른 이유 등(취업률, 성적고려, 타인의 권유)으로 간호학과를 지원한 군보다 감성지능의 정도가 높았다. 전공에 만족한다고 응답한 대상자 군이 만족도가 보통이나 만족하지 않다고 응답한 대상자 군보다 감성지능의 정도가 높았으며, 3.5 이상의 평균성적을 가진 대상자 군이 3.5 미만의 성적을 가진 대상자 군보다 감성지능의 정도가 높았다.

일반적 특성에 따른 스트레스는 간호학과 지원동기의 본인의사여부($t=-3.32, p=.001$), 전공만족도($F=21.62, p<.001$)에 따라 유의한 차이가 있었다. 자신의 의지로 학과를 선택한 대상자 군이 자신의 의지 이외의 다른 이유로 학과 선택을 한 대상자 군보다 스트레스 정도가 낮았다. 또한, 전공에 만족한다고 응답한 대상자 군이 만족도가 보통 이하인 대상자 군보다 스트레스 정도가 낮았다.

일반적 특성에 따른 소진은 학년($F=5.38, p=.001$), 간호학과 지원동기의 본인의사여부($t=-2.66, p=.008$), 전공만족도($F=27.48, p<.001$), 성적($t=-3.17, p=.002$), 진로($t=-2.57,$

Table 1. Differences in Emotional Intelligence, Stress, and Burnout according to General Characteristics

(N=363)

Variables	Categories	n (%) or M±SD	Emotional intelligence		Stress		Burnout	
			M±SD	t or F (p) Scheffé	M±SD	t or F (p) Scheffé	M±SD	t or F (p) Scheffé
Age (year)		22.0±1.97						
Academic year	Freshmen ^a	83(22.8)	5.0±0.65	0.77	1.9±0.48	0.93	2.6±0.67	5.38
	Sophomore ^b	89(24.5)	5.0±0.63	(.512)	1.8±0.53	(.425)	2.5±0.64	(.001)
	Junior ^c	104(28.7)	5.1±0.70		1.9±0.44		2.9±0.58	c>b
	Senior ^d	87(24.0)	5.1±0.71		1.8±0.48		2.7±0.75	
Religion	Have	189(52.1)	5.0±0.71	-0.41	1.8±0.47	-0.19	2.7±0.69	-0.47
	None	174(47.9)	5.1±0.63	(.683)	1.8±0.49	(.851)	2.7±0.65	(.635)
Residence	Living with parents	221(60.9)	5.0±0.65	0.01	1.8±0.49	0.16	2.7±0.67	0.52
	Dormitory	45(12.4)	5.0±0.79	(.990)	1.8±0.52	(.850)	2.7±0.70	(.594)
	Self-boarding	97(26.7)	5.0±0.69		1.9±0.44		2.7±0.67	
Reason for application	One's own will	138(38.0)	5.2±0.67	2.98	1.7±0.47	-3.32	2.6±0.67	-2.66
	Other reason [†]	225(62.0)	5.0±0.67	(.003)	1.9±0.47	(.001)	2.8±0.66	(.008)
Satisfying nursing as a major	Satisfied ^d	243(66.9)	5.2±0.68	14.47	1.7±0.47	21.62	2.5±0.69	27.48
	Ordinary ^b	104(28.7)	4.8±0.57	(<.001)	2.0±0.39	(<.001)	3.0±0.47	(<.001)
	Not satisfied ^c	16(4.4)	4.6±0.70	a>b, c	2.2±0.60	b, c>a	3.3±0.49	b, c>a
Arbeit	Yes	105(28.9)	5.1±0.62	0.78	1.9±0.48	0.46(.648)	2.7±0.66	-0.78
	No	258(71.1)	5.0±0.70	(.434)	1.8±0.48		2.7±0.67	(.436)
Grades(average)	3.5~4.5	216(59.5)	5.1±0.63	2.69	1.8±0.46	-1.90	2.6±0.67	-3.17
	<3.5	147(40.5)	4.9±0.72	(.008)	1.9±0.50	(.058)	2.8±0.65	(.002)
Desired career after graduation	Hospital	317(87.3)	5.0±0.68	0.35	1.8±0.48	-1.00	2.7±0.68	-2.57
	Others [‡]	46(12.7)	5.0±0.63	(.732)	1.9±0.50	(.320)	2.9±0.58	(.012)

[†] For employment, recommendation of others, consideration of grade; [‡] Graduate school, school health teacher, Nursing public servant, other.

$p=.012$)에 따라 유의한 차이가 있었다. 3학년이 2학년보다 소진정도가 높았으며 자신의 의지로 학과를 선택한 대상자 군이 자신의 의지 이외의 다른 이유로 학과 선택을 한 대상자 군보다 소진 정도가 낮았다. 전공에 만족하다고 응답한 대상자 군이 만족도가 보통 이하인 대상자 군보다 소진 정도가 낮게 나타났으며, 평균성적 3.5 이상 4.5 이하에 속하는 대상자 군이 평균성적 3.5 미만에 속하는 대상자 군보다 소진 정도가 낮았다. 또한 졸업 후 첫 희망진로를 병원취업이라고 응답한 대상자 군의 소진 정도가 대학원 진학, 보건교사, 간호직 공무원 등이라고 응답한 대상자 군보다 낮게 나타났다.

3. 감성지능, 스트레스 및 소진 정도

연구대상자의 감성지능, 스트레스 및 소진의 정도는 Table 2와 같다. 연구대상자의 감성지능은 1~7점 범위에서 평균 5.0±0.67점이었으며 하위영역에서 자기감성인식의 정도가

가장 높게 나타났으며(평균 5.3±0.95점), 다음으로 타인감성 인식(평균 5.2±0.83점), 감성활용(평균 5.0±0.92점), 감성 조절(평균 4.6±1.08점) 순으로 나타났다. 연구대상자의 스트레스 정도는 0~4점 범위에서 평균 1.8±0.48점이었으며 연구대상자의 소진은 0~6점 범위에서 평균 2.7±0.67점이었으며 하위영역별로 정서적 고갈(평균 3.2±0.97점)이 가장 높게 나타났다. 다음으로 개인성취감 저하(평균 2.4±0.65점), 비인격화(평균 2.3±0.92점) 순이었다.

4. 감성지능, 스트레스 및 소진 간의 상관관계

감성지능, 스트레스 및 소진 간의 상관관계는 Table 3과 같다. 소진은 스트레스와 유의한 정(+)의 상관관계($r=.594, p<.001$)를 나타냈으며, 감성지능과는 유의한 부(-)의 상관관계($r=-.419, p<.001$)를 보였다. 감성지능은 스트레스와 유의한 부(-)의 상관관계($r=-.471, p<.001$)를 나타내었다.

Table 2. Descriptive Statistics of Emotional Intelligence, Stress and Burnout

(N=363)

Variables	M±SD	Min	Max	Range
Emotional intelligence	5.0±0.67	2.9	7.0	1~7
Self-emotional appraisal	5.3±0.95	2.3	7.0	1~7
Other's emotional appraisal	5.2±0.83	2.5	7.0	1~7
Use of emotion	5.0±0.92	2.0	7.0	1~7
Regulation of emotion	4.6±1.08	1.0	7.0	1~7
Stress	1.8±0.48	0.3	3.5	0~4
Burnout	2.7±0.67	0.6	4.7	0~6
Emotional exhaustion	3.2±0.97	0.1	5.8	0~6
Reduced personal accomplishment	2.4±0.65	0.4	3.9	0~6
Depersonalization	2.3±0.92	0.0	4.4	0~6

Table 3. Correlations among Emotional Intelligence, Stress and Burnout (N=363)

Variables	Emotional Intelligence	Stress
	r (p)	r (p)
Stress	-.471 (<.001)	
Burnout	-.419 (<.001)	.594 (<.001)

5. 감성지능과 소진 간에 스트레스의 매개효과

감성지능과 소진 간의 관계에서 스트레스의 매개효과를 파악하기 위한 분석 결과는 Table 4와 같다. 소진에 대하여 유의한 차이를 보인 일반적 특성 변수들(학년, 간호학과 지원동기, 전공만족도, 성적, 졸업 후 진로)을 통제변수로 하여 회귀분석을 실시하였으며 명목변수들은 가변수(dummy variable)로 처리(간호학과 지원동기, 성적, 졸업 후 진로)하였다. 전공만족도는 원자료에 5점 척도이므로 가변수로 처리하지 않았다. 독립변수에 대한 회귀분석의 가정을 검증하기 위하여 잔차의 등분산성, 정규분포성, 다중공선성을 진단 분석한 결과, Durbin-Watson의 통계량은 1.837~1.851로 나타나 2에 근접하므로 모형의 오차항 간에 자기상관성이 없는 것으로 확인되었으며 회귀모형에 포함된 모든 변수의 분산팽창인자 VIF는 1.050~1.242로 나타나 기준치 10 이하이므로 다중공선성의 문제가 없었다.

감성지능과 소진과의 관계에서 스트레스의 매개효과를 검증하기 위한 분석 결과 1단계에서 독립변수인 감성지능이 매개변수인 스트레스에 미치는 영향을 회귀분석하였다. 회귀모형은 유의하였으며($F=30.87, p<.001$), 감성지능은 스트레스에 부(-)의 유의미한 관계를 나타내었다($\beta=-.412, p<.001$). 2단계에서 회귀모형은 유의하였으며($F=24.26, p<.001$), 독

립변수인 감성지능은 종속변수인 소진에 대하여 부(-)의 유의미한 관계를 나타내었다($\beta=-.341, p<.001$). 마지막으로 3단계에서 독립변수인 감성지능과 매개변수인 스트레스를 동시에 회귀모형에 투입하였을 때, 회귀모형은 유의하였다($F=40.77, p<.001$). 매개변수인 스트레스는 소진에 통계적으로 유의미한 영향력을 나타내었고($\beta=.457, p<.001$), 독립변수인 감성지능은 소진에 대하여 통계적으로 유의하였으나 두 번째 단계에서 보다 영향력이 감소하였으며($\beta=-.151, p=.001$), 모델설명력은 두 번째 단계에서의 모델설명력보다 15.7% 증가한 43.5%였다. 스트레스는 감성지능이 소진에 미치는 영향력이 있어서 부분매개 효과를 가지고 있는 것으로 분석되었다. 따라서, Sobel test를 통하여 모형에서 나타난 부분 매개 효과의 유의성을 검증하였다. 독립변수인 감성지능이 매개변수인 스트레스로 가는 경로를 a, 매개변수인 스트레스가 종속변수인 소진으로 가는 경로를 b라고 할 때 그 경로 a, b가 유의미한지 Sobel 검증결과 스트레스가 감성지능과 소진을 매개하는 것으로 확인되었다($Zab=-7.08, p<.001$).

논 의

본 연구는 간호대학생의 감성지능, 스트레스 및 소진의 정도와 이들 간의 영향 관계를 파악함으로써 간호대학생의 소진을 감소시키기 위한 방안을 마련하는 기초자료를 제공하고자 수행되었다.

본 연구대상자의 감성지능 정도는 1~7점 척도에 평균 5.0점으로 나타나 감성지능의 정도가 중등도를 상회하였다. 이 결과는 국내 간호대학생을 대상으로 동일한 도구를 사용한 많은 연구들에서 간호대학생들이 중등도 이상의 감성지능 정도를 보인 결과들(Jeong, 2013; Song & Chae, 2014)과 유사하

Table 4. Mediating Effect of Stress on the Relationship between Emotional Intelligence and Burnout

(N=363)

Steps	Direction		β (p)	t	Adj.R ²	F (p)	Sobel test statistics Zab (p)
Step 1	Emotional intelligence → Stress		-.412 (< .001)	-8.56	.248	30.87 (< .001)	
Step 2	Emotional intelligence → Burnout		-.341 (< .001)	-7.20	.278	24.26 (< .001)	
Step 3	Emotional intelligence → Burnout		-.151 (.001)	-3.29	.435	40.77 (< .001)	-7.08 (< .001)
	Stress → Burnout		.457 (< .001)	9.98			

였으며, 동일한 도구를 사용하지는 않았지만 국외의 연구들 (Beauvais, Brady, O'Shea, & Griffin, 2011; Por, Barriball, Fitzpatrick, & Robert, 2011)에서 보고된 간호대학생의 감성지능정도 보다는 낮은 수준이었다. 국내의 경우 본 연구와 선행연구들에서 보고된 간호대학생들의 감성지능이 중등도 이상으로 나타난 것은 간호학이 자신과 타인의 이해를 바탕으로 하는 학문이기 때문에 간호학 교과과정을 학습하는 과정을 통해 간호대학생의 감성지능이 높아진 결과라고 할 수 있다 (Shin, 2012). 또한 국외의 연구결과와 차이가 있는 점은 문화나 측정도구의 차이로 인한 것이라 사료된다. 추후 심층적 연구를 통하여 간호대학생의 감성지능 수준 및 감성지능에 영향을 미치는 요인, 우리나라 간호대학생과 국외 간호대학생들의 감성지능 수준을 비교해 볼 필요가 있겠다.

감성지능의 하위영역에서 간호대학생들은 자기감성이해와 타인감성이해에 비해 감성의 활용과 조절이 낮은 것으로 나타났다 (Shin (2012) 및 Lee와 Gu (2013)의 연구결과를 지지하였다. 이는 간호대학생이 감성지능 영역에서 감성활용과 조절하는 능력이 부족함을 의미한다. Lee와 Gu (2013)의 연구에서 감성활용과 감성조절이 감성지능의 다른 영역에 비해 간호대학생의 임상수행능력과 더 높은 정(+의 상관관계를 보인 점을 고려할 때 미래에 간호사가 될 간호대학생의 간호진문직에서의 적응 및 역할 수행을 위해 감성지능향상 프로그램 개발 및 적용 시에 감성활용과 조절에 집중할 필요가 있음을 시사한다.

스트레스 정도는 0~4점 척도에 평균 1.8점으로 중등도 이하로 나타났다. 이 결과는 간호대학생을 대상으로 동일한 도구를 사용하여 스트레스 정도를 측정한 연구결과(Song & Chae, 2014)와 유사하다. 또한, 간호대학생과 일반여자대학생의 스트레스 정도를 비교한 연구(Lim, Kwon, Jeong, & Han, 2010)에서 간호대학생은 다른 전공과 달리 임상실습과 수업에 대한 부담으로 많은 스트레스를 인지하는 것으로 기대했으나 간호대학생들의 스트레스 정도가 일반여자대학생들의 스

트레스 정도보다 더 낮게 나타났다. 이는 간호대학생들이 교육과정을 통해 일반 여자대학생에 비해 다양한 스트레스 대처 방법을 학습함으로써 보다 나은 스트레스 대처를 하기 때문이라고 사료된다. 또한 간호대학생의 대다수가 졸업과 동시에 취업이 되는 반면, 일반대학생은 최근 계속되는 취업난으로 인해 졸업 후 진로와 취업에 대한 불안으로 대학 재학 중 스트레스가 많은 것으로 판단된다(Lim, Kwon, Jeong, & Han, 2010)

본 연구대상자의 소진정도는 0~6점 척도에 평균 2.7점으로 나타나 중등도 이하의 소진 정도를 보였으며, 동일한 도구를 사용하여 일반 남녀대학생을 대상으로 소진정도를 측정한 연구결과(Im & Hong, 2012)와 유사하다. 이는 간호대학생의 소진 정도가 타 전공 일반대학생 보다 비교적 높을 것으로 예측한 것과 다른 결과이며, 간호대학생은 간호학 교과과정을 학습하는 과정에서 스트레스 정도와 소진을 감소시킬 수 있는 감성지능이 향상된 결과라고 사료된다. 또한 본 연구대상자의 감성지능 수준이 중등도를 상회한 점과 스트레스 정도가 중등도 이하로 나타난 점을 반영한 결과라고 할 수 있다.

간호대학생의 소진은 감성지능 및 스트레스와 유의한 상관관계를 보였다. 소진과 감성지능은 부(-)의 상관관계를 보여 감성지능이 높을수록 소진정도가 낮은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 국내의 연구 중 간호대학생을 대상으로 감성지능과 소진과의 관계를 살펴본 선행연구가 없어 직접적인 비교가 어렵지만 유사연구로 간호사 대상 연구(Ahn et al., 2011), 사회복지사 대상 연구(Oh & Ha, 2014), 심리치료사 대상 연구(Seo, 2014) 등의 선행연구에서의 결과와 일치하였다. 이는 감성지능이 높은 사람일수록 스트레스 상황을 스트레스 요소로 간주하기 보다는 도전할 만한 요소로 간주하고, 스트레스를 주는 사건들로부터 자신을 분리시키고 적절한 감정규제를 통하여 부정적인 감정반응에 빠져들거나 도취되는 것으로부터 자신을 보호할 수 있기 때문에 상대적으로 소진을 덜 경험한다(Slaski & Cartwright, 2003)고 사료된다.

소진이 스트레스와 유의한 정(+)의 상관관계를 나타낸 것은 직무 스트레스가 높을수록 소진의 정도가 높다는 기존의 소진 관련 선행연구들의 결과(Lee, 2011; Seo, 2014)와 일치한다. 일반적으로 소진 관련 연구에서 소진의 가장 대표적인 예측변수는 직무 스트레스로서 직무 스트레스는 정서적 피로를 누적시키며 업무에 대한 자신감의 결여를 가져오고, 업무에 냉담해지면서 소진을 경험하게 한다고 하였다(Seo, 2014). 또한 You (2015)의 연구에서 학생이 학업 스트레스가 과중하다고 지각할수록 소진의 정도가 높게 나타났다. 특히, 간호대학생은 일반 대학생이 수행하는 학업뿐만 아니라 간호현장에서의 직무 관련 실습으로부터의 스트레스가 가중되는데, 이로 인한 지각된 스트레스가 높을수록 정서적 고갈, 냉소적 태도, 학업에 대한 자신감 상실과 같은 소진의 경험정도가 높아진다고 할 수 있겠다.

감성지능은 스트레스와 유의한 부(-)의 상관관계를 나타내었다. 이는 감성지능이 높을수록 지각된 스트레스가 낮음을 의미하며 감성지능과 스트레스의 관계를 분석한 기존의 선행연구결과(Song & Chae, 2014; Por et al., 2011)와 일치한다. 감성지능은 인간이 가지고 있는 심리적 성향 중 긍정적 감정 성향으로 자신과 타인의 감성을 이해하고 감성을 조절하고 감성을 효율적으로 활용할 수 있는 능력으로 스트레스 수준을 감소시키며 훈련이나 교육을 통해 향상 될 수 있다고 하였다(Song & Chae, 2014). 따라서, 간호대학생의 스트레스 감소를 위해서는 스트레스 상황에서 긍정적인 감정을 활용하여 스트레스에 효율적으로 대처할 수 있는(Lee & Gu, 2013; Park et al., 2014) 감성지능 증진방안이 요구된다. 최근 간호대학생을 위한 감성지능 향상 프로그램 개발 효과 검증에 관한 연구(Lee & Gu, 2014)에서 감성지능 향상 프로그램을 적용한 군에서의 감성지능이 대조군보다 유의하게 감성지능이 증가한 점을 볼 때 간호대학의 교과과정에 감성지능을 향상시킬 수 있는 교과과정이 구축되어야 한다고 사료된다.

끝으로 감성지능과 소진과의 관계에서 스트레스의 매개효과를 검증하기 위해 실시된 회귀분석에서, 간호대학생들의 감성지능과 소진 간에 스트레스의 부분매개효과가 나타났다. 본 연구의 결과는 감성지능의 수준이 높으면 스트레스를 감소시켜 소진의 정도를 감소시킨다는 Seo (2014)의 연구결과를 지지하였으며, 간호대학생의 감성지능이 소진에 직접적으로 영향을 미치지 보다는 지각된 스트레스를 통해 이루어진다는 것을 확인할 수 있었다. 즉 감성지능이 높은 간호대학생은 이론과 실습을 병행하는 가중된 스트레스 상황이 주어지더라도 그러한 상황에 대해 긍정적으로 평가하여 지각된 스트레스를 감

소시키고 그 결과로 심리적 소진을 줄여줄 수 있음을 보여주었다. 이러한 결과는 간호대학생의 스트레스 및 소진감소를 위한 방안으로서 간호대학생의 감성지능 증진에 초점을 둔 교육 방안이 필요하다는 것을 시사한다.

결론

본 연구는 간호대학생의 감성지능과 소진과의 관계에서 스트레스의 매개효과를 검증하는 서술적 조사이며, 이를 바탕으로 간호대학생의 소진 예방을 위한 방안을 모색하고자 시행되었다.

연구결과 간호대학생의 감성지능과 소진과의 관계에서 스트레스가 부분매개역할을 하는 것으로 나타났으며, 간호대학생의 감성지능 향상이 그들의 스트레스와 소진을 감소시키는데 중요한 요인임을 확인할 수 있었다. 따라서 간호대학생의 스트레스 및 소진 감소를 위한 방안으로 감성지능을 향상시킬 수 있는 프로그램을 개발하여 활용하는 교과과정을 운영하고, 간호대학생 개인별로 감성지능의 하위영역에서 부족한 부분을 파악하여 향상시킬 수 있는 개인별 맞춤형의 체계화된 교육 프로그램 구축이 필요하다.

본 연구는 일개 대학의 간호대학생을 대상으로 시행되어 연구결과를 일반화하는데 한계가 있으나, 간호대학생의 감성지능이 스트레스와 소진에 영향을 주는 중요한 요인임을 규명하였으며, 간호대학생의 소진 예방 방안으로서 감성지능에 대한 수준향상이 중요한 하나의 방안임을 제시한 데 의의가 있다고 하겠다.

본 연구결과를 바탕으로 다음과 같은 제언을 하고자한다.

첫째, 본 연구의 결과를 일반화하기 위해서는 무작위로 추출된 전국 규모의 연구조사가 필요하다.

둘째, 간호대학생을 대상으로 한 소진에 관한 연구가 거의 없는 실정이므로 본 연구에 대한 반복연구가 필요하다.

셋째, 본 연구에서는 간호대학생의 소진과 관련된 요인으로 감성지능과 스트레스에만 초점을 맞추어 개인의 다양한 심리적 요인과 환경적 요인을 살펴보지 못했으므로 추후 연구에서는 간호대학생의 소진과 관련된 다양한 변인에 대한 연구의 필요성이 제기된다.

넷째, 간호대학생의 소진예방을 위한 맞춤형 중재 방안의 기초자료를 제공하기 위하여 감성지능과 소진의 하위영역 별 관계를 확인하는 연구를 제언한다.

다섯째, 감성지능수준 향상을 위한 프로그램 구축과 그 효과를 검증하는 연구가 요구된다.

REFERENCES

- Ahn, S. A., Yea, C. J., & Yeum, D. M. (2011). The impact of nurses' job demands, job resources, emotional labor and emotional intelligence on burnout. *Social Science Research Review, 27*(4), 25-43.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*(6), 1173-1182.
- Beauvais, A. M., Brady, N., O'Shea, E. R., & Griffin, M. T. (2011). Emotional intelligence and nursing performance among nursing students. *Nurse Education Today, 31*(4), 396-401.
- Cho, H. S. (2009). Relationship of stress, depression and suicidal tendencies in nursing students. *Korean Parent-Child Health Journal, 12*(1), 3-14.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior, 24*(4), 385-396.
- Im, C. H., & Hong, Y. K. (2012). The mediating role of affectivity in the relationship between humor and burnout. *Journal of Korean Academy of Human Resource Management, 19*(2), 103-122.
- Jeong, G. S. (2013). Relationship between nursing student's emotional intelligence, self-efficacy, ego-resiliency and the stress on clinical practices. *Korean Journal of Care Management, 10*, 165-183.
- Jung, H. Y. (2006). *Effectiveness of emotional leadership and emotional intelligence of foodservice employees on organizational performance in contracted foodservice management company*. Unpublished doctoral dissertation, Yonsei University, Seoul.
- Kang, S. H., & Ra, D. S. (2013). A study on the mediating effects of depression between senior student's university life stress and suicidal ideation. *Korean Journal of Youth Studies, 29*(4), 49-71.
- Kim, K. H., Kwon, H. J., & Yeoum, S. G. (1997). A study exhaustion experiences in adolescents; samples of 12th grade examinees. *Journal of the Korean Society of School Health, 10*(2), 241-257.
- Lee, N. H. (2011). *A study on the relationship between burnout, job stress, and self-efficacy in psychiatric nurses*. Unpublished master's thesis, Ewha Womens' University, Seoul.
- Lee, O. S., & Gu, M. O. (2013). The relationship between emotional intelligence and communication skill, clinical competence & clinical practice stress in nursing students. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society, 14*(6), 2749-2759.
- Lee, O. S., & Gu, M. O. (2014). Development and effects of emotional intelligence program for undergraduate nursing students: Mixed methods research. *Journal of Korean Academy of Nursing, 44*(6), 682-696.
- Lim, S. Y., Kwon, K. M., Jeong, Y. K., & Han, K. S. (2010). Comparison to stress, depression and self-efficacy between nursing student and the other major university women student. *Korean Journal of Stress Research, 18*(2), 119-124.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour, 2*, 99-113.
- Oh, E. S., & Ha, J. (2014). The effects of social worker's emotional intelligence and personality on psychological burnout. *Journal of Social Sciences, 29*(1), 213-229.
- Oh, H. K., & Han, Y. I. (2011). Effects of simulation-based training on stress and self-efficacy in nursing students. *Journal of the Korean Society of School Health, 24*(1), 33-40.
- Oh, H. S., & Koh, C. K. (2014). The mediating effect of mindfulness in the relationship between emotional intelligence and stress among clinical nurses. *Korean Journal of Stress Research, 22*(3), 139-146.
- Park, H. S., Ha, J. H., Lee, M. H., & Lee, H. J. (2014). The relationship between emotional intelligence and stress coping of nurses. *Journal of Korean Academy of Fundamental Nursing, 21*(4), 466-474.
- Park, J. O., & Seo, Y. S. (2010). Validation of the perceived stress scale on samples of Korean university students. *Korean Journal of Psychology, 29*(3), 611-629.
- Por, J., Barriball, L., Fitzpatrick, J., & Roberts, J. (2011). Emotional intelligence: Its relationship to stress, coping, well-being and professional performance in nursing students. *Nurse Education Today, 31*(8), 855-860.
- Seo, J. H. (2014). Relationships of psychotherapist's emotional intelligence, job stress and burnout. *Journal of Rehabilitation Psychology, 21*(2), 233-250.
- Shin, E. J. (2012). *Emotional intelligence, ego resilience, stress in clinical practice of nursing*. Unpublished master's thesis, Keimyung University, Daegu.
- Slaski, M., & Cartwright, S. (2003). Emotional intelligence training and its implications for stress, health and performance. *Stress and Health, 19*(4), 233-239.
- Song, J. E., & Chae, H. J. (2014). Differences in stress and stress coping strategies according to emotional intelligence in nursing students. *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education, 20*(4), 502-512.
- Wong, C., & Law, K. (2002). The effects of leader and follower emotional intelligence on performance and attitude: An exploratory study. *The Leadership Quarterly, 13*(3), 243-274.
- You, J. W. (2015). Moderating effects of academic emotions on emotional academic burnout and persistence in e-learning. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction, 15*(9), 389-413.