

## 간호대학생의 학업소진 영향요인

여 현 주\*

대구과학대학교 간호학과 조교수

## Factors Influencing Academic Burnout in Nursing Students

Hyun Ju Yeo\*

Assistant Professor, Department of Nursing, Taegu Science University, Daegu 41453, Korea

### [요 약]

본 연구는 간호대학생의 학업소진에 영향을 미치는 학업스트레스, 정서표현, 사회적 지지, 전공만족도의 효과를 확인하고자 실시되었다. 연구대상은 K지역 대학교 간호학과 재학생 202명으로, 2024년 10월 28일부터 11월 14일까지 구조화된 설문지를 통해 자료를 수집하였다. 수집된 자료는 SPSS 25.0을 활용하여 기술통계, t-검정, 분산분석, 상관관계, 다중회귀분석으로 분석하였다. 그 결과, 학업소진은 학업스트레스와 양의 상관( $r=.606, p<.001$ )를 보였으며, 정서표현( $r=-.348, p<.001$ )과 사회적 지지( $r=-.256, p=.010$ )와는 음의 상관관계를 나타냈다. 간호대학생의 학업소진에 유의한 영향을 미친 변수는 학업스트레스( $\beta=.482, p<.001$ ), 정서표현( $\beta=.282, p=.004$ ), 전공만족도 중 매우 불만족( $\beta=.194, p=.010$ ), 불만족( $\beta=.214, p=.004$ ), 만족( $\beta=-.160, p=.040$ )이었으며, 이들 변수에 의한 간호대학생의 학업소진 설명력은 51.7%였다. 간호대학생의 학업소진 완화를 위해서는 스트레스 관리, 정서표현 증진 및 전공만족도 향상을 위한 중재가 필요하다.

### [Abstract]

This study examined the effects of academic stress, emotional expression, social support, and major satisfaction on academic burnout among nursing students. The participants were 202 students from a university in the K region. Data were collected from October 28 to November 14, 2024, using a structured questionnaire. Data were analyzed in SPSS 25.0 using descriptive statistics, t-tests, analysis of variance, Pearson's correlation, and multiple regression analysis. Academic burnout was positively correlated with academic stress ( $r=.606, p<.001$ ) and negatively correlated with emotional expression ( $r=-.348, p<.001$ ) and social support ( $r=-.256, p=.010$ ). Significant predictors of academic burnout were academic stress ( $\beta=.482, p<.001$ ), emotional expression ( $\beta=.282, p=.004$ ), and major satisfaction—specifically, very dissatisfied ( $\beta=.194, p=.010$ ), dissatisfied ( $\beta=.214, p=.004$ ), and satisfied ( $\beta=-.160, p=.040$ ). These variables explained 51.7% of the variance in academic burnout. To reduce academic burnout among nursing students, interventions should focus on stress management, enhancement of emotional expression, and improvement of major satisfaction.

**색인어** : 간호대학생, 학업소진, 학업스트레스, 정서표현, 전공만족도

**Keyword** : Nursing Students, Academic Burnout, Academic Stress, Emotional Expression, Major Satisfaction

<http://dx.doi.org/10.9728/dcs.2025.26.10.2933>



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.

Received 30 August 2025; Revised 23 September 2025

Accepted 10 October 2025

\*Corresponding Author; Hyun Ju Yeo

Tel: +82-53-320-1756

E-mail: dellia99@naver.com

## I. 서론

현대 보건의료 환경은 고령화, 만성질환과 정신건강 문제의 증가, 디지털 헬스케어의 발전 등으로 급속히 변화하고 있다[1],[2]. 이러한 변화는 간호사의 역할을 환자 돌봄 중심에서 벗어나 임상 의사결정, 건강증진, 지역사회 보건관리, 공중보건 정책 참여 등으로 확장시키고 있다[3],[4]. 국내에서는 치매국가책임제 시행과 함께 간호사가 치매 조기선별과 가족교육 및 돌봄 연계에 주도적으로 참여하고 있으며[5], 지역사회 방문간호 사업과 노인장기요양보험제도에서의 가정간호서비스 제공자로서 간호사 역할이 강조되고 있다[6]. 국제적으로도 간호사는 Chronic Care Model이나 Primary Health Care Team과 같은 통합적 관리 체계에서 핵심적 역할을 수행하며, 만성질환 관리와 인구집단 건강 증진에 기여하고 있다[7]. 이러한 변화는 간호사의 전문성과 핵심역량 강화를 요구하며, 간호교육 역시 이에 부응해 변화를 지속하고 있다[3],[4].

간호교육 또한 이에 부응하여 기존의 지식 전달 중심에서 벗어나 비판적 사고, 문제 해결능력, 임상 실무능력, 그리고 자기관리 역량을 함양하는 방향으로 변화하고 있다[8]. 특히, 근거기반 실무와 융합 교육, 시뮬레이션 기반 학습, 디지털 헬스 기술 활용 등이 교육 현장에 도입되며 학생들의 학습 환경과 방식에 큰 영향을 미치고 있다[9]. 이러한 변화는 학생들의 역량을 강화시키는 긍정적 효과를 기대할 수 있으나, 동시에 학업 부담 증가와 심리적 스트레스, 소진 위험을 높이는 부정적 영향도 동반한다는 연구 결과가 보고되고 있다[10],[11].

학업소진은 과도한 학업 부담과 지속적인 스트레스가 장기간 누적되어 발생하는 정서적·심리적 탈진 상태로, 무기력감, 피로감, 냉소적 태도, 자기효능감 저하 등을 특징으로 하며, 학습 동기와 성취를 저해할 뿐 아니라 우울, 불안, 학업 중단, 간호직 이탈 등의 부정적 결과를 초래한다[12]. 특히 이론·실습 병행, 국가시험 준비, 임상현장 적응 등 복합적인 학업 요구에 직면하여 일반 대학생보다 학업소진의 위험이 높다고 보고된다[13]. 이러한 문제는 학생들의 정신 건강 문제로 이어질 수 있으며, 우울증, 불안, 심한 경우 학업 중단이나 간호직 포기의 원인이 되기도 한다[13]. 이는 개인 차원을 넘어 간호인력 부족과 직무 소진 문제로 확산될 수 있어 간호 교육 현장에서 매우 심각하게 다루어져야 한다. Maslach과 Leiter[14]의 소진 이론에 따르면, 소진은 단순히 과도한 스트레스의 결과가 아니라, 개인의 자원과 환경적 요구 간의 불균형에서 비롯되는 심리·사회적 현상이다. 본 연구는 이러한 이론적 배경에 근거하여 간호대학생의 개인적, 환경적 특성을 고려한 학업소진 예측 요인을 규명하고, 예방과 완화를 위한 실질적 근거를 마련하고자 하였다.

학업스트레스는 학생이 학업 및 관련 환경에서 경험하는 부정적 심리 상태로[15] 간호대학생은 높은 학업 부담뿐 아니라 임상 현장에서 실제 환자와 마주하면서 심리적 압박을

경험한다. 이러한 경험은 단순한 지식 습득을 넘어 생명과 직결된 상황에서의 신속한 판단과 책임감을 요구하기 때문에 정서적 스트레스를 가중시킨다[10]. 또한 간호대학생은 국가고시, 임상실습, 팀 프로젝트 등 다양한 평가 방식에 노출되며, 이로 인해 학업스트레스가 누적된다. 높은 학업스트레스는 학업소진의 주요 위험요인으로 보고되고 있으며, 이 관계를 이해하는 것은 학업소진 완화 전략을 마련하는 데 중요하다[16].

정서표현이란 표출된 정서와 관련된 모든 언어적·비언어적 행동으로부터 판단되는 정서반응과 자신을 통제하거나 억제하지 않는 정서표현을 의미한다[17],[18]. 정서를 분명히 인식하고 적절하게 표현하는 사람일수록 대인문제 상황을 긍정적으로 해결하고, 개인의 사회생활과 대인관계를 형성하고 유지하는 데에도 유능한 성과를 나타낸다[19]. 정서는 행동을 조절하며, 학습과정에서 계속되는 평가와 결과에 영향을 받는 과정에서 유발된다. 인지와 정서는 서로 상호의존하며 이성적 사고와 학습이 이루어지는데 정서의 역할의 중요함이 강조되고 있다. 대학생의 학습동기 유발과 확장을 위해 학습자가 경험하는 학습정서를 충분히 표현할 때 학습성취에 긍정적인 영향력을 발휘하는 것으로 나타났다[20]. 따라서 간호대학생의 정서표현이 학업소진을 예방하기 위한 예측변인으로 작용할 수 있는지 확인해볼 필요가 있다.

사회적 지지는 개인이 받는 보살핌과 소속감을 의미하며, 스트레스 반응을 완화하는 중요한 요인으로 알려져 있다[21]. 선행 연구들은 높은 사회적 지지가 학업스트레스를 낮추고 대학생활 적응을 향상시키는 데 기여한다고 보고하였으나[22],[23], 간호대학생 학업소진과의 관련성에 대한 연구는 제한적이다. 이에 사회적 지지가 간호대학생의 학업소진 완화에 어떠한 역할을 하는지 규명할 필요가 있다.

따라서 본 연구는 급변하는 사회적 환경 및 간호교육 환경에서 간호대학생들이 경험하는 학업소진의 정도를 파악하고, 개인적 자원과 환경적 특성을 고려한 제 변수 간 상관관계를 확인하여 학업스트레스, 정서표현, 사회적 지지가 학업소진에 미치는 영향을 규명하는 것을 목적으로 한다. 이를 통해 간호대학생의 정서적 건강 증진과 학업소진 완화를 위한 실질적이고 효과적인 중재 방안을 제시할 수 있을 것이다.

## II. 연구방법

### 2-1 연구설계

본 연구는 간호대학생의 학업스트레스, 정서표현, 사회적 지지가 학업소진에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2-2 연구대상 및 자료수집방법

본 연구의 대상자는 K지역에 소재한 대학의 간호학과 재학

생으로 2024년 10월 28일에서 2024년 11월 14일까지 편의 표집 하였다. 연구의 목적과 방법, 비밀보장에 대한 설명을 이해하고 연구 참여에 자발적으로 동의한 203명을 대상으로 선정하였으며, 표본의 크기는 G\*Power 3.1.9.7 프로그램을 이용하여 산출하였다. 다중회귀분석에 대한 효과크기 .15, 유의수준 .05, 검정력 .95 예측요인 10개로 선정한 결과, 최소 표본크기는 183명이었고 탈락률을 고려하여 203명을 목표 대상으로 설정하였다. 최종 수거된 202건을 최종 자료 분석에 이용하였다.

## 2-3 연구도구

### 1) 학업스트레스

학업스트레스는 Kang[24]가 개발한 척도로 측정하였다. 이 도구는 기대 5문항, 내면 5문항, 표출 4문항 총 14문항으로 구성되었으며, Likert 5점 척도로 점수가 높을수록 학업스트레스 수준이 높은 것을 의미한다. 개발당시 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .80이었고, 본 연구에서는 .89였다.

### 2) 정서표현

정서표현은 Kring과 Smith 및 Neale[25]의 정서표현성 척도(Emotional Expressivity Scale, EES)를 Hahn[26]이 번안한 척도로 측정하였다. 이 도구는 '본인이 지각하는 정서표현의 정도(예; 나는 감정을 잘 표현하지 않는다)'와 이에 대한 '타인의 평가 지각(예; 다른 사람들이 나의 감정을 읽을 수 있다)'문항 총 17문항 중 2, 3, 4, 7, 9, 10, 11, 12, 15, 16, 17문항은 역문항으로 구성되었으며, Likert 5점 척도로 점수가 높을수록 정서표현 정도가 높은 것을 의미한다. Hahn[26]의 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach'  $\alpha$ 는 .89였고, 본 연구에서 Cronbach'  $\alpha$ =.89였다.

### 3) 사회적 지지

사회적 지지는 Zimet 등[27]이 개발한 Multidimensional Scale Perceived Social Support (MSPSS)를 Shin 등[28]이 번안한 척도로 측정하였다. 이 도구는 가족의 지지 4문항, 친구의 지지 4문항, 의미 있는 타인의 지지 4문항, 총 12문항으로 구성되었으며, Likert 5점 척도로 점수가 높을수록 사회적 지지의 정도가 높은 것을 의미한다. Shin 등[28] 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .89이었고, 본 연구에서는 .90이었다.

### 4) 학업소진

학업소진은 Lee 등[29]이 개발한 척도로 측정하였다. 이 도구는 탈진(예; 나는 학교 수업이 끝나고 집에 돌아오면 완전히 지친다), 냉담(예; 나는 공부의 중요성이 의심스럽다), 무능감(예; 나는 공부하면서 생기는 문제를 효과적으로 해결할 수 있다)문항, 총 15문항으로 구성되었으며, Likert 5점 척도로 점수가 높을수록 학업소진의 정도가 높은 것을 의미한다. Bang[30]의 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .87이었고, 본 연구에서는 .89였다.

## 2-4 자료분석방법

수집된 자료는 IBM SPSS Statistics 으로 분석하였다. 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율을 구하였고, 대상자의 일반적 특성에 따른 학업소진의 정도는 t-test와 ANOVA로 분석한 후 집단 간 차이는 Scheffé test를 이용하여 분석하였다.

대상자의 학업스트레스, 정서표현, 사회적 지지 및 학업소진 정도는 평균과 표준편차를 구하였고, 이들 간의 관계는 Pearson correlation coefficient로 분석하였다. 대상자의 학업소진에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 다중회귀 분석을 실시하였다.

## 2-5 윤리적 고려

본 연구는 연구대상자가 간호학과 재학생으로 취약집단에 해당함을 인식하고, 연구 전 모든 참여자에게 연구 목적과 절차, 개인정보 보호 및 익명성 보장, 연구 참여에 따른 이익과 위험을 충분히 설명하였다. 연구 참여는 전적으로 자발적 동의를 바탕으로 이루어졌으며, 언제든지 철회할 수 있음을 안내하였다. 연구 참여를 결정한 대상자에게 서면으로 동의를 받았으며, 수집된 자료는 코드화하여 연구 목적으로만 사용하고, 종료 후 폐기하며, 익명성을 유지하였다. 연구 참여에 대한 답례로 소정의 모바일 상품권을 제공하였다.

## III. 연구결과

### 3-1 대상자의 일반적 특성에 따른 학업소진의 차이

대상자의 성별은 여성 156명(77.2%), 남성 46명(22.8%), 학년은 3학년 102명(50.5%), 4학년 100명(49.5%)이었다. 간호학과 지원동기는 '자발적 지원' 82명(40.6%)로 가장 많았고, '높은 취업률'이 78명(38.6%), '주변의 권유로'가 26명(12.8%), '성적에 맞춰서'가 8명(3.9%)순이었다. 전공만족도는 '만족'이 102명(50.4%)으로 가장 많았고, '보통'이 70명(34.7%), '매우만족'이 18명(8.9%), '불만족'이 8명(4.0%), '매우 불만족'이 4명(2.0%) 순으로 나타났다. 학점 평균은 4.5점 만점으로 '3.5점~3.99점'이 64명(31.7%)으로 가장 많았고, '3.00점~3.49점'이 62명(30.7%), '4.00점~4.50점'이 56명(27.7%), '2.5점~2.99점'이 16명(7.9%), '2.5점 미만'이 4명(2.0%) 순으로 나타났다. 학업부담은 '과중한 학업량'이 114명(56.4%)으로 가장 많았고, '학점관리'가 64명(31.7%), '전공과목 난이도' 16명(7.9%), '기타' 8명(4.0%) 순으로 나타났다(표 1).

일반적 특성 중 전공만족도에 따라 학업소진의 유의한 차이를 보였다( $F=8.795, p<.001$ ). 전공만족도에 따른 학업소진의 정도를 사후 검증한 결과, 전공에 '불만족'한 경우가 '보통', '만족', '매우 만족'에 비해 학업소진 정도가 높았다(표 1).

표 1. 대상자의 일반적 특성에 따른 학업소진 차이

Table 1. Difference in the academic burnout according to general characteristics of subjects

(N=202)				
Variables	Category	N(%)	M±SD	t/F (p)
Gender	Female	156(77.2%)	2.60±0.68	-.335 (.965)
	male	46(22.8%)	2.66±0.67	
Grade	Junior	102(50.5%)	2.69±0.72	.755 (.592)
	Senior	100(49.5%)	2.59±0.61	
Motivation for application	voluntary	82(40.6%)	2.57±0.54	1.944 (.109)
	Suggestion from others	26(12.8%)	3.00±0.93	
	According to School records	8(4.0%)	3.06±0.90	
	High employment rate	78(38.6%)	2.53±0.65	
	other	8(3.9%)	2.92±0.58	
Major satisfaction	Very dissatisfied <sup>a</sup>	4(2.0%)	4.43±0.33	8.795 ( $<.001$ ) *b>c, d, e
	Dissatisfied <sup>b</sup>	8(4.0%)	3.31±0.60	
	Neutral <sup>c</sup>	70(34.7%)	2.80±0.56	
	Satisfied <sup>d</sup>	102(50.4%)	2.49±0.60	
	Very satisfied <sup>e</sup>	18(8.9%)	2.22±0.61	
Grade point average	4.00 ~ 4.50	56(27.7%)	2.54±0.59	2.132 (.083)
	3.5 ~ 3.99	64(31.7%)	2.57±0.58	
	3.00 ~ 3.49	62(30.7%)	2.68±0.71	
	2.50 ~ 2.99	16(7.9%)	2.93±0.85	
	<2.5	4(2.0%)	3.77±1.27	
Academic pressure	Grade Management	64(31.7%)	2.48±0.71	1.069 (.366)
	Heavy Study Load	114(56.4%)	2.74±0.64	
	Difficulty of the Major	16(7.9%)	2.69±0.76	
	Others	8(4.0%)	2.52±0.67	

Note. Major satisfaction was dummy-coded, with "Neutral" as the reference group.

3-2 대상자의 학업스트레스, 정서표현, 사회적 지지 및 학업소진 정도

대상자의 학업스트레스 정도는 평균 2.44±0.75점이었으며, 정서표현 정도는 평균 2.89±0.36점이었다. 사회적 지지 정도는 평균 3.78±0.69점이었으며, 학업소진 정도는 평균 2.64±0.67점이었다(표 2).

표 2. 대상자의 학업스트레스, 정서표현, 사회적 지지 및 학업소진의 정도

Table 2. The degree of academic stress, emotional expression, social support and academic burnout of subjects

(N=202)		
Variables	Mean±SD	Range(Min-Max)
Academic Stress	2.44±0.75	14-70
Emotional Expression	2.89±0.36	17-85
Social Support	3.78±0.69	12-60
Academic Burnout	2.64±0.67	15-75

3-3 대상자의 학업스트레스, 정서표현, 사회적 지지, 학업소진 간의 상관관계

대상자의 학업소진과 학업스트레스( $r=.606, p=.000$ )간의

유의한 양의 상관관계가 있었으며, 정서표현( $r=-.348, p<.001$ )과는 음의 상관관계가, 사회적 지지( $r=-.256, p=.010$ )와는 유의한 음의 상관관계가 있었다. 학업스트레스는 정서표현( $r=-.299, p=.002$ )과 유의한 음의 상관관계가 있었고, 사회적 지지( $r=-.394, p<.001$ )와 유의한 음의 상관관계가 있었다. 정서표현은 사회적 지지( $r=.323, p=.001$ )와 유의한 양의 상관관계가 있었다(표 3).

표 3. 대상자의 학업스트레스, 정서표현, 사회적 지지 및 학업소진 간의 관계

Table 3. Correlational relationships among the academic stress, emotional expression, social support and academic burnout of subjects

(N=202)				
Variables	Academic Burnout	Academic Stress	Emotional Expression	Social Support
	r(p)	r(p)	r(p)	r(p)
Academic Burnout	1			
Academic Stress	.606 ( $<.001$ )	1		
Emotional Expression	-.348 ( $<.001$ )	-.299 (.002)	1	
Social Support	-.256 (.010)	-.394 ( $<.001$ )	.323 ( $<.001$ )	1

### 3-4 대상자의 학업소진에 영향을 미치는 요인

대상자의 학업소진에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여, 일반적 특성에 따른 학업소진에서 통계적으로 유의한 차이를 보인 전공만족도를 더미변수로 처리한 1개의 변수와 학업소진과 유의한 상관관계를 보인 학업스트레스, 정서표현 및 사회적 지지 3개의 변수, 총 4개의 변수를 독립변수로 투입하여 다중회귀분석을 실시하였다. 회귀분석을 수행하기 위해서 다중공선성 여부를 확인하였고, 공차한계와 분산팽창지수를 통해 확인하였다.

회귀분석을 수행하기 위해 다중공선성 여부를 확인한 결과 분산팽창계수는 1.054에서 1.341로 10미만이고, 공차(tolerance)한계 0.7에서 0.9로 0.1이상으로 나타나 다중공선성의 문제가 없었다. 오차의 자기상관을 Durbin-Watson 값으로 확인한 결과 2.042로 2에 근접하였다. 따라서 회귀식의 가정을 충족한다고 판단되었다.

대상자의 학업소진에 영향을 미치는 요인은 학업스트레스( $\beta=482, p < .001$ ), 정서표현( $\beta=282, p=.004$ ), 전공 매우 불만족( $\beta=.194, p=.010$ ), 불만족( $\beta=.214, p=.004$ ), 만족( $\beta=-.160, p=.040$ )이었으며, 이들 변수의 설명력은 51.7%였다( $F=16.275, p<.001$ )(Table 4).

표 4. 대상자의 학업소진에 영향을 미치는 요인

Table 4. Predictors of the academic burnout of subjects

(N=202)						
Variables	B	SE	$\beta$	t	p	
(Constant)	-.141	.782		-.180	.858	
Academic Stress	.433	.071	.482	6.116	<.000	
Emotional Expression	.526	.178	.282	2.960	.004	
Social Support	.079	.101	.076	.778	.438	
Major satisfaction	a	.930	.354	.194	2.627	.010
	b	.730	.249	.214	2.935	.004
	c	-.101	.108	.076	-.933	.353
	e	-.373	.179	-.160	-2.083	.040
F(p)	16.275(<.000)					
Adj. $R^2$	.517					
Durbin-Watson	2.042					

## IV. 논 의

본 연구는 간호대학생의 학업스트레스, 정서표현, 사회적 지지, 전공만족도가 학업소진에 미치는 영향을 확인하여, 간호대학생의 학업소진을 예방할 수 있는 중재 프로그램을 제시하고자 시도되었다. 연구결과에 따른 구체적인 논의는 다음과 같다.

대상자의 학업소진 정도는 평균 2.64점으로, 간호대학생을

대상으로 동일한 도구를 사용하여 학업소진을 측정하는 Bang[30]의 연구에서 평균이 2.60점으로 나타나 본 연구와 비슷한 수준이었다.

본 연구에서 간호대학생의 학업소진에 영향을 미치는 변인은 학업스트레스, 정서표현 및 전공만족도였고, 이들 변인들의 학업소진에 대한 설명력은 51.7%로, 비교적 높은 설명력을 보였다.

본 연구에서 학업스트레스는 간호대학생의 학업소진을 가장 강력하게 설명하는 변인으로 나타났다. 이는 Bang[30]의 연구에서 보고된 간호대학생의 학업소진 수준 평균 2.60점과 유사하며, 간호대학생이 과중한 교과과정과 국가시험 준비, 임상실습 및 취업 준비로 인해 일반대학생보다 높은 스트레스에 노출된다는 기존 연구와 맥을 같이한다. 학업스트레스가 높을수록 학업소진이 심화된다는 결과는 학업환경 조절을 통한 소진 예방의 중요성을 강조하며, 교수자가 학년별 학업 부담에 따라 스트레스 요인을 사전에 파악하고 이를 조절하거나 지원할 수 있는 맞춤형 프로그램 개발이 필요함을 시사한다.

본 연구에서 정서표현은 학업소진을 설명하는데 있어서 두 번째로 영향력이 높은 변인이자 학업소진을 낮추는 보호 요인으로 확인되었으며, 간호대학생의 정서표현이 높을수록 학업소진은 낮았다. 임상 간호사를 대상으로 동일한 도구를 사용한 Park[31]의 연구에서는, 정서표현을 잘할수록 부정정서가 억제되어 소진이 낮아지는 것으로 나타났다. 또한, 해당 연구에서 임상 간호사의 정서표현 정도는 3.49점으로 나타났으며, 본 연구 대상자인 간호대학생의 정서표현 정도는 2.89점으로, 임상 간호사가 간호대학생보다 정서표현이 더 높은 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 임상 간호사가 업무와 관련하여 다양한 정서를 자주 표현해야 하는 상황에서 정서표현이 훈련되어졌을 수 있을 것으로[32] 보인다. 한편, Lee 등[20]의 연구에서는 학습 과정에서 학습자가 새로운 지식 습득 과정 중 실패나 실수를 경험하며 심리적 불안감을 느끼게 되는데, 그 과정 내에서 불안감을 자유롭게 표현하고 이를 받아주는 상호작용을 경험하면서 학습에 대한 긍정적 기대, 호기심, 흥미 등이 유발되는 것으로 나타났다. 이렇게 유발된 정서는 학습의 원동력으로 작용하며, 학습 목표 성취를 위한 학습행동을 유지하고 조절한다. 따라서 교수자는 학습자와의 상호작용을 통해 학습자가 경험하는 정서를 충분히 표현할 기회를 제공함으로써 학습과 관련된 부정 정서를 억제하여 학업소진을 예방할 수 있도록 힘써야 할 것이다.

본 연구에서 간호대학생의 학업소진을 설명하는 데 세 번째로 영향력이 큰 요인은 전공만족도였다. 전공만족도가 낮을수록 학업소진 수준이 높게 나타난 본 연구의 결과는, 전공 불만족이 학업소진을 증가시킨다는 선행연구[32]의 결과와 일치한다. Hwang[32]은 전공만족도를 간호학 전공의 사회적 가치와 직업적 전망에 대한 긍정적 태도를 의미하는 '인식 만족'과 전공과정의 내용과 학습경험, 교수-학생 상호작용 등에 대한 만족도를 의미하는 '교과만족'으로 구분하였는데, 간호대학생들은 높은 취업 안정성과 사회적 기대에 힘입어 입

학 초기에는 인식만족 수준이 높지만, 실제로 직면하게 되는 임상실습과 높은 학업 부담은 교과만족을 낮추어 학업소진을 촉진할 수 있음을 보고하였다. 따라서 학업소진 완화를 위해서는 학업 부담 경감뿐 아니라 학생들의 교과만족을 증진할 수 있는 교육적 개입이 필요하다. 특히, 시뮬레이션 기반 교육은 전공 학습의 실제성과 임상 연계성을 강화하여 학생들의 학습동기와 교과만족을 향상시키는 데 효과적이라는 연구 [33]을 고려할 때, 임상현장과 연계된 학습 경험을 확대하고 학습자 중심의 교수-학습 전략을 적극 도입하는 것이 중요하다. 이러한 교육적 접근은 간호대학생의 전공에 대한 긍정적 경험을 강화하고 학업소진 예방에 기여할 것으로 기대된다.

간호대학생의 학업소진을 설명하는데 있어서 세 번째로 영향력이 높은 변인은 전공만족도였는데, 전공만족도가 낮을수록 학업소진이 높게 나타났으며, 이는 전공 불만족이 학업소진을 증가시킨다는 선행연구[32] 결과와 일치한다. 간호대학생은 취업난이 심각한 시대에 높은 취업률 보장하는 간호학과에 진학했다는 사실이 주위의 기대에 부응하는 결과로 간호학 전공에 대한 ‘인식만족’을 높이기도 하나 실제 경험해야 하는 간호학 전공은 쉽지 않은 과정임을 느끼고 있는 학생에게는 전공 ‘교과만족’이 낮아진다는 Hwang[32]의 연구결과와 전공 불만족이 학업소진을 높인다는 본 연구의 결과를 종합해 볼 때, 간호대학생의 전공만족도를 높여 학업소진을 예방하기 위한 지속적인 노력이 필요하다. 전공만족도를 높이는 교수학습 전략으로 시뮬레이션 기반 교육이 효과적이라는 선행연구[33]을 고려할 때, 임상현장과 연계된 학습경험을 제공하여 전공의 의미와 가치에 대한 이해를 높이는 교육적 개입이 필요하다

본 연구에서 간호대학생의 학업소진을 설명하는 데 있어 사회적 지지는 통계적으로 유의하지 않은 변인으로 나타났으며, 이는 Kang 등[34]의 보고와 유사한 결과이다. 그러나 선행연구에서 보고된 사회적 지지의 보호효과가 본 연구에서는 확인되지 않았다는 점은 주목할 필요가 있다. 이러한 차이는 간호교육의 맥락적 특수성에서 기인할 가능성이 높다. 간호학은 국가시험 준비를 중심으로 한 방대한 학습량과 임상실습 부담이 큰 전공으로, 교수-학생 간 상호작용의 기회가 상대적으로 제한되고, 강의와 실습이 주로 지식·술기 전수 중심으로 운영되는 현실이 지속되고 있다. 이러한 교육 환경에서는 학생들이 교수나 또래, 선배로부터 지지를 경험하더라도 그 지지가 학업소진을 완화하는 데 즉각적이거나 직접적인 완충 효과를 발휘하기 어렵다. 한편, Lee 등[35]는 간호대학생의 학업민첩성과 학업소진의 관계를 탐색하면서 교수지원과 친구·선배지원, 학습 환경지원의 효과성을 구분하여 보고하였다. 학습 환경지원은 학습민첩성이 높은 학생일수록 긍정적으로 지각되어 학업소진을 완화시키는 반면, 교수지원은 학습민첩성을 촉진하는 매개 역할을 하였으며, 친구·선배지원은 학업소진에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 이러한 지원이 효과적으로 작동하기 위해서는 학생이 지지를 긍정적으로 수용하고 학습에 활용할 수 있는 심리적 여건과

제도적 지원이 뒷받침되어야 한다. 본 연구에서 사회적 지지가 유의하지 않게 나타난 것은 간호교육 환경에서 교수자의 피드백과 개별적 상호작용이 제한적이고, 학생들이 실질적으로 지지를 활용할 수 있는 기회가 부족하기 때문일 가능성이 크다. 따라서 단순히 사회적 지지의 양을 늘리는 접근보다는 교수-학생 간의 질적인 상호작용을 강화하고, 스터디 동아리나 선배 멘토링 프로그램 등 실질적인 지지 자원을 활성화하여 학생들이 이를 효과적으로 학습 상황에 연결할 수 있도록 지원하는 방향으로 개선이 필요하다. 이러한 맥락적 요인을 고려한 질적 지지체계의 구축이야말로 간호대학생의 학업소진 완화에 기여할 수 있을 것으로 보인다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 간호대학생의 학업스트레스, 정서표현, 전공만족도, 사회적 지지가 학업소진에 미치는 영향을 분석함으로써 학업소진을 완화하기 위한 교육적 개입의 근거를 제시하였다. 연구결과, 학업소진을 가장 강력하게 설명한 변인은 학업스트레스로, 이는 간호대학생의 과중한 학업과 임상실습 부담이 소진을 심화시키는 주요 요인임을 보여준다. 따라서 교육기관은 학년별 학습 부담과 스트레스 요인을 면밀히 진단하고, 멘토 교수제나 학습코칭 프로그램과 같이 학생 맞춤형 스트레스 완화 전략을 체계적으로 운영할 필요가 있다. 정서표현은 학업소진을 낮추는 보호 요인으로 확인되었으며, 이는 교수자가 학습자와의 상호작용 속에서 학생이 학업 과정에서 경험하는 불안이나 좌절감을 자유롭게 표현하고 적절한 피드백을 받을 수 있는 환경을 마련하는 것이 중요함을 시사한다. 또한 전공만족도가 높을수록 학업소진이 낮았다는 결과는 간호대학생이 전공의 의미와 가치를 긍정적으로 인식할 수 있도록 시뮬레이션 기반 학습이나 임상연계 교육과 같은 실질적이고 몰입감 있는 교수학습 전략을 확대 적용할 필요가 있음을 보여준다. 한편 사회적 지지는 본 연구에서 유의하지 않은 변인으로 나타났지만, 이는 간호교육 환경에서 교수-학생 간 상호작용과 피드백 기회가 제한적이고 학생들이 지지를 실질적으로 활용할 수 있는 여건이 부족하기 때문일 가능성이 크다. 따라서 단순히 지지의 양을 확대하기보다는 질적 수준을 높여 학생이 필요 시 적극적으로 활용할 수 있도록 학습공동체, 선배 멘토링, 스터디 그룹 등을 활성화하고, 교수자의 개별적 피드백과 상담을 강화하는 노력이 필요하다. 아울러 본 연구는 일 지역 간호대학생을 대상으로 수행되었으므로 결과를 일반화하는 데에는 신중함이 요구되며, 추후 연구에서는 다양한 지역과 교육환경을 반영한 반복 연구와 본 연구에서 제안된 중재 전략의 효과를 검증하는 실험 연구가 이어져야 할 것이다.

## 참고문헌

- [1] World Health Organization (WHO), *Global Strategic Directions for Nursing and Midwifery 2021–2025*, WHO, Geneva: Swiss, 2021.
- [2] Ministry of Health and Welfare, *2022 National Health and Welfare Statistical Yearbook*, Ministry of Health and Welfare, Sejong, 2022.
- [3] J. J. Fitzpatrick and A. L. Whall, *Conceptual Models of Nursing: Analysis and Application*, 4th ed. Upper Saddle River, NJ: Pearson Prentice Hall, 2005.
- [4] World Health Organization, *State of the World's Nursing 2020: Investing in Education, Jobs and Leadership*, World Health Organization: Swiss, 2020.
- [5] H. Choi and S. H. Kim, "Policy of National Responsibility and Dementia Care," *Journal of the Korean Medical Association*, Vol. 61, No. 5, pp. 309-313, 2018. <https://doi.org/10.5124/jkma.2018.61.5.309>
- [6] S. J. Lee and C. Y. Kwak, "Effects of Visiting Nursing Services in Long-Term Care Insurance on Utilization of Health Care," *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, Vol. 27, No. 3, pp. 272-283, 2016. <https://doi.org/10.12799/jkachn.2016.27.3.272>
- [7] E. H. Wagner, B. T. Austin, and M. Von Korff, "Organizing Care for Patients with Chronic Illness," *The Milbank Quarterly*, Vol. 74, No. 4, pp. 511-544, 1996. <https://doi.org/10.2307/3350391>
- [8] B. M. Melnyk and E. Fineout-Overholt, *Evidence-Based Practice in Nursing & Healthcare: A Guide to Best Practice*, 3rd ed. Wolters Kluwer, 2015.
- [9] S. A. Weiss and R. M. Tappen, *Essentials of Nursing Leadership & Management*, 6th ed. Philadelphia, PA: F. A. Davis Company, 2016.
- [10] L. N. Dyrbye and M. R. Thomas, and T. D. Shanafelt, "Systematic Review of Depression, Anxiety, and other Indicators of Psychological Distress among U.S. and Canadian Medical Students," *Academic Medicine*, Vol. 81, No. 4, pp. 354-373, 2006.
- [11] M. Pulido-Martos, J. M. Augusto-Landa, and E. López-Zafra, "Sources of Stress in Nursing Students: A Systematic Review of Quantitative Studies," *International Nursing Review*, Vol. 59, No. 1, pp. 15-25, 2012.
- [12] C. Maslach and S. E. Jackson, "The Measurement of Experienced Burnout," *Journal of Organizational Behavior*, Vol. 2, No. 2, pp. 99-113, 1981.
- [13] E. Hwang, J. Jang, and M. Kim, "Factors Affecting Academic Burnout of Nursing Students According to Clinical Practice Experience," *BMC Medical Education*, Vol. 22, 340, 2022. <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03422-7>
- [14] C. Maslach and MP Leiter, *The Truth about Burnout: How Organizations Cause Personal Stress and What to Do about It*. San Francisco, CA: Jossey-Bass; 1997
- [15] E. Hwang, M. Kim, and S. Shin, "Initial Clinical Practicum Stress among Nursing Students: A Crosssectional Study on Coping Styles," *International Journal of Environmental Research and Public Health*, Vol. 18, No. 9, 4932, 2021. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094932>
- [16] C. Gibbons, "Stress, Coping and Burn-Out in Nursing Students," *International Journal of Nursing Studies*, Vol. 47, No. 10, pp. 1299-1309, 2010. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2010.02.015>
- [17] R. Pekrun, "The Control-Value Theory of Achievement Emotions: Assumptions, Corollaries, and Implications for Educational Research and Practice," *Educational Psychology Review*, Vol. 18, No. 4, pp. 315-341, 2006. <https://doi.org/10.1007/s10648-006-9029-9>
- [18] C. Valiente, J. Swanson, and N. Lemery-Chalfant, "Linking Students' Emotions and Academic Achievement: When and Why Emotions Matter," *Child Development Perspectives*, Vol. 6, No. 2, pp. 129-135, 2012. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2011.00192.x>
- [19] P. G.-O. Márquez, R. M. Palomera, and M. A. Brackett, "Relating Emotional Intelligence to Social Competence and Academic Achievement in High School Students," *Psicothema*, Vol. 18, pp. 118-123, 2006.
- [20] Y. Beak and S. Lee, "A Review of Research Trends on Nursing College Students' Stress and Mental Health," *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol. 20, No. 2, pp. 139-152, 2014. <https://doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.2.139>
- [21] S. Cobb, "Social Support as a Moderator of Life Stress," *Psychosomatic Medicine*, Vol. 38, No. 5, pp. 300-314, 1976.
- [22] H. O. Kim, M. H. Kim, and H. J. Kim, "The Mediating Effects of Social Support on the Relationship between Grit and Academic Burnout in Nursing Students," *International Journal of Environmental Research and Public Health*, Vol. 19, No. 16, 10262, 2022. <https://doi.org/10.3390/ijerph191610262>
- [23] M. J. Ko and B. Y. Choi, "A Study on the Relationship between Social Support and Academic Adaptation of Nursing Students," *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol. 23, No. 4, pp. 456-465, 2017. <https://doi.org/10.5977/jkasne.2017.23.4.456>
- [24] C. W. Kang, The Relationship between Academic Stress,

- Academic Attitudes, and School Life Adaptation among Taekwondo Major College Students, Ph.D. Dissertation, Kyung Hee University, Seoul, 2014.
- [25] A. M. Kring, D. A. Smith, and J. M. Neale, "Individual Differences in Dispositional Expressiveness: Development and Validation of the Emotional Expressivity Scale," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 66, No. 5, pp. 934-949, 1994.
- [26] J. W. Hahn, The Influence of Emotional Expressivity on Physical Health and Subjective Well-Being, Master's Thesis, Seoul National University, Seoul, 1997.
- [27] G. D. Zimet, N. W. Dahlem, S. G. Zimet, and G. K. Farley, "The Multidimensional Scale of Perceived Social Support," *Journal of Personality Assessment*, Vol. 52, No. 1, pp. 30-41, 1988.
- [28] G. Park, Y. Hwang, J. H. Kim, and D. H. Lee, "Validation of the South Korean Adolescents Version of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support," *Psychology in the Schools*, Vol. 59, No. 11, pp. 2345-2358, 2022. <https://doi.org/10.1002/pits.22613>
- [29] H. Shin, A. Puig, J. Lee, J. H. Lee, and S. M. Lee, "Cultural Validation of the Maslach Burnout Inventory for Korean Students," *Asia Pacific Education Review*, Vol. 12, pp. 633-639, 2011. <https://doi.org/10.1007/s12564-011-9164-y>
- [30] S. K. Yang and M. R. Jung, "The Influences of Academic-Burnout, Self-Efficacy, Major Satisfaction on Nursing Professionalism in Nursing Students," *The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, Vol. 16, No. 11, pp. 613-629, 2016. <https://doi.org/10.22251/jlcci.2016>.
- [31] E. Hwang, M. Kim, and S. Shin, "Initial Clinical Practicum Stress among Nursing Students: A Crosssectional Study on Coping Styles," *International Journal of Environmental Research and Public Health*, Vol. 18, No. 9, 4932, 2021. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094932>
- [32] E. Hwang and J. Kim, "Factors Affecting Academic Burnout of Nursing Students According to Clinical Practice Experience," *BMC Medical Education*, Vol. 22, No. 1, 346, 2022. <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03422-7>
- [33] Y. M. Park, "The Effects of Simulation-Based Practice on Competence and Satisfaction in Nursing Students," *Journal of Convergence for Information Technology*, Vol. 7, No. 6, pp. 1-7, 2017. <https://doi.org/10.22156/CS4SMB.2017.7.6.001>
- [34] H. O. Kim and I. Lee, "The Mediating Effects of Social Support on the Influencing Relationship Between Grit and Academic Burnout of Nursing Students," *Nursing Open*, Vol. 9, No. 5, pp. 2314-2324, 2022. <https://doi.org/10.1002/nop2.1241>
- [35] E. K. Lee, S. Y. Jung, and J. T. Son, "Conditional Effect of School Support Between Learning Agility and Academic Burnout in Nursing Students," *Health Communication, the Official Journal of Korean Academy on Communication in Healthcare*, Vol. 16, No. 2, pp. 225-234, 2021. <https://doi.org/10.15715/kjhcom.2021.16.2.225>



여현주(Hyun Ju Yeo)

2013년 : 대구가톨릭대학교 대학원  
(간호학석사)

2016년 : 대구가톨릭대학교 대학원  
(간호학박사)

2018년~현 재: 대구과학대학교 간호학과 조교수

※ 관심분야 : 정신간호, 간호시뮬레이션교육