

신규간호사의 삶의 경험

서 연 옥¹ · 이 경 우²

¹ 순천향대학교 간호학과, ² 혜전대학교 간호학과

Lived Experiences of New Graduate Nurses

Suh, Yeonok¹ · Lee, Kyungwoo²

¹ Department of Nursing, Soonchunhyang University

² Department of Nursing, Hyejeon College

주요어

간호사, 삶, 질적연구

Key words

Nurses, Life, Qualitative research

Correspondence

Lee, Kyungwoo
Hyejeon College
25, Dahak-gil Hongseong-eup
Hongseong-gun, Chungnam
350-702, Korea
Tel: 82-41-630-5294
Fax: 82-41-630-5296
Email: kwlee1228@hanmail.net

투 고 일: 2012년 10월 11일
수 정 일: 2012년 11월 6일
심사완료일: 2012년 12월 26일

Abstract

Purpose: The purpose of this study was to explore the lived experiences of new graduate nurses in personal life and in clinical setting during their first year. **Methods:** Eleven new graduate nurses were interviewed and the data were analyzed using the Giorgi's phenomenological method. **Results:** The main results of this research were negative experiences such as poor nursing skills, inability to enjoy personal life, physical exhaustion and health problems, and uncertainty of nursing values. On the other hand, there were some positive aspects on their minds: adjustmental/developmental needs, sense of responsibility, receptive capability, and proficiency with their work. They gradually found themselves being endured and changing to adapt. **Conclusion:** Transition from students to staff nurses is a very stressful experience for new graduate nurses. It may negatively affect their personal lives as well. However they tried to keep themselves positive to overcome their difficulties. It is necessary for them to be given time, a systematic program, and a supportive environment to adapt.

서 론

1. 연구의 필요성

신규간호사는 간호대학을 졸업하고 간호사 면허를 취득한 후 의료기관에 근무한 지 첫 1년 이내에 해당하는 간호사로 Brown과 Edelmann (2000)은 간호학생에서 간호사로서의 새로운 역할 전이과정에서 신규간호사는 심한 스트레스와 불안을 경험하게 되며 이는 역할전이 과정이 모호하여 신규간호사 스스로 통제하기 어려울 뿐 아니라 대항할 수 없을 만큼 압도적인 것으로 인식되기 때문이라고 하였다. 신규간호사가 경험하는 스트레스는 주로 새로운 역할과 관련된 다차원적 책임, 경영과 조직체계상

의 문제 및 임상기술의 부족과 관련이 있다(O'Shea & Kelly, 2007), 특히 질적인 간호서비스에 대한 사회적인 요구 증가로 인하여 보다 전문적인 역할을 수행해야 하지만 신규간호사는 초기 업무과약이 제대로 되지 않고 우선순위와 의사결정에 대한 확신이 없어 불안과 압박감은 더욱 증가된다(Son, Koh, Kim, & Moon, 2001).

2000년 이후 간호교육의 방향은 간호학생의 비판적 사고능력과 임상실무 수행능력을 향상시키기 위하여 문제 중심 학습방법이나 시뮬레이션 교육을 적용(Kim & Jang, 2011)함으로써 실무능력을 높이려는 노력을 하여왔다. 그럼에서 불구하고 2011년 국내 간호사의 전체 평균 이직률은 17%이며, 특히 신규간호사의 이직률은 30.5%로 일반간호사의 이직률에 비해 훨씬 높은 편이

고(Ro et al, 2011), 간호직에 대한 회의나 이직을 고민하고 있는 신규간호사들까지 감안한다면 잠재적인 이직자는 더욱 심각한 수준일 것으로 여겨진다. 신규간호사의 간호직에 대한 직무만족감이 저하되면 이는 이직으로 연결되고 높은 이직률은 간호사 개인에게 뿐 아니라 의료기관의 새로운 인력 모집과 훈련에 소모되는 경제적 손실 및 궁극적으로는 간호전문직의 발전을 저해한다는 점에서도 관심을 기울여야 할 매우 중대한 문제라 하겠다(Han, Sohn, & Kim, 2009).

한편 Shin, Lee와 Lim (2010)의 연구에서는 신규간호사에게 수행한 계획된 예비교육이 기본술기술의 향상에는 영향을 미치지 않지만 역할기대 인식이나 갈등해결방안 등 사회화 영역에는 변화가 없다고 보고하였다. 이와 같이 신규간호사의 적응능력을 높이는 프로그램으로 오리엔테이션 외에 프리셉터십을 적용하면서 간호술기와 의사소통 능력이 향상되기는 하였지만 여전히 오리엔테이션과 프리셉터십 만으로는 신규간호사의 성공적인 정착을 돕는데 불충분하다는 것을 알 수 있다(Kim et al., 2000). 특히 최근 10년간 빠르게 변화된 사회 및 교육시스템에서 성장하고 교육받아온 다양한 네트워크를 가진 신세대 직장인은 자신의 개인생활을 무엇보다 소중하게 여기며 자기 자신을 가장 중요하게 생각하고 있어(Ye & Chin, 2009), 직장 내 성공적인 적응과 개인생활의 경험 간에 깊은 관련성이 있다고 추측할 수 있다.

신규간호사의 간호현장 적응과정을 연구한 국외 연구들(Higgins, Spencer, & Kane, 2010; O'Shea & Kelly, 2007; Wangenstein, Johansson, & Nordström, 2008)과 신규 간호사의 적응경험에 대한 국내 연구들(Ji, 2008; Son et al, 2001; Yoo et al, 2012; Yoon, 2002)의 결과를 살펴보면, 신규간호사들은 적응과정에서 간호지식 및 기술의 부족과 미숙한 업무수행능력으로 인하여 새로운 역할에 대한 스트레스와 두려움을 경험하고 있고 인간관계에서의 어려움을 겪고 있는 등 대부분 업무수행과 관련된 측면에 초점을 두고 있다. 이와같이 신규간호사를 대상으로 한 연구들은 주로 직무스트레스와 임상적응을 중심으로 보고되고 있다.

이처럼 지금까지 신규간호사를 대상으로 한 연구들은 주로 임상적응과정에 대한 경험에 초점을 둔 연구가 수행되었으며 간호현장 외의 개인의 생활 경험을 동시에 파악하기 위하여 업무 내외의 전체적인 삶의 경험을 다룬 연구는 거의 없었다(Lea & Cruickshank, 2007; O'Shea & Kelly, 2007; Son et al, 2001; Yoon, 2002). 이에 본 연구는 신세대 사회초년생으로서 신규간호사들이 임상적응 과정에서 경험하는 일련의 업무 내 생활 경험이 어떤 의미를 가지며, 동시에 업무 밖의 개인적인 삶은 어떠한지, 또한 업무 밖의 개인 생활의 경험이 간호 직에 대한 성공적인 적응과 어떠한 상호 관련성이 있는 지에 대한 정보를 얻

기 위하여 신규간호사의 전체적인 삶을 그들의 생생한 체험을 통하여 알아보고자 질적 연구 중 현상학적 연구방법을 이용하였다. 또한 신규간호사의 업무수행 및 적응능력을 높이는데 역점을 둔 기관 주도적인 기존의 교육 및 훈련프로그램이 아니라 신세대 신규간호사의 생생한 경험을 반영한 통합적인 교육 및 적응 프로그램을 개발하고 수립하여 간호 직에 대한 만족도와 개인 삶의 질을 향상시키며 궁극적으로는 신규간호사의 성공적인 정착을 돕고 간호사 이직으로 인한 의료기관 및 간호직의 손실을 줄이는데 도움을 주고자 본 연구를 수행하였다.

2. 연구 목적

본 연구의 목적은 신규간호사가 살아가면서 간호현장 내 외에서 체험하는 업무관련 경험과 개인적 삶의 경험을 심층적으로 탐색하여 그 의미와 구조를 밝히기 위함이다.

연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 신규간호사가 간호현장 내 외에서 체험하는 삶의 경험의 본질을 발견하고 내면 깊숙이 깔려있는 경험의 진정한 의미를 밝히기 위하여 질적 연구 중 Giorgi (1985)의 기술적 현상학적 연구방법을 이용하였다.

2. 연구 참여자

본 연구 참여자는 간호사 면허 취득 후 의료기관에 근무한 지 1년 이내인 신규간호사를 대상으로 편의 표집 하였다. 참여자 선정은 근무하는 병원의 규모와 지역적인 분포, 최종학력이 참여자의 경험에 영향을 줄 수 있다고 생각되었으며 가능한 풍부한 정보를 얻기 위하여 3개 지역(서울, 경기, 충청)의 대학 부속 병원과 종합병원의 간호사를 포함시켰고 팀 간호시스템과 기능적 간호시스템으로 운영되는 병원을 고려하여 포함시켰다.

본 연구 참여자들은 총 11명이었고 전원 모두 여성이었다. 근무기간은 3개월부터 8개월에 걸쳐 있었고 참여자 중 6명은 3년 과정의 간호대학을 졸업한 전문학사이며 5명은 4년 과정의 학사 학위를 취득한 자이었다. 연령은 20-25세에 해당하는 간호사 8명, 26-30세에 해당하는 간호사 3명이었고 종교는 불교 2명, 기독교 2명, 천주교 2명, 종교를 가지지 않은 간호사가 5명이었다.

3. 자료 수집 및 분석

자료수집 기간은 2010년 10월부터 2010년 11월까지 약 2개월이었다. 본 연구의 자료는 개방적인 심층면담과 참여관찰을 통하여 수집하였으며 면담회수는 참여자별로 2~3회였고 1회 면담에 소요된 시간은 60-90분이었다. “취업 후 지금까지 신규간호사로서의 삶을 살아오면서 간호현장 내에서 느끼고 생각하고 경험한 것들에 대하여 말씀해 주십시오” “간호현장 밖에서 신규간호사로서 개인적인 삶의 경험은 어떠했습니까?” 라는 비구조적이고 개방적인 질문으로 시작하여 업무와 관련된 경험, 인간관계의 경험, 업무외의 개인생활의 경험 등 참여자의 구체적인 경험을 이끌어내기 위한 세부적 질문으로 점점 좁혀 나가는 접근법을 사용하였다. 면담은 자료가 포화되어 각 참여자로부터 새로운 진술을 더 이상 발견할 수 없다고 판단될 때까지 진행하였고, 면담 도중 연구자의 편견이나 주관적인 해석이 개입되어 참여자의 진술에 영향을 미치지 않도록 연구자 스스로가 참여 관찰자의 입장을 유지하기 위하여 노력하였다. 면담내용은 참여자의 동의하에 모두 녹음하였고 녹음된 내용은 참여자가 표현한 그대로의 언어로 필사한 후 녹음테이프를 반복해서 들으면서 원 자료의 내용과 비교하였다. 내용이 명확하지 않은 부분에 대하여는 다음 면담 시 재확인하거나 전화를 이용하여 참여자에게 확인하면서 면담 내용의 정확성을 확보하기 위해 노력하였으며 자료의 수집과 분석은 동시에 순환적으로 진행되었다.

수집된 자료는 Giorgi (1985)의 분석과정을 통하여 분석하였다. 1단계로 참여자의 진술들을 연구자의 주관적인 판단을 배제하면서 세밀하게 반복해서 읽고 그 의미를 이해하고자 하였고 2단계로 기술의 모호한 부분에 대하여는 정확한 의미를 확인하기 위하여 참여자에게 되돌려 확인하였으며 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 살아있는 경험의 의미인 상황적 구조기술로 표현하고 6단계는 참여자들의 상황적 구조기술문을 통합하여 전체 대상자의 관점에서 파악되는 경험의 의미인 일반적 구조 기술로 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 연구 방법론에 대한 기본 지식과 깊은 관심을 가지고 있으며 간호학 전공 교수로서 질적 연구에 대한 교육을 받았고 여러 편의 질적 연구를 수행한 경험이 있다. 또한 참여자의 경험을 의미하는 주제와 중심의미를 연

구자의 언어로 규명하는 과정에서 도출에 대한 객관성과 타당성 확보를 위하여 국문학 전공 교수 1명과 간호학 교수 1명의 자문을 받았다.

4. 윤리적 고려

본 연구를 시작하기 전에 의료기관 간호부에 본 연구의 목적과 취지를 설명하고 동의를 얻은 후 병동 수간호사의 협조를 얻어 본 연구에 참여를 희망하는 신규 간호사를 선정하였다.

연구 참여자들에게 연구 목적과 방법을 설명하였고 연구 참여 동의를 받은 후 면담을 실시하였다. 자료의 누락을 방지하기 위하여 면담내용을 녹음하는 것에 대한 허락을 받았으며 녹음내용은 연구 분석이후 즉시 폐기할 것과 면담내용은 연구 목적 이외에 다른 용도로는 사용되지 않으며 면담 도중에도 참여자가 원치 않을 경우에는 언제든지 연구 참여를 중단할 수 있는 권리가 있음을 충분히 설명함으로써 자발적인 참여가 이루어지도록 노력하였다. 또한 참여자의 신분은 절대 공개되지 않으며 개인 신분에 대한 비밀 보장을 위해 익명 처리할 것에 대하여 자세히 설명하였다.

연구 결과

연구자가 기록한 현장 노트를 참고하면서 녹음된 진술내용을 빠짐없이 듣고 옮겨 적은 후 내용을 반복해서 읽으면서 참여자들의 삶의 경험의 본질적 측면을 잘 나타내는 문장들을 찾아내어 참여자가 자신의 경험을 표현한 기술을 중심으로 본질적 의미단위를 확인하였다. 본질적 의미단위로부터 참여자의 경험을 의미하는 주제를 도출하였으며 주제 중 반복적이고 유사한 주제들을 모아 핵심이 되는 중심의미를 규명한 후 전체 참여자들의 경험을 통합한 결과, 총 33개의 주제와 9개의 중심의미를 확인하였다(Table 1).

본 연구를 통하여 도출된 중심의미는 “간호업무 수행의 미숙함”, “업무와 관련된 심적 중압감”, “육체적 고달픔과 건강문제가 나타남”, “대인관계에서의 상처와 괴로움”, “근무환경에 대한 불만족”, “개인적인 삶의 즐거움을 누리지 못함”, “간호가치관이 흐려짐”, “인내하고 적응하기 위해 노력함”, “변화해 가는 자신을 발견함”으로 확인되었다.

1. 간호업무 수행의 미숙함

본 연구 참여자들은 간호사 면허를 취득한 후 신규간호사로서 간호 현장에 처음 근무하면서 업무 수행의 미숙함을 경험하였으

Table 1. Main Meanings and Theme

Main meanings	Theme
Unskilled nursing practice	Insufficiency in nursing knowledge and skills Lack of coping skills in work related situation Lack of confidence
Psychological pressure related to duties	Fear and anxiety Guilty conscience about lack of skillfulness Burden due to expectancies
Physical exhaustion and appearance of health problems	Being tired and strained Inappropriate eating Insufficient sleep Physical abnormality
Suffering and distress from interrelationships	Being mistreated by senior nurses Lack of trust from patients Lack of thoughtful consideration from health care team members Lack of understanding from friends and family
Dissatisfaction with work environment	Heavy work load Irregular work shifts and overtime work Unstructured on-the-job training Insufficient payment compared to work load
Inability to enjoy personal life	Reduction in personal relationships Lack of leisure Inability to maintain religious life Indifferent to self-management
Being uncertain of nursing value	Losing pride in being a nurse Becoming skeptical of the nursing profession Loss of motivation for self-improvement
Enduring and making an effort to adapt	Patience and endurance Finding emotional comfort through supportive resources Efforts toward transition
Finding herself changing	Improvement in work performance Motivation by role models Achieving recognition as a team member Positive thinking Feeling a sense of accomplishment

며 여기에는 간호 지식 및 기술의 부족, 업무대처 능력의 결여, 자신감 부족이 포함되었다. 특히 약물, 진단적 검사 및 대상자들이 호소하는 증상과 관련된 간호지식이 부족했으며 정맥주사, 검사물 채취, 물품확인, 인계, 기록 등과 관련된 간호 기술이 미숙함을 확인할 수 있었다. 병동업무에 대한 파악과 적응이 이루어지지 않은 상태에서 업무의 우선순위를 알지 못해 당황스럽고 혼란스러움을 느끼며 체계적으로 대처하지 못하고 있었다. 또한 간호 업무를 수행하면서도 본인이 제대로 하고 있는 것인지에 대한 확신과 자신감이 매우 부족하다는 것을 알 수 있었다.

정맥주사 라인도 처음 왔을 땐 시작을 아예 못했었어요. 보호자가 뚫어지게 쳐다보는 분이 있어요. 진짜 손 떨려요. 진땀이 난다고 해야 하나.. 처음에 실패를 하게 되면 더 못하겠는 거예요. 끝나고 나면 둘 다 진땀이 나고..(참여자 8)

처음에는 거의 아무 것도 모르는데 해야 할 건 너무 많고 우선순위를 모르니까 일이 막 엉키는 거예요. 이걸 먼저 해 줘야 다른 사람이 뭘 하고 내가 그 틈에 다른 걸 하면 되는데 그걸 못 하니까 다른 사람까지도 일이 밀리는 거예요. 하루 종일 설사 없이 왔다갔다 하는데 정작 제 일은 다른 선생님이 대신 해 줘야 하고.. 나는 붓 떠 있는 기분이고.. (참여자 10)

잘 모르고 또 안 해봤는데 이렇게 하는 게 맞나? 내가 이 조그만 아이한테 제대로 하고 있는 건가? (참여자 5)

2. 업무와 관련된 심적 중압감

본 연구 참여자들은 업무와 관련된 심적 중압감을 경험하고 있었으며 여기에는 긴장과 두려움, 미숙함에 대한 자책감, 기대

감에 따른 부담감이 포함되었다. 간호지식 및 기술이 부족하고 업무에 대한 자신감이 결여된 상태에서 환자의 생명 및 건강을 다루는 간호업무의 특성으로 인하여 참여자들은 업무수행에 대한 심한 긴장과 두려움을 느끼고 있었으며 심지어는 업무를 마치고 병동을 떠난 이후까지도 지속됨을 알 수 있었다. 업무에 대한 긴장과 두려움은 출근에 대한 중압감으로도 나타났는데 병원에 출근할 시간이 다가오면 마음이 두근거려서 못 참겠다는 참여자, 저녁에 어두워지면 다음 날 출근할 생각에 불안하고 잠도 잘 안 온다는 참여자도 있었다. 또한 자신의 미숙함에 대하여 스스로 한심할 뿐만 아니라 다른 사람에게 부끄럽다는 자책감을 표현하였다. 시간이 지나가면서 점차 새롭게 부과되는 업무 및 주변의 기대감 증가에 따른 부담감도 경험하고 있었다.

‘내가 잘못하는 건 아닌가’ 하는 생각이 계속 들고.. 근무 끝나고 집에 와서도 늘 머릿속에서 ‘일하면서 뭐 빼먹은 거 없나’ ‘실수한 건 없나’ 그러다가 병원에서 전화 오면 미치겠어요. 벨소리만 울려도 깜짝 놀라고.. (참여자 2)

제 스스로 ‘너 몇 개월이 됐는데 아직도 그것도 몰라’ 부끄럽고 제 스스로가 너무 싫은 거예요. 힘들다기 보다는 제가 못하는 게 너무 한심스럽고 바보 같은 거예요. (참여자 6)

시간이 가면서 점점 빨리빨리 능숙하게 하기를 기대하는데 제 때에는 열심히 하지만 제가 할 수 있는 거에 비해 너무 많은 것을 바라는 거 같아요. 제 스스로 ‘처음에 비해 많이 늘었다’ 그런 마음은 드는데 앞으로 제자리 걸음일까봐 조바심이 나요. (참여자 7)

3. 육체적 고달픔과 건강문제가 나타남

본 연구 참여자들은 시간이 지나면서 신체 건강의 위협적인 징후들을 점점 경험하고 있었는데 여기에는 지치고 고단함, 부적절한 섭식, 불충분한 수면, 신체적 이상증상이 포함되었다. 근무가 끝나고 나면 심한 피로감과 지침을 경험하고 있었으며 많은 참여자들이 늘 부족한 수면에 시달리고 있었는데 특히 불규칙한 교대 근무 및 잦은 밤 근무로 인하여 충분한 수면을 취하지 못함을 알 수 있었다. 아침식사를 거르는 참여자들이 거의 대부분이었고 심지어는 바쁜 업무로 인하여 근무 중에 식사를 못하는 상황들도 초기 2-3개월 동안 자주 확인할 수 있었는데 이는 간호사들의 건강문제에 매우 부정적인 요인으로 특별한 관심을 기울여야 할 부분임을 알 수 있었다. 근무에 대한 스트레스로 인하여 친구들과 만날 때마다 음주를 자주 하는 참여자도

있었다. 시간이 지나면서 신체적 이상증상을 경험하는 참여자들이 대다수였는데 특히 소화불량, 변비, 설사 등의 소화기계증상, 습진 등의 피부계 증상, 어깨 및 허리통증 등의 근골격계 증상, 하지부종, 생리불순 등의 순환 및 생식기계 증상, 체중감소 등 다양한 신체증상을 경험하고 있었으며 시간이 지날수록 점점 더 심각해진다고 표현하고 있었다.

근무 끝나고 집에 오면 그냥 쓰러져 잘 때가 많아요. 완전히 녹초가 되요. 화장도 못 지우고 옷도 입은 채로.. ‘조금만 쉬고 있다가 씻어야지’ 그러다가 나도 모르게 잠이 들어요. 어떤 때는 밥도 못 먹고 자요. 일어나서 먹을 힘도 없어서..(참여자 9)

새벽 5시에 일어나는데 밥이 넘어갈 리가 없잖아요. 화장하면서 커피 한잔 마시면서 잠 깨고.. 그리고 와서 계속 일하고.. 만일 아침을 안 먹고 출근을 했는데 그날은 너무 바쁘다 하면은 그 날은 저녁에 한끼 먹고 그냥 끝나요. 바쁘게 돌아다니면 배고픈 것도 몰라요. 그냥 목만 말라고... 또 선생님들이랑 밥을 먹으러 가도 입으로 들어가는지, 코로 들어가는지 마음 편히 먹지도 못해요. 눈치보고 다 먹지도 못하고 일어나야 하고. (참여자 10)

저녁근무하고 다음날 낮 근무인 때는 밤에 퇴근하고 와서 씻고 잠깐 자고 또 새벽에 일어나서 씻고 출근해야 하니까 잠을 제대로 못 자는 거예요. 그런데다 밤 근무 시작할 때는 한숨도 못자요. 그러다가 일하러 가기 전에 어두워지면 막 불안해지는 거예요. (참여자 3)

아침에는 속도 쓰리고.. 먹으면 설사하고.. 스트레스 받고 신경이 예민해지면 더 심하고.. 생체리듬이 깨지니까 제 몸이 망가지고 있다는 게 막 느껴져요. 그런데 그게 개선이 안 되고 더 안 좋아지고 있다는 게 문제죠. (참여자 6)

4. 대인관계에서의 상처와 괴로움

본 연구 참여자들은 업무 내 외에서 대인관계로부터 마음의 상처와 괴로움을 경험하고 있었는데 간호현장 내에서의 선배간호사로부터 받는 시달림, 간호대상자로부터의 불신임, 건강관리팀의 배려부족 뿐 아니라 현장 밖에서의 친구 및 가족의 이해부족이 포함되었다. 특히 선배간호사와의 관계는 신규간호사에게서 매우 고통스러운 인간관계의 경험으로 나타났다. 도를 넘어 개인의 자존감에 손상을 주는 정도의 과도한 질책이나 비인격적인 언행, 본인들의 기분에 따라 기준이 달라지거나 선배간

호사 간에도 요구하는 바가 서로 달라 혼란을 더해주는 일관성의 결여, 배타적인 분위기 및 차별대우로 인한 소외감과 외로움 등을 경험하고 있었다. 간호대상자와의 관계에서는 전문적 간호에 대한 사회적인 요구 증가와 신규간호사에 대한 신뢰결여로 대상자들이 신규간호사의 간호를 거부하거나 불손한 언행을 보이는 상황들을 경험하였으며 검사실, 약국, 방사선과, 의사 등 건강관리팀과의 관계에서도 간호사에 대한 배려가 결여되어 있다고 느끼고 있었다. 신규간호사들이 업무 내적으로 다양한 형태의 인간관계의 어려움을 경험하고 심각한 상처와 괴로움을 겪는 상황임에도 불구하고 업무 밖에서도 친했던 친구들이나 심지어 가족들조차 자신들의 어려운 상황을 제대로 이해해 주지 못한다고 느끼고 혼자서 마음속으로 삭이거나 견뎌내는 등 지지적 상호작용이 절대적으로 결여되어 있음을 확인할 수 있었다. 특히 가족과 멀리 떨어져서 기숙사나 자취 등 혼자서 생활하는 신규 간호사들에게서 이와 같은 괴로움을 더욱 뚜렷하게 확인 할 수 있었다.

모든 사람에게 다 들릴 정도로 소리치고 화내고.. 특히 환자나 보호자들 앞에서 혼내는 거는 좀 그렇잖아요. 처음이라 못할 수도 있는데 그걸 못 참고 보호자 앞에서 췌려보고, 그 눈빛이... (참여자 5)

장기 환자들이라 잘 알아서 그런지 신규들이라고 말도 잘 안 듣고, 시험해 보는 보호자도 있고.. 저희가 주사 라인 잡는 게 어설프고 떨고 그러면 다른 사람 데려오라고 막 소리 지르고.. (참여자 6)

간호사가 힘들다는 걸 다른 부서 직원들이나 의사들조차도 배려를 안 해주는 것 같아요. 병원자체의 인식이 안되어 있는 것 같아요. 방사선과 같은 데는 코드만 잘못 넣어도 전화해서 소리를 지르는 거예요. 밤에 뭐했냐고 그러고, 또 밤에 신환이 오거나 응급상황이 생겨 약국에 어쩔 수 없이 연락하면 밤에 자다가 일어나서 짜증내고. (참여자 11)

가족들이나 친구들이나 밤근무 안 해 본 사람은 이해를 못하는 거예요. “밤근무 때 별로 하는 일도 없잖아, 다 잘 때 네가 뭐 해? 잠도 잘 거 아냐. 네가 뭐가 그렇게 힘들어” 처음에는 가족들조차도 이해를 못하는 거예요. 하나하나 다 말을 못 하잖아요. 말 하기도 싫고..(참여자 8)

5. 근무환경에 대한 불만족

본 연구 참여자들은 근무환경에 대하여 만족하지 못하고 있었으며 여기에는 과중한 업무, 불규칙한 교대근무 및 초과근무, 비체계적인 업무적응과정, 업무 대비 불만족한 보수가 포함되었다. 처음 2-3달까지는 근무 중 편안하게 밥 먹을 시간조차 없었다는 참여자, 숨도 못 쉬게 바쁘고 뛰어 다녀도 부족할 정도라고 표현하는 참여자, 근무가 끝나면 발이 부르튼고 다리가 통통 부을 정도라는 참여자들도 있었다. 비 고유 간호업무도 업무의 부하를 높이는 한 요인임을 알 수 있었는데 이는 지방에 소재한 의료기관에서 더욱 뚜렷하게 나타나는 상황이었고 특히 지방 의료기관에서의 간호 인력의 부족은 신규 간호사에게 심각한 수준의 어려움을 더해주고 있었다. 병동의 간호사 부족으로 인하여 업무 파악이 제대로 되지 않은 신규간호사에게 과중한 업무가 부과될 뿐 아니라 시간적인 여유를 가지고 단계적으로 업무에 적응할 수 있는 과정이 제공되지 못하고 있었다. 신규간호사들은 천천히 단계적으로 익히고 적응해 갈수 있는 과정이 결여된 채 단시간에 많은 양의 교육이 한꺼번에 주어지는 것과 실제상황에 너무 빠르게 투입되는 것으로 인하여 심한 부담감을 경험하고 있었다. 또한 근무가 어려울 정도로 몸이 아픈 상황에서도 눈치가 보이고 미안한 마음에 편하게 쉴 수조차 없었다고 표현하는 참여자도 있었다. 정시에 출퇴근이 안 되는 시간외 근무가 빈번한 상황이었고 불규칙한 교대근무로 정상적인 개인 삶을 영위하는데 많은 어려움을 경험하고 있었는데 특히 저녁근무-낮 근무, 낮 근무-저녁근무 형태의 반복되는 불규칙한 근무, 연속적으로 주말이 없는 근무는 신규간호사의 개인생활에 큰 어려움을 주고 있었다. 쉬는 날 간호사 교육 및 병원 행사가 너무 빈번하게 실행되며 따라서 휴일에도 제대로 쉬지 못하고 내키지 않는 마음으로 참석해야 하는 것에 불만을 갖는 참여자들도 있었다. 업무 대비 보수에 대해서도 만족하지 못함을 알 수 있었는데 보수 자체가 적은 금액은 아닐지 몰라도 밤에 제대로 못자고 힘들게 일해야 하는 업무 특성에 비하면 결코 만족스러운 보수라고 볼 수 없다고 생각하며 다른 병원의 간호사들과 근무조건 및 보수에 대하여 끊임없이 비교하고 있음을 알 수 있었다.

물도 못 먹고 화장실도 못 가고, 할 게 너무 많아서 화장실 갈 시간이 없는 거예요. ‘이거 끝나면 화장실 가야지’ 하다가 다른 일 하느라고 깜빡해요. 아침에 눈 떠서 화장실 갔다가 퇴근해서 화장실 가고. 앉아있는 시간은 밥 먹는 시간, 앉아서 잠깐 활력징후 올리는 그 시간 외에는 앉아있을 시간도 없고.. (참여자 10)

쉬는 시간이 일정하지 않고 신규는 주말에 쉴 수 있다는 보장도 전혀 없고.. 스케줄이 3교대라는 건 알고 있었지만 근무표가

끊임없이 계속 바뀌니까 하다 보니 진짜 아무 것도 할 수가 없어요. (참여자 4)

좀 천천히 알려줬으면 좋겠는데 너무 빠른 속도로 너무 많은 양을 한꺼번에 주시려고 하니까 머리만 터지려고 하는 거예요. 한 번에 엄청 많이 가르쳐 주시기는 하는데 나중에 혼자 하려면 하나도 모르겠고.. (참여자 2)

적게 주는 건 아니지만 일한 것만큼 받는 것 같지는 않아요. 쉬지 못하고 그렇게 받은 거면 저한테는 그렇게 큰돈이라고 느껴지지 않잖아요. 시간의 수당을 빼고 나면 별거 아니라는 생각이 드는 거죠. (참여자 11)

6. 개인적인 삶의 즐거움을 누리지 못함

본 연구 참여자들은 개인적인 삶의 즐거움을 누리지 못하고 있었는데 여기에는 친교관계의 축소, 여가 및 취미생활의 결여, 신앙생활의 어려움, 자기관리에 대한 관심이 없어짐이 포함되었다. 참여자 대부분의 삶이 업무에 과도하게 치우쳐 있었으며 업무 외의 개인적인 취미 및 여가활동이나 가족 및 친구들과의 적절한 대인관계를 거의 누리지 못하고 있었다. 많은 참여자들이 병원외의 자신의 개인 삶이 전혀 없으며 인생의 낙이 없다고 표현하고 있었으며 자신이 왜 이렇게 살고 있는지 모르겠다고 표현하는 참여자도 있었다. 시간적인 여유가 생겨도 누워서 쉬거나 자고 싶을 뿐 밖에 나가기도 싫다고 표현하는 참여자들도 있었다

친구들과 약속을 잡으려고 해도 일단 근무 표를 보고 거의 제 위주로 해서 만나야 하잖아요. 그러니까 그게 다른 사람들에게는 안 통하죠. 점점 저 빼고 친구들끼리만 만나게 되고...대인관계가 피폐해지는 거 같아요. 친구도 없어지고, 연락도 뜸해지고. (참여자 2)

필 하나 배우려고 해도 학원에 정해진 시간이 있으니까 그 시간이 안 맞는 거예요. 시간이 안 되니까 반 이상은 못가고. 그러니까 돈 아까워서 할 수도 없고.. 취미생활 같은 건 이미 포기했죠. 할 기력도 없어요. (참여자 7)

교회에서 고등부 교사를 맡았었는데 하도 못 나오니까 뺐어요. 토요일에도 가야하는데 토요일은 고사하고 일요일도 못가는 경우가 더 많으니까... 또 일요일에 막상 시간이 되도 조금이라도 더 자고 싶어서 교회에 안 나가게 되고..(참여자 6)

제 생활이 정상적인 삶이라는 생각이 전혀 안 드는 거예요. '다른 사람들은 어떻게 사나, 나만 이렇게 힘들고 재미없게 사나..' 맨 날 병원-집-병원-집 하나까 인생의 낙이 없어요. 내가 이 돈을 벌면 뭐해.. 하는 것도 없고.. 즐기고 살려고 하는 건데. 행복한 거를 못 느끼겠어요. 내 생활의 다가 병원이고.. (참여자 8)

꾸미고 나가고 싶은 마음도 없어요. '내가 옷을 차려입어 뭐하니, 어차피 나랑 똑같은 친구들만 볼 건데.' 머릿속으로는 이것도 저것도 해보고 싶고 그런데 막상 일 끝나면 '아, 아무것도 하기 싫다' 또 막상 어디를 나가기도 귀찮고.. (참여자 1)

7. 간호가치관이 흐려짐

본 연구 참여자들은 간호가치관의 퇴색을 경험하고 있었으며 여기에는 간호사로서의 자부심 상실, 간호 직에 대한 회의, 자기계발에 대한 의욕 상실이 포함되었다. 간호업무와 관련하여 신체적, 심리적, 대인 관계적 중압감이 증가하면서 간호가치관이 점점 흐려져 가는 것을 알 수 있었는데 간호사로서의 자부심이 상실되고 간호 직에 대한 회의 뿐 아니라 자기계발에 대한 의욕과 초기의 각오가 흐려지고 있었다.

일을 하다보면 '이게 간호사인가?' 하는 생각이 들어요. 간호사는 좀 더 전문적이고 이 일을 하기에는 너무 아까운 능력을 가졌는데 능력이하의 일까지 해야 하니까.. (참여자 3)

병원에 가면 재미도 없고 힘들기만 하고.. 던져져서 뭔가 하고는 있는데.. '이걸 내가 왜 해야지?' 이런 생각도 들고... 하루에도 열 두번씩 그만두고 싶었어요. 간호사를 계속 해야 할 건지..지금도 고민이 많고.. (참여자 4)

전에는 전문 간호사까지 해보고 싶다 생각도 했었어요. 그런데 지금은 "너 해볼래?" 그래도 당장 뛰어들 마음은 생기지 않아요. 초반에는 정말 뿔뿔 배우고 싶고 했었는데 점점 시간이 가면서 몸도 피곤하고 병원생활만도 벅차니까. (참여자 2)

8. 인내하고 적응하기 위해 노력함

본 연구 참여자들은 어렵고 힘든 상황에서도 나름대로 끊임없이 견디고 극복해 내려는 노력을 기울이고 있었는데 여기에는 참고 견뎌내려고 애쓰, 지지적 자원을 통해 심적 위안을 찾음,

변화를 위해 노력함이 포함 되었다. 본 연구 참여자들은 스스로를 달래고 끊임없이 참고 견뎌내기 위해 다짐하는 삶을 살아가고 있었으며 주변의 지지자원을 통해 심적 위안을 찾으려고 노력하고 있었다. 특히 낮은 나이에 간호학을 공부하고 신규간호사로 현장생활을 하는 간호사에게서 인내하고 극복하기 위해 노력하려는 마음이 더욱 두드러지게 나타남을 알 수 있었는데 사회생활을 경험 한 후 간호학으로의 쉽지 않은 진로를 선택한 만큼 스스로에게나 가족 및 친구들에게 포기하는 모습을 보이기 싫다는 의지를 확인할 수 있었다. 신규 간호사들에게 긍정적인 힘이 되는 심적 지지자원으로는 선배간호사의 격려와 배려, 동기간호사를 통한 심적 위안, 가족의 관심과 격려, 신앙적 지지임을 알 수 있었는데 특히 선배 간호사의 격려와 배려는 신규간호사의 병동 생활 적응에 매우 큰 힘이 됨을 확인할 수 있었다. 또한 초기의 힘든 시기를 극복해 가는 과정에서는 동기 간호사들과의 심리적 교류 및 가족들의 끊임없는 관심과 격려도 신규간호사의 적응을 돕는 매우 긍정적인 지지자원임을 알 수 있었고 신앙적인 힘도 스스로 극복해나가는 과정에서 커다란 역할을 하고 있었다.

그만두기에는 너무 이른 거예요. 경험도 덜 쌓였고 모르는 것도 너무 많은 상태인데 여기서 포기하면 내내 똑같은 것 같기도 하고, 2개월하고 그만두기가 자존심도 상하고, 그래서 속으로 ‘조금만 버티자 어떻게든 버티보자’ 이런 마음으로.. (참여자 1)

진짜 힘들어서 그만두려고 했을 때 동기가 ‘조금만 더 버티어보자’고, 그 때 동기가 없었으면 그만두었을 거 같아요. 처음 3달은 일 끝나면 서로 붙잡고 막 울기만 할 정도로 그랬으니까, 초반에는 정말 의지가 많이 되었어요. (참여자 4)

이제는 일이 일찍 끝나면 공부를 시작해야 할 것 같아요. 그래서 일단 책은 다 준비해 놔고.. 지난달에도 도서관에 몇 번 가기는 했는데 집중이 안 되서 생각만큼 잘 하진 못 했는데. (참여자 11)

9. 변화해 가는 자신을 발견함.

본 연구 참여자들은 업무와 관련하여 신체적, 심리적 고통과 부담감, 대인관계에서의 어려움 뿐 아니라 개인적인 삶에서도 여유와 즐거움을 느끼지 못하면서 끊임없이 간호 직에 대한 회의와 이직을 고민하는 상황에서도 한편으로는 시간이 지나가면서 조금씩 변화해 가는 자신의 모습을 발견함을 알 수 있었는데 여기에는 업무수행능력의 향상, 역할모델을 통한 동기유발,

긍정적인 마음으로 변해감, 구성원으로 인정받음, 성취감을 느끼기 포함되었다. 참여자들 스스로가 시간이 지나면서 업무에 익숙해지고 업무수행능력이 점진적으로 향상되어 감을 발견하고 스스로도 대견함을 느끼고 있었는데 여기에는 적어도 4-5개월의 시간이 필요하다는 것을 알 수 있었다. 또한 일부 참여자들에게서 선배간호사의 역할모델을 통하여 간호 직에 대한 자부심과 본인도 열심히 공부하고 노력해야겠다는 동기유발을 다시 경험해가고 있었다. 참여자들 가운데는 긍정적인 마음가짐으로 변화하면서 간호사로서의 책임감과 사명감을 느껴가고 선배 간호사를 이해하는 마음과 그들의 단점보다 장점을 보려는 수용적인 마음가짐으로 변해가는 것도 확인할 수 있었다. 또한 구성원으로 인정받고 있는 자신을 점점 느껴가고 대상자 및 보호자들과의 관계를 통하여 간호에 대한 보람과 성취감도 경험해 가고 있는 참여자들도 있었는데 이와 같은 변화 과정에서도 선배간호사들의 배려와 격려 및 바람직한 역할 모델은 신규 간호사의 현장 적응에 매우 긍정적이며 중요한 영향을 미친다는 것을 알 수 있었다.

4-5개월 정도 되니까 모든 업무가 좀 빨라졌구나 하는 생각이 들더라고요. 또 융통성 있게 하는 게 틀려진 것 같아요. 일에 대해서 우선순위 그런 게 생기는 거예요. 루틴 일 같은 경우는 많이 안정이 됐고 제가 어떻게 해야겠다는 생각이 드니까 이제 는 일의 순서도 세워지는 것 같고, 한 3개월까지는 진짜 힘들었어요. (참여자 10)

일을 정말 꼼꼼하게 잘 하는 선생님이 계세요. 환자분들이 뭘 물어보면 X-ray 창을 다 띄워주고 하나하나 다 차근차근 친절하게 설명해주시거든요. ‘대단하다. 어떻게 저렇게 하지? 나도 저렇게 되야지’ 하는 생각이 들어요. 그런 거 보면 얼마만큼 경력이 쌓이면 저렇게 되나? 싶은 거예요. (참여자 7)

저는 지금은 일단 다 배워야하고 다 받아들여야한다는 생각이예요. 선생님들마다 닳아야겠다는 부분은 다 있는 것 같아요. 어떤 선생님은 업무 면에서 꼼꼼히 하시는 분도 있고.. 선생님마다 나름대로 본받을 점이 다 있는 것 같아요. 사람들 장점을 보면서 배우라는 얘기가 맞는 것 같고 점점 선생님들 장점을 보려고 노력을 하게 되더라고요. (참여자 9)

처음 한 3달 동안은 그냥 혼자서 왔다갔다..‘내가 힘들어서 그만둬도 나 없이도 잘 돌아갈 테다’ 내 존재감이 전혀 없다고 할까? 내가 거기 식구라는 생각이 전혀 안 들고 출퇴근만 하는 거지 전혀 소속감이 안 드는 거예요. 몇 달이 지나니까 “OO 야,

뭐 좀 할래? 뭐 좀 먹을래?” 말도 걸고 물어도 보고 챙겨주고.. 지금은 이런저런 애기도 하고 장난도 치고.. 이제는 식구로 좀 인정해 준다는 느낌이 들어요. (참여자 10)

환자들과의 관계에서 보람을 찾는 것 같아요. 보호자 분이 찾아와서 제 이름을 부르면서 감사하다고 하는 거예요. 제 이름을 부르는 것도 놀랐거든요. 그런데 거기에서 정말 감사하다고 그렇게 정중하게 인사까지 하니깐 마음도 뿌듯해지고. 이런 기분으로 일을 하는 것 같기도 하고 ‘아, 내가 이 일을 선택하길 잘했구나’ 이런 생각이 들고 점점 보람도 느끼고. (참여자 8)

주제와 중심의미들을 토대로 각 참여자의 관점에서 상황적 구조기술을 정리한 후 본 연구에 참여한 총 11명의 참여자들의 일반적 구조기술로 통합한 결과, 본 연구 참여자들은 간호현장 내외의 삶에서 간호사로서의 긍정적인 경험들에 비해 고통스럽고 힘든 부정적인 경험들을 더 많이 하고 있다는 것을 알 수 있었다. 간호사 면허를 취득한 후 신규간호사로서 간호 현장에 처음 근무하면서 간호 지식 및 기술의 부족, 업무대처 능력의 결여, 자신감 부족 등 간호업무 수행의 미숙함을 경험하고 있었다. 업무와 관련된 심적 중압감과 선배 간호사 및 대상자 등 대인관계로부터의 상처와 피로움은 참여자들에게 연속적인 불안과 긴장을 초래하며 심어지는 업무를 마치고 병동을 떠난 이후까지도 지속적인 긴장과 두려움을 경험하고 있었다. 과중한 업무량, 불규칙한 교대근무 및 초과근무 등으로 인한 육체적 고달픔과 건강문제도 심각한 수준이었다. 대부분의 참여자들이 심한 피로감과 지침을 경험하고 있었으며 부족한 수면에 늘 시달리고 있었을 뿐 아니라 부적절하고 불규칙한 식사 형태를 보이고 있었다. 특히 반복되는 불규칙한 교대 근무, 연속적으로 주말이 없는 근무, 잦은 초과근무, 그럼에도 불구하고 충분치 않은 보수 등은 신규간호사의 개인생활 영역에도 큰 어려움을 주고 있었을 뿐 아니라 병원 및 더 나아가 간호 직에 대한 불만족으로 연결되며 마음 한편에서는 이직을 늘 염두에 두고 있음을 알 수 있었다. 또 한편 대다수의 참여자들이 이러한 어려움을 해소할 기회가 거의 없는 삶을 살아가는 것이 큰 문제임을 알 수 있었는데 대부분의 삶이 업무에 과도하게 치우쳐 있었다. 육체적 고달픔 뿐만 아니라 시간적, 경제적 이유 등으로 인하여 업무 외의 개인적인 취미 및 여가활동이나 가족 및 친구들과의 적절한 대인관계를 제대로 영위하지 못하고 있었고 그 결과 참여자 대다수가 업무 내에서도 업무 밖 개인생활에서 만족감과 행복감을 거의 경험하지 못하고 있었다. 그러나 참여자들 삶에서 부정적인 경험만 있는 것이 아니라 다른 한편으로 참고 견뎌보겠다는 적응의지와 각자 나름의 노력이 내면 깊숙이 함께 존재함도 확인 할

수 있었다. 또한 45개월의 시간이 지나면서 차츰 안정감을 찾아가고 업무에 익숙해지고 업무수행능력이 점진적으로 향상되어감을 발견하며 스스로도 대견함을 느껴가는 참여자들도 있었다. 선배간호사들과의 관계에서도 소속감을 조금씩 느끼고 대상자 및 보호자들과의 관계를 통하여도 간호에 대한 보람과 성취감을 경험해 가는 모습도 발견할 수 있었는데 이와 같이 참여자들에게서 긍정적인 경험들이 조금씩 드러나면서 부정적인 경험과 공존하는 불안정한 상태인 것을 확인할 수 있었다.

는 의

간호대학을 졸업하고 의료기관에서 사회생활을 시작하는 신규간호사가 간호현장 내 외에서 체험하는 전체적인 삶의 의미와 구조를 알아보고자 시도한 본 연구에서 신규간호사는 삶의 많은 부분들이 간호현장 내의 업무와 관련된 중심의미들로 확인되었으나 이들로부터 도출된 중심의미들은 간호현장 내에서 뿐 아니라 현장 밖의 개인생활과도 밀접한 관련이 있다는 것을 알 수 있었다.

신규간호사 대부분이 간호업무 수행의 미숙함을 경험하였는데 이는 기본적인 간호기술과 간호지식이 부족하고 통합적인 간호업무 대처능력이 결여된 상태에서 간호업무에 대한 확신과 자신감이 저하되고 이는 반복적인 실수로 연결되었다. 이러한 자신감 저하는 업무와 관련된 심적 중압감을 유발하여 일상생활에서도 긴장과 두려움을 가지게 되며 자신의 미숙함에 대해 후회하고 자책하는 등 자존감도 매우 저하되어 있었다. 지금까지 신규간호사를 대상으로 한 많은 연구에서도 임상실무 수행의 어려움을 경험하는 것으로 보고되었고(Shin et al., 2010; Yoon, 2002), 간호업무와 관련된 스트레스(Yoon & Kim, 2006)는 공통적으로 나타나는 주제였다. 신규간호사들이 가장 많이 곤란을 겪는 임상실무 수행에서의 어려움은 이론과 임상실무의 차이에서 비롯되는 것으로 판단되며 이를 해소하기 위하여 임상실무의 적응력을 한층 더 높이는 간호교육 방법의 변화가 필요할 것이다. 최근 들어 전문적인 간호에 대한 사회적 요구가 증가되는 등 임상환경이 빠르게 변화하고 있고 이에 반해 환자 접근성은 제한되어 있는 현 상황에서 시뮬레이션을 활용한 반복적인 실습교육과 성과중심의 간호교육과정 및 핵심기술을 도입한(Kim & Jang, 2011) 간호교육 방법들이 간호학생들의 실무수행능력을 향상시키는 효과적인 대안이 될 수 있을 것으로 기대한다.

그러나 무엇보다 본 연구대상자들이 경험하는 심적 중압감은 간호업무에 부정적인 영향을 미칠 뿐 아니라 건강문제로 연결되고 개인생활을 방해할 정도로 심각하여 개인적인 삶의 즐거움을 느끼지 못하게 되는 요인이 될 수 있음을 알 수 있었다. 또한

간호현장 내에서 경험하는 인간관계의 어려움은 대부분의 신규 간호사가 공통적으로 겪는 심각한 문제로서 간호현장 내의 수평적 폭력(horizontal violence)이라 불리기도 하는데 이는 불안과 과도한 업무스트레스의 주요 원인이 될 수 있다(Lea & Cruickshank, 2007). 본 연구에서 나타난 '대인관계에서의 상처와 피로움'은 현장 내에서의 선배간호사, 간호대상자, 건강관리팀과의 관계에서뿐 아니라 친구나 가족과의 관계에서도 비롯됨을 알 수 있었는데 특히 선배간호사로부터 받는 시달림과 마음의 상처로 인해 참여자들로서는 힘든 인간관계를 경험하게 되고, 자존감이 저하됨을 알 수 있었다. 이는 간호업무 수행에도 영향을 줄 뿐 아니라 간호가치관을 퇴색시키는 요인이 될 수 있는데 선배간호사가 역할모델이 되지 못하고, 선배간호사로부터 지지 또는 보호를 받지 못하면 자존감이 저하되어 질적인 간호수행에도 영향을 준다(Mooney, 2007; Son et al., 2001; Yoo et al., 2012). 자존감은 전문직 가치관을 형성하는 전문직 사회화 과정에서 중요한 역할을 하는 요인으로(Bisholt, 2012), 전문직 사회화와 밀접한 관련이 있는 임상환경의 계층적 구조에서 자기주장을 못하고 자존감이 결여되면 점점 갈등상황을 회피하게 되고 간호가치관이 흔들리며 결국은 이직을 생각하게 된다(Randle, 2003). 본 연구에서도 참여자들이 간호사로서의 자부심을 잃어가고 간호 직에 대한 회의와 후회가 생기며 초기의 자기계발 의욕과 각오가 흐려져 가는 등 간호가치관이 흔들리는 것을 알 수 있었다.

신규간호사는 오리엔테이션을 받는 동안 가장 중요한 자신감과 성취감, 자아성찰을 경험하며, 스트레스를 받지만 자신이 하는 일에 대한 커다란 의미와 가치를 발견한다고 한다(Delaney, 2003). 그러므로 오리엔테이션이나 프리셉터를 활용하여 신규간호사를 교육할 때 자존감을 높일 수 있는 조직화된 프로그램을 제공하고, 질적인 간호수행과 전문직 간호사로서의 가치관 형성을 위해서는 긍정적인 간호환경을 조성할 수 있는 기반을 마련해야 할 것이다. 또한 선배간호사들에게 신규간호사의 성공적인 현장 적응에 선배간호사의 역할모델 및 따뜻한 지지와 배려가 얼마만큼 중요한 부분을 차지하는 지를 일깨우고 선배간호사 스스로도 간호 직에 대한 자부심과 긍정적인 가치관을 확립할 수 있도록 경력간호사들을 위한 주기적인 프로그램 운영도 매우 중요하다고 생각된다.

신규간호사들이 자신의 근무환경에 대해 만족하지 못하는 것은 과다한 업무량과 미숙한 업무처리로 인하여 빈번하게 연장근무를 하게 되는 등 스스로 자신의 간호업무가 과중하다고 생각하는 것과 관계가 깊다(Ji, 2008; Yoo et al., 2012). 이는 간호업무가 점차 복잡해지고 인증평가 제도 도입으로 인해 서류처리 업무가 증가되는 등 간호업무가 과중할 뿐만 아니라 간호 인력

의 부족 등 여러 요인들이 있을 수 있으나 본 연구에서는 예기치 않은 병원 행사나 교육으로 인하여 휴일에 출근을 해야 하는 체계적이지 않은 근무환경, 단시간에 많은 교육이 주어지고 프리셉터 교육 후 너무 빨리 간호업무에 투입됨으로서 느끼는 심적 부담감과 관련되어 있었다. 신규간호사의 경우 간호업무 수행 능력이 미숙하며 통합적인 사고 및 적응능력이 미흡한 상태이고 신체적, 심리적으로 힘든 상태에 있음을 고려할 때 경력간호사와 관리자들의 지지와 격려가 많은 도움이 될 것이며(Jones, 2012), 무엇보다 업무에 적응하기까지 시간적 여유를 가지고 배려하기 위해서는 신규간호사의 업무 적응을 위한 현실적인 프로토콜의 개발 및 운영과 함께 관리자들의 인식 변화가 있어야 할 것이다. 관리자들이 관심을 가져야 할 것은 불규칙한 교대근무 및 초과근무가 근무환경에 대한 불만족에 그치지 않고 간호사의 건강과 개인생활에도 상당한 어려움을 주고 있다는 점이다. 교대근무는 간호의 특성 상 불가피한 사항이지만 무리한 근무시간 배정과 간호사 개인의 생활을 배려하지 않고 병원 행사 등에 동원되어 휴식을 방해하고 개인적인 삶을 침해하지 않도록 상호 존중하는 환경을 조성하도록 노력하여야 할 것이다.

특히 본 연구 참여자들에게서 '개인적인 삶의 즐거움을 누리지 못함'이 매우 의미 있는 중심의미로 확인되었는데 이들은 직장생활을 시작하면서 업무외의 개인적인 생활을 거의 누리지 못하고 있었다. 휴일에도 교육이나 병원 행사에 참석해야 하는 경우가 많아서 충분히 휴식을 취하지 못하며, 불규칙한 교대 근무로 인하여 취미생활이나 정기적인 운동 등 여가시간을 활용할 여유가 없고, 신앙생활 뿐 아니라 친구들과 만나는 시간을 할애하기가 어려운 상황이어서 업무와 관련된 과중한 스트레스를 효과적으로 해소할 수 있는 기회가 거의 없다는 것을 알 수 있었다. 더욱이 참여자들이 외모관리는 물론 외부활동에 대한 관심도 저하되어 있으며, 무엇보다 삶의 즐거움과 행복감을 거의 느끼지 못하고 있다는 것은 젊은 세대에 속한 이들의 삶의 질이 현저하게 낮아져있음을 암시하는 것으로 결국에는 이직의 문제로 연결될 수 있는 요인이다. 개인의 삶의 질은 다차원적 요인들에 의하여 영향을 받는 경험이므로 신체적, 정서적, 사회 심리적 요인들에 폭넓은 관심을 기울여야 할 것이다. 본 연구 참여자들에게서 건강상의 문제점도 다수 확인할 수 있었는데 교대근무로 인한 수면부족 및 불면증 등 수면장애와 극도의 피로감을 호소하였고 위장관계, 피부계 및 근골격계, 생식기계, 순환기계 등의 다양한 건강문제를 경험하고 있었다. 특히 식습관이 매우 불규칙한데 낮 근무 시에는 이른 출근으로 인하여 아침식사를 하지 못하고, 바쁜 업무로 인하여 근무시간 중에도 식사를 제대로 하지 못하여 건강문제가 점차 증가되고 있었다. 간호사의 건강문제는 대부분의 연구(Ji, 2008; O'Shea &

Kelly, 2007)에서 공통적으로 보고되어 왔으며, 다른 사람의 건강을 책임지는 의료인으로서 신규간호사가 자신의 건강을 잘 유지하도록 도와줌으로서 삶의 질을 향상시킬 수 있을 것이다.

참여자들은 업무를 수행하면서 많은 어려움을 경험하지만 힘든 상황을 참고 견디면서 극복하려는 나름의 의지와 노력을 기울이고 있었다. 이 과정에서 동기간호사와 심적으로 서로 의지하는 시간을 가지는 것이 업무에서 받은 스트레스를 완화하는데 특히 많은 도움이 되며, 호의적인 선배간호사가 해주는 격려의 말과 가족의 관심에서 힘을 얻는 것도 확인할 수 있었다. 또한 일부 참여자에게서 점차 자신의 상황을 수용하려는 긍정적인 마음가짐과 자기발전을 위해 노력하려는 욕구가 생기는 것도 알 수 있었다. 졸업 후 학생에서 면허간호사로의 역할 전이 과정에서 대부분의 신규간호사들은 초기에 혼돈과 디스트레스를 경험하는데 특히 처음 3개월간이 가장 스트레스가 높다고 하였다 (Godinez, Schweiger, Gruver, & Ryan, 1999). 이 시점이 지나면서 점차 독립적으로 일할 수 있고 조금씩 편안함을 느끼게 되지만(Delaney, 2003), 6-10개월까지는 여전히 자기주장 기술이 부족하며 질문하는 것을 두려워하고 경우에 따라서 부정적으로 생각하기도 하며(Mooney, 2007), 그런 과정을 거친 후 결과적으로는 긍정적인 방향으로 전환된다고 하였다(Wangenstein et al., 2008). 따라서 신규간호사로서의 첫 1년간은 현장 적응의 정착까지 매우 불안정한 시기임을 알 수 있었다. 본 연구 참여자들에게서도 4-5개월이 지나가면서 업무수행능력이 점진적으로 향상되고 현장내의 적응에 조금씩 편안함을 느껴가고 있음을 알 수 있었으나 여전히 신체적, 심리적, 대인관계 적 어려움을 완전히 극복하지 못하고 있었고 현장을 떠나고 싶은 충동과 갈등을 늘 간직하고 있음을 알 수 있었다. 신규간호사들은 자신이 수행한 간호업무와 관련하여 긍정적인 경험보다는 부정적인 경험을 더 많이 하는 것으로 보고되고 있어(Jack, 2005), 적응과정에서 우려되는 점이 많으며 따라서 성공적인 임상적응을 위해서는 충분한 시간적인 여유를 가지고 단계적으로 적응할 수 있도록 지도하고 훈련하는 시스템이 필요하다. 특히 나름대로 참고 견디면서 극복해 내려는 노력과 변화해가는 자신을 발견해 가는 과정은 신규간호사의 성공적인 적응에 있어 매우 긍정적인 경험으로 이러한 긍정적인 부분이 부정적인 경험들에 의하여 힘을 잃지 않도록 적극적으로 지지하고 격려해야 할 것이다.

본 연구는 신규간호사가 간호현장에 적응하는 과정에서 업무 내의 삶의 경험이 개인생활에도 많은 영향을 미치고 있음을 확인한 것에 의의를 두었다. 신규간호사로서의 처음 1년간은 시간이 지나면서 조금씩 안정을 찾아가고 업무 적응에 편안함을 느껴가는 긍정적인 경험과 개인적 삶의 질적 저하로 인해 업무에 대한 만족감 및 성취감이 저하되는 부정적인 경험이 공존하는

불안정한 시기임도 확인할 수 있었다. 따라서 본 연구의 결과가 신규간호사의 질적인 삶을 위해서 간호업무와 개인생활의 균형을 유지함으로써 궁극적으로는 신규간호사의 성공적인 적응을 돕는 기초자료가 되고 간호인력 관리에 도움이 될 것으로 기대한다.

결론 및 제언

본 연구는 신규간호사가 살아가면서 간호현장 내 외에서 체험하는 업무관련 경험과 개인적 삶의 경험을 심층적으로 탐색하여 그 의미와 구조를 밝히고자 하였다. 신규간호사가 경험하는 많은 부분이 간호현장 내에서의 업무능력과 관련된 것임을 고려할 때 신규간호사의 업무수행 및 적응능력을 돕는 체계적인 학교 및 현장 프로그램이 요구된다. 이 때 신세대 신규간호사의 생생한 경험을 반영한 통합적인 교육 및 적응 프로그램이 제공되어야 간호 직에 대한 만족도를 높이고 개인의 삶의 질을 증진하며 궁극적으로는 신규간호사의 성공적인 정착을 돕는데 도움이 될 것이다. 또한 점차적으로 업무에 적응하고 참여자들의 내면에 자리해 있는 긍정적인 적응의지와 수용적인 태도가 표면에 나타나기까지 시간적인 여유를 가지고 현장 적응을 격려할 수 있는 관리자의 인식변화 및 제도적 장치가 요구된다. 특히 시간이 지나면서 조금씩 확인되는 신규간호사의 긍정적 경험들이 부정적인 경험들에 의하여 묻히지 않도록 긍정적 부분들을 더욱 격려하고 강화할 수 있는 방법들이 모색되어야 할 것이다. 또한 인간관계를 통한 스트레스는 현장 내 부작용, 개인의 자존감 훼손 및 심적 고통, 간호 직에 대한 회의 및 이직에 대한 갈등뿐 아니라 개인생활의 삶의 질에 있어서도 부정적인 영향을 미치는 주요한 요인으로 확인된 만큼 간호조직 내의 인간관계 증진을 위하여 간호환경을 개선할 필요가 있다. 한편 본 연구 참여자들의 개인적인 삶에서 심각한 수준의 부적절한 생활양식과 건강문제가 확인되었고 참여자 대다수가 신규간호사로서의 삶에서 즐거움과 행복감을 경험하지 못하고 있다는 것은 앞으로 간호직의 발전과 미래에 부정적인 영향을 미칠 수 있는 중요한 사안이므로 간호업무외의 개인적인 삶을 고려한 반복적인 연구가 요구된다.

REFERENCES

- Bisholt, B. M. (2012). The professional socialization of recently graduated nurses - Experiences of an introduction program. *Nurse Education Today*, 32(3), 278-282. <http://dx.doi.org/10.1016/j.nedt.2011.04.001>

- Brown, H., & Edelmann, R. (2000). Project 2000: A study of expected and experienced stressors and support reported by students and qualified nurses. *Journal of Advanced Nursing*, 31, 857-864. <http://dx.doi.org/10.1046/j.1365-2648.2000.01344.x>
- Delaney, C. (2003). Walking a fine line: Graduate nurses' transition experiences during orientation. *Journal of Nursing Education*, 42(10), 437-443.
- Giorgi, A. (Ed.). (1985). *Phenomenological and Psychological Research*. Pittsburgh, USA: Duquesne University Press.
- Godinez, G., Schweiger, J., Gruver, J., & Ryan, P. (1999). Role transition from graduate to staff nurse: A qualitative analysis. *Journal Nurses Staff Development*, 15(3), 97-110.
- Han, S. S., Sohn, I. S., & Kim, N. E. (2009). New nurse turnover intention and influencing factors. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 39, 878-887. <http://dx.doi.org/10.4040/jkan.2009.39.6.878>
- Higgins, G., Spencer, R.L., Kane, R. (2010). A systematic review of the experiences and perceptions of the newly qualified nurse in the United Kingdom. *Nurse Education Today*, 30, 499-508. <http://dx.doi.org/10.1016/j.nedt.2009.10.017>
- Jack, C. (2005). 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*, 13, 110-121.
- Ji, E. O. (2008). *A Study on Field Adaptation of New Nurses*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul, Korea.
- Jones, H. (2012). Newly qualified nurses need time and support to help them settle in. Rosie Katherine Heap (reflections April 25). *Nursing Standard*, 26(35), 32.
- Kim, C. H., Kim, H. S., Cho, H. S., Lee, S. O., Ham, H. M., & Park, M. M. (2000). The effect of preceptorship on OJT (on the job training) of new nurses. *Korean Journal of Adult Nursing*, 12, 546-559.
- Kim, Y. H., & Jang, K. S. (2011). Effect of a simulation-based education on cardio-pulmonary emergency care knowledge, clinical performance ability and problem solving processing new nurses. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 41, 245-255.
- Mooney, M. (2007). Professional socialization: The key to survival as a newly qualified nurse. *International Journal of Nursing Practice*, 13(2), 75-80.
- Lea, J., & Cruickshank, M. T. (2007). The experience of new graduate nurses in rural practice in New South Wales. *Rural Remote Health*, 7(4), 814.
- O'Shea, M., & Kelly, B. (2007). 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*, 16, 1534-1542. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1365-2702.2006.01794.x>
- Randle, J. (2003). Bullying in the nursing profession. *Journal of Advanced Nursing*, 43, 395-401. <http://dx.doi.org/10.1046/j.1365-2648.2003.02728.x>
- Ro, W. J., Song, M. S., Kim, K. N., Um, O. B., Han, Y. H., Kim, M. J., et al. (2011). Survey on range of disposition of the nursing personnel of medical institutions. Seoul: Hospital Nurses Association.
- Shin, Y., Lee H., & Lim, Y. (2010). Predictors of clinical competence in new graduate nurses. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*, 16, 37-47.
- Son, H., Koh, M., Kim, C., & Moon, J. (2001). The clinical experiences of adaptation as a new nursing staff. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 31, 988-997.
- Wangenstein, S., Johansson, I. S., & Nordström, G. J. (2008). The first year as a graduate nurse - An experience of growth and development. *Journal of Clinical Nursing*, 17, 1877-1885. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1365-2702.2007.02229.x>
- Ye, J. E., & Chin, H. (2009). A interview and empirical analysis on new generation workers' characteristics. *Korean Association of Human Resource Development*, 12(2), 67-86.
- Yoo, C. S., Kim, J. H., Kim, M. Y., Kim, S. J., Kim, Y. S., Kim, J. A., et al. (2012). Factors related to organizational socialization of new nurses. *Journal of Korean Clinical Nursing Research*, 18, 239-250.
- Yoon, S. (2002). A study on new graduate nurses' clinical experience of adaptation. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*, 8, 55-72.
- Yoon, S., & Kim B. (2006). New graduate nurses' stress, stress coping, adaptation to work, and job satisfaction: Change comparison by personality. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*, 12, 491-500.