국내 수의과대학생의 스트레스 경험 연구

김재은¹ · 주설아² · 천명선² · 이동혁¹ · 남상섭^{3,4,*}

¹건국대학교 일반대학원 교육학과, ²서울대학교 수의과대학 수의인문사회학교실

³건국대학교 수의과대학 해부학교실, ⁴건국대학교 수의과학연구소

A study on stress experiences of Korean veterinary students

Jae Eun Kim¹, Seola Joo², Myung-Sun Chun², Donghyuck Lee¹, Sang-Soep Nahm^{3,4,*}

¹Department of Education, The Graduate School, Konkuk University, Seoul 05029, Korea

²Department of Veterinary Humanities and Social Sciences, College of Veterinary Medicine, Seoul National University, Seoul 08826, Korea

³Department of Anatomy, College of Veterinary Medicine, Konkuk University, Seoul 05029, Korea

⁴Veterinary Science Research Institute, Konkuk University, Seoul 05029, Korea

Abstract: The quality of a veterinary service depends on the veterinarian's physical and mental health. However, a veterinarian's mental health is generally considered to be more vulnerable than that of other health care professionals. As many veterinary students will enter the veterinary profession in near future, it is necessary to investigate their psychological status. This study examined stressors affecting student life in one veterinary school. Anxiety, depression, and stress levels were assessed using questionnaires and qualitative research techniques. The results obtained from questionnaires showed that the proportion of veterinary students with psychological distress was higher than expected. The major stressors experienced by the veterinary students were academic, economic, and environmental. Qualitative study using a photovoice method revealed that the students in this study felt relatively deprived compared with those in other veterinary schools. In addition, they were distressed by the school environment and limited human relationship. Our results suggest that veterinary school administrators should be aware of students' psychological distress and should undertake systematic improvement in their educational system by altering counseling programs, curricula, and school culture principles.

Keywords: veterinary students, stress, anxiety, depression, mental health

서론

스트레스는 개인이 가지고 있는 자원의 한계를 넘어, 자신의 정신적·신체적 건강이 위협하다고 평가되는 상황에서 개인과 환경 간에 나타나는 현상이다[1]. 일반적으로 의학교육을 받는 학생들은 다른 고등교육을 받는 학생들에 비해 상대적으로 높은 수준의 스트레스에 노출되어 있다고 알려졌다[2]. 뿐만 아니라 의학교육과정은 학생들에게 심리적으로 우울, 불안, 스트레스를 유발할 수 있으며[3], 이는 결국 학업성취에 부정적인 영향을 미치는 것으로 보고되었다[4].

수의사는 동물의 생명을 다루는 업무를 수행하므로 이들의 정신적·신체적 건강은 수의 서비스의 질 제고에 필수적이다. 수의사 직업군이 정신건강에 있어 취약할 수 있다는 점은 이미 선행 조사에 의해 알려졌다. 미국과 영국의 연구 결과에 의하면, 수의사의 자살률은 의사보다 2배 이상 높고, 일반인보다는 약 4배 높으며 이러한 경향은 수의사의 연령이 낮을수록 더욱 현저하게 나타났다[5]. 따라서 향후 수의사 직업군에 합류하게 될 수의과대학생(이하 수의대생)들에게는 보다 효율적으로 자기관리를 할 수 있도록 정신건강에 대한 체계적 관리와 교육이 필요할 것이다.

전문직 교육의 역사가 오래된 의학교육 분야에서는 의과대학생들의 스트레스 원인과 관리방법에 대한 연구가 성공적인 의학교육을 위해 중요하다고 인식되어 의학교육학 분야에서 이에 대한 광범위한 연구가 진행되고 있다.

*Corresponding author

Sang-Soep Nahm
College of Veterinary Medicine, Veterinary
Science Research Institute, Konkuk
University, 120 Neungdong-ro, Gwangjin-
gu, Seoul 05029, Korea

Tel: +82-2-450-3705
Fax: +82-2-450-3037
E-mail: ssnahm@konkuk.ac.kr

ORCID:

Jae Eun Kim
<https://orcid.org/0000-0003-1865-577X>
Seola Joo
<https://orcid.org/0000-0002-5024-8448>
Myung-Sun Chun
<https://orcid.org/0000-0002-0658-2895>
Donghyuck Lee
<https://orcid.org/0000-0002-0379-0429>
Sang-Soep Nahm
<https://orcid.org/0000-0002-0519-580X>

Conflict of Interest

The authors declare no conflicts of interest.

Received: March 2, 2020

Revised: April 25, 2020

Accepted: May 13, 2020

이에 따라 국내외 연구자들에 의해 의대생들의 스트레스 요인과 수준을 평가할 수 있는 다양한 척도가 개발되어 있다[6-8]. 미국과 스웨덴 연구진의 조사 결과에 의하면, 해외 의대생의 스트레스는 주로 학업, 대인관계, 진로, 학교환경에 의해 유발되는 것으로 나타났다[6,8]. 이런 결과를 바탕으로 한국적 상황이 반영된 조사 결과에 따르면, 국내 의대생들은 대체적으로 학업, 가족 및 대인관계, 진로, 학교환경, 임상실습에서 스트레스가 유발되는 것으로 파악되어[7] 국내외 의대생들이 경험하는 스트레스 요인은 대체적으로 유사한 것으로 나타났다. 한편, 국외 의대생의 스트레스 경험에 대한 조사에 따르면, 학생들은 다양한 학업 외적인 요인에 의한 스트레스를 느끼고 있으며[9], 이런 문제를 해결하기 위해 대학이 적극적으로 개입할 필요성이 제시되었다[10].

이와 같은 선행 연구 결과에 반해 한국의 의대생들이 경험하는 스트레스 수준과 요인에 대한 기초적 연구는 아직 많이 수행되지 않고 있는 상황이다. 최근 국내 의대생을 대상으로 실시된 조사 연구 결과에 의하면, 의대생 중 우울, 불안, 스트레스를 호소하는 학생의 비율이 각각 30.9%, 35.8%, 43.2%로써 예상보다 높게 나타나 매우 심각한 수준의 정신적, 심리적 문제 상황에 놓여 있다는 사실이 확인되었다[11]. 이와 같은 결과는 한국의 의대생이 경험하는 스트레스 요인에 대한 심도 있는 조사의 필요성을 시사하고 있다.

본 연구의 목적은 선행연구에서 심리적 스트레스 수준이 높은 것으로 나타난 한 수의과대학을 대상으로 학생들이 경험하고 있는 스트레스의 요인을 심층 분석하는 것이다. 이를 통하여 장기적으로 수의학 교육과정에서 스트레스가 학업성취에 미치는 부정적 영향을 감소시킬 수 있는 방안을 도출하는 데 필요한 기초자료를 확보하고자 한다.

재료 및 방법

수의과대학생의 불안, 우울, 스트레스 및 스트레스 유발 요인 조사

본 연구는 전국 10개 수의과대학 재학생을 대상으로 온라인으로 실시한 설문조사 결과를 보고한 선행연구[11] 저자들의 허가를 얻어 발표되지 않은 연구 대상 대학 학생들의 결과만을 별도로 분석하였다. 연구대상 의대생의 불안, 우울, 스트레스는 한글판 depression, anxiety, stress scale-21 (DASS-21; www.psy.unsw.edu.au/dass)을 활용하여 측정하였다[12,13]. DASS-21 문항은 불안, 우울, 스트레스에 대해 총 21문항으로 구성되어 있다. 각 문항에 대한 응답은 ‘전혀 해당되지 않음(0점)’, ‘약간 또는 가끔 해당됨(1점)’, ‘상당히

또는 자주 해당됨(2점)’, ‘매우 많이 또는 거의 대부분 해당됨(3점)’에 이르는 4점 Likert 평점 척도로 측정하였다. 점수가 높을수록 불안, 우울, 스트레스의 정도가 심한 것을 의미한다.

스트레스 유발 요인은 설문은 한국 수의대생의 스트레스 요인 조사를 목적으로 Kim 등이[7] 개발한 의과대학생 스트레스 척도 총 40문항을 수의과대학 상황에 맞게 23문항으로 재구성하여 실시하였다[11,14]. 문항은 ‘거의 언제나 그렇다=4’에서 ‘전혀 그렇지 않다=1’에 이르는 4점 Likert 평점 척도로 조사하였으며, 점수가 높을수록 강한 스트레스 유발 요인임을 의미한다.

연구 대상 대학 학생 심층 조사

연구 참여자 선정

본 연구는 국내 한 수의과대학에 재학 중인 학생을 대상으로 연구의 목적과 취지에 공감하며 자발적인 참여 의사가 있는 예과 2학년부터 본과 4학년 학생 19명을 선정하여 연구를 진행하였다(Table 1). 본 연구는 해당 대학교의 기관생명윤리위원회에서 승인된 절차에 따라 진행되었다(201903-HR-304).

포토보이스 방법

본 연구는 연구 참여자가 수의대생으로서 경험하는 스트레스를 주제로 자신의 생각 또는 가치관을 사진을 매개로 표현하고, 이를 심층적으로 탐구하는 포토보이스(photovoice) 기법을 활용하였다. 포토보이스 기법은 언어만으로 설명할 수 없는 것을 시각적 이미지로 표현할 수 있는 기회를 제공하는 질적연구 방법 중 한 방법이다[15]. 연구 대상 대학 학생에 대한 심층 분석은 2019년 3월부터 6월 사이에 Wang[15]의 방법을 참고하여 사전조사, 연구 대상자 모집, 오리엔테이션 및 관련 교육, 기록 및 서술 단계 순으로 진행되었다. 오리엔테이션에서 참여자들에게는 다음과 같은 개방형 질문을 제시하고 질문에 대한 보고서를 E-mail로 제출하게 했다.

- 불안, 우울, 스트레스를 느끼는 상황
- 스트레스 극복 방법
- 스트레스를 극복하는데 도움이 되거나 방해가 되는 요소

보고서 제출 후에는 보고서 내용에 대한 포커스 그룹 인터뷰(focus group interview, FGI)를 2회 실시하였다[15,16]. FGI는 편안하게 참여자들이 대화할 수 있는 장소에서, 전이성 및 신뢰성을 높이기 위해 성별 및 학년을 최대한 고려하

Table 1. 연구 대상 대학 심층 연구 참여자 현황

학년	예과2		본과 1		본과 2		본과 3		본과 4	
성별	남	여	남	여	남	여	남	여	남	여
인원	0	2	4	2	1	4	3	0	1	2
계	2		6		5		3		3	

여 2그룹으로 그룹당 9명-10명을 나누어 진행하였다.

결과 분석

본 연구는 참여자들이 포토보이스 기법을 활용하여 기록하고 서술한 보고서와 이를 바탕으로 실시한 FGI를 통해 도출한 내용을 토대로 질적 내용 분석(qualitative content analysis)을 실시하였다. 연구의 신뢰성(credibility)을 높이기 위해 모든 인터뷰 내용은 녹음하여 전사하였으며, 다수의 질적 연구 경험이 있는 전문가가 분석내용을 확인하였다. 또한 연구 참여자가 연구 결과를 확인하여 인터뷰 분석 내용이 잘 정리되고 표현되었는지를 확인할 수 있도록 학교 게시판에 전사하였다. 연구결과의 전이성(transferability)을 높이기 위해서 다양한 참여자층이 조사에 참여하도록 하여 심층묘사가 가능하도록 실시하였다. 확증성(confirmability)과 감사성(auditability)을 확보하기 위하여 자료수집 및 분석 등의 전 과정을 기록으로 남기고 보관하였으며, 연구과정을 자세히 기술하였다[17].

결 과

수의과대학생의 불안, 우울, 스트레스 및 스트레스 유발 요인 조사

설문조사 결과 10개 수의대생 중 우울, 불안, 스트레스 수준이 심각(severe) 또는 매우 심각(extremely severe) 이상인 학

생의 비율은 각각 30.9%, 35.8%, 43.2%로 나타났다(Fig. 1).

연구 대상 대학의 학생 중 우울, 불안, 스트레스 수준이 심각(severe) 또는 매우 심각(extremely severe) 이상인 학생의 비율은 각각 37%, 41%, 51%로 전국 평균보다 높아 심층연구의 필요성이 있다고 판단하였다. 연구 대상 대학의 학생 설문에는 총 216명의 학생이 참여하였고, 이 중 남학생이 53.7%, 여학생은 46.3%였으며, 예과 1,2학년 학생은 20.8%, 본과 1,2학년 학생은 54.2%, 본과 3,4학년은 25.0%의 비율

Fig. 1. Percentage of students with severe to extremely severe level of depression, anxiety, and stress in 10 veterinary schools. The empty black circle indicates the levels for the school to be studied, and the lines in the graph represent the average level of 10 schools.

Table 2. 연구 대상 대학 재학생의 우울, 불안, 스트레스

설문항목		성별		학년			소계
		남	여	예과1, 2	본과1, 2	본과3, 4	
		인원 (%)	인원 (%)	인원 (%)	인원 (%)	인원 (%)	
우울*	Normal	33 (28)	20 (20)	19 (42)	26 (22)	8 (15)	53 (25)
	Mild	18 (16)	11 (11)	5 (11)	17 (15)	7 (13)	29 (13)
	Moderate	31 (27)	23 (23)	8 (18)	28 (24)	18 (33)	54 (25)
	Severe	12 (10)	21 (21)	7 (16)	21 (18)	5 (9)	33 (15)
	Extremely severe	22 (19)	25 (25)	6 (13)	25 (21)	16 (30)	47 (22)
불안†	Normal	39 (34)	26 (26)	17 (38)	35 (30)	13 (24)	65 (30)
	Mild	9 (8)	8 (8)	3 (7)	10 (9)	4 (7)	17 (8)
	Moderate	28 (24)	19 (19)	13 (29)	20 (17)	14 (26)	47 (22)
	Severe	10 (9)	13 (13)	6 (13)	15 (13)	2 (4)	23 (11)
	Extremely severe	30 (26)	34 (34)	6 (13)	37 (32)	21 (39)	64 (30)
스트레스‡	Normal	27 (23)	18 (18)	15 (33)	18 (15)	12 (22)	45 (21)
	Mild	13 (11)	4 (4)	7 (16)	6 (5)	4 (7)	17 (8)
	Moderate	23 (20)	21 (21)	10 (22)	23 (20)	11 (20)	44 (20)
	Severe	28 (24)	23 (23)	10 (22)	30 (26)	11 (20)	51 (24)
	Extremely severe	25 (22)	34 (34)	3 (7)	40 (34)	16 (30)	59 (27)
총계		116 (100)	100 (100)	45 (100)	117 (100)	54 (100)	216 (100)

* 우울에 대한 문항의 총점이 0-9 점은 Normal, 10-13 점은 Mild, 14-20 점은 Moderate, 21-27 점은 Severe, 28 점 이상은 Extremely severe에 해당함; † 불안에 대한 문항의 총점이 0-7 점은 Normal, 8-9 점은 Mild, 10-14 점은 Moderate, 15-19 점은 Severe, 20 점 이상은 Extremely severe에 해당함; ‡ 스트레스에 대한 문항의 총점이 0-14 점은 Normal, 15-18 점은 Mild, 19-25 점은 Moderate, 26-33 점은 Severe, 34 점 이상은 Extremely severe에 해당함.

Table 3. 연구 대상 재학생의 주요 스트레스 요인 측정 문항 결과

순위	영역	설문 내용	점수
1	학업	학습량이 많아서 힘들다	3.50
2	환경	등록금과 교재비 등으로 가족에게 경제적으로 부담을 준다	3.46
3	학업	유급에 대한 두려움이 있다	3.22
4	학업	수시로 보는 시험으로 힘들다	3.22
5	진로	진로(세부전공)에 대한 정보 부족으로 답답하다	3.13
6	학업	수업이 많아 개인적으로 공부할 시간이 없다	3.06
7	진로	졸업 후 어떤 진로(세부전공)를 선택해야 할지 모르겠다	2.87
8	학업	임상실습 시 실수해서 동물에게 해를 가할까봐 걱정된다	2.73
9	진로	나의 미래에 대한 부모님과 가족의 기대가 너무 무겁다	2.67
10	학업	노력해도 성적이 오르지 않아 걱정이다	2.67
11	학업	이론적 지식과 실습상황에서 실제적 지식 간에 차이가 많다	2.62
12	대인	졸업 후에도 지속적으로 관계를 유지해야 하기 때문에 선배나 동기들에게 싫다는 감정을 표현하지 못한다	2.61
13	대인	나의 문제를 상담할 수 있는 사람 또는 방법을 찾기 어렵다	2.60
14	진로	내 능력이 부족하여 원하는 진로(세부전공)를 선택할 수 없을 것 같다	2.57
15	진로	진로(세부전공)에 대해 진지하게 생각할 여유가 없다	2.56
16	환경	등록금 등으로 빚이 많아 걱정이다	2.54
17	대인	학과 친구들 이외의 친구들과 시간을 갖지 못해 멀어진다	2.44
18	대인	학과 내 경쟁 속에서 대인관계가 삭막해진다	2.29
19	대인	나의 소통능력 부족으로 일상생활의 대화나 수업시간의 발표 등에 어려움을 느낀다	2.28
20	대인	교수님이나 선배들과의 관계가 지나치게 수직적이라 힘들다	2.27
21	학업	과목별 실험/실습이 잘 이해가 가지 않고 어떻게 해야 할 지 모르겠다	2.19
22	학업	임상실습을 잘 견뎌낼 수 없을 것 같아 걱정된다	2.15
23	학업	동물실험을 하는 것이 두렵다	1.99

응답은 4 점 척도로 구분하였으며 ‘1= 전혀 그렇지 않다’, ‘2= 거의 그렇지 않다’, ‘3= 흔히 그렇다’, ‘4= 언제나 그렇다’를 나타냄.

을 차지하였다. 우울, 불안, 스트레스를 느끼는 비율은 여학생이 남학생에 비해 높았으며, 본과 1,2학년이 다른 학년에 비해 높게 나타났다(Table 2).

연구 대상 대학 학생의 설문결과에서 나타난 주요 스트레스 유발 요인에 대한 응답은 ‘학습량이 많아서 힘들다’의 평균 값이 가장 높았다. 스트레스 유발 상황 중 ‘흔히 그렇다’고 응답한 3점 이상의 척도를 보인 문항은 6개였는데, 이중 4개는 학업에 의한 요인이었으며 경제적인 부담을 호소한 환경 요인이 1건, 진로선택과 관련된 요인이 1건으로 나타났다(Table 3).

포토보이스 보고서와 포커스 그룹 인터뷰를 통한 심층 조사 결과

FGI 결과 중 주요 키워드를 시각화한 워드 클라우드에서는 ‘교수’, ‘학교’, ‘시간’, ‘수업’, ‘과목’, ‘상황’, ‘사람’, ‘시험’, ‘문제’, ‘수의사’, ‘공부’, ‘수의대’, ‘학기’ 등의 단어가 상대적으로 크게 나타남에 따라, 인터뷰 참여자들의 진술에서 자주 그리고 중요하게 사용되었음을 확인할 수 있다(Fig. 2).

참가자들의 스트레스를 종합하면 마우스 페이지에 간헐 반

Fig. 2. Wordcloud representation of words that frequently appeared in the focus group interview transcript. The occurrence frequency of words more than 2 characters was analyzed by NetMiner 4.0 program.

복되는 일상을 ‘피비우스의 띠’와 같은 상황으로 표현하였다 (Fig. 3).

Fig. 3. Möbius strip.

“방대한 시험 범위와 공부량. 시험이 끝나면 과제가 있고 과제가 끝나면 다시 시험이 있는 무한 피비우스의 띠이다.”
(A 학생)

“마우스 케이스 안에 여섯 마리 마우스가 딱 들어있는 것 같다. 이 중에 분명히 밖으로 나가고 싶은 쥐가 있을 텐데 마우스 케이스 안에 그대로 갇혀 정해진 대로 따라가야만 하는 상황이 우리 같다.”(B 학생)

심층 조사를 통해 각 영역의 스트레스 요인에 대해 참여 학생의 스트레스 경험을 분석한 결과 수의대생의 스트레스는 3개의 범주, 9개의 하위 주제로 분석되었다. 도출된 3개의 범주는 ‘학업 스트레스’, ‘비교에 따른 상대적 박탈감’, ‘폐쇄적 환경’이었으며, 참여자의 구체적인 진술 내용은 다음과 같다.

학업 스트레스

참여자들은 공통적으로 과도한 학습량 때문에 많은 스트레스를 받고 있었다. 참여자들은 수의학교육과정의 특성상 많은 양의 공부를 해야 한다는 것에는 공감하지만 비효율적인 교육 과정과 단순 지식전달, 일방통행식의 강의 등 효과적이지 않은 교육 방식으로 학업 스트레스가 가중되고 있다고 하였다.

1) 과도한 학습량

학업 스트레스는 전국 10개 수의대생들이 공통적으로 느끼고 있는 스트레스이다. 참여자들 역시 가장 비중을 크게 느끼고 있는 스트레스의 원인으로 ‘과도한 학습량’을 들었다. 학기 당 필수 이수 학점이 과중하여 학업 외에 다른 일을 전혀 할 수 없고, 계속되는 시험과 과제로 인한 피로감이 높다. 이 때문에 결국 포기하게 되는 교과목이 발생하고, 휴식 시간의 부족으로 학습 효율이 저하된다고도 말했다(Fig. 4).

Fig. 4. Long examination period and massive academic load.

“보통 한 주에서 열흘 정도 시험기간이 있고, 하루에 한 과목 정도 시험을 본다. 주로 암기 과목으로 공부량이 많아 거의 시험 기간 내내 수면 부족 상태이다.”(C 학생)

2) 비효율적인 교육과정

참여자들은 중복되는 강의 또는 실습 내용이 많음에도 불구하고 교육과정이 개선되지 않으며, 갑작스러운 강의 및 실습 일정의 변경으로 인하여 시간 관리가 불가능하다고 하였다. 또한 예정에 없던 과제를 부여나 평가 실시로 다른 교과목 학습에 방해가 되며, 의미 부여가 되지 않는 과제도 있다고 하였다(Fig. 5).

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri

Fig. 5. Frequent changes in class hours and teaching method.

“계속되는 시험과 과제만으로도 지쳐 있는데, 분기별로 수업 방식, 수업 시간 등이 예고 없이 바뀌어서 개인적인 시간 관리가 불가능하다. 또한 갑작스러운 과제를 부여나 평가도 많아 다른 교과목 학습에도 방해가 된다.”(D 학생)

3) 일방통행식 강의

참여자들은 지식의 나열 또는 일방통행식 강의 때문에 학습 의욕이 저하되고, 심지어 단순히 교재만 읽어주는 강의도 있어 분노를 느낀다고 하였다. 교수의 바쁜 일정 때문에 조교가 강의를 대신하기도 하며, 특정 과목에서는 교수의 강의보다 조교의 강의를 듣는 시간이 더 많다고 하였다(Fig. 6).

Fig. 6. Unsatisfying teaching method.

“어느 교수님은 영문 교재를 그대로 복사해 PPT에 붙여 넣은 것을 그대로 읽는 방식으로 수업을 하신다. 심지어 한국어로 풀어 설명하는 성의조차 없이 영어 원문 그대로 읽으신다. 향후 수의사가 되는데 중요한 과목임에도 불구하고 독학으로 하는 어려운 상태라 향후 관심을지 걱정이 된다.”(E 학생)

비교에 따른 상대적 박탈감

참여자들은 낙후된 학교 시설, 경제적 부담감, 그리고 다

른 학교와의 비교가 수의대생으로서 학교 생활을 하며 자주 겪는 스트레스의 원인이라고 하였다.

1) 낙후된 학교 시설

수의학과 내 강의실과 실습실이 부족하여 효율적인 학습이 불가능하며, 다른 단과대학과는 달리 수의학과는 아직까지도 책상과 의자가 붙어 있는 책상을 이용한다. 수의대생들은 보통 장시간 앉아서 공부해야 하는데, 이러한 오래된 시설 때문에 척추 질환이 생겨 치료를 받는 학생들도 있었다(Fig. 7).

Fig. 7. Comparable learning environment to other colleges.

“비교는 스트레스의 원인이라는 것을 알면서도, 바로 옆의 다른 단과대학 건물을 보면, 강의실도 부족하고 동물병원의 공간도 부족한 수의대의 현실 때문에 속상할 때가 있습니다. 대입 준비를 어떻게든 더 열심히 했어야 하나 하는 후회까지 들곤 합니다.”(F 학생)

2) 경제적 부담감

비싼 등록금에 비해 교육의 질은 불만족스럽다고 하였으며, 학기 중에는 아르바이트 등을 하기가 매우 어렵기 때문에 경제적인 부담이 가중되고 있는 상황이라고 하였다(Fig. 8).

Fig. 8. An empty bankbook.

“6년이라는 비교적 긴 시간 동안 비싼 등록금을 내야 합니다. 그와 비교해서 수업의 질은 만족스럽지 않습니다. 또한 학기 중 공부하는 시간도 부족하여 아르바이트는 거의 할 수 없습니다. 경제적 부담 때문에 학생들은 학점 장학금을 받기 위해 치열한 경쟁을 합니다. 부모님 눈치도 보이고 죄송한 마음이 듭니다.”(G 학생)

3) 다른 학교와의 비교

참여자들은 수의학과는 전국에 10개 밖에 없기 때문에 다른 학교와의 비교가 자연스럽게 발생한다고 하였다. 타 대학

에서 일어나는 긍정적 변화는 학생들에게 좋은 자극이 되기 보다는, 상대적 비교가 되어 상대적 박탈감을 느끼게 된다고 한다(Fig. 9).

Fig. 9. Comparison with other veterinary schools.

“서울에는 두 개의 수의과대학이 있고 비슷한 성적대의 학생들이 입학한다. 하지만 한 곳은 강의실이나 동물병원의 규모, 심지어 미국수의사회의 인증까지 받았다. 강의실이 부족해서 예과 시절 타 학과의 건물에서 수업을 듣는 입장에서는 학교의 지원에 대해 불만족스러울 수밖에 없는 것 같다.”(H 학생)

폐쇄적 환경

참가자들은 6년 간 폐쇄적 환경에서 반복되는 일상 생활에 의한 스트레스를 느끼고 있었다. 수의학과와 경우 전공 필수 과목의 시간표가 정해져 있기 때문에 다양한 교양 과목의 선택에 제한이 많다고 하였다. 학생들은 폐쇄적 환경에서 이루어지는 대인관계 때문에 다양한 경험이 부족하며 이로 인해 미래에 대한 불안감이 가중된다고 하였다.

1) 폐쇄적 대인관계

참가자들은 6년 간 폐쇄적인 수의과대학 사회에서 겪는 ‘폐쇄적 관계’로 인한 답답함과 불안감을 호소하였다. 또한 교수-학생, 선배-후배 사이의 위계 관계에서 파생되는 경직성 등도 문제라고 응답하였다. 이러한 관계는 직접적인 스트레스 요인일 뿐 아니라, 다른 문제들의 해결을 위해 필요한 소통을 어렵게 만드는 것으로 보인다(Fig. 10).

Fig. 10. Closed human relationship.

“수의대 특성상 소수의 인원이 좁은 사회를 이루고 있기 때문에 여러 소문이 빠르게 퍼지고 종종 와전된다. 내 귀에 다른 사람들의 이야기가 많이 들려온 만큼 누군가 역시 심심풀이로 나의 이야기를 했을 수도 있다는 생각이 들 때가 있다. 또한 수의대 밖의 새롭고 다양한 인간관계를 형성하기가 어려워서 졸업할 때 즈음에는 사교의 지평이 좁아지진 않을까 하는 걱정이 종종 든다.”(I 학생)

2) 다양한 경험 부족

수의대생은 일반대학생과 다르게 대학생으로서 누릴 수 있는 기회가 제한적이라고 하였다. 교양 선택 과목조차 수의과 대학 내에서 정해진 필수과목으로 채운 후 남는 시간이 정해져 있어 그 시간에 진행되는 선택 과목을 들을 수밖에 없다고 하였다. 또한 어렵게 시간을 내어 아르바이트를 하고자 해도, 면접을 볼 때 잘 받아주지 않으며, 교내 동아리 활동도 자유롭지 않다고 하였다. 학습량도 많아 공부에 대한 압박감이 크기 때문에, 학기 중에는 학교 공부에만 거의 집중하게 되며, 이 때문에 또래 친구들과 비교했을 때 사회적 경험이 부족하게 느껴진다고 하였다(Fig. 11).

Fig. 11. Pressure on time.

“적성에 따른 진로를 충분히 알아볼 수 있는 시간이 부족하기도 하고, 마우스클릭에 갇혀 정신없이 시간을 보내다 보면 내가 누구인지, 무엇을 좋아하고 잘하는지 생각하지 못하게 된다. 다양성이 존중받지 못하는 획일화된 길을 따라가게 되어 자기의 개성을 잃게 된다.”(B 학생)

3) 미래에 대한 불안감

참여자들은 폐쇄적 환경 내에서 정해진 일과를 쫓아 바쁘게 지내다 보면 적성에 따른 진로를 알아볼 수 있는 시간이 부족하다고 느끼고 있었다. 특히, 자기 자신에 대한 이해를 넓힐 기회가 부족하다 보니 미래에 대한 불안감이 느껴진다고 하였다(Fig. 12).

Fig. 12. Lack of self-understanding.

“수의학과를 졸업한 뒤 내가 갈 수 있는 진로의 방향은 참 많다. 하지만 그 중 어느 방향도 흥미가 잘 생기지 않는다. 내가 행복하게 일 할 수 있을 것 같아 선택한 수의대였는데, 지금 보니 내 적성과 맞지 않는 걸까라는 생각이 들 때가 있다. 그러면서도 무의식 중에 일단 주변의 다른 사람들을 따라 학교에서 정해주는 길을 맹목적으로 따르는 나를 보면 머릿속이 복잡해진다.”(J 학생)

고 찰

최근까지 국내 수의대생의 정신건강과 스트레스 요인에 대한 연구는 매우 미흡했고, 특히 스트레스 경험에 대한 질적 연구는 전무하였다. 본 연구는 국내 최초로 전국 수의대생을 대상으로 실시된 설문조사 결과를 바탕으로 학생들의 스트레스 요인에 대한 정량적인 분석과 질적 연구를 병행했다는 점에 큰 의미가 있다. 학생들의 언어를 통해 특정 상황에서 어떤 스트레스를 받는지에 대한 구체적인 맥락을 분석하기 위해서는 질적 연구가 필요하였으며[18], 이러한 연구방법은 기존의 설문조사만으로 파악할 수 없던 결과를 도출하여 학생들이 경험하는 스트레스의 맥락과 개인의 반응, 상호작용을 잘 이해할 수 있게 했다.

세계동물보건기구에서는 수의서비스를 국제적인 공공재(global public good)로 정의하며 각 국가의 수의 조직과 수의사 업무의 중요성을 강조하고 있다[19]. 이와 같은 배경에는 식품안전의 확보, 인수공통전염병 예방과 같은 공공의 영역에서 수의사가 매우 중요한 역할을 수행해야 하기 때문이다. 현대 사회가 수의사에게 요구하는 역량은 점진적으로 증가하였고, 수의학교육과정을 통해 갖추어야 할 역량은 예전과 비교할 수 없는 수준이 되었다. 이러한 수의사에 대한 사회적 요구의 변화는 학교 교육에 직접 반영될 수밖에 없는 상황이며, 결과적으로 수의대생의 학습량 증가에 따른 스트레스는 불가피한 상황으로 보인다.

설문 조사를 통해 확인된 수의대생의 가장 큰 스트레스 요인은 학업이었다. 수의대생들은 과도한 학습량, 비효율적인 교육과정과 교수법 등이 스트레스를 유발한다고 지적했다. 국내 의대생에게서도 학업과 관련된 요소 때문에 가장 많은 스트레스를 받는 것으로 보고되었는데, 의대생들은 과중한 학업, 잦은 시험과 유급, 규격화된 교육과정 등으로 많은 스트레스를 받는 것으로 알려졌다[14]. 학업과 관련된 스트레스 경감을 위해서는 수의학교육과정의 효율성을 높이고 교수자의 자발적인 강의능력 향상에 대한 노력이 필수적이다. 교육의 효율성을 저해하는 가장 큰 문제는 중복된 강의와 실습 내용이며, 이는 제한된 강의시간과 실습비를 낭비하는 요소이다. 최근 한국수의과대학협회에서는 수의학교육의 표준화를 목표로 수의학교육과정을 통해 갖추어야 할 최종학습 성과를 제정하였다[20]. 이 자료는 기본분야와 임상분야의 필수 교육내용을 정리한 것으로서 이 목록을 교육과정에 접목시킨다면 교육 내용의 중복, 교육 분량, 선·후수 교과목 배치 등의 문제를 해결할 수 있어 교육의 효율성 제고에 많은 도

움이 될 것이다.

한편 각 대학에서는 교육과정 전반을 관리하는 위원회 또는 조직을 운영하고 있는데, 이러한 조직은 단순히 교육과정 개편을 위해 한시적으로 운영되기 보다 모든 교과목의 유기적 운영을 위한 기획, 실행 및 평가를 실시하는 상시 조직으로 운영되어야 할 것이다. 수의학교육과정에는 다수의 교과목이 운영되므로 이에 수반되는 업무는 매우 과중하다. 따라서 수의학교육실과 같은 실무조직 운영이 필수적으로 병행되어야 한다. 2019년 개정된 한국수의학교육 인증기준에는 교육과정 전반을 관리할 수 있는 전담교수와 조직을 갖출 것을 의무화하고 있어 수의학교육실과 같은 실무조직이 운영된다면 교육과정 전반에 대한 관리가 견고해질 수 있을 것이다.

본 연구의 심층 조사과정에서 파악된 한국 수의대생들의 스트레스는 표면적으로 나타난 내용과는 상이한 내용이 존재한다. 예를 들어, '비교에 따른 상대적 박탈감'이나 '폐쇄된 환경'은 수의과대학과 관련 기관이 함께 고려해야 할 내용이다. 국내 10개 수의대생들은 전국수의학도협의회를 중심으로 사회관계망서비스를 이용한 소통과 전국수의학도축전과 같은 실질적인 만남을 통해 다양한 정보를 교류하고 있으며, 최근에는 '데일리벳'과 같은 온라인 매체를 통해 다른 대학의 상황을 빠르게 인지할 수 있게 되었다. 이는 결국 수의대생 입장에서는 특정 대학의 발전이 본인이 소속한 대학의 약점으로 느끼게 하는 현상을 초래하게 된다.

교육시설 또는 타학교와의 비교에서 비롯된 스트레스는 장기적으로 수의학교육인증기준의 강화를 통한 해결이 가능할 것이다. 현 수의학교육인증기준은 '시설 및 자원' 영역에 정량적인 지표표를 제시하지 않고 있어 교육기본시설에 대해 대학이 느끼는 의무감이 담보되지 않고, 평가과정에서도 정성적인 평가에 머무르는 상황이다. 따라서 빠른 시간 내에 수의학교육인증은 고등교육법 개정에 의해 의무화되어야 하며 인증기준 중 시설 및 자원 영역의 정량적 기준 제시는 반드시 필요하다. 결과적으로 수의대생이 느끼는 비교에 따른 상대적 박탈감과 같은 스트레스는 전국 수의과대학의 교육 표준화 및 인증평가에 의해 해소될 수 있을 것으로 판단된다.

상대적으로 다수의 학생을 선발하는 다른 전공과는 달리 약 40~70여명의 소수의 인원이 선발되어 6년간의 교육을 한 장소에서 받는 수의과대학의 상황은 학생들에게 큰 정신적인 압박감을 유발할 것이다. 학교 생활 중 발생할 수 있는 학생 간의 갈등, 집단 간의 갈등이 존재하는 경우에도 거의 매일 같은 공간에서 생활 할 수 밖에 없는 현실을 학생들은 '케이지에 갇혀 있는 마우스'로 묘사하고 있었다. 폐쇄적 환경에서 비롯된 대인관계 스트레스, 경험 부족 및 미래에 대한 불안감 해소를 위해서는 다양한 측면에서 접근이 필요하다. 우선, 학생 개개인의 정신건강 관리를 위해 대학 자체적으로 상담센터 등을 운영하여 학생들 스스로 자기관리를 할 수 있도록 도움을 주어야 한다[21]. 수의과대학은 학생들이 경험하는 스트레스에 대처하기 위해 보다 적극적이고 체계적인 상담 프로그램을 운영할 필요가 있으며, 대학 차원에서

학생들이 상담 프로그램에 의무적으로 참여하도록 유도해야 할 것이다. 또한 교수와 학생, 학생과 학생 간의 관계에서 학생들의 스트레스를 적극적으로 이해하려는 조직문화의 확산도 필요하다. 이러한 수의학교육에서의 노력이 앞으로 수의사 직업군에 유입될 학생들로 하여금 전문직업성을 발휘할 수 있도록 하는 토대가 될 것이다.

수의대생들이 느끼는 미래에 대한 불안감은 일차적으로 진로에 대한 지식과 경험의 부족에서 비롯된다. 부가적으로 드러난 원인으로는 학생들이 지속적으로 타인과 비교하는 습관과 인격적 성숙에 필요한 자기성찰을 할 수 있는 기회와 시간의 부족이다. 충실한 진로탐색을 위해서는 우선 대학 내 멘토링과 같은 교과 외 활동이 보완되어야 할 것이다. 국외 의과대학에서 시행된 멘토링 프로그램에 대한 효과분석 결과에 의하면, 멘토링은 학업에 대한 흥미와 열망 증가, 성적 향상, 연구 생산성 개선에 도움을 주어 학생들의 행복감을 높였을 뿐 아니라 지속적으로 진로에 대한 지도를 받은 학생은 진로에 있어 자신의 특성을 고려한 신중한 선택이 가능했다고 보고하였다[22]. 국내 의과대학에서 시행된 자기주도적 멘토링 프로그램 역시 학생의 전반적인 학교생활 만족도와 교육목표 달성에 긍정적인 역할을 한 것으로 보고된 바[23], 실질적인 담임교수 제도 운영을 통해 학생의 맞춤형 진로지도를 강화할 필요가 있다. 또한 학생들이 학기 중에도 자아개발과 자기성찰에 필요한 시간적 여유를 확보할 수 있도록 대학 측에서 강의 시간표를 편성한다면 스트레스 완화와 인격적 성숙을 동시에 도모할 수 있을 것이다.

본 연구에 참가한 학생들이 공통적으로 표현하고 있는 내용은 수의사 사회 전체에 대해 사회가 요구하는 역할과 책임은 점차 증가하고 있으나, 수의대생에 대한 국가, 제도, 학교 차원의 관심 및 지원은 상당히 부족하다고 느끼는 것이다. 본 연구 결과는 전국 수의과대학을 비롯한 관련 기관이 수의대생의 정신건강에 관심을 두고 수의사 양성교육과정 전반에 대한 개선에 많은 노력을 기울여야 할 필요성을 강력히 제시하고 있다.

References

1. Lazarus RS, Folkman S. Stress, Appraisal and Coping. Springer, New York, 1984.
2. Firth-Cozens J. Medical student stress. Med Educ 2001;35:6-7.
3. Guthrie EA, Black D, Shaw CM, Hamilton J, Creed FH, Tomenson B. Embarking upon a medical career: psychological morbidity in first year medical students. Med Educ 1995; 29:337-341.
4. Bramness JG, Fixdal TC, Vaglum P. Effect of medical school stress on the mental health of medical students in early and late clinical curriculum. Acta Psychiatr Scand 1991;84:340-345.
5. Bartram D, Baldwin D. Mental health and wellbeing survey. Vet Rec 2008;162:868.
6. Dahlin M, Joneborg N, Runeson B. Stress and depression among medical students: a cross-sectional study. Med Educ 2005;39:594-604.
7. Kim MJ, Park KH, Yoo HH, Park IB, Yim J. Development and

- validation of the medical student stress scale in Korea. *Korean J Med Educ* 2014;26:197-208.
8. Vitaliano PP, Russo J, Carr JE, Heerwagen JH. Medical school pressures and their relationship to anxiety. *J Nerv Ment Dis* 1984;172:730-736.
 9. Kogan LR, McConnell SL, Schoenfeld-Tacher R. Veterinary students and non-academic stressors. *J Vet Med Educ* 2005;32:193-200.
 10. Collins H, Foote D. Managing stress in veterinary students. *J Vet Med Educ* 2005;32:170-172.
 11. Chun MS, Nahm SS. Stressors predicting depression, anxiety, and stress in Korean veterinary students. *J Vet Med Edu*. In press.
 12. Henry JD, Crawford JR. The short-form version of the depression anxiety stress scales (DASS-21): construct validity and normative data in a large non-clinical sample. *Br J Clin Psychol* 2005;44:227-239.
 13. Sinclair SJ, Siefert CJ, Slavin-Mulford JM, Stein MB, Renna M, Blais MA. Psychometric evaluation and normative data for the depression, anxiety, and stress scales-21 (DASS-21) in a nonclinical sample of U.S. adults. *Eval Health Prof* 2012; 35:259-279.
 14. Kim SH, Jeon WT. The failure experiences of medical school students: a qualitative study. *Korean J Med Educ* 2008;20:351-362.
 15. Wang CC. Photovoice: a participatory action research strategy applied to women's health. *J Womens Health* 1999;8:185-192.
 16. Lee WJ, Chang SH. The perception of aging and self-description: through research based-photo voice. *Glob Soc Welf Rev* 2013;3:25-46.
 17. Lincoln YS. Emerging criteria for quality on qualitative and interpretive research. *Qual Inq* 1995;1:275-289.
 18. Creswell JW, Miler DL. Determining validity in qualitative inquiry. *Theory Pract* 2000;39:124-130.
 19. Eloit M. The global public good concept: a means of promoting good veterinary governance. *Rev Sci Tech* 2012;31:585-590, 577-584.
 20. Accreditation Board of Veterinary Education in Korea, Korean Association of Veterinary Medical College. Final report on veterinary education learning outcome. Ministry of Agriculture, Food and Rural Affairs, Sejong, 2019.
 21. Lim EB. Happiness of medical students and tasks in medical education. *Korean Med Educ Rev* 2011;13:25-37.
 22. Kim J, Lee K, Hwang WM, Kang J. How to get students actively involved in course development: an experience in developing and implementing a mentoring program for medical students. *Korean J Med Educ* 2013;25:157-165.
 23. Frei E, Stamm M, Buddeberg-Fischer B. Mentoring programs for medical students--a review of the PubMed literature 2000-2008. *BMC Med Educ* 2010;10:32.