



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

간호학 석사학위 논문

표현적 글쓰기가 신규 간호사의
의사소통능력, 행복, 간호업무성과에
미치는 영향

The effects of expressive writing on
communication competence, happiness,
outcome of nursing practice of new nurses

울 산 대 학 교 대 학 원

간 호 학 과

이 명 성

표현적 글쓰기가 신규 간호사의
의사소통능력, 행복, 간호업무성취에
미치는 영향

지도 교수 이경숙

이 논문을 간호학 석사학위 논문으로 제출함

2024년 2월

울산대학교 대학원

간호학과

이명성

이명성의 간호학 석사학위 논문을 인준함

심사위원 이 승 희



심사위원 김 민 영



심사위원 이 경 숙



울 산 대 학 교 일 반 대 학 원

2024년 2월

감사의 글

먼저 지혜롭고 따뜻한 격려와 세심한 조언으로 부족한 저를 올바르게 끝낼 수 있도록 잘 이끌어 주신 이경숙 지도 교수님께 감사와 존경을 표합니다. 힘든 순간마다 저에게 용기를 주시고 어려운 순간을 극복할 수 있게끔 힘이 되어 주셨습니다. 모든 심사 과정을 함께 해 주신 이승희 교수님, 김민영 교수님께도 깊은 감사의 인사를 드립니다. 따뜻한 지도와 세심한 가르침으로 저의 논문 완성에 큰 도움을 주셨습니다. 힘든 과정에서 저를 격려해 주시고 아낌없는 조언으로 응원해 주시고 논문의 완성도를 높일 수 있도록 큰 도움을 주신 교수님들께 감사드립니다.

병원에서 연구할 수 있도록 배려해 주시고 이해해 주신 많은 특수 음압 중환자실 선생님들, 본인 일처럼 응원해 주시며 도와주신 수간호사 선생님들께도 이 자리를 빌려 깊은 감사의 인사를 드립니다. 병원 식구들, 선생님들 덕분에 연구에 전념할 수 있었고, 많은 도움과 응원으로 무사히 마무리할 수 있었습니다.

그 누구보다도 나를 먼저 생각해 주고, 나의 곁에서 가장 힘이 되어주고 함께 어려움을 극복해 가며, 사랑으로 응원해 준 든든한 나의 남편 류승민 씨 감사하고 사랑합니다. 공부할 수 있도록 사랑으로 응원해 주신 어머니, 아버지께도 감사함을 표합니다. 그리고 며느리의 공부를 항상 이해해 주시고 격려해 주시며 넘치는 사랑을 주신 시어머니, 시아버지께도 감사드립니다. 제 가족들의 넘치는 사랑과 지지가 저에게 가장 큰 힘이 되었고, 덕분에 논문을 잘 마무리할 수 있었습니다.

학위 과정을 통해 간호학의 새로운 배움과 새로운 경험을 잊지 않고 겸손한 마음으로 앞으로 더 많은 것을 배우도록 할 것이며, 지혜롭고 따뜻한 간호사가 되도록 노력하겠습니다.

다시 한번, 저에게 도움을 주신 모든 분께 머리 숙여 감사의 인사를 전하며, 병원이라는 환경에서 근무하는 간호사 선생님들께서 조금 더 보람차고 행복하게 일할 수 있기를 바랍니다. 감사합니다.

이명성 씀

국문 요약

본 연구는 신규 간호사를 대상으로 표현적 글쓰기를 적용하여 의사소통능력, 행복, 간호업무성과에 미치는 영향을 확인하기 위하여 시행된 비동등성 대조군 사전사후 시차설계 연구이다. 본 연구는 U 광역시 대학병원에 근무하는 3개월 이상 12개월 미만의 신규 간호사를 대상으로 연구 목적을 이해하고 프로그램 참여에 동의한 자로 하였으며, U 대학병원의 임상연구심의위원회로부터 승인을 받은 후 연구를 진행하였다. 자료수집 기간은 2023년 8월부터 2023년 11월까지 진행되었다. 대조군에게 사전조사로 의사소통능력, 행복, 간호업무성과 정도를 측정하였고, 3주 후, 7주 후 시점에 의사소통능력, 행복, 간호업무성과 정도를 반복 측정하였다. 실험군에게 실험처치 전 사전조사를 시행하여 의사소통능력, 행복, 간호업무성과 정도를 측정하였고, 프로그램 적용은 주 2회, 회당 20분 이상씩, 3주간 진행되었다. 표현적 글쓰기 프로그램 중재 종료 직후와 중재 후 4주 시점에서 의사소통능력, 행복, 간호업무성과 정도를 반복 측정하였다. 의사소통능력은 15문항, 행복은 9문항, 간호업무성과는 17문항으로 구성된 도구를 사용하였다. 수집된 자료는 IBM SPSS 26.0 프로그램을 이용하여 분석하였고, 연구목적에 따라 빈도와 백분율을 이용한 기술통계 분석, 첨도, 왜도와 Shapiro-wilk 검정 분석, χ^2 -test 또는 Fisher's exact test, Repeated Measures ANOVA 및 covariate 분석을 시행하였다.

본 연구 결과는 다음과 같다.

1. '표현적 글쓰기 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 중재 직후와 중재 후 4주 시점의 의사소통능력이 향상될 것이다.'는 통계적으로 유의한 차이가 있어 지지되었다($F=3.71, p=.028$).
2. '표현적 글쓰기 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 중재 직후와 중재 후 4주 시점의 행복이 향상될 것이다.'는 통계적으로 유의한 차이가 있어 지지되었다($F=4.22, p=.022$).

3. ‘표현적 글쓰기 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 중재 직후와 중재 후 4주 시점의 간호업무성과가 향상될 것이다.’는 통계적으로 유의한 차이가 있어 지지되었다($F=1.21, p < .001$).

본 연구를 통해 신규 간호사를 대상으로 표현적 글쓰기 프로그램을 적용한 결과 의사소통능력, 행복, 간호업무성과 향상에 효과적인 것으로 확인되었다. 따라서 표현적 글쓰기 프로그램은 신규 간호사의 의사소통능력, 행복, 간호업무성과를 증진할 수 있는 효율적인 중재이므로 신규 간호사의 적응에 도움을 줄 수 있을 것이다.

주제어: 표현적 글쓰기, 의사소통능력, 행복, 간호업무성과, 신규 간호사

목 차

감사의 글.....	i
국문 요약.....	ii
목차.....	iv
List of figures & tables.....	vi
I. 서 론	1
1. 연구의 필요성	1
2. 연구 목적	5
3. 연구 가설	5
4. 용어 정의	6
II. 문헌 고찰	8
1. 신규 간호사.....	8
2. 의사소통능력	10
3. 행복.....	12
4. 간호업무성과	14
5. 표현적 글쓰기	16
III. 연구 방법	18
1. 연구 설계	18
2. 연구 대상	19
3. 연구 도구	21

4. 연구진행절차	23
5. 자료분석방법	28
IV. 연구 결과.....	29
1. 동질성 검정.....	29
2. 가설 검증	33
V. 논 의	39
VI. 결론 및 제언.....	43
참고문헌	46
부 록.....	57
Abstract.....	72

List of figures & tables

<Figure 1> Conceptual framework	5
<Figure 2> Research design	18
<Figure 3> Flow diagram of participants assignment	20
<Figure 4> Change in communication competence	34
<Figure 5> Change in happiness	36
<Figure 6> Change in outcome of nursing practice	38
<Table 1> Expressive writing program	25
<Table 2> Homogeneity test of characteristics	30
<Table 3> Homogeneity test of communication competence, happiness, outcome of nursing practice	32
<Table 4> Repeated measures ANOVA for communication competence	34
<Table 5> Repeated measures ANOVA for happiness	36
<Table 6> Repeated measures ANOVA with covariate for outcome of nursing practice	38

I. 서론

1. 연구의 필요성

간호사는 보건의료인력 중 53.1%를 차지하는 매우 중요한 인력으로(1), 의료환경에서 질 높은 의료서비스와 조직의 이미지 향상에도 핵심적인 역할을 하는 중요한 직업군이다(2, 3). 특히 간호사는 환자를 가장 최일선에서 접하고 있으며, 환자에게 제공되는 대부분의 의료서비스는 간호사에 의한 것으로 간호사의 활동은 환자의 건강과 의료서비스 만족도에 가장 큰 영향을 미친다(4, 5). 최근 의료소비자의 지식수준과 권리 의식이 높아짐에 따라 질 높은 의료에 대한 요구도가 증가하고 있으며, 이러한 의료 환경에서 간호사의 전문성 강화가 더욱 요구되고 있다(6).

간호사는 의료기술 발달과 환자 증가로 인한 업무강도 증가, 대인관계 문제 및 3교대 근무로 인한 육체적, 정신적 부담으로 인해 직무 스트레스가 매우 높다(7). 특히 신규 간호사는 전문적 지식과 기술을 익히고 업무에 능숙해지기까지 많은 시간과 노력이 필요하다(8). 그래서 신규 간호사는 미숙한 간호업무 능력, 다양한 역할 갈등에 의해 자존감이 하락하고 직무 스트레스에 노출되어 업무 적응 과정에서 더 많은 어려움을 느낀다(7, 9). 최근 조사결과 우리나라 간호사 이직률은 평균 15.8%였는데, 근무한 지 1년 이내 신규 간호사의 이직률은 34.4%로 간호사 평균 이직률보다 2배 이상 높았다(10). 신규 간호사의 이직은 간호 서비스의 질 저하와 간호인력 부족 현상을 악화시켜 간호인력 발전에 악영향을 미친다(11). 따라서 간호 인력의 안정적인 확보를 위해 신규 간호사의 새로운 조직 환경에 대한 적응력을 강화한다면, 이직률 및 사직률 감소와 더불어 환자 간호의 질과 환자안전수준 향상에 긍정적인 영향을 줄 수 있다(12). 그러므로 신규 간호사의 현장 적응을 위한 대책 마련은 개인차원뿐만 아니라 간호 전문직의 효율적이고 체계적인 관리를 위한 조직차원에서도 강조되고 있다(9).

간호사는 간호 실무현장에서 환자, 보호자뿐만 아니라 다양한 의료인력과 함께 지속적인 의사소통을 하고 있어 의사소통은 간호에서 정보 흐름의 중요한 부분을 차지하고 있

다(13). 간호사는 이러한 의사소통을 통하여 빠른 판단과 예측을 하여, 건강관리 통합과 계속성의 증진으로 환자에게 질 높은 간호를 제공할 수 있어 간호사의 원만한 의사소통 능력은 필수 요소로 여겨진다(14, 15). 하지만 신규 간호사는 의사소통능력 부족으로 인해 조직 내 문제를 더욱 증가시킨다(16). 신규 간호사들은 많은 부분이 의사소통으로 이루어지고 있는 의료환경이 낯설고 복잡하여 적응하기 힘들어하고, 여러 부서와의 의사소통이 스트레스로 작용할 수 있다(17). 의료진 간의 의사소통과 협력적인 관계는 환자 치료 및 간호에 필수적이지만, 신규 간호사는 업무의 미숙함 및 의사소통으로 인한 스트레스로 인해 협업이 잘 이루어지지 않아 환자 안전관리와 신규 간호사의 적응 문제로 이어지기도 한다(17, 18). 또한 의사소통능력은 환자와 상호작용하여 신뢰를 형성하고 지속적인 관계를 유지하기 위해 필수적인 요소로 환자 안전에 매우 중요하다(19). 따라서 신규 간호사의 효율적인 의사소통능력은 대인관계 능력을 향상하게 하고, 스트레스를 감소시키며, 직무만족도에 긍정적 영향을 미칠 수 있는 중요한 요소 중 하나이다(20).

행복은 인간의 가장 가치 있는 삶의 목표이며, 사람들은 각자의 방식으로 행복을 추구하며 살아간다(21). 행복은 긍정적인 감정을 가진 정신적 평가로 정서적, 인지적 측면을 포함하는 개념으로, 이러한 행복감에 영향을 미치는 요인 중 하나는 자기 일에 몰입된 상태, 작업을 통한 만족감이다(22). 직무를 통해 얻어지는 행복감은 유쾌하고 긍정적인 정서 상태로 역동적으로 변화한다(23). 한정된 공간 속 높은 강도의 업무를 수행하는 간호사는 직장 내에서의 행복은 자신이 속한 간호 조직 내에서 발생하며, 간호업무환경 안에서 인간관계를 통해서도 나타난다(24). 간호사의 행복은 환자들의 최적 안녕 상태 유지에 도움을 주고, 직무만족도를 상승시키며 이직률 감소에도 영향을 미친다(21, 25). 간호사가 행복하지 않으면 간호사의 업무 성과와 소진에 영향을 미치기 때문에 간호사와 환자 모두에게 부정적인 영향을 미칠 수 있다(26). 특히 신규 간호사는 간호 업무 수행에 어려움을 겪고, 직무스트레스와 긴장감을 해소하지 못해 부적응을 초래한다(27). 신규 간호사의 긍정적인 감정이 증가하면 조직문화에 잘 적응하고 힘든 상황을 이겨내는 긍정적인 성장을 할 수 있으며(27, 28), 신규 간호사의 행복감은 간호업무수행에 긍정적인 영향을 주어 직무만족과 이직률 감소 및 간호업무 생산성 향상에도 영향을 미친다

(27). 따라서 신규 간호사의 행복을 향상시키는 것이 필요하다.

간호사의 간호업무성과는 자신의 간호업무를 합리적으로 수행하여 간호 조직의 목표를 효과적으로 수행하는 정도로, 간호사가 보유하고 있는 능력이며 적절한 간호를 대상자에게 제공하였는가를 평가하는 것이다(27, 29). 효과적인 간호 업무는 효율적인 의사소통을 통해 간호사의 자존감을 높이고, 긍정적인 감성 지능을 향상하며, 대인관계 능력이 개선되어 간호사의 직무 만족, 간호업무 효율성 및 간호 조직 발전에 긍정적인 영향을 준다(30, 31). 따라서 효율적인 간호업무성과는 자기 효능감, 감성지능, 의사소통능력 등 개인적 요인을 증대시킬 뿐만 아니라 사회적 지지, 간호 조직 발전과 같은 조직적인 측면도 향상시킬 수 있음을 의미한다. 신규 간호사는 업무수행능력이 미숙하고 독자적인 간호를 수행하기에 어려움을 겪으며 간호사로서 완성되기 위한 노력이 가장 많이 필요하시기로, 간호업무성과 능력이 낮아 응급상황 시 상황판단이 미숙하고 대처능력이 부족하여 업무수행에 어려움을 느낀다(32, 33). 신규 간호사의 간호업무성과 저하로 인한 간호 현장 부적응은 업무의 생산성과 효율이 저하되고, 의욕을 상실하게 하며 간호 대상자에게 양질의 간호를 할 수 없게 한다. 이는 직무만족도를 감소시키고 간호정체성에 부정적 영향을 주어 이직을 초래하게 되어 간호 발전의 저하의 원인이 된다(34-36). 신규 간호사의 향상된 간호업무성과는 회복 탄력성을 증진시켜 조직 적응을 도와주고, 직무 스트레스를 감소시켜주는 긍정적인 효과가 있다. 이는 신규 간호사의 이직 의도를 낮추고, 직무 만족도를 증진시켜 간호 현장의 적응에 효율적이다(37, 38). 따라서 신규 간호사의 간호업무성과를 향상시켜 직무 스트레스를 감소시키고, 회복 탄력성 증진 및 이직 의도를 감소시켜 조직 적응을 도와 간호 발전이 증진될 수 있도록 할 필요가 있다.

표현적 글쓰기는 우울하거나 화가 나는 일, 답답한 일 등 어떤 경험에 대한 자기 생각과 감정을 그대로 노출함으로써 구체화하고 정리하는 것이다(39). 표현적 글쓰기는 시간과 장소에 영향을 크게 받지 않고 필요할 때마다 쉽게 사용할 수 있는 치료 방법으로, 어떤 생각이든 글로 쓸 수 있고, 글의 내용은 비밀이므로 타인의 평가를 걱정하지 않아 자기 경험을 글로 쓰는 과정에서 있는 그대로 경험을 수용할 수 있게 된다(40). 표현적 글쓰기를 통해 자기 경험과 직면하게 되어 자신의 경험을 정리, 이해, 수용, 재구조화하

여 부정적인 영향뿐만 아니라 행복이나 주관적 안녕감과 같은 긍정 정서를 불러일으켜 자기 삶에 대한 수용, 긍정 정서를 높여준다(40). 개인의 경험과 정서를 다루어 자신에 대해 인식하고 자아 정체성을 확립하여 자신의 정보를 전달하고 자신을 표현할 수 있게 되고, 이는 실제 의사소통능력에 효과적이다(41). 또한 새로운 부정적인 사건을 경험하여 부정적 자극에 직면하게 되었을 때 표현적 글쓰기를 통해 자기 경험을 조직화하고 재구성하여 통찰을 통해 이해하게 되면서 업무수행능력을 향상시키는 효과가 있다(42-45).

간호사들은 정서적 변화가 심하고, 스트레스와 감정소진에 쉽게 노출되기 때문에 이를 극복하기 위한 표현적 글쓰기는 효과적인 중재 방안 중 하나이다(46). 간호사를 대상으로 표현적 글쓰기를 적용한 결과 프리셉터와 프리셉티 간호사의 감성 지능을 향상시키는 효과가 있었으며(47), 외상후 스트레스가 많은 중환자실 간호사의 스트레스를 효과적으로 조절, 적응하여 극복력 증진에 도움이 되었으며(48), 외상경험을 한 간호사에게 외상 사건을 효과적으로 대처하여 스트레스를 감소시키는 효과를 확인할 수 있었던(49) 선행 연구를 통해 표현적 글쓰기는 다양한 스트레스에 노출되는 간호사에게 적용하여 효과가 있음을 확인할 수 있었다. 하지만 전문성이 필요로 하고 위기와 응급 상황이 빈번한 병원이라는 환경에서 일하여 스트레스와 업무 부담감이 높은 신규간호사를 대상으로 표현적 글쓰기를 적용한 연구는 부족한 실정이다. 따라서 본 연구는 신규 간호사에게 표현적 글쓰기 프로그램을 적용하여 의사소통능력, 행복, 간호업무성과에 미치는 효과를 확인하고자 한다.

2. 연구 목적

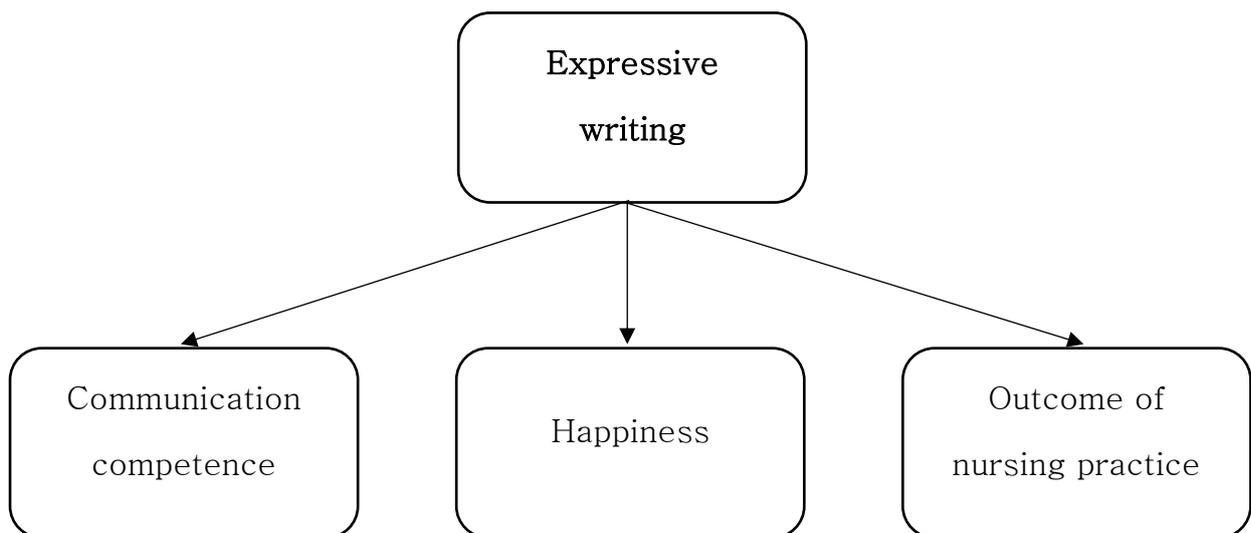
본 연구의 목적은 표현적 글쓰기가 신규 간호사의 의사소통능력, 행복, 간호업무성장에 미치는 영향을 파악하기 위함이며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 표현적 글쓰기가 신규 간호사의 의사소통능력에 미치는 영향을 확인한다.
- 2) 표현적 글쓰기가 신규 간호사의 행복에 미치는 영향을 확인한다.
- 3) 표현적 글쓰기가 신규 간호사의 간호업무성장에 미치는 영향을 확인한다.

3. 연구 가설

본 연구의 가설은 다음과 같다.

- A. 제1가설: 표현적 글쓰기 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 중재 직후와 중재 후 4주 시점의 의사소통능력이 향상될 것이다.
- B. 제2가설: 표현적 글쓰기 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 중재 직후와 중재 후 4주 시점의 행복이 향상될 것이다.
- C. 제3가설: 표현적 글쓰기 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 중재 직후와 중재 후 4주 시점의 간호업무성고가 향상될 것이다.



<Figure 1. Conceptual framework>

4. 용어 정의

1) 의사소통능력

(1) 이론적 정의

의사소통능력은 타인 간의 관계에서 얼마나 효율적으로 상호작용을 잘할 수 있는지를 의미하며, 본인의 목적을 극대화하여 목표 달성 및 협동하여 환경에 적응할 수 있는 능력이다(50, 51).

(2) 조작적 정의

본 연구에서 허경호(51)가 개발한 포괄적인 대인 의사소통능력(Global Interpersonal Communication competence)을 이현숙, 김종경(52)이 수정, 보완한 도구를 이용하여 측정한 점수를 의미한다.

2) 행복

(1) 이론적 정의

행복이란 인간의 안정적인 삶을 위한 가장 가치 있는 삶의 목표로, 개인이 자신의 삶을 통해 긍정적으로 해석 및 평가하여 경험하는 포괄적인 감정이다(53).

(2) 조작적 정의

본 연구에서 서은국과 구재선(54)이 개발한 한국판 단축형 행복 척도(COMOSWB)를 사용하여 측정한 점수를 의미한다.

3) 간호업무성과

(1) 이론적 정의

간호업무성과는 간호의 전문성과 질적인 수준을 바탕으로 하여 업무의 수행 능력을 합리적으로 수행하여 평가하기 위한 지표이며 간호 조직의 목표를 위해 수행한 결과이다(3, 55).

(2) 조작적 정의

본 연구에서 고유경, 이태화, 임지영(3)이 개발한 간호업무성과 측정도구를 사용하여 측정한 점수를 의미한다.

4) 표현적 글쓰기

(1) 이론적 정의

표현적 글쓰기는 인간의 삶 속의 감정을 탐구하여 내면을 성찰하고 삶의 변화할 수 있는 자기 성찰 도구이다(56, 57).

(2) 조작적 정의

본 연구에서의 표현적 글쓰기 프로그램은 Pennebaker(56, 57)의 표현적 글쓰기 지침을 바탕으로 하여 간호사라는 대상자에게 맞게 수정하여 구성된 글쓰기 프로그램을 의미한다.

II. 문헌고찰

1. 신규 간호사

신규 간호사는 병원에서 근무한 지 1년 이내에 해당하는 간호사로서(58), 보건의료조직의 운영 및 유지에 중요한 인적 자원이다(59). 신규 간호사는 병원 조직문화에 안전하고 효과적인 간호 제공을 하기 위해 실무 적응에 필수적인 임상수행능력을 갖추어야 한다(35). 신규 간호사의 임상수행능력은 효율적이고 질적인 간호제공을 위한 필수요소이며 인적자원 관리에도 큰 영향을 미친다. 특히 입사 후 6개월 미만 신규간호사는 기본적인 업무능력이 미숙하고 독자적인 간호를 수행하기 어려우며 대인관계의 많은 어려움을 겪어 노력이 가장 많이 필요하다(33, 60). 입사 후 6개월에서 9개월 사이 역할수행 여부가 나타나 적응과 부적응의 차이가 드러나게 되고, 신규 간호사들이 이러한 어려움을 겪으며 다가온 현실 충격을 극복, 자신의 역할 적응 및 개발을 하는데 걸리는 시간은 8개월에서 12개월 정도이다(35, 61). 이때 신규 간호사는 적응을 위한 노력에도 불구하고 부적응하게 되면 이직을 택하게 된다(35). 신규 간호사의 이직은 간호의 질 저하를 초래하며 병원 의료 경영에 부정적인 영향을 가져온다(17). 신규 간호사의 이직률은 34.4%로 근로자 평균 이직률인 5%를 훨씬 넘어 매우 높은 이직률을 보이고 있어 신규간호사의 이직률을 감소시키기 위한 방안이 필요하다(10, 62).

신규 간호사가 겪게 되는 어려움을 살펴보면, 병원에서 근무하기 시작하며 학교에서 배운 지식과 기술을 실제로 적용할 수 있는 실무현장에 대해 높은 기대를 하고 있으나, 학교에서 배운 것과 실무와의 차이에서 갈등을 겪으며 무력감과 비효과적인 감정을 경험하게 된다(63). 또한, 신규 간호사는 미숙한 간호업무 능력으로 인한 자존감 하락, 간호행위에 관한 책임 한계 증가, 동료, 환자 및 보호자와의 대인관계에서 의사소통의 어려움으로 인해 많은 어려움을 겪는다(64, 65). 이러한 스트레스 때문에 신규간호사는 직무수행 기술 및 지식 습득 능력 하락, 미숙한 간호업무능력으로 업무 수행에 대한 불안, 우울함이 증가하여 불행하다 느끼게 되며, 간호업무성과가 저하되어 갈등을 일으키게 된다(22, 64, 66, 67). 신규 간호사는 간호업무에 대한 자신감이 저하되면서 더욱 긴장하게 되고, 두려움을 느낀다(68).

이러한 측면에서 신규 간호사가 간호 현장의 효과적인 적응을 도와줄 수 있는 제도적

지원이 필요하다(35). 신규 간호사들의 적응을 위한 선행 연구 현황을 살펴보면, 시뮬레이션 기반 의사소통 교육 프로그램을 개발하여 신규 간호사의 대인관계능력을 향상하게 하여 자기 효능감 및 의사소통능력을 향상시켰고(69), 신규 간호사에게 긍정심리를 기반으로 셀프코칭 프로그램을 적용하여 행복감을 향상시키는 효과를 확인했다(22). 신규 간호사의 대인관계 능력과 임상수행 능력을 강화하기 위해 간호 역량 강화 프로그램을 개발하여 자기 효능감, 직무 만족에 긍정적인 효과를 확인하였고(70), 신규 간호사에게 조직사회화 프로그램 및 사례기반 학습을 적용하여 신규 간호사의 지지적 상호관계를 학습하여 조직사회화 정도를 높여 직무만족 및 조직 몰입도를 향상하고 이직 의도를 낮추는데 효과를 확인했다(71). 이처럼 현재까지 신규 간호사를 위한 다양한 연구는 지속해서 진행되고 있으며, 신규 간호사의 이직률을 저하할 수 있는 가장 효과적인 관리 방법은 이들의 이직 요인과 관련된 스트레스를 파악하여 적극중재 하는 것이라 할 수 있다(72). 그러나 시뮬레이션 프로그램, 교육 프로그램을 통해 신규 간호사에게 연구자가 주도적인 교육, 훈련을 시행하는 중재 연구는 있었지만, 신규 간호사가 자기 주도적으로 자기성찰을 통하여 극복하기 위한 연구는 부족하다. 따라서 신규 간호사 스스로 감정조절을 하여 현실적응 및 업무수행을 향상시켜 사회에 성공적인 정착을 도와줄 수 있는 중재 프로그램이 필요하다.

2. 의사소통능력

의사소통은 타인 간의 관계에서 얼마나 효율적으로 상호작용을 잘할 수 있는지를 의미한다(50). 의사소통은 사람들 사이의 지식, 의견, 감정 등을 상호 교환하고 이해하며, 대인관계를 성립할 수 있게 된다(52). 의사소통할 때 서로 기대와 불안을 이해하면서 효과적인 상호작용을 하고, 다양한 경험과 만족을 통해 의사소통이 충족된다(73). 또한, 의사소통은 사회생활에 필수적인 요소로, 사회적 주체들 사이에서 공통으로 이루어지는 의미를 다루고 서로의 행동에 주의를 기울여 사회적 접촉을 함으로써 효과적인 인간관계를 성립하게 한다(74). 의사소통능력은 선천적인 것이 아니라 후천적인 것으로 체계적 연습을 통하여 얻게 되는 능력으로, 원활한 의사소통은 서로 간의 간격을 극복하고, 개인, 집단, 조직 사이의 연합을 강화하는 사회적 과정이다(75).

조직 내에서의 의사소통능력은 조직의 다양한 성과와 조직 내 관계를 유지하기 위해 필수적이다(76). 조직 내 원활한 의사소통은 조직 구성원이 협동 및 갈등 해소의 수단이 되고, 조직 내 기능 통합 및 조직의 체제가 유지되며, 조직 내 발전을 이뤄 조직의 목표를 달성할 수 있게 되어 조직 구성원들의 만족감과 성취감을 이룰 수 있게 한다(66, 77). 특히 병원이라는 조직에서 간호사는 환자, 보호자, 다양한 의료인력과 상호 연관이 있어 많은 협력을 해야 하고 여러 방향으로 의사소통이 이루어지며, 간호사의 정확한 의사소통능력은 오류를 감소시키고 의료의 효율을 높여 환자 안전에 영향을 미치기 때문에 중요하게 강조되고 있다(13, 78). 간호사는 환자와 직접적이고 지속적인 관계를 맺고 있으며, 환자와 보호자의 지각과 행위에 영향을 줄 수 있는 결정적인 위치에 있어 간호사의 의사소통능력은 성공적인 치료적 관계를 수립하고, 효과적인 간호업무수행에 필수적이다(52). 그러나 신규 간호사에게 업무를 익혀야 한다는 부담감과 새로운 인간관계를 갖고 업무를 해야 하는 스트레스와 더불어 낯설고 복잡한 의료환경 속에서의 의사소통은 스트레스로 작용할 수 있다(17). 의료진 간의 효율적인 의사소통을 통한 협력이 환자 치료에 중요한 요소임에도 불구하고 신규 간호사들은 의사소통에 대한 어려움을 많이 겪는다(17, 79). 그러므로 병원 조직의 의사소통장애는 간호의 질을 저하시키고 환자안전을 위협하며 환자의 의료진에 대한 불신을 높이는데 영향을 미칠 수 있으므로, 의료환경에 적응하지 못하여 많은 어려움을 겪는 신규 간호사의 의사소통능력을 향상시켜주는 것이 필요하다(17, 80).

간호사의 의사소통능력에 관한 선행연구를 살펴보면, 간호사의 의사소통 능력과 의사소통 유형이 간호사-환자 부모 파트너십에 미치는 영향(81), 수술실 간호사의 언어폭력 경험과 의사소통능력이 소진에 미치는 영향(82), 수술실 간호사와 병동간호사의 의사소통능력 및 대인관계능력 비교(83), 정신간호사의 공감능력과 유머감이 의사소통능력에 미치는 영향(84) 등 연구는 많이 이뤄졌지만, 의사소통능력이 낮은 신규 간호사를 대상으로 한 연구는 부족한 실정이다. 조민아(69)의 연구에서 신규 간호사를 위한 시뮬레이션 기반 의사소통 프로그램은 신규 간호사에게 응급상황을 대처하기 위한 강의와 모의훈련을 통한 현장교육을 적용한 결과 신규 간호사의 응급상황 대처능력 및 의사소통 자신감 향상에 유의한 영향을 미쳤다. 구미지, 김경남(15)의 연구에서 의사소통능력이 미숙한 신규 간호사의 병원 적응을 돕기 위하여 자기주장 행동훈련을 기본으로 한 병원 의사소통 프로그램을 개발하여 적용하였고, 이는 신규 간호사의 자아존중감을 향상하게 하고 의사소통능력에 유의한 영향을 미쳐 조기 사직률을 낮추는 데 효과가 있는 것으로 나타났다. 이를 통해 신규 간호사에게 중재 프로그램을 적용하는 것은 의사소통능력 향상에 긍정적인 영향을 줄 수 있음을 알 수 있다. 그러므로 표현적 글쓰기 프로그램을 적용하여 신규간호사의 의사소통능력을 향상시킬 수 있는 연구를 시행하고자 한다.

3. 행복

행복이란 인간의 가장 가치 있는 삶의 목표로, 개인이 자신의 삶을 통해 긍정적으로 해석 및 평가하여 경험하는 총체적인 감정이다(21). 인간은 반드시 행복한 일을 통해서 행복을 느끼는 것이 아니라, 어떤 사건을 긍정적으로 해석하고 의미를 부여함으로써 행복을 경험한다. 인간이 행복을 느끼게 되면 면역체계가 높아지고, 우울과 같은 병리적 증상이 적게 나타나며, 자신의 삶을 조절하고 긍정적으로 대처한다(85). 따라서 행복은 개인의 경험을 통해 긍정적인 정서를 느껴 삶의 질 향상할 수 있는 중요한 요인이라고 할 수 있다. 행복을 통해 삶의 질이 높은 사람은 자기 삶에 대한 목적과 자율성을 가져 자신이 놓여 있는 환경에 대해 수용하고 적절히 대처하려는 능력이 있으며, 독립적으로 삶을 조절하며 긍정적인 대인관계를 유지하며 성장하려고 노력한다(86). 이처럼 행복한 삶은 긍정적 측면과 연관된 것으로 긍정적인 감정을 통해 얻어지는 것인데, 긍정적인 감정은 삶의 목표 달성을 도와주고, 삶의 의미 및 목적을 추구하도록 도와준다(85). 긍정적인 감정을 통해 삶에 있어 과거에 대한 수용, 만족을 경험하고 현재에 대한 적극적 참여를 통한 즐거움을 경험하고, 미래에 대한 도전과 희망을 느끼게 되는 것을 의미한다(87).

인간은 개인 삶의 의미를 사회적 환경을 통해 발견하고 자신이 사회에 이바지할 수 있고, 사회에서 자신의 역할에 대해 만족할 때 행복을 느낀다(86). 간호사는 높은 수준의 업무 강도와 스트레스 및 피로, 소모가 큰 직업으로, 이러한 업무의 특성은 정서에 부정적인 영향을 미칠 수 있다. 부정적인 감정소모는 간호 업무 수행의 만족감과 업무 능력을 저하시켜 간호사 본인의 소진뿐만 아니라 환자에게 위해가 될 수도 있다(88). 간호사의 행복이라는 감정 상태는 간호 현장에서의 직무수행 만족감을 향상시키게 되고, 간호 업무 수행이 원활하게 도와주며, 조직환경에 적응하는 능력을 향상시키는데 도움이 된다. 또한, 간호사는 매우 중요한 위치에 있는 의료 인력으로, 환자에게 직접적으로 긍정적인 영향을 줄 수 있어 간호사 개인의 행복뿐만 아니라 동료, 환자, 보호자에게도 긍정적인 영향을 준다. 그러나 신규 간호사는 업무에 적응하는 과정에서 과도한 업무와 정신적 긴장 상황, 대인관계 갈등으로 인해 스트레스 지수가 높은 상태이다(38, 89). 특히 신규 간호사는 스트레스, 소진으로 인해 심리적, 정신적 상처를 받게 되어 부정적인 심리문제가 발생한다(22, 38). 이러한 부정적인 심리상태는 간호업무를 수행하는 데 어려움을 가중시킬 뿐만 아니라 환자에게도 부정적인 영향을 미칠 수 있다. 그러므로 신규 간호사의 행

복 수준을 높여 심리적, 정신적 안정을 느끼도록 하고, 간호업무 적응을 도와 환자안전을 도모하는 중재 마련이 필요하다.

행복에 관한 선행연구를 살펴보면, 경력직 간호사를 대상으로 한 연구에서 전문인으로서의 자부심을 느끼고 간호기술 향상 및 능숙한 직무수행을 통한 만족감, 병원 내 대인 관계를 형성하여 정서적인 친밀감을 느낄 때 행복감을 느낀다고 하였다(90). 임상 간호사는 부정적인 경험이 불가피한 간호업무환경에서 다양한 감정노동을 겪으며 회복 탄력성이 낮았고, 이로 인해 행복감에 유의한 영향을 미치는 것을 확인하였다(91). 또한 임상간호사는 근무 경력이 짧을수록 업무적응에 미숙하여 행복이 낮고 그로 인해 이직으로 이어지기 때문에 행복을 높여줄 수 있는 프로그램 적용이 필요하다고 하였다(92). 이를 통해 신규 간호사의 행복을 관리하는 것은 중요한 부분임을 알 수 있다. 그러므로 감정 조절이 어려운 신규 간호사의 행복을 관리하는 중재를 적용하여 신규 간호사의 행복 향상에 미치는 영향을 확인하고자 한다.

4. 간호업무성과

업무성과란 조직구성원이 업무의 목표를 성공적으로 달성하기 위해 수행하는 과정 및 최종적으로 이루어진 결과를 의미한다(3). 이러한 성과는 개인이나 집단에 의해 질적으로 산출한 양으로 정의하기도 하며, 조직 차원으로써 업무성과는 조직구성원의 업무가 어느 정도로 달성되었는지를 나타내는 개념이라 할 수 있다(93).

간호업무성과는 간호조직에서 우선순위가 높은 매우 중요한 과제로, 간호사 업무수행의 전문성을 토대로 합리적인 간호 역할 수행으로 인한 간호 조직의 목표를 효율적으로 수행하는 정도를 의미한다(55, 94). 간호업무성과는 간호 서비스의 실천적인 측면으로 매우 중요한 부분으로 환자의 안위와 생명에 직결되어 있으며, 간호업무수행에 대한 객관적인 성과와 병원 조직 목표 달성에도 큰 영향을 미친다(95, 96). 그러나 신규 간호사는 입사 후 실무현장에서 간호사 업무수행능력이 부족하여 직무 스트레스와 긴장감이 유발됨으로써 간호업무성과가 낮아지게 된다(94). 신규 간호사는 자아탄력성이 낮아 간호직에 대한 긍지가 낮으며 간호업무에도 잘 적응하지 못하여 간호업무성과에 부정적인 영향을 준다(37). 간호사가 효율적인 직무수행 능력과 업무에 대한 책임감을 가지고 간호 대상자가 최적인 안녕 상태를 유지 및 회복할 수 있도록 도와줄 때 간호의 질은 향상되며, 간호업무성과에 긍정적인 효과를 준다(97, 98). 그러므로 간호업무성과는 간호의 전문성과 질적인 수준을 바탕으로 하여 업무의 수행 능력을 평가하기 위한 지표이자 중요한 핵심이므로 간호업무성과에 미치는 요인을 파악하는 지속적인 관리가 중요하다(99).

간호업무성과에 미치는 요인들을 파악하여 간호업무의 효율성을 높이기 위한 많은 선행연구가 이루어졌다. 간호업무성과와 관련된 선행연구를 살펴보면, 간호업무성과는 간호사의 중요한 요소인 의사소통능력과 조직에서 지속해서 근무하는 직무 배태성이 간호업무성과에 영향을 미치는 것으로 나타났고(100), 간호사의 간호역량이 증가할수록 조직에서 적극적이며 긍정적으로 행동하여 간호사의 직무 만족도와 간호업무성과를 높이는 것으로 나타났다(31). 또한 간호사들의 근무 환경을 개선하고 스트레스나 소진 등의 부정적인 영향으로 인한 감정 노동을 적절히 관리하여 간호사들의 회복 탄력성을 증진하게 하고 간호업무성과의 긍정적인 관리에 영향을 줄 수 있음을 확인하였다(101). 이처럼 간호업무성과를 관리하기 위해 간호업무성과에 영향을 미치는 요인을 파악하는 연구는 많이 이뤄졌지만 간호업무성과를 개선하고자 하는 연구는 적었다. 그러므로 신규 간호사에

계 표현적 글쓰기를 적용하여 간호업무성과에 대한 효과를 검증하기 위한 중재 연구가 필요하다.

5. 표현적 글쓰기

Pennebaker(56, 57)는 표현적 글쓰기는 누구에게도 알리지 않고, 힘들고 고통스러웠던 자신의 외상적 경험을 자유롭게 적어 표현하는 것이라 설명했다. 타인에게 말할 수 없던 비밀, 외상적인 사건을 멈추지 않고 글을 수정하지 않으며 글을 써내려가는 것이 중요하다. 표현적 글쓰기는 인간의 삶 속의 감정을 탐구하여 내면을 성찰하고 삶의 변화할 수 있는 자기 성찰 도구이다. 표현적 글쓰기의 목적은 본인 스스로 감정을 감추지 않고 숨김없이 솔직해지는 것이며, 감정적인 경험은 심리적 외상의 중요한 부분으로 부정적 감정뿐만 아니라 긍정적인 감정까지 모두를 느끼고 식별하는 것이다(56). 표현적 글쓰기의 작용 기제를 살펴보면 억제-직면 모형으로 이루어져 있다(102). 스트레스 사건에 노출되면 의식적으로 스트레스와 관련된 생각과 감정을 억제하게 된다. 이 과정에서 생리적 각성이 일어나고, 자율신경계가 역기능적으로 작동하면서 정서적 압박감을 느끼게 되고 정서적 고통을 일으켜 분노, 실망, 공포와 같은 부정적인 정서를 불러 일으킨다(103, 104). 이러한 억압된 감정과 기억은 정서의 표현을 통해서 회복되고 치료가 가능하다(105). 억압된 감정과 기억을 회복하기 위해 표현적 글쓰기를 통해 억제된 생각과 감정을 글로 표현함으로써 직면하게 된다(106). 억압된 감정과 기억을 직면한 후 인지 과정이 일어나게 되는데, 이는 회피하고 싶은 사건이나 생각을 능동적으로 생각하거나 이야기하면서 새롭게 바라보며 통찰하고, 부정적인 정서를 인정하고 자신을 이해할 수 있게 된다(56, 107, 108).

표현적 글쓰기의 효과를 검증한 연구에 따르면 생물학적 효과로 신체적 증상이 경감되었고, 전반적인 통증이 감소하며 수면의 질이 높아짐을 확인했다(109). 심리학적 효과로는 스트레스를 감소시키고 슬픔, 우울, 불안이 감소하는 경향이 있다(110). 행동양식의 변화로는 정신적 스트레스를 글쓰기로 표현함으로써 긍정적인 감정과 관련된 단어를 더 많이 사용하며 사회적으로 안정된 모습을 보여주었다(111). 이처럼 거의 모든 유형의 사람들에게 표현적 글쓰기는 도움이 되는 것으로 보이는데, 특히 자신의 감정과 잘 접촉하지 못하고 다른 사람에게 이야기하기 힘든 사람에게 표현적 글쓰기는 좋은 감정표현의 수단이 된다(112). 간호사는 스트레스와 소진에 쉽게 노출되어 정서적 변동이 심하여 감정표현의 어려움을 겪기 때문에 간호사에게 간호 증재로 표현적 글쓰기는 좋은 도구가 될 수 있다(46). 부서가 전환된 공무원을 대상으로 한 선행연구에서 새로운 환경에서 힘

들었던 감정을 글쓰기로 표현하는 과정을 통해 스트레스 상황에 적응하는 대처전략을 습득하고, 직업 및 심리적 안녕감이 향상되는 효과를 경험하였다(113). 이러한 결과를 근거로 하여 새로운 의료환경에 적응해야 하고, 높은 스트레스로 인한 감정표현이 어려운 신규 간호사에게 표현적 글쓰기는 감정을 표현하는 유의한 도구가 될 수 있을 것으로 사료된다.

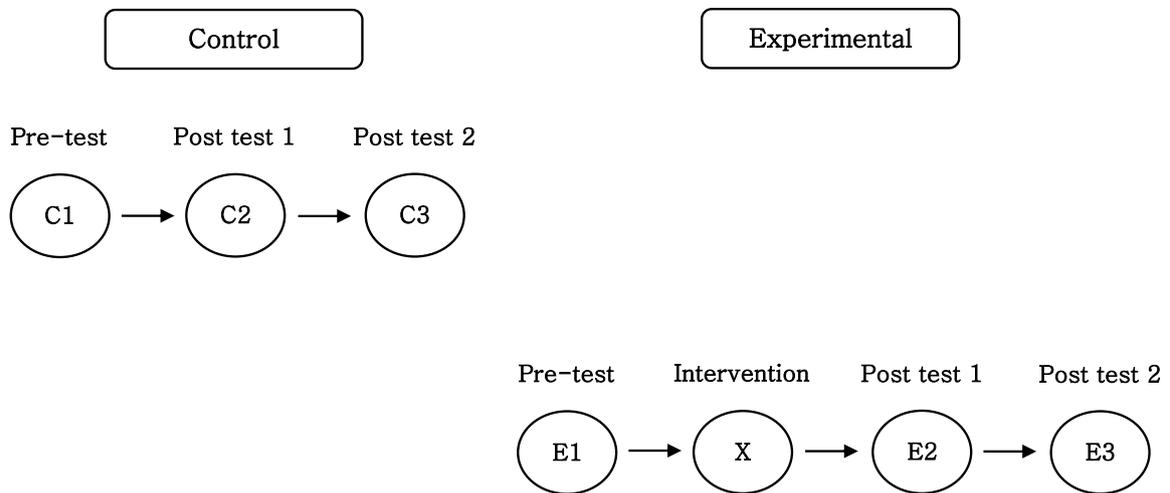
Pennebaker(56, 57)는 한 번에 글을 쓰는데 소요되는 최소의 시간은 20분이며, 횟수는 최소 4번 이상 나흘 연속으로 글을 쓰거나 일주일 간격으로 네 차례 이상 글을 쓰는 것이 필요하다고 하였다. 선행연구에서 프리셉터와 프리셉티 간호사를 대상으로 일주일에 3회씩, 총 2주동안 표현적 글쓰기를 적용하여 감성지능이 향상되는 것을 확인하였다(47). 외상경험이 있는 중환자실 간호사를 대상으로 1회당 30분, 주 1회, 총 5주동안 수행한 결과 중환자실의 간호사의 극복력 증진에 효과적이었고(48), 표현적 글쓰기가 작업 기억에 미치는 효과를 알아본 연구에서는 표현적 글쓰기를 3-4일 간격을 두고 1회당 20분, 총 3회 적용하여 작업기억능력이 향상됨을 확인하였다(114). 이를 통해 표현적 글쓰기는 1회당 최소 20분 이상, 최대 일주일 간격으로 3~4회 이상 적용하여 효과가 있음을 확인하였다.

표현적 글쓰기를 적용한 선행연구에서는 표현적 글쓰기를 통해 진행성 질병을 가진 환자는 통증, 수면, 우울, 불안에 긍정적인 효과가 있었으며(115), 아동의 분노조절 및 우울의 감소와(116), 어린이의 긍정적 감정향상에 효과가 있었다(117). 또한 중년여성들을 대상으로 한 연구에서 자아존중감과 행복의 향상(118), 유방암 환자의 신체적, 정신적 건강향상(119), 암환자 가족원의 돌봄부담감의 감소와 심리적 안녕감이 증가하였다(40). 외상 경험 대학생들의 스트레스가 감소하고 우울 증상이 완화되었고(120), 상실 외상을 경험한 대학생들의 외상 후 성장과 성장적 반주가 증가하였다는(121) 선행연구를 통해 표현적 글쓰기는 불안한 심리적 증상을 느끼는 다양한 대상자에게 효과가 있음을 확인할 수 있었다. 간호사를 대상으로 하여 표현적 글쓰기를 적용한 선행연구에서는 감성 지능의 향상(47), 극복력 향상(48), 스트레스 감소의 효과를 확인할 수 있었다(49). 특히 신규 간호사는 전문성이 필요로 하고 위기와 응급 상황이 빈번한 병원이라는 환경에서 심리적인 불안상태가 높고 감정조절이 미숙하여 높은 스트레스와 부담감을 느끼고 있기에 표현적 글쓰기가 신규 간호사에게 긍정적 효과를 미칠 것이라고 기대할 수 있다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구 설계

본 연구는 신규 간호사에게 표현적 글쓰기를 적용하여 의사소통능력, 행복, 간호업무 성과에 미치는 효과를 확인하기 위해 수행된 비동등성 대조군 사전사후 시차설계 연구이다<Figure 2>.



<Figure 2. Research design>

C1, E1: Communication competence, Happiness, Outcome of nursing practice

X: Expressive writing program for 3 weeks

C2, E2: Communication competence, Happiness, Outcome of nursing practice

C3, E3: Communication competence, Happiness, Outcome of nursing practice

Post test 1: After 3 weeks from pretest

Post test 2: After 4 weeks from post test 1

2. 연구 대상

1) 연구 대상

본 연구의 대상자는 U 광역시 대학병원에서 표현적 글쓰기 프로그램에 자원한 4개의 중환자실, 10개의 병동에서 근무하는 신규 간호사 대상으로 하였다. 신규 간호사는 U 광역시 대학병원에서 실무교육을 받고 독립적으로 간호업무를 시행하고 있는 간호사로, 입사하여 근무 경력 3개월 이상 12개월 미만인 간호사로 선정하였다. 간호본부, 각 병동 수간호사의 동의를 얻은 뒤, 연구 대상자들에 본 연구 목적, 절차에 관해 설명 후 연구 참여에 대한 서면동의를 받았다. 본 연구의 대상자 선정기준과 제외기준은 아래와 같고, 대상자 이름을 가, 나, 다 순서대로 일련번호를 부여하여 나열한 후 홀수는 대조군에 짝수는 실험군에 배정하였다. 대상자들에게 실험군, 대조군 중에서 본인이 어떤 군에 배정되었는지 알리지 않았으며, 확산방지를 위해 프로그램 내용에 대해 말하지 않을 것을 서약서에 서명하였다.

A. 대상자 선정기준

- 1) 간호대학 졸업 후 간호사 면허를 소지한 자
- 2) 연구 시작 시점에서 임상경력 3개월 이상 10개월 미만인 자
- 3) 연구참여에 동의한 자

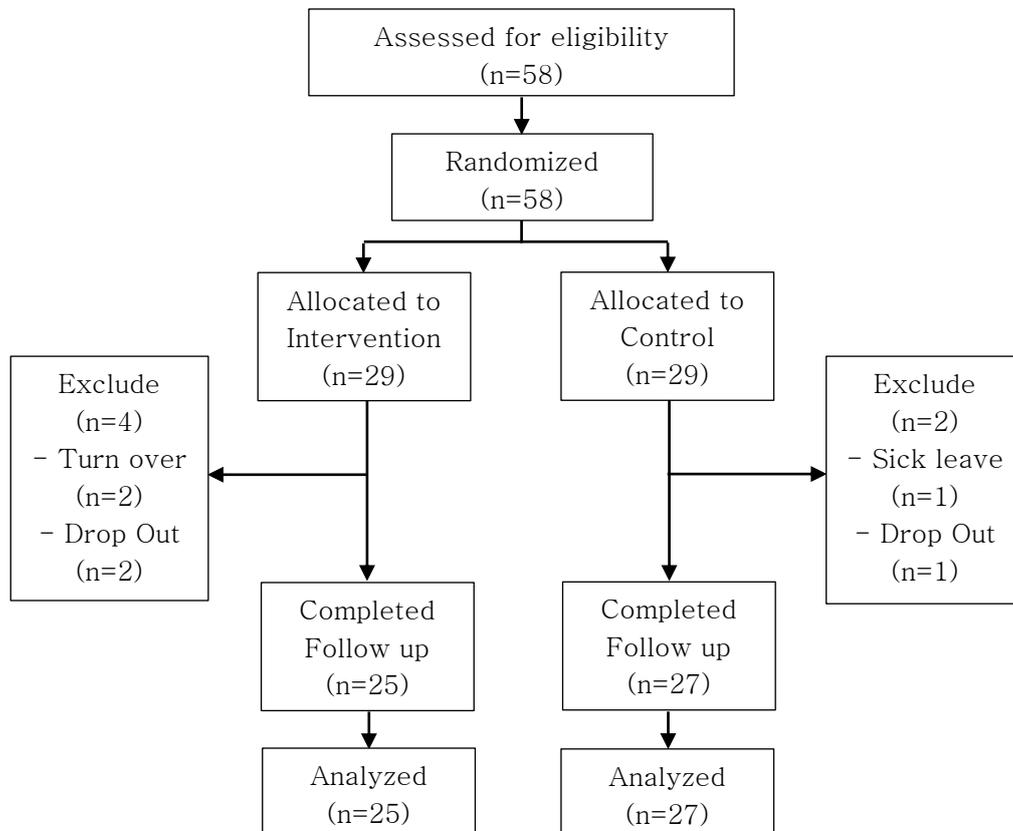
B. 대상자 제외기준

- 1) 연구 시작 시점에서 임상경력 3개월 미만 혹은 10개월 이상인 자
- 2) 연구참여에 동의하지 않은 자

2) 표본 추출법, 표본의 크기

대상자 수의 산출은 G.power 3.1 program을 사용하여 산출하였고, 선행연구(49)를 참고하여 실험군과 대조군에게 실험 처치 전 1회, 실험 처치 후 2회를 포함하여 의사소통 능력, 행복, 간호업무성과를 3회 반복 측정하였으므로 F-test에서 유의 수준은 0.05, 집단 수 2, 효과크기 0.25, 검정력 0.95로 설정했을 때 총 44명이 필요하였다. 간호사를 대상으로 표현적 글쓰기가 삶의 질과 극복력에 미치는 효과를 검증한 선행연구(48)에서 탈락률이 22%임을 고려하여 탈락률 30%로 예상했을 때 최소 58명이 필요하여 실험군 각 29명, 대조군 각 29명으로 총 58명을 모집하여 연구를 진행하였다.

실험군은 글쓰기 중재 중 사직 2명, 글쓰기 중재 중 중도 포기 2명으로 총 4명이 탈락하였다. 대조군은 사직 1명, 병가 1명으로 총 2명이 탈락하였다. 최종 분석 대상자는 실험군 25명, 대조군 27명이었고, 전체 탈락률은 10.3%이었다<Figure 3>.



<Figure 3. Flow diagram of participants assignment>

3. 연구 도구

1) 의사소통 능력

본 연구에서는 의사소통 능력을 측정하기 위해 허경호(51)가 개발한 포괄적인 대인 의사소통능력(Global Interpersonal Communication competence)을 이현숙, 김종경(52)이 수정·보완한 도구를 사용하였다. 이 도구는 자기노출, 역지사지, 사회적 긴장 완화, 주장력, 상호작용 관리, 표현력, 지지, 즉시성, 집중력, 효율성, 사회적 적절성, 조리성, 목표 간파, 반응력, 잡음 통제력 각 1문항씩으로 구성된 총 15문항이다. 2개 문항은 ‘나의 대화는 비효율적이다’, 나는 높임말과 반말 등을 상대에 맞게 적절히 구사하지 못한다’는 역환산하여 점수를 계산하였다. ‘전혀 그렇지 않다’ 1점, ‘약간 그렇지 않다’ 2점, ‘보통이다’ 3점, ‘약간 그렇다’ 4점, ‘매우 그렇다’ 5점으로 Likert 5점 척도이다. 점수의 범위는 15점에서 75점 사이이며, 점수가 높을수록 의사소통능력이 높음을 의미한다. 도구의 신뢰도는 허경호(51)가 개발 당시 Cronbach’s $\alpha=.72$ 이었고, 이현숙과 김종경(52)의 연구에서 Cronbach’s $\alpha=.83$ 이었으며, 본 연구에서는 Cronbach’s $\alpha=.89$ 이었다.

2) 행복

본 연구에서는 행복 정도 평가를 위하여 서은국과 구재선(54)이 개발한 한국판 단축형 행복 척도(COMOSWB)를 사용하였다. 이 도구는 3개의 하부요인으로 구성되어 있으며, 총 9문항으로 행복 경험의 핵심을 이루는 세 가지 요인, 즉 삶의 만족(3문항), 긍정 정서(3문항), 부정 정서(3문항)으로 총 9문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 7점까지 7점 Likert 척도로 구성되어 있다. 행복감 점수는 삶의 만족 점수와 긍정 정서 점수를 합한 후 부정 정서 점수를 뺀 점수이다. 점수의 범위는 -15점에서 39점 사이이며, 점수가 높을수록 행복의 정도가 높음을 의미한다. 서은국과 구재선(54)의 도구 개발 당시 신뢰도는 Cronbach’s $\alpha=.81$ 이었고, 본 연구에서는 Cronbach’s $\alpha=.89$ 이었다.

3) 간호업무성과

본 연구에서는 고유경, 이태화, 임지영(3)이 개발한 간호업무성과 측정 도구를 사용하였다. 이 도구는 총 4개의 하위요인으로 구성되었으며 간호업무 수행능력(7문항), 간호업무 수행태도(4문항), 업무 수준향상(3문항), 간호과정 적용(3문항)으로 총 17문항으로 구성 되어있다. 각 문항은 ‘그렇지 않다’ 1점, ‘대체로 그렇지 않다’ 2점, ‘보통이다’ 3점, ‘대체로 그렇다’ 4점, ‘매우 그렇다’ 5점으로 Likert 5점 척도이다. 점수의 범위는 17점에서 85점 사이이며, 점수가 높을수록 간호업무성과가 높은 것을 의미한다. 고유경, 이태화, 임지영(3)의 도구 개발 당시 신뢰도는 Cronbach’s $\alpha=.92$ 이었고, 본 연구에서는 Cronbach’s $\alpha=.90$ 이었다.

4) 일반적 특성

간호사 개인적 특성으로 성별, 연령, 결혼상태, 종교유무, 가족과의 동거여부, 최종학력, 현 근무부서, 현 근무부서 경력에 관한 데이터를 수집하였다.

4. 연구진행절차

1) 연구자의 글쓰기 프로그램 진행 자격 준비

본 연구자는 글쓰기 프로그램을 위해 한국자격연구원에서 주관하는 문학 심리상담사 교육과정을 이수하고 1급 자격증을 취득하였다.

2) 예비연구

표현적 글쓰기 프로그램을 적용하기 위해 사전에 프로그램의 적절성을 파악하고 타당성을 확보하기 위하여 예비연구를 시행하였다. 간호사 2년 차 1명, 3년 차 1명, 4년 차 1명에게 표현적 글쓰기 프로그램을 6회 적용하였고 중재 전, 중재 직후, 중재 4주 후 시점에 의사소통능력, 행복, 간호업무성과 정도에 관해 확인하였으며 개별면담을 시행하여 평가 및 피드백을 받았다.

3) 사전조사

사전조사는 본 연구자가 대상자의 교대근무인 점을 고려하여 근무시간에 맞춰 병동에 방문하여 만났고, 연구자가 대상자에게 프로그램 소개 및 기본 지침에 관해 설명한 후 연구의 목적과 내용 및 진행 절차에 관해 설명하고 서면동의를 받았다. 동의서를 작성한 후 일반적 특성과 의사소통능력, 행복, 간호업무성과에 관한 설문지를 통해 자료수집을 하였고, 설문조사 시간은 약 10~15분 정도 소요되었다. 연구자는 실험군에게 사전조사 이후 개별적으로 대상자 1명씩 만남을 가져 표현적 글쓰기 프로그램 절차, 방법에 대해 자세히 설명한 후 진행하였다.

4) 실험처치

실험효과의 확산을 줄이기 위하여 대조군에게 의사소통능력, 행복, 간호업무성과를 먼저 측정하였고, 어떠한 실험처치도 시행하지 않았다.

연구자는 실험군에게 사전 설문조사 이후 표현적 글쓰기 프로그램을 진행하였다. 표현적 글쓰기에 관한 선행연구 분석 결과와 글쓰기 워크북(57)에서 제시한 지침을 근거로 표현적 글쓰기 프로그램을 구성하였다. Pennebaker가 제안한 6회의 글쓰기를 참고하였으며, 예비연구를 실시하고 정신간호학을 전공한 지도교수의 지도 하에 신규 간호사 특성에 맞게 글쓰기 프로그램을 재구성하여 6회차 프로그램으로 진행하였다. Pennebaker의 표현적 글쓰기 지침에 따라 글의 양은 제한이 없으나, 타임 워치를 사용하여 1회당 최소 20분의 글쓰기를 격려하였으며, 주 2회로 3주동안 총 6회로 진행하였다. 글쓰기는 대상자가 선호하는 시간과 장소에서 쓰도록 하였으며, 글쓰기 프로그램은 구체적인 방식의 글쓰기가 깊은 사고와 효과적인 정서 변화를 확인한 선행연구(122)를 참고하여 각 회차별 주제를 제시하였다. 또한, 대상자들이 글쓰기 표현을 돕기 위하여 소주제를 정하여 질문에 맞게 글쓰기를 진행할 수 있도록 구성하였다. 본 연구의 표현적 글쓰기 프로그램 구성은 다음과 같다<Table 1>.

<Table 1. Expressive writing program>

Session	Time (minute)	Contents
1	10	사전조사
	10	프로그램 소개, 기본 지침 안내
	20	주제 : 오늘 일하면서 일어난 주요 사건 오늘 일하면서 일어난 주요 사건에 관한 생각, 느낌을 쓰고 현재 어떤 영향을 미쳤는지 쓰기
2	20	주제 : 병원 병원 내에서 일어난 의미 있거나 힘들었던 사건에 관한 생각, 느낌을 쓰고 현재 대상자에게 어떤 영향을 미쳤는지 쓰기
3	20	주제 : 간호사 간호사(동료, 선임, 후임)를 통해 떠오르는 의미 있거나 힘들었던 사건에 관한 생각, 느낌을 쓰고 현재 대상자에게 어떤 영향을 미쳤는지 쓰기
4	20	주제 : 환자 환자를 통해 떠오르는 의미 있거나 힘들었던 사건에 관한 생각, 느낌을 쓰고 현재 대상자에게 어떤 영향을 미쳤는지 쓰기
5	20	주제 : 새 방향 설정하기(긍정적 글쓰기) 1~4회차를 통해 언급한 사건에 관한 감정이 해소되었는지, 잘 해결되었다면 칭찬 한마디, 잘 해결되지 않았다면 오늘의 느낌을 한마디로 표현하게 하여 감정 정리를 할 수 있도록 글쓰기
6	20	주제 : 긍정적 계획 글쓰기 프로그램을 통해 감정적 해소에 대한 생각을 글 쓴 후 본인에게 하고 싶은 말이나 앞으로의 긍정적 계획을 쓰기
	10	사후조사, 4주 뒤 사후조사 안내

1회차에는 대상자를 직접 만나 표현적 글쓰기 프로그램의 목적과 전체적인 구성, 기본 지침, 프로그램 진행 절차에 대해 설명하였다. 또한, 글의 양은 제한이 없으며 타임 워치를 사용하여 1회당 최소 글쓰기 시간은 20분임을 설명하였다. 글쓰기의 내용은 비공개이므로 회차별 주제를 보고 떠오르는 생각, 감정을 자유롭게 글로 표현하도록 하였다.

1~4회차는 각 주제를 ‘오늘 일하면서 일어난 주요 사건’, ‘병원’, ‘간호사’, ‘환자’ 순으로 제시하여 각 주제를 보고 떠오르는 주요 사건에 대해 먼저 기술하도록 하고 사건을 기술할 때 1가지 이상 기술하도록 하였다. 그 후 사건에 대한 감정이나 느낌을 쓰고 현재 어떤 영향을 미쳤는지 기술하도록 하였다. 마지막으로 다시 이러한 사건이 반복된다면 어떻게 행동할 것인지 기술하도록 하였다.

5회차 주제는 ‘새 방향 설정하기(긍정적 글쓰기)’로 1~4회차를 통해 언급한 사건에 관한 감정이 해소되었는지, 잘 해결되었다면 칭찬 한마디, 잘 해결되지 않았다면 오늘의 느낌을 한마디로 표현하게 하여 감정 정리를 할 수 있도록 하였다.

6회차 주제는 ‘긍정적 계획’으로 표현적 글쓰기 프로그램을 통해 본인을 되돌아보며 감정적 해소에 대한 생각이나 감정을 표현하도록 하고 본인에게 하고 싶은 말이나 앞으로의 긍정적인 계획을 세울 수 있도록 하였다. 글쓰기 종료 후 사후조사를 시행하였고, 4주 후 사후조사를 시행할 예정임을 설명하였다. 간호사의 3교대 근무 시간을 고려하여 회차마다 글쓰기 프로그램이 인쇄된 양식을 봉투에 담아 연구자가 대상자에게 직접 배부하였다. 대상자가 글쓰기를 종료한 후 서면으로 작성한 책자를 봉투에 담아 정해진 장소에 제출하도록 하였고, 6회의 글쓰기를 마친 후 밀봉된 봉투를 모두 수거하였다.

5) 사후조사

사후 1차 조사는 실험군의 경우 표현적 프로그램 6회차가 끝난 직후 연구자가 설문지를 통해 의사소통능력, 행복, 간호업무성과를 측정하였으며, 대조군은 사전조사 시행 3주 후 연구자가 설문지를 통해 의사소통능력, 행복, 간호업무성과를 측정하였다.

사후 2차 조사는 실험군, 대조군 모두 동일하게 사후 1차 조사 시행 4주 후 연구자가 설문지를 통해 의사소통능력, 행복, 간호업무성과를 측정하였다.

6) 윤리적 고려

본 연구의 표현적 글쓰기 프로그램 진행은 U 광역시 대학병원 임상연구심의위원회로부터 승인(No. 2023-06-039-001)을 받은 후 진행하였다. 연구자가 직접 대상자에게 연구의 목적, 방법, 글쓰기 프로그램 진행 과정 및 설문 내용 등을 설명하고 연구에 대해 이해하고 자발적으로 참여하는 것에 동의한 간호사에 한하여 연구를 진행하였다. 연구에 참여한 대상자에게 소정의 답례품을 제공하였으며, 실험군은 2만원, 대조군은 1만원 답례품을 제공하였다. 개인정보 보호를 위하여 밀봉된 봉투에 넣어 수거하였으며, 수집된 자료는 본 연구의 목적으로만 사용하였다. 연구참여자의 개인 신상에 관한 내용은 비밀이 보장되며, 잠금 장치가 되어 있는 장소에 보관하였으며, 3년간 보관 후 폐기 절차에 따라 영구적으로 폐쇄할 것이다.

5. 자료분석방법

수집한 자료의 통계분석은 IBM SPSS 26.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

- 1) 대상자의 특성은 빈도, 백분율의 기술통계로 분석하였다.
- 2) 자료의 정규성 검정은 첨도, 왜도와 Shapiro-wilk 검정으로 분석하였다.
- 3) 실험군과 대조군의 동질성 검정은 χ^2 -test 또는 Fisher's exact test로 분석하였다.
- 4) 표현적 글쓰기 프로그램 제공 후, 실험군과 대조군 사이의 의사소통능력, 행복, 간호업무성과의 변화 차이는 Repeated measures ANOVA를 시행하였고, 구형성이 만족되지 않은 변수는 Greenhouse-Geisser test를 시행하였다. 사전에 동질하지 않았던 종속변수는 covariate 분석을 시행하였다.

IV. 연구결과

1. 동질성 검정

1) 대상자의 특성

본 연구의 대상자는 표현적 글쓰기를 적용한 실험군 25명, 표현적 글쓰기를 적용하지 않은 대조군 27명으로 총 52명이었다. 본 연구에서 개인적 특성에 대한 동질성 검정 결과 성별, 연령, 결혼상태, 종교 유무, 가족과의 동거 여부, 최종학력, 현 근무 부서, 현 근무 부서 경력 변수에서 통계적으로 유의한 차이 없이 동질한 것으로 나타났다. 연구 대상자 중 남성은 총 2명으로 모두 실험군에 속해 있었고, 실험군 및 대조군 모두 20대, 미혼인 상태였다. 종교는 실험군, 대조군에서 모두 무교인 경우가 더 많았고, 가족과의 동거 여부는 가족과 같이 살고 있지 않은 경우가 더 많았다. 연구 대상자 대부분은 학사 학위를 가지고 있었고, 실험군은 현 근무부서가 병동 12명(48.0%), 중환자실 13명(52.0%)이었고, 대조군은 병동 16명(59.3%), 중환자실 11명(40.7%)으로 병동간호사의 비율이 높았지만, 집단 간의 유의한 차이는 없었다. 현 근무부서 경력으로는 3개월 이상 6개월 미만인 경력은 실험군 9명(36.0%), 대조군 11명(40.7%)이었고, 6개월 이상 9개월 미만인 경력은 실험군 7명(28.0%), 대조군 5명(18.5%)이었으며, 9개월 이상 10개월 미만인 경력은 실험군 9명(36.0%), 대조군 11명(40.7%)으로 집단 간의 유의한 차이 없이 동질한 것으로 나타났다<Table 2>.

<Table 2. Homogeneity test of characteristics>

(N=52)

Characteristics	Categories	Experimental (n=25)	Control (n=27)	χ^2	p
		n(%)			
성별	남	2(8.0)	0	-	.226 [†]
	여	23(92.0)	27(100)		
연령	20대	25(100)	27(100)	-	-
	30대	0	0		
	40대 이상	0	0		
결혼상태	미혼	25(100)	27(100)	-	-
	기혼	0	0		
	기타	0	0		
종교유무	무	14(56.0)	18(66.7)	0.62	.430
	유	11(44.0)	9(33.3)		
가족과의 동거여부	무	16(64.0)	18(66.7)	0.04	.840
	유	9(36.0)	9(33.3)		
최종학력	전문학사	1(4.0)	4(14.8)	-	.352 [†]
	학사	24(96.0)	23(85.2)		
	석사이상	0	0		
현 근무부서	병동	12(48.0)	16(59.3)	0.66	.416
	중환자실	13(52.0)	11(40.7)		
	응급실	0	0		
현 근무부서 경력	3개월 이상~6개월 미만	9(36.0)	11(40.7)	0.65	.720
	6개월 이상~9개월 미만	7(28.0)	5(18.5)		
	9개월 이상~10개월 미만	9(36.0)	11(40.7)		

[†] Fisher's exact test

2) 종속변수에 대한 동질성 검정

본 연구에서 중재 전 실험군과 대조군의 종속변수에 대한 사전 동질성 검정을 한 결과는 다음과 같다. 의사소통능력은 전체 실험군은 3.84 ± 0.35 점, 전체 대조군은 3.97 ± 0.48 점으로 유의한 차이가 없어 동질성이 확보되었다($Z = -1.06, p = .291$). 행복은 전체 실험군은 15.12 ± 8.80 점, 전체 대조군은 18.74 ± 8.99 점으로 유의한 차이가 없었고($t = -1.46, p = .149$), 행복 경험의 핵심을 이루는 하부 요인인 삶의 만족($Z = -1.04, p = .296$), 긍정 정서($t = -1.43, p = .157$), 부정 정서($t = 0.82, p = .411$) 점수 모두 유의한 차이가 없어 동질성이 확보되었다. 간호업무성과는 전체 실험군은 3.35 ± 0.45 점, 대조군은 3.71 ± 0.43 점으로 유의한 차이가 있어 동질성이 확보되지 못하였다($t = -2.94, p = .005$). 간호업무성과 하부 요인 중 간호업무 수행능력($t = -2.16, p = .036$), 간호업무 수행태도($t = -2.50, p = .016$), 업무 수준향상($Z = -3.01, p = .003$)은 모두 유의한 차이가 있었지만, 네 번째 하부 요인인 간호과정 적용은 유의한 차이가 없었다($Z = -0.89, p = .373$) <Table 3>.

<Table 3. Homogeneity test of communication competence, happiness, outcome of nursing practice>

(N=52)

Category	Total		t or Z	p
	Experimental (n=25)	Control (n=27)		
	M±SD			
의사소통능력(T0)	3.84±0.35	3.97±0.48	-1.06	.291 [†]
Co1. 자기노출	3.88±0.78	4.04±0.85	-0.97	.328 [†]
Co2. 역지사지	4.12±0.44	4.19±0.68	-0.78	.432 [†]
Co3. 사회적 긴장 완화	3.04±0.61	3.26±0.90	-0.11	.267 [†]
Co4. 주장력	3.16±0.62	3.41±0.75	-1.32	.187 [†]
Co5. 상호작용관리	4.28±0.61	4.33±0.55	-0.26	.793 [†]
Co6. 표현력	3.32±0.75	3.56±0.75	-1.15	.247 [†]
Co7. 지지	3.72±0.94	4.07±0.68	-1.33	.181 [†]
Co8. 즉시성	4.12±0.53	3.93±0.62	-1.20	.228 [†]
Co9. 집중력	4.12±0.53	4.15±0.60	-0.22	.825 [†]
Co10. 효율성	4.00±0.41	4.00±0.68	-0.25	.800 [†]
Co11. 사회적 적절성	4.40±0.50	4.37±0.93	-0.61	.537 [†]
Co12. 조리성	3.12±0.67	3.30±0.67	-0.97	.331 [†]
Co13. 목표간파	3.80±0.58	4.07±0.62	-1.93	.053 [†]
Co14. 반응력	4.44±0.65	4.56±0.51	-0.50	.616 [†]
Co15. 잡음통제력	4.12±0.53	4.30±0.61	-1.17	.240 [†]
행복(T0)	15.12±8.80	18.74±8.99	-1.46	.149
Ha1. 삶의 만족	4.97±1.24	5.36±1.10	-1.04	.296 [†]
Ha2. 긍정 정서	4.51±1.11	4.93±0.99	-1.43	.157
Ha3. 부정 정서	4.15±1.09	3.90±1.05	0.82	.411
간호업무성과(T0)	3.35±0.45	3.71±0.43	-2.94	.005
Oc1. 간호업무 수행능력	3.23±0.59	3.55±0.48	-2.16	.036
Oc2. 간호업무 수행태도	3.56±0.54	3.94±0.57	-2.50	.016
Oc3. 업무 수준향상	3.24±0.47	3.69±0.49	-3.01	.003 [†]
Oc4. 간호과정 적용	3.61±0.55	3.79±0.45	-0.89	.373 [†]

[†] Mann-Whitney U test

Co:의사소통능력, Ha:행복, Oc:간호업무성과 T0: baseline

2. 가설 검증

본 연구의 가설 검증 결과는 다음과 같다.

- 1) 제 1가설: 표현적 글쓰기 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 중재 직후와 중재 후 4주 시점의 의사소통능력이 향상될 것이다.

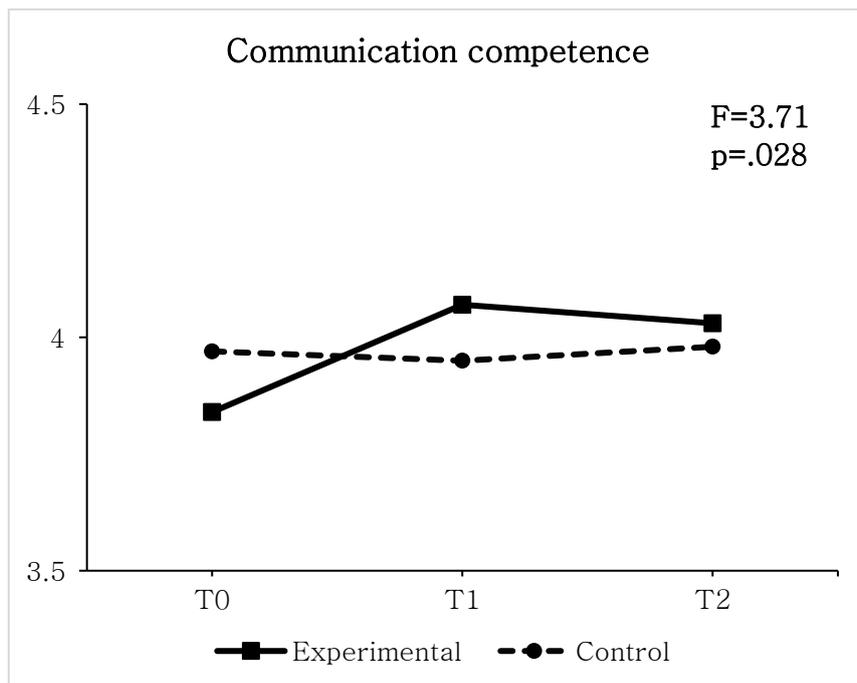
본 연구에서 표현적 글쓰기 프로그램을 실험군에 적용하여 의사소통능력의 변화를 비교했을 때 실험군은 사전값 3.84점, 사후값 4.07점, 추후값 4.03점으로 사후에 증가하였다가 추후에 감소하였고, 대조군은 사전값 3.97점, 사후값 3.95점, 추후값 3.98점으로 사전, 사후, 추후 모두 큰 변화는 없는 것으로 나타났다. 의사소통능력에 대한 사전과 사후, 추후값의 차이를 비교한 결과 실험군과 대조군 사이 통계적으로 유의한 차이가 있어 가설 1은 지지되었다($F=3.71$, $p=.028$)<Table 4>, <Figure4>.

<Table 4. Repeated measures ANOVA for communication competence>

(N=52)

Variables	Time	Experimental (n=25)	Control (n=27)	Group F(<i>p</i>)	Time F(<i>p</i>)	Group*time F(<i>p</i>)
		M±SD				
의사소통 능력	T0	3.84±0.35	3.97±0.48	0.03(.860)	3.24(.043)	3.71(.028)
	T1	4.07±0.33	3.95±0.42			
	T2	4.03±0.31	3.98±0.43			

T0: baseline T1: post-intervention T2: after 4 weeks-intervention



T0: baseline T1: post-intervention T2: after 4 weeks-intervention

<Figure 4. Change in communication competence>

2) 제 2가설: 표현적 글쓰기 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 중재 직후와 중재 후 4주 시점의 행복이 향상될 것이다.

본 연구에서 표현적 글쓰기 프로그램을 실험군에 적용하여 행복의 변화를 비교했을 때 실험군은 사전값 15.12점, 사후값 19.48점, 추후값 20.76점으로 점차 증가하였고, 대조군은 사전값 18.74점, 사후값 20.37점, 추후값 18.96점으로 사후에 증가하였다가 추후에 감소하였다. 행복에 대한 사전과 사후, 추후값의 차이를 비교한 결과 실험군과 대조군 사이 통계적으로 유의한 차이가 있어 가설 2는 지지되었다($F=4.22$, $p=.022$)<Table 5>, <Figure 5>.

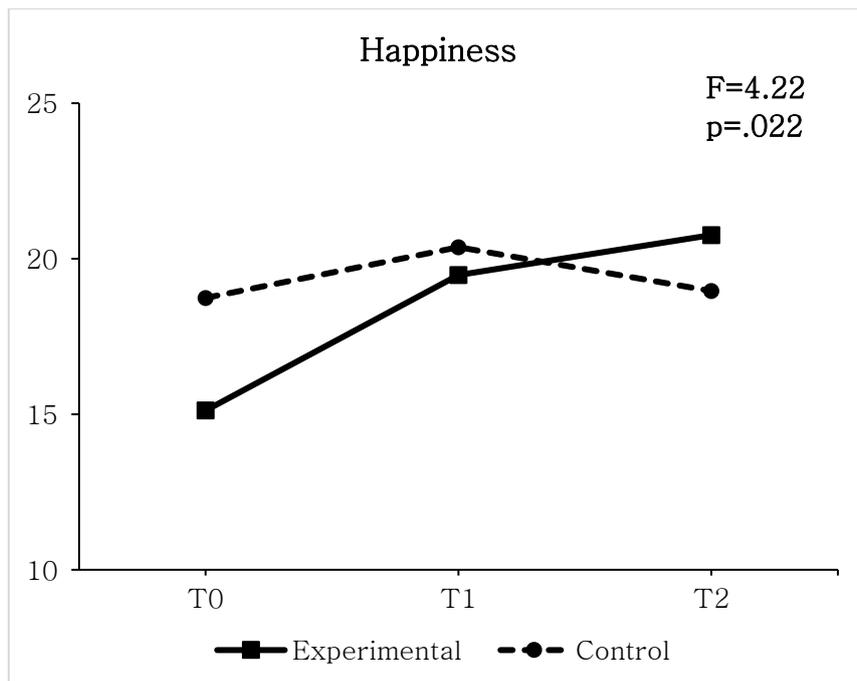
<Table 5. Repeated measures ANOVA for happiness>

(N=52)

Variables	Time	Experimental (n=25)	Control (n=27)	Group F(p)	Time F(p)	Group*time F(p)
		M±SD				
행복	T0	15.12±8.80	18.74±8.99	0.14(.704)	6.74(.003 [‡])	4.22(.022 [‡])
	T1	19.48±9.49	20.37±9.54			
	T2	20.76±9.71	18.96±9.70			

[‡] Greenhouse-Geisser

T0: baseline T1: post-intervention T2: after 4 weeks-intervention



T0: baseline T1: post-intervention T2: after 4 weeks-intervention

<Figure 5. Change in happiness>

3) 제 3가설: 표현적 글쓰기 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 중재 직후와 중재 후 4주 시점의 간호업무성도가 향상될 것이다.

본 연구에서 사전 동질성 검정에서 동질 하지 않았던 간호업무성도를 공변량 처리하여 분석하였다. 표현적 글쓰기 프로그램을 실험군에 적용하여 간호업무성도의 변화를 비교했을 때 실험군은 사전값 3.35점, 사후값 3.78점, 추후값 3.86점으로 점차 증가하였고, 대조군은 사전값 3.71점, 사후값 3.59점, 추후값 3.71점으로 사후에 감소하였다가 추후 사전값과 동일한 점수로 나타났다. 간호업무성도에 대한 사전과 사후, 추후값의 차이를 비교한 결과 실험군과 대조군 사이 통계적으로 유의한 차이가 있어 가설 3은 지지되었다($F=1.21, p < .001$)<Table 6>, <Figure 6>.

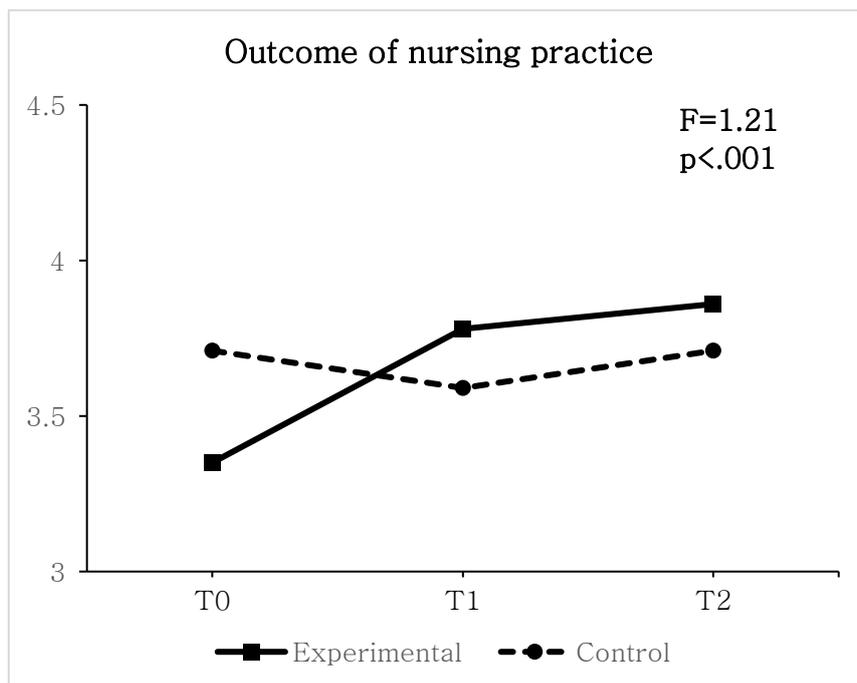
<Table 6. Repeated measures ANOVA with covariate for outcome of nursing practice>

(N=52)

Variables	Time	Experimental (n=25)	Control (n=27)	Group F(p)	Time F(p)	Group*time F(p)
		M±SD				
간호업무 성과	T0	3.35±0.45	3.71±0.43	0.01(.948)	11.44(<.001)	1.21(<.001)
	T1	3.78±0.45	3.59±0.42			
	T2	3.86±0.46	3.71±0.39			

T0: baseline T1: post-intervention T2: after 4 weeks-intervention

Covariate: T0



T0: baseline T1: post-intervention T2: after 4 weeks-intervention

<Figure 6. Change in outcome of nursing practice>

V. 논 의

본 연구는 신규 간호사를 대상으로 표현적 글쓰기 프로그램을 적용하여 의사소통능력, 행복, 간호업무성과에 미치는 영향을 확인하기 위한 비동등성 대조군 사전사후 시차설계 연구이다.

본 연구 결과 표현적 글쓰기 프로그램은 신규 간호사의 의사소통능력을 유의하게 향상시키는 것으로 나타났다. 이는 대상자는 다르지만, 후천성 뇌 손상을 앓고 있는 성인에게 표현적 글쓰기 프로그램을 적용하여 본인이 스스로 생각을 표현함으로써 개인의 성취감이 향상되고 글쓰기로 표현하는 과정에서 어려웠던 감정을 표현하는 것에 편안함을 느껴 의사소통능력에도 유의한 영향을 준다는 선행연구의 결과와 일치하였다(123). 신규 간호사를 대상으로 표현적 글쓰기를 적용하여 의사소통능력에 미치는 영향을 알아본 선행연구가 부족하였지만, 선행중재연구에 따르면 신규 간호사가 어려워하는 의사소통 갈등 상황을 직접 경험 및 연습하면서 의사소통능력이 향상되는 것을 확인할 수 있었다(69, 124). 조민아(69)는 신규 간호사를 대상으로 다양한 임상현장을 간접 경험할 수 있는 시뮬레이션 기반 의사소통 교육프로그램을 개발하여 간호사의 의사소통능력 효과를 확인하였다. 신규 간호사의 임상현장과 유사하게 설정하여 언어적, 비언어적 화법을 통해 의사소통하는 시나리오를 개발하여 직접 시뮬레이션을 시행하고 피드백을 주어 신규 간호사의 의사소통능력이 향상되는 효과를 확인했다. 또한, 신규 간호사를 위하여 인터넷 기반 비폭력대화 의사소통 훈련 프로그램을 개발한 연구에서는 동영상 교육자료를 통해 미숙한 간호실무 상황과 의사소통 갈등상황에 대해 교육자료를 제작하여 비폭력 대화와 자기공감을 다루어 반복 훈련함으로써 의사소통능력을 향상시켰다(124).

신규 간호사는 실무적응 과정에서 정신적 긴장, 부정적인 심리문제로 인해 내적 스트레스가 증가하고, 직무 스트레스, 직무 만족도 저하로 인해 실무에 적응하기 어렵기 때문에 개인차원뿐만 아니라 조직차원의 관리도 필요하다고 하였다(125). 표현적 글쓰기를 통해 신규 간호사의 감정표현을 향상시켜 내적 스트레스를 감소시키고, 임상현장의 상황 경험 교육 및 훈련을 통해 신규 간호사의 실무적응, 자신감 향상을 도모하여 신규 간호사의 의사소통능력을 더 효과적으로 입증할 필요가 있을 것으로 사료된다. 따라서 표현적 글쓰기 프로그램과 직접 훈련하는 프로그램을 접목하는 연구를 통해 신규 간호사의

의사소통능력을 더 효과적으로 입증할 필요가 있을 것이다.

본 연구 결과 표현적 글쓰기 프로그램은 신규 간호사의 행복을 유의하게 향상시키는 것으로 나타났다. 본 연구와 대상자는 다르지만 표현적 글쓰기를 적용하여 외상 후 스트레스가 있는 대학생들에게 표현적 글쓰기를 적용한 연구에서 우울증상이 완화되는 효과를 확인할 수 있었다. 이는 표현적 글쓰기를 통해 부정적인 언어를 표현함으로써 부정적 정서에 직면하여 인지적 통합을 이루는 효과를 확인했다(120). 또한, 중년여성들을 대상으로 글쓰기 프로그램을 시행한 연구에서는 표현적 글쓰기를 통해 자아존중감과 자아정체감을 향상하는 효과를 확인했다(126). 이러한 효과는 두려움, 우울, 고통과 같은 부정적인 감정들을 표현하고 변화함으로써 긍정적인 내면작업을 통하여 삶의 건강한 변화가 있음을 확인하였다. 중년여성들을 대상으로 한 다른 연구에서는 표현적 글쓰기 프로그램을 통하여 생애발달 단계 중 전환기에 있는 중년여성의 자아 존중감 향상 및 개인의 행복이 향상되어 중년여성들의 삶의 질에도 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타나(118) 본 연구와 유사한 맥락으로 볼 수 있다.

그러나 본 연구에서 대부분 연구대상자는 처음에 부정적 감정을 표현하고 본인의 행동을 되짚어보며 추후 발전할 수 있는 긍정적 계획과 감정을 표현하였지만, 표현적 글쓰기를 중도 포기한 이유로 글쓰기를 진행할수록 당시 직면하기 어려운 상황을 떠올리며 부정적인 감정이 오히려 증가하여 글쓰기가 힘들다고 표현했다. 선행연구(120)에 따르면 표현적 글쓰기가 진행될수록 부정적 언어 사용이 증가하여 부정적 정서에 직면하게 된다고 하였고, 표현적 글쓰기는 당시 상황에 대한 부정적 감정을 직면하고 익숙해짐으로써 자기 경험에 대한 이해 및 적응하며 인지적 통합을 가져 정서를 조절하여 인지적 통합 상태 이르게 된다고 하였다(46). 이는 본 연구에서 표현적 글쓰기를 통해 부정적 감정을 직면하고 익숙해지기 전 감정에 적응하지 못하고 인지적 통합 상태에 이르지 못하였다고 볼 수 있다. Pennebaker(56, 57)는 글쓰기의 연속성을 유지하여 4일 연속 표현적 글쓰기를 적용하는 것이 감정을 느끼고 성찰하는 것에 가장 효과적이라고 하였다. 또한 암환자를 대상으로 한 선행연구에서 8일동안 연속적으로 표현적 글쓰기를 적용하였을 때 회복탄력성을 향상시키고 암 재발 두려움을 낮추는 효과가 있음을 확인했다(127). 본 연구에서 간호사들의 근무 형태상 3교대근무인 점을 고려하여 본 연구는 표현적 글쓰기를 주 2회, 3주간 진행하였다. 간호사들의 근무 형태상 불안정한 상태로 표현적 글쓰기를 연속성을 유지하지 못하여 감정 적응에 영향을 미쳤을 수 있다. 따라서 추후연구에서 표현적

글쓰기의 연속성을 최대한 유지하기 위해 신규 간호사의 근무 시간에 맞춰 중재를 1주 당 적용 일수를 늘려 연속성을 최대한 유지하여 표현적 글쓰기의 지속효과를 확인할 것을 제안한다.

또한 선행연구에서 중년기여성을 대상으로 글쓰기 프로그램을 1회당 2시간씩 10회, 총 3개월동안 진행하였고 회차가 진행할수록 자기 주도적인 긍정적인 내면작업과 적극적인 자기성장을 통해 자아증진감이 급격하게 증가하였다(126). 미숙아를 둔 어머니에게 표현적 글쓰기 프로그램을 1회당 120분씩 10회, 총 10주동안 진행하였고 표현적 글쓰기 프로그램을 적용한 결과 미숙아를 둔 어머니의 외상 후 스트레스, 스트레스 신체증상, 우울에 유의한 영향이 있었다(128). 본 연구에서 글쓰기 프로그램을 1회당 최소 20분 이상, 3주동안 총 6회로 진행하였다는 점을 볼 때 부정적 감정을 표현하고 긍정적 감정으로 전환되기까지의 시간과 자기 인지적 통합과정 시간이 부족했을 수 있음을 유추할 수 있다. 따라서 신규 간호사들에게 표현적 글쓰기 회당 시간, 횟수 및 중재 기간을 늘려 표현적 글쓰기 프로그램이 행복에 미치는 영향을 확인할 추가연구가 필요하다.

본 연구 결과 간호업무성과 정도는 표현적 글쓰기 프로그램을 적용한 실험군이 대조군보다 통계적으로 유의하게 높았으며, 두 그룹의 시간에 따른 간호업무성과 정도는 대조군에 비해 실험군에서 표현적 글쓰기 프로그램을 적용한 직후뿐만 아니라 종료 4주 후에도 효과가 지속되는 것으로 나타나 표현적 글쓰기 프로그램이 간호업무성과에 유의한 영향을 미치는 것을 확인하였다. 이는 간호사가 스트레스 상황에 노출되었을 때 표현적 글쓰기 중재를 통하여 간호업무의 적응능력을 향상하고 문제해결 능력이 향상되어 간호업무에 긍정적인 영향을 줄 수 있다고 한 선행연구와 일치하였다(49). 중환자실 간호사에게 표현적 글쓰기 프로그램을 적용한 연구에서는 스트레스 상황에 대한 인지 및 조직화를 통해 상황적 패턴을 증진시켜 극복력이 향상되어 문제해결 능력이 향상하였고 이는 간호업무의 적응을 증진시켰는데(48), 이는 본 연구 결과를 지지하였다. 이는 표현적 글쓰기가 신규 간호사의 업무적응 능력을 향상시켜 간호업무에 긍정적인 영향을 줄 수 있는 중재라고 해석할 수 있고, 더 나아가 간호업무성과를 향상시킬 수 있는 효과적인 중재로 활용할 수 있을 것이다.

본 연구에서 3개월 이상 12개월 미만의 신규 간호사를 대상으로 연구하였다. 선행연구에 따르면 경력 별 간호업무성과 차이를 비교했을 때 간호사의 임상경력이 높을수록 간호업무성과가 높았고, 5년 이상의 간호사가 1년 미만의 간호사보다 간호업무성과가 높

은 것으로 나타났다(129). 또한, 박원숙(96)의 연구에서 고경력자의 간호사일수록 독자적으로 간호업무 수행, 대인관계업무, 임파워먼트가 높게 측정되었고, 이는 직무만족, 조직몰입이 되어 간호업무성도가 높게 나타나는 결과를 확인했다. 경력이 높아질수록 정서적으로 안정되고 나아가 사회적으로도 안정감을 가져와 간호사의 업무에 전념할 수 있다. 6개월 미만 신규간호사는 기본적인 업무능력이 미숙하고 독자적인 간호를 수행하기 가장 어려운 시기이며(33, 60), 6개월에서 9개월 사이 신규 간호사는 역할수행 여부가 나타나 적응과 부적응의 차이를 경험하고, 이러한 어려움을 겪으며 역할적응 및 개발하는 시기는 8개월에서 12개월 정도다(35, 61). 이는 신규 간호사의 근무 개월 수에 따라 정서적 안정, 조직몰입 및 업무적응에 차이가 있을 수 있으며 신규 간호사의 근무경력 차이가 간호업무성도에 영향을 줄 수 있다고 사료된다. 신규 간호사의 근무경력에 따라 역할적응 정도, 역할수행 여부, 조직몰입도에 차이가 있을 수 있으나 지금까지 신규 간호사의 근무경력을 세분화하여 시도한 연구는 부족한 실정이다. 선행연구에 근거하여 신규 간호사의 근무경력 별 적응 차이가 있을 수 있어 표현적 글쓰기가 미치는 영향이 신규 간호사의 근무 경력 별로 다를 수 있음을 예측할 수 있다. 따라서 신규 간호사의 근무 경력을 3개월, 6개월, 9개월, 12개월로 세분화하여 신규 간호사의 근무경력에 따른 표현적 글쓰기 효과를 확인하는 추후 연구가 필요하리라 생각된다.

본 연구에서 표현적 글쓰기 프로그램은 간호사의 의사소통능력, 행복, 간호업무성도에서 유의하게 향상됨을 확인하였다. 다양한 영향 요인을 고려하여 신규 간호사가 간호 실무 현장에서 효과적인 의사소통을 통하여 행복을 느끼고 간호업무성도에도 긍정적인 영향을 미치기 위한 중재의 제공이 필요한 실정이나 신규 간호사를 위한 중재 연구는 부족하다. 또한 추후 연구에서 표현적 글쓰기를 자기 인지 과정에서 그치는 것이 아니라 표현적 글쓰기 프로그램에 참여한 대상자들과의 만남을 통해 글쓰기 후 느낀점, 소감 등을 서로 공유하고, 피드백 줄 수 있는 시간을 통해 표현적 글쓰기 프로그램을 추가적으로 활용할 수 있는 방안을 모색하여 표현적 글쓰기의 치료적 효과를 발전시킬 수 있을 것이라 생각한다. 본 연구 결과를 바탕으로 신규 간호사를 위한 표현적 글쓰기 프로그램이 다양한 접근을 통해 적극 활용할 수 있을 것이며, 반복 연구 및 지속적인 연구를 통해 신규 간호사의 의사소통능력, 행복, 간호업무성도가 향상되어 건강한 간호조직을 이룰 수 있을 것이라 생각한다.

VI. 결론 및 제언

본 연구는 신규 간호사들에게 표현적 글쓰기 프로그램을 적용하여 의사소통능력, 행복, 간호업무성과에 미치는 효과를 확인하기 위하여 시행된 비동등성 대조군 사전사후 시차설계 연구이다. 연구대상자는 U 광역시 대학병원에서 근무하며 임상경력 3개월 이상 12개월 미만인 신규 간호사로 간호본부 및 각 병동 수간호사의 승인 후 참여대상자를 모집하였으며 연구대상자는 실험군 29명, 대조군 29명으로 총 58명이었으나, 최종 자료 분석 대상자는 실험군 25명, 대조군 27명으로 총 52명이다. 연구기간은 2023년 8월 1일부터 2023년 11월 20일까지였으며, 실험 처치 전 사전조사, 실험처치, 중재 직후 사후조사, 중재 종료 4주 후 추후조사의 순으로 진행되었으며, 실험군에 표현적 글쓰기 프로그램을 주 2회로 총 6회, 3주간 적용하였으며 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 본 연구에서 표현적 글쓰기 프로그램이 신규 간호사의 의사소통능력에 미치는 효과를 확인한 결과 통계적으로 유의한 차이가 없어 ‘표현적 글쓰기 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 중재 직후와 중재 후 4주 시점의 의사소통능력이 향상될 것이다.’는 지지되었다.
2. 본 연구에서 표현적 글쓰기 프로그램이 신규 간호사의 행복에 미치는 효과를 확인한 결과 통계적으로 유의한 차이가 없어 ‘표현적 글쓰기 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 중재 직후와 중재 후 4주 시점의 행복이 향상될 것이다.’는 지지되었다.
3. 본 연구에서 표현적 글쓰기 프로그램이 신규 간호사의 간호업무성과에 미치는 효과를 확인한 결과 통계적으로 유의한 차이가 있어 ‘표현적 글쓰기 프로그램에 참여한 실험군은 대조군보다 중재 직후와 중재 후 4주 시점의 간호업무성과가 향상될 것이다.’는 지지되었다.

본 연구결과를 토대로 하고자 하는 의의는 다음과 같다.

1) 연구적 측면

선행 연구에 따르면 신규 간호사는 다양한 업무 스트레스로 의사소통능력이 낮고, 감정노동으로 인한 행복의 정도가 낮으며 이로 인해 간호업무성고가 낮다고 보고되었다. 신규 간호사의 의사소통능력과 행복, 간호업무성과의 관계 및 미치는 요인을 나타내는 선행연구는 확인할 수 있었지만, 신규 간호사의 의사소통능력, 행복 및 간호업무성고를 향상하기 위한 중재 연구는 부족하였다. 본 연구는 신규 간호사에게 표현적 글쓰기 프로그램을 실행하여 의사소통능력, 행복, 간호업무성고를 향상시키기 위하여 중재를 제공하였다는 점에서 의의가 있다.

2) 교육적 측면

본 연구에서 표현적 글쓰기 프로그램은 신규 간호사의 의사소통능력, 행복, 간호업무성과 향상에 효과적인 중재임을 확인하였다. 신규 간호사의 의사소통능력, 행복, 간호업무성과 향상은 신규 간호사가 간호조직문화에서 원만한 의사소통을 하며 긍정적인 정서를 가질 수 있다. 또한 업무에 적응할 수 있도록 도와주며 업무수행 능력을 향상시켜줄 수 있다는 점에서, 표현적 글쓰기는 신규 간호사의 의사소통능력, 행복, 간호업무성고를 관리하는 교육 및 적응 프로그램에 적용할 수 있는 자료로 활용될 수 있다는 점에서 의의가 있다.

3) 실무적 측면

본 연구는 다양한 업무수행의 스트레스로 임상실무에 적응이 힘든 신규 간호사에게 표현적 글쓰기를 적용하여 신규 간호사의 의사소통능력, 행복, 간호업무성고를 향상시키는 효과를 확인하였다. 따라서 병원 내 신규 간호사의 의사소통능력, 행복, 간호업무성고를 향상시켜 간호업무 적응에 효율적인 중재로 표현적 글쓰기 프로그램을 제공하여 표현을 통해 간호의 질적수준을 유지하고 건강한 간호조직을 형성할 수 있다는 점에서 의의가 있다.

본 연구결과를 토대로 하고자 하는 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 표현적 글쓰기 프로그램을 적용하여 영향요인을 확인하였으므로 본 연구결과에 기초하여 표현적 글쓰기 프로그램과 실제 훈련 프로그램을 접목하여 효과를 증대시킬 수 있는 추가적인 연구를 제언한다.

둘째, 본 연구는 표현적 글쓰기 프로그램을 1회당 최소 20분 이상, 총 6회, 3주동안 적용하여 효과를 확인하였다. 표현적 글쓰기 지속효과를 확인하기 위해 표현적 글쓰기 회당 시간, 횟수 및 중재 기간을 확대하여 반복연구할 것을 제언한다.

셋째, 본 연구는 U 광역시 대학병원의 신규 간호사를 대상으로 표현적 글쓰기 프로그램의 효과를 확인하기 위해 표본을 수집하여 본 연구의 결과를 모든 신규 간호사에게 일반화하기에는 제한점이 있다. 따라서 다양한 의료기관의 연구대상자를 확보하여 표본의 수를 확대하여 반복연구 및 지속적인 연구할 것을 제언한다.

넷째, 본 연구는 근무 3개월 이상 12개월 미만의 신규 간호사를 대상으로 연구하였다. 신규 간호사의 근무 경력에 따른 영향 요인을 다룰 수 있으므로 신규 간호사의 근무 경력을 세분화하여 효과를 확인할 수 있는 추가적인 연구를 제언한다.

참고문헌

1. 보건복지부. 보건복지부 면허 의료인수 조사. 2021.
<https://www.data.go.kr/data/15003224/fileData.do>.
2. 박은진, 한지영, 조나영. 종합병원 간호사의 전문직 자아개념과 자기효능감이 직무 만족도에 미치는 영향. 한국데이터정보과학회지. 2016;27(1):191-201.
doi: 10.7465/jkdi.2016.27.1.191.
3. 고유경, 이태화, 임지영. 임상 간호사의 간호업무성과 측정도구 개발. 대한간호학회지. 2007;37(3):286-94. doi: 10.4040/jkan.2007.37.3.286.
4. 김경희, 김선미, 권명진. 신규간호사의 업무수행능력에 영향을 주는 요인. 산업융합연구 (구 대한산업경영학회지). 2020;18(1):109-18.
doi: 10.22678/JIC.2020.18.1.109.
5. 방순식, 김일옥. 신규간호사의 핵심기본간호술 수행과 업무스트레스 및 업무수행 능력과의 관계. 한국간호교육학회지. 2014;20(4):628-38.
doi: 10.5977/jkasne.2014.20.4.628.
6. 남문희. 임상간호사의 이직의도 영향 요인. 예술인문사회 융합 멀티미디어 논문지. 2017;7(11):613-28. doi: 10.35873/ajmahs.2017.7.11.059.
7. 김광점. 병원 내 간호사 인적자원관리시스템: 과제와 연구방향. 보건의료산업학회지. 2012;6(1):247-58. doi: 10.12811/kshsm.2012.6.1.247.
8. Jones CB. Revisiting nurse turnover costs: Adjusting for inflation. JONA: The Journal of Nursing Administration. 2008;38(1):11-8.
doi: 10.1097/01.NNA.0000295636.03216.6f.
9. 우정희, 박주영, 김남이. 신규간호사의 현장적응에 미치는 영향요인. 정신간호학회지. 2016;25(3):187-94. doi: 10.12934/jkpmhn.2016.25.3.187.
10. 병원간호사회. 병원간호사회 실태조사. 2022.
https://khna.or.kr/home/pds/utilities.php?bo_table=board1&wr_id=8115.
11. 김수희, 이경은. 다수준 생존분석을 이용한 신규 간호사 이직 영향요인. 2016. doi: 10.4040/jkan.2016.46.5.733.
12. 김미정, 신수진, 이인영. 병원 신규간호사 교육 프로그램 운영 및 성과: 주체범위 문헌고찰. Korean Journal of Adult Nursing. 2020;32(5):440-54.

- doi: 10.7475/kjan.2020.32.5.440.
13. 박수민, 신은숙, 안민정. 인수인계 증진교육이 신규간호사의 의사소통능력 및 긍정 심리자본에 미치는 효과: 예비 연구. *글로벌 건강과 간호*. 2017;7(2):99-107.
doi: 10.35144/ghn.2017.7.2.99.
 14. 강현숙 임, 오세영, 김원옥 외 12인. 근거기반 기본간호학 I. 수문사. 2011:145, 58-59, 69.
 15. 구미지, 김경남. 신규간호사를 위한 병원 의사소통 프로그램 (병원적응 프로그램) 개발과 효과 검증. *보건의료산업학회지*. 2014;8(4):1-12.
doi: 10.12811/kshsm.2014.8.4.001.
 16. 윤정원, 박영숙. 종합병원 응급실 간호사의 의사소통 유형이 직무만족도에 미치는 영향. *계명간호과학*. 2008;12(1):1-12.
 17. 김춘숙. 일부종합병원 신규간호사의 의사소통 경험. *의료경영학연구*. 2020;14(1):1-12. doi: 10.18014/hsmr.2020.14.1.1.
 18. 현미숙, 조혜진, 이미애. SBAR-협력적 의사소통 프로그램이 간호사의 의사소통 능력과 간호사-의사 협력에 미치는 효과. *간호행정학회지*. 2016;22(5):518-30.
doi: 10.11111/jkana.2016.22.5.518.
 19. 이지영. 환자가 인식하는 군병원 간호장교의 의사소통유형과 환자 신뢰, 만족과의 관계. *군진간호연구*. 2016;34(1):94-102. doi: 10.31148/kjmnr.2016.34.1.94.
 20. 정경진, 최한나. 비폭력대화 모델에 기초한 집중형 의사소통 집단상담 프로그램이 대인관계 능력 및 대인관계 스트레스와 직무만족에 미치는 효과. *인간이해*. 2011;32(1):1-16.
 21. 신정원. 직장여성의 일/가정 갈등과 정서지능 및감정노동이 행복감에 미치는 영향. *충북대학교 석사학위논문*. 2012.
 22. 류의정, 전미양. 암병동 신규간호사를 위한 행복 셀프코칭 프로그램 개발 및 효과. *임상간호연구*. 2019;25(2):161-9. doi: 10.22650/JKCNR.2019.25.2.161.
 23. 고정옥. 임상간호사의 감정노동이 직장에서의 행복감에 미치는 영향. *한국콘텐츠학회논문지*. 2013;13(4):250-61. doi: 10.5392/JKCA.2013.13.04.250.
 24. 김선영, 권영은. 간호사의 행복감과 임파워먼트가 간호업무성과에 미치는 영향. *한국산학기술학회 논문지*. 2020;21(1):112-20. doi: 10.5762/KAIS.2020.21.1.112.
 25. 김경남. 간호사가 지각한 간호조직문화와 행복지수가 이직의도에 미치는 영향. *보건의료산업학회지*. 2014;8(2):61-72. doi: 10.12811/kshsm.2014.8.2.061.

26. Oishi S, Diener E, Lucas RE. Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction 2016. 254-64 p.
27. 김혜옥, 남문희, 김요나. 신규간호사의 간호실무준비도, 회복탄력성이 간호업무성과에 미치는 영향. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*. 2022;28(4):352-60. doi: 10.11111/jkana.2022.28.4.352.
28. Jo EA, Kang J. Influence of workplace bullying and resilience on organizational socialization in new graduate nurses. *Journal of muscle and joint health*. 2015;22(2):78-86. doi: 10.5953/JMJH.2015.22.2.78.
29. 양정숙. 일 대학병원 간호사의 전문직 자율성과 업무성과와의 관계. 연세대학교 교육대학원석사학위논문. 2004.
30. 유미자. 의사소통 훈련 프로그램이 간호사의 의사소통능력, 감성지능 (EQ), 자존감 및 대인관계능력에 미치는 효과에 대한 사례연구. *한국산학기술학회 논문지*. 2018;19(6):280-90. doi: 10.5762/KAIS.2018.19.6.280.
31. 하나선, 최정. 간호사의 간호역량이 직무만족과 간호업무성과에 미치는 영향. *간호행정학회지*. 2010;16(3):286-94.
32. Boychuk Duchscher J. Navigating the first year of professional nursing practice. *Nursing the Future*, PO Box. 2012;22058.
33. 김조자, 박지원. 일 대학병원 간호사의 직업만족도와 그에 관련된 요인 조사연구. *Journal of Korean Academy of Nursing*. 1988;18(1):5-18. doi: 10.4040/jnas.1988.18.1.5.
34. 변영순, 임난영, 김화순, 양선희, 장희정, 장성옥, et al. 신규간호사에게 요구되는 임상실무 수행능력. 2003. doi: 10/OAK-2003-01370.
35. 신연화, 이해정, 임연정. 신규간호사의 임상수행능력 예측요인. *간호행정학회지*. 2010;16(1):37-47. doi: 10.11111/jkana.2010.16.1.37.
36. 안미경. 간호사의 직무스트레스가 건강실천행위에 미치는 영향: 연세대학교 석사학위논문; 2003.
37. 민선영, 박정숙. 2 차 병원 신규간호사의 직무스트레스와 자아탄력성이 간호업무성과에 미치는 영향. *Journal of Digital Convergence*. 2017;15(11). doi: 10.14400/JDC.2017.15.11.297.
38. 조은아, 강지연. 신규간호사의 직장 내 괴롭힘 경험과 회복탄력성이 조직사회화에 미치는 영향. *근관절건강학회지*. 2015;22(2):78-86.

- doi: 10.5953/JMJH.2015.22.2.78.
39. 김효정. 표현적 글쓰기가 한국 대학생의 영어 듣기 수행에 미치는 영향. 경산: 영남대학교 석사학위논문; 2012.
 40. 신영원, 현명호. 표현적 글쓰기 치료가 암환자 가족원의 돌봄부담감과 심리적 안녕감에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강. 2014;19(3):655-76.
doi: 10.17315/kjhp.2014.19.3.002.
 41. 정미경. 표현적 글쓰기 지도 방안 연구. 청람어문교육. 2014(51):177-97.
doi: 10.26589/jockle..51.201409.177.
 42. Pennebaker JW, Seagal JD. Forming a story: The health benefits of narrative. *Journal of clinical psychology*. 1999;55(10):1243-54. doi: 10.1002/(SICI)1097-4679(199910)55:10<1243::AID-JCLP6>3.0.CO;2-Nopen_in_newISSN.
 43. Sloan DM, Marx BP. A closer examination of the structured written disclosure procedure. *Journal of consulting and clinical psychology*. 2004;72(2):165.
doi: 10.1037/0022-006X.72.2.165.
 44. Smyth J, True N, Souto J. Effects of writing about traumatic experiences: The necessity for narrative structuring. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2001;20(2):161-72. doi: 10.1521/jscp.20.2.161.22266.
 45. Yang H, Li H. Training positive rumination in expressive writing to enhance psychological adjustment and working memory updating for maladaptive ruminators. *Frontiers in Psychology*. 2020;11:789.
doi: 10.3389/fpsyg.2020.00789.
 46. Sexton JD, Pennebaker JW, Holzmueller CG, Wu AW, Berenholtz SM, Swoboda SM, et al. Care for the caregiver: benefits of expressive writing for nurses in the United States. *Progress in Palliative Care*. 2009;17(6):307-12.
doi: 10.1179/096992609X12455871937620.
 47. 한경미. 표현적 글쓰기가 프리셉터와 프리셉터 간호사의 업무 스트레스, 소진, 감성지능에 미치는 영향: 울산대학교 석사학위논문; 2021.
 48. 유단비, 박혜자. 표현적 글쓰기가 중환자실 간호사의 전문직 삶의 질과 극복력에 미치는 효과. *Journal of Health Informatics and Statistics*. 2021;46(3):276-84.
doi: 10.21032/jhis.2021.46.3.276.
 49. 채남희. 외상경험 간호사를 위한 원격화상 기반 표현적 글쓰기 프로그램의 효과.

- 전주: 전북대학교 석사학위논문; 2021.
50. Papa MJ. Communicator competence and employee performance with new technology: A case study. *Southern Communication Journal*. 1989;55(1):87-101. doi: 10.1080/10417948909372779.
 51. 허경호. 포괄적 대인 의사소통 능력 척도개발 및 타당성 검증. *한국언론학보*. 2003;47(6):380-408.
 52. 이현숙, 김종경. 병원 간호사의 의사소통 능력, 의사소통 유형, 조직몰입간의 관계. *간호행정학회지*. 2010;16(4):488-96. doi: 10.11111/jkana.2010.16.4.488.
 53. Diener E. Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American psychologist*. 2000;55(1):34. doi: 10.1037/0003-066X.55.1.34.
 54. 서은국, 구재선. 단축형 행복 척도 (COMOSWB) 개발 및 타당화. *한국심리학회지: 사회 및 성격*. 2011;25(1):96-114. doi: 10.21193/kjspp.2011.25.1.006.
 55. 윤언자. 조직특성이 업무수행의 효율성에 미치는 영향에 관한 연구: 병원 간호조직을 중심으로. 대구대대학원, 박사학위논문. 1995.
 56. Pennebaker JW. Theories, therapies, and taxpayers: On the complexities of the expressive writing paradigm. *Clinical Psychology: Science and Practice*. 2004;11(2):138-42. doi: 10.1093/clipsy.bph063.
 57. Pennebaker J. 글쓰기 치료 [writing to heal].(이봉희 역). 서울: 학지사. 원전은; 2004. p. 59-69, 159-68.
 58. Bowles C, Candela L. First job experiences of recent RN graduates: Improving the work environment. *JONA: The Journal of Nursing Administration*. 2005;35(3):130-7. doi: 10.1097/00005110-200503000-00006.
 59. Buerhaus PI, Auerbach DI, Staiger DO. The Recent Surge In Nurse Employment: Causes And Implications: Recession effects that have eased the shortage of hospital nurses must be viewed as temporary, lest they distract policymakers from continuing to address longer-term indicators. *Health Affairs*. 2009;28(Suppl3):w657-w68. doi: 10.1377/hlthaff.28.4.w657.
 60. 함연숙, 김화순, 이영휘, 임지영, 손민. 병원 신규간호사의 조직사회화 구조모형. *한국콘텐츠학회논문지*. 2022;22(12):587-602. doi: 10.5392/JKCA.2022.22.12.587.

61. Schmalenberg CE, Kramer M. Dreams and reality: Where do they meet? JONA: The Journal of Nursing Administration. 1976;6(6):35-43.
doi: 10.1097/00005110-197606000-00010
62. 고용노동통계조사. 통계조사 보고서. 2023.
<http://laborstat.moel.go.kr/lsm/bbs/selectBbsList.do?menuId=0010001100116115&leftMenuId=0010001100116&bbsId=LSS108>.
63. Lacey SR, Teasley SL, Cox KS, Olney A, Kramer M, Schmalenberg C. Development and testing of an organizational job satisfaction tool: increasing precision for strategic improvements. JONA: The Journal of Nursing Administration. 2011;41(1):15-22. doi: 10.1097/NNA.0b013e3182002871.
64. 김근령, 이해정, 조영숙, 김명희. 신규 졸업간호사의 이직결정 경험. 질적연구. 2013;14(1):23-33. doi: 10.22284/qr.2013.14.1.23.
65. 김미정, 한상숙. 국, 공립과 사립병원 간호사의 직무만족, 조직몰입, 간호조직문화 및 이직의도 비교. 동서간호학연구지. 2007;13(1):22-30.
66. 임순임, 박중, 김혜숙. 간호사의 의사소통과 셀프리더십이 간호업무성공에 미치는 영향. 한국직업건강간호학회지. 2012;21(3):274-82.
doi: 10.5807/kjohn.2012.21.3.274.
67. 한상숙, 손인순, 김남은. 신규간호사의 이직의도와 영향요인. Journal of Korean Academy of Nursing. 2009;39(6):878-87. doi: 10.4040/jkan.2009.39.6.878.
68. 서연옥, 이경우. 신규간호사의 삶의 경험. 간호행정학회지. 2013;19(2):227-38.
doi: 10.11111/jkana.2013.19.2.227.
69. 조민아. 신규간호사를 위한 시뮬레이션 기반 의사소통 교육프로그램 개발 및 효과. 서울: 중앙대학교 석사학위논문; 2018.
70. 조무용. 신규간호사를 위한 홀 브레인 모델 기반 교육프로그램 개발 및 효과검증. 한국간호교육학회지. 2020;26(1):36-46. doi: 10.5977/jkasne.2020.26.1.36.
71. 이정연. 신규간호사를 위한 사례기반 간호 조직사회화 프로그램 개발 및 평가. 대전: 을지대학교 석사학위논문; 2017.
72. 권덕화, 고효정. 종합병원 일반 간호사의 근무지 이동과 관련된 직무 스트레스 및 이직의도. 간호행정학회지. 2003;9(1):141-50.
73. 허경호, 한주리. 대인 의사소통 능력이 대인 의사소통 만족에 이르는 과정: 경로모델 분석. 한국스피치커뮤니케이션학회 학술대회 자료집. 2006:178-91.

74. 윤선희. 대인간호중재기법에 의한 간호사의 의사소통 수행 및 만족도에 대한 연구. 서울: 이화여자대학교 석사학위논문; 2005.
75. 이광자. 종설: 임상현장의 커뮤니케이션 문제점과 개선방향에 관한 연구. 의료커뮤니케이션. 2006;1(1):33-45.
76. 연제익. 조직내 구성원의 커뮤니케이션 능력과 커뮤니케이션 만족, 직무만족 및 조직 일체감과의 관계. 서울: 경희대학교 석사학위논문; 2005.
77. 서이아, 박경민, 박종완. 일반간호사의 조직 내 의사소통 유형과 직무만족 및 간호업무성과의 관계. 한국보건간호학회지. 2003;17(2):317-32.
78. 김미영, 김경숙. SBAR 를 이용한 의사소통이 간호사의 의사소통 인식과 환자안전에 대한 태도에 미치는 효과. 임상간호연구. 2018;24(1):23-33.
doi: 10.22650/JKCNR.2018.24.1.23.
79. McCaffrey R, Hayes RM, Cassell A, Miller-Reyes S, Donaldson A, Ferrell C. The effect of an educational programme on attitudes of nurses and medical residents towards the benefits of positive communication and collaboration. Journal of advanced nursing. 2012;68(2):293-301.
doi: 10.1111/j.1365-2648.2011.05736.x.
80. 김경자, 한정숙, 서미숙, 장봉희, 박미미, 함형미, et al. 간호사의 조직 의사소통 만족과 환자안전에 대한 태도와의 관계. 간호행정학회지. 2012;18(2):213-21.
doi: 10.11111/jkana.2012.18.2.213.
81. 조현진, 박형숙. 간호사의 의사소통 능력과 의사소통 유형이 간호사-환자 부모 파트너십에 미치는 영향. 기본간호학회지. 2022;29(2):170-80.
doi: 10.7739/jkafn.2022.29.2.170.
82. 변예솔. 수술실 간호사의 언어폭력경험과 의사소통능력이 소진에 미치는 영향. 창원: 창원대학교 석사학위논문; 2023.
83. 임은주, 이여진. 수술실 간호사와 병동간호사의 의료진과의 의사소통 능력 및 대인관계 능력 비교. 간호행정학회지. 2014;20(3):313-21.
doi: 10.11111/jkana.2014.20.3.313.
84. 박서현, 김미영. 정신간호사의 공감능력과 유머감각이 의사소통능력에 미치는 영향. The Journal of the Convergence on Culture Technology (JCCT). 2021;7(2):1-7. doi: 10.17703/JCCT.2021.7.2.1.
85. 조금이, 박현숙. 간호대학생의 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인. 한국산학기술

- 학회 논문지. 2011;12(1):160-9. doi: 10.5762/KAIS.2011.12.1.160.
86. 이경애. 유아교사의 행복과 직무관련변인의 관계분석. 부산: 동의대학교 박사학위 논문; 2010.
 87. 권경옥. 행복결정요인 중 자의적 통제 기여에 대한 믿음증진이 대학생의 행복감에 미치는 효과. 대구: 계명대학교 석사학위논문; 2010.
 88. 김은주, 김성광. 간호사의 행복: 통합적 문헌고찰 및 메타분석. 가정간호학회지. 2021;28(3):243-55. doi: 10.22705/jkashcn.2021.28.3.2.
 89. 지은아, 김지수. 근무 기간에 따른 신규간호사의 이직의도 영향요인. 간호행정학회지. 2018;24(1):51-60. doi: 10.11111/jkana.2018.24.1.51.
 90. 이경우, 서연옥. 경력간호사가 체험한 행복. 간호행정학회지. 2014;20(3):492-504. doi: 10.11111/jkana.2014.20.5.492.
 91. 김현지, 최현경. 임상간호사의 감정노동과 행복감의 관계에서 회복탄력성의 매개 효과. 한국직업건강간호학회지. 2017;26(1):40-6. doi: 10.5807/kjohn.2017.26.1.40.
 92. 강숙. 종합병원 간호사의 피로, 건강지각 및 행복이 건강증진행위에 미치는 영향. 한국산학기술학회논문지. 2018;19(8):456-65. doi: 10.5762/KAIS.2018.19.8.456.
 93. 고유경. 다수준 분석을 이용한 간호사의 개인성과와 관련된 요인탐색. 서울: 연세대학교 박사학위논문; 2006.
 94. 김성경, 신나연, 김숙영. 교육전담간호사가 주도하는 임상현장교육 프로그램이 신규 간호사의 간호업무성과와 교육 만족도에 미치는 효과. 다문화건강학회지. 2023;13(1):55-63. doi: 10.33502/JKSMH.13.1.055.
 95. 김영순, 어용숙. 간호사의 핵심역량과 상사의 직무역량 인식이 간호업무성과에 미치는 영향. 한국간호교육학회지. 2013;19(4):617-26. doi: 10.5977/jkasne.2013.19.4.617.
 96. 박원숙. 리더십· 임파워먼트· 간호업무성과간의 관계. 간호행정학회지. 2002;8(2):335-46.
 97. 송지영. 간호사의 자율성이 임파워먼트 및 간호업무성과에 미치는 영향. 서울: 한국방송통신대학교 석사학위논문; 2009.
 98. 이선희, 유재순. 상처장루실금간호사의 간호업무성과에 영향을 미치는 요인. 한국간호교육학회지. 2012;18(3):533-41. doi: 10.5977/jkasne.2012.18.3.533.
 99. 이경완, 박금숙, 김영희. 간호사의 감성지능과 간호업무성과. 대한한의정보학회지.

- 2014;20(1):9-24.
100. 천인선. 중소병원 간호사의 의사소통능력과 직무배태성이 간호업무성과에 미치는 영향. 서울: 연세대학교 석사학위논문; 2018.
 101. 김윤화. 간호근무환경, 회복탄력성이 간호업무성과에 미치는 영향. 부산: 고신대학교 박사학위논문; 2016.
 102. Pennebaker JW, Kiecolt-Glaser JK, Glaser R. Disclosure of traumas and immune function: health implications for psychotherapy. *Journal of consulting and clinical psychology*. 1988;56(2):239. doi: 10.1037//0022-006x.56.2.239.
 103. Stiles WB. "I have to talk to somebody" A fever model of disclosure. *Self-disclosure: Theory, research, and therapy*: Springer; 1987. p. 257-82.
 104. 한덕웅, 박준호. 스트레스 사건에 관한 생각억제와 자기노출이 행복과 건강에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*. 2005;10(2):183-209.
 105. Freud S, Strachey JE. The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud. 1964.
 106. Pennebaker JW, Evans JF. *Expressive Writing: Words that Heal: Using Expressive Writing to Overcome Traumas and Emotional Upheavals, Resolve Issues, Improve Health, and Build Resilience*: Idyll Arbor, Incorporated; 2014.
 107. Baikie KA, Wilhelm K. Emotional and physical health benefits of expressive writing. *Advances in psychiatric treatment*. 2005;11(5):338-46. doi: 10.1192/apt.11.5.338.
 108. Rude SS, Haner ML. Individual differences matter: Commentary on "Effects of expressive writing on depressive symptoms—A meta-analysis". *Clinical Psychology: Science and Practice*. 2018;25(1):e12230. doi: 10.1111/cpsp.12230.
 109. De Moor C, Sterner J, Hall M, Warneke C, Gilani Z, Amato R, et al. A pilot study of the effects of expressive writing on psychological and behavioral adjustment in patients enrolled in a Phase II trial of vaccine therapy for metastatic renal cell carcinoma. *Health Psychology*. 2002;21(6):615. doi: 10.1037//0278-6133.21.6.615.
 110. Lepore SJ. Expressive writing moderates the relation between intrusive thoughts and depressive symptoms. *Journal of personality and social psychology*. 1997;73(5):1030. doi: 10.1037//0022-3514.73.5.1030.

111. Baddeley JL, Pennebaker JW. A postdeployment expressive writing intervention for military couples: A randomized controlled trial. *Journal of Traumatic Stress*. 2011;24(5):581-5. doi: 10.1002/jts.20679.
112. Mordechay DS, Nir B, Eviatar Z. Expressive writing-Who is it good for? Individual differences in the improvement of mental health resulting from expressive writing. *Complementary therapies in clinical practice*. 2019;37:115-21. doi: 10.1016/j.ctcp.2019.101064.
113. Tarquini M, Di Trani M, Solano L. Effects of an expressive writing intervention on a group of public employees subjected to work relocation. *Work*. 2016;53(4):793-804. doi: 10.3233/WOR-162259.
114. 이인선. 표현적 글쓰기가 작업기억에 미치는 효과. *교육심리연구*. 2013;27(1):221-40.
115. Kupeli N, Chatzitheodorou G, Troop N, McInnerney D, Stone P, Candy B. Expressive writing as a therapeutic intervention for people with advanced disease: a systematic review. *BMC Palliative Care*. 2019;18(1):1-12. doi: 10.1186/s12904-019-0449-y.
116. 홍혜강. 놀이를 활용한 표현적 글쓰기 프로그램이 아동의 분노 및 우울 감소에 미치는 효과. 서울: 서울교육전문대학원 석사학위논문; 2021.
117. 이민혁. 표현적 글쓰기에 나타난 어린이의 장소감 분석. 청주: 한국교원대학교 석사학위논문; 2021.
118. 최미심. 감정 표현적 글쓰기가 중년여성의 자아존중감과 행복에 미치는 영향. 대전: 대전대학교 석사학위논문; 2020.
119. Wu Y, Liu L, Zheng W, Zheng C, Xu M, Chen X, et al. Effect of prolonged expressive writing on health outcomes in breast cancer patients receiving chemotherapy: a multicenter randomized controlled trial. *Supportive Care in Cancer*. 2021;29:1091-101. doi: 10.1007/s00520-020-05590-y.
120. 김선경, 조용래. 표현적 글쓰기와 탄력성이 외상경험 대학생들의 우울증상과 외상 후 스트레스 증상에 미치는 효과. *한국심리학회 학술대회 자료집*. 2013;2013(1):245-.
121. 장재혁. 글쓰기 프로그램의 효과: 상실 외상 경험이 있는 대학생을 대상으로. 경산: 영남대학교 석사학위논문; 2013.

122. 손희정, 신희천. 주관적 외상 사건에 대한 구조화된 글쓰기의 효과. 상담학연구. 2013;14(6):3237-59. doi: 10.15703/kjc.14.6.201312.3237.
123. Fraas M, Balz MA. Expressive electronic journal writing: freedom of communication for survivors of acquired brain injury. J Psycholinguist Res. 2008;37(2):115-24. doi: 10.1007/s10936-007-9062-y.
124. 양정운. 신규간호사를 위한 인터넷기반 비폭력대화 의사소통 훈련 프로그램 개발. 학습자중심교과교육연구. 2023;23(10):581-92.
doi: 10.22251/jlcci.2023.23.10.581.
125. 두은영, 서형은, 최수진, 장보경, 김미영. 일 종합병원 신규간호사의 예술치료 프로그램 효과: 혼합연구방법. Journal of Korean Academy of Nursing Administration. 2018;24(2):118-29. doi: 10.11111/jkana.2018.24.2.118.
126. 정정숙, 배지현. 글쓰기프로그램을 중심으로 한 중년기여성들의 집단상담이 자아 존중감과 자아정체감에 미치는 효과. Journal of Transactional Analysis & Counseling. 2013;3(1):53-72.
127. 조수경. 표현적 글쓰기가 암환자의 회복탄력성과 암재발두려움에 미치는 영향. 전주: 전주대학교 박사학위논문; 2023.
128. 박유경. 미숙아어머니를 위한 통합적 글쓰기치료 프로그램 개발 및 효과. 부산: 동아대학교 박사학위논문; 2015.
129. 유순옥, 이소연, 한수옥, 장난순, 김연옥, 허진영, et al. 일 병원 간호사의 임파워먼트, 업무성과 및 직무만족의 관계. 간호행정학회지. 2006;12(3):406-14.

< 부록 1 > IRB 심의결과 통지서

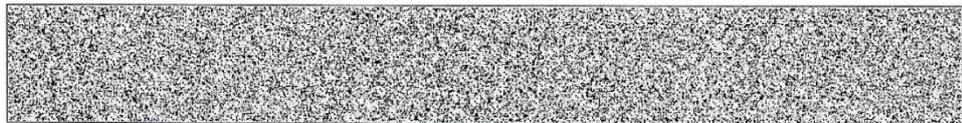
UUH202306039001-HE002

2013.12.23 개정본

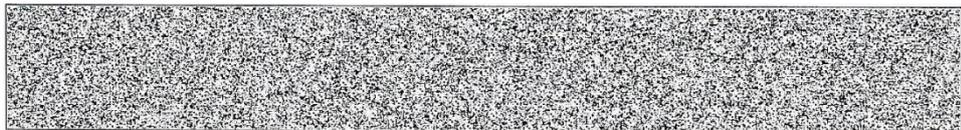
통지서

※ 본 과제의 문서보존기간은 3 년입니다.					
수신	의뢰(지원)기관	울산대학교병원			
	연구책임자	간호본부 이명성			
IRB File No.	UUH 2023-06-039-001	심사내용	시정계획서	통지일자	2023.07.27
연구과제명	국문	표현적 글쓰기가 신규 간호사의 의사소통능력, 행복, 간호업무성과에 미치는 영향			
	영문				
입상시험코드		Study Nick Name			

연구분류1	<input type="checkbox"/> 약물	<input type="checkbox"/> 생물학적 제제	<input type="checkbox"/> 세포치료제	<input type="checkbox"/> 건강기능식품		
	<input type="checkbox"/> 의료기술	<input type="checkbox"/> 의료기기	(○ 1등급 ○ 2등급 ○ 3등급 ○ 4등급)			
	<input checked="" type="checkbox"/> 해당사항없음					
연구분류2	<input checked="" type="checkbox"/> 인간대상연구	<input type="checkbox"/> 인체유래물(검체)연구	<input type="checkbox"/> 의무기록연구			
	<input type="checkbox"/> 유전자연구	<input type="checkbox"/> 유전자치료				
	<input type="checkbox"/> 배아연구	<input type="checkbox"/> 체세포복제배아연구	<input type="checkbox"/> 줄기세포주연구			
	<input type="checkbox"/> 기타 ()					
연구분류3	<input checked="" type="radio"/> 전향적 연구	<input type="radio"/> 후향적 연구	<input type="radio"/> 전향적 & 후향적 병행연구			
연구분류4	<input checked="" type="checkbox"/> 중재연구	<input type="checkbox"/> 설문조사	<input type="checkbox"/> 자료분석 및 분석연구			
	<input type="checkbox"/> 관찰연구	(<input type="checkbox"/> 단면조사연구 <input type="checkbox"/> 환자대조군연구 <input type="checkbox"/> 코호트 연구)				
	<input type="checkbox"/> 기타 ()					
연구분류5	<input type="checkbox"/> 인간을 대상으로 하지 않는 연구 Non-clinical study (in vitro, in vivo preclinical study)					
일반명			상품명			
전체피험자증례수	전체	58 명	국내	58 명	본원	58 명
연구승인기간	2023.07.26 ~ 2023.12.31					
지원의뢰기관	기관명	울산대학교병원	대표(직위)	병원장	성명	정용기
제출서류목록						



제출서류목록	(첨부) 변경대비표 [] [] (첨부) 심의의견에 대한 답변서 [] [] (첨부) 연구계획서 ver.1(2023.07.16)-이명성 (첨부) 연구 참여 설명문 및 동의서 ver.1(2023.07.16)-이명성		
관련근거	평가일자	2023.07.26	
중간보고시기	.	비고	
심사결과	<input checked="" type="radio"/> 승인 <input type="radio"/> 시정승인		
심사결과	<p>*시정계획</p> <p>특이사항 없어 승인합니다.</p> <p>-----</p> <p><연구자 안내사항></p> <p>1. 연구자는 '통지서' 마지막 페이지에 기재된 연구자 준수사항을 자세히 읽고 연구진행 해주시기 바랍니다.</p> <p>2. IRB 워터마크가 찍힌 동의서를 출력하여 사용하시기 바랍니다. 설문지는 워터마크 없이 사용됩니다. (e-IRB->동의서 인증->다운로드)</p> <p>3. 초기심의를 제출한 문서의 사소한 변경이 있더라도 IRB에 변경보고를 제출하여 승인받은후 연구 진행하여야 합니다. (연구계획, 설문지 등)</p> <p>4. 연구대상자 수는 신규심의 승인된 목표대상자수를 초과하여 등록할 수 없습니다. 대상자를 초과하여 등록하려면 미리 IRB에 대상자수 변경 보고 승인이후 등록해주시기 바랍니다. (첨부서류: 수정한 연구계획서 및 동의서, [서식53]변경대비표)</p> <p>5. 대상자 동의서 서명페이지는 추후 연구 종료보고시 스캔하여 제출하여야합니다. 동의 취득시 주의해야할 사항은 아래와 같습니다.</p> <p>1) 연구책임자와 대상자의 동의일은 같아야 합니다. 원칙적으로 연구책임자가 대상자에게 동의서 내용 설명후 함께 서명을 하여야 합니다. 따라서 동의서 내 서명일은 같은 날이어야 합니다.</p> <p>2) 서명란은 해당란에 정확하게 기재바랍니다. 성명, 서명, 날짜기재란을 잘 확인하시어 각 란에 해당 내용 기재바랍니다.</p> <p>3) 서명년, 월, 일은 생략불가합니다. 서명 년도, 월, 일은 8자리 정확하게 기재바랍니다. ex) 10월 10일 또는 20년 10월 10일(X) , 2020.10.10 또는 2020년 10월 10일(O)</p> <p>4) 오기수정은 사소하다고 생각되더라도 반드시 정확하게 수정바랍니다. (오기를 한줄로 긋고 수</p>		



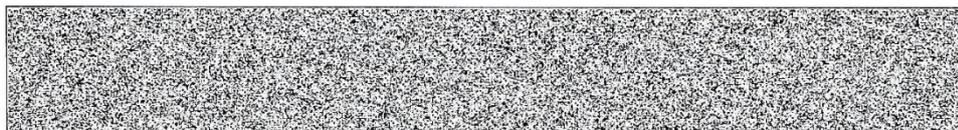
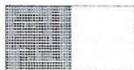
심사결과	<p>정후, 가까운 위치에 수정일자,서명 기재) : 서명은 오기자가 직접 시행해야합니다. 대상자 오기는 대상자가, 연구자 오기는 연구자가 수정해야함.</p> <p>6.연구 종료 시에는 종료보고, 결과물이 출판되면 연구결과물 첨부하여 결과보고를 해주시기 바랍니다.</p>
------	--

※ 본 위원회는 국제 임상시험통일안(ICH) 및 임상시험관리기준(KGCP), 생명윤리 및 안전에 관한 법률 등 관련 법규를 준수합니다.

※ 임상연구심의위원회 위원이 연구에 직접적, 간접적으로 관련이 있을 경우, 해당 연구의 심사결정 과정에 참여하지 않습니다.

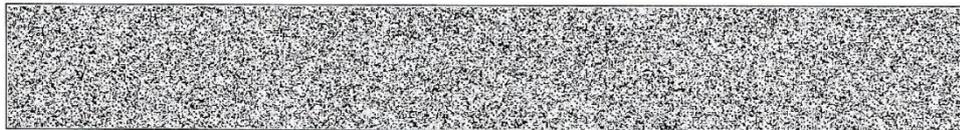
■ 본 위원회에서 승인된 연구의 모든 연구자들은 다음의 사항을 준수하여야 합니다 ■

1. 연구계획의 승인 이전에 연구를 진행할 수 없으며, 승인 받은 계획서에 따라 연구를 수행하여야 합니다.
2. 시정 / 보완 계획 및 그 밖의 IRB 결정사항에 대한 이의신청은 해당 심사결과 통지일로부터 3개월 이내에 기 신청했던 보고서로 다시 제출하여야 하며, 통지일로부터 6개월 이내에 답변서를 제출하지 않으면 IRB에서 해당 연구를 중지시킬 수 있으므로 제출기한을 준수 해주시기 바랍니다.
3. IRB에서 승인 받은 워터마크가 삽입된 동의서를 직접 다운로드 받아 출력해서 사용해야 합니다.
4. 연구계획서 및 변경계획서의 승인 이전에 연구대상자가 해당 임상연구에 참여하는 것을 금지합니다.
5. 연구대상자에게 발생한 즉각적 위험요소의 제거가 필요한 경우를 제외하고는 변경계획서에 대한 승인이 내려지기 전에 원 계획서와 다르게 임상시험을 실시하는 것을 금지합니다.
6. 연구대상자에게 발생한 즉각적 위험 요소의 제거가 필요하여 원 계획서와 다르게 연구를 실시해야 하는 경우, 연구대상자에게 발생하는 위험요소를 증가시키거나 연구의 실시에 중대한 영향을 미칠 수 있는 변경사항, 예상하지 못한 중대한 이상약물 / 의도기반 반응에 관한 사항, 연구대상자의 안전성이나 임상연구의 실시에 부정적인 영향을 미칠 수 있는 새로운 정보에 관한 사항은 IRB에 신속히 보고해야 합니다.
7. 연구대상자에게 강제 혹은 부당한 영향이 없는 상태에서 충분한 설명에 근거하여 동의 과정을 수행할 것이며, 잠재적인 연구대상자에게 연구의 참여 여부를 고려할 수 있도록 충분한 기회를 제공하여야 합니다.
8. 연구 진행에 있어 연구대상자를 보호하기 위해 불가피한 경우를 제외하고 연구의 어떠한 변경이든 위원회의 사전 승인을 받고 진행해야 합니다. 연구대상자들의 보호를 위해 취해진 어떠한 응급상황에서의 변경도 즉각 IRB에 보고해야 합니다.
9. IRB의 승인을 받은 연구대상자 모집 광고문을 사용해야 합니다.
10. IRB의 승인은 1년을 초과할 수 없습니다. 1년 이상 연구를 지속하고자 하는 경우에는 반드시 중간 보고를 해야 합니다.
11. 연구 종료 시에는 종료보고, 연구 결과가 나오거나 논문이 발표되면 결과보고를 해야 합니다.
12. 생명윤리 및 안전에 관한 법률, 약사법, 의도기반법, 헬싱키 선언 및 ICH-GCP 가이드라인 등 국내



- 외 관련 법규를 준수해야 합니다.
13. 헬싱키선언에 따라 모든 임상시험은 첫 연구대상자를 모집하기 전 공개적으로 접근이 가능한 데이터베이스(primary registry)에 연구에 대하여 공개하여야 하며, 예를 들어 <http://register.clinicaltrials.gov> 를 이용하실 수 있습니다.
 14. 승인 받은 연구에 대하여 기관의 내부점검 및 외부의 실태조사를 받을 수 있습니다. 기관의 내부점검자, 외부의 모니터요원 및 점검자, 규제 기관의 실태조사자 등이 연구 관련 문서(전자문서 포함)에 대한 열람을 요청하는 경우 연구자는 이에 적극 협조해야 합니다.

울산대학교병원 임상연구심의위원회



< 부록 2 > 대상자 설명문 및 동의서

연구참여 설명문 및 동의서						
연구 제목	표현적 글쓰기가 신규 간호사의 의사소통능력, 행복, 간호업무성공에 미치는 영향					
연구책임자	성명	이명성	소속	울산대학교병원	연락처	
<p>1. 연구 배경</p> <p>병원간호사회 자료에 따르면 2022년 평균 간호사 사직률은 평균 15.8%였으며, 신규 간호사 사직률은 34.4%로 월등히 높다. 신규간호사는 미숙한 지식과 기술, 직무수행 시 역할갈등, 복잡하고 어려운 대인관계 등 다양한 문제에 노출되고 있다. 신규 간호사에게 표현적 글쓰기를 적용하여 여러 상황에 놓여져 있는 스트레스를 낮춰 행복감을 증진시키고 의사소통능력을 향상시키며 간호업무성공을 향상시킬 수 있는 효과를 확인하고자 한다.</p> <p>2. 연구 목적</p> <p>본 연구의 목적은 표현적 글쓰기가 신규 간호사의 의사소통능력, 행복, 간호업무성공에 미치는 영향을 파악하기 위함이다.</p> <p>3. 연구 예정기간, 대상자 수, 연구절차 및 방법</p> <p>1) 연구 예정기간 IRB 승인 이후부터 2023년 12월 31일까지 진행 예정이다.</p> <p>2) 연구 대상자 수 총 연구 대상자 수는 선행연구를 참조하여 G*Power 3.1 program을 이용하여 효과크기 .25, 검정력 .95, 유의수준 α .05, 집단 수 2로 설정하였을 때 44명이 산출되었으며, 탈락을 22%를 고려하여 탈락을 30%로 예상할 때 58명으로 선정하였다.</p> <p>3) 연구방법 표현적 글쓰기를 통하여 신규간호사의 의사소통능력, 행복, 간호업무성공에 미치는 효과를 파악하기 위한 비동등성 대조군 사전사후 시차설계 연구로 시행할 것이다. 표현적 글쓰기 프로그램 진행은 U광역시 대학병원 임상연구심의위원회로부터 승인을 받은 후 주 2회, 총 6회이며, 3주로 진행할 예정이며, 변수의 측정시기는 간호사에게 표현적 글쓰기를 중재 후 반복 측정한 선행연구를 참고로 하여 중재 전, 중재 6회차 직후, 종료 후 1개월 시점에 측정할 것이다. 각 회차마다 글쓰기 프로그램이 인쇄된 책자를 봉투에 담아 연구자가 대상자에게 직접 배부한 후 대상자는 글쓰기 프로그램을 작성하여 봉투에 담아 정해진 장소에 제출하도록 할 것이다. Pennebaker의 표현적 글쓰기 지침에 따라 글의 양은 제한이 없으나 타임워치를 적용하여 1회당 최소 20분의 글쓰기를 격려할 것이다.</p> <p>[중재] -실험군: 표현적 글쓰기 프로그램 중재 전, 중재 6회차 직후, 종료 후 1개월 시점에 설문조사 시행 -대조군: 중재를 시행하지 않으므로 처음, 3주 후, 7주 후 시점에 설문조사를 시행</p> <p>[연구 도구] 1)의사소통 능력 본 연구에서는 의사소통 능력을 측정하기 위해 허경호(2003)가 개발한 포괄적인 대인 의사소통능력(Global Interpersonal Communication competence)을 이현숙, 김종경(2010)이 수정 : 보완한 도구를 사용할 것이</p>						



다.

2) 행복

본 연구에서는 행복정도 평가를 위하여 서은국과 구재선(2011)이 개발한 한국판 단축형 행복 척도 (COMOSWB)를 사용할 것이다.

3) 간호업무성과

본 연구에서는 고유경, 이태화, 임지영(2007)이 개발한 간호업무성과 측정도구를 사용할 것이다.

4) 표현적 글쓰기 프로그램

표현적 글쓰기에 관한 선행연구 분석 결과와 글쓰기 워크북(Pennebaker J, 2007)에서 제시한 지침을 근거로 표현적 글쓰기 프로그램을 구성하였다.

Pennebaker가 제안한 6회의 글쓰기를 참고하여 신규 간호사 특성에 맞게 글쓰기 프로그램을 재구성하여 6회차 프로그램으로 진행할 것이다.

Pennebaker의 표현적 글쓰기 지침에 따라 글의 양은 제한이 없으나, 1회 당 최소 소요시간은 20분으로 하며, 주 2회로 총 6회, 3주로 진행할 예정이다.

5) 일반적 특성

간호사 개인적 특성으로 성별, 연령, 결혼상태, 종교유무, 가족과의 동거여부, 최종학력, 근무부서, 현 부서 경력에 관한 데이터를 수집할 것이다.

4. 실험군 및 대조군 배정 방법과 배정 확률

신규 간호사별 근무한 개월 수에 따라 실험군과 대조군을 짝짓기 배정법을 사용할 것입니다.

5. 대상자에게 예상되는 위험 및 이득

해당사항 없음

6. 연구에 참여함으로써 대상자에게 예상되는 비용

본 연구는 설문조사 연구이기 때문에 연구 참여로 인하여 대상자가 지불해야 하는 비용은 없습니다.

7. 대상자의 안전 및 개인정보 보호대책

본 연구는 IRB의 승인 이후, 대상자에게 연구에 대한 충분한 설명을 한 후 자발적으로 동의하면 자필 서명을 받고 연구를 진행할 예정입니다.

수집된 자료는 본 연구 이외의 목적으로 사용하지 않을 것이며 연구참여자의 개인 신상에 대한 내용은 비밀이 보장되며, 연구결과가 출판될 경우에도 대상자의 신상은 비밀로 보장될 것입니다. 자료는 연구자 이외의 다른 사람이 열람할 수 없도록 시건 장치가 되어 있는 장소에 보관하며, 연구 종료 후 임상시험센터 문서보관실로 이관하여 3년간 보관 후 폐기 절차에 따라 폐기할 예정입니다.

8. 연구의 자발적 참여 및 동의철회

대상자의 연구 참여 여부 결정은 자발적이어야 하며, 연구의 참여 거부 또는 연구 도중 언제든지 참여를 포기할 수 있습니다. 동의철회 시 수집한 자료는 본 연구에서 사용하지 않고 폐기할 것입니다.

9. 연구참여자의 권익에 관한 정보제공

연구 참여자로서 본인의 권리에 대해서 질문이 있는 경우 임상연구심의위원회(IRB) 담당자에게 문의하시면 됩니다. Tel. 052-250-7010, 7012



본인은 본 동의서의 내용에 대해 설명을 들었고, 동의서 내용을 읽고 이해하였으며 본인이 궁금해하는 모든 질문에 대한 답변을 들었습니다. 또한, 자발적으로 본 연구에 참여하는 것에 동의하며 동의 후 동의서 사본을 제공 받을 것임을 알고 있습니다.

연구참여자	(성명)	(서명)	(날짜)
연구책임자	(성명)	(서명)	(날짜)



< 부록 3 > 도구 사용 승인

1) 의사소통능력

[-] 보낸사람:  허
받는사람:  이명성
보낸날짜: 2023/04/10 월요일 오전 9:05:03

+ 관련메일 7개

 첨부파일이 없습니다.

도구 사용을 허락합니다.

[-] 보낸사람:  김
받는사람:  이명성
보낸날짜: 2023/04/11 화요일 오후 12:13:20

+ 관련메일 7개

 첨부파일이 없습니다.

네, 의사소통도구를 연구에 이용하십시오.

2) 행복

[-] 보낸사람: + Eun
받는사람: + 이명성
보낸날짜: 2023/04/13 목요일 오전 9:35:42

+ 관련메일 7개

 첨부파일이 없습니다.

이 선생님,

네, 자유롭게 사용하세요 (정확한 인용만 해주시면 됩니다).

3) 간호업무성과

[-] 보낸사람 : (+) 고
받는사람 : (+) 이명성
보낸날짜 : 2023/04/10 월요일 오전 11:08:48

[+] 관련메일 7개

 첨부파일이 없습니다.

이명성 선생님께

안녕하세요? 원광대학교 고유경입니다.

간호업무성과 도구 사용 승인합니다.

좋은 논문 작성하시길 진심으로 기원합니다.

감사합니다.

< 부록 4 > 연구 설문지

연구 설문지

안녕하십니까?

저는 울산대학교 석사과정 대학원생으로 표현적 글쓰기가 신규 간호사의 의사소통능력, 행복, 간호업무성과에 미치는 영향이라는 주제로 연구를 진행하고 있습니다. 본 연구를 통해 신규 간호사가 표현적 글쓰기를 통하여 의사소통능력, 행복, 간호업무성과를 파악하고, 신규 간호사의 의사소통능력, 행복, 간호업무성과를 높이는 방안을 마련하는데 기초자료를 제공하고자 합니다.

귀하께서 응답해주신 내용은 익명으로 결과 분석이 이루어지고 답변하신 내용은 비밀이 보장되며, 그 결과는 연구목적에만 사용할 것을 약속드립니다.

본 설문 문항을 읽어보시고 귀하의 생각을 솔직하게 답변해주시면 됩니다. 귀하의 성의 있는 답변은 연구의 귀중한 자료가 될 것이며, 전문직 간호사로 발전하는 귀중한 기초자료로 활용될 것입니다. 귀하가 본 연구의 목적을 이해하시고 참여 의사를 밝혀 주시면 연구 참여 동의서에 서명한 후, 약 15분 정도 설문지를 작성하게 됩니다.

설문지 작성이 어려우면 작성을 즉시 중단할 수 있습니다. 만일 귀하가 연구에 참여하는 것을 그만두고 싶다면 연구자에게 말씀해주십시오. 귀하에게 어떠한 불이익도 발생하지 않을 것을 약속드립니다. 본 연구에 대해 질문이 있거나 연구 중간에 문제가 생길시 연구책임자에게 연락하십시오.

귀한 시간 내주시고 설문에 응해주셔서 진심으로 감사드립니다.

2023년

울산대학교 일반대학원 간호학 전공
울산대학교병원 특수(음압)중환자실
지도교수 : 이 경숙
석사과정 : 이 명성

만일 어느 때라도 연구참여자로서 귀하의 권리에 대한 질문이 있다면
위 연구자에게 연락하십시오.

일반적 특성에 대한 질문입니다. 해당란에 체크(V)해 주시거나 기입해 주시기 바랍니다.

1. 성별 : ① 남 ② 여
2. 연령 : ① 20대 ② 30대 ③ 40대 이상
3. 결혼여부 : ① 미혼 ② 기혼 ③ 기타(별거, 이혼, 사별 등)
4. 종교여부 : ① 무 ② 유
5. 가족과의 동거여부 : ① 무 ② 유
6. 최종학력 : ① 전문학사 ② 학사 ③ 석사이상
7. 현 근무부서 : ① 병동 ② 중환자실 ③ 응급실
8. 현 근무부서 경력: ① 3개월 이상-6개월 미만
② 6개월 이상-9개월 미만
③ 9개월 이상-10개월 미만

의사소통능력

다음은 의사소통 능력에 관한 설명사항입니다. 질문에 대해 자신이 해당하는 항목에 표시해 주십시오.

문항	항목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그런 편이다	매우 그렇다
1	나는 친구들이 내가 진실로 누구인지 알 수 있게 한다.					
2	나는 다른 사람의 입장에서 볼 수 있다.					
3	나는 여러 사회적 상황에서 편하게 느낀다.					
4	나는 내 권리나 의견을 주장한다.					
5	나는 대화할 때 상대 이야기를 집중해서 듣는다.					
6	나는 어떤 주제를 다룰 것인지를 협의함으로써 내가 하는 대화를 이끌어간다.					
7	나는 내 자신을 말로 또 비언어적으로 잘 표현한다.					
8	사람들은 내가 따뜻하다고 한다.					
9	나의 친구들은 내가 자기들에 대해 관심이 있다는 것을 진정으로 믿고 있다.					
10	나의 대화는 비효율적이다.					
11	나는 높임말과 반말 등을 상대에 맞게 적절히 구사하지 못한다.					
12	나는 논리 정연하게 말한다.					
13	나는 대화 도중 상대의 대화 목적을 쉽게 알아차린다.					
14	나는 대화할 때 내가 상대의 말을 잘 알아듣고 있음을 말로 또는 고갯짓으로 알린다.					
15	나는 대화에 집중할 수 있는 환경을 조성한다.					

행복

다음은 행복에 관한 설명사항입니다. 질문에 대해 현재 귀하의 생각이나 느낌에 가장 가깝다고 해당하는 항목에 표시해 주십시오.

문항	항목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	약간 그렇지 않다	보통 이다	약간 그렇다	그렇다	매우 그렇다
1	나는 내 삶의 개인적 측면(개인적 성취, 성격, 건강 등)에 대해서 만족한다.							
2	나는 내 삶의 관계적 측면(주위 사람들과의 관계 등)에 대해서 만족한다.							
3	나는 내가 속한 집단(직장, 지역사회 등)에 대해서 만족한다.							

지난 한 달 동안 귀하가 경험한 감정을 묻는 문항입니다. 다음에 제시되는 감정을 얼마나 자주 느꼈는지 가장 가까운 항목에 표시해 주십시오.

문항	내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	약간 그렇지 않다	보통 이다	약간 그렇다	그렇다	매우 그렇다
4	즐거움							
5	행복한							
6	편안한							
7	짜증나는							
8	부정적인							
9	무기력한							

간호업무성과

다음은 간호업무성과에 관한 설명사항입니다. 질문에 대해 자신이 해당하는 항목에 표시해 주십시오.

문항	항목	그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	나는 처방내용을 잘 이해하고 주어진 시간 내에 계획하여 오류, 누락없이 정확하게 업무를 수행한다.					
2	나는 내가 수행하는 업무를 제한된 기간 내에 많이 처리한다.					
3	나는 투약관리지침에 따라 정확하게 수행한다.					
4	나는 업무수행에 필요한 지식과 기술을 갖추고 있다.					
5	나는 환자의 정보를 정확하게 인수인계한다.					
6	나는 간호기록지침에 따라 정확하게 기록한다.					
7	나는 간호 업무를 정확하고 완벽하게 수행한다.					
8	환자와 보호자에게 관심과 수용적인 태도를 보인다.					
9	내부서 및 타부서 직원들과 상호신뢰와 존경의 분위기를 조성하려고 노력한다.					
10	나는 간호사로서 다른 사람에게 신뢰감을 준다.					
11	나는 부가적인 부서 업무에 솔선수범한다.					
12	기구, 시설수리, 파손, 분실을 점검하고 보고한다.					
13	보수교육 및 특강에 참여하여 전문직 간호사로서 능력개발을 위해 노력한다.					
14	나는 문제 원인을 규명하고 해결하기 위한 방법을 모색한다.					
15	간호정보조사도구를 이용하여 환자사정을 정확히 수행한다.					
16	환자사정 후 간호계획을 설정하고 우선순위 별 간호를 수행한다.					
17	환자 및 보호자에게 자가 간호를 위한 기술을 시범하고 교육한다.					

Abstract

The effects of expressive writing on communication competence, happiness, outcome of nursing practice of new nurses

Lee, Myoungsung, RN.

Department of Nursing University of Ulsan

Directed by Professor Lee, Kyoungsook, PhD., RN.

This study employs a non-equivalent control group pre-post time difference design to investigate the impact of implementing expressive writing on communication competence, happiness, and outcome of nursing practice among new nurses. The participants, new nurses with more than 3 months and less than 12 months of experience working at U University Hospital in U Metropolitan City, voluntarily joined the program after understanding the research purpose. The Institutional Review Board of U University Hospital approved the study. Data collection occurred from August to November 2023. Communication competence, happiness, and outcome of nursing practice were measured in a pre-survey of the control group, and communication competence, happiness, and outcome of nursing practice were measured repeatedly after 3 and 7 weeks. A pre-treatment survey was administered to the experimental group before the experimental treatment to measure baseline levels of communication competence, happiness, and outcome of nursing practice. The program administered twice a week for over 20 minutes per session for three weeks. Measurements were taken immediately following the conclusion of the expressive writing program

intervention for the experimental group and again at the four-weeks post-intervention mark. The instrument comprised 15 questions for communication competence, 9 for happiness, and 17 for outcome of nursing practice. IBM SPSS 26.0 facilitated data analysis, employing descriptive statistics and incorporating frequencies and percentages, along with measures of kurtosis, skewness, and Shapiro-Wilk tests. The analysis also involved χ^2 -test analysis or Fisher's exact test for categorical variables. Repeated measures analysis of variance (ANOVA) was applied to assess changes over time, and covariate analysis was performed in alignment with the study's objectives.

The study's findings are as follows:

1. The hypothesis whereby "The expressive writing program will enhance communication competence in the experimental group immediately and at four weeks post-intervention compared to the control group" was supported, with a statistically significant difference ($F=3.71, p=.028$).
2. The hypothesis whereby "The experimental group participating in the expressive writing program will experience improved happiness immediately after the intervention and at four weeks post-intervention compared to the control group" was supported, with a statistically significant difference ($F=4.22, p=.022$).
3. The hypothesis whereby "The experimental group, engaged in the expressive writing program, would exhibit improved outcome of nursing practice immediately and four weeks post-intervention compared to the control group" was supported, with a statistically significant difference ($F=1.21, p < .001$).

The expressive writing program demonstrated its effectiveness in enhancing communication competence, happiness and outcome of nursing practice among new nurses. The expressive writing program emerges as a valuable intervention for improving communication competence, happiness and outcome of nursing practice of new nurses, particularly those struggling to adapt to practice.

Keywords: expressive writing, communication competence, happiness, outcome of nursing practice, new nurses