



Original Article

의학교육 시기에 따른 의과대학생들의 정서 변화에 대한 현상학적 연구

이원경^{1,2}, 박경혜^{3,4}, ✉

¹연세대학교 대학원 신학과, ²연세대학교 원주의과대학 상담코칭센터, ³연세대학교 원주의과대학 의학교육학과, ⁴연세대학교 원주세브란스기독병원 응급의학과

A phenomenological study on the emotional changes of medical students according to the phase of medical education by Won Kyoung Lee^{1,2}, Kyung Hye Park^{3,4} (¹Department of Theology, Graduate School, Yonsei University, Seoul, Republic of Korea; ²Counseling and Coaching Center, ³Department of Medical Education, ⁴Department of Emergency Medicine, Yonsei University Wonju College of Medicine, Wonju, Republic of Korea)

Abstract The study aimed to understand medical students' experiences of emotional changes, including their method of adapting to experiences, and the effect of the experiences in shaping their identities. We interviewed 12 medical students who were finishing their 1-year clinical internship in 2016. Data on their opinions and reasons for emotional changes during their school life were obtained. The descriptive phenomenological approach was applied to analyze the interviews. Their stress came from disappointment in themselves, competitive environment, observing a change in their personalities, meeting their parents' expectations, and interpersonal relations. The interviewees adjusted to the medical study by exercising self-control in their studies and daily lives, by practicing self-acceptance and observing their state of mind, and by breaking free from the competition-driven environment and obsession with grades. In addition, they cultivated endurance and found external support. Finally, they achieved self-efficacy and were comfortable in their identity as medical students. They still had to address the stress from working relationships and the difficulty in balancing studies and life. The medical students' self-evaluation and compulsive tendencies increased during the medical course due to the burden of studies. They evolved by learning self-control and introspection and seeking ways to adapt. Understanding this growth process of medical students will improve student support in medical schools.

Key words: Adaptation, Medical school, Medical student, Mental health, Self-control

서 론

의과대학생은 주위로부터 많은 기대와 관심을 받으며 대학에 진학하지만 본과에 진입하면서 과도한 학업량과 규격화된 교육과정, 잦은 시험과 유급에 대한 두려움 등 거의 매일 쫓기는 듯한 긴장과 불안감을 가지고 생활하게 된다.¹⁾ 이러한 과

중한 학업 이외에도 교수와 전공의로부터 오는 부담감과 만족스럽지 못한 대인관계, 수면 부족과 여가활동 부족 등으로 사회성을 개발할 수 있는 기회가 없어 스트레스가 가중된다.^{2,3)}

누구나 자신이나 외부환경으로부터 오는 스트레스를 최소화하기 위해 대처 방법을 터득하게 되는데, 우리나라 의과대학생들은 정서 완화나 사회적인 지지를 추구하기 보다는 문제에 더 집중하고, 극복 전략으로 회피를 사용한다.⁴⁾ 반면 브라질 연구에서는 의과대학생들이 음악, 스포츠, 다른 지식에 대한 탐구, 사회적 지원, 종교 등에서 편안함을 찾는다.²⁾ 의과

Received: December 1, 2020; Revised: December 8, 2020; Accepted: December 8, 2020

✉ Correspondence to : Kyung Hye Park
Department of Medical Education, Yonsei University Wonju College of Medicine, 20, Ilsan-ro, Wonju, Gangwon-do, 26426, Republic of Korea
Tel: 82-33-741-0242, FAX: 82-33-742-5034
E-mail: erdoc@yonsei.ac.kr

대학생들을 대상으로 정신건강과 삶에 대한 만족도, 스트레스와 그 대처 방식에 대한 여러 나라의 연구들이 있지만, 모두 점수화된 측정 도구를 사용하였다.^{2,4,7)} 의과대학생의 정신심리적 건강상태에 대한 개인적 인식과 스트레스를 어떻게 극복하고 적응해 나가는지에 대한 과정 중심적 연구는 드물다.

다면인성검사(Minnesota Multiphasic Personality Inventory, MMPI)는 전 세계적으로 개인의 성격 및 정신병리를 평가하는 목적으로 가장 널리 사용되는 객관적 성격 검사로 우리나라에서도 대학생들의 정신건강을 평가하기 위한 주요 도구로 활용되고 있다.⁸⁾ 의과대학생을 대상으로 하여 MMPI를 시행한 연구는 대부분 단면연구이고,^{1,6,7)} Sawamura 등이 종단적으로 MMPI를 측정하였지만, 변화에 대한 이유를 깊이 알아보지는 못하였다.⁹⁾

이에 연구자들은 의과대학생들이 의예과에서 임상실습에 이르는 동안 심리적 변화에 대한 그들의 관점과 스트레스를 극복하고 적응해온 경험을 이해하기 위해서는 더 깊은 탐구가 필요하다고 생각하였다. 이 연구는 의과대학생들의 경험의 본질을 인터뷰를 통해 얻은 자료로 이해하고자 하였다.

대상 및 방법

1. 연구 참여자

이 연구를 실시한 중부권의 일개 의과대학은 의예과 2년, 의학과 4년으로 이루어져 있다. 의과대학 내 상담코칭센터에서는 매년 신입생의 정신심리적 부적응을 선별하고 예방하기 위한 일환으로 MMPI-2 검사를 시행한다. 그러던 중 2014년부터는 정신건강상태 평가를 의학과 1학년에게 시행하기로 하면서, 2012년에 입학한 학생들은 2014년에도 검사를 실시하여 종단적 자료를 수집하게 되었다. 이 연구의 대상인 학생들은 2012년 의예과 1학년(97명)이었을 때와, 2014년 의학과 1학년(80명)이 되었던 때, 총 2회 MMPI-2 검사를 받았다. 2012년 입학한 학생들의 휴학과 유급 등으로 2014년에도 MMPI-2를 하여, 2회의 결과가 있는 학생은 모두 80명이었다. MMPI-2의 종단 결과가 있는 80명의 학생들을 대상으로 자신의 MMPI-2 변화 양상을 기반으로 의대에서 경험한 시기별 스트레스 등의 심리 변화에 대한 질적 연구 참여자를 모집하기 위해, 상담코칭센터 게시판과 대학 홈페이지 게시판에 연구참여자 모집을 안내하였다. 내용은 다음과 같다. ‘내가 경험한 의대 생활 이야기: 늘어나는 학습 분량으로 인한 변화(외적 요인), 학년이 올라가면서 일어나는 변화(내적 요인)의 경험이 나에게 어떤 의미인지 탐구하기 위하여 인터뷰를 통한

연구에 참여해 주십시오. 인터뷰의 결과는 자신을 포함한 의과대학생의 정체성 이해를 위한 실증적인 기초자료가 될 수 있을 것입니다.’ 이 과정을 통해 총 12명의 참여자가 자발적으로 모집되었다. 인터뷰는 이들이 의학과 3학년 임상실습을 완전히 종료한 시점에 이루어졌다.

2. 연구 절차

모든 참여자에게는 연구의 절차와 목적, 인터뷰 내용의 녹음 등에 대한 설명을 하고 서면으로 동의서를 받았다. 인터뷰는 2016년 10월 말부터 12월 말까지 상담코칭센터에서 개인당 평균 40여 분간 이루어졌고, 한국상담심리학회 상담심리사 1급인 연구자가 진행하였다.

이 연구의 인터뷰에서 사용한 반구조화 질문은 다음과 같다.

1. (전체와 각 연구참가자의 MMPI 결과 추이에 대하여 설명한 후) 심리 검사의 추이 결과를 본인은 어떻게 생각하십니까?
2. 대학생활 중 나의 정서적 변화는 어떤 것들이 있나요? 정서적 변화의 요인은 무엇이라고 생각하십니까?
3. 검사결과와 상관없이 대학 생활 중에 자신은 어떻게 변화하였고, 그 원인은 무엇이라고 생각하십니까?

참여자 경험 현상의 공통적인 요소를 통합하여 본질적인 구조를 진술하기 위해 포화될 때까지 충분히 자료를 수집하였다.

3. 자료분석

녹음된 모든 자료는 전사하여 현상학적 접근의 Colaizzi 방법을 이용하여 분석하였다.¹⁰⁾ Colaizzi 분석은 참여자로부터 기술된 내용에서 의미 있는 문장이나 구를 추출하고, 이를 기반으로 일반적이며 추상적인 진술을 만들어 의미를 구성하여 최종적으로 경험의 본질적 구조를 기술하는 절차이다.¹¹⁾

두 연구자가 독립적으로 분석한 후 토론을 통하여 분석 결과에 합의를 이루었다. 각자 여러 번 반복해서 읽으며 참여자의 인식과 표현에서 의미를 추출하여 이를 기반으로 일반적 진술로 의미를 재구성하여, 주제별 범주화로 경험의 본질적 구조를 기술하려고 하였다. 이 분석결과에 대하여 타당성을 확보하기 위해 2018년 초, 다시 12명의 참여자에게 각자의 결과를 전달하여 자신이 기술한 내용과 맞는지, 자신의 경험과 의미에 비추어 타당한 분석이 이루어졌는지 문자와 메일로 피드백을 받았다. 마지막으로 연구타당도를 위해 Lincoln 등이 제시한 질적연구평가기준에 따라 진실성, 적용성, 일관성, 중립성을 고려하였다.¹²⁾

결 과

12명의 연구참여자의 MMPI-2를 분석하였다. 특히 참여자 3번과 9번에서 우울증(D) 지표가 증가하였다. 참여자 1번과 3번에서는 강박증(Pt) 지표가 증가하였다(Table 1).

1차 분석과정을 통해서 224개의 의미진술에서부터 시작해서 여러 차례 일반적 진술로 재구성하며 의미 범위를 다듬고, 최종적으로 67개 의미 진술로 압축하여 35개의 구성의미로부터 18개 주제, 7개 주제군, 그리고 3개 범주를 도출하였다(Table 2).

1. 본과 과정의 심리정서적 변화들

1) 공부와 시험으로 인한 내부 갈등

(1) 시험이라는 인생 최대의 압박감

참여자들은 힘든 수험 생활을 끝내며 의대 입학에 성공했고, 예과 2년간의 성적은 인턴 지원 시 반영되지 않으니, 예과 때는 미리 놀아야 한다고 정말 열심히 놀았다. 이와는 정반대의 본과 생활이 시작되면서, 갑자기 늘어난 공부량과 시험 횟수에 난생 처음 최대의 압박감을 겪었다. 울면서 공부하고, 어느 정도 공부를 해야 어느 정도의 성적이 나오는지 가늠할 수 없어서 막막하고, 이렇게 자신을 시험에 들게 하는 상황이 인생에서 처음이었다. 또한 기초의학 공부에 흥미를 느끼지 못하여 자신과 의대 공부는 안 맞다고 생각했다.

‘시험도 많고 공부량도 되게 많은데 잘 하고 싶은 욕심에 스트레스를 많이 받았었거든요. 시험도 1년에 몇 십 개씩 있었는데..... 한 시험이 되게 크다고 느꼈거든요.’ [P9_10]

(2) 과거에 공부 잘 하던 자신에 대한 실망과 자괴감

참여자들은 고등학교 때 성적이 최상위권이었고, 본과에서도 나름대로 공부를 했다고 생각했지만, 자신의 성적을 보고 무척 실망했다. 한 참여자는 이렇게 해서 내가 의사가 될 수 있을지 의문이 들었다.

(3) 등수와 성적 공개로 인한 경쟁심

짖은 시험마다 등수와 성적이 공개되니, 친하게 지내던 친구들이 경쟁자로 보이기 시작하면서 괴로웠다. 한 참여자는 이를 ‘트라우마’라고 표현했다.

‘시험칠 때마다 그렇게 등수가 뜨는 거잖아요. 그러니까 친구랑 경쟁해야 되고 옆에 친구가 공부하고 있으면 애들이 다들 예민해져서 나도 공부해야 되나? 이려고, 견제하고 그랬었는데 수업 때도 다들 일찍 가서 앞자리에 앉으려고 하고 그랬

었던 것 같아요, 본과 1학년 때.’ [P9_24]

(4) 다른 것에 신경 안 쓰는, 변해버린 나를 인식함

자는 것 빼고 모든 시간과 에너지를 공부에 투자해야 하니, 주변에 일어나는 일에 관심을 가질 수 없고, 스트레스를 풀기도 힘들어 우울해졌다. 스스로가 냉소적으로 변해버렸다고 생각하였다.

‘시험을 계속 보니까 내 개인적인 시간도 없고, 예과 1학년에 비해서. 아무래도 공부를 많이 하게 되니까 혼자 있는 시간이.... 친구들이랑 밥도 시험 때문에 시간 아까우니까 대충 방에서 때우고.’ [P7_190]

(5) 부모의 기대에 부응하기 위한 부담감

부모님이 경제적으로 지원해 주시고, 기대도 하고 계셔서 억지로 공부를 했다고 하였다.

2) 학업 부담이 대인관계에 주는 민감한 영향

(1) 본과생이 되어 주변의 시선을 더 의식하게 됨

본과에 올라오면서 주변 사람들이 나에게 대해 평가하는 것에 더 신경 쓰이게 되었다.

‘여기는 좀... 사람들... 엄청 수많은 윗사람들이 있는 곳이잖아요.. 사람이 소심해진다고 해야 되나? 남의 눈치를 좀 보게 되고, 좀.. 예전에는 남 신경을 진짜 별로 안 썼다면 이제는 좀 신경 쓰게 된 것 같아요. 그게 가장 큰 변화인 것 같아요.’ [P6_182]

(2) 동료에게 도움을 구하는 것은 민폐

여러 번의 시험을 볼수록 친구들이 무표정이 되어 가고 말이 없어지는 것을 보면서, 내가 힘든 것만큼 친구도 힘들다는 것을 인식하였다. 힘들다고 말하고 싶어도, 친구에게 굳이 힘든 얘기를 꺼내는 것도 꺼려서 대화를 안 하게 되었다. 같이 공부를 하자고 하거나 학습에 도움을 구하는 것도 꺼리게 되었다.

‘같이 공부를 하자고 하는 것도 조금.. 애한테 민폐를 끼치는 것 같은 느낌도 들고요. 필기 잘하는 애들이 있으면 가서 내가 ‘야, 필기한 것 좀 보여줘’ 라고 할 수도 있는데, 그것조차 미안하더라구요. 그러니까 뭔가.. 내가 생각해도 난 애가 열심히 수업들을 시간에 놀았는데.. 애가 정말 노력해서 얻은 거를 내가 너무 쉽게 얻으려고 하는.. 내가 민폐인건가 이런 생각이 들면서.’ [P2_130]

Table 1. Basic characteristics, MMPI and its interpretations of study participants

ID	Year	Age	Hs	D	Hy	Pd	Mf	Pa	Pt	Sc	Ma	Si	Interpretation of MMPI change
P1	2012	26	50	47	53	50	64	49	51	54	41	62	Possibility of feeling doubt about one's performance, anxiousness and nervousness
	2014	28	41	42	54	41	69	58	59	49	53	62	
P2	2012	19	41	41	41	37	41	39	40	41	48	30	Possibility of feeling anger or doubt about something
	2014	20	46	42	43	46	53	45	38	36	48	30	
P3	2012	18	41	32	43	35	44	45	44	44	58	30	Physical and psychological stress, possibility of feeling extreme distress (anxiety, expectation and frustration), emotional ups-and-downs, and increased uncomfortableness in social situations
	2014	20	62	62	53	54	30	53	65	56	58	57	
P4	2012	18	42	42	47	34	60	51	38	39	58	36	Possibility of feeling excessive energy and experiencing short depression
	2014	20	47	34	51	34	62	39	38	46	63	30	
P5	2012	18	48	34	47	46	50	43	45	47	41	31	Possibility of increased self-understanding, doubt, and uncomfortableness in social situations
	2014	20	43	41	41	38	46	43	48	39	45	43	
P6	2012	20	46	38	48	46	55	43	42	40	48	30	Accepting and managing situations, possibility of increased competitive activity
	2014	21	48	37	45	38	72	45	40	41	48	32	
P7	2012	20	32	43	32	40	48	41	37	41	47	57	Possibility of increased self-understanding and situation acceptance
	2014	21	36	42	38	30	43	43	40	39	45	50	
P8	2012	20	45	47	51	46	62	51	41	43	30	42	Physical and psychological stress, possibility of feeling pressure, physical symptoms, anxiety, and uncomfortableness in social situations
	2014	21	47	52	60	54	76	53	51	41	36	47	
P9	2012	19	48	37	46	37	70	45	45	44	40	45	Feeling tired due to denying fear or difficulty in concentrating
	2014	21	50	50	46	40	57	43	47	52	41	53	
P10	2012	19	53	38	51	38	60	43	47	41	53	58	Physical and psychological stress, possibility of increased depression, embarrassment, and confusion
	2014	20	58	43	56	37	50	43	50	49	58	54	
P11	2012	19	48	50	36	35	30	43	40	39	41	57	Possibility of low depression and sensitivity to others' opinions
	2014	20	42	42	35	30	34	47	40	37	47	57	
P12	2012	20	48	41	48	43	62	49	48	54	72	42	Possibility of being energetic physically and psychologically, and low trends in pursuing one's interests
	2014	22	53	39	50	35	60	43	50	54	63	35	

Hs: Hypochondriasis, D: Depression, Hy: Hysteria, Pd: Psychopathic deviate, Mf: Masculinity-femininity, Pa: Paranoia, Pt: Psychasthenia, Sc: Schizophrenia, Ma: Hypomania, Si: Social introversion, P1~12: Participant 1~12

Table 2. Schematic process phenomenological reduction

Theme categories	Theme clusters	Formulated meanings
Psychological and emotional changes in medical training	Internal conflicts due to studies and exams	<ul style="list-style-type: none"> - Exams as the biggest pressure in life - Disappointment and shame about oneself in failing to excel in the program of study - Competitive spirit due to open rankings and grades - Change in one's personality leading students to no longer care about other things - Facing the burden of living up to their parents' expectations
	Sensitive effect of work overload on interpersonal relations	<ul style="list-style-type: none"> - Becoming more conscious about what others think after starting medical school - Asking colleagues for help seen as harmful to themselves
Learning how to adjust to medical courses	Self-control and introspection	<ul style="list-style-type: none"> - Being able to control their coursework and daily life - Perceiving one's state and obtaining self-acceptance - Breaking free from competition with friends and obsession with grades and rankings
	Internal power to endure	<ul style="list-style-type: none"> - Engaging optimally with their competitive spirit and desire - Cultivating a sense of responsibility, duty and pride
	External power to endure	<ul style="list-style-type: none"> - Pulling through medical courses by studying with friends in the same year - Confiding in and seeking help from members of club activities, partners, friends and parents
Development of self-efficacy and identity as a medical student	Clinical training after the transition period	<ul style="list-style-type: none"> - Regained academic interest and self-esteem - Stress about human relations in clinical training
	Gaining one, losing one	<ul style="list-style-type: none"> - Having to give up friends and extracurricular activities for studying - Difficulty in balancing studies and dating

2. 본과 과정에 적응하는 방법을 터득함

1) 자기조절과 자기성찰

(1) 학습과 일상 생활을 조절할 수 있음

본과 생활이 익숙해지면서 스트레스 자체는 여전하지만, 어느 틈에 무감각해졌다고 표현하였다. 시간이 지나면서 나의 공부량에 따른 성적을 가늠할 수 있어서, 좋은 성적은 아니지만 공부량을 조절할 수 있다고 하였다. 또한 공부량은 늘어나도 적응이 되어 할 만 하다고 느꼈다고 한다. 스트레스를 풀기 위해 여러 방법을 찾아봤지만, 잠을 자거나 스마트폰으로 게임을 하거나 스마트폰을 보는 사소한 것으로 만족했다.

‘이제는 제가 저를 잘 알잖아요. 얼마나 공부해야지 어느 정도 나오고 느껴지니까. 그런 거 비교하고 이런 것도 없고요. 스트레스, 경쟁이라는거 평생 해야 하잖아요. 공부도 그렇고 취직해서도 그렇고. 그래서 순간순간 너무 진을 빼기보다는 제가 할 수 있는 만큼 길게 보고, 하고 싶은 만큼 하는 게 제 목표예요.’ [P9_104]

(2) 자기 상태를 인지하고, 자기 수용 능력 생김

스트레스로 짜증과 화를 내는 자신을 인식하면서, 감정을 조절할 수 있게 되었다. 효능감이나 자신에 대한 기대 수준이 낮아지면서, 성적이 자신의 욕심에 미치지 않아도 노력했던 과정에 만족할 정도로 자신을 돌보게 되었다.

(3) 친구와의 경쟁, 성적과 등수의 집착에서 벗어남

시험을 잘 보든, 못 보든 내 인생이 크게 바뀌지 않고, 시험 결과가 매번 좋을 수는 없다는 것을 깨달았다. 내가 의사가 되는데 필요한 공부이고, 과정을 통과하고 진급하는 것이 목적이라고 생각하니 스트레스를 덜 받게 되었다.

‘물론 성적이 떨어진 거 보면 쓸쓸하긴 한데, 그래도 이전에 스트레스 받았던 때로 다시 돌아가고 싶지 않아요.’ [P9_16]

2) 내부에서 찾은 버티는 힘

(1) 경쟁심과 욕심으로 버티기

공부에 대한 경쟁심과 욕심도 자신의 기질 중 일부이고, 그

것이 내가 공부할 수 있는 원동력이 되기도 한다. 또한 유급이 되어 후배들과 같이 공부하는 것도 너무 자존심 상할 것 같아서 유급되지 않으려고 이를 악물고 공부했다.

‘저는 뭔가 뒤쳐지는 걸 싫어했어요. 그래서 제가 제일 두려웠던 게 재수하는 거 두렵고, 유급해서 나랑 같은 학년 동기였던 개가 나의 선배가 되는 게 싫고.....’ [P2_172]

(2) 책임감, 의무감, 자부심으로 버티기

아무리 힘들어도 스스로 선택해서 의대를 들어왔으므로, 그것에 대한 책임감과 의무감으로 버텼다. 또한 남들은 하고 싶어도 못하는 의학을 공부한다는 자부심에 대해서도 말하였다.

‘중도에 포기하는 거는.. 약간 비겁하다는 생각이 있었던 거 같아요.’ [P3_32]

3) 외부에서 찾은 버티는 힘

(1) 동기와 같이 공부하면서 본과 생활을 헤쳐감

본과 생활 초반에는 친구에게 도움을 구하는 것도 민폐이고, 친구가 경쟁자로 느껴지지만, 시간이 지나면서 성적에 대한 욕심을 내려놓고, 동기와 같이 본과 생활을 헤쳐나갈 수 있었다. 결국 아무리 힘들어도 나를 공감해 줄 사람은 동기뿐이었다.

‘룸메(이트)도 저랑 동기니까 같이 밤새고 공부하고 서로 챙겨주면서 그런 것도 도움이 되었고, 또 스터디하는 친구들도 따로 있어서 그 친구들이랑 몇 달 전부터 같이 이 시험을 위해서 준비해왔고 전날에도 모르는 거 있으면 언제든지 물어보고 그러면서 같이, 모두 다 같은 처지에 있고 같이 헤쳐나가고 있다는 게..’ [P9_70]

(2) 동아리, 연인, 친구, 부모에게서 위로 받음

피곤하긴 해도 동아리 모임에 다녀오거나 시험 전날이라도 남자/여자 친구를 한 시간이라도 보고 오면 스트레스가 풀리고 활력을 얻는다. 시험 기간이라도(부모님이 있는) 집에 가서 공부를 하면 충전이 된다. 또 의대에 다니지 않는 친구의 옆매이지 않은 삶을 보면 대리 만족도 되고 스트레스도 풀린다.

3. 의과대학생으로서 효능감과 정체성 성장

1) 어두운 터널 끝에 만난 임상실습경험

(1) 다시 찾은 학문적 흥미와 자존감

임상실습을 시작하면서 몸으로 배우고, 현실 세계에서 의학을 배우니, 의학 공부에 대한 흥미가 다시 생겼다. 내가 의사

가 될 수 있겠다는 생각을 하였다.

‘처음으로 아~ 이 직업이 참 괜찮겠다! 란 생각이 들었던 시기인 거 같아요.’ [P2_190]

(2) 임상실습에서 인간 관계에 대한 스트레스

대부분의 시간을 공부만 하던 시기가 끝나고 병원에서 실습을 돌면서 조원들과 협동, 의견 조율, 서로의 실수를 덮어주거나 이해해주기 등 대인 관계에서 스트레스를 받기 시작하였다. 임상실습을 돌면서 공부에 대한 흥미와 자존감도 되찾았지만 반대로 동료, 선배의사들과의 관계가 새로운 스트레스가 되었다.

2) 하나를 얻으면 하나를 잃는다

(1) 학업 때문에 포기해야 하는 친구와 대외 활동

대부분의 시간을 공부를 해야 하니, 의과대학생이 아닌 친구들과는 멀어지고, 동기들과 두루 친하게 지내지 못한 것이 후회된다. 동아리를 비롯한 대외 활동도 많은 부분 포기할 수 밖에 없었다.

‘세상에는 공짜가 없다는 말이 있잖아요? 얻는 게 있으면 반드시 잃는 게 있어요. 의학에 대한 지식 같은 거는 많이 얻었어요. 근데 많이 얻은 만큼 많은 거를 포기해야 되는 부분이 생겨요. 그게 1:1일수도 있고, 얻는 것에 비해서 잃는 것이 더 많을 수도 있고...’ [P1_18]

(2) 공부와 연애의 균형이 어려움

인터뷰 당시 모든 참여자들이 20대였다. 한참 연애를 할 이인데, 공부도 해야 하니 공부와 연애를 동시에 하는 것이 어려웠다.

고 찰

이 연구에서는 참가자들은 MMPI-2 변화를 기반으로 그들의 심리 변화 양상과 영향을 받았던 요인, 그들의 대처 방식을 이야기했다. 처음에 그들이 입학했을 때에는 회피와 거리 두기같은 대처 전략을 사용했지만, 시간이 지남에 따라 스트레스를 받아들이거나 견디기도 하고, 사회적 지지를 구하고, 점차 자신을 있는 그대로 수용하게 되면서 자기 통제와 성찰을 하고, 책임을 감당하게 되는 효율적인 대처가 있었다. 학생들은 자신의 경험에 끊임없이 적응하고, 부담을 견뎌으로써 정체성을 형성했고, 자신을 스스로 믿기 시작했다.

우리나라의 의과대학생을 대상으로 한 연구에서는 본격적으로 의학을 공부하는 의학과 1학년 학생들이 많은 학업 분

량으로 스트레스를 받게 되는데,^{6,11)} 이는 영국이나 핀란드에서도 외상(trauma)으로 분류될 정도이다.^{13,14)} 의과대학생들에게 스트레스는 대개 학업, 성적과 관련이 많은데, 이 외에도 대인관계, 가족관계, 경력, 임상실습 등이 있다.¹⁵⁾ 싱가포르 연구에서는 평가와 교육 환경보다는 동료, 관리자, 가족 또는 남자/여자 친구와의 관계에서 더 많은 스트레스를 받았다.¹⁶⁾ 우리 연구에서도 참여자들의 스트레스 원인이 골고루 추출되었다. 또한 이 연구의 참여자들은 친구를 경쟁자로 여기는 마음과 이에 대한 자책감으로 힘들어 했고, 친구에게 도움을 요청하는 것은 해를 끼치는 것이라고 생각하였다. 이와 비슷한 맥락으로 임상실습에서도 ‘팀 역학’을 힘들어 하였는데, 이는 이전 연구에서도 스트레스 요인으로 지적된 적이 있다.¹⁷⁾ 하지만 시간이 지남에 따라 성적에 대한 집착을 버림으로써 지금의 동료들과 어려움을 공감하며 의학 교육 과정에 적응해갔다.

과거 연구에서 의과대학생들은 정서에 초점을 둔 대처와 사회적 지지를 구하는 것보다 회피와 문제 중심의 대처 방법을 사용한다 하였다.⁴⁾ 이번 연구에서도 본과 진입 시기에는 냉소와 우울 경향으로 동료와 사회의 관계를 회피하는 방식을 택하다가, 어느 정도 성적에 대한 집착을 내려놓고 동료를 경쟁자에서 진정한 동료로 생각할 때 사회적 지지를 구하게 되는 것으로 보인다. 또한 이런 시련 이후에 기존 연구처럼 수용성, 긍정적 재구성, 적극적 대처 등 심리적 고통을 최소화하고 정신 건강에 좋은 대처 기술을 사용하는 것으로 보인다.^{16,18,19)}

Ryue 등의 연구에서 의과대학생들은 학년이 올라갈수록 학습 자체의 즐거움(intrinsic motivation)보다는 성적 등의 보상이나 교수님께 인정받고 싶은 마음과 같은 외적 동기(extrinsic motivation)로 인해 열심히 공부하는 경우가 많았다고 하였다.²⁰⁾ 그러나 이 연구의 참여자들은 본과 공부를 시작할 때 공부에 대한 내적 동기(intrinsic motivation)와 흥미를 잃었으나, 시간이 지나면서 경쟁심과 성적에 대한 집착에서 벗어나 본래의 내적 동기를 다시 찾은 것으로 보인다. 또한 임상실습 중에 학문적인 관심을 되찾았다고 하였다. 그들의 목표가 성과 지향에서 숙련 지향으로 바뀌는 것을 알 수 있다. 성과 지향의 목표는 자신을 다른 학생과 비교하거나 다른 학생과 비교했을 때 더 좋은 점수를 얻는 데 초점을 맞추는 경향이다. 숙련 지향의 목표는 강의실에서 제공하는 자료를 최대한 숙지하고 강의 내용을 최대한 철저하게 이해하는 경향이다.²¹⁾ 좀더 자신을 수용하고 숙련 지향적 목표를 추구하는 의과대학생들은 덜 지쳤다.²²⁾

어떤 면에서는 의과대학 교육과정으로 인해 자기 회의적 태도와 경쟁적인 대처가 자기 통제와 자기 성찰을 배우도록 하

는 기회가 된 것으로 보이기도 한다. 학생들은 자신의 내외적 자원으로 교육과정에 적응할 수 있는 방법과 대인관계 스트레스를 다루는 자기효능감을 높였다. 또한 임상실습을 1년 마친 시기에 대학생활을 돌아보니, 그들은 의학 지식과 기술은 배웠지만 사회적 경험을 덜 했다고 지적했다.

이 연구의 제한점은 다음과 같다. 첫째, 일개 의대 학생들의 자료이므로 전체 의과대학생의 경험으로 보편화할 수는 없다. 하지만 일부 의과대학생의 종단적 경험을 현상학적으로 깊이 연구하였다는 점에 의의가 있다. 둘째, 이번 연구를 위해 자발적으로 지원한 참가자들만을 대상으로 했기 때문에, 비교적 자기성찰적이고 적응에 능한 학생들이 주로 연구에 참여했을 가능성이 있다. 그러므로 자기성찰 능력과 자기 인식이 미진한 학생들의 경험을 이해하기에는 미흡할 수 있다. 이런 제한점에도 불구하고 이 연구는 의과대학생이 의사가 되어가는 과정에서의 경험을 바탕으로 심리적 발달 과정을 현상학적으로 이해하였다는 데 의의가 있다. 이 연구의 결과는 의대에서 의과대학생들의 시기 별 심리 상태를 이해하고 학생 지원 정책을 마련하는 데에도 도움이 될 것이다.

REFERENCES

1. Kim JH, Jang EY, Kim DH, Choi JH, Park YC. Mental health of medical school students and the effects of their strategy for enhancing self-esteem. *Korean J Med Educ* 2011;23:295-304.
2. Tempski P, Bellodi PL, Paro HBMS, Enns SC, Martins MA, Schraiber LB. What do medical students think about their quality of life? A qualitative study. *BMC Med Educ* 2012;12:106.
3. Kim NC, Kim SH, Lim HK, Kim JH, Jung H, Park JC, et al. Comparison of stress and life satisfaction between non-medical and medical college students. *Psychosom Med* 2015;23:47-56.
4. Ko JK, Yoon TY, Park JH. The effects of coping style on subjective well-being among medical students. *Korean J Med Educ* 2007;19:225-33.
5. Kjeldstadli K, Tyssen R, Finset A, Hem E, Gude T, Gronvold NT, et al. Life satisfaction and resilience in medical school—a six-year longitudinal, nationwide and comparative study. *BMC Med Educ* 2006;6:48.
6. Lee KH, Ko YK, Kang KH, Lee HK, Kang JK, Hur YR. Mental health and coping strategies among medical students. *Korean J Med Educ* 2012;24:55-63.
7. Park J, Chung S, An H, Park S, Lee C, Kim SY, et al. A structural model of stress, motivation, and academic performance in medical students. *Psychiatry Investig* 2012;9:143-9.
8. Lee JY, Moon KJ, Heo JY. The relationship between suicidal

- ideation and MMPI-2 profile among college students. *Journal of Human Understanding and Counseling* 2012;33:53-69.
9. Sawamura R, Moriwaki S, Chihara S. Six-year longitudinal changes in mental health and personality factors among medical students. *Bull Osaka Med Coll* 2015;61:35-40.
 10. Colaizzi PF. Psychological research as the phenomenologist views it. In: Valle RS, King SM, editors. *Existential-phenomenological alternative for psychology*. New York, NY: Oxford University Press; 1978. p. 48-71.
 11. Shin KR, Cho MO, Ynag J. *Qualitative research methodology*. Seoul: Ewha Womans University Press; 2004.
 12. Lincoln YS, Guba E. *Naturalistic inquiry*. London, UK: Sage; 1985.
 13. Niemi PM, Vainiomäki PT. Medical students' distress-quality, continuity and gender differences during a six-year medical programme. *Med Teach* 2006;28:136-41.
 14. Arulampalam W, Naylor RA, Smith JP. Dropping out of medical school in the UK: explaining the changes over ten years. *Med Educ* 2007;41:385-94.
 15. 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.
 16. Wu L, Farquhar J, Ma J, Vidyarthi AR. Understanding Singaporean medical students' stress and coping. *Singapore Med J* 2018;59:172-6.
 17. Houpy JC, Lee WW, Woodruff JN, Pincavage AT. Medical student resilience and stressful clinical events during clinical training. *Med Educ Online* 2017;22:1320187.
 18. Singh S, Prakash J, Das RC, Srivastava K. A cross-sectional assessment of stress, coping, and burnout in the final-year medical undergraduate students. *Ind Psychiatry J* 2016;25:179-83.
 19. van Dijk I, Lucassen PLBJ, van Weel C, Speckens AEM. A cross-sectional examination of psychological distress, positive mental health and their predictors in medical students in their clinical clerkships. *BMC Med Educ* 2017;17:219.
 20. Ryue SH, Lee HB. Korean medical students' cognitive, emotional, and social characteristics. *Korean J Med Educ* 2012;24:103-15.
 21. Elliot AJ, McGregor HA. A 2 X 2 achievement goal framework. *J Pers Soc Psychol* 2001;80:501-19.
 22. Babenko O, Mosewich A, Abraham J, Lai H. Contributions of psychological needs, self-compassion, leisure-time exercise, and achievement goals to academic engagement and exhaustion in Canadian medical students. *J Educ Eval Health Prof* 2018;15:2.