

중학교 교사의 지각된 건강상태에 대한 직무스트레스와 가족스트레스의 예측정도

박형숙¹⁾ · 정성희²⁾ · 박경연³⁾

서론

연구의 필요성

현대 사회에서 교사들은 과중한 업무, 동료 직원과의 갈등, 학교의 관료적 운영 및 '교실붕괴', '교사폭행' 등 전문직으로서의 자율성과 교권이 위협받는 상황으로 높은 스트레스를 경험한다(Jeong, 2000).

높은 직무스트레스, 부적 스트레스(distress) 등은 건강이상의 주요한 요소가 되며 과도한 스트레스는 인간 내적환경의 항상성을 파괴하여 신체적, 정신적 질환을 유발시킬 수 있다(Aasland, Olff, Falkum, Schweder, & Ursin, 1997). Lee(2001)는 여교사들을 대상으로 body mass index(BMI), 혈당, 혈압, 총 콜레스테롤, oxaloacetic transaminase, 신체증상 및 심리증상을 활용한 건강상태를 조사하여 체중, BMI, 신체증상 및 심리증상이 직무스트레스와 유의한 상관성이 있음을 보고하였다. 이는 스트레스와 관련된 건강상태 평가 시에는 생리적 지수 외에도 자신이 지각하는 증상이나 심리증상도 함께 고려할 수 있음을 암시한 것이라 본다. 건강관련 변수 중 지각된 건강상태는 자신의 건강상태에 대한 주관적인 평가로, 각 개인은 건강상태의 지각과정을 통해서 태도를 형성하고, 태도는 자신의 건강행동에 결정적인 역할을 하는 것으로 알려져 있다(Lee, 1986). 이로 인해 최근 건강지각에 대한 고찰이 증가되고 있고 자신의 건강상태에 대한 지각이 건강증진 행위에 영향을 미친다는 선행연구(Lee & Kim, 2004; Smith, Shelly, & Dennerstein, 1994)들이 이를 뒷받침하고 있다.

개인에게 미치는 신체적, 정신적 스트레스의 영향은 교사의 경우 교사의 책무, 근무의욕, 효율성 등을 저하시키고 결국에는 교육의 질 저하를 초래할 수 있으므로(Lee, 2003) 교사들의 스트레스에 대한 연구가 꾸준히 이어져 왔다(Kim, 2000; Cho, 2002; Jeong, 2000). 그러나 대부분의 교사를 대상으로 한 스트레스 관련 선행 연구들은 직무스트레스를 단편적으로 조사하거나 평가한 논문(Kim, 2000; Cho, 2002; Jeong, 2000)이 주를 이루는 것으로 교사들의 생활전반에 대한 고려를 간과한 측면이 있다.

한 개인의 스트레스는 사회적, 심리적인 다양한 배경과 맥락, 매개요인 등과 관련되므로 직무 스트레스와 함께 일상생활 사건 속의 다양한 관계들을 함께 고려해야 한다(Yoon, 2004). 교사는 직업인일 뿐만 아니라 가정과 지역사회에 속한 사람이다. 그러므로 직업 외의 요인에 의해서도 스트레스를 경험할 수 있으며 이러한 스트레스 역시 직무수행에 영향을 줄 수 있다(Bae & Kwon, 2005). 과도한 스트레스가 신체적 정신적인 질환을 유발시킴에 따라 다양한 곳에서 다양한 대상자들에게 스트레스 관리 프로그램을 실시하고 있으며 그에 따른 효과들이 보고되고(Kwong & Kwan, 2004; Shimazu, Umanodan, & Schaufeli, 2006) 있으나 교사들을 대상으로 한 스트레스 중재 프로그램은 찾아보기 어려운 실정이다.

현대인들은 과거 어느 때보다 다양한 역할갈등과 스트레스로 야기되는 정신적, 신체적 불건강을 감수하지 않을 수 없다. 맞벌이 가족은 우리사회에서 보편화되고 있는 실정으로 여자 교사와 남자 교사 모두에게 가족스트레스를 가중시키는 요인이 된다(Choi, 2005). Gah(2005)에 의하면 여교사들은 가

주요어 : 학교 교사, 스트레스, 건강상태

1) 부산대학교 간호대학 교수, 2) 부산 장전중학교 보건교사, 3) 신라대학교 의생명과학대학 간호학과 전임강사

투고일: 2007년 2월 28일 심사완료일: 2007년 4월 16일

정에서의 여성의 역할과 직장에서의 교사 역할을 병행함으로써 남교사보다 높은 갈등을 경험할 수 있다. 이러한 경우 스트레스는 직무와 가정 관련 스트레스라는 이중의 문제가 동시에 나타날 수 있다(Jung, Kim, Lee, Lee, & Kwon, 2001). 직장 여성의 가족 스트레스가 건강상태에 미치는 영향이 가장 크다는 선행 연구 결과(Kim, 2003)를 감안할 때 교사들의 스트레스와 연관된 건강상태는 직무스트레스와 가족스트레스를 함께 고려하여야 할 것이다. 한편, 남자교사의 경우에도 양성평등 인식의 확산으로 남성의 가족역할에 대한 다양성과 관심 및 요구가 증가하고 있다. 즉, 남성의 대표적 역할인 '부양자' 역할 외에도 부모로서의 '양육자' 역할, 남편으로서의 '배우자' 역할이 점점 더 중요하게 부각되고 있다. 이에 따라 남성의 직업역할과 가족역할 간의 상호 의존성에 대한 연구가 활발히 이루어지고 있는 바(Choi, 2005) 교사들의 가족스트레스는 직무스트레스와 함께 학교보건 및 지역사회 간호 영역에서 중요하게 다루어져야 할 부분이다.

중학생들을 지도하는 교사들은 높은 학급당 인원수 담당과 사춘기의 감수성이 예민한 중학생들을 접하는 과정에서 초등학교와 고등학교 교사보다 상대적으로 높은 스트레스를 경험하는 것으로 보고되고 있다(Kim et al., 2005). 중학생 시기의 학생들은 폭력 성향이 강하고 아동기에서 성인기로의 이동에 잘 대처하지 못한 경우는 우울, 자살, 약물 및 알코올 남용, 그리고 상습적인 비행에 빠지기 쉽다(Takanishi, 1993). 이러한 학생들의 특성은 교사들의 직무스트레스와 연관되므로 초등학교나 고등학교 교사의 직무스트레스 연구와 달리 조사할 필요가 있으나 중학교 교사가 경험하는 직무스트레스와 가족스트레스를 건강관련 변수와 함께 포괄적으로 조사한 연구는 드문 실정이다.

이에, 본 연구는 중학교 교사의 직무스트레스 및 가족스트레스 정도와 이들 스트레스와 지각된 건강상태와의 관계를 분석하여 교사들의 스트레스 관리를 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

연구의 목적

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 연구 대상자의 일반적 특성과 교직특성, 직무스트레스, 가족스트레스 및 지각된 건강상태를 파악하고 각 특성에 따른 직무스트레스, 가족스트레스 및 지각된 건강상태를 분석한다.
- 연구 대상자의 직무스트레스 및 가족 스트레스와 지각된 건강상태의 상관관계를 규명한다.
- 연구 대상자의 일반적 특성, 교직특성, 직무스트레스 및 가족스트레스의 지각된 건강상태에 대한 예측력을 파악한다.

연구 방법

연구설계

본 연구는 중학교 교사의 지각된 건강상태에 대한 일반적 특성, 교직특성, 직무스트레스 및 가족스트레스의 예측력을 파악하기 위한 상관성 조사연구이다.

연구 대상 및 자료수집

본 연구의 표적 모집단은 2005년 11월 현재 한국의 중학교에 근무하는 교사이며 근접 모집단은 B광역시 중학교 교사 547명이다. 자료수집은 2005년 11월부터 2개월간 이루어졌으며, B광역시에 소재하는 3개 지역 교육청에 속한 모든 중학교에 전화를 걸어 본 연구의 목적을 설명한 후 협조에 응한 21개 학교에서 대상자를 표집하였다. 각 학교별로 우편과 방문 등을 통하여 연구의 목적, 참여의 자발성, 정보의 비밀유지 등을 알린 후 연구 참여에 동의한 대상자는 서면 동의서를 작성한 후 설문에 응하였다. 작성된 설문지는 우편 혹은 방문 회수하였다. 전체 800명 중 설문 동의서를 제출한 618명이 설문에 응답하여 77.3%의 응답률을 보였으며, 그 중 불성실한 답변을 한 설문지 및 기간제 교사 55명의 설문지는 분석에서 제외하여, 최종 547부의 설문지를 분석에 이용하였다.

본 연구의 사례수 547명은 효과크기 medium, $\alpha=.05$, $\beta=.20$ 으로 하였을 때 본 회귀분석에 투입할 독립변인의 수 9개(직무스트레스, 가족스트레스, 지각된 건강상태에 유의한 차이를 보이는 것으로 나타난 일반적 특성 4개 및 교직특성 3개)를 감안하여 R2의 유의성과 예측력을 모두 보고자 할 때 필요한 사례수 113명 이상(Tabachnick & Fidell, 2001)을 만족하는 것이다.

연구도구

● 직무스트레스

Karasek이 고안(Lee, Y. S., 2000에 인용됨)하고, Lee(2000)가 번안한 직무 내용 설문지(Job Content Questionnaire, JCQ)를 이용하였다. 총 22문항으로 하부 요인별로는 직무자율성(decision latitude) 9문항, 직무부담(psychological job demand) 5문항, 사회적 지지도(social support) 8문항이며, 각 문항은 '거의 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 4점까지 Likert 척도로 측정하였다. 점수범위는 최소 22점에서 최대 88점까지이며 점수가 높을수록 스트레스를 많이 경험하는 것을 의미하며 Lee(2000)의 연구에서 신뢰도 Cronbach's α 는 0.74였고, 본 연구에서는 0.76이었다.

● 가족스트레스

Kim(2003)이 개발한 가족 스트레스 도구를 사용하여 측정하였다. 총 24문항으로 하부요인별로는 가족협력 8문항, 역할 부담 8문항, 가족환경 6문항, 가족 건강문제 2문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘거의 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 4점의 Likert 척도로 응답하도록 되어 있다. 점수범위는 최소 24점에서 최대 96점까지이며 점수가 높을수록 가족 스트레스가 높은 것을 의미한다. 전체문항의 신뢰도는 Kim(2003)의 연구에서 Cronbach's α 가 0.86이었고, 본 연구에서는 0.85이었다.

● 지각된 건강상태

Ware와 Sherbourne(1992)가 개발한 것을 고상백이 번안(Nam, B. H., 2003에 인용됨)하고, Nam(2003)이 수정·보완한 SF-36(Short Form-36)을 사용하였다. 본 도구는 9개 하부 영역의 총 36문항으로, 신체적 기능 10문항, 사회적 기능 2문항, 신체적 역할제한 4문항, 감정적 역할제한 3문항, 정신건강 5문항, 활력 4문항, 통증 2문항, 일반건강 5문항, 그리고 건강상태의 변화 1문항의 Likert 척도로 이루어져 있고, 이들 문항에서의 응답은 건강에 가장 나쁜 영향을 미치는 내용을 1점으로 하며, 문항에 따라 최고 6점까지의 점수를 가지게 된다. 각 문항을 항목별로 합산한 점수를 100점으로 환산하며, 점수가 높을수록 지각된 건강상태가 좋은 것으로 평가한다. Nam(2003)의 연구에서 Cronbach's α 계수의 범위는 0.60-0.91이었고 본 연구의 하부 영역별 Cronbach's α 계수의 범위는 0.58-0.92였다.

자료분석

수집된 자료는 SPSS WIN(Ver.10.0)을 이용하여 입력, 분석하였으며 통계적 검정의 유의수준 α 는 0.05로 양측검정을 하였다.

- 일반적인 특성, 교직특성, 직무스트레스, 가족스트레스 및 지각된 스트레스는 빈도와 백분율, 평균과 표준편차를 구하였다.
- 일반적 특성 및 교직특성에 따른 직무스트레스, 가족스트레스 및 지각된 건강상태는 t검정, ANOVA 및 Scheffé 검정을 이용하여 분석하였다.
- 직무스트레스, 가족스트레스 및 지각된 건강상태의 상관관계는 Pearson 상관계수를 구하였다.
- 지각된 건강상태에 대한 예측변수를 파악하기 위하여 직무스트레스, 가족스트레스, 지각된 건강상태에 유의한 차이를 보이는 것으로 나타난 일반적 특성과 교직특성들을 중심으로 단계적 다중 회귀분석을 이용하였다.

연구 결과

연구대상자들의 일반적 특성과 교직특성

연구 대상자들은 여교사가 425명으로 전체 대상자의 77.7%를 차지하였고, 평균연령은 40.79세이며 40-49세가 279명으로 전체 대상자의 51%로 가장 많았다. 결혼상태는 기혼이 79.5%, 종교는 불교가 30.0%, 학력은 대졸이 77.1%, 가족 수는 3-4명이 70.4%, 주거형태는 자가 73.5%, 한 달 가계 총수입은 401-500만원이 33.1%로 가장 많았으며, 흡연을 하지 않는 대상자들이 89.8%로 흡연을 하는 대상자들보다 더 많았고, 운동을 하는 대상자들이 44.8%로 운동을 하지 않는 대상자들보다 조금 적었다<Table 2>.

연구 대상자들의 교직특성에서는 평균교사가 전체 대상자의 81.0%로 가장 많았고, 학교형태는 남녀공학이 47.5%, 교직경력은 11-20년이 41.7%, 1학년 교과담당이 36.7%, 담당교과목에서는 국어, 영어, 수학, 과학 교사가 48.8%로 가장 많았고, 공립이 85.2%로 사립보다, 담임교사가 58.7%로 비담임인 대상자보다 더 많았다<Table 3>.

연구대상자들의 직무스트레스, 가족스트레스 및 지각된 건강상태

연구대상자들의 직무스트레스는 전체 평균 54.47점, 가족스트레스는 평균 46.57점이었으며, 지각된 건강상태는 평균 78.59점으로 나타났다<Table 1>.

<Table 1> Job stress, family stress and perceived health status of the participants (N=547)

Variables	Mean \pm SD
Job stress	54.47 \pm 15.96
Family stress	46.57 \pm 18.48
Perceived health status	78.59 \pm 8.96

일반적 특성과 교직특성에 따른 직무스트레스, 가족스트레스 및 지각된 건강상태

● 일반적 특성에 따른 직무스트레스, 가족스트레스 및 지각된 건강상태

대상자들의 직무스트레스는 여교사가 54.88점으로 남교사 53.04점보다 높았으며 그 차이는 통계적으로 유의하였다($t=-2.43, p=.016$). 그러나, 나이, 결혼상태, 종교, 학력, 가족 수, 주거형태, 가계의 월수입, 흡연, 운동에서는 유의한 차이가 없었다.

가족 스트레스는 학력($t=1.97, p=.049$), 가족 수($F=4.59, p=$

<Table 2> Job stress, family stress and perceived health status by general characteristics (N=547)

Variables	n(%)	Job stress			Family stress			Perceived health status				
		M±SD	t or F	p	M±SD	t or F	p	Scheffé	M±SD	t or F	p	Scheffé
Gender												
Male	122(22.3)	53.04±7.57	-2.43	.016	45.84± 9.44	-1.05	.293		82.39± 8.06	5.46	<.001	
Female	425(77.7)	54.88±6.45			46.78± 8.47				77.50± 8.92			
Age(years)												
≤ 29	74(13.5)	55.03±7.77	1.80	.127	46.95± 8.97	.74	.568		76.69± 7.62	1.99	.094	
30-39	133(24.3)	54.65±6.48			47.19± 8.11				78.74± 7.95			
40-49	279(51.0)	54.70±6.32			46.51± 8.53				78.53± 9.46			
50-59	52(9.5)	52.29±7.92			44.83± 9.51				80.40± 9.96			
60≤	9(1.6)	52.44±6.37			46.00±14.64				83.24± 9.71			
Marital status												
Never married	99(18.1)	55.39±7.79	1.36	.259	47.37± 8.71	2.11	.122		77.30± 8.93	1.61	.201	
Married	435(79.5)	54.23±6.49			46.26± 8.63				78.94± 8.94			
Widowed / divorce	13(2.4)	55.46±6.72			50.62±10.33				76.82± 9.50			
Religion												
No	215(39.3)	54.28±6.58	1.04	.387	46.70± 8.96	1.19	.313		78.80± 8.81	1.72	.145	
Protestant	107(19.6)	53.91±6.81			45.58± 7.14				79.74± 8.29			
Buddhism	164(30.0)	54.68±7.01			46.34± 9.27				78.48± 9.69			
Catholic	55(10.1)	55.16±6.72			48.67± 8.63				76.32± 8.29			
The others	6(1.1)	58.83±3.54			46.33± 8.55				74.30± 9.05			
Education(degree)												
Bachelor	422(77.1)	54.65±6.64	1.20	.232	46.96± 8.67	1.97	.049		78.23± 8.62	-1.74	.081	
Master / doctoral	125(22.9)	53.83±7.12			45.22± 8.69				79.82± 9.99			
Number of family												
≤ 2a	98(17.9)	54.36±6.95	.20	.819	46.26± 9.18	4.59	.011	a,b<c	76.57± 9.29	3.07	.047	b,c>a
3-4b	385(70.4)	54.57±6.86			46.14± 8.71				79.00± 9.02			
5≤ c	64(11.7)	54.02±5.81			49.64± 7.26				79.21± 7.73			
Type of a residence												
Monthly rent	3(0.5)	56.33±7.51	1.45	.228	46.33± 4.04	1.37	.253		75.66± 4.40	.93	.425	
Lease on a deposit basis	65(11.9)	54.75±7.42			48.31± 9.93				77.25± 8.03			
Parent's house	77(14.1)	55.82±7.24			47.30± 8.53				77.95± 7.21			
One's own house	402(73.5)	54.15±6.52			46.15± 8.52				78.95± 9.40			
Household monthly income (10,000won)												
≤ 200	23(4.2)	54.87±6.25	.87	.532	45.48± 8.13	2.65	.011	b,d<a,c	77.92± 9.67	1.39	.208	
201-300a	82(15.0)	55.15±7.30			48.41± 9.21				78.53±10.25			
301-400	105(19.2)	54.30±7.43			47.04± 8.70				77.91± 8.78			
401-500	181(33.1)	53.78±6.35			46.79± 8.77				79.05± 8.50			
501-600	60(11.0)	55.57±7.18			46.67± 7.32				78.48± 8.93			
601-700b	49(9.0)	55.94±6.48			43.08± 8.12				78.50± 8.50			
701-800c	26(4.8)	55.23±5.64			48.04± 8.85				75.60± 9.44			
801≤ d	21(3.8)	52.95±5.34			42.29± 9.03				83.20± 7.49			
Smoking												
No	491(89.8)	54.47±6.70	.02	.982	46.61± 8.51	.35	.725		78.24± 8.88	-2.70	.007	
Yes	56(10.2)	54.45±7.23			46.18±10.31				81.64± 9.21			
Exercise												
No	302(55.2)	54.67±6.56	.77	.444	46.41± 8.98	-.46	.649		77.07± 8.85	-4.48	<.001	
Yes	245(44.8)	54.22±6.99			46.76± 8.35				80.46± 8.76			

note. Mean age(years): 40.79±8.21. Mean numbers of a family: 3.49±1.12. Mean monthly income(10,000won) on household: 495.56±206.56

.011), 가계의 월수입(F=2.65, p=.011)에 따라 유의한 차이가 있었다. 대졸 46.96점이 대학원졸 45.22점보다 가족스트레스 점수가 높았고, 5명 이상의 가족 수를 지닌 대상자들의 가족 스트레스 점수가 49.64점으로 2명 이하 46.26점이나 3-4명인

가족 46.14점보다 높았다. 가계의 월수입이 201-300만원, 701-800만원인 대상자들의 가족스트레스가 801만원 이상과 601-700만원인 대상자들보다 높았다. 그러나 성별, 나이, 결혼 상태, 종교, 주거형태, 흡연유무, 운동유무에서는 유의한 차이

가 없었다.

지각된 건강상태에서는 성별($t=5.46, p<.001$)과 가족 수($F=3.07, p=.047$), 흡연 여부($t=-2.70, p=.007$), 규칙적 운동 여부($t=-4.48, p<.001$)에 따라 유의한 차이가 있었다. 여교사들이 남교사들보다 지각된 건강상태가 낮았으며, 가족 수가 5명 이상인 대상자들과 3-4명인 대상자들의 지각된 건강상태가 2명 이하의 가족 수를 지닌 대상자들보다 좋았다. 흡연군과 규칙적인 운동을 하는 대상자들의 지각된 건강상태가 그렇지 않은 대상자들보다 좋았다<Table 2>.

● 교직특성에 따른 직무 스트레스, 가족 스트레스 및 지각된 건강상태

대상자들의 직무스트레스는 담임 여부($t=3.25, p=.001$)와 담당 과목($F=4.64, p=.003$)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 담임 55.25점이 비담임 53.36점보다 직무스트레스 점수가 높았고, 담당과목의 사후검정결과 과목1(국어·영어·수학

· 과학)은 55.21점으로 과목4(체육·보건) 51.97점보다 직무스트레스가 유의하게 높았다($p=.004$). 그러나, 직위, 근무 학교, 학교설립 형태, 교직 경력, 담당 학년별로는 유의한 차이가 없었다.

연구 대상자들의 가족 스트레스는 교직특성별로 유의한 차이가 없었다.

지각된 건강상태는 교직 경력($F=3.60, p=.007$), 담당 학년($F=4.65, p=.003$), 담당 과목($F=7.15, p<.001$)에서 유의한 차이가 있었다. 사후검정 결과 교직경력 31년 이상 82.80점, 11-20년 79.72점이 6년-10년 76.39점보다 유의하게 높았다. 3학년 담당 교사 80.44점이 2학년 담당 교사 77.36점보다 지각된 건강상태가 좋았으며, 과목4(체육·보건) 교사 82.47점이 과목3(음악·미술·기타) 79.78점, 과목1(국어·영어·수학·과학) 77.27점의 교사보다 지각된 건강상태가 유의하게 더 좋았다<Table 3>.

<Table 3> Job stress, family stress and perceived health state by job characteristics (N=547)

Variables	n(%)	Job stress				Family stress			Perceived health state			
		M±SD	t or F	p	Scheffé	M±SD	t or F	p	M±SD	t or F	p	Scheffé
Rank												
Ordinary teacher	443(81.0)	54.45±6.64	1.04	.353	46.73±8.70	1.91	.149	78.41± 8.88	2.73	.066		
Director teacher	96(17.6)	54.82±7.29			46.31±8.59			78.81± 9.36				
Principal / vice principal	8(1.5)	51.25±5.68			40.75±9.18			85.81± 6.46				
Division by gender												
Boy's school	137(25.0)	54.29±7.03	.45	.636	45.97±8.62	1.04	.354	78.73± 9.14	.67	.504		
Girl's school	150(27.4)	54.91±6.63			46.14±8.87			79.22± 8.75				
Co-ed school	260(47.5)	54.30±6.68			47.13±8.64			78.16± 9.01				
Foundation												
Public	466(85.2)	54.27±6.76	-1.65	.100	46.65±8.58	.55	.581	78.41± 8.84	-1.12	.265		
Private	81(14.8)	55.60±6.62			46.07±9.43			79.61± 9.64				
Teaching service periods(years)												
≤ 5	100(18.3)	54.23±7.22	2.02	.091	46.49±8.37	1.20	.309	77.18± 7.53	3.60	.007	a<b,c	
6-10a	49(9.0)	55.92±7.63			47.71±8.57			76.39± 7.93				
11-20b	228(41.7)	54.56±6.42			46.88±8.53			79.72± 8.94				
21-30	150(27.4)	54.49±6.70			46.25±9.04			77.98± 9.72				
31≤ c	20(3.7)	50.90±5.14			42.95±9.73			82.80± 9.97				
Homeroom teacher												
Yes	321(58.7)	55.25±6.76	3.25	.001	46.93±8.67	1.16	.247	78.13± 8.62	-1.42	.155		
No	226(41.3)	53.36±6.60			46.05±8.74			79.24± 9.41				
Charging grade												
1st grade	201(36.7)	54.16±6.68	.61	.606	47.00±7.94	.61	.607	77.99± 9.16	4.65	.003	a<b	
2nd gradea	181(33.1)	54.81±6.37			46.66±8.91			77.36± 9.04				
3rd gradeb	139(25.4)	54.69±7.23			46.13±9.51			80.44± 7.80				
The others	26(4.8)	53.27±7.36			44.88±8.51			81.86±10.74				
Charging subject												
Subject 1a	267(48.8)	55.21±6.73	4.64	.003	a>c	47.00±8.81	.80	.492	77.27± 8.50	7.15	.000	a<b,c
Subject 2	146(26.7)	54.56±6.07			46.32±8.87			78.55± 9.32				
Subject 3b	60(11.0)	54.00±6.63			45.13±8.87			79.78± 8.52				
Subject 4c	74(13.5)	51.97±7.65			46.68±7.82			82.47± 9.15				

note. Subject 1: Korean·English·Math·Science, Subject 2: Ethics·Sociology·Technology & Home Economics·Chinese Classics, Subject 3: Music·Art·the others, Subject 4: Physical Education·Health Education. Mean of teaching service periods(years): 16.07±8.56

연구 대상자의 직무스트레스, 가족 스트레스 및
지각된 건강상태의 상관관계

직무스트레스와 지각된 건강상태($r=-.274, p<.001$), 가족스트레스와 지각된 건강상태($r=-.408, p<.001$) 모두 유의한 음의 상관관계가 있어 직무스트레스가 높을수록, 가족스트레스가 높을수록 지각된 건강상태는 낮은 것으로 나타났다. 또한 가족스트레스와 직무스트레스는 유의한 순상관관계($r=.298, p<.001$)를 나타내어 가족스트레스가 높을수록 직무스트레스도 높음을 알 수 있었다<Table 4>.

<Table 4> Correlations of job stress, family stress, and perceived health status (N=547)

	Job stress r(p)	Family stress r(p)	Perceived health status
Job stress			
Family stress	.298(<.001)		
Perceived health status	-.274(<.001)	-.408(<.001)	1.00

일반적 특성, 직무특성, 직무스트레스 및
가족스트레스의 지각된 건강상태 예측력

지각된 건강상태에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위하여 예측 변인인 직무스트레스 및 가족 스트레스와 일반적 특성 및 직무특성에서 지각된 건강상태에 통계적으로 유의성이 높게($p<.05$) 나타난 변수, 즉 성별, 가족 수, 흡연, 운동, 교직 경력, 담당 학년, 담당 과목에 대해 단계적 다중 회귀분석을 실시하였다.

그 결과, 연구대상자들의 가족스트레스, 성별, 담당과목, 직무스트레스, 담당학년, 가족 수가 지각된 건강상태의 27.1%를 설명하였다. 지각된 건강상태를 가장 잘 예측하는 변인은 가족스트레스($\beta=-.371$)였으며, 그 다음이 성별($\beta=.179$), 담당과목($\beta=.147$), 직무스트레스($\beta=-.119$), 담당학년($\beta=-.109$), 가족 수($\beta=.107$) 순이었다<Table 5>.

<Table 5> Predictors of perceived health status with middle school teacher (N=547)

Variables	β	R ² change	R ²	F change	p
Family stress	-.371	.166	.166	108.851	<.001
Gender	.179	.044	.210	30.209	<.001
Charging subject	.147	.022	.232	15.728	<.001
Job stress	-.119	.016	.248	11.181	.001
Charging grade	-.109	.012	.260	8.632	.003
Number of family	.107	.011	.271	8.572	.004

논 의

본 연구는 중학교 교사의 직무스트레스와 가족스트레스를 파악하고 이들 스트레스와 지각된 건강상태와의 관계를 분석하여 교사들의 스트레스 대처능력 향상을 위한 기초자료를 제공하기 위하여 수행된 것으로, 그 결과를 중심으로 논의하고자 한다.

연구 대상자들의 평균 연령은 40.79세, 남교사는 22.3%, 여교사 77.7%로 2005년 전국 중학교 교사 103,835명 중 64,659명인 62%가 여교사라는 보고(Korea Educational Development Institute, 2005)보다 조금 더 많았다.

연구 대상자의 직무스트레스 평균은 최소 22점에서 최대 88점의 범위에서 54.47점, 1-4점 척도에서(평균평점) 2.48점으로 나타났다. 본 결과는 도구의 차이와 표본 집단 등의 차이가 있으므로 절대 비교는 어렵지만 서울과 경기도의 초·중등 교사들을 대상으로 조사한 Lee, Lee와 Lee(2000)의 연구결과인 2.5점(1-5점 척도), Lee(2001)의 연구결과인 2.6점(1-5점 척도)보다 다소 높은 것이다. 그러나 본 연구의 자료수집이 학기말에 이루어져 직무스트레스에 영향을 주었을 수도 있음을 간과할 수 없으며 이러한 점은 본 연구의 제한점으로 남는다. 따라서 자료수집의 시기가 결과변수에 주는 영향도 함께 고려한 추후 연구가 필요하다 하겠다.

연구 대상자의 가족스트레스는 최소 24점에서 최대 96점의 범위에서 평균 46.57점으로 나타났다. 이는 직종에 구분을 두지 않고 조사한 일반 맞벌이 부부를 대상으로 한 Choi(2005)의 연구에서보다 낮은 것이다. Choi(2005)의 연구는 생산, 판매, 서비스 등 다양한 직업군이 포함된데 반해 본 연구 대상자들은 모두 전문적인 교사들로서 일반적인 맞벌이 부부에 비해 상대적으로 근무여건이 좋고 자원이 스트레스를 완화시키는 측면이 있었던 것이 아닌가 생각된다.

연구 대상자의 지각된 건강상태는 100점 만점에서 평균 78.59점이었다. 이는 같은 도구를 사용한 생산직 기혼 여성 근로자의 건강상태를 분석한 Kim(2003)의 연구에서의 평균 66.3점보다 더 높은 것이다. 이러한 차이는 교사들의 경제적인 여유로 다양한 운동이나 영양섭취 등 건강생활을 할 수 있는 여건이 더 좋았던 것에서 기인된 것이 아닌가 생각된다.

각 특성별 직무스트레스를 살펴보면, 성별에 따른 직무스트레스의 점수는 여교사가 남교사보다 높아($t=-2.434, p=.016$) Kim(2000), Jeong(2000)의 연구 결과와 일치하였다. 이는 상대적으로 체력 소모를 많이 느끼는 여교사들이 직무스트레스를 더 많이 경험하는 것으로 생각되지만, 남교사가 여교사보다 더 많은 직무스트레스를 보였던 선행 연구(Kim & Seo, 2003) 결과와는 대조를 이루는 것이다. 이전에는 조직특성상 남성이 업무에 대한 부담이 과중하였던 측면이 있었으나 갈수록 여

교사들의 비율이 증가하여 학교업무 분담에 성별의 구분을 두기 어려우며, 여교사의 관리자 혹은 중간관리자로의 진출이 늘어난 것과 무관하지 않아 보인다. 담임군의 직무스트레스는 비담임군보다 유의하게 높았다($t=3.248, p=.001$). 이는 중학교 교사를 대상으로 한 Jeong(2000)의 연구 결과와 일치하는 것으로 학급 운영의 어려움이 반영된 결과라고 생각한다. 사립과 공립학교 여부에 따라 직무스트레스는 유의한 차이가 없어, 사립학교 교사가 더 높은 스트레스를 경험한다고 했던 선행연구(Park, 2002) 결과와 차이를 보였다. 이러한 결과는 국내의 전반적인 민주화의 흐름에 교사집단의 적극적 참여가 늘어나는 추세가 반영된 결과가 아닌가 생각된다. 담당과목에서는 국어, 영어, 수학, 과학 담당교사가 체육, 보건 교사 보다 더 높은 직무스트레스를 나타내었는데 이는 학교 내에서의 성적비중이나 수업시수의 차이에 따른 것으로 보인다.

각 특성별 가족스트레스 정도는 학력($t=1.970, p=.049$), 가족수($F=4.591, p=.011$), 가계의 월수입($F=2.653, p=.011$)에 따라 유의한 차이를 보여, 월수입과 가족 수에 따라 유의한 차이를 보인 Kim(2003)의 연구 결과와 일치하였다. 본 연구대상자들은 가족 수가 적고, 학력이 높고, 경제적 상태가 좋은 경우 가족스트레스가 감소하는 경향을 보였다. 이는 가족 구성원이 작으면 가정에서의 업무량이 줄어들고 고학력이거나 경제 수준이 높을 경우, 여교사는 가사 도우미 등을 활용하고, 여성의 가사에서의 자유로움이 남교사의 가정에서의 스트레스도 줄이는데 기여를 하는 측면이 있을 것으로 본다.

각 특성별 지각된 건강상태를 살펴보면, 남교사가 여교사보다 더 좋은 것($t=5.456, p<.001$)으로 분석되었다. 이는 남교사의 직무스트레스 점수가 여교사보다 더 낮았던 점과 무관하지 않아 보인다. 가족스트레스와 달리 지각된 건강상태는 독신 또는 부부만으로 구성된 2명 이하가 3-4명 혹은 5명 이상인 교사들보다 더 나빴다. 이러한 결과는 가족 구성원 수가 1, 2명일 때보다 5명 이상일 때가 가족 구성원 간의 협력과 지지가 건강상태에 긍정적으로 영향을 준 것이 아닌가 생각된다. 흡연군의 지각된 건강상태가 비흡연군보다 유의하게 좋았는데($t=-2.704, p=.007$), 주관적 건강상태가 좋다고 생각하면 금연의 필요성을 절감하지 않고 흡연을 지속하는 경우가 많으므로 이러한 점이 반영된 것이 아닌가 생각한다. 그러나 주관적 건강상태가 생물학적 건강지표와 일치한다고 볼 수 없으므로 생물학적 지표를 측정하는 추후연구가 필요할 것으로 생각되며 이에 근거한 결과를 흡연자들이 인지할 수 있도록 보건교사를 중심으로 하는 금연교육 및 프로그램 적용이 필요할 것이다. 또한, 흡연군과 비흡연군간의 대상자 수의 차이가 너무 많아 결과를 해석하는데 신중을 요할 필요가 있다고 본다. 규칙적인 운동을 하는 경우 그렇지 않은 경우보다 지각된 건강상태가 유의하게 좋은 것으로 나타났는데 이는 지각

된 건강상태에 미치는 운동의 정적인 효과를 보여준 것이다. 선행연구(Kim, 2002)에서도 일치하는 결과를 보이고 있으므로 교사들의 건강증진을 위해 규칙적인 운동을 계속 독려할 필요성이 있음을 보여준다.

직무특성에서는, 6-10년 사이의 경력 교사가 지각된 건강상태가 가장 나빴다. 이러한 결과는 본 연구 대상자들의 77.7%가 여교사이고, 6-10년 경력 교사들은 연령적으로 볼 때 30대라는 것과 연관성이 있다고 본다. 즉, 30대 여교사는 학교생활과 함께 육아를 병행하는 경우가 많은데 이로 인해 타 경력자들보다 지각된 건강상태의 저하가 나타난 것이 아닌가 생각된다. 이러한 요인들은 여교사들의 출산을 저하를 초래할 수 있으므로 학교보건 담당자 뿐 아니라 범 국가적인 육아지원 정책이 필요한 부분이라 하겠다.

지각된 건강상태는 담당 과목에서도 유의한 차이를 보였다($F=7.152, p<.001$). 사후검정 결과 체육·보건교사가 가장 좋았고, 직무스트레스를 가장 많이 경험하는 국어·영어·수학·과학교사들이 가장 나빴다. 규칙적인 운동을 실천하는 체육교사와 비교적 건강에 관한 지식이 풍부한 보건교사의 경우 건강 습관과 지식이 건강에 영향을 주었을 것으로 보이며, 직무스트레스와 지각된 건강상태의 음의 상관관계를 지지하는 결과라고 볼 수 있겠다.

3학년 담당 교사들이 2학년 담당 교사들보다 지각된 건강상태가 좋았는데($F=4.653, p=.003$), 이는 본 연구자의 교직 경험으로 볼 때 각 학년별 학생특성과 연관이 있는 것 같다. 3학년 학생의 경우는 고등학교 진학을 위한 공부에 치중하느라 학교 규칙을 비교적 잘 준수하지만, 2학년 학생의 경우는 사춘기의 질풍노도의 시기를 보내고 있어, 2학년 담당 교사가 학생 지도와 업무 처리에 서 스트레스를 더 많이 경험하고 있음을 보여주는 결과라고 생각한다.

연구 대상자들의 가족스트레스와 지각된 건강상태($r=-.408, p<.001$) 및 직무스트레스와 지각된 건강상태($r=-.274, p<.001$)는 통계적으로 유의한 음의 상관관계가 있었고, 가족스트레스와 직무스트레스는 유의한 순상관관계($r=.298, p<.001$)를 보였다. 지각된 건강상태와 직무스트레스의 연관성은 선행 연구들(Kim, 2000; Kim et al., 2005; Lee, 2000; Cho, 2002)의 결과와 일치하는 것이지만 교사들의 지각된 건강상태와 가족스트레스 및 가족스트레스와 직무스트레스 간의 연관성은 선행연구에서 찾아보기 힘들었다. 이는 교사들의 지각된 건강상태의 향상을 위해서는 직무스트레스 뿐 아니라 가족 스트레스도 함께 고려해야 함을 암시하는 부분이나 많은 선행연구들이 교사들의 직무 스트레스를 분석, 검토 및 중재하였으나(Cho, 2002; Jeong, 2000; Kim, 2000; Lee et al., 2000) 직무이외의 스트레스를 함께 고려하지 않은 측면이 있다고 볼 수 있겠다. 한 개인의 일상사 및 스트레스 생활사건은 삶이 지속되는 한

연속적이고 서로 영향을 준다(Lazarus & Folkman, 1984). 학교 생활과 가족관련 생활을 따로 분리할 수 없는 바 직무 스트레스 뿐 만 아니라 가족 스트레스를 함께 규명하고 중재할 때 교사들의 건강증진과 더 나아가 교육의 질적 향상에도 기여할 수 있을 것이다.

본 연구 대상자들의 지각된 건강상태에 영향을 주는 요인 중 가족스트레스가 16.6%의 예측력을 보여 가장 높은 영향을 주는 것으로 나타났다. 이 역시 교사들의 스트레스 완화를 통한 건강증진을 위해서는 직무스트레스에만 집중하기보다는 한 개인의 스트레스에 대한 총체적 접근의 필요성을 뒷받침하는 결과라고 본다.

결론

본 연구는 중학교 교사의 직무스트레스, 가족스트레스 및 지각된 건강상태를 파악하고 교사들의 일반적 특성, 교직 특성, 직무스트레스 및 가족스트레스의 지각된 건강상태 예측력을 파악하기 위하여 시도하였다. 연구기간은 2005년 11월부터 2개월 간으로, B광역시 소재 3개 지역 교육청에 소속되어 있는 중학교 교사 547명을 대상으로 하였다. 수집된 자료는 SPSS WIN(Ver.10.0)을 이용하여 기술통계, t-검정, ANOVA, Scheffé 검정, 피어슨 상관관계수 분석 및 단계적 회귀분석을 시행하였다.

연구 대상자들의 직무스트레스 점수는 평균 54.47점으로 총점 88점을 기준으로 볼 때 다소 높았다. 가족스트레스는 총점 96점 중 평균 46.57점, 지각된 건강상태는 평균 78.59점으로 비교적 양호한 편이었다. 성별에서는 남교사보다 여교사가 통계적으로 유의하게 더 높은 직무스트레스를 경험하였다. 학력이 높고, 가족 수가 작을 때 가족 스트레스는 낮았으며, 지각된 건강상태는 여교사보다 남교사보다 유의하게 높았고, 가족 수, 흡연, 규칙적인 운동 여부에 따라 유의한 차이를 보였다.

직무스트레스와 지각된 건강상태, 가족스트레스와 지각된 건강상태는 통계적으로 유의한 부적 상관관계가 있었고, 가족스트레스와 직무스트레스는 유의한 순상관관계를 나타내었다. 가족스트레스가 지각된 건강상태에 대한 예측력이 가장 큰 것으로 나타나 교사들의 건강증진을 위한 스트레스관리에는 직무스트레스 뿐 아니라 가족스트레스를 포괄하는 대처전략에 대한 연구와 실무적용이 필요할 것으로 보인다.

본 연구결과를 토대로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

- 교사들의 가족스트레스와 직무스트레스의 생리적 건강지표와의 상관성을 조사하는 추후연구가 필요하다.
- 교사들의 스트레스 관리를 위한 학교보건의 활성화를 위하여 광범위한 요인에 대한 더 많은 반복 조사연구가 필요하다.

- 중학교 교사들의 지각된 건강상태의 예측요인으로 확인된 변수를 중심으로 중재프로그램을 개발하고 그 프로그램의 효과를 검증하기 위한 추후연구가 필요하다.

References

- Aasland, O. G., Olff, M., Falkum, E., Schweder, T., & Ursin, H. (1997). Health complaints and job stress in Norwegian physicians: The use of an overlapping questionnaire design. *Soc Sci Med*, 45(11), 1615-1629.
- Bae, J. S., & Kwon, S. W. (2005). The strategy of recovering stress of elementary school teacher. *The Educ J Phys Mult Disabil*, 46, 219-236.
- Cho, H. S. (2002). *The job stress and the level of health of elementary school teachers*. Unpublished master's thesis, Inje University, Busan.
- Choi, J. H. (2005). Family stress, coping strategy and job satisfaction and dual-earner couples. *Int J Hum Ecology*, 43(10), 55-68.
- Gah, Y. H. (2005). *A study of the relationship between adults' job & home conflict and quality of life*. Unpublished doctoral dissertation, Inha University, Incheon.
- Jeong, D. U. (2000). *A study of job stress and coping strategies of middle school teachers*. Unpublished master's thesis, Daejin University, Pocheon.
- Jung, H. S., Kim, H. Y., Lee, H. K., Lee, Y. J., & Kwon, Y. S. (2001). A structural equation modeling on the factors of stress and coping strategies of married working women. *J Korean Occupational Health Nurs*, 10(1), 93-109.
- Kim, C. H., Mun, M. G., Son, K. I., Jang, A. S., Jung, H. N., & Park, S. N. (2005). *Final report on investigation project of environment of school and teaching service in Incheon*. Labor Science Research Institute of Incheon University. Incheon University, Incheon.
- Kim, J. H. (2000). *A correlation study of job stress and health status*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Kim, J. H., & Seo, D. S. (2003). A study of job satisfaction, morale, job stress, and an improvement of working environment of elementary school teacher. *Educ Res*, 20, 129-182.
- Kim, K. R., Ju, H. O., & Kim, Y. H. (2005). A descriptive analysis on health education in elementary school after introduction of 7th curriculum modification. *J Korean Soc Health Educ Promot*, 22(1), 41-54.
- Kim, K. S. (2003). *Stress and health status in married working women*. Unpublished doctoral dissertation, Yonsei University, Seoul.
- Kim, N. J. (2002). A study on correlations among menopausal symptoms, exercise performance and subjective health conditions of middle-aged women. *J Acad Health Educ Promot*, 19(1), 133-146.
- Korea Educational Development Institute. (2005). *Brief education statistics*. Web site: http://www.cesi.kedi.re.kr/jcgi_bin/

- Kwong, E. W., & Kwan, A. Y. (2004). Stress-management methods of the community-dwelling elderly in Hong Kong: Implications for tailoring a stress-reduction program. *Geriatr Nurs*, 25(2), 102-106.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. Springer Publishing Company: New York.
- Lee, B. K. (2001). Health status according to the job stress characteristics of female teachers. *Exerc Sci*, 12(4), 735-746.
- Lee, D. K., Lee, B. K., & Lee K. W. (2000). Health status according to the job stress characteristics of male teachers. *Exerc Sci*, 9(2), 429-440.
- Lee, H. J. (1986). *Organizational behavior*. Seoul: Sekyungsa.
- Lee, H. Y., & Kim. J. N. (2004). The study of performance of health promoting behavior in elementary school students, *J Korean Soc Public Health Nurs*, 18(1), 119-131.
- Lee, Y. S. (2000). *A correlation study of job stress and mental health*. Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- Meichenbaum, D., & Cameron, R. (1983). *Stress inoculation training: Toward a general paradigm for training*. New York: Preum Press.
- Nam, B. H. (2003). *Testing the validity of the Korean SF-36 health survey*. Unpublished doctoral dissertation, Seoul National University, Seoul.
- Park, S. C. (2002). *Job stress and coping strategy of elementary and secondary school teachers*. Unpublished master's thesis, Changwon University, Changwon.
- Shimazu, A., Umanodan, R., & Schaufeli, W. B. (2006). Effects of a brief worksite stress management program on coping skills, psychological distress and physical complaints: A controlled trial. *Int Arch Occup Environ Health*, 80(1), 60-69.
- Smith, A. M., Shelly, M., & Dennerstein, L. (1994). Self-rated health: Biological continuum or social dis-continuity. *Soc Sci Med*, 39(1),77-83.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2001). *Using multivariate statistics, 4th ed*. Needham heights, MA: Allyn & Bacon, Boston, 117.
- Takanishi, R. (1993). The opportunities of adolescence-research, interventions, and policy. *Am Psychologist*, 48, 85-87.
- Ware, J. E., & Sherbourne, C. D. (1992). The MOS 36-item short-form health survey (SF-36). conceptual framework and item selection. *Med Care*, 30, 473.
- Yoon, S. H. (2004). The effects of organizational managerial characteristics and job characteristics on job stress and job effectiveness: A survey on clinical nurses. *Korean J Psychol: Industry & Organization*, 17(3), 451-466.

Prediction of Perceived Health Status on Job Stress and Family Stress with Middle School Teachers

Park, Hyoung-Sook¹⁾ · Jeong, Seong-Hee²⁾ · Park, Kyung-Yeon³⁾

1) Professor, Department of Nursing, College of Nursing, Pusan National University, 2) Teacher, Jangjun Middle School

3) Full-time Lecturer, Department of Nursing, College of Medical and Life Science, Silla University

Purpose: The purpose of this study was to identify the relationship among job stress, family stress and perceived health status of middle school teachers and to present basic information about promoting health and coping with stress. **Method:** Participants(N=547) was recruited in B city from November 2005 to December 2005. Data were analyzed with descriptive statistics, t-test, ANOVA, Pearson's correlation and multiple regression. **Results:** The degree of job stress of the middle school teachers was 54.47 out of a total score of 88; that of family stress was 46.57 out of a total score of 96; and that of perceived health status was 78.59 out of the perfect score 100. There was a significantly negative relationship between job stress and perceived health status ($r=-.274$, $p<.001$), and family stress and perceived health status($r=-.408$, $p<.001$). However, there was a positive relationship between job stress and family stress($r=.298$, $p<.001$). Family stress, gender, charging subject, job stress, charging grade and number of family member was 27.1% of the variance in perceived health status of middle school teachers. **Conclusion:** Family stress has the most important impact on perceived health status with middle school teachers. Based on the finding, we could conclude that both job stress and family stress management should be required to improve perceived health status.

Key words : School teachers, Stress, Health status

• Address reprint requests to : Park, Kyung-Yeon

Department of Nursing, College of Medical and Life Science, Silla University
San 1-1, Gwaebop-Dong, Sasang-Gu, Busan 617-736, Korea
Tel: 82-51-999-5461 C.P: 82-16-834-7188 E-mail: kypark@silla.ac.kr