

ORIGINAL ARTICLE

J Korean  
Neuropsychiatr Assoc  
2015;54(4):587-595  
Print ISSN 1015-4817  
Online ISSN 2289-0963  
www.jknpa.org

# 통계청 근무자의 직무 스트레스와 정신건강의 관계에서 스트레스 대처방식의 조절효과

국립나주병원 정신건강의학과,<sup>1</sup> 제주대학교병원 정신건강의학과,<sup>2</sup> 호남지방통계청<sup>3</sup>

정유란<sup>1</sup> · 윤보현<sup>1</sup> · 오은주<sup>1</sup> · 송제현<sup>1</sup> · 박수희<sup>1</sup> · 정하란<sup>1</sup> ·  
김문두<sup>2</sup> · 백만기<sup>3</sup> · 손은락<sup>3</sup> · 정자영<sup>3</sup>

## Moderating Effect of Stress Coping Strategies on the Relationship between a National Statistics Office Workers' Occupational Stress and Mental Health

Yuran Jeong, MD<sup>1</sup>, Bo-Hyun Yoon, MD, PhD<sup>1</sup>, Eun-Joo Oh, MA<sup>1</sup>,  
Je-Heon Song, MD<sup>1</sup>, Soo-Hee Park, MD<sup>1</sup>, Haran Jung, MD<sup>1</sup>,  
Moon-Doo Kim, MD, PhD<sup>2</sup>, Man-Ki Baek, BBA<sup>3</sup>,  
Eun-Rak Son, MS<sup>3</sup>, and Ja-Young Jung, BEd<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Department of Psychiatry, Naju National Hospital, Naju, Korea

<sup>2</sup>Department of Psychiatry, Jeju National University Hospital, Jeju, Korea

<sup>3</sup>Honam Regional Statistics Office, Gwangju, Korea

**Objectives** This study examined the moderating effects of stress coping strategies on the relationship between occupational stress of national statistical office workers and mental health.

**Methods** Subjects were 133 workers at a regional statistics office. Occupational stress, stress coping strategies, and mental health were examined using the Korean Occupational Stress Scale (KOSS), Ways of Coping Checklist, and The Symptom Check-List-90-R. Stress coping strategies were composed of problem-focused coping, social support coping, emotion-focused coping, and wishful thinking coping.

**Results** Moderated regression indicated that the social support coping and emotion-focused coping style positively moderated the relationship between occupational stress and mental health in national statistical office workers. The social support coping style positively moderated the relationship between interpersonal conflict (KOSS subscale) and mental health in national statistical office workers. The emotion-focused coping style positively moderated the relationship between job insecurity (KOSS subscale) and mental health in national statistical office workers. The emotion-focused coping style negatively moderated the relationship between job demand (KOSS subscale) and mental health in national statistical office workers.

**Conclusion** The implications of this study included that negative results due to high occupational stress can be varied by use of suitable stress coping strategies.

J Korean Neuropsychiatr Assoc 2015;54(4):587-595

**KEY WORDS** Occupational stress · Stress coping strategy · Mental health ·  
Moderating effect · National statistical office workers.

**Received** September 14, 2015  
**Revised** September 21, 2015  
**Accepted** September 22, 2015

**Address for correspondence**  
Bo-Hyun Yoon, MD, PhD  
Department of Psychiatry,  
Naju National Hospital,  
1328-31 Senam-ro, Sanpo-myeon,  
Naju 58213, Korea  
**Tel** +82-61-330-4151  
**Fax** +82-61-330-5150  
**E-mail** yoonbh@chollian.net

## 서 론

직무 스트레스(occupational stress)는 직무 과부하, 역할 모호성, 역할 갈등 및 열악한 작업 조건과 같은 직무와 관련 있는 부정적인 환경적 요소<sup>1)</sup> 또는 개인의 기술과 능력이 환경의 요구(직무의 규정) 및 직무 환경이 제공한 개인의 요구와

부적합한 상태<sup>2)</sup>를 의미한다. 최근 미국 국립산업안전보건연구소(National Institute of Occupational Safety and Health)에서는 직무 스트레스를 업무상 요구사항이 근로자의 능력이나 자원, 바람과 일치하지 않을 때 생기는 유해한 신체적, 정서적 반응이라고 정의하였다.

고도로 전문화, 다원화되고 있는 현대사회는 기업뿐 아니

라 근로자의 경쟁을 가중시키고 이는 근로자의 육체적, 정신적 건강을 위협하고 있다. 1960년대 미시건 대학 사회연구소에서 Kahn 등<sup>3)</sup>이 조직 내에서 스트레스를 일으키는 수많은 요인들을 찾아내서 신체적, 정신적 효과와의 관련성을 알아 내려는 연구가 처음으로 시도된 이후 직무 스트레스에 관한 다양한 연구들이 있어 왔다. 그동안의 연구들은 과도한 직무 스트레스가 직무 의욕 및 생산성 감소, 사고 증가, 결근, 실업 및 이직률의 증가,<sup>4,5)</sup> 심혈관계 질환,<sup>6-8)</sup> 근골격계 질환<sup>9)</sup>의 주요인으로 작용한다고 보고한다. 또한 직무 스트레스는 근로자들의 정신건강에 영향을 미치는 것으로도 알려져 있어,<sup>10-18)</sup> 결국 조직의 간접적인 비용을 증가시키고 조직 효과성을 떨어뜨리게 된다.<sup>19,20)</sup> 따라서 최근 기업에서는 근로자들의 건강 증진에 대한 관심이 중요한 논제가 되고 있지만, 기존의 연구들은 개인의 인구사회학적 특성이나 직업 특성 등 직무 스트레스와 관련된 요인을 밝히려는 수준이며, 직무 스트레스의 중재 요인이 되는 관련 요인들을 포함한 연구들은 일관된 결과를 제시하지 못하고 있다.

Lazarus와 Folkman<sup>21)</sup>의 연구에 따르면 같은 강도의 스트레스가 주어졌을 때 스트레스라고 인식하는 정도와 스트레스를 받아들여 완화시키는 방법에는 개인마다 차이가 있다. 따라서 개인이 효과적으로 스트레스를 관리하기 위해서는 스트레스의 존재보다도 개인이 스트레스를 어떻게 평가하고 대처하는지가 그 개인의 안녕에 보다 중요하다고 볼 수 있고<sup>22)</sup> 이는 직무 스트레스에서도 예외가 될 수는 없을 것이다.

2014년 호남지방통계청 근무자의 업무량을 측정된 결과 조사 업무가 79.9%, 조사 외 업무가 20.1%로 조사 업무의 비중이 상당히 높았다. 조사 업무는 기업체, 소상공인 및 가구 등을 방문하여 면접대상자에게 조사 협조를 구하고 답변을 이끌어내야 하는 임무를 수행하는 것이고, 조사 외 업무는 행정 업무로써 이들은 비교적 동일한 작업 내용을 가지고 있었다.

따라서 본 연구는 호남지방 통계청 근무자를 대상으로 직무 스트레스와 정신건강 상태를 평가하고, 스트레스 대처방식(stress coping strategy)이 직무 스트레스와 정신건강 상태의 관계에서 어떻게 영향을 미치는지 알아보려고 한다.

## 방 법

### 연구 대상 및 자료 수집 방법

호남지방통계청 근무자 133명을 대상으로 2013년 9월에 국립나주병원 정신건강의학과에서 실시한 정신건강 설문 자료를 이용하였다. 본 연구는 국립나주병원 임상시험위원회의 승인을 받았으며, 조사는 연구에 참여하기로 동의한 직원에게 설문지를 배포한 후 자가 보고식으로 응답하게 하였다.

모든 참여자들은 본 연구의 취지를 이해하고 자발적으로 설문에 참여하였다.

### 조사 도구

#### 한국인 직무 스트레스 측정도구(Korean Occupational Stress Scale, KOSS)

Chang 등<sup>23)</sup>이 개발한 한국인 직무 스트레스 측정도구(Korean Occupational Stress Scale, 이하 KOSS)는 전국 30146명의 근로자를 대상으로 신뢰도와 타당도 검증을 거친 표준화된 측정도구로서 근로자의 직무 스트레스 요인을 측정하는데 주안점을 두었으며 일반적이면서도 한국 특이적인 직무 스트레스 요인을 제대로 파악하기 위해 개발된 것이다. 기본형 43문항에서 문항내적일치도, 문항판별타당도 및 요인 분석을 통해 사무직 근로자 등에서는 중요한 스트레스로 작용하지 않을 것으로 예상되는 물리환경 영역과 나머지 7개의 하부 영역에서 다소 중복되는 것으로 생각되는 것으로 판단되는 문항을 제외한 24문항으로 단축한 측정도구를 개발했으며, 단축형의 경우 우리나라 근로자의 중요한 스트레스 원인이 무엇인지 확인할 수 있는 동시에 현장에서 쉽게 적용할 수 있는 장점이 있어 본 연구에서는 단축형을 사용하였다.<sup>23)</sup> 하위 영역은 직무 요구, 직무 자율성 결여, 관계 갈등, 직무 불안정, 조직체계, 보상 부적절, 직장문화로 구성되어 있다. 전체적 평가는 측정값의 분포가 치우치는 것을 피하고 정규 분포에 근사하는 측정값을 얻기 위해 각 영역을 100점으로 환산하여 평가할 수 있는 방법을 사용하였다. 본 연구에서 KOSS 전체의 Cronbach's alpha는 0.777이었다.

#### 스트레스 대처 방식 척도(The Ways of Coping Checklist, WCC)

스트레스 대처방식을 측정하기 위해 Lazarus와 Folkman<sup>21)</sup>이 개발한 68개 문항의 대처방식 척도(The Ways of Coping Checklist, 이하 WCC) 개정판을 토대로 Kim<sup>24)</sup>이 요인 분석 과정을 거쳐서 수정 보완하여 선택 구성한 척도를 사용하였다. 스트레스 대처방식은 스트레스를 유발한다고 생각되는 문제 자체를 해결하려는 문제 중심적 대처, 스트레스 상황을 해결하기 위해 타인의 도움을 구하는 사회적 지지 추구, 스트레스에 의해 유발된 정서를 다스리려는 정서 완화적 대처, 스트레스를 유발하는 상황에 대해 거리를 두고 바람직한 상황을 상상하거나 생각하는 소망적 사고로 나뉘는데, 본 연구에서는 각각의 문항들 중에서 6개씩의 문항을 선정하여 스트레스 대처방식의 척도로 사용하였다.<sup>25)</sup> 본 연구에서 WCC 전체의 Cronbach's alpha는 0.788이었다.

간이 정신 진단검사 척도(The Symptom Check-List-90-R, SCL-90-R)

통계청 근무자의 정신건강을 측정하기 위해 간이정신진단 검사(The Symptom Check-List-90-R, 이하 SCL-90-R)를 사용하였다. Derogatis 등<sup>26)</sup>이 임상 면담의 보조 수단으로 개발한 자기보고형 평정 척도로서, 우리나라에서는 Kim 등<sup>27,28)</sup>이 한국판 표준화 연구를 수행하였다. SCL-90-R은 총 90문항으로 관찰자가 공유할 수 없는 대상자의 주관적인 경험을 제공해 주고, 전문적인 도움을 필요로 하는 사람을 선별해주는 일차적인 도구로 사용될 수 있으며 무엇보다 환자의 증상을 대체로 포괄하고 있다는 특징이 있다.<sup>27)</sup> 이에 본 연구 대상자인 통계청 근무자의 전반적인 정신건강 상태를 파악하는 데 유용하다고 할 수 있다. 본 연구자는 현재 증상의 수준 혹은 정도를 나타내는 전체 지표인 전체 심도지수(global severity index, 이하 GSI)를 정신건강 상태를 파악하는 데 활용하고자 하며, 점수 산정 방식은 각 문항에서 1점 이상에 평정한 점수의 합계를 총 문항수로 나눈다.<sup>27)</sup>

**자료의 검토 및 통계 분석**

직무 스트레스와 정신건강 상태 간 관계에서 스트레스 대처방식의 조절효과를 확인하기 위한 조절회귀분석(moderated regression analysis)<sup>29)</sup>에 앞서, 종속변인의 자기상관, 오차항의 정규성 및 등분산성 가정, 이상값 여부를 검토한 결과, Durbin-Watson 지수가 자기상관이 없이 독립적인 것으로 나타났고, 오차항의 정규성(왜도, 첨도<I2I) 및 등분산성도 모두 충족하는 것으로 나타났으며, 이상값이 나타나지 않아(Cook's D<I1I) 회수된 133명의 자료를 모두 활용하였다. SPSS 21(SPSS Inc., Chicago, IL, USA)을 사용하여 조절회귀 분석(moderated regression analysis)을 시행하였는데, 회귀 모형에 종속변인에 정신건강 상태(GSI)를 투입한 상태에서 첫 단계에서 독립변인(KOSS)을 투입하고, 두 번째 단계에서 독립변인(KOSS)과 조절변인(WCC)을 투입했으며, 세 번째 단계에서는 독립변인(KOSS), 조절변인(WCC), 독립변인과 조절변인을 곱한 상호작용변인(KOSS×WCC)을 투입하였다.

아울러, 직무 스트레스와 정신건강 상태 간의 관계에서 조절 효과(moderating effect)가 유의하게 나온 스트레스 대처방식에 한해, 직무 스트레스 척도의 하위변인과 정신건강 상태의 관계에서 스트레스 대처방식의 조절효과를 추가적으로 분석하였다. 본 연구에서는 상호작용 변인의 인위적 추가시 다중 공선성(multicollinearity)이 증가되는 문제를 해결하기 위해 평균중심화(centering) 전략을 사용하였다.<sup>30)</sup> 각 스트레스 대처방식은 평균값을 기준으로 두 군으로 나누었다. 유의수준은 0.05(양측검정)로 정하였다.

**결 과**

최종 연구 참여자의 일반적 특성을 살펴보면 총 133명 중 남자 59명, 여자 74명이었으며 이들의 평균 나이는 46.62±7.29세였다. 학력은 고등학교 졸업 5명, 대학교 졸업 126명, 대학원 졸업 2명이었다. 업무 성격을 살펴보면 조사 업무가 79.9%, 조사 외 업무가 20.1%였으며, 근무 시간은 평일 오전 9시부터 오후 6시까지로 참여자 모두가 주간고정근무자였다. 근무 부서는 농어업 조사과 49명(36.8%), 사회 조사과 38명(28.6%), 경제 조사과 22명(16.5%), 조사 지원과 24명(18%)으로서 모두 비슷한 형태의 조사 업무를 담당하고 있었다. 성별, 연령, 학력, 결혼 상태에 따른 KOSS 점수의 차이는 유의하지 않았다(p=0.209, 0.399, 0.882, 0.629).

직무 스트레스, 스트레스 대처방식, 정신건강 상태의 상관 분석 결과를 표 1에 제시하였다. 직무 스트레스는 문제 중심적 대처(r=-0.388, p=0.000), 사회적 지지 추구(r=-0.284, p=0.001)와 유의한 음의 상관관계를 보였고 정신건강 상태(r=0.235, p=0.007)와는 유의한 양의 상관관계를 보였으나 소망적 사고(r=0.058, p=0.506) 및 정서 완화적 대처(r=0.115, p=0.191)와는 유의한 상관관계를 보이지 않았다. 정신건강 상태는 소망적 사고(r=0.266, p=0.002), 정서 완화적 대처(r=0.278, p=0.001)와 유의한 양의 상관관계를 보였고 문제 중심적 대처(r=-0.086, p=0.327), 사회적 지지 추구(r=-0.017, p=0.848)와는 유의한 상관관계를 보이지 않았다.

**Table 1.** Correlation among KOSS, WCC, GSI in a statistics office workers

	1	2	3	4	5	6
KOSS	-					
Problem-focused coping	-0.388*	-				
Wishful thinking coping	0.058	0.394*	-			
Social support coping	-0.284*	0.555*	0.415*	-		
Emotion-focused coping	0.115	0.051	0.441*	0.079	-	
GSI	0.23*	-0.086	0.266*	-0.017	0.278*	-

\* : p<0.01 (2-tailed). KOSS : Korean Occupational Stress Scale, WCC : The Ways of Coping Checklist, GSI : Global severity index

**직무 스트레스와 정신건강 상태 간의 관계에서 스트레스 대처 방식의 조절효과**

직무 스트레스와 정신건강 상태 간의 관계에서 문제 중심적 대처와 소망적 사고의 조절효과를 살펴본 결과를 각각 표 2, 3에 제시하였다. 직무 스트레스와 문제 중심적 대처의 상호작용 항은 정신건강 상태의 5.8%를 설명하였고( $R^2=0.058$ ), 직무 스트레스와 소망적 사고의 상호작용 항은 정신건강 상태의 11.9%를 설명하였으나( $R^2=0.119$ ) 모두 통계적으로 유의하지 않았다( $p=0.062, 0.128$ ).

직무 스트레스와 정신건강 상태 간의 관계에서 사회적 지지 추구의 조절효과를 살펴본 결과를 표 4에 제시하였다. 직무 스트레스는 정신건강 상태에 유의한 정적인 영향을 미치고 있었으나( $\beta=0.235, p=0.007$ ) 직무 스트레스가 통제된 후에, 사회적 지지 추구는 정신건강 상태에 유의한 영향을 주고 있지 않았다( $\beta=0.054, p=0.544$ ). 두 변인은 정신건강 상태의 5.8%를 설명하였다( $R^2=0.058$ ). 정신건강 상태에 대한 직무 스트레스와 사회적 지지 추구의 상호작용 효과는 유의하였다( $\beta=0.217, p=0.011$ ). 직무 스트레스와 사회적 지지 추구의 상

호작용변인이 추가로 투입되었을 때, 정신건강 상태에 대한 설명력이 4.7% 향상되었다( $\Delta R^2=0.047$ ). 직무 스트레스와 사회적 지지 추구의 상호작용의 양상은 그림 1과 같다.

직무 스트레스와 정신건강 상태 간의 관계에서 정서 완화적 대처의 조절효과를 살펴본 결과를 표 5에 제시하였다. 직무 스트레스는 정신건강 상태에 유의한 정적인 영향을 미치고 있었고( $\beta=0.243, p=0.005$ ), 직무 스트레스가 통제된 후에도 정서 완화적 대처는 정신건강 상태에 유의한 영향을 주고 있었다( $\beta=0.253, p=0.003$ ). 두 변인은 정신건강 상태의 12.2%를 설명하였다( $R^2=0.122$ ). 정신건강 상태에 대한 직무 스트레스와 정서 완화적 대처의 상호작용 효과도 유의하였다( $\beta=0.177, p=0.043$ ). 직무 스트레스와 정서 완화적 대처의 상호작용변인이 추가로 투입되었을 때, 정신건강 상태에 대한 설명력이 2.8% 향상되었다( $\Delta R^2=0.028$ ). 직무 스트레스와 정서 완화적 대처의 상호작용의 양상은 그림 2와 같다.

직무 스트레스와 정신건강 상태의 관계에서 사회적 지지 추구와 정서 완화적 대처방식의 조절효과가 나타났으므로 이를 더 구체적으로 살펴보기 위해 직무 스트레스 척도 하위

**Table 2.** Moderating effect of problem-focused coping on the relationship between occupational stress and GSI

Step	Model	B	SE	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$
1	Occupational stress	0.196	0.070	0.240†	0.057	
2	Occupational stress	0.198	0.076	0.243*	0.058	0.000
	Problem-focused coping	0.020	0.230	0.008		
3	Occupational stress (A)	0.198	0.075	0.243†	0.083	0.026
	Problem-focused coping (B)	0.073	0.230	0.029		
	A×B	0.036	0.019	0.162		

\* :  $p<0.05$  (2-tailed), † :  $p<0.01$  (2-tailed). GSI : Global severity index, SE : Standard error

**Table 3.** Moderating effect of wishful thinking coping on the relationship between occupational stress and GSI

Step	Model	B	SE	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$
1	Occupational stress	0.191	0.069	0.235*	0.055	
2	Occupational stress	0.179	0.067	0.220*	0.119	0.064
	Wishful thinking coping	0.718	0.234	0.253*		
3	Occupational stress (A)	0.198	0.067	0.225*	0.135	0.016
	Wishful thinking coping (B)	0.073	0.233	0.250*		
	A×B	0.036	0.024	0.125		

\* :  $p<0.01$  (2-tailed). GSI : Global severity index, SE : Standard error

**Table 4.** Moderating effect of social support coping on the relationship between occupational stress and GSI

Step	Model	B	SE	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$
1	Occupational stress	0.192	0.070	0.235†	0.055	
2	Occupational stress	0.204	0.073	0.250†	0.058	0.003
	Social support coping	0.133	0.219	0.054		
3	Occupational stress (A)	0.204	0.071	0.249†	0.105	0.047
	Social support coping (B)	0.146	0.214	0.059		
	A×B	0.042	0.016	0.217*		

\* :  $p<0.05$  (2-tailed), † :  $p<0.01$  (2-tailed). GSI : Global severity index, SE : Standard error

변인과 정신건강 상태와의 관계에서 이들 대처방식의 조절 효과를 분석하였다. 직무 스트레스 척도의 하위변인 중 관계 갈등과 정신건강 상태 간 관계에서 사회적 지지 추구의 조절 효과가 유의한 것으로 나타났다( $\beta=0.184, p=0.036$ )(표 6). 관계 갈등과 사회적 지지 추구의 상호작용변인이 추가로 투입되었을 때, 정신건강 상태에 대한 설명력은 3.3% 향상되었다( $\Delta R^2=0.033$ ). 관계 갈등과 정서 완화적 대처의 상호작용의 양상은 그림 3과 같다. 관계 갈등을 제외한 직무 스트레스 척도의 하위변인에 대한 검증은 유의하지 않은 것으로 나타났다(직무 요구;  $p=0.681$ , 직무 자율성 결여;  $p=0.098$ , 직무 불안정;  $p=0.101$ , 조직체계;  $p=0.135$ , 보상 부적절;  $p=0.106$ , 직장문화;  $p=0.161$ ). 직무 스트레스 척도의 하위변인 중 직무 요구, 직무 불안정, 각각의 변인과 정신건강 상태 간 관계에서 정서 완화적 대처의 조절효과가 유의한 것으로 나타났다( $\beta=-0.166, p=0.049$ ;  $\beta=0.231, p=0.010$ )(표 7, 8). 직무 요구와 정

서 완화적 대처의 상호작용변인이 추가로 투입되었을 때, 정신건강 상태에 대한 설명력은 2.7% 향상되었고( $\Delta R^2=0.027$ ) 직무 불안정과 정서 완화적 대처의 상호작용변인이 추가로 투입되었을 때, 정신건강 상태에 대한 설명력은 4.7% 향상되었다( $\Delta R^2=0.047$ ). 각각의 상호작용 양상은 그림 4, 5에 제시하였다. 직무 요구, 직무 불안정을 제외한 직무 스트레스 척도의 하위변인에 대한 검증은 유의하지 않은 것으로 나타났다(직무 자율성 결여;  $p=0.474$ , 관계 갈등;  $p=0.291$ , 조직체계;  $p=0.747$ , 보상 부적절;  $p=0.982$ , 직장문화;  $p=0.480$ ).

## 고찰

본 연구는 호남지방통계청 근무자를 대상으로 직무 스트레스와 정신건강의 관계 및 스트레스 대처방식의 조절효과를 알아보았다. 본 연구에서 근로자의 직무 스트레스가 높을

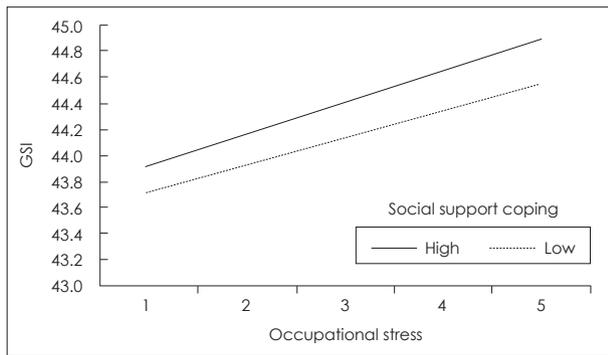


Fig. 1. Moderating effect of social support coping on the relationship between occupational stress and GSI. GSI : Global severity index.

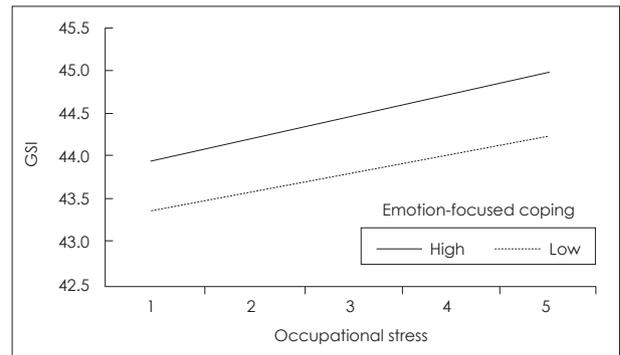


Fig. 2. Moderating effect of emotion-focused coping on the relationship between occupational stress and GSI. GSI : Global severity index.

Table 5. Moderating effect of emotion-focused coping on the relationship between occupational stress and GSI

Step	Model	B	SE	$\beta$	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$
1	Occupational stress	0.198	0.070	0.243 <sup>†</sup>	0.059	
2	Occupational stress	0.174	0.068	0.214 <sup>*</sup>	0.122	0.063
	Emotion-focused coping	0.550	0.181	0.253 <sup>†</sup>		
3	Occupational stress (A)	0.220	0.071	0.270 <sup>†</sup>	0.150	0.028
	Emotion-focused coping (B)	0.565	0.179	0.260 <sup>†</sup>		
	A×B	0.035	0.017	0.177 <sup>*</sup>		

\* :  $p<0.05$  (2-tailed), † :  $p<0.01$  (2-tailed). GSI : Global severity index, SE : Standard error

Table 6. Moderating effect of social support coping on the relationship between interpersonal conflict and GSI

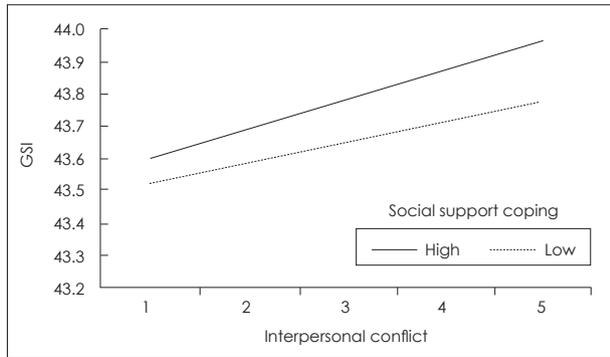
Step	Model	B	SE	$\beta$	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$
1	Interpersonal conflict	0.070	0.049	0.126	0.016	
2	Interpersonal conflict	0.072	0.050	0.129	0.016	0.000
	Social support coping	0.033	0.221	0.014		
3	Interpersonal conflict (A)	0.062	0.050	0.111	0.049	0.033
	Social support coping (B)	0.052	0.218	0.021		
	A×B	0.028	0.013	0.184 <sup>*</sup>		

\* :  $p<0.05$  (2-tailed). GSI : Global severity index, SE : Standard error

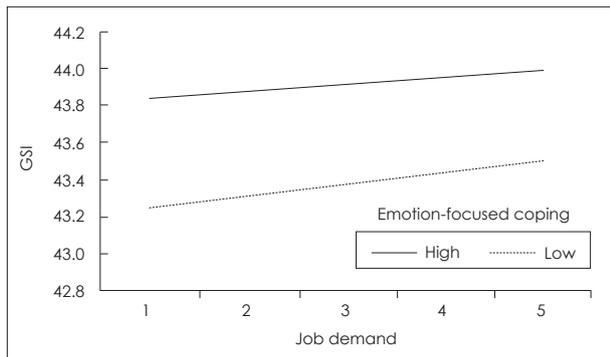
수록 정신건강 수준이 낮았는데, 이는 선행 연구들과 일치하는 결과이다.<sup>12,31,32</sup> 정신건강의학과 영역에서 이러한 결과가 중요한 점은, 근로자의 직무 스트레스를 예방하고 집단을 대상으로 직무 스트레스를 측정하는 등의 적극적인 행위가 근로자의

정신건강 증진과 관련될 수 있다는 근거를 제시하기 때문이다.

사회적 지지 추구 혹은 정서 완화적 대처를 많이 사용하는 경우에 직무 스트레스가 심할수록 정신건강 상태가 더욱 악화되었다. 이러한 결과는 문제 중심적 대처는 정서적 스트레스를 감소시키고, 정서 완화적 대처는 정서적 스트레스를 증가시키는 것을 발견한 기존의 연구<sup>33-36</sup>와 비교하여 그 결과가 혼재된 양상이다. 이러한 결과를 해석하는 데는 세 가지 정도의 고려 사항을 생각해 볼 수 있겠다. 첫째, 기존의 연구들을 살펴보면, 경찰공무원의 스트레스 요인에 따라 문제 중심적 대처의 조절효과가 다르게 나타났으며<sup>37</sup> 스트레스 상황의 특성에 따라 정서 완화적 대처가 더 적응적일 수 있다는 연구<sup>38</sup>도 있다. 그러므로 문제 중심적 대처와 정서 완화적 대처 중 어느 것이 더 조절효과가 있다고 합의된 결과가 없는 상황이다. 따라서 임상가는 특정 스트레스 대처방식을 무조건 건강하다거나 건강하지 못하다고 엄격하게 적용하기보다, 업무 환



**Fig. 3.** Moderating effect of social support coping on the relationship between interpersonal conflict and GSI. GSI : Global severity index.



**Fig. 4.** Moderating effect of emotion-focused coping on the relationship between job demand and GSI. GSI : Global severity index.



**Fig. 5.** Moderating effect of emotion-focused coping on the relationship between job insecurity and GSI. GSI : Global severity index.

**Table 7.** Moderating effect of emotion-focused coping on the relationship between job demand and GSI

Step	Model	B	SE	$\beta$	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$
1	Job demand	0.066	0.039	0.145	0.021	
2	Job demand	0.070	0.038	0.155	0.101	0.080
	Emotion-focused coping	0.615	0.182	0.283		
3	Job demand (A)	0.061	0.038	0.135	0.128	0.027
	Emotion-focused coping (B)	0.615	0.180	0.284 <sup>†</sup>		
	A×B	-0.024	0.012	-0.166 <sup>*</sup>		

\* : p<0.05 (2-tailed), † : p<0.01 (2-tailed). GSI : Global severity index, SE : Standard error

**Table 8.** Moderating effect of emotion-focused coping on the relationship between job insecurity and GSI

Step	Model	B	SE	$\beta$	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$
1	Job insecurity	0.025	0.025	0.089	0.008	
2	Job insecurity	0.019	0.024	0.067	0.082	0.074
	Emotion-focused coping	0.592	0.184	0.273 <sup>†</sup>		
3	Job insecurity (A)	0.040	0.025	0.143		
	Emotion-focused coping (B)	0.530	0.182	0.244 <sup>†</sup>	0.129	0.047
	A×B	0.015	0.006	0.231 <sup>*</sup>		

\* : p<0.05 (2-tailed), † : p<0.01 (2-tailed). GSI : Global severity index, SE : Standard error

경 및 개인이 처한 상황에 따른 적절한 판단을 통해 개인에게 더욱 건강한 대처 방식을 찾는 것이 중요하겠고, 이를 상담 및 교육 전략에 활용할 수 있을 것이다. 둘째, Conway와 Terry<sup>39)</sup>는 통제 가능하다고 평가된 상황에서 문제 중심적 대처는 적응적이고, 정서 완화적 대처는 보다 부적응적이라는 가설을 주장하였다. 즉, 상황에 대한 통제 가능성에 대한 평가는 객관적인 통제보다는 통제에 대한 지각이 중요한 바,<sup>40)</sup> 본 연구의 참여자들이 느끼는 직무 스트레스의 주관적 통제 가능성을 평가하는 것이 필요하고, 이에 대한 추후 연구가 필요할 것으로 생각된다. 셋째, 한국인 직무 스트레스 측정도구(KOSS)가 스트레스의 결과로서의 증상 수준을 측정하는 것이 아니라 직무 스트레스 요인을 평가하기 위한 것으로 개발된 것<sup>23)</sup>을 고려할 때, 직무 스트레스의 하위변인을 분석하는 것이 의미가 있을 것이다. 따라서 본 연구에서는 직무 스트레스 하위변인들에 대한 추가 분석을 시행하였고, 그 결과 사회적 지지 추구를 많이 사용하는 군에서 관계 갈등이 심할수록 정신건강 상태가 더욱 악화되었다. 관계 갈등은 직장 내에서 상사 및 동료 간의 도움 또는 지지 부족 등의 대인관계를 평가한 것이다.<sup>23)</sup> 사회적 지지 추구는 개인의 고충을 공개하고 타인의 도움을 적극적으로 구하는 대처방식이다.<sup>41)</sup> 즉 개인이 관계 갈등을 겪는다고 생각되는 경우, 타인에게 도움을 구하는 등의 대처방식은 정신건강에 바람직하지 못하다는 것이므로 이러한 결과를 바탕으로 대처방식에 초점을 맞추어 임상적 개입을 하는 것이 효과적임을 의미한다. 한편, 정서 완화적 대처를 많이 사용하는 군에서 직무 불안정 수준이 높을수록 정신건강 상태가 더욱 악화되었다. 직무 불안정은 직무 자체 또는 직무 특성의 상실이나 예상될 경우에 느끼는 불확실성과 모호성으로 정의되는데<sup>23)</sup> 개인이 느끼는 직무 불안정이 심해질수록 도피하거나 기분을 변화시켜 일시적으로 해결해 보려는 정서 완화적인 대처방식은 장기적으로는 근본적으로 스트레스 상황을 변화시킬 수 없다는 생각을 증가시키는 것으로 여겨진다. 마지막으로 정서 완화적 대처를 많이 사용하는 군에서 직무 요구가 높을수록 정신건강 상태가 더욱 악화되었다. 이러한 결과는 통제 가능하다고 평가된 상황에서 문제 중심적 대처방식은 보다 적응적이고, 정서 완화적 대처방식은 부적응적이라고 한 Conway와 Terry<sup>39)</sup>의 goodness of fit 가설에 부합한다. 본 연구의 참여자들은 직무 요구의 수준이 올라갈수록 스트레스 상황의 통제가 힘들다고 지각했을 수 있으며, 따라서 정서 완화적 대처를 사용하는 것이 적응적일 수 있겠다. 따라서 통계청 근무자들이 느끼는 직무 요구에 대한 스트레스는 개인 차원의 노력과 더불어, 그들의 능력과 기호에 맞게 직무를 설계하고 직무 요구에 맞는 기술을 습득하기 위한 훈련 프로그램을 개발하는 등 보다 조직 차원에서 해결되어야 할 필

요가 있겠다.

기존 연구들과 차별화되는 본 연구의 특징은 직무 스트레스와 관련된 요인을 밝히려는 수준에서 나아가 직무 스트레스를 중재할 수 있는 요인에 주목했다는 점이다. 일반적으로 스트레스에 대한 개인의 인지적 평가는 1차적 평가와 2차적 평가로 이루어진다. 1차적 평가에서 스트레스 상황을 평가하고 2차적 평가는 지각된 상실, 위협, 도전을 보다 긍정적인 환경으로 변화시키기 위해서 가능한 대처방식을 선택하는데, 개인이 스트레스 상황을 통제할 수 있다고 지각하는지 결정하고 그 결과에 따라 대처방식을 선택하게 된다.<sup>42)</sup> 스트레스 대처방식과 신체적, 심리적 및 사회적 적응과의 관계를 비교한 많은 연구들은 사용하는 대처방식에 따라 신체적, 심리적 결과가 달라질 수 있다고 제안한다.<sup>35,41,43-45)</sup> 이러한 결과는 스트레스 사건들에 대한 개인의 반응이 대처행동에 의해 매개된다고 주장한 상호역동적 모델<sup>21)</sup>과도 맥을 같이 한다. 본 연구는 개인 수준의 스트레스 대처방식에 따라 직무 스트레스로 인한 부정적 결과가 달라질 수 있음을 검증하였다. 이는 현실적으로 조직의 제반 스트레스 원인을 완전히 제거할 수는 없는 상황에서 근로자 개인의 스트레스 대처방식 변화를 통해 직무 스트레스를 보다 효율적으로 관리할 수 있다는 부분에서 중요한 시사점을 제시한다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 단면연구로서 직무 스트레스와 스트레스 대처방식, 정신건강 상태 간의 인과관계를 규명하기에는 제한이 있다. 둘째, 본 연구자료는 구조적 면담 없이 자기보고형 설문지로 얻어졌기 때문에 조사대상자들의 주관적 평가치가 그들의 실제적인 지각 수준을 정확히 반영한다는 보장은 없다. 셋째, 한 지역의 통계청 근무자만을 대상으로 하였기 때문에 그 결과를 일반화하는데 한계가 있다. 넷째, 본 연구에서는 직무 스트레스와 정신건강 상태의 조절 요인으로서 스트레스 대처방식을 가정하였지만, 본 연구에서 다루지 못한 다른 요인들도 중요하게 작용할 수 있어 추후 연구가 이루어져야 한다.

## 결론

본 연구는 조절회귀분석을 통해 통계청 근무자의 직무 스트레스와 정신건강 간의 관계에서 스트레스 대처방식의 조절 효과를 검증하였다. 그 결과 통계청 근무자의 직무 스트레스로 인한 정신건강 수준의 변화가 스트레스 대처방식에 따라 달라짐을 알 수 있었다. 즉, 본 연구는 적절한 스트레스 대처방식의 사용으로 높은 직무 스트레스로 인한 부정적 결과가 달라질 수 있다는 점을 제안한다.

**중심 단어** : 직무 스트레스 · 스트레스 대처방식 · 정신건강 · 조절효과 · 통계청 근무자.

**Acknowledgments**

본 연구는 [정부 3.0] 차원의 기관 간 협력과 소통을 통해 국립나주병원과 호남지방통계청 양 책임운영기간이 공동으로 연구하여 발표하였으며, 연구비의 일부는 2015년도 국립나주병원 임상연구비의 지원에 의해 이루어졌음.

**Conflicts of Interest**

The authors have no financial conflicts of interest.

**REFERENCES**

- 1) Cooper CL, Marshall J. Occupational sources of stress: a review of the literature relating to coronary heart disease and mental ill health. *J Occup Psychol* 1976;49:11-28.
- 2) Caplan RD. Person-environment fit theory and organizations: commensurate dimensions, time perspectives and mechanisms. *J Vocat Behav* 1987;31:248-267.
- 3) Kahn RL, Wolfe DM, Quinn RP, Snoek JD, Rosenthal RA. Organizational stress: studies in role conflict and ambiguity. New York: John Wiley;1964.
- 4) Chung YK, Kim HR, Park SY, Hong JY, Koh SB, Chang SJ. The effect of job stress on unemployment. *Korean J Occup Environ Med* 2007;19:115-124.
- 5) Lee EH, Chang SJ, Kim HO, Roh J, Park EJ, Won JU. Relationship between job stress and turnover of registered nurses in a university hospital. *Korean J Occup Environ Med* 2007;19:93-104.
- 6) Cho JJ, Kim JY, Byun JS. Occupational stress on risk factors for cardiovascular diseases and metabolic syndrome. *Korean J Occup Environ Med* 2006;18:209-220.
- 7) Koh SB, Chang SJ, Park JK, Park JH, Son DK, Hyun SJ, et al. Occupational stress and risk factors for cardiovascular diseases. *Korean J Occup Environ Med* 2005;17:186-198.
- 8) Hwang CK, Koh SB, Chang SJ, Park CY, Cha BS, Hyun SJ, et al. Occupational stress in relation to cerebrovascular and cardiovascular disease: longitudinal analysis from the NSDSOS project. *Korean J Occup Environ Med* 2007;19:105-114.
- 9) Bongers PM, de Winter CR, Kompier MA, Hildebrandt VH. Psychosocial factors at work and musculoskeletal disease. *Scand J Work Environ Health* 1993;19:297-312.
- 10) Melchior M, Caspi A, Milne BJ, Danese A, Poulton R, Moffitt TE. Work stress precipitates depression and anxiety in young, working women and men. *Psychol Med* 2007;37:1119-1129.
- 11) Wang J. Work stress as a risk factor for major depressive episode(s). *Psychol Med* 2005;35:865-871.
- 12) Yu KY, Lee KJ, Min KB, Park KC, Chai SK, Park JB. Association between job stress and mental health among workers in a large company. *J Korean Soc Occup Environ Hyg* 2011;21:146-155.
- 13) Shigemitsu J, Mino Y, Ohtsu T, Tsuda T. Effects of perceived job stress on mental health. A longitudinal survey in a Japanese electronics company. *Eur J Epidemiol* 2000;16:371-376.
- 14) Kim JE. The impact of job stress on mental health of social workers [dissertation]. Daegu: Kyungpook National University;2012.
- 15) Lee SW, Kim KS, Kim TG, Ryu HW, Lee MY, Won YL, et al. The relationship between job stress and depressive symptoms in migrant workers in Kyung-gi Province in Korea. *Korean J Occup Environ Med* 2009;21:76-86.
- 16) Lim HH. Job stress and depression of male industry workers [dissertation]. Suwon: Ajou University;2007.
- 17) Kim TG. The effect of job stress for depression in clinical nurses: focusing on the mediating effects of coping strategies and social sup-

- port [dissertation]. Chungju: Chungju National University;2012.
- 18) Goldenhar LM, Swanson NG, Hurrell JJ Jr, Ruder A, Deddens J. Stressors and adverse outcomes for female construction workers. *J Occup Health Psychol* 1998;3:19-32.
- 19) Danna K, Griffin RW. Health and well-being in the workplace: a review and synthesis of the literature. *J Manag* 1999;25:357-384.
- 20) Gebhardt DL, Crump C. Employee fitness and wellness programs in the workplace. *Am Psychol* 1990;45:262-272.
- 21) Lazarus RS, Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer Publishing Company;1984.
- 22) Aldwin CM, Revenson TA. Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health. *J Pers Soc Psychol* 1987;53:337-348.
- 23) Chang SJ, Koh SB, Kang D, Kim SA, Kang MG, Lee CG, et al. Developing an Occupational Stress Scale for Korean employees. *Korean J Occup Environ Med* 2005;17:297-317.
- 24) Kim JH. Relations of perceived stress, cognitive set, and coping behaviors to depression [dissertation]. Seoul: Seoul National University;1987.
- 25) Sim SJ. The effect on stress level by assertiveness and the way of stress coping [dissertation]. Buchoen: Catholic University;1995.
- 26) Derogatis LR, Lipman RS, Covi L. SCL-90: an outpatient psychiatric rating scale--preliminary report. *Psychopharmacol Bull* 1973;9:13-28.
- 27) Kim JH, Kim GI. The standardization study of symptom checklist-90-revision in Korea III. *Ment Health Res* 1984;2:278-311.
- 28) Kim KI, Won HT, Lee JH, Kim KY. Standardization study of symptom check list-90 in Korea I: characteristics of normal responses. *J Korean Neuropsychiatr Assoc* 1978;17:449-458.
- 29) Baron RM, Kenny DA. The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: conceptual, strategic, and statistical considerations. *J Pers Soc Psychol* 1986;51:1173-1182.
- 30) Aiken LS, West SG, Reno RR. Multiple regression: testing and interpreting interactions. Newbury Park: Sage Publications;1991.
- 31) Shim JS. A study on the relationship between the job stress of the private security guards, mental health and stress-coping 2010. *Korean J Ind Organ Psychol* 2010;23:733-754.
- 32) Jeong YC. A study on the stress and mental health status in ship-building male workers [dissertation]. Busan: Kosin University Graduate School;2007.
- 33) Felton BJ, Revenson TA, Hinrichsen GA. Stress and coping in the explanation of psychological adjustment among chronically ill adults. *Soc Sci Med* 1984;18:889-898.
- 34) Kim BR, Park YS. The moderating effect of teachers' stress management in relation to work environment with job engagement and burnout respectively. *Korean J Stress Res* 2012;20:199-208.
- 35) Gong SJ, Lee EH. Mediation effect of coping between life stress and depression in female college students. *Korean J Women Psychol* 2006;11:21-40.
- 36) Mitchell RE, Hodson CA. Coping with domestic violence: social support and psychological health among battered women. *Am J Community Psychol* 1983;11:629-654.
- 37) Shin SW. Study on the effects of life and job experiences on the level of stress on police officers [dissertation]. Iksan: Wonkwang University;2006.
- 38) Jeong EJ. Emotion and stress coping strategies as a moderator in relation between job stressors and job burnout [dissertation]. Seoul: Korea University;2004.
- 39) Conway VJ, Terry DJ. Appraised controllability as a moderator of the effectiveness of different coping strategies: a test of the goodness of fit hypothesis. *Aust J Psychol* 1992;44:1-7.
- 40) Endler NS, Speer RL, Johnson JM, Flett GL. Controllability, coping, efficacy, and distress. *Eur J Personal* 2000;14:245-264.
- 41) Park SB. The research on the job stress the way of handling the stress and job satisfaction of workers in social welfare facilities of Jeju: according to sociodemographic variables [dissertation]. Jeju: Jeju Na-

- tional University;2015.
- 42) Lee EH, Lee JH. Relationship of teachers' job stressors to psychological adjustment: the moderating effect of problem-focused coping and emotion-focused coping. *Korean J Health Psychol* 2001;6:145-175.
- 43) Lee OJ. Eysenck's personality dimensions and stress coping styles as predictors of school adjustment in high school students. *Korean J Soc Personal Psychol* 2003;17:77-85.
- 44) Nam MH. Effect of job stress, and coping strategy on the job satisfaction in a hospital works [dissertation]. Seoul: Catholic University;2002.
- 45) Kang MS. Mediating effect of coping strategies on the relationship between job stress and burnout of kindergarten teachers [dissertation]. Busan: Pukyong National University;2012.