

유아교사의 직무스트레스, 자아탄력성, 삶의 만족도의 관계

문명화
남곡초등학교 병설유치원 교사

The Relationships among Kindergarten Teachers' Job Stress, Ego-Resilience and Life Satisfaction

Myung-Hwa Moon
Teacher, A kindergarten attached to the Namgok Elementary School

요약 본 연구의 목적은 유아교사의 직무스트레스와 자아탄력성이 삶의 만족도에 미치는 영향을 확인하고 삶의 만족도의 질적 향상 방안을 탐색하는 것이다. 이를 위해 강원도에 소재한 공·사립 유치원, 어린이집 교사 198명을 대상으로 직무스트레스, 자아탄력성, 삶의 만족도 설문지를 사용하여 응답하게 하였다. 수집된 자료를 토대로 Pearson의 적률상관계 분석과 위계적 중다회귀분석을 실시한 결과는 다음과 같다. 첫째, 유아교사의 직무스트레스가 높을수록 삶의 만족도는 낮아지며, 자아탄력성이 높을수록 삶의 만족도가 높아지는 유의미한 관계가 나타났다. 특히 직무스트레스의 하위변인인 경제적 영역은 유아교사의 자아탄력성, 삶의 만족도와 유의미한 부적상관이 나타났다. 둘째, 경제적 영역과 관계탄력성, 활동성의 예측변인들이 유아교사의 삶의 만족도에 유의하게 영향을 미치며, 자아탄력성의 하위변인인 관계탄력성이 삶의 만족도에 대해 상대적으로 설명력이 가장 크게 나타났다. 이는 교사의 삶의 만족도를 높이기 위해 자아탄력성을 촉진시킬 프로그램 개발이 필요함을 시사한다.

주제어 : 직무스트레스, 자아탄력성, 주관적 안녕감, 삶의 만족도, 유아교사

Abstract The purpose of this study is to investigate the effects of the job stress and ego-resilience of kindergarten teachers life satisfaction, and to explore ways to improve life satisfaction. 198 public and private kindergarten teachers and childcare center teachers in Gangwon-do were asked to respond by using job stress, ego-resilience, and life satisfaction questionnaires. Based on the collected data, Pearson's correlation coefficient analysis and hierarchical multiple regression analysis are as follows. First, the higher the job stress of the kindergarten teacher, the lower the life satisfaction, and the higher the ego-resilience, the higher the life satisfaction. In particular, the reward, a sub-variable of job stress, had a significant negative correlation with the kindergarten teacher's ego-resilience and life satisfaction. Second, the predictors of relationship resilience, energy, and reward significantly influenced the life satisfaction of kindergarten teachers, and the relationship resilience was relatively explanatory about life satisfaction. This study suggests that an educational plan to be explored to improve ego-resilience for kindergarten teacher's life satisfaction.

Key Words : Job stress, Ego-resilience, Subjective well-being, Life satisfaction, Kindergarten teacher

*Corresponding Author : Myung-Hwa Moon(mmh@daum.net)

Received February 26, 2020
Accepted April 20, 2020

Revised March 16, 2020
Published April 28, 2020

1. 서론

조직의 특성과 개인 속성이 관여되고 잠재적 스트레스 요인과 개인의 특성 간의 역동적 상호작용이 이루어지는 직무수행과정에서 유아교사가 인적·물적 자극으로 인해 심리적으로 불쾌한 정서를 경험하는 것을 직무스트레스라고 할 수 있다[1]. 유아교사는 열악한 근무환경, 업무적 특성, 낮은 사회적 인식과 처우, 교육과 돌봄, 행정업무 등 다양한 역할을 수행하며 직무스트레스가 높아[2], 좌절감과 우울증, 상실감 등으로 이어지며 이것은 유아교육의 질적 하락을 초래한다. 교육기관 상담자의 직무스트레스가 삶의 만족에 직접적인 영향을 미쳐 직무스트레스가 높아질수록 삶의 만족도가 낮아질 가능성이 있음을 보고한 연구[3], 직무만족도는 직무스트레스와 부적상관이 있음을 보고한 연구[4] 등에서 유아교사의 직무스트레스와 관련된 연구의 필요성이 강조되고 있다. 고된 직업 중 하나인 경찰의 직무스트레스와 삶의 만족도 간의 연구에서 직무스트레스 전체와 긍정적 사고, 삶의 만족도는 부적상관을 보이고, 직무스트레스는 삶의 만족도에 영향을 미치지 못하였다[5]. 이렇듯 직무스트레스와 영역 특수적인 직무만족도와 전반적인 삶의 만족도는 밀접한 관련이 있다고 판단된다.

다음으로 자아탄력성(Ego Resilience)은 힘든 환경에서도 긍정적인 자세를 취하고 주요한 스트레스 사건을 잘 대응하며 외상적인 사건에서 빠른 회복을 보이는 현상을 말한다. 자아탄력성이 높은 사람은 상황에 따라 긴장과 인내의 수준을 강화 또는 약화시켜 성공적인 적응을 할 수 있다[6]. 최근 연구에서는 교사들의 스트레스와 소진에서 자아탄력성에 초점을 두고 교사 스스로 자신을 관리하고 유지시키는 방법을 알게 하여 역경 속에서도 자신의 강점과 정신을 지속적으로 회복하는 능력으로 보고하고 있다. 교육현장의 여러 문제 상황 속에서 교사 자신의 스트레스를 최소화하여 긍정적 정서 상태를 유지할 수 있다는 점이 중요하게 여겨진다[7]. 직무스트레스는 자아탄력성, 사회적 지지, 직무만족도와 부적상관이 있으며[8] 자아탄력성과 학교생활적응이 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미쳤다는 연구[9]에서 직무스트레스, 자아탄력성, 주관적 안녕 등의 심리적 변인 간의 관계에 대해 좀 더 범위를 넓혀 알아볼 필요가 있다.

오늘날 우리 사회는 정보통신망의 발달로 빠르게 세

세한 뉴스까지 쉽게 접할 수 있다. 학교 부적응, 부정적 정서 분출, 가족의 집단자살과 같은 심각한 사건사고 기사를 보며[10], 우리는 자신의 생활과 삶에 대한 주관적인 만족감, 비판, 애정, 기쁨과 같은 긍정적 정서, 분노, 자기비하, 슬픔과 같은 부정적 정서를 경험하기도 한다. 행복에 대해 Lyubomirsky는 자신의 삶에 만족하며 가치를 느끼는 개인의 주관적 만족이라 하였다[11]. 행복과 비슷한 의미로 심리학 연구에서 자주 사용되는 개인의 주관적 안녕감(Subjective Well-being)은 자신이 지각하는 삶에 만족이 높고, 긍정적 정서를 많이 경험하고 부정적 정서를 덜 경험해야 높게 나타난다. 인구학적 변인과 같은 사회적 지표로는 삶의 질을 정의할 수 없다는 연구[12], 주관적 안녕감을 예측하는 변인으로 성격 차원과 삶의 만족도 간의 관계연구, 문화적 규범과 정서경험의 관계 등 대체로 심리·문화적 변인에 대한 선행연구가 이루어졌다[13-15]. 주관적 안녕감에 대한 연구는 긍정적인 부분을 중심으로 다루고 있으며 긍정적인 심리학 측면에서 인간의 삶의 만족을 향상시키고 여러 병리적 문제를 예방하기도 한다[16]. 주관적 안녕의 감정적 측면은 개인이 경험하는 다양한 감정의 유쾌한 정도(hedonic level)를 나타내며 인지적 측면은 자신의 욕망이 성취되었다고 지각하는 정도이다[13]. 즉, 주관적 안녕감이란 자신의 삶에 대한 주관적 평가이며 이 평가에는 삶의 만족도라는 인지적 요소와 정적 정서 또는 부적 정서에 대한 평가를 모두 포함하는 것이다[12,14,15]. 종합해보면, 행복 또는 주관적 안녕감의 핵심은 주관적인 만족감이며 자신의 삶에 대한 인지적 평가 요소가 중요하다고 판단된다. 따라서 본 연구에서는 주관적 안녕감에서도 삶의 만족도에 중점을 두고 논의하고자 한다.

한편, 2019 개정 유치원 교육과정에서 누리과정의 성격이 제시되었고 그 중 하나가 유아의 전인적 발달과 행복을 추구한다는 것이다[17]. 유아가 행복(Happiness)을 누리도록 공헌할 수 있는 대인관계가 유아교사임은 아무리 강조해도 지나치지 않다. 유아의 발달과 성장에 직접적인 영향을 미치는 유아교사의 주관적인 기쁨이나 만족은 중요하므로 사회적으로 관심을 가질 필요가 있다.

이상을 정리해보면, 유아교사의 삶의 만족도의 선행 변인으로 유아교사의 직무스트레스와 자아탄력성은 서로 긴밀한 관련이 있음을 짐작할 수 있다. 따라서 본 연구에서는 유아교사의 개인 심리적 변인인 직무스트레

스와 자아탄력성이 삶의 만족도와 어떠한 관계에 있는지를 알아보고 변인 간의 상대적 설명력을 밝히고자 한다. 본 연구의 결과는 유아교사의 삶의 만족도를 증진시키기 위한 개입전략의 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

본 연구는 다음과 같은 연구문제를 설정하여 연구목적을 규명하였다.

- 연구문제 1. 유아교사의 직무스트레스 및 자아탄력성과 삶의 만족도 간의 상관관계는 어떠한가?
- 연구문제 2. 유아교사의 삶의 만족도에 대한 직무스트레스와 자아탄력성의 상대적 설명력은 어떠한가?

2. 연구방법

2.1 연구대상

본 연구는 강원도에 소재한 공·사립유치원 교사와 어린이집 교사를 대상으로 실시된 조사연구이며 총 230부 중 불성실한 응답이 있는 질문지 32부를 제외하여 최종 198부가 사용되었다. 연구대상자의 인구학적 배경은 Table 1과 같다.

Table 1. Demographic Characteristics

	Type	Frequency	Percent
Career	Under 1 years	22	11.1
	1~3	34	17.2
	4~6	47	23.7
	7~9	23	11.6
	more than 10	72	36.4
Age	20~29	62	31.3
	30~39	60	30.3
	40~49	51	25.8
	50~	25	12.6
Marital status	married	122	61.6
	single	76	38.4

2.2 연구도구

2.2.1 유아교사의 직무스트레스 척도

본 연구에서 교사의 직무스트레스를 알아보기 위하여 김민서(2015)의 교사 직무스트레스 척도(Teacher's Job Stress Questionnaire: TJSQ)를 사용하였다[18]. 이 척도는 직무스트레스 하위변인으로 교수-학습활동 영역(6문항), 업무관련(9문항) 영역, 행정적 지원(8문항) 영역, 대인관계(11문항)영역, 경제적(2문항) 영역

총 37문항이다. 김민서의 연구에서는 신뢰도가 .94로 나타났다. 이 척도의 문항 구성과 신뢰도(Cronbach's α)는 Table 2와 같다.

Table 2. Reliability of job stress

Variables	Division	N	Cronbach's α
teaching-learning activity	1-5, 36	6	.78
workload	6-14	9	.89
administrative support	15-19, 20*, 21, 22	8	.84
interpersonal relationship	23-25, 27-33, 37	11	.87
reward	34, 35	2	.52
Total	37		.95
Inverse**			

2.2.2 유치원 교사의 삶의 만족도 척도

유치원 교사의 삶의 만족도를 측정하기 위해 Diener, Emmons, Larsen과 Grinffin(1985)의 삶의 만족 척도(Satisfaction With Life Scale: SWLS)를 조명한 차경호(1998)가 변안한 척도를 사용하였다[19]. 삶의 만족도 척도는 Likert 7점 척도로 평정하도록 되어있으나 직무스트레스 척도, 자아탄력성 척도와 일관된 응답을 얻고자 Likert 5점 척도로 변환하여 사용하였다. 차경호(2004)의 연구에서 한국과 미국 대학생 각각의 신뢰도는 .84, .85로 나타났다[20]. 삶의 만족도 척도는 총 5개 문항이며(예, 나는 나의 삶에 만족한다), 이 척도의 문항 구성과 신뢰도(Cronbach's α)는 Table 3과 같다.

Table 3. Reliability of life satisfaction

Variables	Division	N	Cronbach's α
Life Satisfaction	1, 2, 3, 4, 5	5	.88
Total	5		.88

2.2.3 자아탄력성 척도

유아교사의 자아탄력성을 측정하기 위해 최지현의 연구에서 사용한 자아탄력성 척도를 사용하였다[21]. 이 척도는 Block과 Kremen이 개발한 자아탄력성 척도를 유성경과 심혜원(2003)이 변안하고 수정·보완한 것이다[22]. 본 연구에서 자아탄력성의 하위요인은 관계탄력성, 활동성으로 5점 척도이며 점수가 높을수록 자아탄력성이 높다는 것을 의미한다. Block과 Kremen의 연구에서는 신뢰도가 .79이었다. 이 척도의 문항 구성과 신뢰도(Cronbach's α)는 Table 4와 같다.

Table 4. Reliability of ego-resilience

Variables	Division	N	Cronbach's α
relationship resilience	1, 2, 4, 9, 13, 14	6	.74
energy	3, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12	8	.83
Total	14		.87

3. 연구절차

3.1 예비조사

본 연구에서는 유아교사의 직무스트레스, 자아탄력성, 삶의 만족도를 측정하기 위하여 선행연구 고찰을 통해 설문지를 작성하였다. 예비조사를 통해 본 연구에서 사용될 설문지의 타당성, 문제점, 소요시간 등을 파악하였다. 예비조사는 본 조사에 포함되지 않는 유아교사 10명을 대상으로 연구자가 직접 방문하여 실시하였다. 설문지 작성에 소요시간은 10~15분이었다.

3.2 본조사

본 조사를 실시하기 위해 연구참여 동의를 먼저 구하고 강원도 소재 공·사립유치원과 어린이집 유아교사 250명에게 설문지를 배부하였다. 회수된 230부(92% 회수율)에서 불성실한 응답 또는 누락된 응답이 있는 설문지를 32부를 제외하고 최종 198부가 사용되었다.

3.3 자료분석

본 연구에서는 유아교사의 직무스트레스, 자아탄력성, 삶의 만족도의 관계를 알아보기 위하여 수집된 자료를 SPSS 19.0를 사용하여 상관분석과 위계적 중다회귀분석을 실시하였다.

4. 연구결과

4.1 유아교사의 직무스트레스와 자아탄력성, 삶의 만족도 관계

유아교사의 직무스트레스, 자아탄력성과 삶의 만족도의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시한 결과는 Table 5와 같다. Table 5에서 직무스트레스 전체는 삶의 만족도와 부적 상관관계($r = -.19, p < .01$)가 있는 것으로 나타났다. 직무스트레스 하위변인인 업무($r = -.18, p < .01$), 행정적 지원($r = -.15, p < .01$), 대인관계($r = -.19, p < .01$), 경제적 영역($r = -.36, p <$

.01)과 삶의 만족도는 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 교수·학습활동은 삶의 만족도와 유의한 관계가 없었다. 이러한 결과는 유아교사의 직무스트레스가 높을수록 삶의 만족도가 낮음을 의미한다. 자아탄력성 전체는 삶의 만족도와 정적 상관관계($r = .52, p < .01$)가 있는 것으로 나타났다. 자아탄력성의 하위변인인 관계탄력성($r = .57, p < .01$), 활동성($r = .47, p < .01$)과 삶의 만족도도 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 자아탄력성 전체는 직무스트레스의 하위변인인 경제적 영역과 부적 상관관계($r = -.24, p < .01$)에 있으며 자아탄력성의 하위변인인 관계탄력성($r = -.26, p < .01$), 활동성($r = -.19, p < .01$)은 직무스트레스의 하위변인인 경제적 영역과 부적 상관관계가 나타났다.

이상의 결과는 유아교사의 직무스트레스가 높아지면 삶의 만족도는 낮아지며, 자아탄력성이 높을수록 삶의 만족도가 높아짐을 의미한다. 특히 경제적 영역에 대한 직무스트레스가 높을수록 유아교사의 자아탄력성은 낮아지며 삶의 만족도도 낮아지는 경향이 나타났다.

4.2 삶의 만족도에 대한 직무스트레스와 자아 탄력성의 상대적인 설명력

유아교사의 삶의 만족도에 대한 직무스트레스와 자아 탄력성의 상대적 설명력을 알아보기 위해 위계적 중다 회귀분석을 실시한 결과는 Table 6과 같다. 예언변인들 간의 다중공선성이 존재하는지를 알아보기 위해 상승변량(VIF)을 산출한 결과, VIF의 값이 1.00~2.03으로 나타나 예언변인들 간의 다중공선성이 존재하지 않는다고 볼 수 있다. VIF의 값이 10 이상이면 다중공선성이 있는 것으로 간주한다.

직무스트레스의 하위요인 중 삶의 만족도의 가장 큰 예언변인으로 나타난 경제적 영역과 자아탄력성의 삶의 만족도에 대한 예언 타당도를 알아보기 위해 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 구체적으로 말하면, 유아교사의 직무스트레스의 효과를 통제하고도 자아탄력성이 삶의 만족도를 유의하게 예측할 수 있는지, 자아탄력성의 효과를 통제하고도 직무스트레스가 삶의 만족도를 유의하게 예측하는지를 검증하고자 한다. 먼저, 삶의 만족도를 종속변인으로 하여 1모형은 1단계에서 직무스트레스의 하위요인인 경제적 영역을, 2단계에서 자아탄력성을 예언변인으로 설정하였다. 2모형은 1단계에서 자아탄력성을, 2단계에서 직무스트레스의 하위

요인인 경제적 영역을 투입하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 유아교사의 삶의 만족도에 대해 직무스트레스 하위요인인 경제적 영역과 자아탄력성의 하위요인인 관계탄력성, 활동성의 독립변인들이 전체 변량의 34.3%를 설명한다. Table 6의 1모형에서 보듯이 유아교사의 자아탄력성의 하위변인인 관계탄력성($\beta=.35$, $t=4.29$)과 활동성($\beta=.07$, $t=2.15$)은 경제적 영역을 통제변인으로 두고 삶의 만족을 유의미하게 예측하였다. 유아교사의 삶의 만족도에 대해 직무스트레스의 하위변인인 경제적 영역이 12.4% 설명을 하는 유의미한 예언변인으로 나타났다($F=28.75$, $p < .01$). 삶의 만족에 대한 자아탄력성 예언변인들의 상대적 영향력을 알아보면 대인탄력($\beta=.35$), 활동성($\beta=.07$) 순으로 영향을 미치고 설명력은 34.3%이며 추가적으로 22.5%를 설명하는 정적 예언변인으로 나타났다.

2모형에서 자아탄력성의 하위변인인 관계탄력성과 활동성은 29.7%의 설명력이 있고, 직무스트레스의 하

위변인인 경제적 영역($\beta= -.23$)은 5%의 R^2 변화량이 있었다. 즉, 유아교사의 직무스트레스의 삶의 만족에 대한 부정적 영향에도 자아탄력성이 높을수록 삶의 만족도가 높게 나타나는 것을 알 수 있다. 특히 대인관계에 대한 자아탄력성이 유아교사의 삶의 만족도에 대한 상대적 영향력이 높다고 볼 수 있다. 다시 말해, 각 분석에서 설명량(ΔR^2)의 변화량을 비교해보면, 자아탄력성은 경제적 영역 이상으로 삶의 만족도를 예측하였으나 경제적 영역은 자아탄력성 이상으로 삶의 만족도를 예측하지 못했다.

종합하면, 직무스트레스의 하위변인인 경제적 영역을 통제했을때 관계탄력성과 활동성은 삶의 만족도를 유의미하게 설명하였다. 즉, 경제적 영역이 삶의 만족도를 예측하는 설명량 이상으로 관계탄력성과 활동성은 설명력이 있었다. 또한 자아탄력성의 하위요인인 관계탄력성이 유아교사의 삶의 만족도를 설명하는 가장 중요한 요소라는 것을 알 수 있었다.

Table 5. correlation analysis among kindergarten teachers' job stress, ego-resilience and life satisfaction

(N=198)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1									
2	.58**	1								
3	.38**	.77**	1							
4	.44**	.68**	.71**	1						
5	.15*	.32**	.34**	.47**	1					
6	.65**	.91**	.87**	.89**	.45**	1				
7	.05	-.06	-.03	-.13	-.26**	-.08	1			
8	.04	.09	.12	-.02	-.20**	.05	.70**	1		
9	.04	.04	.07	-.06	-.24**	.01	.86**	.97**	1	
10	-.05	-.18*	-.15*	-.20**	-.36**	-.19**	.54**	.47**	.53**	1

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

1.teaching-learning activity 2. workload 3. administrative support 4.interpersonal relationship 5. reward 6. job stress 7. relationship resilience 8. energy 9. ego-resilience 10. life satisfaction

Table 6. Results of hierarchical multiple regression analysis among job stress, ego-resilience and life satisfaction

(N=198)

Variable	B	β	t	R^2	Adj R^2	ΔR^2	F	Durbin-Watson	VIF
(constant)	4.32		31.39***						
reward	-.211	-.358	-5.36***	.129	.124	.129	28.75***		1.00
1 (constant)	1.580		4.439***					1.701	1.075
reward	-.136	-.231	-3.85***	.353	.343	.225	35.17***		2.025
relationship resilience	.095	.353	4.29***						1.958
energy	.024	.074	2.15*						
(constant)	.826		2.68**						
relationship resilience	.11	.411	4.90***	.304	.297	.304	42.34***		1.96
energy	.025	.18	2.13*						1.96
2 (constant)	1.58		4.43***					1.701	
relationship resilience	.095	.35	4.29***	.353	.343	.050	35.17***		2.03
energy	.024	.17	2.14*						1.96
reward	-.136	-.23	-3.85***						1.08

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

5. 논의 및 결론

본 연구는 유치원 교사의 직무스트레스와 자아탄력성, 삶의 만족도 관계가 어떠한가를 분석하였다. 본 연구의 주요한 결과를 중심으로 요약, 논의하고 결론을 내리면 다음과 같다.

첫째, 직무스트레스 전체와 삶의 만족도는 부적 상관이 있다. 직무스트레스 하위변인인 업무, 행정적 지원, 대인관계, 경제적 영역과 삶의 만족도는 부적상관이 있다. 교직은 스트레스를 많이 받는 직업이다. 직무와 관련된 스트레스에 오랫동안 노출될 때 소진이 발생한다. 동료로부터 부정적 느낌을 받거나 정서적 고갈, 개인적 성취감의 결여는 직무스트레스의 결과이며[23], 이는 교사의 삶의 만족도를 저하시키게 된다. 교사의 심리적 기제인 자아탄력성 전체는 삶의 만족도와 정적 상관이 있다. 또한 자아탄력성의 하위변인인 관계탄력성과 활동성은 삶의 만족도와 정적 상관이 있다. 청소년의 학업스트레스는 삶의 만족도에 부적영향을 미치고 자아탄력성은 부분매개효과가 있다는 연구는[24] 본 연구의 결과인 자아탄력성이 삶의 만족도를 가장 잘 설명하는 변인이라는 것을 확인해준다. 긍정심리학은 인간이 긍정적 정서를 지니고 삶의 현장에 자신의 대표 강점과 덕성을 발휘할 때에 즐거운 삶, 만족하는 삶, 의미있는 삶을 살 수 있다고 제시한다[25]. 교사의 자아탄력성을 강화하는 자신의 강점연수 프로그램 등을 진행하여 스트레스를 받아들이고 극복하려는 노력과 활력을 찾고 자하는 기회를 얻게 하는 것도 교사의 삶의 만족을 높이는 방안이다[26].

둘째, 자아탄력성 전체와 하위변인인 관계탄력성, 활동성은 직무스트레스의 하위변인인 경제적 영역과 부적상관이 있다. 교직선택 동기 중 물질적 동기가 직무스트레스의 모든 하위요인과 부적상관을 보인 연구에서[27], 초임교사의 자아탄력성과 물질적 동기인 경제적인 안정성이나 보상 측면이 직무스트레스에 영향을 미치는 것으로 확인되었다[28]. 경제적 안정이 직무수행에 뒷받침이 될 때 자신의 직장에 잘 적응하고 직무스트레스를 적게 받는 것으로 나타난 연구[29]와 같은 맥락이다. 보육교사의 자아탄력성과 직무스트레스는 부적상관으로 나타나고, 자아탄력성의 하위요인 중 자신감과 대인관계가 직무스트레스의 하위요인인 학부모와의 관계에서는 부적상관이 나타난 연구와 부분적으로 일치한다[26,30]. 경제적 영역에 대한 스트레스는 보수가

임무나 책임에 상응하지 못하는 경우나 월급일의 변동이 잦을 때 일어난다. 교사 자신의 일에 대한 정당한 대우와 보상이 보장될 때 자아탄력성은 높아질 것이며, 급변하는 사회에서 불안이나 우울에 덜 취약하고 스트레스에 유연하게 대처할 수 있을 것이다. 박유진은 예비유아교사 안녕감을 연구하였는데 안녕감이 높을수록 자아탄력성에 긍정적인 영향력이 있다는 연구, 자아탄력성이 낮을수록 직무스트레스와 정서적 고갈을 더 많이 경험하는 연구[31]에서 자아탄력성과 직무스트레스, 삶의 만족도의 관계가 본 연구와 일치한다. 따라서 정부정책에 있어 유아교사의 안녕을 위해 처우와 복지가 개선되고 형평성이 있는 근무환경 마련이 시급하다.

이상의 연구결과에서 유아교사가 경제에 대한 보상을 제대로 받지 못했을 때의 직무스트레스로 삶의 만족도가 낮아지고, 심리적 기제인 자아탄력성이 삶의 만족도를 높이는 변인임을 확인할 수 있다. 직무스트레스가 많이 일어나는 교사에게 자아탄력성은 신체적·정신적 건강을 갖도록 도와주는 심리적인 자원이 되며, 삶의 만족도에 대한 설명력이 가장 큰 변인이므로 유아교사의 자아탄력성을 함양시키기 위한 제도적·실천적 방안의 필요성을 제기한다.

본 연구의 제한점과 후속연구에 대한 제언은 다음과 같다. 먼저 본 연구는 강원도 지역의 유아교사를 대상으로 이루어져 연구결과를 일반화하기에 무리가 있다. 다음으로 본 연구는 유아교사의 삶의 만족도에 영향을 주는 변인 간 관계를 파악하였으나, 삶의 만족도에 관련된 다변인에 대한 구조적이고 종합적인 경로분석과 매개효과에 대한 후속연구가 필요하다.

REFERENCES

- [1] C. Kyriacou. (1989). *The nature and prevalence of teacher stress*. In M. cole., & S. Walker (Eds.), *teaching and stress*(pp.27-33). Milton Keynes: Open University Press.
- [2] H. Y. Hang, M. J. Lim & J. h. Tak. (2012). *A study of the strategies used to reduce teachers' work-related stress in employer-supported child care centers*. 32(2), 211-240. DOI : 10.18023/kjece.2012.32.2.010
- [3] H. J. Kim. (2018). The Relationship between Job Stress, Depression, and Life Satisfaction of Education: Institution Counselors. *The Journal of the Korea Contents Association*, 18(11), 63-74.

- DOI : 10.5392/JKCA.2018.18.11.063
- [4] S. Y. Cho. (2003). Child Care Center Teacher's Work Stress and Personality Type by Egogram. *The Journal of Korea Child Care and Education*, 35, 1-22.
- [5] J. S. Oh. (2013). Police stress and Life Satisfaction. *Police Welfare Studies*, 1(1), 87-107.
- [6] A. S. Masten, K. M. Best & N. Garmezy. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2(4), 425-444. DOI : 10.1017/S0954579400005812
- [7] S. Y. Park & Y. S. Jung. (2010). Moderating Effects of Ego-Resilience and Social Support in Relations among Academic Achievement Pressure, Perceived Academic Stress and Internalization Problems in Boys and Girls. *The Korean Journal of Developmental Psychology*, 23(1). 17-32.
- [8] H. W. Chung & O. H. Lee. (2011). The influence of job stress, ego-resiliency and social support on job satisfaction among beginning and experienced preschool teachers. *Korean Journal of Early Childhood Education*, 31(3), 31-53.
- [9] S. Kang & K. H. Lyu. (2019). The Life satisfaction and Ego-Resilience in Primary School Entrants: A test of school adjustment's mediation effects. *Journal of Convergence for information Technology*, 9(11), 149-158. DOI : 10.22156/CS4SMB.2019.9.11.149
- [10] <https://m.news.naver.com/read.nhn?mode=LSD&mid=sec&sid1=102&oid=421&aid=0004462024>.
- [11] S. Lyubomirsky. (2007). *The how of happiness: A scientific approach to getting the life you want*. New York: Penguin Group.
- [12] E. K. Lee, E. M. Suh, Thai Chu, H. S. Kim & D. K. Sherman. (2009). Is Emotion Suppression that Bad? Comparing the Emotion Suppression and Subjective Well-being Link in Two Cultures. *Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 23(1), 136-146. DOI : 10.21193/kjspp.2009.23.1.008
- [13] A. Campbell, P. E. Converse & W. L. Rodgers. (1976). *The quality of American life*. New York: Russell Sage Foundation.
- [14] E. Diener & E. Suh. (1997). Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40(1-2), 189-216.
- [15] U. Schimmack, P. Radhakrishnan, S. Oishi, V. Dzokoto & S. Ahadi. (2002). Culture, Personality, and Subjective well-being: Integrating process models of life satisfaction. *Journal of personality and Social Psychology*, 82(4), 1313-1329. DOI : 10.1037/0022-3514.82.4.582
- [16] P. Hills & M. Argyle. (2001). Happiness, introversion-extraversion and happy introverts. *Personality and Individual Differences*, 30(4), 595-608. DOI : 10.1016/S0191-8869(00)00058-1
- [17] The Ministry of Education. (2019). *2019 Revised Kindergarten Curriculum*.
- [18] M. S. KIM. (2015). *The Moderating Effect of Social Support on the Relationship between Job Satisfaction and Job Stress of Early Childhood Teachers*. Master's thesis of the Graduate School of Education Jeonbuk National University, Jeonju.
- [19] M. H. Cho & K. H. Cha. (1998). *International comparison of quality of life*. Seoul: Jipmoondang.
- [20] K. H. Cha. (2004). Relationships between subjective wellbeing and psychological well-being among Korean and American college students. *Korean journal of youth studies*, 11(3), 321-338.
- [21] J. H. Choi. (2008). *Effects of emotional intelligence and ego-resilience on adjustment to college life*. The Graduate School Yonsei University, Seoul.
- [22] M. H. Moon. (2020). *The Structural Relationship among perceived social support, teacher efficacy, ego-resilience, and job satisfaction in kindergarten teachers*. Doctoral dissertation. Kangwon National University, Chuncheon.
- [23] K. H. Lee, M. J. Ju, H. Y. Lee. (2011). The Effect of Teacher Efficacy and Social Support on Kindergarten Teachers' Burnout: A Structural Equation Modeling Analysis. *The Journal of Vocational Education Research*, 30(1), 97-111.
- [24] Y. A. Yoo. (2018). *The relationship between stress and life satisfaction of adolescents with family resilience and ego-resilience as the parameter*. Master's thesis of the Graduate School of Education DanKook University, Yongin.
- [25] J. K. H. (2014). A Study on the Role of Job for Happiness. *Journal of Happiness And Affluence Studies*, 3(2), 1-15.
- [26] Y. K. Jung. (2017). A qualitative study on burnout and vitality of early childhood teachers. *The Journal of Early Childhood Education and care*, 12(2), 83-103.

- [27] J. S. Choi. (2017). *The effects of beginning child care teacher's communication competence, ego-resilience and motivation for choosing the teaching profession on job stress*. Master's thesis of the Graduate School of Education KyungHee University, Seoul.
- [28] B. Y. Choi. (2013). *Relation of Motivation for Selecting Career of Academic Profession and Dedication as Middle School Teacher*. Master's thesis of the Graduate School of Education Pusan National University, Busan.
- [29] E. Y. Jang. (2003). *The Relationship between The elementary School teacher's work stress and Personal Characteristics and Work satisfaction*. Master's thesis of the Graduate School of Yonsei University, Seoul.
- [30] M. L. Kim. (2016). *A Study on the Influence of Ego-Resiliency and Teacher Efficacy on Organizational Commitment of Child Care Teacher*. Graduate School of Seonam University, Namwon.
- [31] S. H. Bae, Y. H. Kim, S. Y. Han. (2014). Effects of job stress, ego-resilience and burnout on teacher's turnover intention. *Journal of Early Childhood Education & Educare Welfare*, 18(1), 233-258.

문 명 화(Myung-Hwa Moon)

[정회원]



- 2004년 3월 ~ 2017년 8월 : 강원대학교 강사
- 2020년 2월 : 강원대학교 유아교육과 교육학박사
- 2018년 9월 ~ 현재 : 남곡초등학교병설유치원 교사

- 관심분야 : 직무만족도, 사회인지진로이론, 자기결정성
- E-Mail : mmh@daum.net