

## 여성근로자 정신스트레스와 스트레스 부하요인에 관한 연구

### Mental Stress and Stress Factors of Female Workers

안 민 선\*

#### I. 서 론

모든 작업에 종사하는 근로자의 육체, 정신, 사회적 복리를 최고도로 유지·증진하는 일, 작업 위해와 그 밖의 위험으로부터 근로자의 건강을 보호하는 일, 그리고 이들을 적성배치하는 일들은 1950년의 ILO/WHO 합동위원회의 제안을 받아들여 오늘날까지도 세계 여러 나라가 추구하고 있는 산업보건의 목표이다 (Lloyd-Davies, 1957; Forssman, 1983).

그러나 현실적인 산업보건사업은 거의 모든 나라에서 육체적인 건강문제를 중심으로 전개되어 온 것이 사실이며, 최근에 들어 직업성질환이 격감하게 되고 나서야 새로운 과제의 하나로서 산업장의 정신보건문제가 새로이 각광을 받기 시작하였다 (Forssmann, 1983).

이것은 산업조직이 경영자의 주도하에 근로자의 적응문제에 대한 고려없이 능률 위주로 조직되고 (Levi, 1983), 경제향상에 따른 사회변화가 발빠르게 진행되어 근로자가 미처 이에 적응해 나갈 여유가 없을 뿐 아니라 왕왕히 전통적인 가족제도마저 붕괴됨으로써 정신건강상의 문제가 크게 대두된 데에도 영향이 있으나 (Lambo, 1983) 1986년에 WHO 주체 국제회의에서 소위 건강증진에 관한

Ottawa 헌장이 채택된 영향 또한 적지 않은 것으로 알려져 있다 (高田와 野見山, 1991).

정신보건에 미치는 심리 사회적 스트레스 부하요인(stressor)의 중요성은 작업형태가 육체작업에서 정신작업으로 바뀌고 있는 근대산업에서 특히 강조되어, 직업상의 스트레스 부하요인이 건강에 미치는 기전을 설명하고자 많은 연구가 이루어져 왔다 (Levi, 1983). McLean의 배경·취양성·스트레스 모형, Harrison의 개체·환경적응 모형, Bake의 작업요구·판단제어 모형은 그 대표적인 예이다 (LaDou, 1990). 이들 학설은 모두 작업상 스트레스 발생에 있어서의 환경과 개체의 중요성을 강조하고, 특히 이들에 대한 객관적인 사실보다 근로자의 주관적 판단의 중요성을 강조하고 있는 것이 특징이다.

다른 한편으로는 근로자의 정신보건상의 문제가 직무상 스트레스 부하요인 이외에 사회, 가족, 개체상의 부하요인으로도 좌우된다는 이론이 나와 있으며 (Cooper & Davidson, 1981b; Holmes & Rahe, 1967) 결국 근로자의 정신건강문제는 이들의 직무, 사회 개체상의 스트레스 부하요인을 종합하여 함께 다루어야 한다는 이론이 나오게 되었다.

우리 나라는 최근 30년 사이에 괄목할만한 공업

\* 가톨릭대학교 산업보건대학원 산업보건간호학과

화가 이루어졌고 사회와 가족 제도의 변혁도 격심한 것으로 알려져 있다. 특히 여성의 사회진출은 현저하여 근로자 인구의 3분의 1을 차지하는 단계에 이르렀으나(노동부, 1992b), 직장과 가정에서 이중적인 역할을 담당하고 있을 이들 여성근로자의 정신건강문제를 다룬 연구는 많지 않다.

이에 따라 여성근로자의 정신보건상태와 이에 미치는 스트레스 부하요인을 직무, 사회, 개체의 측면에서 규명함으로써 여성근로자의 건강향상에 기여하고자 본 연구를 실시하였다.

## II. 연구 및 방법

### 1. 대 상

이 연구는 경기도 K군에 소재하는 제조업(식품공업)의 여사원 134명과 서울시에 소재하는 서비스업(백화점)의 여사원 149명, 총 283명을 대상으로 하였다.

### 2. 방 법

#### 1) 측정도구

양호한 정신건강의 지표, 불량한 정신건강의 지표, 직업 스트레스요인, 사회적 스트레스요인, 개인적 스트레스요인 각 25개 설문에 답변으로 되어 있는 Osterman과 Gutierrez(1993)의 정신건강 및 스트레스 측정도구와 개인의 인구사회학적특성 12문항 등을 담은 설문지를 사용하였다(부록 1).

#### 2) 자료수집

1994년 1월 24일부터 29일까지 6일간 각각 200부를 배포한 후 수거하였다. 제조업은 151부(회수율 75.5%)가 회수되었으며 이 중 불량 응답지 2부를 제외한 149부를 연구에 이용하였고 서비스업은 143부(회수율 71.5%)가 회수되어 이 중 불량 응답지 9부를 제외한 134부를 연구에 이용하였다.

설문지의 각 항목은 4개의 범주로 분류하였으며 "아니다" 1점, "가끔 그렇다" 2점, "종종 그렇다" 3점, "항상 그렇다" 4점으로 배점하여 분석하였다.

#### 3) 자료분석

수집된 자료의 통계분석은 SAS/PC 프로그램을 이

용하여 통계 처리하였다.

대상자의 인구사회학적특성은 Chi-square test, 직종별 문항의 차이는 t-test로 검증하였고, 불량/양호한 정신건강지표에 영향요인을 파악하기 위하여 단계적 중회기 분석(stepwise multiple regression)을 하였다.

## III. 연구 결과

### 1. 대상자의 인구사회학적특성

인구사회학적특성에 있어서 업종과의 사이에 유의한 연관성을 보인 항목은 연령, 교육수준, 건강상태, 가족수, 주거형태, 통근거리, 직무 경력 수, 월수입이었고, 유의한 연관성을 보이지 않은 항목은 출생순위, 결혼여부 및 종교이었다(표 1).

각 항목별로는, 연령에 있어서는 서비스업과 제조업 모두 21-25세 군이 많아 각각 42.5%, 48.9%를 차지하였다. 성장지에 있어서도 서비스업, 제조업 모두 도시가 67.3%, 69.8%를 차지하였다. 교육수준은 서비스업, 제조업 모두 고졸이 85.1%, 80.5%를 차지하였고, 건강상태는 서비스업은 월 1회 이상 결근 또는 조퇴가 81.3%, 제조업은 52.3%를 차지하였다. 가족수는 서비스업은 4-5명이 51.5%, 제조업은 혼자 생활하는 경우가 38.9%를 차지하였다. 주거형태는 서비스업의 경우 자가 47.0%를 차지하였고 제조업의 경우는 기타(기숙사 생활)가 59.7%를 차지하였다. 통근거리는 서비스업은 3시간 이내가 37.3%로 가장 많았고 제조업은 2시간 이내가 52.3%이었다. 직무경력수는 서비스업, 제조업 모두 1년 미만이 39.5%, 48.9%로 가장 높았다. 월수입은 서비스업은 410,000-500,000원이 36.4%이고 제조업은 310,000-400,000원인 38.2%로 현격한 차이를 나타냈다.

### 2. 불량한 정신건강요인

불량한 정신건강요인에 포함된 항목들은 우울증, 불안장애, 공포장애 등의 신경증적 증세와 정신신체질환에 관한 내용이 주종을 이룬다. 불량한 정신건강지표의 총 득점평균은 1.49이었고, 서비스업은 1.16, 제조업은 1.83이었으나 업종간에 유의한 차이를 보이지 않았다(표 2). 전체로서 득점수가 높은 항목도 「사소한 일에 걱정한다」의 2.47, 「성가스러운 장소에 가거나,

Table 1. General characteristics of the subjects

| Characteristics              | Service    | Manufacturing | Total      | X <sup>2</sup> | P     |
|------------------------------|------------|---------------|------------|----------------|-------|
|                              | No. (%)    | No. (%)       | No. (%)    |                |       |
| Age (yrs)                    |            |               |            |                |       |
| ≤ 20                         | 37(27.6)   | 45(30.1)      | 82(28.8)   |                |       |
| 21-25                        | 57(42.5)   | 73(48.9)      | 130(45.7)  |                |       |
| 26-30                        | 25(18.6)   | 10( 6.7)      | 35(12.6)   |                |       |
| 31-35                        | 8( 5.9)    | 2( 1.4)       | 10( 3.6)   |                |       |
| 36 ≤                         | 7( 5.0)    | 19(12.9)      | 26( 8.9)   | 18.51          | 0.002 |
| Birth order                  |            |               |            |                |       |
| First                        | 42(31.3)   | 40(26.8)      | 82(29.1)   |                |       |
| Middle                       | 18(13.4)   | 16(10.7)      | 34(12.0)   |                |       |
| Last                         | 74(55.3)   | 44(62.5)      | 118(58.9)  | 5.20           | 0.267 |
| Place of growth              |            |               |            |                |       |
| City                         | 90(67.3)   | 104(69.8)     | 194(68.5)  |                |       |
| Rural                        | 44(32.7)   | 45(30.2)      | 89(31.5)   | 53.93          | 0.000 |
| Education                    |            |               |            |                |       |
| Primary                      | 5( 3.7)    | 2( 1.4)       | 7( 2.5)    |                |       |
| Middle                       | 1( 0.7)    | 19(12.8)      | 20( 6.7)   |                |       |
| High                         | 114(85.1)  | 120(80.5)     | 234(82.8)  |                |       |
| College                      | 14(10.4)   | 8( 5.4)       | 22( 7.9)   | 18.53          | 0.000 |
| Health status                |            |               |            |                |       |
| Absenteeism, Lateness(1/mon) | 109(81.3)  | 78(52.3)      | 187(66.8)  |                |       |
| Frequent visiting to clinics | 15(11.2)   | 19(12.8)      | 34(12.0)   |                |       |
| Others                       | 10( 7.5)   | 53(34.9)      | 62(24.2)   | 59.83          | 0.000 |
| Marital status               |            |               |            |                |       |
| Married                      | 30(22.4)   | 27(20.1)      | 57(21.2)   |                |       |
| Single                       | 104(77.6)  | 122(79.9)     | 226(78.8)  | 4.29           | 0.367 |
| Family size                  |            |               |            |                |       |
| 0                            | 10( 7.5)   | 58(38.9)      | 68(23.2)   |                |       |
| 1-3                          | 42(31.4)   | 29(19.5)      | 71(25.5)   |                |       |
| 4-5                          | 69(51.5)   | 43(28.8)      | 112(40.1)  |                |       |
| 6 ≥                          | 13( 9.6)   | 19(12.8)      | 32(11.2)   | 42.75          | 0.000 |
| Religion                     |            |               |            |                |       |
| Chritian                     | 42(31.3)   | 40(26.8)      | 82(29.1)   |                |       |
| Buddhist                     | 18(13.4)   | 16(10.7)      | 34(12.4)   |                |       |
| Catholic                     | 16(11.9)   | 10( 6.7)      | 26( 9.3)   |                |       |
| None                         | 49(36.6)   | 70(47.0)      | 119(41.8)  |                |       |
| Others                       | 9( 6.8)    | 13( 8.8)      | 22(15.4)   | 5.20           | 0.267 |
| Residence                    |            |               |            |                |       |
| Home                         | 63(47.1)   | 20(13.4)      | 116(79.9)  |                |       |
| Cook for herself             | 44(32.8)   | 40(26.8)      | 84(29.9)   |                |       |
| Others                       | 27(20.1)   | 89(59.8)      | 83(30.2)   | 55.20          | 0.000 |
| Commuting distance (hrs)     |            |               |            |                |       |
| ≤ 1                          | 38(28.4)   | 34(22.8)      | 72(25.6)   |                |       |
| ≤ 2                          | 46(34.3)   | 78(52.4)      | 124(43.2)  |                |       |
| ≤ 3                          | 50(37.3)   | 37(24.8)      | 107(31.2)  | 9.66           | 0.008 |
| Career (yrs)                 |            |               |            |                |       |
| ≤ 1                          | 53(39.5)   | 73(48.9)      | 126(44.5)  |                |       |
| 2-3                          | 28(20.8)   | 47(31.5)      | 77(27.3)   |                |       |
| 4-5                          | 28(20.8)   | 16(10.7)      | 44(15.5)   |                |       |
| 6 ≥                          | 25(18.9)   | 11( 8.9)      | 36(12.7)   | 37.87          | 0.000 |
| Monthly income (₩10,000)     |            |               |            |                |       |
| ≤ 30                         | 3( 2.1)    | 53(35.5)      | 56(18.8)   |                |       |
| 31-40                        | 12( 8.9)   | 57(38.2)      | 69(23.5)   |                |       |
| 41-50                        | 49(36.4)   | 29(19.5)      | 78(28.0)   |                |       |
| 51-60                        | 35(26.3)   | 5( 3.4)       | 40(14.7)   |                |       |
| 61 ≥                         | 35(26.3)   | 5( 3.4)       | 40(15.0)   | 123.68         | 0.000 |
| Total                        | 134(100.0) | 149(100.0)    | 283(100.0) |                |       |

Table 2. Mean score of poor mental health indicator

(mean±SD)

| Indicator   | Industry  |               |           |
|---|-----------|---------------|-----------|
|   | Service   | Manufacturing | Total     |
| 1. Not caring what happens, giving up, feeling like running away            | 1.69±0.52 | 1.85±0.58     | 1.77±0.55 |
| 2. Cannot get rid of thoughts that are bothersome or frightening            | 1.80±0.69 | 2.07±0.78     | 1.93±1.47 |
| 3. Too much eating, smoking, drinking alcohol, drugs, coffee, pills, etc.   | 1.63±0.87 | 1.61±0.91     | 1.62±0.89 |
| 4. Nervous habits, jittery, irritable, stammering, restless, etc.           | 2.05±0.87 | 1.97±0.86     | 2.01±0.86 |
| 5. Difficulty in paying attention or remembering                            | 1.88±0.80 | 1.85±0.80     | 1.86±0.80 |
| 6. Being moody, sad depressed and crying easily                             | 2.05±0.72 | 2.14±0.87     | 2.09±0.79 |
| 7. Worrying about things do not matter                                      | 2.35±0.90 | 2.60±0.98     | 2.47±0.94 |
| 8. Unusual pains, problems with breathing, heartbeat or digestion           | 1.90±0.98 | 1.70±0.85     | 1.80±0.91 |
| 9. Medical treatment of coronary and gastrointestinal problems              | 1.32±0.71 | 1.27±0.66     | 1.29±1.62 |
| 10. Frequent needless complaints  | 1.74±0.71 | 1.89±0.91     | 1.81±0.81 |
| 11. Urges to seriously hurt herself or others(thoughts of suicide)          | 1.35±0.53 | 1.55±0.73     | 1.45±0.63 |
| 12. Emotional outbursts, loss of temper, shouting and screaming             | 1.41±0.62 | 1.53±0.65     | 1.47±0.63 |
| 13. Keeping to oneself and avoiding others                                  | 1.43±0.63 | 1.70±0.80     | 1.56±0.71 |
| 14. Sudden and frequent changes in mood                                     | 1.70±0.77 | 1.93±0.88     | 1.81±0.82 |
| 15. Hearing voices and imagining things that are not there                  | 1.23±0.47 | 1.48±0.66     | 1.35±0.56 |
| 16. At times absolutely terrified and in panic                              | 1.26±0.49 | 2.08±0.75     | 1.67±0.62 |
| 17. Blaming herself, apologizing, giving excuses and feeling guilty         | 1.83±0.69 | 1.97±0.83     | 1.90±0.76 |
| 18. Being on guard, holding emotions in check                               | 1.91±0.83 | 2.00±0.81     | 1.95±0.82 |
| 19. Tiring easily, listless, restless, difficulty sleeping                  | 1.99±0.87 | 1.92±0.93     | 1.95±0.90 |
| 20. Holding facial muscles tight, frowning                                  | 2.02±0.70 | 1.89±0.77     | 1.95±0.73 |
| 21. Tension headaches, back/neck pains, feeling faint, dizzy                | 1.91±0.83 | 1.53±0.83     | 1.72±0.83 |
| 22. Feeling very sick and not likely to get well                            | 1.43±0.73 | 1.45±0.79     | 1.44±0.76 |
| 23. Day dreaming, getting lost in fantasy                                   | 1.38±0.56 | 1.48±0.70     | 1.43±0.63 |
| 24. Not having much interest or pleasure in sex                             | 1.55±0.87 | 1.93±0.85     | 1.74±0.86 |
| 25. Avoiding certain places, people, activities to keep from being bothered | 1.77±0.80 | 2.44±0.96     | 2.10±0.88 |
| Total   | 1.16±0.72 | 1.83±0.80*    | 1.49±0.76 |

\*  $P < 0.05$ 

사람을 만나거나, 활동하는 것을 피한다」의 2.10, 「기분이 언짢고, 우울하여 슬픈 생각이 들거나 곧잘 운다」가 2.09, 「습관적으로 신경질적이고, 신경이 예민하고, 성미가 급하고, 말을 더듬고, 침착하지 못하다」의 2.01이었다.

서비스업에서 득점수가 높은 항목은 「사소한 일에 걱정한다」의 2.35, 「기분이 언짢고, 우울하여 슬픈 생각이 들거나 곧잘 운다」의 2.05, 「습관적으로, 신경질적이고, 신경이 예민하고, 성미가 급하고, 말을 더듬고, 침착하지 못하다」의 2.05, 「표정이 굳어지고 상을 찌푸린다」의 2.02이었다.

제조업에서는 「사소한 일에 걱정한다」의 2.60, 「성가시러운 장소에 가거나, 사람을 만나거나, 활동하는 것을 피한다」의 2.44, 「기분이 언짢고, 우울하여 슬픈 생각이 들거나 곧잘 운다」가 2.14, 「때때로 완전히 겁에 질리고 공포에 떠다」의 2.08, 「성가시럽다는 생각을 떨쳐버릴 수가 없다」의 2.07, 「항

상 눈치보며 조심스럽고 감정을 억누른다」가 2.00으로 득점수가 높았다. 그러나 서비스업과 제조업 사이에 유의한 득점차이를 보인 항목은 없었다.

### 3. 양호한 정신건강요인

양호한 정신건강요인에 포함된 항목들은 일상생활속에서의 정서적 안정과 활기, 원만한 인간관계 및 창조적 태도 등으로 구성되어 있다.

양호한 정신건강지표의 총 득점평균은 2.47이었고, 서비스업은 2.55, 제조업은 2.39이었으며 업종간에 유의한 차이를 보였다(표 3).

전체로서 득점수가 높은 항목은 「보다 나은 생활에 대한 꿈과 포부가 있다」의 3.12, 「깨끗하고 건강하게 보여지도록, 외모에 신경을 쓴다」의 2.97, 「사회적으로 적절한 풍습과 관례에 따른다」의 3.00, 「쉽게 좌절하지 않으며, 인생의 긍정적인 면을 본다」로

Table 3. Mean score of good mental health indicator (mean±SD)

| Indicator   | Industry  |               |           |
|---|-----------|---------------|-----------|
|   | Service   | Manufacturing | Total     |
| 1. Not easily discouraged, looking on the positive(good) side of life | 2.91±0.88 | 2.44±1.07     | 2.67±0.97 |
| 2. Being full of energy and enthusiasm about life                     | 2.50±0.92 | 2.26±0.97     | 2.38±0.94 |
| 3. Feeling that things that go wrong will turn out all right          | 2.61±0.95 | 2.48±0.98     | 2.54±0.96 |
| 4. Taking care of her appearance, being clean and healthy             | 3.04±1.06 | 2.91±1.05     | 2.97±1.05 |
| 5. Being easy to get along with                                       | 2.88±0.98 | 2.72±1.05     | 2.80±1.01 |
| 6. Finding it easy to relax, play and have fun                        | 2.68±0.99 | 2.61±1.05     | 2.64±1.02 |
| 7. Finding lots of interesting things to do                           | 2.61±0.99 | 2.40±0.98     | 2.50±0.97 |
| 8. Enjoying parties and celebrations                                  | 2.27±0.99 | 1.90±0.95     | 2.08±0.97 |
| 9. Feeling that the spirit of parents and children lives in herself   | 2.35±0.98 | 2.16±0.94     | 2.25±0.96 |
| 10. Having a good appetite  | 2.71±1.05 | 2.53±1.06     | 2.62±1.05 |
| 11. Laughing, smiling, feeling happy and carefree                     | 2.15±0.97 | 1.97±0.92     | 2.06±0.95 |
| 12. Investigating and trying new things                               | 2.38±0.89 | 2.20±0.92     | 2.29±0.91 |
| 13. Being courageous and daring                                       | 2.15±0.96 | 1.99±0.98     | 2.07±0.97 |
| 14. Being even tempered, unbothered by the ups and downs of life      | 2.09±0.93 | 2.03±0.87     | 2.06±0.90 |
| 15. Walking with a lively step  | 2.58±0.99 | 2.55±0.99     | 2.56±0.99 |
| 16. Being decisive and determined                                     | 2.28±0.96 | 2.26±0.98     | 2.27±0.97 |
| 17. Enjoying to sing, whistle, and/or dance                           | 2.40±0.98 | 2.29±1.07     | 2.34±1.02 |
| 18. Feeling loved and cared about                                     | 2.34±0.94 | 2.24±0.98     | 2.29±0.96 |
| 19. Being generally satisfied with life                               | 2.55±0.97 | 2.24±0.98     | 2.39±0.97 |
| 20. Being in good physical healthy                                    | 2.67±1.14 | 2.68±1.17     | 2.67±1.15 |
| 21. Feeling one can handle whatever problems come along               | 2.83±0.91 | 2.54±0.96     | 2.68±0.94 |
| 22. Feeling God will take care, no matter what happens                | 2.31±1.13 | 2.40±1.17     | 2.35±1.15 |
| 23. Feeling there is nothing seriously wrong with herself             | 2.65±0.95 | 2.44±1.05     | 2.54±1.00 |
| 24. Following the socially appropriate customs and routines           | 3.00±0.78 | 2.80±0.97     | 2.90±0.87 |
| 25. Having dreams and aspirations for a better life                   | 3.30±0.91 | 2.95±1.05*    | 3.12±0.98 |
| Total   | 2.55±0.96 | 2.39±1.00*    | 2.47±0.98 |

\* P<0.05

2.91이었다.

제조업에서는 「보다 나은 생활에 대한 꿈과 포부가 있다」가 2.95, 「깨끗하고 건강하게 보여지도록, 외모에 신경을 쓴다」의 2.91, 「사회적으로 적절한 풍습과 관례에 따른다」의 2.80, 「남들과 쉽게 어울린다」가 2.72로 득점수가 높았다.

두 업종사이에 유의한 득점차를 보인 항목은 「보다 나은 생활에 대한 꿈과 포부가 있다」이었다.

#### 4. 직무상 스트레스요인

직무상 스트레스요인은 스스로에 대한 자신감과 작업량, 자율성 등의 직무 성격적 측면과 동료와의 인간관계로 구성되어 있었다.

직무상 스트레스요인의 총 득점 평균은 2.04이었고, 서비스업은 1.97, 제조업은 2.11이었으며, 업종간에 유의한 차이를 보였다(표 4).

전체로서 득점수가 높은 항목은 「남보다 앞서 가기 위해서는 경쟁해야 한다」로 2.89, 「일이 너무 단순하고, 반복적이고, 일상적이고, 지루하다」로 2.73, 「몸이 아플 때도 일해야 한다」가 2.53, 「직장일 때문에 다른 일을 할 수가 없다」가 2.49이었다.

서비스업에서 득점수가 높은 항목은 「남보다 앞서 가기 위해서는 경쟁해야 한다」로 2.97, 「직장일 때문에 다른 일을 할 수가 없다」가 2.69, 「몸이 아플 때도 일해야 한다」가 2.62, 「일이 너무 단순하고, 반복적이고, 일상적이고, 지루하다」로 2.53이었다.

제조업에서는 「일이 너무 단순하고, 반복적이고, 일상적이고, 지루하다」로 2.93, 「남보다 앞서 가기 위해서는 경쟁해야 한다」로 2.81, 「아주 조심하지 않으면, 사고나 실수가 일어나기 쉽다」로 2.56, 「몸이 아플 때도 일해야 한다」가 2.44가 득점수가 높았다.

그리고 두 업종사이에 유의한 득점 차이를 보인 항목은 「남보다 앞서 가기 위해서는 경쟁해야 한다」와

Table 4. Mean score of work stress factor

(mean±SD)

| Indicator  | Industry  |               |           |
|--|-----------|---------------|-----------|
|  | Service   | Manufacturing | Total     |
| 1. At work, gets no response, good or bad                                      | 1.72±0.86 | 2.04±0.97     | 1.88±0.91 |
| 2. At work, has to fight to get ahead  | 2.97±1.00 | 2.81±1.10*    | 2.89±1.05 |
| 3. The kind of work she dose is demanding and not respected                    | 1.88±0.89 | 2.06±0.97     | 1.97±0.93 |
| 4. No matter what she does, it is never enough                                 | 2.14±0.91 | 2.30±0.98     | 2.22±0.94 |
| 5. What has to be done, does not makes sense to her                            | 1.74±0.90 | 1.87±0.89     | 1.80±0.89 |
| 6. People are always finding fault with her                                    | 1.47±0.79 | 1.66±0.89     | 1.56±0.84 |
| 7. Work is too simple, repetitious, routing and boring                         | 2.53±1.02 | 2.93±1.06*    | 2.73±1.04 |
| 8. The people where she works do not care about her                            | 1.56±0.69 | 1.90±1.00     | 1.73±0.84 |
| 9. Where she works, her mistakes could cause very serous problems              | 2.00±0.92 | 2.14±1.01     | 2.07±0.96 |
| 10. Work forcs her to do things contrary to her principles                     | 1.90±0.89 | 1.89±0.92     | 1.89±0.90 |
| 11. People take her for granted, never appreciat what she does                 | 2.07±0.89 | 2.30±1.03     | 2.18±0.96 |
| 12. There are so many changes, she gets confused                               | 1.66±0.77 | 1.94±0.95     | 1.80±0.86 |
| 13. Work takes her away from her family  | 1.94±1.01 | 2.14±1.16     | 2.04±1.08 |
| 14. Must work even when she is sick  | 2.62±1.08 | 2.44±1.04     | 2.53±1.06 |
| 15. Where she works it is dirty, unhealthy and dangerous                       | 1.68±0.97 | 2.12±1.14     | 1.90±1.05 |
| 16. Feels she could lose her chance to work                                    | 1.46±0.72 | 1.55±0.78     | 1.50±0.75 |
| 17. There is no chance to rest when she is tired                               | 2.28±1.02 | 2.26±1.04     | 2.27±1.03 |
| 18. Work interferes with her other responsibilities                            | 2.69±1.05 | 2.30±1.08     | 2.49±1.07 |
| 19. Never knows what is going to happen next                                   | 2.37±0.98 | 2.33±1.04     | 2.35±1.01 |
| 20. Worries about work even when she is not working                            | 1.79±0.95 | 2.00±0.97     | 1.89±0.96 |
| 21. It is easy for accidents and mistakes to happen if she is not very careful | 1.98±0.97 | 2.56±1.14     | 2.27±1.05 |
| 22. Success depens on luck and not on what she does                            | 1.49±0.82 | 1.59±0.91     | 1.54±0.86 |
| 23. There are conflicts where she works : people fight and argus               | 1.60±0.62 | 1.77±0.79     | 1.68±0.70 |
| 24. Has to do too much work  | 1.91±0.90 | 2.14±1.00     | 2.02±0.95 |
| 25. It is not clear to her what she is supposed to do                          | 1.83±0.81 | 1.95±0.89     | 1.89±0.86 |
| Total  | 1.97±0.89 | 2.11±0.99*    | 2.04±0.94 |

\* P&lt;0.05

「일이 너무 단순하고, 반복적이고, 일상적이고, 지루하다」이었다.

#### 5. 사회적 스트레스요인

사회적 스트레스요인은 가족관계, 생활사건, 소외 등 개인이 속한 주변환경의 불안정서에 기인되는 측면과 역할 및 가치관의 갈등으로 인한 부조화에 관한 내용으로 구성되어 있다.

총 득점평균은 2.04이었고, 서비스업은 1.97, 제조업은 2.11이었으나 업종간에 유의한 차이는 보였다(표 5).

전체로서 득점수가 높은 항목은 「문제를 해결하고 나면 또 다른 문제가 생긴다」로 2.20이고, 「사람들이 기대하는 것처럼 살아갈 수 없다」가 2.08, 「생활 환경이 건강에 나쁘다」 2.06, 「자신의 일이 아니더라도, 책임을 wu야 한다」가 2.05, 「사람들이 기대하

는 것처럼 살아갈 수 없다」가 2.05, 「생활 환경이 건강에 나쁘다」가 1.99이었다.

제조업에서도 「문제를 해결하고 나면 또 다른 문제가 생긴다」로 2.24이고, 「생활 환경이 건강에 나쁘다」가 2.14, 「사람들이 기대하는 것처럼 살아갈 수 없다」가 2.12, 「가정문제를 자신의 힘으로 다룰 수 없다」 2.10이 득점수가 높았다. 그러나 서비스업과 제조업 사이에 유의한 득점 차이를 보인 항목은 「문제를 해결하고 나면 또 다른 문제가 생긴다」이었다.

#### 6. 개인적 스트레스요인

개인적 스트레스요인은 스스로를 경쟁하기 위해 노력하며 또한 도전받고 있는 것으로 묘사되는 A형 행동 유형과 불안요인이 제거된 후에도 계속적으로 스트레스를 경험하는 불안반응형 성격 등으로 구성되어 있다.

Table 5. Mean score of social stress factor (mean±SD)

| Indicator  | Industry  |               |           |
|--|-----------|---------------|-----------|
|  | Service   | Manufacturing | Total     |
| 1. Is torn between conflicting social responsibilities               | 1.76±0.82 | 1.83±0.88     | 1.79±0.85 |
| 2. Can not live up to what people expects of her                     | 2.05±0.83 | 2.12±0.93     | 2.08±0.94 |
| 3. There is no one she really cares about or cares about her         | 1.49±0.88 | 1.71±1.01     | 1.60±0.94 |
| 4. Her living conditions are unhealthy                               | 1.99±1.02 | 2.14±1.07     | 2.06±1.05 |
| 5. Her ideas and beliefs are different from most people she knows    | 1.82±0.82 | 2.09±0.88     | 1.95±0.85 |
| 6. There is a lot of danger, violence, crime, etc. where she lives   | 1.40±0.80 | 1.53±0.85     | 1.46±0.83 |
| 7. No one seems to be in charge : there are no rules                 | 1.41±0.68 | 1.67±0.80     | 1.54±0.74 |
| 8. People are always bothering her                                   | 1.57±0.74 | 1.67±0.77     | 1.62±0.75 |
| 9. Whenever she solves her problems, they fall apart again           | 2.17±0.79 | 2.24±0.85*    | 2.20±0.82 |
| 10. Her home is too crowded  | 1.32±0.66 | 1.47±0.76     | 1.39±0.71 |
| 11. Just doing the daily chores is a constant problem                | 1.44±0.75 | 1.78±1.03     | 1.61±0.89 |
| 12. Has had to move to different places to live                      | 1.26±0.62 | 1.37±0.72     | 1.31±0.67 |
| 13. Could be punished sometimes for no reason at all                 | 1.65±0.69 | 1.56±0.71     | 1.60±0.70 |
| 14. Feels trappend   | 1.44±0.65 | 1.69±0.77     | 1.56±0.71 |
| 15. People are insulting and making fun of her                       | 1.19±0.45 | 1.40±0.71     | 1.29±0.58 |
| 16. Has to live separated from her family and those she loves        | 1.64±1.02 | 1.99±1.15     | 1.81±1.08 |
| 17. Life around her is chaotic                                       | 1.52±0.73 | 1.95±0.95     | 1.73±0.84 |
| 18. Her family problems are more than she can handle                 | 1.91±0.87 | 2.10±0.95     | 2.00±0.91 |
| 19. Has lost someone very close to her                               | 1.42±0.80 | 1.64±0.93     | 1.53±0.87 |
| 20. Someone close to her is going to die soon                        | 1.11±0.42 | 1.21±0.52     | 1.16±0.47 |
| 21. Those in charge are likely to hurt her                           | 1.20±0.49 | 1.44±0.65     | 1.32±0.57 |
| 22. Where she lives things more often go wrong and do not get better | 1.61±0.69 | 1.87±0.82     | 1.52±0.75 |
| 23. People around her are irritable, shouting and fighting           | 1.59±0.73 | 1.82±0.92     | 1.70±0.82 |
| 24. Has to take charge even when it is not her responsibility        | 2.05±0.85 | 2.02±0.70     | 2.03±0.77 |
| 25. People disagree with her and are against what she wants to do    | 1.78±0.67 | 1.75±0.70     | 1.76±0.69 |
| Total  | 1.59±0.73 | 1.76±0.84*    | 1.67±0.78 |

\* P<0.05

총 득점평균은 1.93이었고 서비스업은 1.89, 제조업은 1.97이었으나 업종간에 유의한 차이를 보이지 않았다(표 6).

전체에서 득점수가 높은 항목은 「가능한 빨리 일을하기를 좋아한다」로 2.74, 「많은 도움과 격려가 필요하다」 2.38, 「해야 할 일인데도 좀처럼 시작하기가 어렵다」 2.36, 「표기하고 싶은데 그렇게 못한다」 2.32이었다.

서비스업에서 득점수가 높은 항목도 「가능한 빨리 일을하기를 좋아한다」로 2.76, 「많은 도움과 격려가 필요하다」 2.29, 「감히 누구에게도 말하지 못하는 개인문제를 더러 갖고 있다」 2.26, 「해야 할 일인데도 좀처럼 시작하기가 어렵다」 2.26이었다.

제조업에서도 「가능한 빨리 일을하기를 좋아한다」로 2.73, 「많은 도움과 격려가 필요하다」 2.48, 「포기하고 싶은데 그렇게 못한다」 2.46, 「해야 할 일인데도 좀처럼 시작하기가 어렵다」 2.46이 득점수가 높았다. 그러나 서비스업과 제조업 사이에 유의한

득점차이를 보인 항목은 「가능한 빨리 일을하기를 좋아한다」이었다.

7. 직무상 스트레스요인과 인구 사회학적 특성과의 관계

직무상 스트레스요인의 득점수를 인구 사회학적 특성에 고나하여 단계적 중회기 분석한 결과를 요약하면 <표 7>과 같다.

서비스업에서는 결혼여부만이 유의한 기여 요인으로써 기여율은 5% 이었다.

또 제조업에서는 결혼여부, 월수입, 교육정도가 유의한 기여 요인이었으며 이들의 기여율은 10% 이었다.

8. 사회적 스트레스요인과 인구 사회학적 특성과의 관계

Table 6. Mean score of personal stress factor

(mean±SD)

| Indicator   | Industry  |               |           |
|---|-----------|---------------|-----------|
|   | Service   | Manufacturing | Total     |
| 1. Lets things bother her for a long time even though it does no good | 1.97±0.89 | 2.06±0.93     | 2.01±0.91 |
| 2. Is preoccupied with worrying about her problems                    | 2.02±0.87 | 2.20±0.84     | 2.11±0.85 |
| 3. Sees a lot of things wrong, but she does not care                  | 1.73±0.68 | 1.78±0.73     | 1.75±0.70 |
| 4. Blames others for her problems and failures                        | 1.52±0.66 | 1.68±0.73     | 1.60±0.70 |
| 5. Has difficulty getting started on what she has to do               | 2.26±0.84 | 2.46±1.00     | 2.36±0.92 |
| 6. Is determined to be the best all the time                          | 2.23±1.06 | 2.21±1.06     | 2.22±1.06 |
| 7. Needs someone pushing her  | 2.14±0.95 | 2.18±0.95     | 2.16±0.95 |
| 8. When upset, puts the pressure on others                            | 1.40±0.65 | 1.34±0.58     | 1.37±0.61 |
| 9. Sometimes fakes being sick to avoid what she has to do             | 1.58±0.70 | 1.59±0.69     | 1.58±0.69 |
| 10. Fives in easily and has to walk away from fight                   | 1.76±0.81 | 1.79±0.84     | 1.77±0.82 |
| 11. Needs a lot of support and encouragement                          | 2.29±0.83 | 2.48±0.96     | 2.38±0.89 |
| 12. Would like to give up, but can not                                | 2.18±0.84 | 2.46±0.96     | 2.32±0.90 |
| 13. Has to make excuses for her mistakes and failures                 | 1.67±0.58 | 1.61±0.61     | 1.64±0.60 |
| 14. No matter what she does it will not be right                      | 1.84±0.64 | 2.02±0.77     | 1.93±0.70 |
| 15. Panics in a crisis and loses control for a long time              | 1.73±0.68 | 1.90±0.94     | 1.81±0.81 |
| 16. Just can not do everything she has to do                          | 1.76±0.76 | 1.75±0.83     | 1.75±0.79 |
| 17. Sets high goals and a fast pace for herself-at times daring       | 1.84±0.75 | 1.94±0.76     | 1.89±0.75 |
| 18. Has some personal problems that she does not dare tell anyone     | 2.26±0.85 | 2.36±0.86     | 2.31±0.85 |
| 19. Likes to do things as fast as possible                            | 2.76±1.04 | 2.73±0.96*    | 2.74±1.00 |
| 20. Is impatient with herself and with other people                   | 1.85±0.84 | 1.75±0.80     | 1.80±0.82 |
| 21. Hides disappointment and angry feelings                           | 2.14±0.88 | 2.12±0.86     | 2.13±0.87 |
| 22. Is very disorganized and leaves a lot of things unfinished        | 1.43±0.58 | 1.51±0.71     | 1.47±0.64 |
| 23. Is affraid something terrible is going to happen                  | 1.32±0.58 | 1.66±0.88     | 1.49±0.73 |
| 24. Is easily embarrassed   | 1.96±0.83 | 2.12±0.89     | 2.04±0.86 |
| 25. Has to lie and cheat to accomplish what she has to do             | 1.85±0.63 | 1.62±0.78     | 1.73±0.70 |
| Total   | 1.89±0.78 | 1.97±0.83*    | 1.93±0.80 |

\* P&lt;0.05

Table 7. Relationship between work stress factor and general characteristics

| Type          | Variable       | Partial R <sup>2</sup> | Model R <sup>2</sup> | F      | P      |
|---------------|----------------|------------------------|----------------------|--------|--------|
| Service       | Marital status | 0.0523                 | 0.0523               | 7.2822 | 0.0079 |
|               | Marital status | 0.0400                 | 0.0400               | 5.5264 | 0.0201 |
| Manufacturing | Income         | 0.0362                 | 0.0762               | 6.3175 | 0.0130 |
|               | Education      | 0.0027                 | 0.1032               | 3.6536 | 0.0579 |
| Total         | Marital status | 0.0326                 | 0.0326               | 9.4661 | 0.0023 |
|               | Income         | 0.0098                 | 0.0424               | 2.8533 | 0.0923 |

사회적 스트레스요인의 득점수를 인구 사회학적 특성에 관하여 단계적 중회기 분석한 결과를 요약하면 <표 8>과 같다. 서비스업에서는 결혼여부와 통근시간이 유의한 기여 요인으로써 그 기여율은 6% 이었다. 또 제조업에서는 월수입, 건강상태가 유의한 기여 요인이었으며 이들의 기여율은 14% 이었다.

전체 조사대상자에서도 월수입과 건강상태가 유의한

기여 요인으로써 그 기여율은 11% 이었다.

9. 개인적 스트레스요인과 인구 사회학적특성과의 관계

개인적 스트레스요인의 득점수를 인구 사회학적 특성에 관하여 단계적 중회기 분석한 결과를 요약하면 <표 9>과 같다.

서비스업에서는 연령, 결혼여부가 유의한 기여 요인



Table 8. Relationship between social stress factor and general characteristics

| Type          | Variable           | Partial R <sup>2</sup> | Model R <sup>2</sup> | F       | P      |
|---------------|--------------------|------------------------|----------------------|---------|--------|
| Service       | Marital status     | 0.0373                 | 0.0373               | 5.1187  | 0.0253 |
|               | Commuting distance | 0.0287                 | 0.0660               | 4.0326  | 0.0467 |
| Manufacturing | Income             | 0.0917                 | 0.0917               | 14.8382 | 0.0002 |
|               | Health status      | 0.0494                 | 0.1411               | 8.3967  | 0.0043 |
| Total         | Income             | 0.0807                 | 0.0807               | 24.6741 | 0.0001 |
|               | Health status      | 0.0357                 | 0.1164               | 11.3008 | 0.0009 |

Table 9. Relationship between personal stress factor and general characteristics

| Type          | Variable       | Partial R <sup>2</sup> | Model R <sup>2</sup> | F      | P      |
|---------------|----------------|------------------------|----------------------|--------|--------|
| Service       | Age            | 0.0639                 | 0.0639               | 9.0129 | 0.0032 |
|               | Marital status | 0.0014                 | 0.1253               | 2.3427 | 0.1283 |
| Manufacturing | Income         | 0.0233                 | 0.0233               | 3.5037 | 0.0632 |
|               | Education      | 0.0272                 | 0.0505               | 4.1769 | 0.0428 |
| Total         | Income         | 0.0282                 | 0.0282               | 8.1572 | 0.0046 |
|               | Education      | 0.0091                 | 0.0373               | 2.6504 | 0.1047 |

으로써 그 기여율은 12% 이었다. 또 제조업에서는 월 수입, 교육정도가 유의한 기여 요인이었으며 이들의 기여율은 5% 이었다.

전체 조사대상자에서도 월수입과 교육정도가 유의한 기여 요인으로써 기여율은 3.7% 이었다.

10. 불량한 정신건강과 직무상, 사회적, 개인적 스트레스요인과의 관계

불량한 정신건강의 득점수를 직무상, 사회적 및 개인적 스트레스요인에 관하여 단계적 중회기 분석한 결과는 <표 10>과 같다.

서비스업에서는 직무상 스트레스에 이어 개인적 스트레스가 유의한 기여 요인으로 나타났으며 이들의 기여율은 각각 51.1%와 9.7% 이었다. 제조업에서는 개인적 스트레스에 이어 직무상 스트레스가 유의한 기여 요인이었으며 이들의 기여율은 50.9%와 2.0% 이었

다. 전체 조사대상자에 있어서는 개인적 스트레스에 이어 직무상 스트레스가 유의한 기여 요인이었으며 이들의 기여율은 각각 51.0%와 5.0% 이었다.

IV. 고 찰

건강이란 단순히 질병이 없거나 허약하지 않은 상태를 의미하는 것이 아니라 신체적, 정신적, 사회적 안녕 상태를 말하며, 안녕은 일하는 사람의 능력, 욕구, 기대와 환경의 요구 및 기회와 합리적으로 조화된 동태적인 마음의 상태를 말한다. 그러므로 안녕은 근로생활의 보람의 개념과 밀접한 관련을 맺고 있으며 건강과 안녕은 사회과정이 행해지는 사회경제적, 문화적 환경에 영향을 받는다.

또한 인간은 자신의 생활을 유지하고, 자신을 개발, 실현하기 위한 수단으로 직업을 갖게 되며 직장생활을 하는 동안 누구나 특별히 직업 또는 직장과 관계하여

Table 10. Stepwise multiple regression of poor mental health indicator on work, social and personal stress factor

| Type          | Variable        | Partial R <sup>2</sup> | Model R <sup>2</sup> | F        | P      |
|---------------|-----------------|------------------------|----------------------|----------|--------|
| Service       | Work stress     | 0.5119                 | 0.5119               | 128.4332 | 0.0001 |
|               | Personal stress | 0.0973                 | 0.6092               | 32.6256  | 0.0001 |
| Manufacturing | Personal stress | 0.5089                 | 0.5089               | 152.2998 | 0.0001 |
|               | Work stress     | 0.0199                 | 0.5288               | 6.1558   | 0.0142 |
| Total         | Personal stress | 0.5101                 | 0.5101               | 292.5952 | 0.0001 |
|               | Work stress     | 0.0501                 | 0.5602               | 31.9145  | 0.0001 |

장래성, 안정성, 적응성, 동료들간의 대인관계에서 스트레스를 느끼는 데(Cross, 1970) 직업적 수행, 만족 및 직업과 관련된 스트레스는 최근 관심의 대상으로 등장했으며 이것은 직업적 스트레스증후군 또는 직업적 소진(job burnout)이라고 불리우고 있다.

이러한 스트레스에 대한 정의는 매우 다양한 "스트레스"라는 용어는 압력 또는 물리적 압력(physical strain)의 뜻으로 쓰여지기 시작했다. 17세기 경 그 의미는 공학이나 건축분야로부터 일반화되기 시작하여 '역경(hardship) 또는 곤란(adversity)'의 의미로 받아들여지기 시작했다(이부영 등, 1987). 그러나 이러한 스트레스 개념이 19세기 후반부터는 주관적 인식과 사회 행동적 측면에서 다양하게 연구됨에 따라 수많은 개념적 정의가 생긴 결과 용어자체에 혼란이 왔다(Howard와 Scott, 1980).

"스트레스"란 용어를 스트레스 생활사건 또는 스트레스 생활, 유해한 자극으로 표현을 하였고(Rapport, 1970) Mechanic과 Volcart(1961)는 스트레스를 특수한 상황에서의 인간의 불유쾌한 반응으로 보았다. 스트레스 반응은 정상적인 스트레스(eustress)와 고통스런 스트레스(distress)로 구분할 수 있으며, 정상적인 스트레스는 건강과 수행을 증가시키는 반면, 고통스러운 스트레스는 병적인 상태로 건강과 수행을 감소시킨다고 하였으며 또한, 생리적 용어로 스트레스를 정의하여 「신체의 소모율」 또는 「기능이나 손상에 의해 야기되는 모든 비 특이한 변화의 총합」이라고 하였으며 스트레스의 원인요소를 stressor로 명명하고 개인이 외부의 자극에 신체적으로 저항하기 위해 에너지를 방출하는 것이라고 하였다(Selye, 1976).

스트레스는 우리가 살고 있는 순간에도 어느 정도 갖고 있는 것으로서, 질병, 슬픔, 상실, 공포, 심지어 즐거움과도 연결되는 것이며 생물학적, 심리학적, 사회적으로 평형상태가 유지되지 못하여 긴장과 욕구불만 및 불유쾌함이 일어나는 상태라고 할 수 있으며, 긴장을 일으키는 역동적인 힘으로 정의했으며 내적 혹은 외적인 스트레스요인에 의해 생겨난 스트레스는 스트레스 상태로 발전하게 되며 이것은 개인이 감당할 수 있는 범위나 정도의 것이면 잘 적응하게 되나 대처에 실패하게 되면 부적응상태가 된다고 보았다(고성희, 1979).

더구나 사회가 현대화되어 갈수록 사회 환경의 속도가 빨라지면서 가치관과 생활 사이에서 혼란을 경험하면서 환경적응에 대한 스트레스가 증가하여 정신건강은

크게 위협받고 있으며, 그렇게 됨으로서 신체적 건강에도 장애를 초래하게 된다(이순남, 1991)고 하였다.

스트레스는 일상생활에서 일어나는 적응에 커다란 어려움이 없는 안정되고 반복적인 생활사건에 포함되는 직업에 대한 불만족, 이웃간의 문제 등은 만성적인 스트레스원으로서 이들이 축적되면 중요한 적응문제가 될 수 있다(김설자, 1983). 이에 대해 이소우(1984)는 스트레스란 어떤 반응을 일으킬 수 있는 요인으로써 일반적으로 생리, 심리, 사회적 체계에서 부과되는 환경적 자극과 개인 내부에서의 요구를 자신이 지각하는 상태이며 적응능력을 넘어설 때 경험되는 현상이라고 하였고, 양명석(1993)은 스트레스가 여러 개념이 내포된 복합적인 것으로서 일반적으로는 불안, 두려움, 불편감, 정서적 긴장, 죽음의 어려움 등의 의미를 상징하는 것으로 사용되고 있으며 인간이 어느 상태에 속하든지 올 수 있는 현상이며, 업무와 스트레스는 피할 수 없는 현상이라고 하였다. Vinocur와 Selzer(1975)는 질병 발생 이전에 경험한 새롭거나 평범하지 않은 생활사건과 상황이 관련된 것으로 보고 생활사건이 스트레스원으로 작용한다고 지적하였고 Kobassa(1979)는 스트레스를 느끼는 정도에 영향을 미치는 요인으로써 성격의 중요성을 강조하였다.

스트레스란 인간 개개인의 경험, 성격특성, 환경, 건강상태에 따라 적응을 잘 할 수 있고 더욱 심하게 스트레스를 느낄 수 있으므로 위협하고 심한 스트레스는 신체적, 정신적 건강문제를 유발시키므로 정신신체의 힘을 강화시키기 위하여 인지력을 높여 주고 스트레스 조절방법을 학습시키며 스트레스원을 줄여 주도록 하여야 하며(Maureen, 1981) 스트레스에 직면한 개인은 정신평형과 정신적 안녕을 유지하기 위하여 적응방법을 사용하게 되며 적절한 스트레스의 정도는 각 개인에게 유익할 수 있지만 지나친 스트레스는 질병으로부터 회복하는 데 역효과를 주므로(Bell, 1977) 개인이 감지하는 스트레스의 주관적인 느낌은 스트레스상황이 자신에게 어떤 의미가 있는가를 인지적 평가, 경쟁, 적격성에 대한 느낌, 사회적 지지의 유용성, 스트레스 상황의 예견 등이 좌절과 만족을 경험하게 되는 기준이 된다(이소우, 1984).

Dorenwend(1973)는 생활변화로 인한 적응요구는 바로 스트레스를 일으키는 것으로 보았으며, 스트레스를 일으키는 생활사건의 특성은 일반적으로 바람직하지 않은 사건과 위기사건의 변화에 초점을 두어 두 가지

개념으로 열거하였다. 전과 같은 자극을 경험하게 되는데 바로 이런 자극이 스트레스요인이 된다고 말하였고 황승숙(1989)은 심리적, 생리적, 사회적, 환경적 스트레스요인으로 오는 반응으로 개념화 하여 이 반응을 서로 연결되고 관련된 생리적 발현과 심리적 변화를 반영하는 기전이라고 하였다.

이정섭(1982)은 스트레스원에 대한 반응행동을 예측하고 통제하려면 변인고려가 필요한 것과 스트레스의 강도와 그에 대처하는 행동사이의 조화가 잘 이루어지지 않는 것이 문제라고 하였고, 스트레스의 성질, 동시에 대처해야 할 스트레스원의 수효, 스트레스원에 노출된 시간, 유사한 스트레스원에 노출되었던 과거경험 등을 사정하여 스트레스원에 대처 행동관리를 하여야 한다고 하였다. Mikhail(1985)은 개인마다 스트레스에 대한 반응에는 차이가 있으며 스트레스는 스트레스를 주는 상황에 대한 지각에 의하여 결정되고 스트레스의 정도는 개인이 대처할 수 있는 능력에 어느 정도 의존하게 된다는 것이 밝힘으로서 심리적인 차원의 스트레스를 주장하는 입장에서는 요구-역량 불균형(demand-capability imbalance)에 대한 인지적 평가의 중요성을 강조하게 되었다고 하였다.

Cross(1970)는 특별히 직업 또는 직장과 관련하여 직장에서의 안전성, 장래성, 적응성 등에 있어서의 스트레스가 곧 스트레스요인임을 밝혔고 직업 스트레스를 3가지 형태로 분류하여 조직적인 직업으로 인한 스트레스(실업, 낮은 봉급, 인식부족), 업무로 인한 스트레스(직업 불만족, 작업환경, 업무내용), 조직적 구조적 스트레스(사회 상호작용, 고립, 역할, 갈등) 등으로 분류하였다.

Locke(1976)는 직무에 따르는 스트레스요인으로 직무자체, 임금, 승진 및 기회, 안전성, 복지후생, 작업환경, 동료, 회사 경영방침을 들었다. 국제노동기구(ILO, 1993) 사무국이 발간한 세계노동보고서 '93에 의하면 스트레스가 20세기에서 가장 심각한 보건문제 중 하나가 되었고 개인의 육체적, 정신적 문제뿐만 아니라 사업주, 정부가 재정적인 손실을 평가해야 하는 문제이기도 하여 미국에서는 결근, 생산성 감소, 보상소송, 보험, 직접의료비 등으로 지출되는 비용이 연간 2,000억 달러에 이른다고 추정한 바 있으며 영국에서는 GNP의 10%가 스트레스로 인하여 지출되는 비용이라고 추산하고 있다고 보고한 바 있다. 또한 스트레스는 연령, 사회적, 지리적 여건 등과 광범위한 관계를

가지고 있으며 근로자의 5-10%는 이로 인한 문제를 안고 있으며 실제로 직장은 스트레스의 여러 원인을 가지고 있다고 하였다. 이와 같이 과도의 스트레스는 기업에 대한 영향도 지대한 것으로서 스트레스는 결근율, 생산성에 영향을 줄뿐 아니라 의료비와 산재보상비도 상승시키며 비생산적이기 쉽고 결근율이 높으며 직업을 전환하려는 경향이 많게 된다고 하였다(WHO, 1988).

Cooper와 Davidson(1981a)에 의하면 스트레스의 생활영역은 직무영역, 가정영역, 사회영역, 개인영역이며 직무, 가정, 사회의 환경요인은 개인에게 압박을 가하고 상호작용하므로 어느 한 영역에 속하는 스트레스 유발요인은 개인에게 영향을 미칠 뿐만 아니라 다른 영역에 속하는 스트레스 유발요인의 양상을 변화시킨다고 하였다.

그러므로 환경적 기회 및 요구 그리고 개인적 요구, 능력, 기대간의 상호작용과 불일치는 이에 대한 반응을 일으키게 되어 적응이 되지 않고 욕구가 충족되지 않고, 능력이 과대하게 또는 과소하게 활용될 경우에는 여러 가지 병인기제로 작용하여 인식적, 정서적, 행동적, 신체적 부분에서 발생하게 된다.

본 연구는 정신건강과 스트레스를 업종에 따라 비교 연구하여 건강증진을 위한 건강한 정신건강의 유지와 적절한 스트레스의 관리방안에 대한 연구를 하고자 하였다.

본 조사대상자의 일반적 특성은 서비스업에서는 연령 21-25세 미만이 42.5%, 미혼이 77.6%이었으며 근무경력은 1년 미만이 39.5%, 월수입은 310,000-400,000원이 36.4%로 가장 많았으며 제조업은 연령 21-25세 미만이 48.9%, 미혼이 79.9%이고 근무경력은 1년 미만이 48.9%, 월수입은 310,000-400,000원이 38.2%로 가장 많았고 두 업종 모두 연령이 낮음으로 인해 근무경력이 낮고 미혼이 대부분을 차지하고 있었다. 그러나 월수입은 현격한 차이를 보였다. 건강상태는 「월 1회 이상 결근 또는 조퇴한다」가 서비스업 81.3%, 제조업 51.3%로 서비스업이 높았다.

불량한 정신건강요인은 우울증, 불안장애, 공포장애 등의 신경증적 증세와 정신신체질환에 관한 내용이 주종을 이루며 두 업종 모두 「사소한 일에 걱정이 많다」의 항목이 가장 높은 점수를 나타냈으며 전체 평균 점수는 제조업이 더 높았다. 양호한 정신건강요인은 일상생활 속에서의 정서적 안정과 활기, 원만한 인간관계

및 창조적 태도 등으로 구성되어 있으며 두 업종 모두 「보다 나은 생활에 대한 포부가 있다」의 항목이 가장 높은 점수를 나타냈고 양호한 정신건강요인의 점수는 서비스업에서 더 높았다.

직무상 스트레스요인은 스스로에 대한 자신감과 작업량, 자율성 등의 직무 성격적 측면과 동료와의 인간 관계를 측정하도록 되어 있으며 서비스업에서는 「남보다 앞서 가기 위해 경쟁해야 한다」의 항목이 가장 높았고 제조업에서는 「일이 너무 단순하고, 반복적이고, 일상적이고 지루하다」의 항목이 가장 높았다. 전체 평균점수에서는 직무상 스트레스요인은 제조업에서 더 높은 점수를 나타내어 서비스업보다 제조업이 더 많은 직무상 스트레스를 느끼는 것으로 나타났다.

사회적 스트레스요인은 가족관계, 생활사건, 소외 등 개인이 속한 주변환경의 불안정성에 기인되는 측면과 역할 및 가치관의 갈등으로 인한 부조화에 관한 내용인데 두 업종 모두 「문제를 해결하고 나면 또 다른 문제가 생긴다」의 항목이 높았고 전체 평균점수는 역시 제조업에서 더 높은 점수를 나타냈다.

개인적 스트레스요인은 스스로를 경쟁하기 위해 노력하며 또한 도전받고 있는 것으로 묘사되는 A형 행동 유형과 불안요인이 제거된 후에도 계속적으로 스트레스를 경험하는 불안반응형 성격으로 구성되어 있으며 두 업종 모두 「가능한 한 일을 빨리 하기를 좋아한다」 항목이 가장 높았고 역시 제조업에서 더 높은 점수를 나타냈다.

이상과 같이 불량한 정신건강요인은 제조업에서, 양호한 정신건강요인은 서비스업에서 높은 점수를 나타냈으며 직무상, 사회적, 개인적 스트레스요인은 모두 제조업에서 더 높은 점수를 나타냈는데 이것은 Cooper와 Davidson(1981a)의 연구에서와 같이 열악한 신체적 근무조건, 교대근무, 업무과다, 업무과소, 신체적 위협, 폐적한 작업환경과 직무만족 등이 스트레스의 원인이 되는 것임을 알 수 있다.

직무상, 사회적, 개인적 스트레스요인과 인구사회학적특성과의 비교에서는 직무상 스트레스요인은 결혼상태와 월수입이, 사회적 스트레스요인은 월수입과 건강상태가 유의한 기여 요인이었고 개인적 스트레스요인은 월수입과 교육정도가 유의한 기여 요인으로써 월수입은 각각의 항목에서 스트레스를 유발하는 요인으로 기여함을 알 수 있다. 또한 불량한 정신건강에는 개인적 스트레스와 직무상 스트레스가 유의한 기여 요인이

었다.

이는 스트레스에 결혼여부가 영향을 미친다고 한 Uhlenhuth와 Paykel(1973), Payne(1975), Jalowiec와 Powers(1981)의 보고 및 사회 경제상태가 스트레스에 영향을 미친다고 한 Dorenwend(1973)의 연구 결과와도 유사하다고 하겠다.

정옥영과 장연강(1985)의 연구에서도 40-60세의 중년여성의 피로도에 영향을 주는 요인이 교육정도, 직업, 월수입, 문화수준, 신체적 상태, 결혼 만족도라고 보고하고 있으며, Bell(1977), Pearlin과 Schooler(1978)는 연령과 성별, Meyer 들(1975), Jalowiec와 Powers(1981)는 결혼여부와 직업, Meyer 들(1975), Pearlin과 Schooler(1978)는 경제정도와 스트레스 대처방법과 관련이 있다고 보고하였는데, 본 연구에서도 스트레스와 월수입의 관계에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다.

위의 결과와 같이 총 스트레스량은 직업의 유형에 따라 유의한 차이가 있어 제조업에서 더욱 높은 값을 부여하였으며, 사회 경제상태와는 역상관계를 나타내어 사회 경제상태가 낮을수록 총 스트레스량은 높았다.

최근 자동화에 기인한 전자기기의 도입에 의한 근로자의 스트레스 관련 질병과 직장부적응에 기인한 피로의 예가 증가하고 있으며 근로자의 정신건강문제는 주요한 문제로 대두되고 있다. 또한 근로자가 일하는 직장에서 근로자 자신의 힘만으로는 제거할 수 없는 건강장애 요인, 스트레스 요인 등이 존재하기 때문에 정신건강대책의 필요성이 증대되고 있으며 이전에는 정신장애자의 조기발견, 조기치료에 초점을 두어 왔으나 오늘날에는 스트레스로 인한 직장부적응의 증가로 인해 모든 직장근로자의 정신적 건강을 유지, 증진시키는 것이 목표가 되고 있고 이를 위해 일본(高田와 野尻山, 1991)에서는 종합건강증진(total health promotion)의 제도적 기반을 조성하여 단위 사업장 별로 정신건강 부분은 심리상담원을 통해 스트레스에 대한 주의환기 및 원조, 이완요법(relaxation)지도, 원활한 직장분위기 조성 등을 실시하고 있다.

정부에서도 지난 1990년 산업안전보건법을 개정하여 근로자의 안전과 건강을 위해 산업장내에 안전보건체계를 확립하고 필수적인 산업안전 보건활동을 전개하도록 하였으며 근로자의 건강증진을 지도하기 위해 고혈압 관리, 스트레스 관리 등 건강관리를 위한 자료를 개발, 보급할 계획이라고 한다(노동부, 1992a). 현재

한국산업안전공단에서 근로자 건강증진을 위한 보건관리자 workshop을 개최하고 기법을 보급하고 있는데 이는 산업이 발전하고 사회가 다양화되면서 그 중요성이 부각되기 때문이며 이에 대한 연구는 건강증진 프로그램 개발을 위한 가장 일차적인 단계라고 생각된다.

산업장 근로자들의 정신건강관리는 건강유지, 증진의 기초가 되며 근로자의 좋은 건강이 있을 때 노동력을 건전하게 확보하고 잘 조정할 수 있다고 본다. 사업주 입장에서 본다면 근로자의 정신적, 신체적 건강이란 생산성과 불가분의 관계를 가지고 있으므로 생산성의 제고는 근로자의 건강없이는 생각할 수 없으며 작업능력 및 생산성의 향상, 산업재해예방 등과 더 나아가 사회복지나 안녕을 위해서도 매우 중요한 과제가 되므로 이들에 대한 위기조정은 시급한 문제가 될 수 있다. 따라서 산업장 근로자들의 정신건강관리를 위한 산업 간호사의 역할 역시 매우 중요하게 요구되고 있다고 본다.

이상의 결과를 종합해 볼 때, 산업사회가 급변함에 따라 근로자들의 건강에 대한 인식 및 요구가 높아져 가는 이 시기에, 간호사가 근로자들의 정신건강관리 및 건강증진관리에 적극적으로 대처해 가기 위해서는 각각의 스트레스에 따른 원인이 되는 요인들을 분석하여서 실질적인 건강관리 및 스트레스 관리에 반영이 될 수 있어야 한다고 본다.

또한 국가와 회사차원의 전략의 필요성이 강조되어야 하며, 스트레스를 유발하는 문제는 사라지지 않을 것이지만 전면적, 다중적 원리, 여러 작업장의 환경요인에서 스트레스 예방을 위한 노력이 다각적으로 모색되어야 한다고 본다.

본 연구의 제한점은 서울시와 경기도 K군의 일개 서비스업과 제조업을 임의로 선정하였으므로 전체 한국 도시 여성근로자에게 일반화할 수 없으며 생산성의 차질로 인해 작업시간의 할애를 허용하지 않으려는 관리자 등의 비협조로 합리적인 표집 선택이 어려웠고 또한 구체적인 선행연구가 없어 타 문헌과 비교연구하지 못하였다는 점이다.

이상에서 언급한 조사성적은 앞으로 산업장 여성근로자들의 정신건강과 스트레스의 연구와 관리에 기초자료로 사용될 수 있을 것이라 생각되며 철저한 요인분석과 효율적인 스트레스 대처방법에 대한 계속적인 연구가 이루어졌으면 하는 바램이다.

V. 요약 및 결론

여성 근로자의 정신건강 상태와 스트레스요인과의 관계를 규명할 목적으로 서울시 소재 서비스업(134명)과 경기도 소재 제조업(149명)의 근로자를 대상으로 1994년 1월 1주일간 Osterman과 Gutierrez(1993)의 정신건강 및 스트레스요인 측정도구를 이용하여 설문조사를 실시하여 다음과 같은 결과를 얻었다.

1. 불량한 정신건강의 지표는 서비스업과 제조업 사이에 유의한 차이를 보이지 않았다. 그러나 양호한 정신건강의 지표는 서비스업이 제조업보다 유의하게 높았다.
2. 직무상 스트레스와 사회적 스트레스는 제조업이 서비스업 보다 유의하게 높았으나 개인적 스트레스는 업종간에 유의한 차이를 보이지 않았다.
3. 직무상 스트레스에 있어 유의한 기여 요인은 결혼여부이었고 사회적 스트레스와 개인적 스트레스에 있어서는 월수입이었다.
4. 불량한 정신건강에 대한 가장 큰 기여 영향 요인은 개인적 스트레스와 직무상 스트레스이었다. 그러나 업종별로 가장 큰 기여요인은 서비스업에서도 직무상 스트레스이었고, 제조업에서는 개인적 스트레스이었다.

참 고 문 헌

고성희 (1979). 정신질환자와 비정신질환자의 스트레스 및 극 적응방법에 대한 비교연구. 이화여자대학교 석사논문.

高田助, 野見山 一生 (1991). 産業醫活動マニュアル. 東京, 醫學書院.

김길자 (1983). 스트레스 생활사건, 통제위성격 및 건강상태와의 상관관계 연구. 연세대학교 대학원 석사논문.

노동부 (1992a). '91 근로자 건강진단실시결과 집계분석.

노동부 (1992b). 노동통계연감. 서울, 노동부.

양명석 (1993). 간호사들이 근무중에 경험하는 스트레스와 관련요인. 가톨릭대학교 산업보건대학원 석사논문.

이부영 외 14인 (1987). 행동과학. p.157-166. 서울대학교 의과대학 출판부.

이소우 (1984). 간호직과 스트레스. 대한간호, 23, 25-29.

- 이순남 (1991). 생활사건에 의한 스트레스와 대처방법에 관한 연구 -일부전방부대 군인가족 주부를 대상으로-. 서울대학교 보건대학원 석사논문.
- 이정섭 (1982). 성장과정과 관련된 스트레스 개념의 연구와 실제적용. 중앙의학, 42, 180-181.
- 정옥영과 정연강 (1985). 중년여성의 피로요인에 대한 탐색적 연구. 중앙의대지, 10, 143-158.
- 황승숙 (1989). 임상간호사의 지각된 사회적 지지와 업무수행 중 경험하는 스트레스유형 및 정도와의 관계연구. 한양대학교 대학원 석사논문.
- Bell, J. M. (1977). Stressful life events and coping method in mental-illness and wellness behavior. Nursing Res., 26, 136-141.
- Cooper, C. L., & Davidson, M. Z. (1981a). Sources of stress at work and their relation to stressors in non-working environments. In Psychosocial Factors at Work and Their Relation to Health, ed. Kalimo Rajja et al. p.99-111, Geneva, WHO.
- Cooper, C. L., & Davidson, M. Z. (1981b). A model of occupational stress. J. Occup. Med., 23, 564-574.
- Cross, E. (1970). Work Organization and Stress, Social Stress, p.20-100, Chicago, Aldine Pub Co.
- Dorhenwend, B. S. (1973). Social status and stressful life events. J. Personality Soc. Psy., 28, 225-235.
- Forssman, S. (1983). Occupational health. In ILO Encyclopedia of Occupational Health and Safety, 3rd ed., Geneva, ILO.
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjusting rating scale. J. Psychosom. Res., 11, 213-218.
- Howard, A., & Scott, R. A. (1980). A Proposed Framework for the Analysis of Stress in the human organism. Theoretical Components of Nursing, P.97, Massachusetts, Ginn Custom Publishing.
- ILO (1993). World Labour Report. Geneva, I.L.O.
- Jalowiec, A., & Powers, M. J. (1981). Stress and coping in hypertensive and emergency room patients. Nursing Res., 30, 1.
- Kobassa, S. C. (1979). Stressful life events, personality and health, an inquiry into hardiness. J. Per. Soc. Psy., 37, 1-11.
- LaDou, J. (1990). Occupational Medicine. p.467-480. California, Appleton & Lange.
- Lambo, T. A. (1983). Mental health. In ILO Encyclopedic of Occupational Health and Safety, 3rd ed., Geneva, ILO.
- Levi, L. (1983). Stress. In ILO Encyclopedic of Occupational Health and Safety, 3rd ed., Geneva, ILO.
- Lloyd-Davies, T. A. (1957). The Practice of Industrial Medicine. London, Churchill.
- Locke, E. (1976). The Nature and Cause of Job Satisfaction. Hand Book of Industrial and Organization Psychology, p.111-140. Chicago, Rand Menally Collage Pub. Co.
- Maureen, M. (1981). Stress management classes : a health promotion tool. The Canadian Nurses, 776, 29-31.
- Mechanics, D., & Volcart, E. H. (1961). Stress illness behavior and sick role. J. Am. Soc. Rev., 26, 51-58.
- Meyers, J. K., Lindenthal, J. J. and Pepper, M. M. (1975). Life events, social integration and psychiatric symptomatology. Journal of Health and social behavior, 12, 421-426.
- Mikhail, A. (1985). Stress and Coping. 2nd Ed. New York, Colombia University Press, p.30-39.
- Osterman, R. F., & Gutierrez, R. E. (1993). 산업인력의 정신건강과 스트레스의 측정변수에 대한 타당성 평가. p.79-87, 서울, 한국생산성본부.
- Payne, R. L. (1975). Recent life change and the reporting of psychological states. J. Psychosom. Res., 19, 99-103.
- Pearlin, L. I., & Schooler, C. (1978). The structure of coping. J. Health Soc. Behav., 19, 2-21.

Rapport, L. (1970). Crisis Intervention as a Mode of Brief Treatment. Theories of Social Casework, R. W. Roberts and R. H. Nee(eds.), University of Chicago press, 272.

Selye, H. (1976). The Stress of Life. p.118-127, New York, McGraw-Hill Co.

Uhlenhuth, E. H., & Paykel, E. S. (1973). Symptom intensity and life events. Arch. Gen. Psychiat., 28, 273-278.

Vinocur, A., & Selzer, M. L. (1975). Desirable vs. undesirable life events, their relationship to stress and mental illness. 32, 329-337.

WHO (1988). Health Promotion for Working Populations. Expert committee, p.26-29. Geneva, W.H.O.

- Abstract -

Key concept : Female worker, Stress

## Mental Stress and Stress Factors of Female Workers

*Ahn, Min Seon\**

For the purpose of disclosing the mental health status as well as its stress factors of female workers in industry, a questionnaire survey was carried out on 283 female workers,

namely, 134 of a service industry(department store) in seoul and 149 of a manufacturing industry(food) in Kyunggi-do district from 24 to 29 January, 1994.

The result were as follows :

1. The mean scores of poor mental health indicator showed no significant difference between service industry and manufacturing industry, while the mean scores of good mental health indicator showed a significant difference between those two industries.
2. The mean scores of work stress as social stress factors showed a significant difference between service industry and manufacturing industry. However, no significant difference was observed between the mean scores of personal stress factor between those two industries.
3. In general, the work stress factor was more significantly contributed by marital status, while the social stress as well as the personal stress factor were contributed more by monthly income.
4. The major contributing factor to the poor mental health was the personal stress factor in general, followed by the work stress factor. However, the weight of these two stress factors was reversed according to the type of industries.

---

\* Department of Occupational Health Nursing, Graduate School of Occupational Health, Catholic University, Seoul, Korea