

■ 시면보수교육 ■

# 국내 스트레스 관련 논문의 현황

본회 출판홍보위원회

## 들어가는 말

한국교육학술정보원에서 제공하는 학술연구정보서비스의 학위논문검색으로 2005년 9월 현재 학위논문 중 제목에 '직무스트레스'로 들어 가는 논문을 검색한 결과 논문 수는 모두 734편이었다.

최초의 논문은 1985년 도서관 사서의 직무스트레스를 분석한 논문이었고 두 번째가 보건진료원의 역할스트레스에 대한 것이었다. 연도별로 1985년부터 1990년까지는 19개 논문이 있었고 1991년부터 1995년은 45편이었으며 1996년부터 2000년 사이에 93편의 논문으로 수적 증가를 보였다. 그 이후 2001년 한해만 직무스트레스를 다룬 학위논문이 35편이었고 2002년은 54편, 2003년은 62편, 2004년은 75편으로 2005년 1학기에 9편의 논문이 발간되었다.

학위논문의 수적 증가에서 보듯 학계에서 직무스트레스에 대한 관심이 증가하고 있음을 알 수 있다. 본 글은 '직무스트레스'가 제목에 들어간 학위논문의 수적, 내용적 분석을 통하여 우리나라의 직무스트레스 관련

연구 동향을 파악하고 앞으로 연구 방향을 제시하고자 한다.

## 본말

1985년 최초의 학위논문 이래로 직무스트레스에 대한 학위 논문은 증가하였다. 그러나 내용을 볼 때 직무스트레스에 대한 연구 동향이 특정 직종 특히 전문직에 치중하였음을 알 수 있다. 한해 논문수가 가장 많은 2004년을 경우 전체 75편 논문 중에서 교사의 직무스트레스를 다룬 논문이 30편이었고 간호사를 대상으로 한 논문이 11편 공무원의 직무스트레스는 경찰 소방공무원을 포함하여 약 9편, 그 외 유통원종사자, 경호원, 생산직 근로자, 사회복지사, 골프경기보조원, 항공사 승무원, 직업무용수, 태권도지도자, 카지노직원, 헬기조종사, 산업체상담원을 대상으로 한 논문이 1 혹은 2편이었다.

연구 대상에서 보듯 직무스트레스 연구의 주 대상이 간호사를 포함한 전문직종이 대부분을 차지한 사실에서 전문직인 연구자가 본인이 속한 집단을 대상으로 직무스트레스를

연구를 한 경우가 대부분임을 알 수 있다. 즉 생산직 근로자가 대상으로 한 연구가 적다거나 직무스트레스가 많은 기업의 중간관리자 혹은 최고관리자가 대상으로 된 사례는 전혀 없다는 사실에서 산업장에서 대상자의 직무스트레스를 통한 건강관리차원에서 이루어진 연구가 활성화되지 않음을 알 수 있다.

국내 직무스트레스의 연구 동향을 파악하기 위하여 서비스산업과 직무스트레스, 여성 근로자의 직무스트레스, 산업재해와 직무스트레스, 건강증진과 직무스트레스 등 직무스트레스와 산업보건 주제에 관한 몇 편의 논문을 소개하고자 한다.

### 서비스업종의 직무스트레스와 직무만족

최은, 류재숙, 이승곤(2004년)은 현대에서 대표적인 서비스업종으로 인지되는 항공산업 근로자를 대상으로 직무스트레스의 요인과 직무만족을 조사하였다. 연구 결과를 토대로 몇가지 문제점을 중심으로 한 분석과 시사점은 다음과 같다. 첫째, 객실 승무원이 느끼는 직무스트레스의 요인중에서 직무자체에 대한 스트레스가 성별, 연령, 근무년수, 직급 등 개인적 특성에 영향을 미치는 정도 중 가장 많은 영향을 미친다고 하였다. 이는 비행근무 자체가 모든 객실 승무원들에게 많은 스트레스로 작용하며 직무자체에서 오는 스트레스를 줄이기 위한 효율적인 비행시간 및 휴가의 활용이라고 제시하였다. 둘째, 객실 승무원이 느끼는 직무만족의 요인중에서 도전성 요인이 승무원들의 개인적인 특성에 가장 많은 영향을 준다고 하였다. 객실 승무원의 직무만족을 위해서는 승무원의 업무를 창의적으로 수행할 수 있고, 동료들과의 건설적인 비판을 통해 업무를 개선할 수

있는 자유로운 의견개진을 위한 시간 및 공간의 마련이 필요하다고 하였다. 셋째, 객실 승무원의 직무만족에 부정적 영향을 미치는 직무스트레스 요인으로는 직무자체 요인과 경력개발 요인이며 이러한 스트레스를 해소하거나 줄이기 위해서는 자아를 발전시킬 수 있도록 교육프로그램 개발 및 제시, 매너리즘에 빠지지 않도록 지속적인 학습문화 시스템 구축, 경력승무원에 대한 배려 등으로 만족감을 이끌어 내야 한다고 하였다.

### 직무스트레스의 요인

서장훈과 유지철(2003)은 사례분석을 통하여 직무스트레스의 요인을 분석하고 직무스트레스와 직무태도 및 직무만족의 상관성을 분석하고자 하였다. 연구 결과 직무만족에 끼치는 요인은 직무환경과 관련되어 발생하는 스트레스 요인이라고 요약하였다. 그러나 연구자의 연구목적에 따라 다양성을 보이고 있고, 직무스트레스 요인을 선정하는데는 연구관점이나 연구대상을 어디에 맞추느냐에 따라 일정치 않으며, 선행연구에서도 일치된 견해가 없기 때문에 명확한 결론을 내리기는 어렵다고 하면서 주요 직무스트레스 요인들은 상호 의존관계가 있어 어떤 요인만으로 직무스트레스를 해결하는 것보다는 여러 요소를 동시에 해결할 수 있는 종합적 방안이 모색되어야 한다는 것을 의미한다고 지적하였다. 특히 직무스트레스 원인은 첫째, 개인적 수준에서는 직무스트레스로 인한 고통과 문제점을 인식하고 있고 때로는 호소하기도 하지만, 조직적 차원에서 공개적으로 인정하고 합리적으로 해결하려는 노력이 이루어지지 못하고 있으며 둘째, 아직 많은 회사에서는 직무스트레스를 각 종업원들이 알아서 해결할 문제이고 심각한 경우에는 사람을 바꾸

면 되는 정도로 인식하고 있으며 셋째, 많은 사람이 직무스트레스를 경험적으로 느끼고 는 있지만, 그 내용은 실로 다양한 요소로 구성되며 사회문화적 요인이 깊이 관련되기 때문에 형식적인 접근방법만으로는 한계가 있고 다양한 분야의 종합적 시각에서의 평가 방안이 필요하고 넷째, 개인과 조직이 경험 하는 직무스트레스의 내용을 파악하고 효과 적으로 관리할 수 있는 인력과 프로그램이 준비되어 있지 못하고 있고, 다섯째, 직무스 트레스요인은 불규칙하게 작용하고 나타나 는 것에 대한 실시간 관리감독이 소홀하기 때문이라고 주장하였다. 결론적으로 직무스 트레스에 영향을 주는 모든 요인들을 한꺼번 에 개선하는 것은 현실적으로 무리이기 때문 에 가장 중요한 변수로 작용되는 요인들에 대한 직무스트레스를 과학적으로 평가할 수 있는 직무설계방법을 각각의 기업형에 맞게 고안하고, 인사담당자 및 회사의 경영진의 인식 수준을 제고할 접근 경로를 모색하며, 변화하거나 새로이 발생 할 수 있는 직무스 트레스 요인들을 조직적 차원과 개인적 차원 모두에서 통합적으로 효과적인 실시간 관찰 (Monitoring) 방법을 적용하려는 노력이 필요 하다고 하였다.

### 직무스트레스와 건강증진행위

권구영, 김용석(2003)은 '직장인의 직무 스 트레스와 직무 수행간의 관계에서 음주 및 음주하위문화의 매개효과에 관한 연구'에서 음주의 주요 원인으로 다루어졌던 개인적 요 인으로서의 직무 스트레스와 함께 그간 간과 되어왔던 환경적 요인으로서의 음주 하위문 화에 대한 포괄적인 고려를 통해 인과 구조 를 밝히고자 하였다. 연구 결과 음주 하위문 화는 직무 스트레스에 의해 발달되며, 음주

하위문화는 음주를 증가시키는 주요 요인이 고 이의 영향을 받는 음주는 직무 수행을 저 하시키는 주요 요인이라고 하였다. 그간 유 의하지 않은 것으로 밝혀졌던 직무 스트레스 에서 음주로 이어지는 경로가 음주 하위문화 의 매개효과를 통해 유의해졌고, 이에 따라 직무 스트레스에서 직무수행으로 이어지는 일련의 경로가 음주 및 음주 하위문화를 매 개로 통계적으로 유의한 수준에서 성립되다 는 것이다. 이러한 연구 결과를 기초로 연구 자는 산업 현장에서 직무 스트레스에만 초점 을 두고, 직무 스트레스의 직무 수행에 대한 부정적 영향을 제거하기 위해 수행되었던 직 무 스트레스의 관리 및 제거, 직무 스트레스 에 대한 개인의 대처 능력 향상이라는 단편 적 개입이 이루어졌던 그간의 노력이 큰 효 과를 발휘하지 못한 이유는, 실제 이들간의 관계를 명확하게 해주는 주요 요인을 누락해 왔기 때문이라는 주장하면서, 미흡하게 이루 어졌던 건강증진사업도 음주 문제에 대한 개 입도 개인적인 요인에만 초점을 두고 수행되 어 왔을 뿐 개인의 음주 통제 및 조절에 영 향을 미치는 강력한 영향력을 가진 환경적 요인으로서 직장 내 음주 하위문화가 고려되 지 못하였기 때문이라고 주장하였다.

### 여성근로자의 직무스트레스

김광숙(2003)은 기혼 여성 근로자의 직무 스트레스 관련 요인을 확인함으로써 산업장 여성 근로자들의 건강증진업무를 담당하고 있는 산업간호사가 근로자의 요구에 맞는 상담 및 스트레스관리 프로그램을 계획하고 이를 적용하기 위한 기초자료를 제공하고자 여성근로자의 직무스트레스와 관련요인을 분석하는 연구를 하였다. 연구의 결과를 기혼 여성근로자의 직무스트레스 정도를 5개의 하

위범주로 나누어 분석한 결과 '작업환경' 영역에서 스트레스 정도가 가장 높았으며 개인적 특성 중 연령, 결혼년수, 월 급여액, 행동 유형, 월경전후 불편감, 흡연 및 음주 여부에 따라 직무스트레스 정도에 유의한 차이가 있다고 하였다. 직업관련 특성 중 근무형태, 직업의 안정성, 근무시간에 따라 직무스트레스 정도에 유의한 차이가 있으며 현재 미취학 자녀를 둔 근로자 그룹에서 미취학 자녀를 두지 않는 근로자 그룹에 비해 직무스트레스가 유의하게 높고 사회적지지 많으면 직무스트레스가 감소한다고 하였다. 연구 결과를 기초로 통해 기혼 여성근로자의 특성에 맞는 구체적이고 개별화된 스트레스관리 프로그램 계획 및 적용이 필요하고 근로자의 건강 행위 양상과 스트레스와의 구체적인 관계, 행동유형별 스트레스 인지의 차이를 규명하는 연구가 계속 이루어져야 하며 사업장 관리자와의 협력을 통해 이상의 건강사업 진행과 복지방안이 마련될 수 있도록 노력하여야 한다고 하였다.

### 사무직의 직무스트레스

탁진국, 이강숙, 홍현숙(2002) 사무직을 대상으로 직급에 따른 직무스트레스에 미치는 요인을 분석하였다. 연구 결과 각 직무스트레스원들은 비교적 서로 독립적인 작용을 하는 것으로 판단되었으며, 두 집단을 비교해 보았을 때 관리자 집단에서는 역할 과다, 직무불안정, 그리고 일-가족 갈등이, 일반사원 집단에서는 역할갈등, 적성불일치, 의사결정 참여, 그리고 승진문제가 유의한 직무스트레스원으로는 관리자 집단의 경우, 적성불일치, 직무불안정, 그리고 일-가족 갈등인 것에 비해 일반사원 집단에 있어서는 역할과소, 동료만족, 그리고 환경문제가 직무스트레스에

중요한 영향을 미친다고 하였다. 이와 같은 결과로 직급에 따라 직무스트레스에 미치는 요인에 차이가 있음을 보여주는 것이며, 향후에는 이러한 기초자료를 통해 생산직과의 비교 및 근로자 직급에 맞는 직무스트레스 관리와 조직적 차원에서의 예방 방안에 대한 연구가 필요하다고 하였다.

### 산업재해와 직무스트레스

정선아 등(2001)은 환자-교차 대조군 연구를 적용한 산업재해 발생의 단기적 영향 요인을 분석하였다. 연구 결과 직장 이전과 업무량의 갑작스런 증가는 그러한 상황이 발생하였을 때 1주일 이내에 재해의 발생을 각각 5.5배와 3.1배 증가시켰다고 하였다. 즉 산업재해를 줄이기 위해서는 안전교육의 강화가 강조되어야 할 것이며 특히 새로 입사하는 근로자들에게는 일정 기간동안 사업장의 특성을 고려한 재해예방교육이 필요하고, 갑자기 과다한 업무량이 부과되는 것을 방지할 수 있도록 관리적인 대책과 근로자들의 능력 향상을 위한 충분한 직, 간접적인 보상이 이루어 지도록 하여야 한다고 주장하였다.

### 정신건강과 직무스트레스

박명숙(2003)은 비교적 과중한 업무에 종사하고 있다고 여겨지는 시멘트 제조업 종사자들의 정신건강을 파악하고 정신건강과 관련된 요인을 개인적, 직무상 스트레스, 직무상, 사회적, 개인적 지원요인과 관련하여 검토하였다. 다른 대상에 비해 정신건강 수준과 직무스트레스 수준모두가 높았고, 개인적 스트레스는 비슷하게 나타난 반면 직무상 지원요인과 개인적 지원요인은 낮게 나타났다. 일반적 특성별 정신건강은 가족수가 많을수

록, 주거형태가 자택일 경우 정신건강이 더 좋은 것으로 나타났으며, 직무상 특성별로는 직무내용의 생산직과 산업재해경험이 있는 사람의 경우 정신건강 수준이 낮다고 하였다. 정신건강과 제 척도와의 상관계수를 보면 개인적·직무상 스트레스 정도가 낮을수록 정신건강정도가 좋다고 보고하였다. 직무상 특성별로는 직무내용의 정비직과 산업재해 경험이 있는 사람의 경우 직무스트레스 정도가 높았다고 하였다. 정신건강을 종속변수로 한 다중회귀분석 결과, 정신건강에 영향을 미치는 변수로 추출된 것은 개인적 스트레스요인, 직무상 스트레스요인, 개인적 지원요인, 가족수, 산업재해경험, 직무내용이 개인 및 직무스트레스가 적을수록, 개인 지원정도가 양호할수록, 가족수가 많을수록, 산업재해경험이 없는 경우 정신건강정도가 양호하였고, 생산직에 종사하는 사람의 경우 정신건강 수준이 사무직보다 낮다고 하였다.

## 맺는 말

국내 학위논문에서 나타난 직무스트레스와

연구 동향을 파악하고 직무스트레스 관련 연구를 관련요인별로 대표적 연구를 검토한 결과 국내 직무스트레스 연구의 문제점을 두가지 측면에서 지적할 수 있겠다. 첫째는 연구 대상이 근로자 중 특수층만을 대상으로 이루어졌다는 것이고 두번째는 직무스트레스 연구가 직무 만족, 이직, 탈진 등 근무상황과 연관성을 다룬 연구가 주를 이루었다는 것이다. 즉 건강문제의 원인으로 직무스트레스를 다룬 연구가 부족하다는 것이다.

이에 연구 대상을 근로자 특히 생산직 및 건설업 등 산업재해 및 직업병의 발생이 많은 대상 및 기업의 중간관리자를 포함한 관리자로 확대하고 연구 주제도 건강문제의 원인으로 직무스트레스를 보는 접근이 필요하겠다. 이를 위하여 현장에서 근로자의 건강문제를 가장 가까이 접하는 산업간호사가 직무스트레스에 관심을 높혀 근로자 건강문제의 위험요인으로 직무스트레스를 파악하고 관리하는 프로그램 개발에 앞장서야 하겠다.

## 참고문헌

- 최은, 류재숙, 이승곤(2004년), 컨벤션연구 제4권 제3호(통권 제8호) 183-210.  
 서장훈, 유지철(2003), 직무스트레스에 따른 직무만족 요인 조사연구, 안전경영과학회지 제5권 4호, 195-208.  
 권구영(2003), 직장인의 직무 스트레스와 직무 수행간의 관계에서 음주 및 음주하위문화의 매개효과에 관한 연구, 가톨릭대학교, 사회복지대학원 박사학위 논문.  
 김광숙(2003), 생산직 기혼 여성근로자의 직무스트레스 및 관련요인, 한국보건간호학회지 제17권 제 2호, 212-223  
 탁진국, 이강숙, 홍현숙(2002), 사무직 직급에 따른 직무스트레스에 미치는 요인, 예방의학회지 35(2):160-168.  
 정선아, 이종태, 원종욱, 노재훈(2001), 환자-교차 대조군 연구를 적용한 산업재해 발생의 단기적 영향 요인, 예방의학회지 제34권 제1호, 35-40.  
 학술연구정보서비스(2005. 9), 전국대학소장 학위논문, 한국교육학술정보원.