

철강회사 남성 근로자의 직무스트레스, 우울, 건강관련 행위, A형 성격과의 관련성

A Study on the Correlation among Occupational Stress, Depression,
Health-Related Behavior and Type A Behavior Patterns of Male Workers
at a Steel Factory

장 인 순*

I. 서 론

1. 연구의 필요성

전문화 다원화되는 현대사회를 살아가는 근로자의 삶은 스트레스의 연속이라고 할 수 있다. 특히 최근 노동환경의 급격한 변화에 따라 근로자들은 직무와 관련된 극심한 스트레스를 경험하고 있다. 과거에는 생산성을 높이는 데만 치우쳐서 등한시했던 근로자의 건강관련이 점차 중요한 사회경제 문제로 인식되고 있다. 건전한 노동력은 근로자의 건강유지 및 증진과 양호한 영양상태에서 비롯되며 이는 산업분야에서 생산성 및 품질의 향상을 가져오므로 근로자의 건강은 국가 경제 발전과 직결되는 중요한 일이라 할 수 있다(이명선, 1999).

미국의 경우 근로자의 40% 정도가 직무와 관련하여 스트레스를 받고 있는 것으로 보고되었으며(NIOSH, 1999), 장세진 등(2005)의 연구에서는 우리나라 254개 사업체 근로자 6,977명을 대상으로 조사한 결과, 전체적으로 건강군이 331명(5%), 잠재적 스트레스군이 4,541명(73%), 고위험 스트레스군이 1,346명(22%)으로 직장인의 스트레스 정도가 심각함을 나타내었다.

직무스트레스란 직무요건이 근로자의 능력이나 자원 또는 근로자의 요구와 일치되지 않을 때 발생하는 신체적, 정신적 반응으로 정의할 수 있다(NIOSH, 1999). 스트레스는 직장인 개개인에게는 직무 만족도 저하, 결근, 재해, 자발적 실업 등으로 이어져 사회 부적응과 같은 사회적 문제와 건강악화로 인한 의료비의 증가와 삶의 질을 떨어뜨리며, 사업주에게는 재해 및 사고 증가로 인한 비용의 손실 및 부담 그리고 생산성 저하를 유발시켜 경영 악화나 도산으로 이어지게 되며, 지역사회나 국가적인 차원에서는 경쟁력 하락으로 인한 국가 및 지역사회 발전저해 등의 부정적인 결과를 초래하게 된다(장세진 등, 2005). 신체적으로 스트레스는 다양한 증상 및 정신신체질환 그리고 행동적 문제를 유발하며 정신적으로 불안 및 우울증 등을 야기하며 일차진료를 받는 환자의 70%에서 스트레스가 원인이 되는 건강문제를 호소하고, 환자가 경험하는 질병은 다시 스트레스를 가중시킨다(고희정, 2000). 박규철 등(2008)의 연구에서도 직무스트레스가 높은 군에서 우울, 불안, 스트레스 증상의 발생이 높게 나타났고, Wang 등(2009)의 연구에서는 직무스트레스는 우울의 위험을 높이고, 주관적 건강상태는 우울의 주요한 예측요소이며 직무 스트레스와 우울사이에서 중요한 역할을 한다고 지적했다.

* 선린대학 2009년도 연구비 지원에 의하여 수행된 것임

** 선린대학 간호과 전임강사(교신저자 E-mail: agape90@sunlin.ac.kr)

접수일: 2009. 9. 14 심사회의일: 2009. 9. 16 게재확정일: 2009. 10. 26

스트레스는 한 개인이 근무하고 있는 직무의 성격에 의해 영향을 받으며 이 과정에서 사회적지지, 인성 등의 중재자가 관여하여 직업성 스트레스를 더욱 악화시키거나 감소시키는 역할을 할 수 있는데, 인성의 한 요소인 A형 행동유형 특성은 B형의 행동유형의 사람보다 스트레스로 인한 부정적 영향을 더 많이 받아 심혈관계 질환의 발생에 영향을 주는 것으로 알려져 있다(Cooper et al., 1995; Friedman & Rosenman, 1959). A형 행동유형의 사람은 공격적이고 성취동기가 강하며, 시간 압박감을 느끼고 인내심이 부족한 성향을 보이며 B형의 행동유형의 사람보다 높은 스트레스 수준과 관련되어 육체적 긴장, 경쟁적이며 성급한 행동양상을 초래하여 교감신경의 기능 증가 및 부교감 신경 기능의 감소를 야기하여 관상동맥질환, 심근경색, 협심증과의 관련(Kawachi et al., 1998), 당뇨병 관련(Stabler et al., 1987) 등을 보고하였다. 이렇듯 각종 만성질환은 스트레스와 관련되어 있고 만성질환 예방을 위해서는 생활습관 특히 적절한 음주, 금연, 규칙적인 운동, 수면 습관, 비만관리가 중요한 요인이라고 지적하고 있고(오장균, 2000), 장인순(2008)의 연구에서는 생활습관 중 근로자의 수면과 아침식사 여부가 스트레스에 유의한 영향을 주는 것으로 나타났다.

현재 우리나라 근로자들에 대한 직무스트레스 연구는 평가도구개발(한국산업안전보건연구원, 2003), 역할적 특성(장세진 등, 2005)과 직무스트레스와 관련된 여러 요인들에 관한 연구들로 생활습관 및 건강수준과의 관계(오장균, 2000; 조동란, 2006), 우울, 불안, 스트레스 증상과의 관련성(박규철 등, 2008), 작업환경과 관련성(오영아 등, 2002; 이명선, 1999), A형 행동유형과 우울 및 피로(윤현숙 등, 2008) 등이다. 이명하(1996)의 업무스트레스에 관한 논문분석 연구에서는 일반적 특성과 스트레스의 관계를 확인하는 연구보다는 성격특성, 욕구, 가치, 생활사건 등의 개인적 요인이 스트레스에 미치는 영향을 확인하는 연구가 필요하다고 지적하였으며, 철강회사 남성 근로자에 관한 선행연구로는 소음과 관련된 건강문제(김준연 등, 1986; 하명화와 김두희, 1991)나 건강행태에 관한 연구(하은희 등, 1996), 건강행위, 스트레스 정도와 건강증진 요구도(장인순, 2008)로 국한되어 있었다. 따라서 본 연구에서는 철강회사 남성 근로자의 직무스트레스, 우울, 건강관련 행위, A형 성격과의 관련성을 파악하여 이들의 직무스트레스 관리를 위한 기초자료를

마련하기 위함이며, 구체적 목적은 다음과 같다.

- 1) 철강회사근무 근로자의 일반적 특성과 건강관련 행위 수준을 파악한다.
- 2) 철강회사근무 근로자의 직무 스트레스, 우울, 성격유형을 파악한다.
- 3) 철강회사근무 근로자의 일반적 특성, 성격유형, 건강관련 행위에 따른 직무스트레스, 우울의 차이를 파악한다.
- 4) 철강회사근무 근로자의 직무 스트레스, 우울, 건강관련 행위, 성격유형간의 상관관계를 파악한다.

II. 연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 철강회사 남성 근로자의 직무스트레스, 우울, 건강관련 행위, A형 성격과의 관련성을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구 대상

연구자가 2009년 4월 한 달 동안 총 4회의 포항지역 P 철강회사 직원을 대상으로 보건교육을 실시하였는데 그 교육시간 중 일부를 활용하여 구조화된 자기기입식 설문지를 배부하고 간단히 연구의 목적과 설문지 작성 내용을 설명한 후 직접 기입하여 작성하도록 하였다. 대상자에 대한 설문은 자발적 참여와 원하지 않으면 언제라도 중단이 가능하며, 대상자의 익명보장과 설문 내용은 연구만을 위해 사용되어짐 등에 설명한 후 서면으로 동의를 확인한 후 실시하였다. 총 178명을 조사하였고, 이중 불완전한 자료 7명을 제외하여 분석에 이용된 자료는 171명이었다.

3. 연구 도구

1) 직무스트레스

직무스트레스를 측정하기 위하여 장세진 등(2005)의 단축형 직무스트레스 측정도구(SF-KOSS)를 사용하였다. 도구는 총 24개 문항으로 직무요구, 직무자율성 결여, 관계갈등, 직무불안정, 조직체계, 보상 부절, 직장 문화 등의 하부영역으로 구성되었다. 본 도구는 4점 척도로 부정적 문항의 경우에는 역 환산하여 측

정하였다. 직무스트레스 총 점수는 SF-KOSS를 사용한 다른 연구와 비교하기 위하여 100점으로 환산하였고, 하루 영역별 점수도 100점으로 환산하였다. 점수가 높을수록 직무 스트레스가 높음을 의미한다. 직무 스트레스는 아래 식에 따라 100점 만점으로 환산하였다.

$$\text{영역별 환산점수} = \frac{(\text{실제점수} - \text{문항수})}{(\text{예상 가능한 최고점수} - \text{문항수})} \times 100$$

$$\text{직무 스트레스 총 점수} = \frac{\text{각 7개 영역의 환산 점수의 총합}}{7}$$

본 연구에서 직무스트레스 측정도구의 Cronbach's $\alpha = 0.741$ 이었다.

2) 우울

우울측정은 CES-D(Center for Epidemiologic Studies Depression Scale, Radloff, 1977) 20문항을 사용하였다. 지난 1주 동안의 경험 빈도를 4점 척도로 측정하였고 긍정적 문항은 역환산 처리하여 평균 점수가 높을수록 우울이 높음을 의미한다. 15점 이하는 정신적으로 정상이며 건강한 것이고, 16-30점은 일상생활에 지장이 없으나 스트레스를 줄이고 싶 필요가 있음을 나타내고, 31-45점은 우울감이 심한 상태로 주의하여 살펴볼 필요가 있으며 필요시 의뢰가 필요한 상태이고 46점 이상은 심리적으로 우울한 정도가 심한 상태로 정신과에 의뢰할 필요가 있는 상태이다. 본 연구에서 우울 측정도구의 Cronbach's $\alpha = 0.877$ 이었다.

3) 건강관련 행위

건강관련 행위는 건강을 유지하고 증진하는데 기여하는 행위로 1965년 미국 캘리포니아주 Alameda 지역 연구에서 사용된 7가지 건강행위(Breslow & Enstrom, 1980)에 기초하여 본 연구에서는 흡연, 음주, 운동, 수면상태, 비만도와 주관적 건강상태를 조사하였다.

4) 성격유형

A형 성격유형은 어떤 특정 상황에 직면하게 되면 참을성이 없어지고 공격적 성향을 보이며, 시간이 다급함을 느끼고, 성취동기가 강한 특성을 갖는 성격을 말한다(Cooper et al., 1995). A형 성격을 측정함에 있어 문항수가 가장 적고 간단한 FTA 도구를 이용하였다. FTA는 Haynes 등(1978)이 Framingham Heart Study에서 개발한 척도로서 A형 행동양상을 측정하는

대표적인 척도 중의 하나이다. FTA 도구는 자가보고식 설문지 검사로 공통적 성격에 관한 질문 5개와 작업 중이나 하루 일과가 끝난 후 느끼는 감정에 대한 질문 4개, 시간에 쫓기는 특성과 관련된 질문 1개로 총 10개 문항으로 이루어져 있다. 5문항은 진위형으로 그렇다, 그렇지 않다는 두가지로 0, 1점을 주고 5문항은 Likert 4점 척도로 각각 0, 0.33, 0.67, 1점을 주어 합산하는 Framingham Value를 이용하였다. 성격은 성, 인종별로 특정화되므로 A형, B형을 결정하는 기준은 Framingham Value의 성별 중위값을 구하여 중위값 보다 큰 사람은 A형, 중위값과 같거나 작은 사람은 B형으로 분류하였다. 도구 개발 당시 진위형 5문항의 Kuder-Richardson 계수는 .83이었고, 본 연구에서는 .60이었고, 나머지 5문항의 Chronbach α 는 .76이었고, 본 연구에서는 .70이었다.

4. 분석 방법

수집된 자료는 SPSS WIN 12.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 일반적 특성, 성격유형, 건강관련 행위는 실수와 백분율로, 직무스트레스와 우울은 평균과 표준편차를 이용하여 분석하였다. 일반적 특성, 건강관련 행위, 성격유형에 따른 직무스트레스, 우울의 차이는 t-test와 ANOVA, 사후검정은 Scheffe-test를 하였다. 직무스트레스, 우울, 건강관련 행위, A형 성격과의 상관관계는 pearson correlation coefficient로 분석하였다.

III. 연구 결과

1. 철강회사근무 근로자의 일반적 특성, 건강관련 행위 수준

조사대상자의 일반적 특성은 <표 1>과 같다. 대상자의 연령은 평균 44.3세로 40-49세가 52.4%로 가장 많았고, 그 다음으로 50세 이상 25.9%, 30-39세 14.7%, 29세 미만 7.1%로 나타났으며, 결혼 상태는 기혼이 91.8%, 미혼 7.0%, 이혼 및 사별 1.2%이었고, 근무경력은 평균 20.7년으로 이며, 20-30년 미만이 49.7%로 가장 많았고, 그다음은 10-20년 미만 30.8%, 30년 이상 9.5%, 5년 미만 7.1%, 5-10년 미만 3.0%이었다. 교대근무가 84.8%, 주간근무

14.6%이었고, 40-45시간 미만 근무시간이 91.8%로 대부분이었고, 직책은 대리 74.0%, 사원 23.1%, 과장 3.0% 순이었고, 교육수준은 고졸이 83.5%, 대졸 이상 16.5%이었고, 종교가 있는 경우 35.7%, 없는 경우 64.3%로 나타났다.

〈표 1〉 대상자의 일반적 특성 (N=171)

특성	구분	실수(%)
연령(세) (44.3±7.9)	-29	12(7.1)
	30-39	25(14.7)
	40-49	89(52.4)
	50-	44(25.9)
결혼상태	미혼	12(7.0)
	결혼	157(91.8)
	이혼, 사별	2(1.2)
근무경력(년) (20.7±7.9)	5 미만	12(7.1)
	5-10 미만	5(3.0)
	10-20 미만	52(30.8)
	20-30 미만	84(49.7)
근무형태	30 이상	16(9.5)
	주간근무	25(14.6)
	교대근무	145(84.8)
근무시간	40-45시간 미만	157(91.8)
	45시간 이상	14(8.2)
직책	사원	39(23.1)
	대리	125(74.0)
	과장	5(2.9)
교육수준	고졸	142(83.5)
	대졸이상	28(16.5)
종교	있음	61(35.7)
	없음	110(64.3)

무응답 제외

조사대상자의 건강관련 행위는 〈표 2〉와 같다. 대상자의 주관적 건강상태는 좋음이 48.5%로 가장 많았고, 보통 40.9%, 나쁨 5.3%, 매우 좋음 4.1%, 매우 나쁨 1.2% 순이었고, 흡연 상태는 현재 흡연하고 있는 경우는 28.7%이었고, 과거 흡연 경험이 있는 경우 48.5%, 흡연을 안 한 경우는 22.8%로 나타났다. 6-7시간 이상 숙면을 취하는 경우 57.3%, 그렇지 않은 경우 42.7%이었고, 주당 30분 이상 운동 상태는 5일 이상 7.0%, 3-4일 21.6%, 1-2일 37.4%, 전혀 하지 않음 33.9%로 나타났고, 월 1회 이상 소주 7잔 이상을 마시는 음주를 하는 경우는 70.2%, 아닌 경우 29.8%로 나타났다. 비만도(BMI)는 20-25점 미만 64.5% 25점 이상 34.3%, 20점 미만 1.2%로 나타났다.

〈표 2〉 대상자의 건강관련 행위 (N=171)

특성	구분	실수(%)
주관적 건강상태	매우 좋음	7(4.1)
	좋음	83(48.5)
	보통	70(40.9)
	나쁨	9(5.3)
	매우 나쁨	2(1.2)
흡연	현재 흡연함	49(28.7)
	과거 흡연	83(48.5)
	흡연 안함	39(22.8)
숙면	예	98(57.3)
	아니오	73(42.7)
운동	전혀 하지 않음	58(33.9)
	1-2일	64(37.4)
	3-4일	37(21.6)
음주	5일 이상	12(7.0)
	예	120(70.2)
	아니오	51(29.8)
비만도(BMI)	20미만	2(1.2)
	20-25미만	107(64.5)
	25이상	57(34.3)

무응답 제외

2. 철강회사근무 근로자의 직무스트레스, 우울, 성격유형

조사대상자의 일반적 생활스트레스 특성은 〈표 3〉과 같다. 평상시 생활 중에 스트레스를 느끼는 정도에서 조금이 65.5%로 가장 많았고, 그 다음이 많음 25.7%, 거의 없음 8.2%, 대단히 많음 0.6% 순이었고, 스트레스를 받는 가장 큰 원인으로는 직장생활이 35.6%로 가장 많았고, 그 다음으로 경제문제 28.2%, 가정문제 19.7%, 본인 건강문제 8.0%, 가족 건강문제 4.9%, 생활환경 1.2%, 기타 2.3%의 순이었다. 스트레스 해소방법으로 가장 많이 사용하는 것은 운동으로 40.1%이었고 그 다음으로 음주 18.6%, 잠을 잘 10.2%, 참음 9.6%, 흡연 6.6%, 문화예술(오락 포함) 5.4%, 종교 3.6%, 대화, 일을 함 각 3.0%의 순이었다.

조사대상자의 직무스트레스 요인 영역별 점수를 단축형 직무스트레스 측정도구(SF-KOSS)를 사용하여 산출하여, 환산 점수의 평균을 전국 참고치와 비교하였다(표 4). 직무요구 영역 점수 47.9점, 직무 불완정 39.2점, 보상부적절 42.1점, 직장문화 33.8점은 전국 참고치와 비교할 때 하위 50%에 속하였고, 직무자율성 결여 50.4점, 관계갈등 38.8점은 상위 50%에 해

당하였고, 조직체계 40.7점은 하위 25%에 속하였다. 총점은 41.9점으로 하위 25%에 해당하여 직무스트레스 수준이 상대적으로 낮았다.

조사대상자의 우울은 평균 15.7점으로 대체로 건강한 상태이었으며, 건강함 51.2%, 스트레스 상태 47.6%, 심한우울과 정신적 우울 각 0.6%로 나타났다. 성격유형은 A형 성격이 45.6%, B형 성격이 54.4%로 나타났다(표 5).

〈표 3〉 대상자의 생활스트레스 (N=171)

특성	구분	실수(%)
생활스트레스	거의 없음	14(8.2)
	조금	112(65.5)
	많음	44(25.7)
스트레스 원인	대단히 많음	1(0.6)
	경제문제	46(28.2)
	직장생활	58(35.6)
	가정문제	32(19.7)
	생활환경	2(1.2)
	본인 건강문제	13(8.0)
	가족 건강문제	8(4.9)
	기타	4(2.3)
스트레스 해소방법	음주	31(18.6)
	흡연	11(6.6)
	운동	67(40.1)
	대화	5(3.0)
	문화예술(오락포함)	9(5.4)
	종교	6(3.6)
	일을 함	5(3.0)
	참음	16(9.6)
	잠을 잠	17(10.2)

무응답 제외

〈표 4〉 대상자의 직무스트레스와 전국 참고치의 비교

(N=171)

항 목	평균(표준편차)	전국 참고치				점수의 의미
		하위25%	하위50%	상위50%	상위25%	
직무요구	47.9(16.9)	41.6이하	41.7~50.0	50.1~58.3	58.4이상	점수가 높을수록 직무요구도가 상대적으로 높다
직무자율	50.4(11.6)	41.6이하	41.7~50.0	50.1~66.6	66.7이상	점수가 높을수록 직무자율성이 상대적으로 낮다
관계갈등	38.8(12.2)	-	33.3이하	33.4~44.4	44.5이상	점수가 높을수록 관계갈등이 상대적으로 높다
직무불안정	39.2(20.1)	33.3이하	33.4~50.0	50.1~66.6	66.7이상	점수가 높을수록 직업이 상대적으로 불안정하다
조직체계	40.7(14.6)	41.6이하	41.7~50.0	50.1~66.6	66.7이상	점수가 높을수록 조직이 상대적으로 체계적이지 않다
보상부적절	42.1(14.4)	33.3이하	33.4~55.5	55.6~66.6	66.7이상	점수가 높을수록 보상체계가 상대적으로 부적절하다
직장문화	33.8(16.2)	33.3이하	33.4~41.6	41.7~50.0	50.1이상	점수가 높을수록 직장문화가 상대적으로 스트레스요인이다
기본형총점	41.9(9.8)	42.4이하	42.5~48.4	48.5~54.7	54.8이상	점수가 높을수록 직무스트레스가 상대적으로 높다

〈표 5〉 대상자의 우울, 성격유형 (N=171)

	특성	실수(%)
우울 (15.7±7.1)	건강함(0-15점)	86(51.2)
	스트레스(16-30점)	80(47.6)
	심한우울(31-45점)	1(0.6)
성격유형	정신적우울(46점 이상)	1(0.6)
	A형 성격	78(45.6)
	B형 성격	93(54.4)

무응답 제외

3. 철강회사근무 근로자의 일반적 특성, 성격유형에 따른 직무스트레스, 우울의 차이

조사대상자의 일반적 특성, 성격유형에 따른 직무스트레스, 우울의 차이는 〈표 6〉와 같다.

직무스트레스에 유의한 차이가 있는 일반적 특성을 살펴보면, 30대 이상의 연령이 20대의 경우에 비해 직무스트레스가 유의하게 높게 나타났고(F=3.269, p=0.023), 근무경력이 5-10년인 경우에 5년 미만의 경우에 비해 직무스트레스가 유의하게 높게 나타났고(F=2.929, p=0.023), 근무시간이 45시간 이상인 경우가 아닌 경우에 비해 직무스트레스가 유의하게 높게 나타났다(t=-2.510, p=0.013), 성격유형에서는 A형 성격이 직무스트레스가 유의하게 높게 나타났다(t=3.251, p=0.001).

우울에 유의한 차이가 있는 일반적 특성을 살펴보면, 30대 이상의 연령이 20대의 경우에 비해(F=3.822, p=0.011), 이혼, 사별의 결혼상태가 아닌 경우에 비해(F=6.904, p=0.001), 근무경력이 5-10년

〈표 6〉 대상자의 일반적 특성, 성격유형에 따른 직무스트레스, 우울 수준의 차이

(N = 171)

특성	구분	직무스트레스		우울	
		평균(표준편차)	F/t(p) scheffe	평균(표준편차)	F/t(p) scheffe
연령(세)	-29	33.8(7.2)a	3.269 (0.023)	9.3(3.4)a	3.822 (0.011)
	30-39	41.9(13.6)b		17.1(8.8)b	
	40-49	43.1(9.4)b		15.9(6.8)b	
	50-	41.5(7.8)b		16.3(6.8)b	
결혼상태	미혼	37.8(10.7)	1.597 (0.206)	12.2(7.4)a	6.904 (0.001)
	결혼	42.1(9.7)		15.7(6.8)a	
	이혼, 사별	49.0(4.8)		31.5(3.5)b	
근무경력(년)	5 미만	34.6(8.0)a	2.929 (0.023)	10.8(7.8)a	2.623 (0.037)
	5-10 미만	48.4(22.2)c		20.6(16.9)c	
	10-20 미만	41.3(10.2)b		14.8(5.8)b	
	20-30 미만	43.3(8.3)b		16.6(6.8)b	
	30 이상	40.4(9.4)b		15.4(6.5)b	
근무형태	주간근무	42.7(13.0)	0.468 (0.641)	13.8(9.6)	-1.425 (0.156)
	교대근무	41.7(9.2)		16.0(6.6)	
근무시간	40-45시간 미만	41.3(9.8)	-2.510 (0.013)	15.6(7.1)	-0.347 (0.729)
	45시간 이상	48.0(7.8)		16.3(7.1)	
직책	사원	39.9(12.7)	1.234 (0.294)	13.9(9.1)a	3.695 (0.027)
	대리	42.4(8.5)		16.4(6.3)a	
	과장	44.9(12.6)		9.6(5.5)a	
교육수준	고졸	41.9(9.2)	0.190 (0.850)	15.6(6.6)	-0.341 (0.733)
	대졸이상	41.6(12.8)		16.1(9.3)	
종교	있음	42.3(8.4)	0.412 (0.681)	14.8(6.7)	-1.121 (0.264)
	없음	41.6(10.5)		16.1(7.3)	
성격유형	A형 성격	44.4(10.2)	3.251 (0.001)	17.4(7.8)	3.027 (0.003)
	B형 성격	39.7(8.8)		14.2(6.1)	

무응답 제외

인 경우가 다른 경우에 비해(F=2.623, p=0.037), 성격유형에서는 A형 성격인 경우(t=3.027, p=0.003) 우울이 유의하게 높게 나타났다. 직책이 대리인 경우 사원이나 과장인 경우(F=3.695, p=0.003)에 비해 우울이 유의하게 높았으나 사후검정에서는 각 집단내 평균 값에 유의한 차이가 없었다.

4. 철강회사근무 근로자의 건강관련 행위에 따른 직무스트레스, 우울의 차이

조사대상자의 건강관련 행위에 따른 직무스트레스, 우울의 차이는 〈표 7〉과 같다.

직무스트레스에 유의한 차이가 있는 건강관련 행위를 살펴보면, 주관적 건강상태가 매우 나쁜 경우가 다른 경우에 비해(F=4.335, p=0.002), 숙면을 취하지 못하는 경우(t=-2.688, p=0.008) 직무스트레스가 유의하게 높게 나타났다. 그 외 흡연, 음주, 비만도에

따라서는 유의한 차이가 나타나지 않았다.

우울에 유의한 차이가 있는 건강관련 행위를 살펴보면, 주관적 건강상태가 매우 나쁜 경우가 다른 경우에 비해(F=8.229, p=0.000), 숙면을 취하지 못하는 경우(t=-4.216, p=0.000) 우울이 유의하게 높게 나타났다. 운동을 전혀 하지 않는 경우가 우울이 높게 나타났다(F=3.048, p=0.030) 사후검정에서는 각 집단내 평균 값에 유의한 차이가 없었다.

5. 철강회사근무 근로자의 직무스트레스, 우울, 건강관련 행위, A형 성격과의 상관관계

조사대상자의 직무스트레스, 우울, 건강관련 행위, A형 성격과의 상관관계 분석 결과는 〈표 8〉과 같다. 건강관련 행위는 직무 스트레스에 유의한 영향을 미치는 요인으로 나타난 주관적 건강상태, 숙면 여부로 하였다. 우울 정도가 심한 경우(r=0.597, p=0.000),

〈표 7〉 대상자의 건강관련 행위에 따른 직무스트레스, 우울 수준의 차이 (N=171)

특성	구분	직무스트레스		우울	
		평균(표준편차)	F/t scheffe	평균(표준편차)	F/t scheffe
주관적 건강상태	매우 좋음	37.0(3.7)a	4.335 (0.002)	12.8(6.1)a	8.229 (0.000)
	좋음	39.8(9.0)a		13.4(6.0)a	
	보통	43.9(9.1)a		17.5(6.2)a	
	나쁨	43.9(10.1)a		19.6(8.7)a	
흡연	매우 나쁨	60.5(39.0)b	1.468 (0.233)	32.5(24.7)b	0.513 (0.600)
	현재 흡연함	42.7(7.9)		16.3(6.8)	
	과거 흡연	40.6(10.9)		15.6(7.4)	
	흡연 안함	43.5(9.4)		14.8(6.9)	
숙면	예	40.1(9.3)	-2.688 (0.008)	13.8(6.0)	-4.216 (0.000)
	아니오	44.2(10.1)		18.2(7.6)	
운동	전혀 하지 않음	42.7(11.1)	1.630 (0.184)	17.0(7.9)a	3.048 (0.030)
	1-2일	41.7(8.8)		15.9(6.6)a	
	3-4일	39.5(9.5)		12.7(6.0)a	
	5일 이상	46.1(8.0)		16.8(7.1)a	
음주	예	41.6(10.5)	-0.530 (0.597)	15.9(7.4)	0.813 (0.418)
	아니오	42.5(8.1)		15.0(6.4)	
비만도 (BMI)	20미만	40.3(16.6)	0.041 (0.960)	13.5(0.7)	0.408 (0.666)
	20-25미만	42.0(9.1)		15.3(6.9)	
	25이상	41.7(11.0)		16.3(7.7)	

무응답 제외

〈표 8〉 대상자의 직무스트레스, 우울, 건강관련 행위, A형 성격과의 상관관계 (N=171)

	우울 r(p)	A형 성격 r(p)	주관적 건강상태 r(p)	숙면 r(p)
직무스트레스	0.597(.000)	0.243(.001)	0.278(.000)	0.203(.008)
우울		0.229(.003)	0.380(.000)	0.311(.000)
A형 성격			0.038(.620)	0.112(.146)
주관적 건강상태				0.197(.010)

무응답 제외

A형 성격인 경우($r=0.243, p=0.001$), 주관적 건강상태가 나쁜 경우($r=0.278, p=0.000$), 숙면을 취하지 못하는 경우($r=0.203, p=0.008$) 유의하게 직무스트레스 정도도 높은 경향을 나타냈고, A형 성격인 경우($r=0.229, p=0.003$), 주관적 건강상태가 나쁜 경우($r=0.380, p=0.000$), 숙면을 취하지 못하는 경우 ($r=0.311, p=0.000$) 유의하게 우울 정도도 높은 경향을 나타냈고, 주관적 건강상태가 나쁜 경우 숙면을 취하지 못하는 것으로 나타났($r=0.197, p=0.010$).

IV. 논 의

연구 대상자의 일반적 특성을 살펴보면 평균 연령은 44.3세, 평균근무 경력은 20.7년으로, 97.1%가 대리
와 사원으로 한 기업의 허리와 같은 역할을 하는 중년

층 남성들이었다. 이들의 건강관련 행위를 2007년 국민건강영양조사의 결과와 비교해 보면, 대상자의 현재 흡연율은 28.7%로 전국 45.0%에 비해 상당히 낮게 나타났고, 주당 30분 이상 운동 상태가 5일 이상인 경우 7.0%로 전국 9.9%에 비해 낮았지만, 3-4일 이상은 21.6%로 전국 13.9% 보다는 높게 나타났다. 비만도(BMI)가 25점 이상인 경우도 34.3%로 전국 36.2% 보다는 낮게 나타났다. 이는 해당 기업이 공단 지역 내에서 흡연을 제로, 자전거 타기 등의 건강 캠페인 전개 노력의 결과로도 볼 수 있다. 대상자의 91.8%가 스트레스를 받는다고 응답하였고, 그 중 많음 25.7%, 대단히 많음 0.6%로 나타나 장세진 등(2005)의 연구결과 건강군 5%, 잠재적 스트레스군 73%, 고위험 스트레스군 22%와 거의 비슷한 결과를 나타내었다. 스트레스를 받는 가장 큰 원인이 직장생활

인 경우가 35.6%로 가장 많았고 그 다음이 경제문제 28.2%, 가정문제 19.7% 등으로 나타났다. 그래도 고무적인 결과는 스트레스 해소방법으로 가장 많이 사용하는 것은 운동 40.1%로 나타난 것이었다. 그 다음으로 음주 18.6%, 잠을 잘 10.2%, 참음 9.6%, 흡연 6.6%, 문화예술(오락 포함) 5.4%, 종교 3.6%, 대화, 일을 함 각 3.0%로 나타났다. 제조업 근로자에 대한 스트레스 대처행동 양상의 복수응답 조사결과(정진욱 등, 2007)도 본 연구와 비슷하게 스포츠 활동이 89.7%로 가장 많았고, 그다음으로 TV 시청 86.6%, 여행 83.3%, 취미활동 78.3%, 드라이브 75.7%, 음주 71.7%, 흡연 52.9% 등으로 나타났으며 스트레스 대처행동의 효과는 여행(43.7%), 스포츠 활동(41.6%), 취미활동(28.3%) 등이 높은 것으로 나타났다. 철강회사 근로자를 대상으로 한 장인순(2008)의 연구에서도 건강증진행위 실천으로 운동이 54.0%로 가장 많았고 참여하고 싶은 건강증진 프로그램으로도 운동 58.3%, 스트레스 관리 24.8%, 체중조절 22.2%, 금연 21.9% 등의 순으로 나타나 운동에 대한 요구도가 높은 것으로 볼 수 있었다. 사내외에 운동시설을 마련하는 것은 건강증진 뿐만 아니라 스트레스 관리를 위해서도 고려해 볼 필요가 있다.

단축형 직무스트레스 측정도구(SF-KOSS)를 사용하여 직무스트레스를 산출하여 전국 참고치와 비교하였을 때, 총점 41.9점으로 하위 25%에 해당하여 상대적으로 낮은 것으로 나타났으며 각 영역별로는 직무자율성 결여, 관계갈등이 상위 50%에 해당하였고, 직무요구, 직무 불완정, 보상부적절, 직장문화는 하위 50%에 속하였고, 조직체계는 하위 25%에 속하였다. 조동란(2006)의 연구에서는 총점은 하위 50%, 직무요구, 관계갈등은 상위 50%, 나머지 영역은 모두 하위 50%로 나타났다. 직무스트레스에 유의한 차이가 있는 것으로 나타난 변수로는 30대 이상의 연령이 20대의 경우에 비해 직무스트레스가 유의하게 높게 나타났는데($p=0.023$), 조동란(2006)의 연구에서는 30대의 연령층이 다른 연령층보다 높게 나타났으나($p=0.016$), 장세진 등(2005)의 연구에서는 연령이 높아질수록 유의하게 감소하는 양상($p=0.000$)을 나타내어 연령에 따른 직무스트레스의 차이는 좀 더 연구가 필요하다고 사료된다. 또한 이명하(1996)의 업무스트레스에 관한 논문 분석 연구에서 일반적 특성과 스트레스의 관계를 확인하는 논문이 가장 많았으나 그 결과들을 일치되지 않았

다고 지적했다. 근무경력이 5-10년인 경우가 5년 미만의 경우에 비해 직무스트레스가 유의하게 높게 나타났는데($p=0.023$) 이는 5-10년인 경우에 좀 더 기대치가 높아지며 업무량이 증가됨으로 나타난 결과로 볼 수 있는데 송영숙(1996)의 연구에서도 비슷하게 5년 미만에 비해 5년 이상 근무자가 유의하게 높게 나타났는데($p<0.01$). 근무시간이 45시간 이상인 경우가 미만인 경우에 비해 직무스트레스가 유의하게 높게 나타났는데($p=0.013$) 이는 고령 경비원을 대상으로 한 최은숙과 신동수(2009), 오영아 등(2002)의 연구에서도 주당 근무시간이 많을수록 직무스트레스가 높게 나타나 동일한 결과를 확인할 수 있었다. 2003년 9월 근로기준법 개정으로 법정 근로시간이 주 44시간에서 주 40시간으로 단축되어, 2005년부터 300인 이상 사업장에 주 5일제가 도입되었고, 2011년까지 단계적으로 법정근로시간을 주 40시간으로 단축해 나갈 예정(노동부, 2006)이기에 이에 따른 변화를 파악하는 추후연구가 필요하다. 교대근무에 따라서는 유의한 차이가 없었는데 이는 연구 대상자의 평균근무 경력은 20.7년으로 비교적 오랜 근무기간으로 적응을 한 상태이기에 나타난 결과로 볼 수 있으며 조동란(2006), 윤현숙 등(2008)의 연구에서도 교대근무가 직무스트레스에 유의한 차이를 나타내지는 않는 것으로 나타났다.

성격유형에서는 A형 성격이 직무스트레스($p=0.001$)에 유의하게 높게 나타났는데 이는 다수의 선행연구의 결과와 일치되는 것으로(장세진 등, 2005; 윤현숙 등, 2008) 직장인 스트레스 관리 프로그램의 전략으로 인성적 차원에서의 교육 강화도 주목하여야 할 것이다. 주관적 건강상태가 매우 나쁜 경우가 다른 경우에 비해 직무스트레스가 유의하게 높게 나타났는데($p=0.002$), 이는 조동란(2006)의 연구결과와 일치한 것으로($p=0.000$) 즉, 건강상태가 나쁘다고 생각하면 스트레스를 더 많이 느낄 수 있으며, 스트레스가 많으면 건강상태가 나빠질 수도 있다고 볼 수 있기에 주관적 건강상태가 좋지 않은 대상자를 우선 스트레스 관리대상으로 고려해야 할 것을 제안할 수 있다. 숙면을 취하지 못하는 경우에도 직무스트레스가 유의하게 높게 나타났는데($p=0.008$), 이는 조동란(2006)의 연구($p=0.000$), 오장균(2000)의 연구($p<0.000$) 결과와 일치한 것으로 수면시간의 부족으로 인한 스트레스가 사교나 더 큰 문제로 진행되지 않도록 숙면과 관련된 건강관리가 필요하다. 그 외 음주, 흡연, 운동, 비만도에 따라서는 본

연구에서는 유의한 차이가 나타나지 않았지만 생활습관의 형성은 스트레스에 의해 잠재적으로 상당부분 결정될 수 있음을 고려해야 할 것이며, 장세진 등(2005)의 연구에서는 흡연자($p=0.000$), 규칙적인 운동을 하지 않는 자($p=0.000$)가 더 유의하게 스트레스가 높게 나타났다. 조동란(2006)의 연구에서는 규칙적인 운동($p=0.008$)을 하지 않는 경우 스트레스가 높게 나타났고, 오장균(2000)의 연구에서도 스트레스가 많을수록 음주($p<0.05$), 흡연량($p<0.01$)이 많고 운동량($p<0.001$)은 적은 것으로 나타났고 비만과는 관련성이 없었다. 따라서 이런 생활습관의 개선을 지도할 수 있는 사업장 여건과 분위기는 장기적으로 직무스트레스 관리에 중요할 것이다.

우울에 유의한 차이가 있는 특성으로 30대 이상의 연령이 20대의 경우에 비해($p=0.011$), 이혼, 사별의 결혼상태인 경우($p=0.001$), 근무경력이 5-10년인 경우가 다른 경우에 비해($p=0.037$), A형 성격이($p=0.003$), 주관적 건강상태가 매우 나쁜 경우가 다른 경우에 비해($p=0.000$), 숙면을 취하지 못하는 경우($p=0.000$) 우울이 유의하게 높게 나타났다. 이는 상관관계 분석 결과에서도 직무스트레스 정도가 높은 경우($p=0.000$), A형 성격인 경우($p=0.003$), 주관적 건강상태가 나쁜 경우($p=0.000$), 숙면을 취하지 못하는 경우($p=0.000$) 우울 수준이 높은 경향을 나타낸 것과 일치한다. 이는 선행연구 결과에서도 확인할 수 있는데, 윤현숙 등(2008), 송영숙(1996)의 연구에서는 A형 성격, 스트레스, 우울이 유의한 양의 상관관계를 보고하였고, 박규철 등(2008)의 연구에서는 직무스트레스가 높은 군에서 우울증상의 발생 비차비가 4.93으로 높게 나타났다. 이렇듯 근로자의 직무스트레스 관리는 정신 건강관리 측면에서도 중요한 과제임을 보여준다.

이상의 연구결과를 종합하면, 직무스트레스는 전국 참고치와 비교하였을 때 총점이 하위 25%에 해당하여 상대적으로 낮은 것으로 나타났으나 영역별로 직무자율성 결여, 관계갈등이 상위 50%에 해당하여 조직 내 직무와 동료간의 관계 변화를 시도하는 것과 A형 성격이 직무스트레스, 우울 수준에 유의하게 높게 나타난 것을 고려하여 인성적 차원에서의 교육방안을 직장인 스트레스 관리 프로그램의 전략으로 시도할 수 있을 것이다. 건강관련 행위에서는 주관적 건강상태가 매우 나쁜 경우, 숙면을 취하지 못하는 경우 직무스트레스가 높게 나타나 숙면과 관련된 건강관리와 주관적 건강상

태가 좋지 않은 대상자를 우선 관리하는 것이 필요하다. 그 외 음주, 흡연, 운동 등은 직무스트레스에 유의한 차이를 나타내지 않았지만 스트레스 해소방법으로 가장 많이 사용하는 것이 운동, 그 다음으로 음주, 수면, 참음, 흡연 등으로 나타났기에 좋은 생활습관 형성을 위한 관심과 지원은 중요하며 반복연구가 필요하다고 볼 수 있다. 또한 직무스트레스와 우울이 유의한 상관관계를 나타내 적절한 직무스트레스 관리 프로그램은 우울 등의 정신질환의 예방과 관리에도 중요한 접근임을 시사한다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 철강회사 남성 근로자의 직무스트레스, 우울, 건강관련 행위, A형 성격과의 관련성을 파악하여 이들의 직무스트레스 관리를 위한 기초 자료를 마련하기 위해 수행하였다.

2009년 4월 한 달 동안 총 4회의 포항지역 P 철강회사 직원을 대상 보건교육을 실시하며 그 교육시간 중 일부를 활용하여 구조화된 자기기입식 설문조사를 실시하였고, 분석에 이용된 자료는 171명이었다. 연구도구는 일반적 특성, 직무스트레스, 우울, 성격유형으로 구성되었고, 수집된 자료는 SPSS Windows 12.0 프로그램을 이용하여 서술적 통계분석, t-test, ANOVA, pearson correlation coefficient로 분석하였다. 연구결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 연구 대상자는 평균 연령 44.3세, 평균근무 경력 20.7년으로 97.1%가 대리와 사원이었으며, 현재 흡연율 28.7%, 주당 30분 이상 운동 상태가 5일 이상인 경우 7.0%, 3-4일 이상은 21.6%로 나타났다.
2. 평상시 생활 중에 스트레스를 느끼는 경우는 91.8%로 조금이 65.5%, 많음 25.7%, 대단히 많음 0.6% 이었고, 스트레스를 받는 가장 큰 원인으로 직장생활(35.6%) 이었다. 직무스트레스는 측정도구(SF-KOSS)를 사용하여 산출하여 전국 참고치와 비교하였을 때, 총점이 41.9점으로 하위 25%에 해당하여 상대적으로 낮은 것으로 나타났으며 각 영역별로는 직무자율성 결여, 관계갈등이 상위 50%에 해당하였고, 직무요구, 직무 불완정, 보상부적절, 직장문화는 하위 50%에 속하였고, 조직체계는 하위 25%에 속하였다.

3. 우울은 평균 15.7점으로 대체로 건강한 상태이었으며, 건강함 51.2%, 스트레스 상태 47.6%, 심한우울과 정신적 우울 각 0.6%로 나타났고, 성격유형은 A형 성격이 45.6%, B형 성격이 54.4%로 나타났다.
4. 직무스트레스에 유의한 차이가 있는 것으로 나타난 변수는 연령($p=0.023$), 근무경력($p=0.023$), 근무시간($p=0.013$), 성격유형($p=0.001$), 주관적 건강상태($p=0.002$), 숙면($p=0.008$), 우울 정도($p=0.000$) 이었다. 우울에 유의한 차이가 있는 것으로 나타난 변수는 연령($p=0.011$), 결혼상태($p=0.001$), 근무경력($p=0.037$), A형 성격($p=0.003$), 주관적 건강상태($p=0.000$), 숙면($p=0.000$) 이었다.
5. 직무스트레스, 우울, 건강관련 행위, A형 성격과의 상관관계 분석 결과, 우울 정도가 높은 경우($p=0.000$), A형 성격인 경우($p=0.001$), 주관적 건강상태가 나쁜 경우($p=0.000$), 숙면을 취하지 못하는 경우($p=0.008$) 유의하게 직무스트레스 정도가 높은 경향을 나타냈다.

본 연구는 한 사업장 남자 근로자들을 대상으로 하였기 때문에 결과를 일반화시키는데 무리가 있으나 철강회사 사업장의 특성으로 파악하여 맞춤형 스트레스 관리 프로그램을 계획, 운영하는 것은 가능할 것이다. 본 연구결과에 근거하면 직무자율성 결여, 관계갈등 영역이 다른 영역에 비해 스트레스를 많이 받는 것을 고려해야 하며, 근무시간이 45시간 이상인 경우, 주관적 건강상태가 나쁜 경우, A형 성격인 경우, 숙면을 취하지 못하는 경우, 우울수준이 높은 경우 등을 파악하여 우선관리 대상자를 선정하여 관리하는 것이 필요할 것이다. 또한 향후 연구대상을 확대하여 직무스트레스와 우울, A형 성격, 건강관련 행위 등의 인과관계를 파악할 수 있도록 포괄적이고 전향적인 조사연구와 직장인 스트레스 관리 프로그램 운영의 효과 등과 같은 중재연구가 요구된다.

참 고 문 헌

김준연, 김병수, 이채연, 정진호, 이종태, 김진욱 (1986). 제조업 사업장의 소음 작업환경 실태에 관한 조사연구. 예방의학회지, 19(1), 16-30.

고희정 (2000). 일차진료에서 스트레스 관리 전략. 가정의학회지, 21(2), 125-135.

노동부 (2006). 주 40시간 근무제, 근로단축 기대효과. Retrieved March, 15, 2009, from <http://www.molab.go.kr>

박규철, 이경중, 박재범, 민경복, 이규원 (2008). 한 자동차 회사의 남성 사무직 근로자에서 직무스트레스와 우울, 불안 및 스트레스 증상과의 관련성. 대한산업의학회지, 20(3), 215-224.

송영숙 (1996). 사무직 여성근로자의 직무스트레스와 중재변인, 심리적 긴장과의 관계. 전남대학교 대학원 석사학위논문.

오영아, 이명선, 이경용 (2002). 제조업 근로자의 작업환경인지도와 스트레스와의 관련성 연구. 대한산업의학회지, 14(3), 301-314.

오장균 (2000). 한 사업장 근로자들의 스트레스, 생활습관 및 건강수준간의 관계. 대한산업의학회지, 12(1), 26-40.

윤현숙, 김현리, 권인선, 조영채 (2008). 간호사의 A형 행동유형과 스트레스, 우울 및 피로수준과의 관련성. 한국산업간호학회지, 17(2), 180-190.

이명선 (1999). 산업장 근로자의 스트레스 증상과 작업환경과의 관련성. 보건복지연구, 4, 1-18.

이명하 (1996). 임상간호사의 업무스트레스에 관한 논문분석. 성인간호학회지, 8(1), 180-200.

장세진, 고상백, 강명근, 차봉석, 박종구, 현숙정, 박준호, 김성아, 강동목, 장성실, 이경재, 하은희, 하미나, 우종민, 조정진, 김형수, 박정선 (2005). 우리나라 직장인 스트레스의 역학적 특성. 예방의학회지, 38(1), 25-37.

장인순 (2008). 철강지역 근로자의 건강행위, 스트레스 정도와 건강증진 요구도. 선린대학 논문집, 30, 309-328.

정진욱, 허경화, 김기웅 (2007). 제조업 근로자에 대한 스트레스 대처행동 측정도구 개발. 한국산업간호학회지, 16(1), 48-57.

조동란 (2006). 근로자들의 직무스트레스 수준과 관련 요인-한국형 직무스트레스 측정도구 단축형을 이용하여-. 한국산업간호학회지, 15(1), 58-71.

최은숙, 신동수 (2009). 고령 경비원의 직무스트레스와 관련요인. 한국산업간호학회지, 18(1), 106-115.

하명화, 김두희 (1991). 제강소 장기근무자의 소음 노

출 및 청력손실과 혈압과의 관계에 관한 연구. *예방의학회지*, 24(4), 496-506.

하은희, 임현술, 위자형, 박정옥 (1996). 철강제조업 생산직 남성근로자의 건강행태에 관한 연구. *예방의학회지*, 291(1), 113-132.

한국산업안전보건연구원 (2003). 한국인 직무스트레스 측정도구의 개발 및 표준화 연구. 2003년 연구보고서. 한국산업안전공단.

Breslow, L., & Enstrom, J. E. (1980). Persistence of health habits and their relationship to mortality. *Prev Med*, 9, 469-483.

Cooper, H., Okamura, L., & McNeil, P. (1995). Situation and personality correlates of psychological well-being: social activity and personal control. *J Res Personality*, 29, 395-417.

Friedman, M., & Rosenman, R. H. (1959). Association of specific overt behavior pattern with blood and cardiovascular findings. *JAMA*, 96, 1286-1296.

Haynes, S. G., Levine, S., Scotch, N., Feinleib, M., & Kannel, W. (1978). The relationship of psychosocial factors to coronary heart disease in the Framingham study. *Am J Epidemiol*, 107, 362-383.

Kawachi, I., Sparrow, D., DSc., Kubzansky, L. K., Vokonas, P. S., & Weiss, S. T. (1998). Prospective study of a self-report type A scale and risk of coronary heart disease: Test of the MMPI-2 Type A scale. *Circulation*, 98(5), 405-412.

NIOSH (1999). Stress at work. Retrieved March, 15, 2009, from <http://www.cdc.gov/niosh/docs/99-101/>

Stabler, B., Surwit, R. S., Lane, J. D., Morris, M. A., Litton, J., & Feinglos, M. N. (1987). Type A behavior pattern and blood glucose control in diabetic children. *Psychosom Med*, 49(3), 313-316.

Wang, J., Schmitz, N., Dewa, C., & Stansfeld, S. (2009). Changes in perceived job strain

and the risk of major depression: Results from a population-based longitudinal study. *Am J Epidemiol*, 169(9), 1085-1091.

Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A report of depression scale for research in general population. *Alpe Psychol Measurement*, 1, 385-401.

- Abstract -

A Study on the Correlation among Occupational Stress, Depression, Health-Related Behavior and Type A Behavior Patterns of Male Workers at a Steel Factory

*Jang, In-Sun**

Purpose: This study investigates the relationship between job stress, depression, health-related behavior and type A behavior patterns among male workers at a steel factory. **Methods:** The study was done on 171 male workers, using the structured questionnaire. The data were collected in April, 2009 and analyzed by descriptive statistics, t-test, ANOVA, and pearson correlation coefficient. **Results:** The results showed that 65.5% of workers were under moderate stress, 25.7% high stress and 0.6% extremely high stress. The overall score of these workers' occupational stress was 41.9, lower than the Korean workers' average. Occupational stress was correlated with depression, type A behavior patterns, a very poor physical condition without sufficient sleep. **Conclusion:** Stress management program is strongly needed for these subjects working over 45 hours a week, with a very poor subjective physical condition, insufficient sleep, type A

* Full-time Instructor, Department of Nursing, Sunlin College

behavior patterns and signs of severe depression. Further longitudinal study is recommended to show the effect of such worker's stress management program to mitigate job-related stress.

Key words : Workers, Stress, Depression,
Behavior patterns, Health
behaviors