한국직업건강간호학회지 제22권 제1호 2013년 2월, pp.47-56

D유형 성격여부에 따른 중년 직장인의 건강증진행위에 영향을 미치는 요인

The Factors that affect the Health Promoting Behaviors of Middle-aged Workers between Type D and Non-type D Personality

임은주, 노준희, 김성은

(중앙대학교 적십자간호대학, 우석대학교 간호학과, 우석대학교 간호학과)

목적: 본 연구는 주관적 건강상태와 건강증진행위의 주요 영향요인으로 대두되고 있는 D 형 성격을 중년 직장인을 대상으로 직무스트레스, 우울, 주관적 건강상태, 및 건강증진행위 수준의 차이를 파악하고 건강증진행위 영향요인을 파악함으로써 중년기 건강과 다가오는 노년기를 성공적으로 준비할 수 있는 효과적인 건강증진프로그램 개발을 위해 시도 되었다.

방법: 본 연구는 서술적 조사연구로 도시지역에서 최소 1년 이상 근무기간을 가진 만 40-60세 중년 직장인 남녀를 214명을 대상으로 14문항으로 구성된 D성격 유형 도구(Type D Personality Scale-14, DS-14)와 22문항의 직무스트레스, 20문항의 자가평가 우울 척도(Self-rating Depression Scale, SDS), 1문항의 주관적 건강상태, 47문항의 건강증진행위 Health Promotion Lifestyle Profile, HPLP) 도구를 이용하여 다중회귀 분석을 통해 영향요인을 분석하였다.

결과: 본 연구대상자의 D형 성격 분포는 24.3%로 이들은 부정적정서 점수가 높았고 직무스트레스와 우울수준이 높은 반면 D형 성격이 아닌 경우는 주관적 건강상태와 건강증진행위점수가 높았다. 직무스트레스 하부영역에서는 D형 성격 중년 직장인은 역할모호성, 역할 갈등, 역할 과부하 점수가 유의하게 높았고 중년 직장인의 건강증진행위에 영향을 미치는 요인으로는 D형 성격인 경우와 아닌 경우 모두 우울로 나타났으며 D형 성격인 경우 24.1%의 설명력을 보였다.

결론: 본 연구결과를 근거로 중년 직장인의 건강증진 프로그램에서는 D형 성격유형, 우울 등이 고려된 신체 심리적융합프로그램을 제안하고 사업장내 보건관리자들은 스트레스와 우울감소 보건교육을 시행하고 사업장내에 건강관리를 위한 물리적 환경조성과 향후 이들의 경험들을 현상학적으로 연구할 것을 제한한다.

1) 교신저자 : 노준희, junhee0802@woosuk.ac.kr