

보육교사의 자아탄력성과 직무소진: 스트레스 대처행동의 이중  
매개 효과민하영  
대구가톨릭대학교 아동학과 교수The Relationships between Ego-Resiliency and Burn-Out among Childcare Center Teachers:  
The Double Mediating Effect of Stress-Coping StrategiesHa Yeoung, Min  
Department of Child Studies, Daegu Catholic University, Professor

## Abstract

The purpose of this study was to analyze the financial portfolios of single-person households. For the analysis, The purpose of this study is to verify the mediation effect of stress-coping strategies in the relationship between ego-resiliency and burn-out among childcare center teachers. The subjects were 255 childcare center teachers in Gyeongbuk Province. The measurement tools used for this study include ego-resiliency, burn-out, and stress-coping strategy questionnaires. The collected data points were analyzed via Structural Equation Modeling(SEM), Bootstrapping, Pearson Correlation, using SPSS 21.0 and AMOS 20.0 The results of the study analyzing the Structural Equation Model are as follows. First, teachers' ego-resiliency had a negative influence on burn-out. Second, teachers' problem-focused coping strategies had a negative influence on burn-out, while emotion-focused coping strategies had a positive influence on burn-out. Third, teachers' ego-resiliency had a positive influence on both problem-focused and emotion-focused coping strategies. Fourth, teachers' ego-resiliency had an indirect effect on burn-out by improving both problem-focused and emotion-focused coping strategies. This study suggests that education on the use of problem-focused coping strategies in stressful situations is necessary to successfully manage childcare teachers' burn-out in childcare settings in which mandatory evaluation systems are newly implemented.

## Keywords

ego-resiliency, burn-out, stress-coping strategies, childcare center teachers

Received: May, 29, 2024  
Revised: June, 23, 2024  
Accepted: June, 27, 2024

This article was presented as a poster session at the Conference of the Korean Home Economics Association on May 25, 2024.

**Corresponding Author:**  
Ha Yeoung, Min  
Department of Child Studies, Daegu Catholic University, Hayang-Ro 13-13, Hayang-Eup, Gyeongsan-si, Gyeongbuk, Rep. of Korea 38430  
Tel: +82-53-850-3541  
Fax: +82-53-850-3520  
E-mail: [hymin@cu.ac.kr](mailto:hymin@cu.ac.kr)

## 서론

2019년 세계보건기구(WHO)는 직무소진(burn-out)을 '질병으로 분류되지는 않지만 직업관련 증상'이라고 정의하면서 11차 국제질병표준분류기준(ICD-11)에 포함했다. 이는 직무소진이 단순한 스트레스가 아니라 직무와 관련된 심각한 문제임을 인정하는 것으로, 직장 내 정신건강을 위해 직무소진이 조직행정 측면에서 체계적으로 관리되어야 함을 시사하는 것이다. 직무소진은 1960년에 출간한 Graham Greene의 소설 '번트 아웃 케이스(A Burnt-Out Case)'에서 처음 사용되었다. 이 소설에서 자신의 직업에서 의미도 인생에서 즐거움도 찾지 못하는 건축가를 번 아웃(burn-out)으로 묘사했다(Edú-Valsania, Laguía, & Moriano, 2022). 이후 심리학자인 Freudenberger (1974)가 직무로 인한 극도의 피로감과 좌절 그리고 의욕이 떨어질 정도로 에너지가 떨어진 돌봄 센터 내 자원봉사자 상황을 번 아웃(burn-out)으로 정의하면서 직무소진을 의미하는 번 아

아웃(burn-out)은 학술적 측면에서 연구되기 시작했다. 특히 Maslach와 Leiter (1976)의 번 아웃(burn-out) 척도 개발은 직무소진 연구를 확장시키는 계기가 되었다. 피로감과 냉소 그리고 헌신(commitment) 감소를 하위 요소로 직무소진 척도를 처음 개발한 Maslach는 그 후 Jackson과 함께 직무소진의 정교화를 위해 노력했다. 이 과정에서 극도의 피로감을 나타내는 '고갈(exhaustion)', 직무 뿐 아니라 주변 사람에 대해 냉소적 태도를 갖는 '비인간화(depersonalization)'와 직무에 대한 자신감 감소 또는 상실을 의미하는 '개인적 성취감 저하(feelings of reduced personal accomplishment)'로 직무소진의 개념을 명료화하였다(Maslach & Jackson, 1981, 2013). 그동안 직무소진 즉 번 아웃(burn-out)을 활력소진 상태(state of vital exhaustion)로 정의해 왔던 WHO (2019)가 11차 국제질병표준분류기준에서 '성공적으로 관리되지 않은 만성적 직장 스트레스'로 직무소진을 새롭게 정의한 것은 번 아웃(burn-out) 즉 직무소진이 직무 스트레스와 밀접한 관련이 있음을 인정한 것이다. 2019년부터 시행되는 어린이집 의무 평가제에서 보육교사의 직무 스트레스 관리가 평가지표로 제시되고 있는 점을 고려해 볼 때, '관리되지 않은 만성적 직무 스트레스'의 결과로 평가되는 직무소진에 대한 연구는 보육교사의 직무 스트레스 관리가 적극적으로 요구되기 시작한 보육현장에서 유용한 정보가 될 수 있을 것이다. WHO, ICD-11 Implementation or Transition Guide, 2019

보육교사의 직무수행 및 삶의 질에 부정적 영향을 미치는 변인(Ansari et al., 2022; Kim & Choi, 2018; Lee & Seo, 2019)으로 잘 알려진 직무소진을 설명하는 개인 내적 변인으로 보육교사의 자아탄력성이 고려될 수 있다. Block의 박사학위 논문에서 처음 사용된 자아탄력성은 기질적 차원의 성격 특성으로 역경이나 어려움 등 스트레스 상황에서 좌절하지 않기보다 외부 환경의 변화 요구에 유연하게 적응하는 능력(Block & Kremen, 1996; Tugade & Fredrickson, 2004)으로 정의된다. 역경 속에서도 좌절하거나 경직되지 않고 기능을 회복하거나 유지하도록 만드는 자아탄력성(Ryff et al., 1998)은 직무 스트레스가 해결되지 않고 만성화되어 직무소진으로 발전되는 것을 제어하거나 방지하도록 하는 개인 보호 요인이라 할 수 있다. 실질적으로 자아탄력성은 간호사(Lee & Kang, 2020), 민간경비원(Kim et al., 2013), 보육 및 유치원 교사(Hwang, 2010; Lee & Kim, 2014; Lee & Lee 2010; Park & Kang, 2020; Song, 2015) 등 다양한 직종에서의 직무소진을 유의하게 설명하는 개인 내적 보호 변인으로 보고되고 있다.

한편 직무소진을 설명할 수 있는 영향력 있는 변인으로 스트레스 대처행동 변인도 고려될 수 있다. 스트레스보다 스트레스에 반

응하는 대처행동이 스트레스로 인한 적응 결과를 예측하는데 보다 영향력 있는 요인으로 설명(González-Morales et al., 2010; Jenaro et al., 2007)되고 있기 때문이다. '관리되지 않은 만성적 스트레스의 적응 결과'로 직무소진이 평가됨을 고려해 볼 때, 스트레스 대처행동은 직무소진에 영향을 미치는 의미있는 변인으로 간주될 수 있다. 대처행동이란 스트레스 상황에서 자신을 보호(protective)하고자 하는 개인의 역량을 말한다. 스트레스 상황에서 사람들은 다양한 대처행동을 사용해 스트레스로 인한 긴장이나 어려움으로부터 자신을 보호하고자 한다. 이때 사람들은 한 가지 대처행동으로만 스트레스 상황을 대처하기보다 다양한 대처행동을 사용해 스트레스 상황을 극복하고자 한다. 따라서 무의식적으로 나타나는 방어행동까지 대처행동으로 설명할 만큼 대처행동의 범위는 다양하다. 그러나 Lazarus와 Folkman (1984)은 상호역동적 모델(transactional model)을 통해, 개인이 가진 자원을 초과하는 것으로 평가되는 외적 요구를 관리하기 위해 나타나는 인지적, 행동적 노력으로 대처행동의 범위를 제한하였다(Lazarus & Folkman, 1984). 대처행동 유형은 문제 중심, 사회적 지지, 회피 대처(Amirkhan, 1990), 접근적 대처와 회피적 대처(Ebata & Moos, 1991, Roth & Cohen, 1986), 적극적 대처와 소극적 대처(Billings & Moos, 1981) 등 학자에 따라 차이를 보인다. 그러나 가장 폭넓게 사용되고 있는 대처행동 유형은 Folkman과 Lazarus의 문제 중심 대처행동과 정서 중심 대처행동(Folkman & Lazarus, 1980)이다. 1979년 박사학위논문에서 문제 중심 대처행동과 정서 중심 대처행동 용어를 처음 사용한 Folkman은 지도교수인 Lazarus와 함께 인지적 평가에 기초한 스트레스와 대처행동에 관한 상호역동적 모델을 토대로 대처행동을 2가지로 유형화하였다. 문제 중심(problem-focused) 대처행동은 스트레스 상황을 변화시키려는 것(changing the situation)으로, 당면한 문제가 무엇이고, 문제를 해결하기 위한 방법은 무엇인지 등을 통해 문제를 해결하려는 행동이다. 이에 반해 정서 중심(emotion-focused) 대처행동은 스트레스로 인한 정서를 변화시키려는 것(changing emotions)으로, 스트레스로 인해 발생된 심리적 어려움을 좋은 감정으로 되돌리기 위해 당면한 상황을 대수롭지 않게 평가하거나 없었던 것처럼 생각하는 등 긍정적으로 재평가면서 스트레스로 인한 정서적 고통을 변화시키려는 행동이다. 문제 중심 대처행동은 직면한 스트레스 상황을 변화시키거나 제거하지만, 정서 중심 대처행동은 스트레스로 인해 발생된 정서적 어려움을 조절하는데 초점을 두기 때문에 스트레스 상황은 변화되거나 제거되지 않은 채 누적된다. 따라서 직무소진, 우울, 외로움 등 심리적 부적응과 관련해서 문제 중심 대처행동은 부적 관계(Ben-Zur

& Michael, 2007; Kim et al., 2021; Rowe, 2000)를, 정서 중심 대처행동은 정적 관계(Nielsen & Knardahl, 2014; Patterson, 1999; Schoenmakers et al., 2012, 2015)를 나타내는 것으로 보고된다. 초등학교 교사를 대상으로 한 Park과 Kim (2018), 특수 교사를 대상으로 한 Lee (2019), 유치원 및 초등학교 교사를 대상으로 한 Betoret와 Artiga (2010) 연구에서 직무소진은 문제 중심 대처행동과 부적 관계를, 정서 중심 대처행동과는 정적 상관관계를 나타냈다. 이와 같은 결과는 394명의 중국 유치원 교사를 대상으로 한 연구(Wang et al., 2022)에서도 동일하게 나타났다.

지금까지 보육교사의 직무소진을 유의하게 설명할 수 있는 변인으로 자아탄력성과 스트레스 대처행동을 살펴보았지만 여기서 생각할 것은 기질적 성격 특성이 자아탄력성이 인지적, 행동적 노력으로 정의되는 대처행동(Lazarus & Folkman, 1984)의 선행 변인으로 기능하면서 대처행동을 설명하는 의미있는 예측 변인으로 보고되고 있다는 점이다. 위기적 환경이나 역경 또는 고난과 같은 심각한 스트레스 상황에서도 굴복하거나 위축되지 않고 유연하게 반응하도록 하는 자아탄력성은 스트레스를 받거나 심리적으로 긴장 상태에 놓여 있을 때, 주어진 상황을 객관적으로 인지하고 개방적이고 긍정적인 생각과 감정으로 대처하도록 만든다(Block & Kremen, 1996). 따라서 자아탄력성이 높은 사람은 문제 중심 대처행동(Cohen-Louck & Zvi, 2022; Park, 1996) 뿐 아니라 정서 중심 대처행동과도 정적 상관관계(Chi & Lee, 2012; Choe, 2017; Lee & Kim, 2013; Lee et al., 2017; Park & Rhee, 2016; Park, 1996)를 나타낼 만큼 직면한 스트레스 상황에서 융통적이며 유연성 있게 대처하는 것으로 나타났다. 그러나 자아탄력성이 문제 중심적 대처행동과 정서 중심적 대처행동 각각과 정적 관계를 나타낸다는 연구도 있지만 문제 중심적 대처행동과는 정적 관계를, 정서 중심적 대처행동과는 부적 관계(Park & Hyun, 2007)를 나타내거나 정서 중심적 대처행동과는 유의미한 관계를 나타내지 않는다고 보고한 연구들(Cohen-Louck & Zvi, 2022; Stratta et al., 2013)도 있다. 이는 자아탄력성과 정적 상관관계를 갖는 문제 중심적 대처행동과 달리 자아탄력성과 정서 중심적 대처행동 간 관계는 일관되지 않음을 의미하는 것이다. 그럼에도 불구하고 일관되게 나타나는 자아탄력성과 문제 중심적 대처행동 간 관계 연구는 자아탄력성이 스트레스 대처행동의 예측 변인으로 기능함을 명확히 해주고 있다. 이는 자아탄력성과 스트레스 대처행동이 보육교사의 직무소진에 미치는 영향에서 자아탄력성과 스트레스 대처행동이 직무소진에 각각 미치는 직접 영향 외에 자아탄력성이 스트레스 대처행동을 매개로 직무소진에 미치는 간접 영향까지 고려해 볼 필요가 있음을 함의

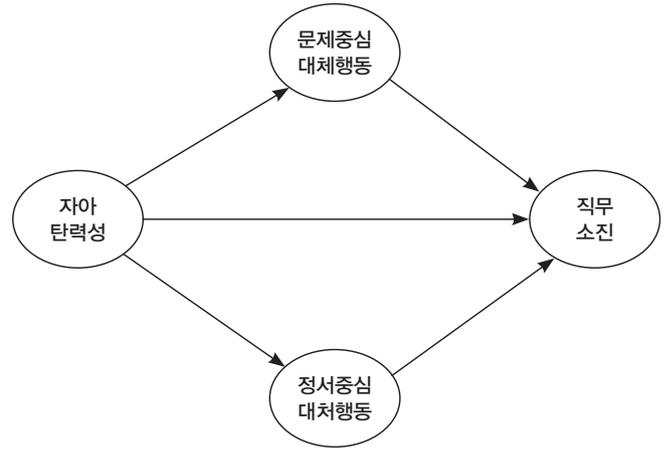


Figure 1. Research model.

하는 것이다. 이러한 함의는 대처행동이 자아탄력성과 PTSD(의상후 스트레스 장애) 간 관계(Thompson et al., 2018) 뿐 아니라 자아탄력성과 학교생활적응 간 관계(Park & Park, 2014)를 매개하고 있음을 보고한 연구 등에 의해 지지될 수 있다. 이에 이 연구에서는 보육교사의 자아탄력성, 문제 중심 및 정서 중심의 스트레스 대처행동과 직무소진 간 관계를 문제 중심/ 정서 중심 대처행동의 이중 매개 효과를 중심으로 살펴보고자 한다. 이에 다음과 같은 연구문제와 Figure 1과 같은 연구모형을 설정하였다.

연구문제 1. 보육교사의 자아탄력성이 문제 중심 및 정서 중심의 스트레스 대처행동을 매개로 직무소진에 미치는 구조모형은 적합한가?

연구문제 1-1) 보육교사의 자아탄력성은 직무소진에 유의한 영향을 미치는가?

연구문제 1-2) 보육교사의 문제 중심 및 정서 중심 스트레스 대처행동은 직무소진에 각각 유의한 영향을 미치는가?

연구문제 1-3) 보육교사의 자아탄력성은 문제 중심 및 정서 중심 스트레스 대처행동에 각각 유의한 영향을 미치는가?

연구문제 1-4) 보육교사의 자아탄력성이 문제 중심 및 정서 중심 스트레스 대처행동을 매개로 직무소진에 각각 미치는 간접 영향은 유의한가?

매개변인인 스트레스 대처행동을 문제 중심과 정서 중심으로 구분해, 보육교사의 자아탄력성과 직무소진 간 관계를 이중 매개 측면에서 살펴보고자 한 이 연구는 분석 과정에서 문제 중심/ 정서 중심 스트레스 대처행동의 상대적 영향력을 살펴볼 수 있다. 이중 매개 효과 검증을 통해 제시된 상대적 영향력에 관한 정보는

Table 1. Characteristics of the Participants (n=255)

| 변인 | 구분        | 빈도(%)       | 변인    | 구분        | 빈도(%)       |
|----|-----------|-------------|-------|-----------|-------------|
| 연령 | 25-30세 미만 | 54명(21.2%)  | 근무 기관 | 국공립 직장 법인 | 53명(20.8%)  |
|    | 30-45세 미만 | 154명(60.4%) |       | 민간        | 148명(58.0%) |
|    | 45세 이상    | 47명(18.4%)  |       | 가정보육      | 54명(21.2%)  |
| 학력 | 2-3년제 이하  | 182명(71.4%) | 교사 직급 | 일반교사      | 225명(88.2%) |
|    | 4년제 이상    | 73명(28.6%)  |       | 주임교사      | 30명(11.8%)  |

보육교사의 직무소진 예방을 위해 구안되는 대처행동 프로그램 개발이나 정책 기획 시 보다 효과적인 선택과 결정에 필요한 참고 자료로 활용될 수 있을 것이다.

## 연구방법

### 1. 연구대상

A지역 내 어린이집에 재직 중인 보육교사 255명을 연구대상으로 선정하였다. 연구대상의 일반적 특성은 Table 1에 나타난 바와 같다. 25-30세 미만은 54명(21.2%), 30-45세 미만은 154명(60.4%), 45세 이상은 47명(18.4%)이었다. 2-3년제 이하 학력자는 182명(71.4%), 4년제 이상 학력자는 73명(28.6%)이며 국공립, 직장, 법인 어린이집에 근무하는 교사는 53명(20.8%), 민간 어린이집에 근무 교사는 148명(58.0%), 가정 어린이집에 근무하는 교사는 54명(21.2%)이었다. 이중 일반교사는 225명(88.2%), 주임교사는 30명(11.8%)이었다.

### 2. 연구도구

#### 1) 보육교사의 자아탄력성

보육교사의 자아탄력성은 Block과 Kremen (1996)의 자아탄력성 척도(Ego-Resiliency Scale: ER 89)를 사용하였다. '나는 평소에 잘 해보지 않았던 새로운 일을 해 보는 것을 좋아한다.', '나는 늘 가던 장소에 갈 때 여러 다른 길로 가는 것을 좋아한다' 등의 14문항으로 구성된 각 문항은 '대부분 그렇지 않다(1점)'에서 '대부분 그렇다(4점)'의 4점 Likert로 측정하였다. 14~56의 점수 범위를 나타내는 이 척도의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .81이었으며 점수가 높을수록 자아탄력성이 높음을 의미한다.

#### 2) 보육교사의 스트레스 대처행동

보육교사의 스트레스 대처행동은 Lazarus와 Folkman (1984)

의 대처행동(Ways of Coping)을 토대로 Kim 등(2014)이 근로자를 대상으로 타당화 검사를 실시한 대처행동 척도를 보육교사에 맞게 수정 보완 사용하였다. '원에서 문제가 발생하면 나는 문제의 해결책을 찾으려고 노력한다.' '원에서 문제가 발생하면 문제 자체를 분석해 보거나 조사해 본다.' 등의 문제 중심 대처행동 6문항과 '원에서 문제가 발생하면 어쩔 수 없는 일이라고 생각하면서 그 문제를 그대로 받아들인다.' '원에서 문제가 발생하면 시간이 지나면 달라질 것이라고 생각하면서 문제가 해결될 기다린다' 등의 정서 중심 대처행동 6문항으로 구성되었다. 총 12문항으로 이루어진 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '정말 그렇다(5점)'의 5점 Likert로 측정하였다. 6~30의 점수 범위를 각각 나타내는 이 척도의 문제 중심 대처행동의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .84였으며, 정서 중심 대처행동의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .79로 나타났다. 각 척도의 점수가 높을수록 문제 중심 대처행동과 정서 중심 대처행동이 높게 나타나고 있음을 의미한다.

#### 3) 보육교사의 직무소진

보육교사의 직무소진은 Schaufeli 등(1996)의 직무소진 척도(Maslach Burnout Inventory-General Survey: MBI-GS)를 일반직 종사자를 대상으로 타당화한 Shin (2003)의 척도를 사용하였다. 고갈, 냉담(비인간화), 무력감(개인적 성취감 저하)의 3개 하위 요소로 구성된 이 척도는 '일을 마치고 퇴근하면 완전히 지쳐있음을 느낀다', '현재 맡은 일을 시작한 이후로 직무에 대한 관심이 줄어들었다', '내가 생각해봐도 나는 일을 잘 한다(역산 처리)' 등의 15문항으로 이루어졌다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(7점)'의 7점 Likert 척도로 측정하였다. 15~105의 점수 범위를 나타내는 이 척도의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .89였으며 점수가 높을수록 직무소진이 높음을 의미한다.

### 3. 연구절차

2023년 10월부터 11월 중순까지 대구, 울산, 안동 육아종합지원센터에서 실시하는 누리과정 연수에 참여한 보육교사 및 승

Table 2. Correlations among the Variables, Descriptive Statistics and Discriminant Validity (n=255)

| 변인     | 자아탄력성   | 문제-중심 대처행동 | 정서-중심 대처행동    | 직무소진          |
|--------|---------|------------|---------------|---------------|
| 자아 탄력성 | 1       | .30×30=.09 | .17×.17=.03   | -.39×-.39=.15 |
| 문제 중심  | .30***  | 1          | -.09×-.09=.01 | -.46×-.46=.21 |
| 정서 중심  | .17**   | -.09       | 1             | .22×.22=.05   |
| 직무 소진  | -.39*** | -.46***    | .22***        | 1             |
| M      | 41.82   | 24.00      | 14.62         | 46.07         |
| (SD)   | 6.37    | 3.02       | 4.09          | 12.41         |
| 왜도     | -.03    | .07        | .57           | .18           |
| 첨도     | -.16    | 1.32       | .85           | -.39          |

급 교육을 받기 위해 보육교사 교육원을 방문한 보육교사를 대상으로 질문지 조사를 실시하였다. 강의 시작 전에 연구자가 연구의 의도를 설명하고 강의 종료 후 질문지 조사에 참여 의사를 보인 보육교사에게 질문지를 나누어 준 후 다음 수업이 시작되기 전 수거하였다. 질문지는 앞뒤로 문항 작성된 1장으로 응답 시간은 10분을 넘지 않았다. 배부된 277부 중 결측치 없는 255부만을 분석에 사용하였다.

**4. 자료분석**

IBM SPSS 21.0(IBM Co., Armonk, NY)을 이용하여 평균(표준편차), Pearson의 적률상관계수 등을 산출하였고, 구조방정식 모형의 통계적 분석을 위해 AMOS 20.0(IBM Co., Armonk, NY)을 이용해  $\chi^2$ , CMIN/DF, GFI(기초 적합지수), NFI(표준적합지수), CFI(비교적합지수)와 RMSEA(근사원소 평균자승오차)을 기초로 측정모형과 연구모형의 적합도를 살펴보았다. 한편 이중 매개 효과의 유의성은 팬텀 변수를 활용한 부트스트래핑(Bootstrapping) 절차를 이용하여 살펴보았다.

**결과 및 해석**

**1. 주요 변수들의 기술통계 및 상관관계**

보육교사의 자아탄력성, 문제 중심 및 정서 중심 대처행동, 직무소진에 대한 기술통계치(평균, 표준편차)와 적률상관계수 및 왜도, 첨도 그리고 상관관계를 토대로 한 판별타당도 값을 살펴보았다. Table 2에 나타난 바와 같이 자아탄력성은 문제 중심 대처행동( $r=.30, p<.001$ ) 및 정서 중심 대처행동( $r=.17, p<.01$ )과 정적 상관관계를, 직무소진과는 부적 상관관계( $r=-.39, p<.001$ )를 갖는 것으로 나타났다. 문제 중심 대처행동은 직무소진과 부적

상관관계( $r=-.46, p<.001$ )를, 정서 중심 대처행동은 직무소진과 정적 상관관계( $r=.22, p<.001$ )를 나타냈다.

자아탄력성은 응답 범위인 14~56에서 평균(표준편차) 41.82(6.37)을 나타냈다. 이는 보육교사의 자아탄력성이 높음을 의미하는 것이다. 스트레스 대처행동인 문제 중심 대처행동과 정서 중심 대처행동은 각각 6~30의 응답 범위에서 평균(표준편차) 24(3.02), 평균(표준편차) 14.62(4.09)를 나타냈다. 이와 같은 사실은 스트레스 상황에서 정서 중심 대처행동보다 문제 중심 대처행동을 보다 많이 선호함을 시사하는 것으로, 보육교사가 스트레스 상황에서 회피적 대처행동보다 문제해결 중심의 대처행동을 더 많이 사용한다는 연구결과(Han & Oh, 2010)와 일치하는 것이다. 한편 직무소진은 15~105의 응답 범위에서 평균(표준편차) 46.07(12.41)을 나타냈다. 이는 보육 업무 과정에서 직무소진이 높지 않음을 의미한다. 한편 왜도(skewness)는 절대값 .03~.15, 첨도(kurtosis)는 절대값 .16~.32로 나타났다. 왜도의 경우  $\pm 3$ 미만, 첨도는  $\pm 10$ 미만에서 0에 가까울수록 정상분포에 가까움을 의미(Kline, 2005)하므로 수집된 자료는 정규분포를 갖는다고 볼 수 있다. 이에 이 연구의 모수 추정 방법은 측정변수들의 정규분포를 가정하는 최대우도추정법(Maximum Likelihood Estimation)을 사용하였다.

**2. 보육교사의 자아탄력성, 문제 중심/ 정서 중심 대처행동과 직무소진의 확인적 요인분석**

구조방정식 연구 모델 분석 전 측정도구의 타당도 및 신뢰도 검증에 대해 확인적 요인분석(CFA)을 실시하였다.

Table 3에서 나타난 바와 같이, 확인적 요인분석 결과  $\chi^2$ 를 제외한 모든 적합도 지표는 수용기준을 충족하였다( $\chi^2=109.86(df=48, p<.001)$ , CMIN/DF=2.29, RMSEA=.071, GFI=.96, NFI=.93, CFI=.96).  $\chi^2$ 은 109.86( $df=48, p<.001$ )로 나타나 연구모형이 모집

**Table 3.** Summary of Measurement Model Fit Statistics (n=255)

| 지표   | $\chi^2(df)$               | CMIN/DF | RMSEA | GFI  | NFI  | CFI  |
|------|----------------------------|---------|-------|------|------|------|
| 수용기준 | $p > .05$                  | <.10    | <.10  | >.90 | >.90 | >.90 |
| 지수   | 109.86 (48) <sup>***</sup> | 2.29    | .071  | .96  | .93  | .96  |

<sup>\*\*\*</sup> $p < .001$

**Table 4.** The Composite Reliability(CR) and Average Variance Extracted(AVE) Summary for all Constructs (n=255)

| 경로           | 표준화 계수( $\beta$ ) | 개념 신뢰도(CR)         | 분산추출지수(AVE) | Discriminant Validity |
|--------------|-------------------|--------------------|-------------|-----------------------|
| 자아탄력성 →      | 자아탄력1             | .84 <sup>***</sup> | .865        | .682                  |
|              | 자아탄력2             | .85 <sup>***</sup> |             |                       |
|              | 자아탄력3             | .78 <sup>***</sup> |             |                       |
| 문제 중심 대처행동 → | 문제중심1             | .83 <sup>***</sup> | .891        | .732                  |
|              | 문제중심2             | .87 <sup>***</sup> |             |                       |
|              | 문제중심3             | .87 <sup>***</sup> |             |                       |
| 정서 중심 대처행동 → | 정서중심1             | .80 <sup>***</sup> | .813        | .593                  |
|              | 정서중심2             | .80 <sup>***</sup> |             |                       |
|              | 정서중심3             | .71 <sup>***</sup> |             |                       |
| 직무소진 →       | 고갈                | .60 <sup>***</sup> | .747        | .506                  |
|              | 냉담                | .89 <sup>***</sup> |             |                       |
|              | 무력감               | .60 <sup>***</sup> |             |                       |

Note. CR(Composite Reliability), AVE(Average Variance Extracted).

<sup>\*\*\*</sup> $p < .001$

**Table 5.** Summary of Research Model Fit Statistics (n=255)

| 지표   | $\chi^2(df)$               | CMIN/DF | RMSEA | GFI  | NFI  | CFI  |
|------|----------------------------|---------|-------|------|------|------|
| 수용기준 | $p > .05$                  | <.10    | <.10  | >.90 | >.90 | >.90 |
| 지수   | 113.59 (49) <sup>***</sup> | 2.34    | .073  | .93  | .92  | .95  |

<sup>\*\*\*</sup> $p < .001$

단 자료에 적합하다고 해석하기 어려운 것으로 나타났다 그러나  $\chi^2/df$ 는 3이하인 경우 매우 좋은 모형이라고 설명한 Kline (2005)의 주장을 고려할 때,  $\chi^2$ 를 자유도(df)로 나눈 값인 CMIN/DF가 2.29로 나타났으므로,  $\chi^2$ 값의 크기에도 불구하고 이 연구의 모형은 상당히 좋은 모형이라고 볼 수 있다.

한편 Table 4에 나타난 바와 같이 수렴타당도를 확인해 주는 개념 신뢰도(CR: composite reliability)와 분산추출지수(AVE: Average Variance Extracted) 모두 수용 기준치인 CR .7과 AVE .5보다 높게 나타났다(Nunnally & Bernstein, 1994). 한편 잠재변인의 판별타당도는 Table 2의 대각선에 있는 분산추출지수가 대각선 상단에 있는 각 잠재변인간의 상관계수 제공 값보다 크게 나올 때 판별타당도가 확보될 수 있다(Fornell & Larcker, 1981). 이러한 점에서 잠재변인의 판별타당도도 확보되었다고

볼 수 있다. 자아탄력성, 문제 중심/ 정서 중심 대처행동과 직무소진의 잠재변인 모두의 분산추출지수(AVE: Average Variance Extracted)가 상관계수의 제곱 값보다 크게 나타났기 때문이다.

### 3. 보육교사의 자아탄력성, 문제 중심/ 정서 중심 대처행동과 직무소진의 구조모델 검증

보육교사의 자아탄력성, 문제 중심/정서 중심 대처행동, 직무소진 간 구조적 관계에 대한 연구모델의 적합도를 살펴보았다.

Table 5에서와 같이,  $\chi^2$ 를 제외한 모든 적합도 지표는 수용기준을 충족하였다( $\chi^2=114.59(df=49, p < .001)$ , CMIN/DF=2.34, RMSEA=.073, GFI=.93, NFI=.92, CFI=.95).  $\chi^2$ 은 114.59(df=49,  $p < .001$ )로 나타나 연구모형이 모집단 자료에 적합하다고 해석하기 어려운 것으로 나타났다. 그러나  $\chi^2/df$  값이 2

Table 6. Parameter Estimates of Model (n=255)

| 경로            | 표준화 계수(β) | 비표준화 계수(B) | S.E. | C.R.     | 비고          |
|---------------|-----------|------------|------|----------|-------------|
| 자아탄력성 → 직무소진  | -.43      | -.66       | .12  | -5.45*** | 연구문제 1-1 채택 |
| 문제 중심 → 직무소진  | -.41      | -1.71      | .32  | -5.39*** | 연구문제 1-2 채택 |
| 정서 중심 → 직무소진  | .33       | .97        | .21  | 4.60***  | 연구문제 1-2 채택 |
| 자아탄력성 → 문제 중심 | .33       | .12        | .03  | 4.61***  | 연구문제 1-3 채택 |
| 자아탄력성 → 정서 중심 | .19       | .10        | .04  | 2.54*    | 연구문제 1-3 채택 |
| 자아탄력성 → 자아탄력1 | .84       | 1          |      |          |             |
| 자아탄력성 → 자아탄력2 | .85       | .75        | .05  | 14.57*** |             |
| 자아탄력성 → 자아탄력3 | .78       | .84        | .06  | 13.55*** |             |
| 문제 중심 → 문제중심1 | .83       | 1          |      |          |             |
| 대처행동 → 문제중심2  | .87       | 1.03       | .07  | 15.82*** |             |
| 대처행동 → 문제중심3  | .87       | 1.11       | .07  | 15.90*** |             |
| 정서 중심 → 정서중심1 | .80       | 1          |      |          |             |
| 대처행동 → 정서중심2  | .80       | .95        | .09  | 11.02*** |             |
| 대처행동 → 정서중심3  | .71       | .86        | .08  | 10.32*** |             |
| 직무소진 → 고갈     | .60       | 1          |      |          |             |
| 직무소진 → 냉담     | .89       | 1.09       | .13  | 8.77***  |             |
| 직무소진 → 무력감    | .59       | .67        | .09  | 7.56***  |             |

\*p<.05, \*\*\*p<.001

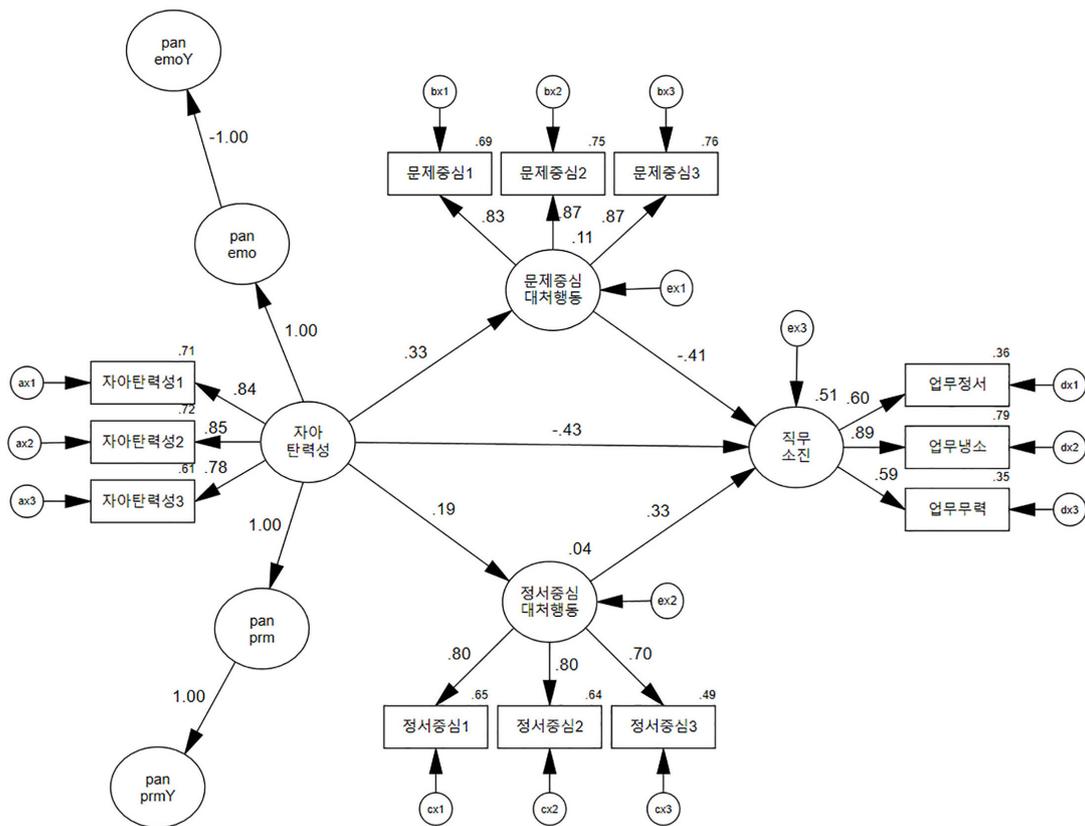


Figure 2. The structural relationships among all constructs(β).

**Table 7.** The Results of Indirect Effects ( $n=255$ )

| 경로                         | Estimate | SE  | 95% 신뢰구간  |      | 비고    |
|----------------------------|----------|-----|-----------|------|-------|
|                            |          |     | Bootstrap |      |       |
|                            |          |     | LB        | UB   |       |
| 자아 탄력성 → 문제중심 대처행동 → 직무 소진 | .106**   | .05 | .004      | .21  | 1-4채택 |
| 자아 탄력성 → 정서중심 대처행동 → 직무 소진 | -.204*   | .05 | -.31      | -.10 | 1-4채택 |

Note. LB: Lower bound for the confidence interval UB: Upper bound for the confidence interval.  
\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

**Table 8.** The Direct, Indirect, and Total Effects in Path ( $n=255$ )

| 경로                          | 총 효과    | 직접 효과   | 간접 효과  |
|-----------------------------|---------|---------|--------|
| 자아 탄력성 → 문제 중심 대처행동 → 직무 소진 | -.769** | -.661** | .096** |
| 자아 탄력성 → 정서 중심 대처행동 → 직무 소진 |         |         | -.204* |

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

또는 3이하인 경우 매우 좋은 모형임(Kline, 2005)을 고려해 볼 때,  $\chi^2/df$ 를 나타내는 CMIN/DF가 2.34로 나타난 이 연구의 모형은 매우 좋은 모형이라고 볼 수 있다.

모델의 적합도 검증 결과를 토대로 구조모델의 추정된 모수치 값을 살펴보면, Table 6에서와 같이 모든 측정문항들의 CR(검정 통계량) 값이 1.96 이상으로 나타났다. 이것은 경로 계수 모두 유의함을 의미하는 것이다. 보육교사의 자아탄력성은 직무소진에 부적 관계( $B = -.66, df < .001$ , 연구문제 1-1 채택)를, 문제 중심 대처행동은 직무소진에 부적 관계( $B = -1.71, p < .001$ , 연구문제 1-2 채택), 정서 중심 대처행동은 직무소진에 정적 관계( $B = .97, p < .001$ , 연구문제 1-2 채택), 자아탄력성은 문제 중심 대처행동에 정적 관계( $B = .12, p < .001$ , 연구문제 1-3 채택), 자아탄력성은 정서 중심 대처행동에 정적 관계( $B = .10, p < .05$ , 연구문제 1-3 채택)를 나타냈다. 이는 보육교사의 자아탄력성이 문제 중심과 정서 중심 대처행동을 각각의 매개 변인으로 하여 직무소진에 직·간접으로 영향을 미치고 있음을 의미하는 것이다.

한편 보육교사의 자아탄력성이 문제 중심과 정서 중심 대처행동을 각각의 매개 변인으로 하여 직무소진에 미치는 간접 영향의 유의성을 확인하기 위해 Figure 2에서와 같이 팬텀 변수를 이용한 유의성 검증을 실시하였다. 이를 위해 다음과 같은 팬텀 변수 구조 모형을 활용하였다.

보육교사의 자아탄력성이 문제 중심과 정서 중심 대처행동을 각각 매개로 직무소진에 미치는 간접효과 크기를 팬텀변수를 활용해 검증한 결과는 Table 7에 나타난 바와 같다. 문제 중심 대처행동의 매개 효과의 추정치는 .096으로 95% 신뢰구간에서 LB

는 .004 UB는 .21로 그 사이에 0을 포함하지 않고 있으므로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 정서 중심 대처행동의 매개 효과의 추정치는 -.204로 95% 신뢰구간에서 LB는 -.31 UB는 -.10으로 그 사이에 0을 포함하지 않고 있으므로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 이것은 연구문제 1-4가 채택되었음을 의미하는 것이다. 한편 간접 효과의 유의성을 토대로 보육교사의 직무소진에 대한 자아탄력성과 문제 중심/정서 중심 대처행동의 총효과 및 직, 간접 효과를 추가적으로 살펴보았다.

Table 8에 나타나듯 보육교사의 자아탄력성이 직무소진에 미치는 직접 효과는 -.661인데 비해 간접 효과는 총 -.108로 나타났다. 이중 정서 중심 대처행동을 매개로 한 간접 효과 크기(.204)는 절대값을 기준으로 볼 때 문제 중심 중심 대처행동을 매개로 한 간접 효과 크기(.096)보다 큰 것으로 나타났다.

## 논의 및 결론

대구경북지역 어린이집에 근무하는 255명의 보육교사를 대상으로, 보육교사의 자아탄력성이 문제 중심 및 정서 중심의 스트레스 대처행동을 매개로 직무소진에 미치는 영향을 구조방정식을 통해 규명한 연구결과를 토대로 다음과 같은 논의와 결론을 도출하였다.

첫째, 보육교사의 자아탄력성은 직무소진에 유의한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이와 같은 연구 결과는 보육 및 유치원 교사교육 대상 연구(Hwang, 2010; Lee & Kim, 2014; Lee &

Lee, 2010; Park & Kang, 2020; Song, 2015), 직업 상담 등 고용서비스 종사자 등을 대상으로 한 연구(Kim & Shim, 2014) 및 간호사(Lee & Kang, 2020), 민간경비원(Kim et al., 2013) 등 다양한 직종을 대상으로 한 연구에서 자아탄력성이 소진과 부적 상관관계를 나타낸 연구결과와 일치하는 것이다. 같은 스트레스 상황을 경험했다하더라도 스트레스로부터의 복원력을 의미하는 자아탄력성은 스트레스로부터 개인의 적응을 보호하는 성격 특성으로 알려져 있다(Rutter, 1987). 이는 보육교사가 지니는 자아탄력성이 누적된 직무스트레스가 직무소진으로 발전하지 않도록 개인을 보호하는 중요한 내적 변인임을 의미하는 것이다. 한편 이러한 의미는 보육교사의 자아탄력성이 개인이 가지는 감정 자원임을 시사하는 것이다. 환경으로부터의 요구가 개인이 가진 자원의 한계를 초과한다고 평가할 때 높은 스트레스를 경험한다는 Lazarus와 Folkman (1984)의 상호역동적 모델을 고려해 볼 때, 자아탄력성을 개인이 갖고 있는 중요한 자원으로 보육교사 스스로 의식하고 수용할 수 있도록 지원하는 노력은 높은 스트레스로부터 발생하기 쉬운 직무소진을 예방하는 방안이 될 수 있을 것이다.

둘째, 보육교사의 스트레스 대처행동 중 문제 중심 대처행동은 직무소진에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면 정서 중심 대처행동은 직무소진에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 문제 중심 대처행동의 사용이 많을수록 보육교사의 직무소진이 낮게 나타난 반면 정서 중심 대처행동의 사용이 많을수록 보육교사의 직무소진은 높은 것으로 나타났다. 이와 같은 연구결과는 교사를 대상으로 한 연구에서 문제 중심 대처행동이 직무소진과는 부적 상관관계를, 정서 중심 대처행동은 직무소진과 정적 상관관계를 갖는다고 보고한 연구들(Betoret & Artiga, 2010; Lee, 2019; Park & Kim, 2018; Wang, et al., 2022)과 일치하는 것이다. 뿐만 아니라 문제 중심 대처행동이 직무소진과 부적 관계를 갖는다는 연구결과(Benzur & Michael, 2007; Kim et al., 2021; Rowe, 2000) 및 정서 중심 대처행동이 직무소진과 정적 관계를 갖는다고 보고한 연구결과(Nielsen & Knardahl, 2014; Patterson, 1999; Schoenmakers et al., 2012, 2015)와 일치하는 것이다. 직무과정에서 경험되는 스트레스의 요인을 확인하고 이를 해결하기 위해 적극적이고 능동적인 자세를 취하는 보육교사의 경우, 스트레스 요인을 제거하기 때문에 누적된 스트레스에 의한 직무소진의 가능성은 낮아진다고 볼 수 있다. 그러나 직면한 스트레스 상황을 직접적으로 해결하기보다 회피하거나 무시함으로써 정서적 긴장감으로 인한 부정적 영향력을 줄이려는 정서 중심의 대처행동을 많이 하는 보육교사의 경우, 해결되지 않고 남아 있는 스트레스 요인이 지속적으로 누적됨으로써 높은 직무소진을

경험하게 된다고 볼 수 있다. 이 연구에서 나타난 문제 중심 대처행동과 직무소진, 그리고 정서 중심 대처행동과 직무소진 간 관계는 직무상황에서 문제 중심 대처행동이 정서 중심 대처행동에 비해 더 효과적인 대처전략(Srivastava & Tang, 2015)임을 지지하는 것이다. 이를 고려해 볼 때 보육교사의 직무소진 관리 시, 직면한 스트레스를 능동적이고 적극적으로 해결할 수 있는 역량 개발이 직무교육 등을 통해 구체화될 필요가 있다.

셋째, 보육교사의 자아탄력성은 스트레스 대처행동 중 문제 중심 대처행동에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 문제 중심과 사회적 지지로 측정된 적극적 대처행동과 자아탄력성이 정적 상관관계를 나타낸 연구(Chi & Lee, 2012)와 일치하는 것이다. 한편 보육교사의 자아탄력성은 스트레스 대처행동 중 정서 중심 대처행동에도 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 유아교사를 대상으로 정서 중심적 대처행동과 자아탄력성 간에 정적 상관관계를 보고한 연구(Choe, 2017) 및 정서 중심 완화와 소망대처로 측정된 소극적 대처행동과 자아탄력성이 정적 상관관계를 나타낸 연구와 일치하는 것이다(Chi & Lee, 2012). 뿐만 아니라 노인을 대상으로 한 연구에서 자아탄력성이 신앙에 의지, 감정표출 등의 정서 중심적 대처행동과 정적 상관관계를 나타냈다는 연구결과(Lee & Kim, 2013; Park & Rhee, 2016)와 일치하며, 20대에서 50대 성인 439명을 대상으로 한 연구결과(Park & Rhee, 2016)와도 일치하는 것이다. 중요한 것은 자아탄력성이 높을수록 문제 중심 대처행동을 정서 중심 대처행동보다 상대적으로 더 많이 사용한다는 점이다. 이는 자아탄력성이 높은 사람은 문제 중심과 정서 중심 대처행동을 각각 사용할 수 있는 융통성을 갖고 있지만, 문제를 직접 해결하려는 노력을 정서 완화의 노력보다 더 강하게 사용함을 의미하는 것이다. 그러나 자아탄력성과 정서 중심 대처행동 간 부적 상관관계(Alonso-Tapia et al., 2019; Park & Hyun, 2007), 또는 유의미한 상관관계가 나타나지 않았다는 선행 연구(Cohen-Louck & Zvi, 2022; Stratta et al., 2013)를 고려해 보면, 자아탄력성과 정서 중심 대처행동 간 정적 상관관계를 나타낸 이 연구의 결과를 지지하거나 일치하는 선행 연구들이 존재함에도 불구하고 이를 일반화할 때는 주의해야 할 필요가 있다.

넷째, 보육교사의 자아탄력성이 문제 중심 대처행동을 매개로 직무소진에 미치는 간접 영향과 정서 중심 대처행동을 매개로 직무소진에 미치는 간접 영향은 각각 유의한 것으로 나타났다. 스트레스 대처행동이 자아탄력성과 직무소진과 같은 적응 간 관계를 매개한다는 연구결과는 대처행동이 자아탄력성과 PTSD(외상 후 스트레스 장애) 간 관계를 매개한다고 보고한 연구결과

(Thompson et al., 2018) 및 자아탄력성과 초등학생의 학교생활 적응 간 관계를 대처행동이 매개한다는 연구결과(Park & Park, 2014)와 유사하다.

보육교사의 스트레스 대처행동이 자아탄력성과 직무소진 간 관계를 매개한다는 연구결과는 자아탄력성과 적응 간 관계에서 스트레스 대처행동이 매개적 역할을 한다는 선행연구와 유사하다. 그러나 이 연구는 자아탄력성과 적응 간 관계에서 스트레스 대처행동의 단순매개 효과만을 살펴본 선행연구(Park & Park, 2014; Thompson et al., 2018)와 달리 구조방정식을 기반으로 한 이중 매개 효과를 검증함으로써 문제 중심보다 정서 중심의 스트레스 대처행동이 상대적으로 더 많은 간접영향을 미치는 것을 확인하였다. 단순 매개 효과를 기반으로 한 연구에서는 매개 효과의 정적(+) 또는 부적(-) 방향성에 대한 정보나 효과의 유의성에 대한 정보만 제시할 뿐 구조적 측면에서 각 대처행동이 미치는 상대적 영향력에 대한 정보를 제공하지 못하는 한계점을 지니고 있다. 그러나 이 연구에서는 이중 매개구조를 통해 문제 중심과 정서 중심의 스트레스 대처행동을 동시에 고려하고 이를 기반으로 상대적 영향력을 확인함으로써 보육교사의 직무소진에서 보다 중점적으로 관리해야 될 대처행동이 정서 중심의 스트레스 대처행동임을 규명했다는 점에서 연구의 의의를 갖는다. 한편 스트레스 대처행동이 보육교사의 자아탄력성과 직무소진 간 관계를 매개하고 있지만, 매개로 인한 간접 영향력은 보육교사의 자아탄력성이 직무소진에 미치는 직접 영향력에 비해 상대적으로 적은 것으로 나타났다. 이러한 사실은 보육교사의 직무소진 관리 시, 효과적인 스트레스 대처행동에 관한 교육 및 전략 코칭도 중요하지만 보육교사 자신의 자아탄력성을 강점 자원으로 최대한 발휘할 수 있게 지원하려는 노력이 보다 효과적임을 시사하는 것이다.

2019년 어린이집 의무 평가제가 실시되면서 평가제 4영역 4-3-2에서 교사의 직무스트레스를 완화하고 신체 및 정신건강을 유지할 수 있는 기회가 어떻게 제공되고 있는가?를 평가하고 있다. 이점을 고려해 볼 때, 직무 스트레스의 누적된 결과를 의미하는 직무소진에 관한 이 연구의 결과는 보육행정 측면에서 보육교사의 직무 스트레스 완화에 도움을 줄 수 있는 교육 자료로 활용될 수 있을 것이다. 뿐만 아니라 자아탄력성이나 문제 중심 대처행동과 같이 보육교사의 강점을 중심으로 직무 스트레스 완화나 직무소진을 예방할 수 있는 프로그램을 개발하는데 의미있는 정보로 활용될 수 있을 것이다. 그럼에도 불구하고 1-3년 경력의 초임 보육교사가 5년 이상 경력 보육교사에 비해 높은 직무소진을 경험하는 것으로 알려져 있음(Bae, Kim, & Han, 2014; Yoon & Noh, 2013)에도 불구하고 직무소진에 있어 보육교사의

경력 등을 통제하지 못한 것은 이 연구의 제한점이라 할 수 있다. 그러므로 이 연구의 결과를 해석하거나 보육교사에게 적용할 때 신중한 주의가 요구된다.

최근 직무소진으로 발전하기 전, 스트레스로부터 회복함으로써 직무소진 발생으로 인한 부정적 영향을 최소화하려는 노력이 이루어지고 있다. 회복경험(recovery experience)이란 스트레스를 받기 전의 상태로 돌아가는 것(Bennett et al., 2018; Headrick et al., 2023; Sonnentag & Fritz, 2007)으로 물리적 휴식이나 레저 활동 참가 또는 직무와 관계없는 일에 참여하거나 휴식을 취하는 것이다. 추후 연구에서는 보육교사의 회복경험에 관한 실증적 연구를 통해 직무소진을 효과적으로 예방할 수 있는 방안모색이 이루어졌으면 한다.

## Declaration of Conflicting Interests

The author declares no conflict of interest with respect to the authorship or publication of this article.

## Acknowledgments

This work was supported by research grants from Daegu Catholic University in 2024.

## References

- Alonso-Tapia, J., Rodríguez-Rey, R., Garrido-Hernansaiz, H., Ruiz, M., & Nieto, C. (2019). Coping, personality and resilience: Prediction of subjective resilience from coping strategies and protective personality factors. *Psicología Conductual*, 27(3), 375-389.
- Amirkhan, J. H. (1990). A factor analytically derived measure of coping: The coping strategy indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 1066-1075. <http://doi.org/10.1037/0022-3514.59.5.1066>
- Ansari, A., Pianta, R. C., Whittaker, J. V., Vitiello, V. E., & Ruzek, E. A. (2022). Preschool teachers' emotional exhaustion in relation to classroom instruction and teacher-child interactions. *Early Education and Development*, 33(1), 107-120. <http://doi.org/10.1080/10409289.2020.1848301>
- Bae, S. H., Kim, Y. H., & Han, S. Y. (2014). Effects of job stress, ego-resilience and burnout on teacher's turnover intention. *Journal of Early Childhood Education & Educare Welfare*, 18(1), 234-258.
- Bennett, A. A., Bakker, A. B., & Field, J. G. (2018). Recovery from work

- related effort: A meta-analysis. *Journal of Organizational Behavior*, 39(3), 262-275. <https://doi.org/10.1002/job.2217>
- Ben-Zur, H., & Michael, K. (2007). Burnout, social support, and coping at work among social workers, psychologists, and nurses: The role of challenge/control appraisals. *Social Work in Health Care*, 45(4), 63-82. [https://doi.org/10.1300/J010v45n04\\_04](https://doi.org/10.1300/J010v45n04_04)
- Betoret, F. D., & Artiga, A. G. (2010). Barriers perceived by teachers at work, coping strategies, self-efficacy and burnout. *The Spanish Journal of Psychology*, 13(2), 637-654. <https://doi.org/10.1017/S1138741600002316>
- Billings, A. G., & Moos, R. H. (1981). The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events. *Journal of Behavioral Medicine*, 4, 139-157.
- Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 349-361. <http://doi.org/10.1037/0022-3514.70.2.349>
- Chi, M. W., & Lee, J. Y. (2012). The effect of emotional workers' ego-resilience and stress-coping methods on their job stress. *Korean Journal of Child Education and Care*, 12(2), 249-263.
- Choe, H. S. (2017). Resilience and burnout of infant teachers in Korea: Focusing on moderating effect of coping style. *Journal of Learner Centered Curriculum and Instruction*, 17(19), 567-584. <http://doi.org/10.22251/jlcci.2017.17.19.567>
- Cohen-Louck K., & Zvi, L. (2022). A model for predicting post-traumatic stress disorder due to exposure to chronic political violence: Big five personality traits, ego-resiliency, and coping. *Journal Interpersonal Violence*, 37, 23-24. <https://doi.org/10.1177/08862605221080144>
- Ebata, A. T., & Moos, R. H. (1991). Coping and adjustment in distressed and healthy adolescents. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 12(1), 33-54. [http://doi.org/10.1016/0193-3973\(91\)90029-4](http://doi.org/10.1016/0193-3973(91)90029-4)
- Edu-Valsania, S., Laguía, A., & Moriano, J. A. (2022). Burnout: A review of theory and measurement. *International Journal Environmental Research Public Health*, 19(3), 1780. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031780>
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219-239. <https://doi.org/10.2307/2136617>
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, 18(1), 39-50. <https://doi.org/10.1177/00222437810180010>
- Freudenberger, H. J. (1974) Staff burn-out. *Journal Sociology Issues*, 30, 159-165. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>
- González-Morales, M. G., Rodríguez, I., & Peiró, J. M. (2010). A longitudinal study of coping and gender in a female-dominated occupation: Predicting teachers' burnout. *Journal of Occupational Health Psychology*, 15(1), 29-44. <http://doi.org/10.1037/a0018232>
- Han, Y. M., & Oh, K. S. (2010). A study on stress of infant care-givers. *The Journal of Korea Open Association for Early Childhood Education*, 15(1), 291-309.
- Headrick, L., Newman, D. A., Park, Y. A., & Liang, Y. (2023). Recovery experiences for work and health outcomes: A meta-analysis and recovery-engagement-exhaustion model. *Journal of Business and Psychology*, 38(4), 821-864. <https://doi.org/10.1007/s10869-022-09821-3>
- Hwang, H. S. (2010). The influence of emotional labor and ego-resilience on child care teachers' burnout. *Human Ecology Research*, 48(7), 23-32. <http://doi.org/10.6115/khea.2010.48.7.023>
- Jenaro, C., Flores, N., & Arias, B. (2007). Burnout and coping in human service practitioners. *Professional Psychology: Research and Practice*, 38(1), 80. <http://doi.org/10.1037/0735-7028.38.1.80>
- Kim, E. Y., Cho, S. J., & Lee, J. H. (2013). The relationship between ego-resiliency and burnout by the career of private security guards. *Journal of Korean Public Police and Security Studies*, 10(3), 45-64. <http://doi.org/10.25023/kapsa.10.3.201311.45>
- Kim, E. Y., Lee, J. H., & Cho, S. J. (2014). Correlation between customer orientation and job stress due to degree of emotional labor on security agents. *Convergence Security Journal*, 14(3), 23-35.
- Kim, H. Y., & Shim, J. H. (2014). The control effect of ego-resilience on the relationship between job stress and psychological exhaustion among employment service employees. *Journal of Vocational Education & Training*, 17(1), 35-65. <http://doi.org/10.36907/krivet.2014.17.1.35>
- Kim, J. Y., & Choi, M. K. (2018). Effect of burnout of preschool teachers on teacher-child interaction: The mediating role of psychological well-being. *Korean Journal of Child Studies*, 39(3), 127-139. <http://doi.org/10.5723/kjcs.2018.39.3.127>
- Kim, S. H., Park, E. A., & Cheon, S. M. (2021). Mediated effect of coping strategy of job stress in relations between grit and burnout of infant teachers. *Journal of Emotional & Behavioral Disorders*, 37(4), 223-243. <http://doi.org/10.33770/JEBD.37.4.10>
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. NY: Springer.
- Lee, E. Y., & Kang, H. S. (2020). The influence of emotional labor and resilience on burn out in clinical nurse. *Journal of Human Resource Management Research*, 27(3), 1-11. <http://doi.org/10.14396/jhrmr.2020.27.3.1>
- Lee, J. J. (2019). The mediating effect of stress coping strategies in relation between student's problem and psychological burnout. *The Journal of Play Therapy*, 23(2), 105-116. <http://doi.org/10.32821/JPT.23.2.7>
- Lee, J. H., & Kim, H. Y. (2014). The influence of ego-resilience and empowerment on child care teachers' burnout. *Early Childhood Education Research & Review*, 18(1), 5-21.
- Lee, J. H., Seo, M., Lee, M., Park, S. Y., Lee, J. H., & Lee, S. M. (2017).

- Profiles of coping strategies in resilient adolescents. *Psychological Reports*, 120(1), 49-69. <https://doi.org/10.1177/0033294116677947>
- Lee, K. S., & Kim, B. S. (2013). The mediating effects of stress-coping strategies on the relationships between self-resilience and self-integration in the elderly. *Korea Journal of Counseling*, 14(5), 2783-2792. <http://doi.org/10.15703/KJC.14.5.201310.2783>
- Lee, S. R., & Lee, J. H. (2010). Kindergarten teachers' burnout and ego-resiliency based on their teaching experiences. *Korean Journal of Early Childhood Education*, 30(6), 51-65. <http://doi.org/10.18023/kjece.2010.30.6.003>
- Lee, S. Y., & Seo, W. K. (2019). The effects of job burnout and empowerment on the flourishing of child care teachers. *Korean Journal of Child Education and Care*, 19(1), 15-26. <http://doi.org/10.21213/kjcec.2019.19.1.15>
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). *The Maslach burnout inventory*. CA: Consulting Psychologists Press.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (2013). Burnout in health professions: A social psychological analysis. In *Social psychology of health and illness* (pp. 227-251). London: Psychology Press.
- Maslach, C., & Leiter M. P. (1976). Burn-out. *Human Behavior*, 5, 16-22.
- Nielsen, M. B., & Knardahl, S. (2014). Coping strategies: A prospective study of patterns, stability, and relationships with psychological distress. *Personality and Social Psychology*, 55(2), 142-150. <http://doi.org/10.1111/sjop.12103>
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory*. New York: McGraw-Hill.
- Park, E. H., & Rhee, M. K. (2016). The effect of ego-resiliency on posttraumatic growth: The mediating effects of stress coping and cognitive emotion regulation. *The Korean Journal of Health Psychology*, 21(3), 623-640. <http://doi.org/10.17315/kjhp.2016.21.3.009>
- Park, H. J. (1996). *Perceived stress, coping and depression to ego-resilience* ( Unpublished master's thesis). Korea university, Seoul.
- Park, H. Y., & Kang, M. C. (2020). The relation between ego-resilience and burnout in the early childhood teachers: The mediating effects of the teacher efficacy and social support. *Journal of Welfare and Counselling Education*, 9(2), 55-78. <http://doi.org/10.20497/jwce.2020.9.2.55>
- Park, M. H., & Park, H. J. (2014). The mediating effect of stress coping in the relationships between ego-resiliency and school adjustment of elementary school students. *The Korean Journal of Applied Developmental Psychology*, 3(1), 1-16.
- Park, Y. S., & Hyun, E. M. (2007). Ego-resilience and stress coping styles of adolescents. *Journal of Korean Home Management Association*, 25(6), 83-94.
- Patterson, G. T. (1999). Coping effectiveness and occupational stress in police officers. In J. M. Violanti & D. Paton (Eds.), *Police trauma: Psychological aftermath of civilian combat*(pp. 214-226). IL: Charles C Thomas.
- Roth, S., & Cohen, L. J. (1986). Approach, avoidance, and coping with stress. *The American Psychologist*, 41, 813-819. <http://doi.org/10.1037/0003-066X.41.7.813>
- Rowe, M. M. (2000). Skills training in the long-term management of stress and occupational burnout. *Current Psychology*, 19, 215-228. <https://doi.org/10.1007/s12144-000-1016-6>
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57(3), 316-331. <http://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x>
- Ryff, C. D., Singer, B., Love, G. D., & Essex, M. J. (1998). Resilience in adulthood and later life: Defining features and dynamic processes. In J. Lomranz (Ed.), *Handbook of aging and mental health: An integrative approach* (pp. 69-96). NY: Plenum Press. [http://doi.org/10.1007/978-1-4899-0098-2\\_4](http://doi.org/10.1007/978-1-4899-0098-2_4)
- Schaufeli, W., Leiter, M., Maslach, C. & Jackson, S. (1996) Maslach burnout inventory-general survey. In C. Maslach, S. E. Jackson & M. P. Leiter (Eds.), *The Maslach burnout inventory manual* (3rd ed, pp. 19-26). CA: Consulting Psychologists Press
- Schoenmakers, E. C., van Tilburg, T. G., & Fokkema, T. (2012). Coping with loneliness: What do older adults suggest? *Aging & Mental Health*, 16, 353-360. <http://doi.org/10.1080/13607863.2011.630373>
- Schoenmakers, E. C., van Tilburg, T. G., & Fokkema, T. (2015). Problem-focused and emotion-focused coping options and loneliness: How are they related? *European Journal Ageing*, 12(2), 153-161. <http://doi.org/10.1007/s10433-015-0336-1>
- Shin, K. H. (2003). The Maslach burnout inventory-gernal survey (MBI-GS): An application in South Korea. *The Korean Journal of Industrial and Organizational Psychology*, 16(3), 1-17.
- Song, M. S. (2015). Structural equation modeling of social support, ego-resilience and burnout of childcare teachers: Mediating effects of ego-resilience and group differences by marital status. *Korean Journal of Early Childhood Education*, 35(6), 377-396. <http://doi.org/10.18023/KJECE.2015.35.6.018>
- Sonnentag, S., & Fritz, C. (2007). The recovery experience questionnaire: Development and validation of a measure for assessing recuperation and unwinding from work. *Journal of Occupational Health Psychology*, 12(3), 204-221. <http://doi.org/10.1037/1076-8998.12.3.204>
- Srivastava, R., & Tang, T. L. P. (2015). Coping intelligence: Coping strategies and organizational commitment among boundary spanning employees. *Journal of Business Ethics*, 130(3), 525-542. <https://doi.org/10.1007/s10551-014-2234-4>
- Stratta, P., Capanna, C., Patriarca, S., de Cataldo, S., Bonanni, R. L., Riccardi, I., et al. (2013). Resilience in adolescence: Gender differences

- two years after the earthquake of L'Aquila. *Personality and Individual Differences*, 54(3), 327-331. <http://doi.org/10.1016/j.paid.2012.09.016>
- Thompson, N. J., Fiorillo, D., Rothbaum, B. O., Ressler, K. J., & Michopoulos, V. (2018). Coping strategies as mediators in relation to resilience and posttraumatic stress disorder. *Journal of Affective Disorders*, 225, 153-159. <http://doi.org/10.1016/j.jad.2017.08.049>
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 320-333. <http://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.320>
- Wang, Y., Xiao, B., Tao, Y., & Li, Y. (2022). The relationship between mindfulness and job burnout of Chinese preschool teachers: The mediating effects of emotional intelligence and coping style. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(12), 7129. <https://doi.org/10.3390/ijerph19127129>
- World Health Organization (2019). Burn-out an occupational phenomenon: International classification of diseases. Available online: [https://www.who.int/mental\\_health/evidence/burn-out/en/](https://www.who.int/mental_health/evidence/burn-out/en/) (accessed on 2 June 2019).
- Yoon, H. M., & Noh, P. S. (2013). Relationship of work stress, career commitment, burnout, and turnover intention among educare-teachers. *Journal of the Korean Society of Child Welfare*, 43, 157-184.