

# 보육교사의 스트레스 수준, 건강상태가 소진에 미치는 영향

정진옥, 표은영\*  
경인여자대학교 간호학과

## Effects of Childcare Teachers' Stress Level and Health Status on Burnout

Jin-Ok Jeong, Eun-Young Pyo\*

Department of Nursing, Kyung-In Women's University

**요약** 본 연구는 보육교사의 스트레스 수준, 건강상태가 소진에 미치는 영향을 파악하기 위하여 시도되었다. 연구 대상자는 시 소재 보육시설에서 일하고 있는 보육교사 236명을 대상으로 자료 수집을 실시하여 이중 부적절한 응답을 제외한 총 220부를 분석하였다. 자료분석은 SPSS/WIN 21.0 program을 이용하여 통계 처리하였다. 연구 결과 보육교사의 인구사회학적 특성에 따른 스트레스 수준, 건강상태, 소진과의 관련 요인은 연령, 자녀유무, 1일 평균 근무시간, 주관적 건강상태가 관련이 있는 것으로 파악되었다. 보육교사의 스트레스 수준, 건강상태 및 소진 간의 관계에서 소진은 스트레스 수준과 통계적으로 유의한 양의 상관관계를 보였으며, 건강상태와는 통계적으로 유의한 음의 상관관계를 나타냈다. 보육교사의 스트레스 수준과 건강상태가 소진에 미치는 영향에 대한 본 연구의 회귀모형은 통계적으로 적합하였으며( $F=12.769, p<.001$ ), 전체 모형의 설명력은 47.6%(Adjusted  $R^2=.476$ )로, 심리적 건강( $\beta=-.297, p<.001$ ), 사회적 건강( $\beta=-.257, p<.001$ ), 스트레스 수준( $\beta=.247, p<.001$ ) 순으로 나타났다. 따라서 보육교사의 소진을 낮추기 위해서는 심리적, 사회적 건강 프로그램을 적용하고, 스트레스 감소를 위한 지속적인 관리프로그램 개발과 정부 및 민간 차원의 다양한 제도 개선과 대책방안 마련이 필요할 것으로 사료된다.

**Abstract** This study investigated the effects of childcare teachers' stress level and health status on burnout. We collected the data of 236 day care teachers who were working at day care facilities in the city and chose 220 after excluding improper responses. Data analysis was done using SPSS/WIN 21.0 program. The study results were as follows. The exhaustion of childcare teachers had a statistically significant positive correlation with stress levels, but a statistically significant negative correlation with health status. The description of the complete model was 47.6%(regulated  $R^2 =.476$ ) with psychological health( $\beta=-.297, p<.001$ ), and social health( $\beta=-.257, p<.001$ ), stress level( $\beta=.247, p<.001$ ). Thus, reducing the exhaustion of childcare teachers will require the consistent development of a stress management program with the application of psychological and social health, as well as various institutional reforms on both governmental and civil levels and a search for practical solutions.

**Keywords** : Childcare, Childcare teachers, Stress level, Health status, Burnout

### 1. 서론

#### 1.1 연구의 필요성

최근 우리나라는 가족구조의 변화, 기혼여성의 사회

활동 참여증가로 보육서비스에 대한 사회적 요구가 증가하였으며, 이와 더불어 보육시설 및 보육아동의 확대와 보육교사의 급격한 증가가 이루어져 왔다. 2016년 현재 전체 어린이집 수는 41,084개소, 보육아동의 수는

\*Corresponding Author : Eun-Young Pyo(Kyung-In Women's Univ.)

Tel: +82-10-3213-3624 email: pyo3624@kiwu.ac.kr

Received November 2, 2017

Accepted February 2, 2018

Revised (1st November 27, 2017, 2nd December 14, 2017, 3rd January 19, 2018)

Published February 28, 2018

1,451,215명, 보육교직원은 321,766명에 달하고 있다 [1]. 이러한 보육환경의 급격한 변화에 대처하기 위해 정부에서는 무상보육과 보육예산을 지속적으로 확대하는 등 보육서비스의 질 향상을 위해 노력하고 있다. 보육에 대한 관심의 증가 및 보육의 질적 향상을 위한 노력은 보육교사의 역할에 대한 기대와 더불어 처우개선을 위한 노력으로 이어지고 있다.

우리나라 어린이집은 국가 주도로 운영되고 있지만 설립주체에 따라 국공립, 사회복지법인, 법인 및 단체, 직장, 가정, 협동, 민간 어린이집 등 다양한 형태의 어린이집이 운영되고 있으며[1], 이중 국공립 어린이집은 약 10% 수준에 불과하다. 전체 보육예산 중 어린이집 운영비 지원, 보육교직원 인건비 및 운영지원비는 10.6%에 해당하며, 국공립어린이집에만 지원되기 때문에 국공립 이외의 어린이집의 운영 지원은 열악한 실정이다.

아동은 오랜 시간 보육시설에 머물기 때문에 건강, 영양, 신체적, 정신적 안전이 보장되어야 하며 따라서 보육시설의 물리적 환경이 매우 중요하다. 또한 아동의 연령과 발달 수준에 맞는 교육 제공을 위해 보육교사의 전문성 및 역량 확보가 중요하다. 그러나 우리나라의 보육교사들은 과도한 업무량과 저임금, 고용 불안정 등 다양한 직무스트레스를 경험하고 있어[2,3], 전문성 및 역량을 발휘하기 어려운 실정이다. 또한 보육교사의 과중한 업무와 열악한 근무여건은 보육시설 운영에 있어 긍정적 효과를 기대하기 어렵고, 보육교사 직무소진의 원인이 되고 있다[4,5].

직무소진은 정서적 고갈, 비인간화, 개인적 성취감 결여 등의 증상을 포함하는 심리현상이며, 개인이 직장에서 스트레스에 오랜 기간 노출되었을 때 나타나는 반응으로[6], 보육교사의 직무는 노동 강도가 높아 직무소진이 발생할 위험이 높다. 보육교사의 소진은 자신의 신체적, 정서적 건강을 해치는 것은 물론 경력개발에도 장애가 되고 있다. 보육을 담당하는 기관에서는 전문성을 가진 경력교사가 부족하고, 신입교사의 교육 및 훈련으로 시간과 비용을 낭비할 뿐 아니라 궁극적으로는 영유아의 발달에 부정적 영향을 미친다[7]. 결과적으로 보육교사의 소진은 영유아의 정신적, 신체적 건강에 영향을 미치고, 보육교사 개인의 직무에도 영향을 주어 결과적으로 보육의 질적 저하를 초래한다[8,9].

보육교사의 소진에 영향을 주는 요인에 대해 조사한 연구들에서는 보육교사의 개인적 배경과 근무여건, 업무

관련 변인 등의 다양한 요인이 관련되어 있다는 결과들을 제시하고 있으나, 근무환경이나 신체적 건강상태와 관련된 연구가 대부분이며 심리적, 정신적, 사회적 건강상태를 포괄한 연구는 아직 부족한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 일반적 특성, 시설 및 업무관련 특성, 스트레스와 더불어 신체적, 정신적, 사회적, 영적 건강상태가 소진에 어떠한 영향을 미치는지 알아봄으로써 앞으로 보육교사들의 소진을 감소시키기 위한 다양한 방안을 제시하는데 기초자료를 제공하고자 한다.

## 1.2 연구목적

본 연구의 목적은 보육교사의 스트레스 수준, 건강상태와 관련하여 보육업무 중 소진에 미치는 영향을 미치는 요인을 파악하기 위함이며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 보육교사의 일반적 특성을 파악한다.
- 2) 보육교사의 스트레스 수준, 건강상태, 소진 정도를 파악한다.
- 3) 보육교사의 일반적 특성에 따른 스트레스 수준, 건강상태 및 소진을 파악한다.
- 4) 교육교사의 스트레스 수준, 건강상태 및 소진 간의 상관관계를 파악한다.
- 5) 보육교사의 스트레스 수준, 건강상태가 소진에 미치는 영향을 파악한다.

## II. 이론적 배경

### 2.1 스트레스 수준

스트레스 수준은 Cohen, Kamarck 와 Mermelatein (1983)이 개발한 지각된 스트레스 척도(Perceived Stress Scale, PSS-10)를 개발자의 허락을 받아 Lee(2012)가 한국판으로 신뢰도와 타당도를 검증한 KPSS-10을 사용하여 측정된 점수를 말한다. 이 도구는 한 달 동안의 스트레스 관련 경험을 묻는 것으로 ‘전혀 없었다’ 0점에서 ‘매우 자주 있었다’ 4점까지의 Likert 척도로 총 10문항으로 구성되어 있으며, 이 중 4개 문항은 역으로 환산한다. 점수 범위는 0~40점으로 점수가 높을수록 지각된 스트레스가 높은 수준임을 의미한다. Lee(2012)의 연구에서 신뢰도는 .74이었으며, 본 연구에서는 .816이었다.

## 2.2 건강상태

건강상태는 일본 동경 대학의 의학부 보건학과에서 작성한 것(건강조사표)을 김윤신(1979)이 번안하고 임경희(2002)가 수정 보완한 한국판 THI(Todie Health Index)-Korea version 건강 조사표를 사용하여 측정된 점수를 말한다. 이 도구는 신체적 영역 10문항, 정신적 영역 7문항, 영적 영역 3문항, 사회적 영역 10문항의 총 30문항으로 구성되어 있으며, 각 건강상태는 ‘전혀 그렇지 않다’ 5점에서 ‘매우 그렇다’ 1점까지의 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 건강하지 못한 것을 의미한다. 임경희(2002)의 연구에서의 도구 신뢰도는 .916이었고, 본 연구에서는 도구 전체 신뢰도는 .903이었으며, 각 영역별 신뢰도는 신체적 영역 .773, 정신적 영역 .815, 영적영역 .806, 사회적 영역 .768이었다.

## 2.3 소진

소진을 측정하기 위해 Maslach와 Jackson(1981)이 개발한 Maslach 소진척도(Maslach Burnout Inventory; MBI)를 이재일(2011)이 교사를 대상으로 국내 실정에 맞게 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 정서적 고갈(emotional exhaustion), 비인간화(depersonalization), 개인적 성취감 감소(reduced personal accomplishment)의 3개 하위변인 총 22문항으로 구성되어 있다. 정서적 고갈(9개 문항)은 교사가 경험하는 피로감과 정서적 소모감과 관련되고, 비인간화(5개 문항)는 부정적이고 냉소적인 경향의 태도와 관련되며, 개인적 성취감 감소(8개 문항)는 개인이 자신의 목표를 달성할 수 없다고 느끼는 것과 관련된다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점까지의 Likert 척도로 구성되어 있으며, 개인적 성취감 감소 요인에 해당하는 문항은 역으로 환산하였다. 점수가 높을수록 소진 수준이 높음을 의미한다. Lee(2011)의 연구에서는 .86이었고, 본 연구에서는 도구 전체 신뢰도는 .889이었으며, 영역별로 보면 정서적 고갈 .870, 비인간화 .653, 개인적 성취감 감소 .831이었다.

## III. 연구방법

### 3.1 연구 설계

본 연구는 보육교사의 스트레스 수준, 건강상태가 보

육교사의 소진에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 상관관계 조사연구이다.

### 3.2 연구대상

시 소재 보육시설에서 일하고 있는 보육교사를 모집 단위로 하여 보육교사 보수교육에 참석한 278명을 임의 표집 하였다. 연구자는 참여 대상자에게 연구의 목적을 설명하고 이에 자발적으로 참여하기로 동의한 236명을 대상으로 자료 수집을 실시하였다. 이 중 부적절한 응답 16부를 제외한 220부를 분석하였다. 본 연구에서 필요한 대상자 수는 선형 다중회귀분석을 기준으로 G power 3.1.2 프로그램을 이용하여 검정력 .95, 효과크기 중간단계(.15), 유의수준 .05, 예측변수는 12로 설정하였을 때 최소 표본 수는 184명인 것으로 나타났다. 이에 본 연구에서 이용된 220명의 대상자 수는 충분한 것으로 파악되었다.

설문조사 시 연구대상자에게 연구의 목적과 필요성 및 자료수집절차, 연구 참여의 이점과 위험요인, 설문지의 중도 거부 가능, 개인정보 보호, 개인 비밀보장, 수집된 자료를 연구목적 이외의 목적으로 사용하지 않을 것을 설명한 후 연구목적 이해하고 자발적으로 서면동의서에 서명한 사람에게 한해 설문을 실시하였고, 참여에 동의한 후에도 언제든지 철회할 수 있음을 설명하였다. 또한 수집된 자료는 대상자의 정보를 식별할 수 없도록 coding하여 보관하였고 연구이후 파쇄 할 것을 약속하여, 최대한 연구대상자의 윤리적 측면을 고려하였다.

### 3.3 자료수집 및 분석방법

자료 수집은 구조화된 설문지를 2016년 5월 17일부터 19일까지 자가 보고식 설문방법을 이용하여 시행되었다. 연구자는 보수교육 기관과 담당자에게 연구에 대한 사전 협조를 구하여 승인을 받은 후 연구자가 연구대상자들에게 연구의 목적, 필요성, 참여방법을 이해하도록 설명한 후 자발적으로 연구에 참여하기로 동의한 경우 서면동의서를 작성하고 참여토록 하였다. 이후 설문지를 배부하고 작성 후 바로 회수하였으며 작성시간은 약 20분 정도 소요되었다. 참석자 278명 중 236명(84.9%)이 자발적으로 참여하였고, 이중 설문분석에 적합하지 않거나 설문내용이 미흡한 16부를 제외한 220부(93.2%)를 최종 분석에 사용하였다.

자료분석은 IBM SPSS/WIN 21.0 program을 이용하

여 통계 처리하였으며, 분석방법은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율로 나타내었다. 스트레스 수준, 건강상태 및 소진 정도는 평균과 표준편차로 나타내었다.
- 2) 보육교사의 일반적 특성에 따른 스트레스 수준, 건강상태 및 소진의 차이는 t-test, one-way ANOVA를 통해 분석하였고, one-way ANOVA결과 유의한 차이가 있는 항목은 scheffe's test를 이용하여 사후검정을 시행하였다.
- 3) 보육교사의 스트레스 수준, 건강상태 및 소진 간의 관계를 파악하기 위해 Pearson's correlation coefficient를 이용하여 분석하였다.
- 4) 보육교사의 스트레스 수준, 건강상태가 소진에 미치는 영향을 파악하기 위해 multiple regression을 이용하여 분석하였다.

## IV. 연구결과

### 4.1 보육교사의 일반적 특성

대상자 중 20세~40세가 85명(38.6%), 41세 이상이 135명(61.4%)이었으며, 기혼이 173명(78.6%)이었고, 자녀가 있는 경우가 173명(78.6%)을 차지하여 기혼여성의 경우 거의 모두 자녀가 있는 것으로 나타났다. 보육교사 경력은 3년 이상 10년 미만이 141명(64.1%)이었고, 3년 미만 40명(18.2%), 10년 이상 39명(17.7%) 순이었다. 근무기관은 민간 어린이집이 150명(68.2%), 가정 어린이집 32명(14.5%), 공공형 어린이집 20명(9.1%), 국공립 어린이집 18명(8.2%) 순이었다. 1일 평균 근무시간은 8시간 이상 10시간 미만이 167명(75.9%)로 가장 많았다. 월급여는 130만원 이상 160만원 미만이 106명(48.2%)으로 가장 많았고, 160만원 이상 220만원 미만이 100명(45.5%), 220만원 이상 14명(6.4%)순 이었다. 담당아동의 연령대는 0-2세인 경우가 166명(75.6%) 이었고, 담당하는 아동수는 5~9명이 149명(67.7%)로 가장 많았고, 10명 이상 담당하는 경우도 36명(16.3%)인 것으로 파악되었다. 본인의 건강상태를 인식하는 정도는 '보통'이라고 생각하는 경우가 148명(67.3%) 이었고, '좋은 편'이라고 생각하는 경우가 39명(17.7%) 이었다(Table 1).

**Table 1.** The demographic characteristics of the subjects (N=220)

Characteristics	Categories	n(%)
Age(years)	20-30	32(14.1)
	31-40	53(24.5)
	≥41	135(61.4)
Marriage	No	47(21.4)
	Yes	173(78.6)
Children	Yes	173(78.6)
	No	47(21.4)
Care work experience (years)	<3	40(18.2)
	3-9	141(64.1)
	≥10	39(17.7)
Type of facility	Public	20(9.1)
	National	18(8.2)
	Private	150(68.2)
	Home childcare	32(14.5)
Average working hours (per day)	<8	26(11.8)
	8-9	167(75.9)
	≥10	27(12.3)
Salary(won)	130-159	106(48.2)
	160-219	100(45.5)
	≥220	14(6.4)
Age of caring child(year)	0-2	166(75.6)
	3-5	54(24.5)
Number of caring children	1-4	35(15.9)
	5-9	149(67.7)
	≥10	36(16.3)
Health status	Good	39(17.7)
	Moderate	148(67.3)
	Bad	33(15.0)

### 4.2 보육교사의 스트레스 수준, 건강상태, 소진 정도

대상자의 스트레스 수준은 40점 만점에 16.818 (±4.615)점이었으며, 건강수준은 5점 만점에 전체평균은 3.653(±0.446)점이었고, 영역별 건강수준은 영적 건강(3.864±0.723점), 사회적 건강(3.688±0.455점), 신체적 건강(3.627±0.536점), 심리적 건강(3.551±0.610점)순 이었다. 소진의 전체 평균점수는 5점 만점에 2.499 (±0.472)점이었고, 영역별 평균점수는 정서적 고갈(2.840±0.658점), 개인적 성취감 감소(2.332±0.528점), 비인간화(2.153±0.545점) 순이었다(Table 2).

**Table 2.** The subjects stress level, health status and exhaustion (N=220)

Characteristics	Categories	Mean(±SD)
Stress level		16.818(±4.615)
Health status	Physical health	3.627(±0.536)
	Psychological health	3.551(±0.610)
	Spiritual health	3.864(±0.723)
	Social health	3.688(±0.455)
	Total	3.653(±0.446)
Exhaustion	Emotional exhaustion	2.840(±0.658)
	Dehumanization	2.153(±0.545)
	Decreased personal fulfillment	2.332(±0.528)
	Total	2.499(±0.472)

**4.3 보육교사의 일반적 특성에 따른 스트레스 수준, 건강상태 및 소진의 차이**

보육교사의 일반적 특성에 따른 스트레스 수준, 건강상태, 소진의 차이는 Table 3과 같다. 대상자의 일반적 특성에 따른 스트레스 수준의 차이는 연령(F=5.357, p=.005), 결혼여부(t=1.616, p=.011), 자녀유무(t=-2.882,

p=.004), 1일 평균 근무시간(F=9.448, p<.001)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 구체적으로 살펴보면 연령에 있어서 20-30세가 41세 이상에 비해, 미혼이 기혼에 비해 스트레스 수준이 통계적으로 유의하게 높았다. 또한 자녀가 없는 경우가 자녀가 있는 경우에 비해 스트레스 수준이 높았으며, 1일 근무시간이 8시간 이하인 경우에 비해 8시간이상 10시간 이하나 10시간 이상 근무하는 경우가 스트레스 수준이 통계적으로 유의하게 높게 나타나 근무시간이 길수록 스트레스 수준이 유의하게 높은 것으로 나타났다. 또한 주관적 건강상태를 나쁘다고 인식한 경우가 보통이나 좋은 편으로 인식한 경우보다 스트레스 수준이 높게 나타나 주관적 건강상태를 나쁘게 인식할수록 스트레스 수준이 유의하게 높은 것으로 나타났다.

일반적 특성에 따른 건강상태의 차이는 연령(F=6.553, p=.002), 자녀유무(t=3.092, p=.002), 1일 평균 근무시간(F=8.267, p<.001), 주관적 건강상태(F=15.034, p<.001)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 이를 구체적으로 살펴보면 건강상태는 연령이

**Table 3.** Differences in stress level, health status and burnout according to general characteristics (N=220)

Categories		Stress level		Health status		Burnout	
		Mean±SD	T/F(p)	Mean±SD	T/F(p)	Mean±SD	T/F(p)
Age(years)	20 - 30 <sup>a</sup>	18.871±5.169	5.357	3.411±0.437	6.553	2.872±0.458	16.316
	31-40 <sup>b</sup>	17.426±5.240	(.005)	3.624±0.503	(.002)	2.572±0.517	(<.001)
	≥41 <sup>c</sup>	16.104±4.041	a>c	3.721±0.405	c>a	2.385±0.410	a>b>c
Marriage	No	17.851±5.045	1.616	3.553±0.473	-1.740	2.716±0.535	3.241
	Yes	16.538±4.460	(.011)	3.680±0.436	(.083)	2.499±0.472	(.002)
children	Yes	16.538±4.460	-2.882	3.710±0.440	3.092	2.418±0.427	-5.222
	No	17.851±5.045	(.004)	3.478±0.431	(.002)	2.801±0.510	(<.001)
Care work experience (years)	<3	17.125±5.283		3.672±0.528		2.552±0.487	
	3-9	16.908±4.163	0.486	3.654±0.424	0.087	2.509±0.457	0.955
	≥10	16.180±5.453	(.616)	3.630±0.446	(.917)	2.499±0.472	(.387)
Type of facility	Public	18.450±4.975		3.575±0.448		2.655±0.440	
	National	16.889±4.910	0.964	3.524±0.495	1.004	2.677±0.507	1.964
	Private	16.680±4.648	(.411)	3.664±0.438	(.392)	2.459±0.465	(.120)
	Home childcare	16.406±4.165		3.724±0.438		2.493±0.472	
Average working hours(per day)	<8 <sup>a</sup>	13.692±4.470	9.448	3.904±0.426	8.267	2.252±0.464	9.653
	8-9 <sup>b</sup>	16.970±4.311	(<.001)	3.652±0.432	(<.001)	2.490±0.448	(<.001)
	≥10 <sup>c</sup>	18.889±5.213	b,c>a	3.421±0.442	a>b>c	2.796±0.488	c>b>a
salary(won)	130-160	16.755±4.579		3.693±0.428		2.459±0.493	
	159-219	17.060±4.707	0.656	3.612±0.468	0.848	2.548±0.462	0.961
	≥220	15.571±4.310	(.520)	3.650±0.427	(.430)	2.461±0.373	(.384)
Age of caring child(year)	0-2	16.819±4.478	0.006	3.658±0.458	0.270	2.457±0.442	-2.389
	3-5	16.815±5.058	(.995)	3.639±0.413	(.787)	2.631±0.538	(.018)
Number of caring children	1-4	16.257±4.415		3.734±0.477		2.425±0.400	
	5-9	16.705±4.463	1.176	3.648±0.450	0.880	2.477±0.463	0.256
	≥10	17.833±5.348	(.310)	3.596±0.398	.416	2.665±0.545	(.774)
Health status	Good	14.436±4.489	14.892	3.909±0.405	15.034	2.332±0.550	9.560
	Moderate	16.730±4.203	(<.001)	3.651±0.406	(<.001)	2.479±0.414	(<.001)
	Bad	20.030±4.806	c>b>a	3.364±0.495	a>b>c	2.791±0.508	c>a,b

**Table 4.** Correlation between subject's stress level, health status and exhaustion

(N=220)

Variables	r(P)									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Stress level	1									
2. Health status	-.637 ( $<.001$ )	1								
3. Burnout	.571 ( $<.001$ )	-.634 ( $<.001$ )	1							
4. Physical health	-.419 ( $<.001$ )	.779 ( $<.001$ )	-.349 ( $<.001$ )	1						
5. Psychological health	-.590 ( $<.001$ )	.881 ( $<.001$ )	-.623 ( $<.001$ )	.543 ( $<.001$ )	1					
6. Spiritual health	-.520 ( $<.001$ )	.757 ( $<.001$ )	-.546 ( $<.001$ )	.398 ( $<.001$ )	.655 ( $<.001$ )	1				
7. Social health	-.580 ( $<.001$ )	.838 ( $<.001$ )	-.609 ( $<.001$ )	.415 ( $<.001$ )	.703 ( $<.001$ )	.669 ( $<.001$ )	1			
8. Emotional exhaustion	.577 ( $<.001$ )	-.622 ( $<.001$ )	.847 ( $<.001$ )	-.384 ( $<.001$ )	-.596 ( $<.001$ )	-.494 ( $<.001$ )	-.583 ( $<.001$ )	1		
9. Depersonalization	.380 ( $<.001$ )	-.445 ( $<.001$ )	.778 ( $<.001$ )	-.218 ( $<.001$ )	-.433 ( $<.001$ )	-.381 ( $<.001$ )	-.465 ( $<.001$ )	.488 ( $<.001$ )	1	
10. Sense of personal accomplishment	.350 ( $<.001$ )	-.400 ( $<.001$ )	.769 ( $<.001$ )	-.180 ( $<.007$ )	-.418 ( $<.001$ )	-.404 ( $<.001$ )	-.379 ( $<.001$ )	.366 ( $<.001$ )	.584 ( $<.001$ )	1

41세 이상인 경우가 20~30세 연령에 비해 건강상태가 좋지 않은 것으로 나타났으며, 자녀가 있는 경우가 자녀가 없는 경우에 비해 건강상태가 좋지 않은 것으로 나타났다. 1일 평균 근무시간의 경우 8시간 이하 근무자가 건강상태가 가장 좋지 않았으며, 8~10시간 이하, 10시간 이상 근무 순으로 건강상태가 좋지 않은 것으로 나타나 근무시간이 길수록 건강상태가 좋은 것으로 나타났다. 주관적 건강상태는 좋은 편, 보통, 나쁜 편으로 인식한 대상자 순으로 건강상태가 좋지 않은 것으로 나타났다.

일반적 사항과 소진과의 관계는 연령( $F=16.316$ ,  $p<.001$ ), 결혼여부( $t=3.241$ ,  $p=.002$ ), 자녀유무( $t=-5.222$ ,  $p<.001$ ), 1일 평균 근무시간( $F=9.653$ ,  $p<.001$ ), 담당아동 연령대( $t=-2.389$ ,  $p=.018$ ), 주관적 건강상태( $F=9.560$ ,  $p<.001$ )에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 연령의 경우 20~30세가 소진정도가 가장 높았고, 31~40세, 41세 이상 순으로 소진을 보였다. 또한 미혼이 기혼에 비해 소진정도가 높았으며, 자녀가 없는 경우가 자녀가 있는 경우에 비해 소진정도가 높게 나타났다. 1일 평균 근무시간의 경우 10시간 이상 근무 시 가장 소진정도가 크며, 8-9시간 근무, 8시간미만 근무 순으로 나타나 1일 평균 근무시간이 길수록 소진정도가 높은 것으로 나타났다. 담당 어린이 연령대를 살펴보면 3-5세를 돌보는 경우가 0-2세에 비해 소진정도가 큰 것으로 나타났고, 주

관적 건강상태는 건강상태가 나쁘다고 인식한 대상자가 건강상태가 좋은 편, 보통으로 인식한 대상자에 비해 소진정도가 큰 것으로 나타났다.

#### 4.4 보육교사의 스트레스 수준, 건강상태, 소진 간의 상관관계

보육교사의 스트레스 수준, 건강상태 및 소진 간의 상관관계는 Table 4와 같다. 스트레스 수준은 건강상태( $r=-.637$ ,  $p<.001$ )와는 통계적으로 유의한 음의 상관관계를 보였으며, 소진과는 통계적으로 유의한 양의 상관관계를 보였다( $r=.571$ ,  $p<.001$ ). 건강상태는 소진( $r=-.634$ ,  $p<.001$ )과 통계적으로 유의한 음의 상관관계를 보였다.

건강상태 하위요인별 소진과의 상관관계를 살펴보면 신체적 건강( $r=-.349$ ,  $p<.001$ ), 심리적 건강( $r=-.623$ ,  $p<.001$ ), 영적건강( $r=-.546$ ,  $p<.001$ ), 사회적 건강( $r=-.609$ ,  $p<.001$ ) 모두 소진과 통계적으로 유의한 음의 상관관계를 보였다. 또한 소진의 하위요인과 스트레스 수준의 상관관계에서도 정서적 고갈( $r=.577$ ,  $p<.001$ ), 비인간화( $r=.380$ ,  $p<.001$ ), 개인적 성취감 감소( $r=.350$ ,  $p<.001$ ) 모두 스트레스 수준과 통계적으로 유의한 양의 상관관계를 보였다.

#### 4.5 보육교사의 스트레스 수준, 건강상태가 소진에 미치는 영향

보육교사의 소진에 영향을 미치는 주요 변인을 확인하기 위해 스트레스, 신체적 건강상태, 심리적 건강상태, 영적건강상태, 사회적 건강상태를 예측요인으로 하여 단계적 다중 회귀분석을 시행하였다(Table 5). 회귀분석에 대한 기본 가정을 검토한 결과 Durbin-Waston 통계량이 1.748로 2에 가까워 잔차의 자기상관이 없는 것으로 나타났으며, 공차한계(tolerance)값이 0.1 이상이었고 (0.46-0.65), 분산팽창인자(Variance Inflation Factor, VIF)도 1.53-2.15 으로 10이하로 나타나 다중 공선성에 문제가 없음을 확인하였다. 최종 회귀모형에는 스트레스, 심리적 건강, 사회적 건강이 채택되었으며, 본 연구에서 설정한 회귀모형은 통계적으로 적합하였다( $F=12.769$ ,  $p<.001$ ). 전체 모형의 설명력은 47.6%(Adjusted  $R^2=.476$ )이었으며, 설명력은 심리적 건강 ( $\beta=-.297$ ,  $p<.001$ ), 사회적 건강 ( $\beta=-.257$ ,  $p<.001$ ), 스트레스 수준 ( $\beta=.247$ ,  $p<.001$ ) 순이었다.

**Table 5.** The effect of subject's stress level and health status on burnout (N=220)

Variables	B	SE	$\beta$	t	p
Constant	3.874	.314		12.343	<.001
Psychological health	-.230	.056	-.297	-4.100	<.001
Stress level	.025	.006	.247	3.903	<.001
Social health	-.266	.075	-.257	-3.573	<.001

Adjusted  $R^2 = .476$ , ( $F=12.769$ ,  $p<.001$ )

### V. 결론 및 논의

본 연구는 보육 현장의 보육교사들의 일반적 특성, 건강상태, 스트레스, 소진의 정도를 살펴보고, 보육교사의 건강상태 및 스트레스가 소진에 어떠한 영향을 미치는지 알아보았다.

본 연구에서 스트레스 수준은 중간 정도의 수준을 보였는데 이는 보육교사를 대상으로 직무스트레스를 연구한 선행연구 결과와 유사하였다[10,11,12]. 일반적 특성에 따른 스트레스 수준은 보육교사의 연령이 낮을수록 스트레스 수준이 높은 것으로 나타났는데, 이는 자녀가 없는 경우 스트레스 수준이 높게 나타난 결과와 무관하지 않으며, 자녀 양육 경험이 없는 경우 양육 경험이 있는 경우에 비해 스트레스를 많이 받고 있다는 것을 의미

하는 결과이다. 또한 1일 평균 근무시간이 8시간 이상인 경우 그 미만인 경우보다 스트레스 수준이 높게 나타났는데, 이는 과도한 근무시간이 스트레스를 과증시킨다는 기존의 연구결과[2,3]와 같은 결과를 나타내어 과도한 근무시간의 조정이 필요함을 시사한다. 주관적 건강상태에 따른 스트레스 수준은 건강이 나쁘다고 인식할수록 스트레스 수준이 높게 나타났으며, 이러한 결과는 주관적 건강과 스트레스는 상관관계가 있다는 연구결과[12]를 지지한다.

일반적 특성에 따른 주관적 건강상태는 연령이 높을수록 건강이 나쁜 것으로 나타나 연령이 증가함에 따라 신체적 건강상태가 나빠지고, 자녀가 있는 경우 어린이집과 가정에서 이중으로 아이를 돌보아야하는 상황이 건강상태에 영향을 미치고 있음을 보여주는 결과이다. 또한 1일 평균 근무시간이 짧을수록 건강상태가 좋지 않은 것으로 나타났는데 이는 건강상태와 근무시간의 인과관계가 명확하지 않아 실제 근무시간이 건강상태에 영향을 미친 것인지 건강상태가 좋지 않아 근무시간을 짧게 한 것인지 확인이 어려워 추후 연구가 필요할 것으로 사료된다.

일반적 특성에 따른 소진 관련 선행연구에서 아동의 연령, 담당 아동의 비율, 근무시간, 보수, 승진의 기회, 인간관계, 보육시설 종류에 따라 소진 수준이 높다고 보고하였다[2,13]. 조성연(2005)의 연구에서는 학력이 높고, 미혼이며, 연령이 낮은 경우에 소진 수준이 낮은 것으로 나타나[2] 소진과 관련된 변인간의 결과는 연구마다 다양한 결과를 보여주었다. 본 연구에서 대상자의 일반적 특성에 따른 스트레스, 건강상태, 소진과의 관계에 공통적인 관련 요인은 연령, 자녀유무, 1일 평균 근무시간, 주관적 건강상태가 소진과 관계가 있는 것으로 나타났다. 연령과 소진과의 관계에 대한 선행연구에 따르면 연령이 낮을수록 소진을 높게 지각한다는 연구결과[7,14]와 연령이 높을수록 소진을 높게 지각한다는 결과[15]등 다양한 결과를 보여주고 있다. 본 연구에서는 20~30세가 소진정도가 가장 높아 연령이 낮을수록 소진을 높게 지각하고 있는 것으로 파악되어 연령이 소진과 유의한 관계가 있는 것으로 나타났다. 결혼유무에 따른 소진과의 관련성은 기혼이 미혼보다 소진을 낮게 지각한다고 보고한 연구결과[16,17]와 이에 반해 결혼유무와 소진은 관계가 없다는 연구결과[18]가 있었다. 본 연구에서는 자녀가 없는 경우가 자녀가 있는 경우에 비해 소

진정도가 높게 나타났는데 이러한 결과는 자녀 양육 경험이 스트레스와 더불어 소진에도 직·간접적인 영향을 미친 결과로 파악된다. 따라서 양육 경험이 없는 보육교사를 위한 양육 경험 노하우와 양육을 경험해 볼 수 있는 다양한 프로그램 개발 및 적용이 필요하다. 본 연구에서 1일 평균 근무시간이 길수록 소진정도가 높은 것으로 나타났는데 보육교사의 직무수행에서 장시간 근무는 높은 소진을 유발한다는 결과[19,20,21,22]와 과중한 업무에 의해 소진이 증가한다는 연구결과[2,3]와 유사한 결과를 보여주고 있다. 또한 보육 아동의 연령이 3~5세인 경우 0~2세에 비해 소진의 정도가 높게 나타났는데 이는 0~2세의 아동에 비해 3~5세의 아동의 언어, 호기심, 활동량 등이 증가함에 따라 이들을 돌보는 보육교사의 소진도 함께 높아지는 결과를 보여주는 것이라 할 수 있다. 2016년 현재 보육교사 1인당 아동 수는 평균 4.5명 [1]으로 보육교사의 점진적인 확충과 더불어 보육교사 대비 보육아동의 수를 일률적으로 적용할 것이 아니라 돌보는 아동의 연령에 따라 보육아동의 수를 조정하는 제도적인 마련이 필요할 것으로 사료된다.

보육교사의 업무관련 변인 중 직무스트레스와 소진 간의 관계를 살펴본 연구결과들[2,13,18,20]에서 직무스트레스가 높을수록 소진도 높다는 비교적 일관된 결과를 제시하고 있었으며, 본 연구에서도 스트레스 수준이 높을수록 소진도 높은 결과를 나타내어 스트레스가 소진에 영향을 주는 가장 중요한 요인 중 하나라는 것을 확인하였다. 스트레스를 일으키는 다양한 매개변수를 파악하여 소진을 낮출 수 있는 추후 연구가 필요하다.

또한 구은미(2011)는 보육교사가 건강에 어려움을 겪을수록 소진을 경험한다고 보고하였는데[5], 본 연구에서도 주관적 건강상태가 나쁘다고 인식한 대상자가 건강상태가 좋은 편, 보통으로 인식한 대상자에 비해 소진정도가 큰 것으로 나타나 보육교사의 건강상태를 관리할 수 있는 제도적 마련이 필요할 것으로 사료된다. 보육교사들은 신체적 건강영역에서 많은 어려움을 겪고 있으며, 신체적 건강문제를 많이 경험할수록 무력감을 더 많이 경험하고 있다[23]. 또한 보육어린이의 연령이 낮을수록, 식사나 휴식시간 확보가 어려워 건강상의 문제가 발생하고 있다[24].

또한 본 연구에서 보육교사의 소진에 영향을 미치는 변인으로 심리적 건강, 사회적 건강, 스트레스 수준 순으로 나타났고 전체 모형의 설명력이 47.6%로 나타났

다. 보육교사의 감정노동이 직무스트레스에 미치는 영향에 대한 연구에 따르면 보육교사의 감정노동은 직무스트레스와는 정적 상관성을 가지고 있으며, 보육교사의 감정노동은 직무스트레스에 유의미한 영향을 미친다고 보고하였다[25]. 결과적으로 신체적 건강뿐만 아니라 정서적인 건강과 사회적 건강이 직무스트레스에 영향을 미치고 직무스트레스는 소진에 영향을 미친다고 할 수 있다. 이는 소진에 영향을 미치는 요소 중 신체적 건강뿐만 아니라 심리적, 사회적 건강의 중요성을 확인할 수 있는 결과이다. 따라서 보육교사의 신체적 건강뿐 아니라 심리적, 사회적 건강상태 파악과 이를 증진시키기 위한 체계적인 관리가 필요할 것으로 사료된다.

본 연구는 보육 현장의 보육교사들의 일반적 특성, 건강상태, 스트레스, 소진의 정도를 살펴보고, 보육교사의 건강상태 및 스트레스가 소진에 어떠한 영향을 미치는지 파악하기 위해 수행되었다. 보육교사의 소진에 중요한 영향을 미치는 요인은 심리적 건강, 사회적 건강, 스트레스로 확인되었다. 이러한 결과는 기존의 선행연구에서 미비하였던 건강의 요소를 세분하여 심리사회적 건강이 소진에 영향을 미치는 중요한 요인임을 알 수 있었다. 이러한 결과를 바탕으로 보육교사의 소진을 감소시키기 위해서 스트레스를 낮추고, 심리적, 사회적 건강상태를 높이기 위한 적극적인 대책과 개선방안 마련이 필요하다. 보육교사를 대상으로 스트레스 대처방법에 대한 다양한 교육 프로그램 개발과 적용이 필요하며 특히, 스트레스에 영향을 미치는 일반적 특성인 연령, 결혼여부, 자녀유무, 업무시간 별 맞춤형 스트레스 관리 프로그램 등의 개발에 대한 추후 연구를 제언한다. 또한 보육교사들의 건강상태 호전을 위해 건강관리에 대한 교육을 강화하되 일회성이 아닌 지속적 관리 프로그램 개발이 필요하다. 특히 신체적 건강뿐만 아니라 심리적 건강과 사회적 건강증진에 대한 관심과 지지가 필요하다. 또한 보육의 질적인 향상을 위한 보육교사의 전문적인 역량을 발휘가 가능하도록 소진에 영향을 미치는 다양한 변인들을 확인하고 원인을 감소시키기 위한 정부 및 민간 차원의 다양한 제도 개선과 대책방안 마련이 필요할 것으로 사료된다. 본 연구는 일개 시 소재 보육시설에 근무하고 있는 보육교사를 대상으로 수행되어 연구결과의 일반화에 제한점을 가지고 있어 추후 다양한 보육시설의 보육교사를 대상으로 한 전국단위의 연구가 이루어질 것을 제언한다.



## References

- [1] Ministry of health & welfare. Childcare statistics, Ministry of health & welfare. 2016([cited 2010 Jun 20], Available From: <http://www.mohw.go.kr>.
- [2] S. Y. Cho, Child Care Teacher's Job Satisfaction and Burnout, *Korean Association of Human Ecology*, vol. 14, no. 1 pp. 67-79, 2005.
- [3] E. S. Kim, The correlation between child-care teacher's burnout and their awareness of professionalism & social support of perception, *Korean Journal of Child Welfare*, vol. 6, no. 2 pp. 1-18, 2008.
- [4] H. J. Kwon, The Effects of Child Care Teachers' Job Stress on Job Turnover, Occupational Turnover and the Moderating Effect of Personal Accomplishment, *Korean Journal of Community Living Science*, vol. 19, no. 4, pp. 597-609, 2008.
- [5] J. Y. Lee, K. H. Kim, H. K. Shin, An Effect of Child Care Teachers' Job Stress and Burnout upon Job Turnover Intention, *The Korean Society For Study of Child Education and care*, vol. 11, no. 4, pp. 213-230, 2011.
- [6] C. Maslach, S. E. Jackson, Burnout in health professions: a social psychological analysis. En G.S. Sanders y J Suls. *Social psychology of health and illness*, pp. 227-251, 1982.
- [7] H. M. Yoon, P. S. Noh, Relationship of Work Stress, Career Commitment, Burnout, and Turnover Intention among Educare-teachers. *Korean Society of Child Welfare*, vol. 43, pp. 157-184, 2013.
- [8] H. Y. Shin, U. H. Rhee, Effect of Teachers' Job Stress and Belief of Efficacy on the Quality of Teacher' Interaction Behaviors in Child Care, *Korean Journal of Child Studies*, vol. 26, no. 5, pp. 105-121, 2005.
- [9] J. U. Jung, Y. H. Park, Structural Relations among Childcare Teachers' Burnout, Job Stress, Ego-Resilience, and Perceived Emotional Support, *The International Journal of Creativity & Problem Solving*, vol. 12, no. 1, pp. 111-132. 2016.
- [10] K. H. Hong, H. J. Jung, Effect of preschool teacher's job stress and depression on burnout: Focusing on the moderating effect of depression. *Journal of Korean Child Care and Education*, vol. 9, no. 1, pp. 263-280. 2013.
- [11] E. M. Koo, A study on health perceptions, health promoting lifestyles and job stress of child care teachers. *Journal of Korea Open Association for Early Childhood Education*, vol. 12, no. 4, pp. 97-113. 2007.
- [12] Y. R. Lee, S. N. Park, M. R. Lee, Impact of Job Stress, Depression and Perceived Health Status on Job Satisfaction among Child Care Teachers. *Korean Journal of Occupational Health Nursing*, vol. 25, no. 4, pp. 259-267, 2016.  
DOI: <https://doi.org/10.5807/kjohn.2016.25.4.259>
- [13] J. E. Kim, S. H. Ann, Variables Affecting Burnout among teachers of Infants and Toddlers, *Korean Journal of Child Studies*, vol. 28, no. 3, pp. 149-162, 2007.
- [14] J. T. Dekker, T. L. Bailey, N. Westergaard, Burnout Among Childcare Workers, *Journal Residential Treatment for Children & Youth*, vol. 19, no. 4, 2002.
- [15] C. L. Moon, S. E. Lee, Job Satisfaction and Burnout of Early Childhood Educational Teachers. *Korean Journal of Human Ecology*, vol. 14, no. 3 pp. 387-399, 2005.
- [16] M. N. Yoo, N. R. Shin, Childcare Teachers' Work-related Burnout, Job Satisfaction, and Social Supports in the Workplace, *Journal of Life-span Studies*, vol. 3, no. 2, pp. 73-85, 2013.
- [17] C. Maslach, After-effects of job-related stress: Families as victims, *Journal of Organizational Behavior*, vol. 3, no. 1, pp. 63-77, 1982.  
DOI: <https://doi.org/10.1002/job.4030030106>
- [18] S. J. Oh, J. A. Choi. Effects of Childcare Teachers' Collective Self-Esteem on Burnout, *Journal of Open Parent Education*, vol. 8, no. 2, pp. 185-199, 2006.
- [19] Y. M. Kim, A Study on Burnout and Social Support Among Early Childhood Teachers, *The Korea Association of Child Care and Education*, vol. 34, no. 1, pp. 111-127, 2003.
- [20] J. H. Lee, S. Y. Cho, Moderating Effects of the Childcare Teacher's Ego-resilience on Relationship between Their Job Satisfaction and Burnout, *Korean J. Community Living Science*, vol. 20, no. 4, pp. 559-570, 2009.
- [21] C. Maslach, S. E. Jackson, Christina, et al. Maslach Burnout Inventory. *Palo Alto*. 1986.
- [22] H. M. Yoon, H. K. Kwon, Job-related Stress and Job Satisfaction of Teachers in Educare Centers. *Korean Journal of Human Ecology*, vol. 12, no. 3, pp. 303-319, 2003.
- [23] E. M. Koo, A Study on Child Care Teacher's Physical Health, Mental Health and Burnout, *Journal of Early Childhood Education & Educare Welfare*, vol. 15, no. 4, pp. 119-139, 2011.
- [24] C. S. Lee, Y. S. Park, J. Y. Song, An Influence of Work Stress on Job Burnout of Child-Care Teacher at National and Public Daycare Center, *Journal of Education & Culture*, vol. 22, no. 4, pp. 379-407, 2016.  
DOI: <https://doi.org/10.24159/joec.2016.22.4.379>
- [25] M. S. Chung, The Buffering Effect of Autonomy between Emotional Labor and Job Stress in Childcare Teachers. *Korean Journal Of Counseling And Psychotherapy*, vol. 26, pp. 47-166, 2014.

**정 진 옥(Jin-Ok Jeong)**

[정회원]



- 1995년 2월 : 연세대학교 대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2016년 8월 : 연세대학교 대학원 (간호학박사)
- 2014년 3월 ~ 현재 : 경인여자대학교 간호학과 교수

<관심분야>

간호, 여성, 공감교육, 영적간호

---

**표 은 영(Eun-Young Pyo)**

[정회원]



- 2008년 8월 : 한양대학교 대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2013년 8월 : 한양대학교 대학원 (보건학박사)
- 2008년 5월 ~ 2013년 2월 : 질병관리본부 선임연구원
- 2013년 3월 ~ 현재 : 경인여자대학교 간호학과 교수

<관심분야>

간호, 보건, 보육, 의학