

유아 교사의 사회적 지지 및 마음 챙김이 직무 소진에 미치는 영향

정혜진, 조성제*
동방문화대학원대학교 문화예술콘텐츠학과

The Effect of Social Support and Mindfulness of Preschool Teachers on Job Exhaustion

Hye-jin Jung, Sung-je Cho*
Department of Culture and Arts Contents, Dongbang Culture Graduate University

요약 본 연구의 목적은 유아 교사의 사회적 지지 및 마음 챙김이 직무 소진에 미치는 영향을 파악하는 데 있다. 연구대상은 OO시 유아 교사 138명을 대상으로 실시하였다. 분석방법은 SPSS 22.0 프로그램을 사용하여 빈도 분석, 신뢰도 분석, 상관관계 분석을 실시하였으며, 변수 간의 인과관계에 대한 다중회귀 분석을 실시하였다. 연구결과 첫째, 유아 교사의 사회적 지지가 직무 소진에 미치는 영향을 살펴본 결과 사회적 지지의 하위요인인 물질적 지지 요인은 직무 소진에 부적(-)으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 유아 교사의 마음 챙김이 직무 소진에 미치는 영향을 살펴본 결과 마음 챙김의 하위요인인 탈 중심적 주의, 현재자각은 직무 소진에 부적(-)으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 유아 교사가 지각하는 사회적 지지의 물질적 지지 요인과 마음 챙김의 탈 중심적 주의, 현재자각이 높을수록 직무 소진이 낮아진다는 것을 의미하는 것이다. 본 연구의 시사점은 유아 교사의 직무 소진 감소를 위한 방안 마련의 기초자료가 될 것으로 사료된다

Abstract This study examined the effects of preschool teachers' social support and mindfulness on job exhaustion. The study subjects were 138 preschool teachers in OO city. As an analysis method, frequency analysis, reliability analysis, and correlation analysis were performed using the SPSS 22.0 program, and multiple regression analysis was performed on the causal relationship between the variables. An examination of the effect of social support on preschool teachers on job exhaustion found that the material support factor, a sub-factor of social support, had a negative effect (-) on job exhaustion. Second, the sub-factors of mindfulness, decentered attention, and present awareness had a significant negative effect on job exhaustion. A higher the current awareness, the decentered attention of mindfulness, and the material support factor of social support perceived by preschool teachers indicated lower job exhaustion. These results provide the basic data for the preparation of measures for reducing job exhaustion of preschool teachers.

Keywords : Preschool Teacher, Social Support, Mindfulness, Job Exhaustion, Current awareness

본 논문은 동방문화대학원대학교 연구과제로 수행되었음.

*Corresponding Author : Sung-je Cho(Dongbang Culture Graduate Univ.)

email: jh8104@naver.com

Received December 7, 2020

Revised January 20, 2021

Accepted March 5, 2021

Published March 31, 2021

1. 서론

1.1 연구의 필요성

최근 급격한 사회적 변화와 산업의 발달로 다양한 변화와 결과를 초래하였다. 특히 유아교육 현장의 위기와 문제들로 유아 교사의 중요성과 역할 등이 사회적인 이슈로 대두되고 있다. 따라서 유아 교사란 사회의 공동체 현장에서 당연한 첫 모델과 중요한 위치에 있는 유아 교사는 직무 소진에 대한 문제가 중요한 요소라고 할 수 있다. 따라서 유아 교사에 대하여 살펴보면 생후 1년부터 6세 미만의 유아들을 가르치는 일정한 자격을 갖춘 자를 의미한다.

유사교사란 유아가 처음으로 하는 사회생활에서 결정적인 보호자의 역할을 하는 자로 질 높은 보육 서비스를 제공하며, 전인 발달의 가장 중요한 시기에 도움을 주는 조력자의 역할을 하는 자라는 점에서 매우 큰 의미를 가진다[1]. 위와 같이 유아와 많은 시간을 접하는 유아 교사의 역할을 감당하는 직무는 중요한 변인으로 대두된다. 따라서 직무 중에 직무 소진에 대하여 국외의 선행 연구에서 살펴보면 직무 소진이란 사회 복지 분야에서 종사자들이 의욕의 상실감과 피곤함, 정신적인 힘들음 보면서 고객들에게 냉담한 반응을 보이는 결과를 설명하는 용어로 소진이라는 개념을 사용하기 시작하였다[2]. 소진이 비현실이며, 과도한 업무로 신체적, 정신적인 악영향을 미치게 된다고 하였다.

또한, 국내에서는 직무 소진을 '스트레스로 인해 과도하게 장기간 업무로 인해 나타나는 육체적·정서적·태도적인 고갈을 경험하면 업무수행에 대한 에너지와 상실된 목표의식 상태로 학습된 무기력을 경험, 서비스 당사자에게 냉담과 무관심을 증폭시킨다고 하였다[3]. 따라서 많은 서비스업계에서 해야 하는 업무들로 다양한 고객들의 응대와 고충으로 만족을 느끼는 것이 쉽지 않으며, 실제 업무상에서 때로는 개인의 성취감을 저하시키게 된다고 하였다[4]. 또한, 유아 교사의 현장에서 마음 챙김은 우울을 낮추어 주고 예방적인 차원의 변인으로 긍정적이고 심리적인 기제라고 하였다[5].

특히, 국내에서는 마음 챙김은 특질보다는 상태에 더 가까운 것을 통해 개발되는 기술과 유사하다고 보았다[6]. 또한 '유아 교사가 가지는 자기 주관적인 웰빙을 측정하는 현재와 미래의 삶에 대한 만족과 기대를 포함시키는 개념'이라고 하였다[7].

위와 같이 유아 교사가 실전에서 당연할 문제인 영향을 끼치는 요인으로는 사회적 지지로 볼 수 있으며[8], 사

회적 지지란 자신이 존중과 사랑을 받고 있다는 확고한 믿음 속에 자신과 사회관계망간에 실제적이고 역동적인 도움을 주고받는 과정에 가족을 포함한 친족과 친구와 이웃, 사회단체 등으로부터 제공되는 사랑과 이해, 격려와 관심, 인정 등을 의미하는 정서적 지원과 금전이라고 할 수 있다. 따라서 서비스의 제공과 관련된 물질적 지원, 충고, 조언, 정보제공과 동일한 사회적 지지를 통해 정서적 지원 및 취미생활이나 여가를 공유하는 사교적 지원 등의 유형으로 세분화 될 수 있다고 하였으며, 사회적 지지와 같은 대인 관계적 자원의 활용은 직장 내 우울 문제는 감소되고 효과적인 예방도 되며, 기존의 선행 연구에서도 그 효과성이 입증되어 왔다고 하였다[9].

인간이 사회적 욕구를 충족시키기 위해 타인과의 상호 작용을 통해 다른 사람에 의해 제공 받는 유형적, 무형적 자원을 사회적 지지라고 하며, 타인과의 이미 있는 상호 작용의 결과로 얻어지는 것으로서 개인의 심리적 적응을 도우며, 좌절을 극복하고, 문제해결 능력을 강화하는 측면에서 중요하게 작용하는 것으로 나타났다고 하였다[10].

또한, 서비스직에 종사자들 대상으로 살펴본 결과 소진이 발생하면 스트레스와 우울, 소외감 등을 느끼는 등 부정적인 감정 요인과 많이 관련되며, 소진은 스트레스와 밀접하며 종종 혼용되기도 하며, 스트레스는 개인에 따라서 긍정적, 부정적으로 받아들여 질 수 있는 것인데 비해 소진은 스트레스가 누적된 결과로 나타나는 좋지 않은 상태라고 볼 수 있다고 하였다[4].

위와 같이 유아 교사는 사명과 소명을 가지고 유아 교사의 직무를 다하고 있지만, 사회적인 지지와 존중이 없이는 직무 소진이라는 난관에 부딪히게 된다는 것이다. 따라서 선행연구를 통해서 유아 교사의 사회적 지지 및 마음챙김이 직무 소진에 미치는 영향에 대한 연구의 필요성이 대두된다.

이상과 같이 유아 교사의 사회적 지지 및 마음챙김이 직무 소진에 미치는 영향에 대해 살펴 보았으며, 본 연구는 유아 교사들의 사회적 지지, 마음 챙김, 직무 소진과의 영향관계를 파악함으로써 유아교육 분야에서 유아 교사들이 지각하는 직무 소진 감소를 위한 방안 마련의 기초 자료를 제공하고자 한다.

1.2 연구문제

본 연구의 목적은 유아 교사의 사회적 지지, 마음 챙김, 직무 소진과의 관계에 대하여 분석하고자 한다. 이에 대한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 유아 교사의 사회적 지지는 직무 소진에 어떠한

영향을 미치는가?

둘째, 유아 교사의 마음 챙김은 직무 소진에 어떠한 영향을 미치는가?

2. 연구방법

2.1 연구대상

본 연구는 2019년 10월 1일부터 2019년 11월 20일까지 00시의 유아 교사 138명을 대상으로 조사하였다. 설문조사는 자기기입방식으로 설문 취지에 대해 충분히 설명한 후 실시하였다. 연구 자료 총 145부의 자료를 수집한 후 연구 자료로 적절하지 않은 설문지 7부를 제외한 138부의 자료를 분석에 활용하였다.

2.2 연구도구

본 연구에 사용된 도구는 일반적 특성 3문항, 사회적 지지 25문항, 마음 챙김 20문항, 직무 소진 9문항으로 구성되어 있다. 일반적 특성에 관한 내용은 성별, 연령, 거주지 등으로 구성하여 조사하였다. 유아 교사의 사회적 지지는 김기순[11]이 사용한 측정도구로 하위요인 정서적 지지 7문항, 정보적 지지 6문항, 물질적 지지 6문항, 평가적 지지 6문항 총 25문항으로 구성하여 각 문항을 리커트 5점 척도로 측정하였다. 마음 챙김을 측정하기 위해 이우경[6]이 사용한 마음 챙김의 측정도구는 하위요인 탈 중심적 주의 5문항, 비판단적 수용 5문항, 현재자각 5문항, 주의 집중 5문항 총 20문항으로 구성하여 각 문항을 리커트 5점 척도로 측정하였다. 유아 교사의 직무 소진을 측정하기 위해 박상철[12]이 사용한 직무 소진 측정도구 9문항으로 구성하여 각 문항을 리커트 5점 척도로 측정하였다.

2.3 신뢰도

본 연구에 사용된 각 변수의 신뢰도 검증결과, 사회적 지지의 전체 신뢰도는 .908로 상당히 높은 신뢰도를 보이고 있다. 사회적 지지의 하위요인별로 살펴보면, 정서적 지지 .847, 정보적 지지 .884, 물질적 지지 .914, 평가적 지지 .880으로 신뢰도가 높게 나타났음을 알 수 있다. 마음 챙김의 전체 신뢰도는 .879의 높은 신뢰도를 보이고 있다. 하위요인별로 살펴보면, 탈 중심적 주의 .811, 비판단적 수용 .832, 현재자각 .856 주의집중 .873의 높은 신뢰도를 보이고 있다. 직무 소진의 신뢰도 또한 .811의 높은 신뢰도를 보이고 있다. 측정도구의 신뢰도는 Cronbach's α 값이 최소한

의 수준인 .60이상으로 신뢰성을 확보하였다. 구체적인 신뢰도 분석결과는 [표 1]과 같다.

Table 1. Reliability of key variables

Spec.		number of questions	Cronbach's α	
social support	emotional support	7	.847	
	informational support	6	.884	
	material support	6	.914	
	evaluative support	6	.880	
Mindfulness	decentralism	5	.811	
	critical acceptance	5	.832	
	realize the present	5	.856	
	Attention focused	5	.873	
exhaustion of duties		4	.811	

2.4 자료처리 및 분석방법

연구에 수집된 자료처리는 SPSS 22.0 프로그램을 사용하여 유의수준 5%에서 검증하였고, 각 연구도구의 신뢰도 산출은 Cronbach's α 의 계수를 이용하여 분석하였다. 유아 교사의 일반적 특성은 빈도분석을 실시하여 알아보았으며, 유아 교사의 사회적 지지, 마음 챙김이 직무 소진에 미치는 영향을 알아보기 위하여 상관관계분석 및 다중회귀분석을 실시하였다.

3. 연구결과

3.1 일반적 특성

본 연구대상자의 일반적 특성을 살펴보면, 유아 교사의 성별은 여자 138명(100.0%)으로 모두 여성인 것으로 나타났으며, 연령은 40대 이상-50대 미만인 82명(59.4%)으로 가장 많았고, 30대가 43명(31.2%), 20대가 13명(9.4%) 순으로 나타났다. 거주지 별로 살펴보면, 도시가 127명(92.0%)으로 농어촌 11명(8.0%) 보다 많은 것으로

Table 2. General characteristics

Spec.	the entire(N=138)		
	Frequency	Ratio(%)	
Gender	Male	0	0.0
	Female	138	100.0
Age	20s	13	9.4
	30s	43	31.2
	over 40s and under-50	82	59.4
Residence	City	127	92.0
	Farming and fishing villages	11	8.0

조사되었다. 유아 교사의 일반적 특성에 대하여 살펴본 결과는 [표 2]와 같다.

3.2 주요 변수에 대한 기술통계

3.2.1 사회적 지지에 대한 기술통계

유아 교사의 사회적 지지에 대한 측정 변수는 5점 척도로 측정하였으며, 사회적 지지 요인의 전체는 M=3.90으로 평균 점수보다 높게 나타났으며, 하위요인별로 살펴보면, 평가적 지지(M=4.10) 요인이 가장 높게 나타났고, 정서적 지지(M=4.04), 정보적 지지(M=3.92), 물질적 지지(M=3.55) 순으로 나타났다. 유아 교사의 사회적 지지에 대한 기술통계를 살펴본 결과는 [표 3]과 같다.

Table 3. Descriptive Statistics on Social Support

Spec.	N	minimum value	maximum value	M	SD	
social support	emotional support	138	2.71	5.00	4.04	.67
	informational support	138	2.33	5.00	3.92	.71
	material support	138	1.50	4.67	3.55	.87
	evaluative support	138	2.67	5.00	4.10	.67
	the entire	138	2.30	4.83	3.90	.65

3.2.2 마음 챙김에 대한 기술통계

유아 교사의 마음 챙김에 대한 측정 변수는 5점 척도로 측정하였으며, 마음 챙김 요인의 전체는 M=3.97로 평균 점수보다 높게 나타났으며, 하위요인별로 살펴보면, 현재자각(M=4.20) 요인이 가장 높게 나타났고, 비판단적 수용(M=4.05), 주의집중(M=3.93), 탈 중심적 주의(M=3.69) 순으로 나타났다. 유아 교사의 마음 챙김에 대한 기술통계를 살펴본 결과는 [표 4]와 같다.

Table 4. Descriptive Statistics on Mindfulness

Spec.	N	minimum value	maximum value	M	SD	
Mindfulness	decentralism	138	2.20	5.00	3.69	.88
	critical acceptance	138	2.20	5.00	4.05	.89
	realize the present	138	2.80	5.00	4.20	.71
	Attention focused	138	2.00	5.00	3.93	.78
	the entire	138	2.60	4.95	3.97	.70

3.2.3 직무 소진에 대한 기술통계

유아 교사의 직무 소진에 대한 측정 변수는 5점 척도로 측정하였으며, 직무 소진 요인은 M=2.37로 평균보다 약간 낮은 수준으로 나타난 것을 알 수 있다. 하위요인별로 살펴보면, 감정고갈(M=3.00)은 평균보다 높게 나타났으며, 상대적으로 탈 인격화(M=1.73) 요인은 평균점수보다 낮은 수준으로 나타났음을 알 수 있다. 유아 교사의 직무 소진에 대한 기술통계를 살펴본 결과는 [표 5]와 같다.

Table 5. Descriptive Statistics on Job Exhaustion

Spec.	N	minimum value	maximum value	M	SD
emotional exhaustion	138	1.80	4.80	3.00	.86
dehumanization	138	1.00	3.50	1.73	.68
the entire	138	1.40	4.15	2.37	.63

3.3 주요 변수 간의 상관관계

유아 교사의 사회적 지지, 마음 챙김, 직무 소진과의 관련성을 살펴본 결과, 유아 교사가 인식하는 사회적 지지와 마음 챙김은 다소 높은 수준의 양의 상관관계를 지니는 것으로 확인되었다($r=.545, p<.01$). 반면, 사회적 지지와 직무 소진은 다소 높은 수준의 음의 상관관계를 지니는 것으로 확인되었다($r=-.511, p<.01$). 한편 마음 챙김과 직무 소진은 높은 수준의 음의 상관관계를 지니는 것으로 확인되었다($r=-.743, p<.01$). 이러한 결과는 변수들 간의 관계성이 있으며 상관 계수의 값이 나타났다. 이에 대한 변수 간의 상관관계 분석결과는 [표 6]과 같다.

Table 6. Correlation between Key Variables

Spec.	emotional support	Mindfulness	exhaustion of duties
emotional support	1		
Mindfulness	.545**	1	
exhaustion of duties	-.511**	-.743**	1

** $p<.01$

3.4 유아 교사의 사회적 지지, 마음 챙김, 직무 소진과의 영향관계

3.4.1 유아 교사의 사회적 지지가 직무 소진에 미치는 영향

유아 교사의 사회적 지지가 직무 소진에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다. 분석 결과, 직무 소진에 대한 참여 동기의 설명력을 의미하는 R2값이 .354로 나타나 전체 변동의 35.4%로 회귀모형을 설명하고 있다. 사회적 지지의 하위요인별로 영향력을 살펴보면, 물질적 지지($\beta = -.536, p < .001$) 요인은 직무 소진에 부적(-)으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면 사회적 지지의 하위요인인 정서적 지지($\beta = -.343, p > .05$), 정보적 지지($\beta = .997, p > .05$), 평가적 지지($\beta = -.129, p > .05$) 요인은 직무 소진에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이는 유아 교사의 사회적 지지 하위요인인 물질적 지지 요인이 높을수록 직무 소진이 낮아진다는 것을 의미하는 것이다. 유아 교사의 사회적 지지가 직무 소진에 미치는 영향을 살펴본 결과는 [표 7]과 같다.

Table 7. The Effect of Social Support of Preschool Teachers on Job Exhaustion

dependent variable	independent variable	nonstandardization factor		standardizing factor	t/p	tolerance limit
		B	standard error	β		
exhaustion of duties	constant	3.991	.297	.3	13.455***	
	emotional support	-.057	.165	-.060	-.343	.159
	informational support	.127	.128	.143	.997	.236
	material support	-.391	.083	-.536	-4.692***	.372
	evaluative support	-.122	.110	-.129	-1.115	.362

***p<.001

3.4.2 유아 교사의 마음 챙김이 직무 소진에 미치는 영향

유아 교사의 마음 챙김이 직무 소진에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다. 분석결과, 직무 소진에 대한 마음 챙김의 설명력을 의미하는 R2값이 .634로 나타나 전체 변동의 63.4%로 회귀모형을 설명하고 있다. 마음 챙김의 하위요인별로 영향력을 살펴보면, 탈 중심적 주의($\beta = -.732, p < .001$), 현재자각($\beta = -.554, p < .001$)은 직무 소진에 부적(-)으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면 마음 챙김의 하위요인 비판단적 수용($\beta = .384, p < .01$), 주의집중($\beta = .052,$

$p > .05$) 요인은 직무 소진에 부적(-)으로 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이는 유아 교사의 마음 챙김 하위요인인 탈 중심적 주의, 현재자각 요인이 높을수록 직무 소진이 낮아진다는 것을 의미하는 것이다. 유아 교사의 마음 챙김이 직무 소진에 미치는 영향을 살펴본 결과는 [표 8]과 같다.

Table 8. The Effect of Mindfulness of Preschool Teachers on Job Exhaustion

dependent variable	independent variable	nonstandardization factor		standardizing factor	t/p	tolerance limit
		B	standard error	β		
exhaustion of duties	constant	5.101	.209		24.452***	
	decentralism	-.523	.085	-.732	-6.134***	.193
	critical acceptance	.274	.084	.384	3.275**	.200
	realize the present	-.495	.078	-.554	-6.371***	.364
	Attention focused	.043	.071	.052	.600	.362

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

4. 결론 및 제언

본 연구에서는 유아 교사의 마음 챙김, 사회적 지지, 직무 소진과의 관계에 대하여 분석하였다. 연구결과 및 연구결과를 토대로 구체적으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 유아 교사의 사회적 지지가 직무 소진에 미치는 영향을 살펴본 결과 사회적 지지의 하위요인인 물질적 지지 요인은 직무 소진에 부적(-)으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 직무 소진에 대한 참여 동기의 설명력을 의미하는 R2값이 .354로 나타나 전체 변동의 35.4%로 회귀모형을 설명하고 있다. 사회적 지지의 하위요인별로 영향력을 살펴보면, 물질적 지지($\beta = -.536, p < .001$) 요인은 직무 소진에 부적(-)으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면 사회적 지지의 하위요인인 정서적 지지, 정보적 지지, 평가적 지지 요인은 직무 소진에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 반면 사회적 지지의 하위요인인 정서적 지지, 정보적 지지, 평가적 지지 요인은 직무 소진에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이는 유아 교사의 사회적 지지 하위요인인 물질적 지지 요인이 높을수록 직무 소진이 낮아진다는 것을 의

미하는 것이다.

둘째, 유아 교사의 마음 챙김이 직무 소진에 미치는 영향을 살펴본 결과 마음 챙김의 하위요인인 탈 중심적 주의, 현재자각은 직무 소진에 부적(-)으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 직무 소진에 대한 마음 챙김의 설명력을 의미하는 R2값이 .634로 나타나 전체 변동의 63.4%로 회귀모형을 설명하고 있다. 마음 챙김의 하위요인별로 영향력을 살펴보면, 탈 중심적 주의($\beta=-.732$, $p<.001$), 현재자각($\beta=-.554$, $p<.001$)은 직무 소진에 부적(-)으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면 마음 챙김의 하위요인 비판단적 수용($\beta=.384$, $p<.01$), 주의집중($\beta=.052$, $p>.05$) 요인은 직무 소진에 부적(-)으로 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 반면 마음 챙김의 하위요인 비판단적 수용, 주의집중 요인은 직무 소진에 부적(-)으로 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 확인되었다. 이는 유아 교사의 마음 챙김 하위요인인 탈 중심적 주의, 현재자각 요인이 높을수록 직무 소진이 낮아진다는 것을 의미하는 것이다.

이상의 논의를 바탕으로 후속연구에 대한 제안에서 살펴보면 본 연구는 조사지역 및 조사대상, 방법의 한계가 있으며, 제한점이 있으므로 표본지역 확대와 비교 집단 간 연구로 폭 넓고 구체적인 결과를 기대 할 수 있다. 따라서 유아 교사의 직무 만족을 높일 수 있는 교육 프로그램 개발과 콘텐츠 연구로 시스템을 형성하는데 활용하는 것이 유용할 것으로 사료된다, 향후 유아 교사를 대상으로 직무 소진을 낮출 수 있는 방안 모색을 위한 구체적인 실천적인 연구가 요구된다.

References

- [1] H. L. Baek, Introduction to childcare teachers, p.317, Seoul:Dongmunsa, 2008.
- [2] Freudenberger, H. J, "Staff burn out", *Journal of social issues*, Vol.30, No.1, pp.159-165, 1974
DOI:<https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>
- [3] Kwon Sung-hyun, *The effects of job characteristics factors, individual perfectionism*, Ph.D dissertation, Graduate School of Chung-Ang University, 2009.
- [4] Lee Soo-kwan, *A study of the relationships among emotional labor, job exhaustion and service performance*, Ph.D dissertation, Graduate School of Hyupsung University, 2019
- [5] R.A Baer, GT. Smich, J. Hopkins, J.Krietemeyer, L. Toney, "Using Self-Report Assessment Methods to Explore Facets of Mindfulness", *Assessment*, Vol.13,

No.1, pp.27-45, 2006.

DOI: <https://doi.org/10.1177/1073191105283504>

- [6] W. K. Lee, *An examination of the structural relationships among stress of middle-aged women, mindfulness, self-compassion, and emotional well-being, and effectiveness of a mindfulness enhancement program*, Ph.D dissertation, Department of Psychology The Graduate School of Ewha Womans University, 2008.
- [7] Kim Jung-ho, "Life Satisfaction and Life Expectation and Stress and Well-being: Application of Motivation Theory", *The Journal of the Korean Psychological Society: Health*, Vol.12, No.2, pp.325-345, 2007
DOI: <https://doi.org/10.17315/kihp.2007.12.2.003>
- [8] Hyo Young Lim, Kyeong Shin Kim, "The Effects of Social Support Network on the Life Satisfaction of Married Middle-aged Women", *Journal of the Korean Home Economics Association*, Vol.39, No.12, pp.189-203, 2001
- [9] Hee-Youn Lee and Hye-Seong Jeon, "Effects of Life Satisfaction Expectancy, Mindfulness and Social Support on Depression of the Marital Middle-aged Women", *The Journal of the Korea Contents Association*, Vol.11 No.7, pp.275-284, 2011
DOI: <http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2011.11.7.275>
- [10] Ju Yeon Park, Kyeong Shin Kim, "The Impact of family Resilience and Social Support affecting the psychological welfare of single parents", *Journal of family relations*, Vol.17, No.1, pp.23-46, 2012
- [11] G. S. Kim, *The Effects of Social Support of Parents of Children with Disabilities on Family Health : Moderating Effect of Self-Esteem*, Ph.D dissertation, Department of Education Dongbang Culture University, 2017.
- [12] S. C. Park, *The analysis of casual structure among burnout, Residual Intention and extra-role behaviour in Taekwondo Instructor based on the Job Embeddedness Major in Taekwondo & Golf*, Ph.D dissertation, Graduate School of Physical Education Kyunghee University, 2017.

정혜진(Hye-jin Jung)

[정회원]



- 2021년 현재 : 동방문화대학원대학교 (문화예술콘텐츠학과 박사과정 재학 중)
- 2021년 현재 : 강동어린이집, 해피어린이집 이사장

<관심분야>

교육 상담

조 성 제(Sung-je Cho)

[정회원]



- 1997년 2월 : 홍익대학교 대학원 전자계산학과(이학박사)
- 2007년 3월 ~ 현재 : 동방문화대학원대학교 문화예술콘텐츠학과 교수

〈관심분야〉

데이터베이스, 문화콘텐츠, 교육