

# 사무직 공무원의 A형 행동유형과 사회·심리적 스트레스의 관계에서 자기존중감의 매개효과

정상복  
대전보건대학 방사선과

## Mediating Effect of Self-esteem on Type A Behavior Pattern and Psychosocial Distress in Civil Servants

Sang-Bok Jung

Department of Radiological Technology, Daejeon Health Institute Technology

**요약** 본 연구는 사무직 공무원들의 A형 행동유형과 사회·심리적 스트레스와의 관계에서 자기존중감의 매개효과를 검토하는 것을 목적으로 하였다. 조사대상은 C 도청에 근무하고 있는 사무직 공무원 362명으로 하였으며, 자료 수집은 2019년 2월 1일부터 4월 30일까지의 기간 동안에 구조화된 자기기입식 설문지(self-administered questionnaires)를 이용한 설문조사에 의하였다. 조사대상 사무직 공무원의 A형 행동유형과 사회·심리적 스트레스와의 관계에서 자기 존중감의 매개효과를 검증한 결과, A형 행동유형이 높을수록 자기존중감은 낮아지는 것으로 나타났으며( $F=62.68, p<0.01$ ), 사회·심리적 스트레스 수준은 높아지는 것으로 나타났으며( $F=57.35, p<0.01$ ). A형 행동유형을 통제한 상태에서 자기존중감이 사회·심리적 스트레스에 미치는 영향 또한 통계적으로 유의하였으며( $F=42.33, p<0.01$ ), 이 때 사회·심리적 스트레스의  $\beta$ 값이 0.348로 매개변수인 자기존중감을 거치지 않았을 때의  $\beta$ 값인 0.519보다 작아 자기존중감이 매개효과를 가지는 것으로 나타났다. Sobel test 결과에서 자기존중감은 A형 행동유형과 사회·심리적 스트레스와의 관계에서 부분적 매개역할을 하였다( $Z=-4.63, p<0.01$ ). 이 같은 결과는 개인의 인성 중 하나인 자기존중감이 사무직 공무원들의 사회·심리적 스트레스와 관련 있는 A형 행동유형을 완화시키는 매개효과가 있을 가능성을 시사한다.

**Abstract** The purpose of this study was to examine the mediating effect of self-esteem in the relationship between the type A behavior pattern and the psychosocial distress of civil servants. The subjects of the investigation were 362 civil servants working at the C provincial office. Data collection was based on a survey using structured self-administered questionnaires during the period February 1 to April 30, 2019. The results of the study showed that the more intense the type A behavior pattern, the lower the self-esteem ( $F=62.68, p<0.01$ ), and the higher the level of psychosocial distress ( $F=57.35, p<0.01$ ). The effect of self-esteem on psychosocial distress when in the state of the controlling type A behavior pattern was also statistically significant ( $F=42.33, p<0.01$ ). Here, the  $\beta$  value of psychosocial distress was 0.348, which was less than the  $\beta$  value of 0.519, when the mediating variable was not present. Therefore, it was observed that self-esteem had a mediating effect. In the Sobel test results, self-esteem played a partial mediating role in the relationship between the type A behavior pattern and psychosocial distress ( $Z=-4.63, p<0.01$ ). These results suggest that self-esteem may have a mediating effect on alleviating the type A behavior pattern related to the psychosocial distress of civil servants.

**Keywords** : Civil Servant, Self-Esteem, Type A Behavior Pattern, Psychosocial Distress, Mediating Effect.

\*Corresponding Author: Sang-Bok Jung(Daejeon Health Institute Technology)  
email: jungsbok@naver.com

Received March 14, 2022

Revised March 21, 2022

Accepted April 1, 2022

Published April 30, 2022

## 1. 서론

근래 공무원은 안정된 직업으로 인정되어 국민들로부터 선망의 대상이 되고 있다. 그러나 실제 공무원 사회의 내부 환경은 지역사회주민들의 다양하고 질 높은 서비스 요구로 인해 과도한 업무요구 및 업무 불만족 등, 부적합한 직장환경과 개인의 심리상태가 결부되어 사회·심리적 스트레스 발생이 우려되고 있다

사회·심리적 스트레스란 외부 자극에 대한 신체 내부의 생리적, 심리적 반응으로서 현대인의 정신보건에 영향을 미치는 위험요인의 하나로 잘 알려져 있다[1]. 사회·심리적 스트레스는 일상생활에서 나타나는 보편적인 현상으로 어느 정도의 스트레스는 생존과 안녕에 필요한 역동적인 힘으로 작용하지만 과도한 스트레스는 여러 가지 건강문제를 야기하게 된다[2,3].

이 같은 사회·심리적 스트레스는 개인의 인성이나 주변으로부터 제공받는 사회적 지지 및 직장에서의 경험하게 되는 업무의 특성에 따라 다양하게 나타날 수 있다는 점이 시사되고 있다[4,5]. 특히 개인의 인성이나 사회적 지지와 같은 사회·심리적 스트레스에 대한 중재변수들은 인지된 스트레스 수준을 감소시키거나 완충시키는 역할을 하는 것으로 보고되고 있다[6].

개인에서의 대표적인 인성 요인으로 지적되는 것이 A형 행동유형과 자기존중감이라고 할 수 있다. A형 행동유형이란 보다 적은시간 내에 많은 것을 성취하기 위해 끊임없이 투쟁하며, 다른 사람이나 일이 그 환경에서 방해가 될 때에는 이에 대해 공격적인 방식으로 대항하는 사람들에게서 관찰될 수 있는 행위-정서의 복합체(action-emotion complex)라고 정의하고 있다[7]. A형 행동유형은 어떤 특정 상황에 직면하게 되면 참을성이 없어지고 공격적 성향을 보이며, 시간의 다급함을 느끼고, 성취동기가 강한 특성을 갖는다[8]. A형 행동유형의 특징으로는 경쟁적인 성취욕구, 시간에 대한 조급함과 참을 수 없음, 일에 대한 몰두, 통제할 수 없는 상황에서의 공격성과 적대감 등을 보인다는 것이다[9]. 따라서 A형 행동유형의 경향이 있는 사람은 그렇지 않은 사람보다 스트레스로 인한 부정적 영향을 더 많이 받는 것으로 알려져 있다[8].

자기존중감이란 자기가치, 자기존중, 또는 단순히 자기평가라고 해석되며, 자신의 능력, 가치, 적정성 등의 자기평가가 긍정적인 것을 나타내는 개념이다[10]. 자기존중감은 스트레스 인지 및 스트레스 대처행동의 사회·심리적 요인으로서 검토되어 왔으며, 자기존중감의 저하

는 불안감을 높일 뿐만 아니라 강한 스트레스를 만들어 내는 것으로 알려져 있다[11]. 따라서 자기존중감은 불안, 분노, 우울 및 인지기능장애와 같은 심리적인 문제와 밀접한 관계가 있다고 보고되고 있으며[10,11], 자기존중감이 높다고 인지하고 있는 사람은 그렇지 못한 사람들에 비해 정신건강의 수준이 높다고 하였다[12].

지금까지 국내에서의 직장인을 대상으로 한 스트레스에 관한 연구[13-17]를 보면 대부분 개인의 인구사회학적 특성이나 직업관련 특성에 따른 스트레스 수준에 대한 분포의 차이를 단편적으로 분석하였다는 방법론상의 제한점이 있다. 따라서 기존의 단편적인 분석방법에 더해 인구사회학적 특성, 건강관련행위 특성 및 직업적 특성뿐만 아니라 A형 행동유형 및 자기존중감과 같은 개인의 인성 요인 등을 종합적으로 고려하여 사회·심리적 스트레스에 관련된 요인들을 밝힐 필요가 있다고 사료된다.

본 연구에서는 일부 행정 공무원을 대상으로 이들의 사회·심리적 스트레스 수준을 파악하고, A형 행동유형과 사회·심리적 스트레스의 관계에서 자기존중감의 매개효과를 검토하고자 시도하였다.

## 2. 조사 대상 및 방법

### 2.1 조사대상

본 연구의 조사대상은 C 도청에 근무하고 있는 사무직 공무원을 대상으로 하였다. 조사대상 표본 수는 G\*power 3.1.7 프로그램[18]을 이용하여 검정력 0.95, 효과크기 0.10, 유의수준 0.05, 예측변인 22개, 양측검정으로 추정하였을 때, 최소 표본 수는 336명이었다. 설문조사 대상은 탈락률을 고려하여 400명으로 하였으며, 설문조사 결과 응답내용이 미비하거나 불확실한 응답자 38명을 제외한 362명(회수율 90.5%)의 자료를 분석대상으로 하였다.

### 2.2 자료수집 및 윤리적 배려

자료 수집은 2019년 2월 1일부터 4월 30일까지의 기간 동안에 구조화된 무기명 자기기입식 설문지(self-administered questionnaire)를 이용한 설문조사에 의하였다. 설문조사는 본 연구에 사용된 설문내용 및 조사방법에 대해 사전에 교육을 받은 조사원들이 조사대상의 각 부서를 방문하여 각 부서의 대표자에게 본 연구의 취지 및 조사내용에 대해 설명하고 협조를 얻은

다음 조사대상자들에게 설문지를 배포한 후, 연구의 목적, 내용 및 기입요령을 설명하고 일과시간 후에 작성토록 하여 반송용 봉투에 넣고 밀봉한 다음 회수하는 방식으로 가능한 솔직한 회답을 얻도록 노력하였다. 설문조사에 대한 윤리적 배려로 연구도중 참여를 원치 않을 경우 어떠한 불이익도 없으며 언제든지 중단할 수 있음을 설명하였고, 회수된 자료는 익명으로 처리될 것이며 연구목적 이외에 사용되지 않을 것을 설명하였다.

## 2.3 연구에 사용한 변수

### 2.3.1 조사대상자의 기본적 속성

조사대상자의 기본적 속성으로는 성별, 연령, 학력, 결혼상태, 흡연여부, 음주여부, 규칙적인 운동여부, 주관적인 수면의 질, 직급, 근무기간, 주당 잔업시간, 공무원생활에 대한 만족도 등을 조사하였다. 연령은 「39세 이하 군」, 「40~49세 군」, 「50세 이상 군」으로 구분하였고, 학력은 「고등학교 이하 군」과 「대학 이상 군」으로 구분하였으며, 결혼 상태는 「기혼군」과 「미혼군」으로 구분하였다. 흡연여부는 「흡연군」과 「비흡연군」으로 구분하였고, 음주여부는 「음주군」과 「비음주군」으로 구분하였다. 규칙적 운동여부는 1주일에 3회 이상, 회 당 30분 이상의 운동을 하는 사람을 「운동군」으로, 그렇지 않은 사람은 「비운동군」으로 구분하였고, 주관적인 수면의 질은 수면시간이 7~8시간인 경우를 「좋은 군」, 수면시간이 7시간 이하 또는 8시간 이상인 경우를 「좋지 않은 군」으로 구분하였다. 직위는 「평직원(계장미만) 군」과 「계장 이상 군」으로 구분하였고, 근무기간은 「19년 이하 군」과 「20년 이상 군」으로 구분하였다. 주당 잔업시간은 「9시간 이하 군」, 「10~19시간 군」 및 「20시간 이상 군」으로 구분하였으며, 직장생활에 대한 만족도는 「만족 한다는 군」과 「만족하지 않는다는 군」으로 구분하였다.

### 2.3.2 A형 행동유형(Type A behavior pattern)

A형 행동유형은 Haynes 등[19]에 의해 개발된 Framingham Type A Behavior Pattern의 한국어판 A형 행동유형척도를 사용하였다[20]. A형 행동유형척도는 10개 항목으로 구성되어 있으며 각 항목마다 Likert 4점 척도를 이용하여 「매우 그렇다」 4점, 「대부분 그렇다」 3점, 「조금 그렇다」 2점 및 「전혀 그렇지 않다」 1점을 부여 한다. 합산한 점수(총 점수 합계 10~40점)가 높을수록 A형 행동유형의 성향을 보임을 의미한다. 본 연구에서는 사분위수(quartile)를 이용하여 낮은 군(Q1),

중간 군(Q2), 높은 군(Q3) 및 매우 높은 군(Q4)의 네 집단으로 구분하였다. 본 연구에서의 설문지의 내적 신뢰도를 의미하는 Cronbach's  $\alpha$  계수는 0.785로 비교적 만족할만한 수준이었다.

### 2.3.3 자기존중감(Self-esteem)

자기존중감은 Rosenberg[21]에 의해 개발된 Self-esteem Scale의 한국어판 자기존중감척도를 사용하였다[22]. 자기존중감척도는 10개 항목으로 구성되어 있으며, 긍정적인 항목에 대해서 「매우 그렇게 생각 한다」와 「그렇게 생각 한다」라고 응답한 경우에 1점을 부여하고, 「그렇게 생각하지 않는다」라고 응답한 경우에는 0점을 부여한다. 부정적인 항목에 대해서는 「그렇게 생각하지 않는다」라고 응답한 경우 1점을 부여하고, 「매우 그렇게 생각 한다」와 「그렇게 생각 한다」라고 응답한 경우에는 0점을 부여한다. 합산한 점수(총 점수 합계 0~10 점)가 높을수록 자기존중감이 높다는 것을 나타낸다. 본 연구에서는 사분위수(quartile)를 이용하여 낮은 군(Q1), 중간 군(Q2), 높은 군(Q3) 및 매우 높은 군(Q4)의 네 집단으로 구분하였다. 본 연구에서의 설문지의 내적 신뢰도를 의미하는 Cronbach's  $\alpha$  계수는 0.721로 비교적 만족할만한 수준이었다.

### 2.3.4 사회·심리적 스트레스(Psychosocial distress)

사회·심리적 스트레스는 Goldberg[23]의 일반건강측정표(General Health Questionnaire; GHQ)를 기초로 하여 우리나라의 현실적 상황에 맞게 재구성한 사회·심리적 건강측정도구(Psychosocial Well-being Index; PWI)로 개발된 18문항을 이용하였다[22]. PWI의 측정척도는 Likert의 4점 척도로 응답하도록 되어 있으며 각 항목에서 「항상 그렇다」 0점, 「자주 그렇다」 1점, 「가끔 그렇다」 2점, 「전혀 그렇지 않다」 3점의 점수를 부여한 후 이를 합산하여 PWI를 산정하며, 총 득점합계 점수(범위: 0~54점)가 높을수록 사회·심리적 스트레스 수준이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서의 설문지의 내적 일치도를 나타내는 Cronbach's  $\alpha$ 값은 0.802로 비교적 높은 수준이었다.

## 2.4 자료의 통계처리 및 분석

수집된 자료는 전산입력 후 SPSSWIN(ver 24.0) 프로그램을 사용하여 통계분석 하였다. 조사대상자의 기본 속성은 빈도분석, 기술통계를 실시하였다. A형 행동유형

및 자기존중감에 따른 사회·심리적 스트레스(PWI) 점수의 비교는 ANOVA 검정을 실시하였다. A형 행동유형, 자기존중감 및 사회·심리적 스트레스 간의 상관관계는 Pearson's Correlation Coefficient 검증을 실시하였다. 대상자의 A형 행동유형과 사회·심리적 스트레스의 관계에서 자기존중감의 매개효과는 Baron과 Kenny[24]가 제시한 3단계 방법을 사용하여 사회·심리적 스트레스(PWI) 점수를 종속변수로 한 위계적 다중회귀분석을 실시하였다. 1단계로 독립변수와 매개변수와의 회귀분석, 2단계로 독립변수와 종속변수와의 회귀분석, 그리고 3단계로 독립변수, 매개변수 모두와 종속변수와의 회귀분석을 실시하였고, 매개변수가 종속변수에 유의한 영향을 미치고 종속변수에 대한 독립변수의 영향이 2단계 회귀분석보다 3단계 회귀분석에서 감소되었는지를 확인하였다. 최종적으로 Sobel test를 시행하여 매개효과의 유의성을 검증하였다. 본 연구의 독립변수 간 상관계수는 0.8보다 작아 다중공선성이 없는 것으로 판단하였으며, 분산팽창지수(Variance Inflation Factor: VIF)는 모두 10 미만, 공차한계(Tolerance)가 0.1 이상으로 최종적으로 독립변수 간에는 다중공선성이 없는 것을 확인하였다.

### 3. 연구 결과

#### 3.1 조사대상자의 개인적 속성

조사대상자의 개인적 속성은 Table 1과 같다. 성별 분포는 남자가 57.7%, 여자가 42.3%이었으며, 연령별 분포는 39세 이하가 30.1%, 40-49세가 48.4%, 50세 이상이 21.5%이었다. 교육정도별로는 고등학교 이하가 8.0%, 대학 이상이 92.0%이었으며, 결혼 상태별로는 기혼이 72.1%, 미혼이 27.9%이었다. 흡연상태별로는 현재 흡연 군이 35.9%, 비흡연 군이 64.1%이었으며, 음주상태별로는 음주 군이 72.9%, 비음주군이 27.1%이었다. 직위별로는 평직원(계장 미만)군이 83.7%, 계장 이상 군이 16.3%이었으며, 근무기간별로는 19년 이하 군이 60.8%, 20년 이상 군이 39.2%이었다. 주당 근무시간은 9시간미만 군이 39.1%, 10~19시간 군이 48.9%, 20시간 이상 군이 13.0%이었으며, 직장생활에 대한 만족도 여부별로는 만족 한다는 군이 73.7%, 만족하지 않는다는 군이 26.3%이었다.

Table 1. General characteristics of study subjects

| Variable                          | n(%)                  |           |
|-----------------------------------|-----------------------|-----------|
| Gender                            | Male                  | 209(57.7) |
|                                   | Female                | 153(42.3) |
| Age(year)                         | ≤39                   | 109(30.1) |
|                                   | 40-49                 | 175(48.4) |
|                                   | 50≤                   | 78(21.5)  |
| Educational level                 | ≤High school          | 29(8.0)   |
|                                   | College≤              | 333(92.0) |
| Marital status                    | Married               | 261(72.1) |
|                                   | Unmarried             | 101(27.9) |
| Smoking                           | Current smoker        | 130(35.9) |
|                                   | Non-smoker            | 232(64.1) |
| Alcohol drinking                  | Drinker               | 264(72.9) |
|                                   | Non-drinker           | 98(27.1)  |
| Regular exercise                  | Yes                   | 123(34.0) |
|                                   | No                    | 239(66.0) |
| Subjective sleep evaluation       | Adequate(7-8)         | 170(47.0) |
|                                   | Inadequate (<7 or 8<) | 192(53.0) |
| Job position (grade)              | Staff member          | 303(83.7) |
|                                   | Chief≤                | 59(16.3)  |
| Job tenure(year)                  | ≤19                   | 220(60.8) |
|                                   | 20≤                   | 142(39.2) |
| Overtime work(hour/wk)            | ≤9                    | 138(39.1) |
|                                   | 10-19                 | 177(48.9) |
|                                   | 20≤                   | 47(13.0)  |
| Sense of satisfaction in job life | Satisfaction          | 267(73.7) |
|                                   | Dissatisfaction       | 95(26.3)  |
| Total                             | 362(100.0)            |           |

#### 3.2 조사대상자의 A형 행동유형 및 자기존중감에 따른 사회·심리적 스트레스(PWI) 점수의 비교

조사대상자의 A형 행동유형 및 자기존중감에 따른 사회·심리적 스트레스 수준을 비교하기 위하여 A형 행동유형과 자기존중감을 사분위수(quartile)를 기준으로 낮은 군(Q1군), 중간 군(Q2군), 높은 군(Q3군) 및 매우 높은 군(Q4군)으로 구분하여 사회·심리적 스트레스 점수를 분석하였다(Table 2). 그 결과 사회·심리적 스트레스 점수는 A형 행동유형이 낮은 군(Q1군)에서 24.25±5.43점이던 것이 중간 군(Q2군)에서 25.38±5.65점, 높은 군(Q3군)에서 27.46±6.21점, 매우 높은 군(Q4군)에서 28.35±6.28점으로 A형 행동유형이 높은 군일수록 유의하게 높았다(p<0.001). 자기존중감에 따른 사회·심리적 스트레스 점수는 자기존중감이 매우 높은 군(Q4군)에서 24.24±5.35점이던 것이 높은 군(Q3군)에서 25.09±5.64점, 중간 군(Q2군)에서 27.97±6.48점, 낮은 군(Q1군)에서 28.16±5.25점으로 자기존중감이 낮은 군일수록 유의하게 높았다(p<0.001).

Table 2. Mean scores of psychosocial distress(PWI) according to type A behavior pattern and self-esteem.

| Variable                |               | n(%)       | PWI        | F      | p-value  |
|-------------------------|---------------|------------|------------|--------|----------|
|                         |               |            | Mean±SD    |        |          |
| Type A behavior pattern | Low(Q1)       | 65(18.0)   | 24.25±5.43 | 21.426 | (<0.001) |
|                         | Middle(Q2)    | 101(27.9)  | 25.38±5.65 |        |          |
|                         | High(Q3)      | 126(34.8)  | 27.46±6.21 |        |          |
|                         | Very high(Q4) | 70(19.3)   | 28.35±6.28 |        |          |
| Self-esteem             | Low(Q1)       | 98(27.1)   | 28.16±5.25 | 19.373 | (<0.001) |
|                         | Middle(Q2)    | 105(29.0)  | 27.97±6.48 |        |          |
|                         | High(Q3)      | 94(26.0)   | 25.09±5.64 |        |          |
|                         | Very high(Q4) | 165(17.9)  | 24.24±5.35 |        |          |
| Total                   |               | 362(100.0) | 26.24±5.84 |        |          |

### 3.3 조사대상자의 사회·심리적 스트레스, A형 행동 유형 및 자기존중감 간의 상관관계

조사대상자의 사회·심리적 스트레스와 A형 행동유형 및 자기존중감 간의 상관관계는 Table 3과 같다. 사회·심리적 스트레스는 A형 행동유형과 유의한 양의 상관관계( $r=0.426$ ,  $p<0.01$ )를 보인 반면, 자기존중감과는 유의한 음의 상관관계( $r=-0.315$ ,  $p<0.01$ )를 보였다. 따라서 사회·심리적 스트레스는 A형 행동유형이 높을수록, 자기존중감이 낮을수록 높아지는 것으로 나타났다. 한편, A형 행동유형은 자기존중감과 유의한 음의 상관관계( $r=-0.237$ ,  $p<0.05$ )를 보여 A형 행동유형이 높을수록 자기존중감이 낮아지는 것으로 나타났다.

Table 3. Correlation coefficients among psychosocial distress(PWI), type A behavior pattern, and self-esteem.

| Variables | PWI      | TA      | SE   |
|-----------|----------|---------|------|
| PWI       | 1.00     |         |      |
| TA        | 0.426**  | 1.00    |      |
| SE        | -0.315** | -0.237* | 1.00 |

PWI: Psychosocial distress, TA: Type A behavior pattern, SE: self-esteem.

\*:  $p<0.05$ , \*\*:  $p<0.01$

### 3.4 조사대상자의 A형 행동유형과 사회·심리적 스트레스와의 관계에서 자기존중감의 매개효과

조사대상자의 A형 행동유형과 사회·심리적 스트레스와의 관계에서 자기존중감의 매개효과를 검증한 결과는 Table 4 및 Fig. 1과 같다.

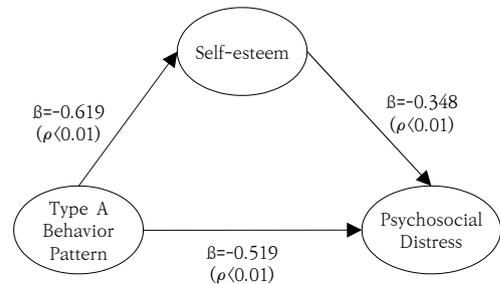


Fig. 1. Mediating effects of self-esteem in type A behavior pattern and psychosocial distress

1단계에서의 독립변수인 A형 행동유형이 매개변수인 자기존중감에 미치는 영향을 검증하기 위한 회귀분석에서는 표준회귀계수인  $\beta$ 값이  $-0.619$ 로 통계적으로 유의하였으며( $F=62.68$ ,  $p<0.01$ ), 설명력은 23%로 나타났다.

Table 4. Mediating effects of self-esteem between type A behavior pattern and psychosocial distress

| Step | Predictors | B      | $\beta$ | t       | Adj. R <sup>2</sup> | F       | Sobel test(Z) |
|------|------------|--------|---------|---------|---------------------|---------|---------------|
| 1    | TA→SE      | -0.583 | -0.619  | -8.15** | 0.23                | 62.68** | -4.63**       |
| 2    | TA→PWI     | 0.373  | 0.519   | 7.46**  | 0.34                | 57.35** |               |
| 3    | TA→PWI     | 0.248  | 0.472   | 6.18**  | 0.41                | 42.33*  |               |
|      | SE→PWI     | -0.212 | -0.348  | -4.94** |                     |         |               |

PWI: Psychosocial distress, TA: Type A behavior pattern, SE: self-esteem.

\*:  $p<0.05$ , \*\*:  $p<0.01$

2단계에서의 독립변수인 A형 행동유형이 종속변수인 사회·심리적 스트레스에 미치는 영향을 검증하기 위한 회귀분석에서는 표준회귀계수인  $\beta$ 값이 0.519로 통계적으로 유의하였으며( $F=57.35$ ,  $p<0.01$ ), 설명력은 34%로 나타났다.

마지막 3단계에서의 매개변수가 종속변수에 미치는 영향을 검증하기 위한 분석으로 독립변수인 A형 행동유형을 통제된 상태에서 매개변수인 자기존중감이 종속변수인 사회·심리적 스트레스에 미치는 영향은 표준회귀계수인  $\beta$ 값이 -0.348로 통계적으로 유의하였으며( $F=42.33$ ,  $p<0.01$ ), 설명력은 41%로 나타났다. 이 때 독립변수인 A형 행동유형의 표준회귀계수인  $\beta$ 값이 -0.348로 2단계의  $\beta$ 값 0.519보다 작아 자기존중감이 매개효과를 가지는 것으로 나타났다. 한편 자기존중감의 매개효과 크기에 대한 유의성 검증을 위해 Sobel test를 실시한 결과, A형 행동유형과 사회·심리적 스트레스와의 관계에서 자기존중감은 부분적 매개효과가 있는 것으로 나타났다( $Z=-4.63$ ,  $p<0.01$ ).

#### 4. 고찰

본 연구는 지방의 C 도청에 근무하고 있는 사무직 공무원들의 A형 행동유형과 사회·심리적 스트레스와의 관계에서 자기존중감의 매개효과를 검증하고자 수행하였다. 우선 연구 방법론적 측면에서 볼 때 본 연구에서 사용한 측정도구는 선행연구에서 그 신뢰성과 타당성이 입증된 도구로써 A형 행동유형은 Haynes 등[19]의 Framingham Type A Behavior Pattern을 사용하였고, 자기존중감은 Rosenberg[21]의 Self-esteem Scale을 사용하였으며, 사회·심리적 스트레스는 Goldberg[23]의 General Health Questionnaire(GHQ)를 우리나라 상황에 맞게 재구성한 Psychosocial Well-being Index(PWI)를 사용하였다. 본 연구에서의 이 세 가지 척도 모두 내적 신뢰도를 의미하는 Cronbach's  $\alpha$  계수가 0.7이상의 높은 신뢰도 수준을 보이고 있어 연구결과의 신뢰성에는 문제가 없을 것으로 생각된다.

연구결과, 본 연구에서의 조사대상자들의 사회·심리적 스트레스 점수는 A형 행동유형이 높은 군일수록 유의하게 높았으며( $p<0.001$ ), 자기존중감이 낮은 군일수록 유의하게 높은 것으로 나타났다( $p<0.001$ ). 이 같은 결과는 선행연구[조광희, Chang 등[2]에서도 A형 행동유형의 성향이 높은 사람들은 그렇지 않은 사람들보다 사회·심

리적 스트레스 수준이 유의하게 높다고 보고하고 있으며, 자기존중감이 낮은 사람들이 높은 사람들보다 사회·심리적 스트레스 수준이 유의하게 높다고 보고하고 있어 본 연구와 유사한 결과를 보여주고 있다.

한편, 본 연구에서의 조사대상자의 사회·심리적 스트레스와 A형 행동유형 및 자기존중감 간의 상관관계를 보면, 사회·심리적 스트레스는 A형 행동유형과 유의한 양의 상관관계( $r=0.426$ ,  $p<0.01$ )를 나타낸 반면, 자기존중감과는 유의한 음의 상관관계( $r=-0.315$ ,  $p<0.01$ )를 보였다. 즉, 사회·심리적 스트레스는 A형 행동유형이 높을수록 높은 반면, 자기존중감이 낮을수록 높아지는 것을 알 수 있다. 선행연구에서도 본 연구와 유사한 결과를 보여주고 있는데 Yoon 등[16]은 간호사를 대상으로 한 연구에서 A형 행동유형은 스트레스와 유의한 양의 상관관계를 보여 A형 행동유형이 높을수록 스트레스도 높아진다고 보고하였다. 여대생을 대상으로 한 연구[25-28]에서도 취업스트레스는 A형 행동유형과는 유의한 양의 상관관계를 나타낸 반면, 자기존중감과는 유의한 음의 상관관계를 보인다고 보고하였으며, Yu[29]는 스트레스 대처방안이 높을수록 자기존중감이 높다고 보고하여 본 연구와 같은 결과를 보여주고 있다.

본 연구에서의 조사대상자의 A형 행동유형과 사회·심리적 스트레스와의 관계에서 자기존중감의 매개효과를 살펴본 결과 자기존중감은 부분매개효과를 갖는 것으로 나타났다. 부분매개효과는 A형 행동유형이 사회·심리적 스트레스에 직접적인 영향을 미치는 동시에, 자기존중감의 효과를 매개하여 사회·심리적 스트레스에 간접적인 영향을 미친다는 의미이다. 즉, 사회·심리적 스트레스는 A형 행동유형 자체만으로도 발생할 수 있고, 특히 A형 행동유형을 받고 있는 상황에서 자기존중감을 받게 됨으로써 사회·심리적 스트레스가 발생할 가능성이 감소된다는 것이다. 따라서 자기존중감은 A형 행동유형이 높은 것과 관련된 사회·심리적 스트레스를 완화하는 효과가 있을 가능성을 시사하고 있다. 그러나 선행연구에서는 본 연구에서와 같이 A형 행동유형과 사회·심리적 스트레스와의 관계에서 자기존중감의 매개효과를 검토한 연구는 찾아볼 수 없어 본 연구결과를 직접 비교 고찰할 수는 없으나, 자기존중감의 매개효과에 대한 선행연구[30,31]를 보면, 청소년 및 대학생을 대상으로 한 자기존중감은 스트레스, 우울 및 삶의 만족도와와의 관계에서 매개효과가 있는 것으로 보고되고 있다. 한편, 성인 및 직장인들을 대상으로 한 자기존중감의 매개효과에 대해서는 일상생활 만족도[32], 불안[33], 소진[34], 자기에[35], 우울

[36], 자기효능감[37], 사회적지지[38] 등 다양한 요인들 간의 관계에서의 매개효과를 보고하고 있다. 또한 노인을 대상으로 한 자기존중감의 매개효과에 대해서는 스트레스와 우울간의 관계에서의 자기존중감이 매개효과를 갖는다고 보고[39,40,41]하고 있으며, 자기효능감과 삶의 질 및 건강상태와 삶의 만족도간의 관계에서도 자기존중감이 매개효과를 갖는다고 보고[42]하고 있어 다양한 분야에서 자기존중감이 매개효과가 있음을 시사하고 있으며 본 연구를 뒷받침 해 주고 있다.

본 연구의 제한점으로는 첫째, 본 연구는 단면연구로 사회·심리적 스트레스와 관련요인들 간의 관련성은 파악할 수 있었으나 인과관계는 규명하지 못하는 제한점이 있다. 둘째, 본 연구는 일부 지방 공무원을 대상으로 한 표본조사이기 때문에 이 연구 결과를 모든 공무원에게 일반화시키기에는 한계가 있다고 생각된다. 셋째, 본 연구에서 사용된 A형 행동유형, 자기존중감 및 사회·심리적 스트레스 등의 측정은 응답자의 주관적인 자기기입식 방법에 의존하여 측정하였기 때문에 응답편의(response bias)가 개재될 위험성을 배제할 수가 없다.

그러나 그동안 공무원들의 사회·심리적 스트레스에 대한 국내의 연구는 인구사회학적 특성이나 직업적 특성 등을 독립변수로 하여 분석한 연구가 대부분이며, A형 행동유형이나 자기존중감과 같은 중재변수를 사용하여 분석한 연구는 대단히 미흡한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 독립변수로 A형 행동유형을 사용하고, 자기존중감을 중재변수로 사용하여 A형 행동유형이 사회·심리적 스트레스에 미치는 영향 관계에서 자기존중감의 매개효과를 분석하였다는 점에서 의의가 있다고 본다.

향후 연구는 연구결과의 일반화를 위해 모든 공무원을 대표할 수 있는 대규모 표본 집단을 구축하여 사회·심리적 스트레스의 주요 요인이 되는 A형 행동유형에 대한 자기존중감의 완충효과를 고려한 종단적 연구가 이루어져야 할 것으로 본다.

## 5. 결론

본 연구는 사무직 공무원들의 A형 행동유형과 사회·심리적 스트레스와의 관계에서 자기존중감의 매개효과를 검토하는 것을 목적으로 하였다. 조사결과, 조사대상자의 사회·심리적 스트레스는 A형 행동유형이 높은 군일수록 유의하게 높은 반면, 자기존중감이 낮은 군일수록 유의하게 높았다. 상관관계에서 사회·심리적 스트레스는 A

형 행동유형과 유의한 양의 상관관계를 보인 반면, 자기존중감과는 유의한 음의 상관관계를 보였다. A형 행동유형과 사회·심리적 스트레스와의 관계에서 자기존중감의 매개효과를 검증한 결과, 자기존중감은 A형 행동유형과 사회·심리적 스트레스 사이에서 부분적 매개역할을 하는 것으로 나타났다. 이 같은 결과는 개인이 갖고 있는 자기존중감은 근로자의 사회·심리적 스트레스와 관련 있는 A형 행동유형을 완화시키는 매개효과가 있을 가능성을 시사한다.

## Reference

- [1] Fehring RJ. (1983). Effect of Biofeedback-aided relaxation on the psychological stress symptoms of college student. *Nurs Res*, Vol. 32, No. 6, pp. 362-366.
- [2] S. J. Chang, S. B. Koh, M. G. Kang, B. S. Cha, et al. (2005). Epidemiology of psychosocial distress in Korean employees. *Korean J Prev Med* Vol. 38, No. 1, pp. 25-37.
- [3] K. H. Cho, D. B. Lee, Y. C. Cho. (2007). Psychosocial distress and its related factors among clerical public officers. *Korean J Occup Environ Med*, Vol. 19, No. 1, pp. 26-37.
- [4] Aneshensel CS. (1992). Social stress: theory and research. *Ann Rev Sociol*, Vol. 18, pp. 15-38.
- [5] S. J. Chang, B. S. Cha, S. B. Koh, M. G. Kang, et al. (1997). Association between Job characteristics and psychosocial distress of industrial workers. *Korean J Prev Med*, Vol. 30, pp. 129-143.
- [6] Lin L, Ensel WM. (1989). Life Stress and health: stressors and resources. *Am Sociol Rev*, Vol. 54, pp. 382-399.
- [7] Friedman M, Rosenman RH. (1959). Association of specific overt behavior pattern with blood and cardiovascular findings. *JAMA*, Vol. 169, pp. 1286-1296.
- [8] Cooper H, Okamura L, McNeil P. (1995). Situation and personality correlates of psychological well-being :social activity and personal control. *J Res Personality*, Vol. 29, pp. 395-417.
- [9] Matthews KA. (1982). Psychological perspectives on the type A behavior pattern. *Psychological Bulletin*, Vol. 91, pp. 293-323.
- [10] Schafer RB, Keith PM. (1999). Change in adult self-esteem: a longitudinal assessment. *Br J Soc Psychol*, Vol. 38, pp. 303-314.
- [11] Kiecolt, KJ, (1994). Stress and the decision to change oneself: a theoretical model. *Soc Psychol Q*, Vol. 57,

- pp. 49-63.
- [12] Taylor SE, Brown GW. (1988). Illusion and well-being: a social psychological perspective on mental health. *Psychol Bull*, Vol. 103, pp. 193-210.
- [13] J. K. Tak, K. S. Lee, H. S. Hong. (2002). Comparison of job stressors between managers and employees in white -collar workers of on electric company. *Korean J Prev Med*, Vol. 35, No. 2, pp.160-168.
- [14] J. W. Kang, Y. S. Hong, H. J. Lee HJ, B. J. Yeah, et al. (2005). Factors affecting fatigue and stress in male manufacturing workers. *Korean J Occup Environ Med*, Vol. 17, No. 2, pp. 129-137.
- [15] K. H. Cho, D. B. Lee, Y. C. Cho. (2007). Psychosocial distress and its related factors among clerical public officers. *Korean J Occup Environ Med*, Vol. 19, No. 1, pp. 26-37.
- [16] H. S. Yoon, Y. C. Cho. (2007). Relationship between job stress contents, psychosocial factors and mental health status among university hospital nurses in Korea. *Korean J Prev Med*, Vol. 40, No. 5, pp. 351-362.
- [17] Y. S. Song, I. S. Kwon, Y. C. Cho. (2012). Psychosocial Factors and Its Related Factors Among the Elderly People in a City. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol. 13, No. 8 pp. 3521-3531.  
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2012.13.8.3521>
- [18] Faul F, Erdfelder E, Lang AG, Buchner Al. (2007). G\*power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and science. *Behavior Research Methods*, Vol.32, No.2 pp.175-191.  
<https://link.springer.com/content/pdf/10.3758/BF03193146.pdf>
- [19] Haynes SG, Feinleib M, Levine S, Scotch N, et al. (1978). The relationship of psychosocial factors to coronary heart disease in the Framingham study. *Am J Epidemiol*, Vol. 107, No. 5, pp. 362-383.
- [20] S. J. Chang. A Study on the Distribution and Risk Factors for Psychosocial Distress, and the Development Worksite stress Reduction Program, Ministry of Health & Welfare 2001.
- [21] Rosenberg M. (1965). *Society and the adolescent self image*. Princeton, N.J. Princeton University press, 1965.
- [22] S. J. Chang, Standardization of collection and measurement of health statistics data, p.144-181, The Korean Society for Preventive Medicine, 2000.
- [23] Goldberg DP. (1978). *Manual of the general health questionnaire*. Windsor, England: NFER publish, 1978.
- [24] Baron, R. M. & Kenny, D. A., (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 51, No. 6, pp. 1173-1182.  
DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
- [25] S. Y. Bae, S. H. Kim (2016). Analysis of Convergent Influence of Self Esteem, Depression, Hopelessness, Locus of Control and Type A Behavior Pattern on Job Seeking Stress among Some College Women. *Journal of Digital Convergence*, Vol. 14, No. 12, pp. 323-333.  
DOI: <https://doi.org/10.14400/JDC.2016.14.12.323>
- [26] S. H. Kim, S. Y. Bae. (2015). Analysis of convergent factors related to depression among some college women of health affiliated educations. *Journal of Digital Convergence*, Vol. 13, No. 10, pp. 367-375.
- [27] S. Y. Bae, S. H. Kim, (2016). Analysis of convergent influence of positive emotion, negative emotion and job seeking stress on depression among college women of health affiliated educations. *Journal of Digital Convergence*, Vol. 14, No. 3, pp. 269-278.
- [28] S. W. Yun, K. S. Kim. (2012). The influence of university students' locus of control on stress towards employment. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol. 13, No. 2 pp. 606-614.
- [29] E. Y. Yu. (2009). Self-Esteem and Stress-Coping Strategies of the College Students in the Department of Public Health. *Journal of the Korea Contents Association*, Vol. 9, No. 6, pp. 225-236.  
DOI: <https://doi.org/10.5392/JKCA.2009.9.6.225>
- [30] H. S. Kim. (2014). The Longitudinal Mediation Effects of Self-Esteem in the Influence of Academic Stress to Adolescents` Depression. *Korean Journal of Youth Studies*, Vol. 21, No. 3, pp. 409-437.
- [31] W. Kim. (2017). The Effects of Depression on Life Satisfaction of University Students and Mediating Effects of Self-esteem. *Studies on Life and Culture*, Vol. 46, pp. 383~422.
- [32] H. J. Shim, H. S. Rhee. (2016). Influence of Qualitative Information Gap of Industrial Accident Compensation Insurance's Rehabilitation Programs on Satisfaction with Work and Daily Life. - Mediation Analysis of Self -esteem.. *The Korean Journal of Health Service Management*, Vol.10 No.1 pp.143-154.  
DOI: <https://doi.org/10.12811/kshsm.2016.10.1.143>
- [33] J. H. Kim, J. W. Park. (2001). The Effect of Occupational Stress , Self - Esteem and Perfectionism on Anxiety and Somatization Symptom. *Korean Journal of Clinical Psychology*, Vol. 20, No. 4, pp. 697-710.  
<http://www.riss.kr/link?id=A100627014>
- [34] J. H. Kwak, H. N. Choi. (2015). A Study on the Difference of Self-Esteem and Burnout by Typology of Workaholism in Korean Workers. *Korean Journal of Counseling*, Vol. 16, No. 3, pp. 139-154.  
<http://www.riss.kr/link?id=A100727540>
- [35] S. Y. Jo, T. S. Kim. (2021). The Influence of Covert Narcissism on Employee's Interpersonal Problems: The Mediating Effect of Self-esteem and Self-concept

Clarity. The Korean Journal of Human Development, Vol. 28, No. 2, pp. 165-186.

<http://www.riss.kr/link?id=A107766623>

- [36] J. H. Song, M. H. Seong. (2021). Factors Affecting of life stress in Middle-aged on Depression: -Mediating effect of Self-esteem and Social support-. Journal of Digital Convergence, Vol. 19, No. 3, pp. 235-244. DOI: <https://doi.org/10.14400/JDC.2021.19.3.235>
- [37] J. H. Ha, J. M. Lee. (2017). The Mediating Effects of Self-esteem on the Relationship between Economic Level and Teaching Efficacy :Focused on Early Childhood Preservice Teacher. Journal of Digital Convergence, Vol. 15, No. 2, pp. 393-403. DOI: <https://doi.org/10.14400/JDC.2017.15.2.393>
- [38] J. H. Jang. (2015). Mediating Effects of Collective Self-esteem on the Relationships between Social Support and Organizational Citizenship Behavior. Journal of Industrial Economics and Business, Vol. 28 No. 5 pp. 2129-2153. <http://www.riss.kr/link?id=A101374732>
- [39] T. Y. Kwon. (2009). The Effects of Stress factors and Self-Esteem on Depressive Symptoms the young-old, the old-old, the oldest-old groups: The Mediating Role of Two Dimension Self-Esteem. Korean Journal of Welfare Studies, Vol. 40, No. 1, pp. 163-196.
- [40] M. R. Choi, I. H. Lee. (2003). The Moderating and Mediating Effects of Self-Esteem on the Relationship between Stress and Depression. Korean Journal of Clinical Psychology, Vol. 22, No. 2, pp. 363-383.
- [41] S. K. Yun. (2016). The Impact of Employment on Depression among Korean Older Adults: Gender Differences in Mediating Effect of Self-Esteem. Korean Society of Gerontological Social Welfare, Vol. 71, No. 3, pp. 389-410.
- [42] M. W. Tae. (2021) The Effect of the Self-Efficiency of Older People on the Quality of Life - Based on the mediated effect of self-respect -. Journal of the Korea Contents Association, Vol. 21, No. 4, pp. 220-232. DOI: <https://doi.org/10.5392/JKCA.2021.21.04.220>

정 상 복(Sang-Bok Jung)

[정회원]



- 2015년 2월 : 충남대학교 보건대학원 (보건학석사)
- 2014년 2월 ~ 현재 : 대전 세종둔산간호학원 대표이사
- 2022년 3월 ~ 현재 : 대전보건대학교 방사선과 겸임교수

<관심분야>

보건학, 방사선학