

# 유아교사의 우울과 스트레스가 신체화 증상에 미치는 영향

김진화, 김성재\*  
순천제일대학교 유아교육과

## The Effect of Depression and Stress on Somatization Symptom of Early Childhood Teachers

Jin-Hwa Kim, Sung-Jae Kim\*  
Dept. of Early Childhood Education, Suncheon Jeil College

**요약** 본 연구는 유아교사의 우울과 스트레스가 이들의 신체화 증상에 미치는 영향을 살펴보고, 이를 통해 유아교사의 신체화 증상을 완화시킬 수 있는 기초자료를 제공하고자 하였다. 연구대상은 전라남도 K시, S시, Y시에 위치한 유치원 및 어린이집에 근무하는 유아교사 220명을 대상으로 설문 조사하였고, 자료 분석은 평균과 표준편차, 첨도, 왜도, Pearson의 적률상관분석, 단계적 표준회귀분석을 실시하였다. 연구결과 첫째, 유아교사의 우울과 스트레스, 신체화 증상은 낮은 정도의 수준을 나타내었다. 둘째, 유아교사의 일반적 배경에 따른 우울과 스트레스, 신체화 증상 간의 차이를 살펴본 결과, 우울은 연령에서, 스트레스와 신체화 증상은 연령과 경력에서 유의한 차이가 나타났다. 셋째, 유아교사의 우울과 스트레스는 신체화 증상과 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 넷째, 유아교사의 우울과 스트레스는 신체화 증상에 통계적으로 유의한 영향력을 미치는 변인으로 나타났다. 이러한 연구결과는 유아교사의 신체화 증상을 완화시키기 위한 연수 및 교육 프로그램 개발 시 유아교사의 우울과 스트레스 상황을 고려해야 함을 시사한다.

**Abstract** This study examined the effects of depression and stress on the somatization symptom of early childhood teachers to provide basic data for reducing the somatization symptoms of early childhood teachers. A questionnaire survey was conducted on 220 early childhood teachers working in kindergartens and daycare centers in K, S, and Y cities in Jeollanam-do, and data analysis was performed with mean, standard deviation, skewness, kurtosis, Pearson's product-moment correlation analysis, and standard stepwise regression analysis. The results of this study were as follows. First, early childhood teachers' depression, stress, and somatization symptoms showed low levels. Second, an examination of the differences between depression, stress, and somatization symptoms according to the general characteristics of early childhood teachers revealed significant differences in age for depression, age and teaching career for stress, and somatization symptoms. Third, a positive correlation was observed among early childhood teachers' depression, stress, and somatization symptoms. Fourth, the depression and stress of early childhood teachers had a significant influence on somatization symptoms. The results suggest that the depression and stress of early childhood teachers should be considered when developing education and re-education programs to reduce their somatization symptoms.

**Keywords** : Effect, Depression, Stress, Somatization Symptom, Early Childhood Teachers

---

\*Corresponding Author : Sung-Jae Kim(Suncheon Jeil College)

email: jackie02@hanmail.net

Received April 5, 2023

Revised May 17, 2023

Accepted June 2, 2023

Published June 30, 2023

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성 및 목적

인간은 누구나 건강한 삶을 지향한다. '인간을 가르치는 일'을 업으로 살아가는 사람들 또한 예외일 수는 없다. 교사가 건강해야 자신이 지닌 학문적 지식, 기술, 태도 등을 학습자들에게 나누어 줄 수 있으며, 모델링 역할자로서 교사의 습관화된 건강행위 모습은 학습자들에게 직·간접적인 영향을 미치게 된다[1]. '인간을 가르치는 일'을 업으로 살아가는 사람들 중에 유아교사가 있으며, 이를 또한 자신의 건강에 많은 관심을 갖고 교육 전문가로서의 삶을 살아가야 한다. 유아교사가 담당하는 유아기는 생애주기의 출발점으로 이 시기의 건강은 평생건강의 기초가 되며 한 사회 인구집단의 건강 잠재력과 재생산에 영향을 미쳐 차세대 국민건강과도 직결된다[2]. 이러한 중요한 시기에 유아는 타인의 건강습관을 보고 학습함으로써 현재와 미래의 건강을 위한 지식, 기술, 태도를 습득하고 건강에 대한 인식을 증진시켜 나간다[3]. 이에, 유아교사는 전인적 인간성장·발달의 최적기이자 민감기에 해당하는 유아들과 함께 생활하며, 유아들의 바람직한 건강 모델링 역할로서의 책무가 있기에 교사 자신을 위해서뿐만 아니라 유아의 바람직한 건강습관 형성을 위해서라도 스스로의 건강상태와 건강행위 등에 관심을 기울여야 한다.

유아교육기관에서 만나고 소통하는 유아교사와의 관계는 유아의 삶에 결정적인 영향을 주며[4], 교육의 질은 교사의 질을 넘지 못한다는 말이 암시하듯, 유아교육의 질적인 발전을 이루기 위해서는 양질의 프로그램을 실천하는 우수한 교사가 필요하다[5]. 그러나 아무리 유능한 유아교사라 하더라도 건강하지 못하면 양질의 교육은 실현될 수 없기에 유아교사의 건강은 아무리 강조해도 지나침이 없을 것이다. 이처럼, 유아교사의 건강에 대한 중요성이 강조됨에 따라, 이들의 건강과 관련한 다양한 연구들이 전개되고 있으며, 이중 스트레스로 인한 유아교사의 신체화 증상 관련 연구도 시도되고 있다. 신체화 증상이란 심한 스트레스로 인해 신체적인 면에 부정적 영향을 미쳐 나타나는 것으로, 의학적 원인이 분명하게 드러나지 않는 체 두통, 요통, 피로감과 같은 신체 불편감이 출현하는 것을 의미한다[6]. 감정노동 직업군으로 분류되는 유아교사는[7] 유아 및 부모와의 관계에서 자신의 감정을 억제하며 일상적 업무를 추진하는 과정에서, 과다한 직무스트레스에 노출되어 신체화 증상이 발생할 가능성이 높다. 그럼에도 불구하고 신체화 증상은 주로 간

호보건·의료 분야에서 연구가 활발히 진행되고 있지만, 유아교사를 대상으로 발표된 연구는 채영란, 유승우[8]에는 찾아보기 드문 실정이다. 유아교육기관에서 유아의 성장·발달에 가장 많은 영향을 미치는 요인이 바로 유아교사라는 측면을 고려하면, 유아교사 대상의 신체화 증상 관련 연구에 보다 많은 관심과 노력이 이루어질 필요성이 있다.

'그 무언가'의 문제점을 해결하기 위해서는 '그 무언가'에 영향을 미치는 요인을 찾아 해결하는 방법이 있다. 즉 유아교사의 신체화 증상이 발생한다면 신체화 증상에 영향을 미치는 요인을 찾아 그 요인을 제거하면 되는 것이다. 이렇듯 유아교사의 신체화 증상 완화를 위해서는 신체화 증상에 영향을 미치는 인과관계가 높은 변인을 찾는 연구가 필요함을 인식하고, 본 연구에서는 유아교사의 신체화 증상에 영향을 미칠 것으로 예견되는 우울과 스트레스 변인에 주목하고자 한다.

우울은 지속적으로 나타나는 침체된 기분, 자신에 대한 무가치함, 집중장애와 생리적 수면장애, 피로감 등 다양한 부정적 특징을 보이는 성향이며, 근심, 침울함, 상실감, 걱정 등과 같은 부정적 정서 상태를 보이는 것을 의미한다[9]. 결국 우울은 우울한 감정에서 우울증에 이르기까지 연속적이며 포괄적인 개념으로 이해할 수 있다[10]. 우울 관련 선행연구 분석을 통해 유아교사의 우울은 유아들과의 상호작용에 악영향을 미치고[11], 직무만족도 저하 및 직무소진을 일으키는 요인으로 작용하고 있음을 살필 수 있다[12].

유아교사를 대상으로 일반적 배경 변인에 따른 우울의 차이를 분석한 선행연구를 살펴보면, 박선민[13]은 보육교사의 우울은 연령에서 유의미한 차이를 보이며, 40세 이상 집단보다 20세 이상~30세 미만, 30세 이상~40세 미만 집단의 우울이 높게 나타났음을 보고한다. 반면 김난실, 이진화[14]의 연구에서는 보육교사의 연령, 전공, 학력 등 모든 변인이 우울과 통계적으로 유의미한 차이가 없음을 제시하며, 박선민[13]의 연구와 상반된 결과를 제시한다. 이러한 측면은 유아교사의 일반적 배경에 따른 우울의 차이에 대한 관련 후속연구가 필요함을 시사한다. 한편, 우울과 신체화 증상과의 관련성을 분석한 연구는 없으나, 다양한 선행연구들을 통해 우울과 신체화 증상과의 관련성을 살펴볼 수 있다. 대학생[15], 청소년[16], 고등학생[17], 초등학생[18], 간호사[19], 직장인[20] 등 다양한 대상으로 실시된 연구결과에서 우울과 신체화 증상은 정적상관을 보이며, 우울이 신체화 증상에 영향을 미치는 변인으로 검증되고 있다. 이러한 연구결

과를 통해 유아교사의 우울과 신체화 증상과의 관련성을 예측할 수 있다. 한편, 성인 대상의 전진용 외[21]의 연구에서는 우울이 신체화 증상에 통계적으로 유의하지 않은 경향성만을 보인다고 밝혀, 앞서 제시한 연구들과 다른 결과를 나타내고 있어, 향후 우울과 신체화 증상 간의 영향력에 대한 추가 연구가 필요함을 살필 수 있다. 또한 관련 선행연구들은[15-20] 특정 지역 및 직업군, 특정 연령대의 성인을 연구대상으로 선정한 연유로 인해 연구의 한계가 있음을 제시하며, 연구결과의 일반화를 기하기 위해 다양한 집단과 지역 등 폭넓은 대상에 기반하여 변인 간의 관계를 살펴보는 후속연구가 이어지길 제안하고 있다. 이처럼 연구결과에 따른 한계 및 제언과 더불어, 유아의 전인적 발달에 지대한 영향을 미치는 존재가 교사임을 고려할 때, 유아교사 대상의 우울과 신체화 증상과의 관련성 및 그 영향력을 분석하는 실증적 연구가 필요함을 시사받을 수 있다.

한편, 스트레스의 개념에 대해 장미순[22]은 개인의 신체적·심리적 안정 상태를 위태롭게 하는 환경적 자극 요인 동시에 개인의 정서 체계, 행동 체계, 생리적인 체계에 변화를 초래하는 것으로 정의 내린다. 한마디로 스트레스는 개인이 내적, 외적으로 경험하게 되는 심리적으로 불안한 상태를 의미한다고 하겠다[23]. 유아교사는 스트레스로 인해 직무수행과 유아와의 상호작용 및 관계형성 등에 어려움을 겪으며[24], 이로 인해 이직할 마음까지 갖게 됨이 보고되고 있다[25]. 지금까지 스트레스와 신체화와의 관련성을 살펴본 연구들은 대학생과 고등학생, 직장인, 간호사, 근로자 등 다양한 대상으로 발표되고 있으며[26-29], 연구결과 다양한 스트레스(생활, 학업, 직무 등)들이 신체화 증상과 정적 상관관계가 있고, 스트레스가 신체화 증상에 영향을 미치는 설명변인으로 밝혀지고 있다. 선행연구 결과를 통해 유아교사의 스트레스 또한 신체화 증상과 관련성이 있음을 유추할 수 있다.

또한 유아교사 대상으로 이들의 일반적 배경에 따른 스트레스 차이를 분석한 선행연구를 살펴보면, 박선민[13]은 보육교사의 직무스트레스는 연령과 근무경력에서 유의한 차이가 있음을 기술한다. 연령은 40세 미만보다 40세 이상 집단에서, 근무경력 0~3년 미만 집단보다 7년~10년 미만, 10년 이상의 집단에서 높은 평균점수를 보여 연령과 근무경력이 많을수록 직무스트레스가 더 높음을 살필 수 있다. 반면, 이경숙 외[30]의 연구에서는 보육교사 직무스트레스는 연령이 낮을수록 더 높고, 어린이집 유형에 따라서 차이가 있음을 언급해, 박선민[13]의

연구와 일부 다른 결과를 제시한다. 이외에도, 한선영[31]의 연구에서는 학력별로 스트레스 증상과 대처에서 유의한 차이가 없음을 보고한다. 이러한 측면은 향후 관련 연구가 이어져 연구결과의 차이점을 확인할 수 있는 후속연구가 필요함을 시사한다.

이에, 본 연구에서는 유아교사를 대상으로 이들의 신체화 증상에 영향을 미칠 수 있는 변인으로 예측된 우울과 스트레스와의 관계를 분석함으로써 유아교사의 신체화 증상 완화를 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

## 1.2 연구 문제

연구목적에 따른 연구문제를 제시하면 다음과 같다.

1. 유아교사의 우울과 스트레스, 신체화 증상 정도는 어떠한가?
2. 유아교사의 일반적 배경에 따른 우울과 스트레스, 신체화 증상 간의 차이는 어떠한가?
3. 유아교사의 우울 및 스트레스와 신체화 증상과의 관계는 어떠한가?
4. 유아교사의 우울과 스트레스가 신체화 증상에 미치는 영향은 어떠한가?

## 2. 연구방법

### 2.1 연구대상

전남 K시, S시, Y시에 위치한 유치원 및 어린이집에 근무하는 유아교사 중심으로 표본을 선정하였다. 설문지는 2022년 8월 8일부터 31일까지 비확률적 표본추출방법의 하나인 편의 표본추출방식에 의해 전남지역 유치원과 어린이집 교사 250명을 대상으로 연구목적을 설명한 후, 설문지가 제작되어있는 Google Docs 주소를 알려주고 온라인으로 응답하도록 하였다. 응답자 중 일부 이중 응답 및 문항응답이 누락된 설문지를 제외한 총 220명(회수율 88.0%)의 자료가 최종분석에 이용되었고 이를 구체적으로 제시하면 다음 Table 1과 같다.

Table 1. General characteristics of participants

Classification		N	%
Work Institution	Daycare Centers	135	61.4
	Kindergarten	85	38.6
Age	20 to 29 years	120	54.5
	30 to 39 years	65	29.5
	40 to 49 years	35	16.0

Education	Graduated from two-year and three-year colleges	136	61.8
	Graduated from 4-year college	71	32.3
	Graduate school graduation	7	3.2
	Etc	6	2.7
Teaching Career	Less than 5 years	112	50.9
	5 ~ 9 years	50	22.7
	10~14 years	37	16.8
	More than 15 years	21	9.6
Total		220	100.0

## 2.2 연구도구

### 2.2.1 우울척도

Radloff[32]가 개발한 ‘역학연구 우울척도(Center for Epidemiologic Studies Depression Scale; CES-D)’를 Eaton 등[33]이 DSM-IV에 따라 ‘역학연구 우울척도 개정판(CESD-Revised; CESD-R)’로 개정하고 이산 등[34]이 국내 상황에 맞게 번역하여 표준화한 ‘한국판 역학연구 우울척도개정판(Korean version of Center for Epidemiologic Studies Depression Scale-Revised; K-CESD-R)’을 활용하였다.

총 20문항으로 요인 1(우울한 기분, 흥미 또는 즐거움의 상실, 피로 또는 활력 상실, 자해 또는 자살사고, 죄책감, 집중의 어려움, 정신운동초조)과 요인 2(체중감소, 식욕저하, 과수면, 정신운동지연)의 2개 영역으로 구분된다. 예시문항은 ‘식욕이 없었다’, ‘나를 행복하게 하는 것은 아무것도 없었다’ 등이 있다. 이산 등[34]의 연구에서 전체 척도의 내적합치도(Cronbach’s  $\alpha$ )는 .98였으며, 본 연구에서는 .95로 나타났다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 ‘1일 미만(1점)’부터 ‘2주간 거의 매일(5점)’로 채점되며 점수의 범위는 0점~100점이고, 점수가 높을수록 우울의 정도가 크다는 것을 의미한다.

Table 2. Composition of questions and credibility by the measurement tool of depression

factor	question number	number of questions	credibility
factor 1	2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 20	16	.95
factor 2	1, 11, 12, 18	4	.92
total		20	.95

### 2.2.2 스트레스 척도

Cohen 등[35]이 개발하고 박준호, 서영석[36]이 타당화한 ‘스스로 지각한 스트레스 척도(Perceived Stress Scale: PSS)’를 사용하였다. ‘부정적 지각(예: 초조하거나 스트레스가 쌓인다고 느낀 적이 있다)’ 5문항과 ‘긍정적 지각(예: 자신의 뜻대로 일이 진행된다고 느낀 적이 있다)’ 5문항의 두 요인으로 구성되며 ‘긍정적 지각’은 역채점 문항이다. 총 10문항이며 5점 Likert척도(0점: 전혀 없었다~4점: 매우 자주 있었다)로 평정하고, 점수의 범위는 0점~40점이고, 점수가 높을수록 스트레스를 더 많이 지각하는 것으로 본다. 박준호, 서영석[36]의 연구에서 전체 문항에 대한 내적합치도(Cronbach’s  $\alpha$ )는 .74~.77이며, 본 연구에서는 Cronbach’s  $\alpha$  .73으로 나타났다.

Table 3. Composition of questions and credibility by the measurement tool of stress

factor	question number	number of questions	credibility
negative perception	1,2,3,9,10	5	.83
positive perception	4*,5*,6*,7*,8*	5	.82
total		10	.73

\*역채점 문항

### 2.2.3 신체화 증상 척도

김광일, 김재환, 원호택[37]이 제작한 자기보고식 척도인 간이정신진단검사수정판(Symptom Check list-90-Revised:SCL-90-R)의 총 90문항 중 개인이 주관적으로 경험하는 신체증상들의 정도를 측정하는 신체화 증상 척도 12문항을 발췌하여 사용하였다. 문항의 내용은 자율신경계의 영향을 받는 소화기, 호흡기 및 기타 기관의 장애, 동통 등 신체적 기능이상에 대해 호소하는 증상 등으로 구성되어 있다. 주로 임상 장면이나 연구에서 많이 사용되는 척도로서, 오늘을 포함하여 지난 7일 동안 경험한 증상의 정도에 따라 5점 Likert 척도(0= 전혀 없다, 4= 아주 심하다)상에서 평정하도록 되어 있으며, 점수 범위는 0점에서 48점으로 점수가 높을수록 신체화가 높음을 의미한다. 김광일 등[37] 연구에서 1주 간격의 검사-재검사 신뢰도는 .83이었으며 내적 합치도(Cronbach’s  $\alpha$ )는 .72이었다. 본 연구에서 내적 합치도(Cronbach’s  $\alpha$ )는 .88로 나타났다.

Table 4. Composition of questions and credibility by the measurement tool of somatization symptom

variables	question number	number of questions	credibility
somatization symptom	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12	12	.88

## 2.3 연구절차

### 2.3.1 예비조사

예비조사를 위해 2022년 7월 21~22일, 본 연구대상이 아닌 전남 S시 소재 Y유치원과 E어린이집 유아교사 20명을 대상으로 소요시간과 설문문항의 적합성 등을 파악하였다. 해당 유아교사들은 문항 이해에 대한 어려움 없이 설문에 응하였으며, 약 12~15분 정도 소요되었다.

### 2.3.2 본 조사

연구대상에서 제시한 바와 같이 실시되었다.

## 2.4 자료 분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 22.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 연구문제 1에 해당하는 유아교사의 우울과 스트레스, 신체화 증상의 정도를 파악하기 위해 평균과 표준편차, 첨도, 왜도를 구하였으며, 연구문제 2에 해당하는 유아교사의 일반적 배경에 따른 우울과 스트레스, 신체화 증상 간의 차이는 t-test와 ANOVA를 실시하였고 사후검정은 Scheffe's test로 확인하였다. 연구문제 3의 유아교사의 우울 및 스트레스와 신체화 증상과의 관계를 알아보기 위해 Pearson의 적률상관분석을 실시하였으며, 연구문제 4에 해당하는 유아교사의 우울과 스트레스가 신체화 증상에 미치는 상대적 영향력을 알아보기 위해 단계적 표준회귀분석을 실시하였다.

## 3. 연구결과

### 3.1 유아교사의 우울과 스트레스, 신체화 증상 정도

유아교사의 우울과 스트레스, 신체화 증상 정도를 살펴보기 위해 평균과 표준편차, 첨도, 왜도를 구한 결과는 다음 Table 5와 같다.

Table 5. Degree of depression, stress and somatization symptom (N=220)

variables	M	SD	Skew	Kurt	
depression	factor 1	1.83	.36	1.25	.70
	factor 2	1.81	.34	1.50	2.85
	total	1.82	.35	1.29	1.06
stress	negative perception	1.69	.35	.14	.08
	positive perception	1.91	.41	.80	1.17
	total	1.89	.38	.06	-.41
somatization symptom	1.38	.30	.28	-.60	

유아교사의 우울 정도는 평균 1.82점이었고, 요인1은 1.83점, 요인2는 1.81점을 보였다. 스트레스 정도는 평균 1.89점으로 부정적 지각요인은 1.69점, 긍정적 지각요인은 1.91점을 보였다. 신체화 증상은 평균 1.38점을 나타내었다. 정규성 검토를 위해 왜도, 첨도를 확인한 결과, 왜도는 최소 .06, 최대 1.50으로 절댓값 기준 3보다 작았고, 첨도는 최소 -.60, 최대 2.85로 절댓값 기준 10보다 작아서 정규분포를 따르고 있었다.

### 3.2 유아교사의 일반적 배경에 따른 우울과 스트레스, 신체화 증상 간의 차이

유아교사의 일반적 특성에 따른 우울은 연령( $F=3.176, p<.05$ )에서 유의한 차이를 보였다. 사후분석한 결과 20~29세 집단이 30~39세, 40~49세 집단보다 우울이 높게 나타났다. 스트레스에서는 연령( $F=2.991, p<.05$ )과 경력( $F=4.201, p<.01$ )에서 유의한 차이를 보였다. 사후분석 결과, 연령은 40~49세 집단이 20~29세, 30~39세 집단보다 스트레스가 높았으며, 경력에서는 10~14년, 15년 이상 경력집단이 5년 미만과 5~9년 경력집단보다 스트레스가 높게 나타났다. 신체화 증상에서는 연령( $F=8.519, p<.001$ )과 경력( $F=3.944, p<.01$ )에서 유의한 차이를 보였다. 사후분석 결과, 연령은 30~39세, 40~49세 집단이 20~29세 집단보다 신체화 증상이 높았으며, 경력에서는 10~14년 집단이 5~9년 집단보다 신체화 증상이 높게 나타났다.

Table 6. Difference in depression, stress and somatization symptom according to general characteristics

Variables	Category	depression		stress		somatization symptom	
		M±SD	t/F(p) Scheffe's	M±SD	t/F(p) Scheffe's	M±SD	t/F(p) Scheffe's
Work-Institution	Daycare Centers	1.76±.50	1.264	1.85±.45	1.573	1.28±.33	1.381
	Kindergarten	1.90±.55		1.95±.52		1.40±.36	
Age	20 to 29(a)	2.00±.60		1.72±.48		.90±.28	8.519*** (a<b,c)
	30 to 39(b)	1.74±.58	3.176* (a)b,c	1.79±.50	2.991* (a,b<c)	1.41±.53	
	40 to 49(c)	1.70±.52		1.94±.55		1.58±.59	
Education	two-year/ three-year colleges	1.88±.61	3.619	1.93±.55	2.142	1.43±.54	.556
	4-year college	1.77±.60		1.85±.47		1.28±.48	
	Graduate school graduation	1.55±.40		1.74±.61		1.55±.60	
	Etc	1.72±.55		1.52±.40		1.03±.45	
Teaching-Career	Less than 5 years(a)	1.92±.71	3.430	1.77±.37	4.201** (a,b<c,d)	1.14±.38	3.944** (b<c)
	5~9(b)	1.69±.63		1.68±.50		1.09±.33	
	10~14(c)	1.92±.78		1.99±.57		1.67±.55	
	More than 15 years(d)	1.60±.45		1.93±.47		1.40±.50	

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

### 3.3 유아교사의 우울과 스트레스, 신체화 증상과의 관계

연구결과, 유아교사의 우울은 하위요인인 우울요인1과 스트레스의 부정적 지각( $r=.134, p<.05$ ), 우울요인1과 스트레스( $r=.166, p<.05$ ), 우울요인1과 신체화 증상( $r=.215, p<.01$ ), 우울요인2와 신체화 증상( $r=.137, p<.05$ ), 전체 우울과 스트레스( $r=.151, p<.01$ ), 전체 우울과 신체화 증상( $r=.205, p<.01$ )에서, 스트레스는 하위요인인 부정적 지각과 신체화 증상( $r=.158, p<.05$ ), 전체 스트레스와 신체화 증상( $r=.176, p<.01$ )에서 통계적으로 유의한 정적상관이 있는 것으로 나타났다.

Table 7. Relationship among depression, stress and somatization symptom

variables	1	2	3	4	5	6	7
1	1						
2	.832**	1					
3	.994**	.890**	1				
4	.134*	.041	.119	1			
5	-.016	-.032	-.020	-.265**	1		
6	.166*	.069	.151*	.526**	.326**	1	
7	.215**	.137*	.205**	.158*	-.126	.176**	1

1. factor1, 2. factor2, 3.depression, 4. negative perception  
5. positive perception, 6. stress, 7. somatization symptom

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

### 3.4 유아교사의 우울과 스트레스가 신체화 증상에 미치는 영향

유아교사의 우울과 스트레스가 신체화 증상에 미치는 상대적 영향력을 알아보기 위해 회귀분석을 실시한 결과는 다음 Table 8과 같다. 유아교사의 우울과 스트레스가 신체화 증상에 미치는 상대적 영향력을 알아보기 위해 변인들간의 다중공선성을 확인한 결과 Durbin-Watson 값은 1.64로 2에 근접하였고, VIF값은 10이하(1.023)으로 나타나 다중공선성의 문제는 없는 것으로 나타났다. F 값은 7.29로 통계적으로 유의미한 것으로 나타나 회귀모형이 적합함을 알 수 있다. 유아교사의 신체화 증상에 대한 주요한 영향 요인은 우울( $\beta=.183, p<.01$ ), 스트레스( $\beta=.148, p<.05$ ) 순으로 나타났다. 모형의 설명력을 나타내는 수정된 결정계수(adjusted R<sup>2</sup>)는 .145로 설명력은 14.5%였다.

Table 8. Results of regression analysis on somatization symptom

Variables	B	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	F
(constant)	.495					
depression	.197	.183	2.74**	.145	.038	7.29***
stress	.280	.148	2.22*		.055	

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

## 4. 논의 및 결론

본 연구는 유아교사를 대상으로, 이들의 우울과 스트레스가 신체화 증상에 미치는 영향을 살펴보고 이를 통해 유아교사의 신체화 증상을 완화시킬 수 있는 기초자료를 제공하고자 하였다. 본 연구결과를 토대로 논의하

면 다음과 같다.

첫째, 유아교사의 우울과 스트레스, 신체화 증상 정도를 살펴본 결과, 우울은 5점 중 평균 1.82점, 스트레스는 4점 중 평균 1.89점, 신체화 증상은 4점 중 평균 1.38점을 보여, 전반적으로 중간 이하의 낮은 수준의 우울, 스트레스, 신체화 증상을 나타내었다. 이는 영유아교사의 우울이 중간보다 낮은 수준임을 밝힌 오지은, 채진영[38]의 연구와 유아교사의 스트레스 수준이 중간 이하임을 살펴본 윤영선[39]의 연구결과와 맥락을 같이한다. 유아교사를 대상으로 신체화 증상의 현황을 파악한 선행연구가 없어 직접적인 비교는 어려우나, 예비유아교사를 대상으로 실시한 황지애, 김성재[40]의 연구에서 예비유아교사의 신체화 증상 정도가 낮은 수준임을 제시한 결과와도 맥락을 같이한다.

영유아기에 형성된 건강생활습관은 전 생애를 통해 누릴 신체적, 정신적, 사회적 건강발달의 기초를 형성하는 의미 있는 시기이기[41], 영유아의 건강생활습관에 가장 직접적이고 많은 영향을 미치는 요인인 유아교사의 건강상태 또한 매우 중요하다고 할 수 있다. 유아교사의 건강상태가 교사-유아 상호작용에 영향을 미침을[42] 고려할 때, 유아교사의 우울과 스트레스, 신체화 증상 정도가 낮은 값을 보인 본 연구결과는 의미 있다고 판단된다. 그러나 본 연구결과의 일반화를 기하기 위해서는 다양한 지역 및 유형의 유아교육(보육)기관에서 근무하는 유아교사를 대상으로 연구가 확대될 필요가 있다.

둘째, 유아교사의 일반적 배경에 따른 우울과 스트레스, 신체화 증상 간의 차이를 살펴본 결과, 우울은 연령에서 유의한 차이가 나타났다. 사후 분석결과 20~29세 집단이 30~39세, 40~49세 집단보다 우울이 높게 나타나, 연령이 낮은 집단이 상대적으로 우울이 더 높음을 알 수 있다. 이는 박선민[13]의 연구에서 보육교사의 우울은 40세 이상 집단보다 20세 이상~30세 미만 집단이 더 높게 나타난 결과와 맥락을 같이한다. 스트레스 변인에서는 유아교사의 연령과 경력에서 유의한 차이가 나타났으며, 연령은 40~49세 집단에서, 경력에서는 10~14년과 15년 이상 경력 집단에서 높은 스트레스 수준을 보여, 연령과 경력이 많은 유아교사가 높은 스트레스를 보임을 살필 수 있다. 이는 연령과 근무경력이 많은 보육교사의 직무스트레스가 높음을 검증한 박선민[13]의 연구결과를 지지한다. 신체화 증상은 30~40대 연령 집단이 20대 집단에 비해 높게 나타났으며, 10~14년 경력 집단이 5~9년 경력 집단보다 높게 나타나, 연령과 경력에서 유의한 차이를 보였다. 즉 연령과 경력이 좀 더 많은 유아교사들

에게서 신체화 증상이 높음을 살필 수 있다. 이러한 연구 결과는 유아교사의 우울과 스트레스, 신체화 증상 완화와 관련한 교육 프로그램 개발 및 교사 연수와 관련해 시사점을 준다. 즉 20대 연령층 문화에 초점을 맞춘 우울개선 프로그램, 40대와 10년 이상 경력집단에 초점을 맞춘 스트레스 완화 프로그램, 30대와 10년차의 경력 집단에 눈을 맞춘 신체화 증상 완화 및 치유 프로그램 등, 특정 연령과 경력에 따른 맞춤형 교사연수 프로그램 개발과 보급이 필요함을 시사한다.

셋째, 유아교사의 우울과 스트레스, 신체화 증상과의 관계를 살펴본 결과, 유아교사의 우울과 스트레스는 신체화 증상과 모두 통계적으로 유의한 정적상관을 보여, 우울과 스트레스가 높은 유아교사가 신체화 증상도 높은 것으로 해석할 수 있다. 이는 만 18세 이상 성인 대상의 신혜영[24]의 연구와 대학생 대상의 Radloff[32]의 연구에서 우울과 신체화 증상은 유의한 상관관계가 있음을 밝힌 연구에서 스트레스와 신체화 증상 간에는 정적 상관관계가 있음을 검증한 연구결과와 일치한다. 또한, 유아교사의 정서노동 스트레스와 신체화 증상은 정적 상관관계가 있음을 검증한 채영란, 유승우[8]의 연구결과를 지지한다. 향후에도 유아교사를 대상으로, 이들의 우울과 스트레스, 신체화 증상과의 관련성을 규명하는 후속 연구가 이루어져 그 결과가 일반화될 수 있는 토대가 마련되길 제언한다. 더불어 우울과 스트레스가 높으면 신체화 증상 또한 발생할 수 있다는 상관관계를 고려하여, 유아교사의 우울 및 스트레스를 감소시킬 수 있는 관련 프로그램이 교사연수 시 적용될 필요성이 있음을 시사받을 수 있다.

넷째, 유아교사의 우울과 스트레스가 신체화 증상에 미치는 영향을 살펴본 결과, 우울과 스트레스 모두 유아교사의 신체화 증상을 14.5% 설명하며, 우울, 스트레스 순으로 높은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 유아교사의 우울과 스트레스가 모두 신체화 증상과 정적관계를 나타내어, 유아교사의 우울과 스트레스가 높을수록 유아교사의 신체화 증상 또한 높아짐을 알 수 있어, 유아교사의 신체화 증상을 없애거나 줄이기 위해서는 우울과 스트레스 변인을 낮추어야 함을 살필 수 있다. 이는 유아교사의 정서노동 스트레스는 신체화 증상에 영향을 미치는 중요한 요인임을 검증한 채영란, 유승우[8]의 연구결과와 맥락을 같이한다. 유아교사의 신체화 증상을 줄이기 위해서는 영향을 미치는 변인으로 검증된, 우울과 스트레스를 주는 요인과 환경을 찾아 이를 개선하려는 노력이 요구됨을 시사받을 수 있다.

결론적으로 본 연구를 통해 유아교사의 우울과 스트레스는 신체화 증상과 정적 상관관계가 있음을 알 수 있으며, 유아교사의 우울 및 스트레스가 신체화 증상에 영향을 미치는 변인임을 파악할 수 있었다. 이에 본 연구결과는 유아교사의 우울 및 스트레스에 대한 충분한 이해를 바탕으로 유아교사의 신체화 증상을 완화하기 위한 다각적인 모색이 필요함을 시사하고 있다. 이상의 결론을 토대로 후속연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 양적연구로 유아교사의 우울, 스트레스, 신체화 증상 간의 관련성과 그 영향력을 살펴보았으나, 유아교사들이 일상생활에서 겪는 우울과 스트레스 요인에 대한 심층적인 분석은 실시하지 못하였다. 이에 향후 연구에서는 우울과 스트레스가 높은 유아교사를 대상으로 심층면담을 실시해, 그 요인을 깊이 있게 성찰하는 연구가 실시되었음 한다. 둘째, 본 연구결과를 통해 유아교사들의 신체화 증상 완화를 위해서는 우울과 스트레스 감소와 관련한 적절한 교육 프로그램이 뒷받침되어야 함을 시사 받을 수 있었다. 이에 향후에는 유아교사의 우울 및 스트레스 감소와 관련한 다양한 프로그램이 지속적으로 개발 및 적용되어 유아교사의 정신건강 증진에 실질적인 도움을 줌은 물론, 그 효과를 체계적으로 검증하는 연구가 이어지길 제언한다.

## References

- [1] S. J. Kim, H. S. Ch, "A Study on the Health Perception and Health Promoting Lifestyle of the early childhood teacher", *Journal of Future Early Childhood Education*, Vol.13, No.4, pp.323-348, Nov. 2006.
- [2] K. J. Han, "Health, Care and Nursing Role for Young Children", *Korean Parent-Child Health Journal*, Vol.4, No.1, pp.98-102, Jan. 2001.
- [3] H. Y. Kim, *A Case Study of Pre-Daycare Teachers' Knowledge on Health and its Practice*, Master's thesis, Dongduk Women's University, Seoul, Korea, pp.1-2, 2002.
- [4] H. J. Han, *A Delphi Study on the Development of Early Childhood Happiness Education Programs*, Master's thesis, Chung-Ang University, Seoul, Korea, pp.3-4, 2014.
- [5] L. A. Mitchell, *Becoming Culturally Responsive Teachers in Today's Diverse Classroom*, San Diego: CA, USA, 2009, Available From: <https://eric.ed.gov/?id=ED505986> (accessed Nov. 10, 2022)
- [6] K. H. OH, *The Relationship between Life Stress and Physical/Mental Health among College Students*, Master's thesis, Sahmyook University, Seoul, Korea, pp.8-11, 2009.
- [7] S. G. Han, "A Study on the Occupational Characteristics of Emotional Labor in Korea", *Labor Research*, Vol.32, pp.5-27, Apr. 2016.
- [8] Y. R. Chae, S. W. You, "The Effects of Emotional Labor Stress on Somatic Symptoms and Education Anxiety in Early Childhood Teachers", *The Journal of Humanities and Social science*, Vol.9, No.6, pp.819-833, Dec. 2018. DOI: <https://dx.doi.org/10.22143/HSS21.9.6.58>
- [9] A. T. Beck, *Cognitive therapy and the emotional disorders*, p.368, New York: Penguin Books, 1979, pp.125-126.
- [10] H. A. Lee, Y. M. You, "The Effects of Child-care Teacher's Depression on Burn-out: Focusing on Moderating Effects of Social Support", *Korean Journal of Child Education and Care*, Vol.19, No.1, pp.1-13, Mar. 2019. DOI: <https://doi.org/10.21213/kjcec.2019.19.1.1>
- [11] M. J. Kim, H. Y. Lee, H. S. Im, "Influence of Psychological Burnout on Mental Health of Child-Care Teachers and Teacher-Preschooler Interaction", *The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, Vol.19, No.14, pp.159-180, Jul. 2019. DOI: <https://doi.org/10.22251/ilcci.2019.19.14.159>
- [12] H. Y. Min, "The Relationship between Depression, Colleagues/supervisor's Emotional Support Levels and Burnout Experienced by Teachers in Kindergartens and Childcare Centers", *Korean Journal of Child Studies*, Vol.31, No.4, pp.1-14, Nov. 2010.
- [13] S. M. Park, *Relationship between Job Stress, Self-Differentiation, and Depression of Child-Care Teacher*, Master's thesis, Sookmyung Women's University, Seoul, Korea, pp.51-62, 2020.
- [14] N. S. Kim, J. H. Lee, "The Effects of Childcare Teachers' Depression and Strategies for coping with Stress on Self-Esteem", *Journal of educational studies*, Vol.47, No.2, pp.133-151, Jun. 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.15854/jes.2016.06.47.2.133>
- [15] S. K. Lee, J. M. Kim, "The Effect of College Students' Depression on Their Somatization Symptoms", *The Journal of Humanities and Social science*, Vol.10, No.3, pp.1147-1162, Jun. 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.22143/HSS21.10.3.83>
- [16] S. J. Lee, E. h. Ha, "The Mediating Effects of Cognitive Factor on the Relationships between Female Adolescent's Depression and Somatization", *The Korean Journal of School Psychology*, Vol.7, No.1, pp.55-68, Apr. 2010. DOI: <https://doi.org/10.16983/kjsp.2010.7.1.55>
- [17] M. J. Lee, C. K. Lim, J. Y. Ryu, "The Effect of the Stress, Anxiety and Depression on Somatization: focused on specialized vocational high school students", *The Journal of Welfare Administration*, Vol.30, pp.109-133,



- Dec. 2014.
- [18] Y. W. Lee, *The Effects of Depression and Anxiety on the Somatic Symptoms of Elementary School Students: Focusing on the Mediating Effects of Social Support and Stress Coping*, Master's thesis, Soonchunhyang University, Asan, Korea, pp.92-100, 2018.
- [19] J. M. Joo, A. J. Goo, S. W. Kim, "Relationship between Somatization and Mental Health of Registered Nurses", *Korean Journal of Psychosomatic Medicine*, Vol.28, No.2, pp.135-142, Dec. 2020.  
DOI: <https://doi.org/10.22722/KJPM.2020.28.2.135>
- [20] E. Lee, "Family Stress, Somatization, Social Support and Depression among Middle-aged Workers", *Korean Journal of Occupational Health Nursing*, Vol.24, No.3, pp.224-234, Aug. 2015.  
DOI: <https://doi.org/10.5807/kjohn.2015.24.3.224>
- [21] J. Y. Jun, S. J. Kim, Y. J. Lee, S. J. Cho, "Effect of Major Depressive Disorder and Insomnia on Somatization", *Sleep Medicine and Psychophysiology*, Vol.19, No.2, pp.84-88, Dec. 2012.  
DOI: <https://doi.org/10.14401/KASMED.2012.19.2.084>
- [22] M. S. Jang, *A Study of Impact of Job Stress of Nursery Teacher on the Interaction between Teachers and Children*, Master's thesis, Konkuk University, Seoul, Korea, pp.9, 2012.
- [23] H. H. Na, *The Relationship between Stress, Depression and Self-Esteem of Early Childhood Teachers and Young Children's Human Rights: Focused on the Mediating Effects of Early Childhood Teachers' Social Support*, Ph.D dissertation, Incheon National University, Incheon, Korea, pp.10, 2021.
- [24] H. Y. Shin, *Effects of Teachers' Job Stress and Belief of Efficacy on the Quality of Teachers' Interaction behaviors in Child care*, Ph.D dissertation, Yonsei University, Seoul, Korea, pp.17-22, 2004.
- [25] H. S. Lim, H. A. Seo, "Mediating Effect of Psychological Receptivity on the Relationship between Job Stress and Turnover Intentions in Early Childhood Teachers", *The Journal of Eco Early Childhood Education & Care*, Vol.19, No.2, pp.47-70, May. 2020.  
DOI: <https://doi.org/10.30761/eceoce.2020.19.2.47>
- [26] S. G. Jo, *The Effect of Life Stress on Somatic Symptoms of University Students: Focused on Mediating Effects of State Anxiety and Moderating Effects of Trait Anxiety*, Master's thesis, Daegu Catholic University, Daegu, Korea, pp.1-3, 2015.
- [27] J. H. Back, *Influence of Academic Stress on Somatization Symptoms and Emotional Regulation in High School Student*, Master's thesis, Kyungsoo University, Busan, Korea, pp.1-4, 2017.
- [28] E. J. Park, *Effects of Emotional Labor and Job Stress on Nursing Performance and Somatic Symptoms of Nurses*, Master's thesis, Seonam University, Asan, Korea, pp.1-4, 2018.
- [29] K. S. Nam, *The Influence on Somatization for Job Stress and Emotional Labor of the Worker at Highway Tollgate*, Master's thesis, Catholic University of Korea, Seoul, Korea, pp.23-25, 2016.
- [30] K. S. Lee, J. Y. Chae, M. S. Kim, J. A. Park, J. M. Lee, "The Differences in Job Stress, Teacher Efficacy, Emotion-Focused Coping Strategies and Depression, and Their Influences on Depression", *Korean Journal of Childcare & Education*, Vol.12, No.4, pp.23-40, Jul. 2016.  
DOI: <https://doi.org/10.14698/jkce.2016.12.04.023>
- [31] S. Y. Han, *Analysis of Job Stress: With Specific Focus Support Staff Working in a Kindergarten*, Master's thesis, Inha University Graduate School of Education, Incheon, Korea, pp.55-58, 2013.
- [32] L. S. Radloff, "The CES-D Scale: A Self-report Depression Scale for Research in the General Population", *Applied Psychological Measurement*, Vol.1, No.3, pp.395-401, Feb. 1977.  
DOI: <https://doi.org/10.1177/014662167700100306>
- [33] W. W. Eaton, C. Muntaner, C. Smith, A. Tien, M. Ybarra, Center for Epidemiologic Studies Depression Scale: Review and Revision (CESD and CESD-R). Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 2004, Available From: <https://www.researchgate.net/publication/284664681> (accessed Nov. 12, 2022)
- [34] S. Lee, S. T. Oh, S. Y. Ryu, J. Y. Jin, K. S. Lee, E. Lee, "Validation of the Korean version of Center for Epidemiologic Studies Depression Scale-Revised (K-CESD-R)", *Korean Journal of Psychosomatic Medicine*, Vol.24, No.1, pp.83-93, Jun. 2016.
- [35] S. Cohen, T. Kamarck, R. Mermelstein, "A Global Measure of Perceived Stress", *Journal of Health and Social Behavior*, Vol.24, No.4, pp.385-396, Dec. 1983.  
DOI: <https://doi.org/10.2307/2136404>
- [36] J. H. Park, Y. S. Seo, "Validation of the Perceived Stress Scale (PSS) on Samples of Korean University Students", *Korean Journal of Psychology*, Vol.29, No.3, pp.611-629, Sep. 2010.
- [37] K. I. Kim, J. H. Kim, H. T. Won, Brief Psychiatric Diagnostic Test Guidelines, p.176, Central Aptitude Publishers, 2010, pp.21-170.
- [38] J. E. Oh, J. Y. Chae, "The Parallel Multiple Mediation Effect of Empathy Ability on the Relation between Depression and Social Intelligence in Early Childhood Teachers", *Early Childhood Education Research & Review*, Vol.24, No.6, pp.149-173, Dec. 2020.  
DOI: <https://doi.org/10.32349/ECERR.2020.12.24.6.149>
- [39] Y. S. Youn, *Mediating Effects of Stress Coping Methods in the Relationship between Stress and Quality of Life in Early Childhood Teachers*, Master's thesis, Pusan National University of Education, Pusan, Korea, pp.50-51, 2021.
- [40] J. A. Hwang, S. J. Kim, "A Study on Preservice Early Childhood Teacher's Recognition of Somatization Symptoms", *Asia-pacific Journal of Multimedia Services*

*Convergent with Art, Humanities, and Sociology*,  
Vol.8, No.1, pp.181-189, Jan. 2018.

DOI: <https://dx.doi.org/10.35873/aimahs.2018.8.1.018>

- [41] S. L. Kim, S. M. Son, S. O. Koo, R. H. Shin, *Child Health Education*, p.373, Gyeonggido: Jungminsa, 2014, pp.15-50.
- [42] D. Jung, "Define the Relation between Happiness, Concerns, Personality and Teachers-Children's Interaction", *The Journal of Korea Infant and Early Childhood Care*, Vol.81, pp.49-70, Sep. 2013.

---

김진화(Jin-Hwa Kim)

[정회원]



- 2001년 2월 : 전남대학교 교육대학원 유아교육학과 (교육학석사)
- 2019년 2월 : 전남대학교 대학원 특수교육학과 (교육학박사)
- 2002년 3월 ~ 2019년 2월 : 순천제일대학교 보육교사교육원 원장 및 전임교수
- 2013년 3월 ~ 현재 : 순천제일대학교 유아교육과 교수

<관심분야>

유아교육, 유아특수교육

---

김성재(Sung-Jae Kim)

[정회원]



- 2013년 8월 : 전남대학교 교육대학원 교육학과 (교육학석사)
- 2002년 2월 : 서울대학교 대학원 체육교육과 (교육학석사)
- 2007년 8월 : 중앙대학교 대학원 유아교육학과 (문학박사)
- 2009년 9월 ~ 현재 : 순천제일대학교 유아교육과 교수

<관심분야>

유아교육