

일부 행정 공무원의 직무스트레스와 사회심리적 스트레스와의 관련성

조윤정¹, 조영채^{2*}

¹충남대학교 보건대학원 보건학과, ²충남대학교 의학전문대학원 예방의학교실 및 의학연구소

Relationship Between Job Stress and Psychosocial Stress Among Clerical Public Officers

Yoon-Jeong Jo¹ and Young-Chae Cho^{2*}

¹Department of Public Health, Graduate School of Public Health Chungnam National University

²Department of Preventive Medicine and public Health, Chungnam National University School of
Medicine and Research Institute for Medical Sciences

요 약 본 연구는 일부 행정 공무원들의 사회심리적 스트레스 수준을 알아보고 직무스트레스 요인과 사회 심리적 스트레스수준과의 관련성을 규명하고자 2010년 6월 1일부터 7월 31일까지의 기간 동안에 대전광역시에 근무하고 있는 일부 행정 공무원을 386명을 대상으로 구조화된 무기명 자기기입식 설문지를 이용한 설문조사를 실시하였다. 연구 결과 조사대상자의 사회심리적 스트레스 수준은 건강군 8.8%, 잠재적 스트레스군 64.5%, 고위험스트레스군 26.7%로 나타났으며, 고위험스트레스군의 분포는 업무요구도가 낮은 군보다 높은 군에서, 업무자율성이 높은 군보다 낮은 군에서, 동료의 지지도가 높은 군보다 낮은 군에서 유의하게 높았다. 또한 사회심리적 스트레스는 업무요구도와 유의한 양의 상관관계를 보인 반면, 업무자율성, 상사의 지지도 및 동료의 지지도와는 유의한 음의 상관관계를 보였다. 다중 회귀분석 결과 사회심리적 스트레스에 영향을 미치는 요인으로는 주관적인 건강상태, 직장생활에 대한 만족도, 흡연 상태, 여가시간유무, 외래진료여부 및 동료의 지지도 등이 유의한 변수로 선정되었다.

Abstract This study investigated the relationship between job stress and psychosocial stress among clerical public officers in Daejeon City. The self-administered questionnaire survey was administered to 386, during the period between June 1, 2010 and July 31, 2010. As a results, In terms of various levels of psychosocial stresses, 8.8% of the subjects were healthy group, 64.5% were potential stress group, and 26.7% were high risk stress group. On job specifications, the high risk stress group were significantly higher those with higher level of job demand, lower job autonomy and lower colleagues support than their respective counterparts. The level of psychosocial stress was positively correlated with job demand and negatively correlated with job autonomy and social support. Multiple regression analysis revealed that the factors of influence on psychosocial stresses included subjective status of health, satisfaction in work, smoking, leisure activities, past history of visits to medical clinics, social support from colleagues.

Key Words : Job Stress, Psychosocial Stress, Clerical Public Officer.

1. 서 론

현대를 살아가는 지역사회의 주민들은 정부로부터의 더욱 다양하고 질 높은 서비스를 요구한다. 공무원들은

이러한 주민들의 다양한 욕구를 충족시키기 위해 행정 혁신의 추구 및 모범이 되는 자치구 형성을 위한 노력을 끊임없이 요구받고 있다. 또한, 직장 내에서의 업무요구나 업무자율성의 결여, 역할갈등, 조직의 통폐합, 인력의

*교신저자 : 조영채(choyc@cnu.ac.kr)

접수일 11년 03월 22일

수정일 11년 03월 30일

게재확정일 11년 06월 09일

감축 등에서 오는 직무 불만족은 개개인의 사회 환경 및 심리상태와 결부되어 강한 스트레스를 만들어 내기도 한다.

스트레스란 외부 자극에 대한 신체 내부의 생리적, 심리적 반응으로서 현대사회가 점점 복잡해지고 세분화됨에 따라 많은 사람에서 크게 증가하고 있는 추세이다. 스트레스는 인간 삶의 과정에 존재하는 보편적인 현상으로서 어느 정도의 스트레스는 생존과 안녕에 필요한 역동적인 힘으로 작용하지만 개인의 적응능력에 비추어 그 정도가 높거나 빈도가 잦고 기간이 길면 부작용 상태가 되어 스트레스와 관련된 여러 가지 건강문제를 일으키게 된다 [1]. 또한 과도한 스트레스는 조직목표와 능력을 발휘하는데 있어서 장애요인으로 작용하여 생산성의 저하, 결근, 이직 등 부정적인 결과를 초래하기도 하며, 이러한 스트레스는 개인의 인구사회학적 특성이나 직급, 근무경력 등의 직업관련 특성뿐만 아니라 건강관련행위의 실천여부, 직무요구도, 직무자율성, 직무스트레스 내용 등에 따라서도 많은 영향을 받고 있는 것으로 보고되고 있다[2].

직무스트레스는 업무상 요구사항이 근로자의 능력이나 자원, 요구와 일치하지 않을 때 생기는 유해한 신체적 정신적 반응으로 정의할 수 있다[3]. 일반 직장에서의 직무스트레스 원인은 조직의 특성과 과정, 직무요구와 역할 특성 및 개인적인 특성의 세 범주로 구분하며, 각 범주에 속하는 변인들은 직무스트레스를 가져오고 결과적으로 직무행동에 영향을 준다고 하였다[4]. 특히 직장인들은 직무에 대한 부담가중, 업무의 반복성과 단조로움, 직장 내에서의 상사나 동료와의 관계, 자신의 역할문제, 보수문제, 직무에 대한 만족도 등과 같은 직무과정에서 발생하는 스트레스로 인해 정신적인 건강에 위협을 받고 있는 것으로 보고되고 있다[5].

그러나 지금까지 국내에서의 사회심리적 스트레스와 직무스트레스 요인에 대한 연구는 대부분이 일반 기업체나 산업장 근로자를 대상으로 한 연구[6-8]이며 공무원을 대상으로 한 연구는 매우 찾아보기 힘들다. 또한 직장인을 대상으로 한 스트레스 연구의 대부분이 직무상에서 나타나는 직무스트레스를 다루고 있어 복합적인 현대사회 구조 속에서 생활하는 직장인들에 대해 보다 포괄적인 의미의 사회심리적 스트레스에 대한 연구가 필요하다고 생각된다. 따라서 공무원을 대상으로 사회심리적 스트레스와 직무스트레스 요인과의 관련성을 알아보는 것은 의미 있는 일이라 생각된다.

본 연구는 일부 행정 공무원을 대상으로 이들의 사회심리적 스트레스 수준을 파악하며, 직무스트레스 요인과의 관련성을 규명하고자 시도하였다.

2. 조사대상 및 방법

2.1 조사 대상 및 기간

본 연구의 조사대상은 대전광역시에서 근무하고 있는 일부 행정 공무원을 대상으로 하였다. 조사대상의 선정은 각 부서별로 성별, 직급별 목록을 작성하여 그 목록의 일련번호에 따라 계통적으로 대상자를 선정하는 계통추출(systemic sampling)에 의해 500명을 선정하였다. 자료 수집은 2010년 6월 1일부터 7월 31일까지의 기간 동안에 구조화된 무기명 자기기입식 설문지(self-administrated questionnaire)를 이용하였다. 설문조사결과 412명으로부터 설문지를 회수하였으며(회수율 82.4%), 이 중 응답이 부실하여 분석에 사용할 수 없는 26명의 설문지를 제외한 386명의 자료를 분석대상으로 하였다.

2.2 자료수집 방법 및 내용

자료수집 방법은 사전에 연구목적과 변수 정의, 설문방법 등을 훈련받은 조사원들이 조사대상자의 각 부서를 방문하여 본 연구의 취지 및 조사내용에 대해 설명하고 연구 참여 동의를 얻은 후, 설문지를 배포하고 일과시간 후에 작성토록 하여 회수하였다. 조사에 사용한 설문지의 구성은 조사대상자의 인구사회학적 6문항, 직업관련 특성 5문항, 건강관련행위 특성 8문항, 직무스트레스 요인으로 업무요구도 5문항, 업무자율성 9문항, 직장의 사회적 지지 8문항(상사의 지지 4문항, 동료의 지지 4문항) 및 사회심리적 스트레스 18문항으로 구성하였다. 각 변수의 구체적인 측정항목 및 평가는 다음과 같이 하였다.

2.2.1 인구사회학적 특성

인구사회학적 변수로는 성별, 연령, 학력, 결혼상태, 신장 및 체중, 주관적인 건강상태 등을 조사하였다. 신장 및 체중은 최근 건강검진을 통해 측정하였거나 평소에 측정하여 알고 있는 측정값을 기록하도록 하였다. 비만도(Body mass index; BMI)는 체중을 신장의 제곱근으로 나눈 Quetelet 지수인 $[BMI(kg/m^2)=체중(kg)/신장(m^2)]$ 으로 계산하였으며, 18.5이하를 「저체중군」, 18.5~25.0을 「정상군」, 25.0이상을 「비만군」으로 구분하였다.

2.2.2 직업관련 특성

직업관련 특성으로는 현 공무원 근무기간, 직급, 주당 초과근무시간, 결근여부, 공무원생활에 대한 만족도 등을 조사하였다. 근무기간은 「9년 이하」, 「10~19년」, 「20~29년」, 「30년 이상」으로 구분하였고, 직급은 「9급 이하」, 「8급」, 「7급」, 「6급」, 「5급 이상」으로

구분하였으며, 주당 초과근무시간은 「9시간 이하」, 「10~19시간」, 「20시간 이상」으로 구분하였다. 질병으로 인한 연간 결근여부는 「없음」, 「1회」, 「2회 이상」으로 구분하였으며, 직장생활에 대한 만족도는 「만족한다」와 「만족하지 않는다」로 구분하였다.

2.2.3 건강관련행위 특성

일상생활에서의 건강관련행위로는 흡연상태, 음주상태, 커피음용여부, 규칙적 운동여부, 수면시간, 여가활동여부, 외래 및 입원여부 등을 조사하였다. 흡연상태는 「현재 흡연군」, 「비흡연군」 및 「과거 흡연군」으로 구분하였고, 음주상태는 「음주군」과 「비음주군」으로 구분하였으며, 커피음용여부는 1일 커피음용횟수를 조사하였다.

규칙적 운동여부는 1주일에 3회 이상, 회 당 30분 이상의 운동을 하는 사람을 「운동군」으로, 그렇지 않은 사람은 「비운동군」으로 하였고, 수면시간은 1일 7-8시간 수면하는 군을 「적당한 수면군」으로, 7시간 미만 및 8시간 이상 수면하는 군을 「부적당한 수면군」으로 구분하였으며, 외래 및 입원 여부는 년 간 외래 방문횟수와 입원횟수를 조사하였다.

2.2.4 직무스트레스

직무스트레스에 대한 내용은 Karasek 등[9]의 직무내용 설문지(Job Content Questionnaire; JCQ)를 우리나라 근무환경에 맞게 번안하여 타당도가 검증된 설문지를 사용하였다[10]. JCQ는 직장환경에 기인하는 직업성 스트레스의 요인으로서 업무의 요구도, 업무의 자율성 및 직장의 사회적 지지로 구성되어 있다. 업무의 요구도는 5개 항목으로 구성된 척도이며, 업무의 자율성은 의사결정권한(decision authority) 3개 문항과 기량의 활용성(skill decision) 6개 문항으로 구성된 척도로서 총 14개 항목에 대해 「항상 그렇다」, 「자주 그렇다」, 「가끔 그렇다」 및 「전혀 그렇지 않다」의 4점 척도로 응답하게 하였으며, 각각에 대해 0-1-2-3점을 부여하여 Karasek 등[9]의 점수산정방식에 따라 업무요구도와 업무의 자율성을 산정하였다. 즉, 업무의 요구도 점수가 높으면 업무에 대한 심리적 부담 정도가 높음을 의미하며, 업무의 자율성 점수가 높으면 업무에 대한 의사결정권한이 높고 자신의 기량활용성이 높음을 의미한다. 본 연구에서의 업무의 요구도와 업무의 자율성에 대한 신뢰도를 의미하는 Cronbach's α 값은 각각 0.702, 0.747이었다. 직장의 사회적 지지를 나타내는 상사나 동료로부터의 지지는 각각 4 항목의 척도로 되어 있으며, 「매우 그렇다」 3점, 「대부분 그렇다」 2점, 「조금 그렇다」 1점 및 「전혀 그렇

지 않다」 0점으로 응답하게 하여 합산한 득점이 높을수록 사회적지지 수준이 높은 것으로 하였다. 8개 항목의 내적 신뢰도를 의미하는 Cronbach's α 값은 0.791이었다.

2.2.5 사회심리적 스트레스

사회심리적 스트레스는 Goldberg[11]의 일반건강측정표(General Health Questionnaire; GHQ)를 기초로 하여 우리나라의 현실적 상황에 맞게 재구성한 사회심리적 건강측정도구(Psychosocial Well-being Index; PWI)로 개발된 18문항을 이용하였다[12]. 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 산정하였다. 이때 총점이 8점 이하인 군을 「건강군」, 9점에서 26점까지를 「잠재적 스트레스군」, 27점 이상을 「고위험 스트레스군」으로 구분하였다. 본 연구에서의 사회심리적 스트레스의 신뢰계수 Cronbach's α 값은 0.722이었다.

2.3 자료처리 및 통계분석

수집된 자료는 전산입력 후 SPSSWIN(ver 17.0) 프로그램을 사용하여 통계 분석하였다. 조사대상자의 인구사회학적 특성, 직업관련 특성, 건강관련행위 특성 및 직무스트레스 요인에 따른 사회심리적 스트레스 수준은 교차분석을 실시하였으며, 분석 시 직무스트레스요인으로 업무요구도, 업무자율성, 동료 및 상사의 지지도는 중앙값(median)을 기준으로 양분하여 사회 심리적 스트레스 수준을 비교하였다. 인구사회학적 및 직업관련 특성에 따른 직무스트레스 요인은 평균점수로 비교하였으며, t-test 및 ANOVA로 검정하였다. 또한 사회심리적 스트레스 수준과 직무스트레스 요인간의 상관관계를 알아보기 위하여 Pearson 상관분석을 실시하였으며, 사회심리적 스트레스 수준에 영향을 미치는 관련 독립변수들의 설명력을 파악하기 위하여 다중회귀분석(multiple regression)을 실시하였다. 모든 통계량의 유의수준은 $p < 0.05$ 로 하였다.

3. 연구결과

3.1 인구사회학적 특성별 사회심리적 스트레스 수준

조사대상자의 인구사회학적 특성별 사회심리적 스트레스 수준은 표 1과 같다. 전체 조사대상자의 사회심리적 스트레스 수준은 건강군이 8.8%, 잠재적 스트레스군이

[표 1] 인구사회학적 특성별 사회심리적 스트레스 수준

[Table 1] Distribution of psychosocial stress by sociodemographic characteristics

Unit : Person(%)

Variables	N(%)	Psychosocial stress			p-value
		Healthy group (PWI: ≤8)	Potentially stress group (PWI: 9~26)	High risk stress group (PWI: 27≤)	
Sex					0.151
Male	204(52.8)	19(9.3)	139(68.1)	46(22.5)	
Female	182(47.2)	15(8.2)	110(60.4)	57(31.3)	
Age(year)					0.000
≤39	184(47.7)	10(5.4)	109(59.2)	65(35.3)	
40-49	169(43.8)	16(9.5)	119(70.4)	34(20.1)	
50≤	33(8.5)	8(24.2)	21(63.6)	4(12.1)	
Educational level					0.539
≤High school	39(10.1)	2(5.1)	28(71.8)	9(23.1)	
College≤	347(89.9)	32(9.2)	221(63.7)	94(27.1)	
Marital status					0.323
Married	355(92.0)	33(9.3)	230(64.8)	92(25.9)	
Unmarried	26(6.70)	0(0.0)	16(61.5)	10(38.5)	
Others	5(1.30)	1(20.0)	3(60.0)	1(20.0)	
BMI(kg/m ²)					0.871
≤18.5	13(3.3)	1(7.7)	9(69.2)	3(23.1)	
18.5-25.0	287(74.4)	23(8.0)	187(65.2)	77(26.8)	
25.0≤	86(22.3)	10(11.6)	53(61.6)	23(26.7)	
Subjective health status					0.000
Healthy	128(33.1)	21(16.4)	89(69.5)	18(14.1)	
Fair	216(56.0)	13(6 .0)	142(65.7)	61(28.2)	
Unhealthy	42(10.9)	0(0. 0)	18(42.9)	24(57.1)	
Total	386(100.0)	34(8.8)	249(64.5)	103(26.7)	

[표 2] 직업관련 특성별 사회심리적 스트레스 수준

[Table 2] Distribution of psychosocial stress by job-related factors

Unit : Person(%)

Variables	N(%)	Psychosocial stress			p-value
		Healthy group (PWI: ≤8)	Potentially stress group (PWI: 9~26)	High risk stress group (PWI: 27≤)	
Job position(grade)					0.021
≤9	28(7.2)	3(10.7)	16(57.1)	9(32.1)	
8	79(20.5)	4(5.1)	48(60.8)	27(34.2)	
7	144(37.3)	7(4.9)	95(66.0)	42(29.2)	
6	108(28.0)	14(13.0)	73(67.6)	21(19.4)	
5≤	27(7.0)	6(22.2)	17(63.0)	4(14.8)	
Job career(year)					0.153
≤9	87(22.5)	4(4.6)	55(63.2)	28(32.2)	
10-19	181(46.9)	17(9.4)	110(60.8)	54(29.8)	
20-29	106(27.5)	11(10.4)	76(71.7)	19(17.9)	
30≤	12(3.1)	2(16.7)	8(66.7)	2(16.7)	
Overtime work (hour/wk)					0.215
≤9	171(44.3)	16(9.4)	115(67.3)	40(23.4)	
10-19	156(40.4)	14(9.0)	91(58.3)	51(32.7)	
20≤	59(15.3)	4(6.8)	43(72.9)	12(20.3)	
Experience of sick absence(time/year)					0.323
0	318(82.4)	30(9.4)	209(65.7)	79(24.8)	
1	39(10.1)	2(5.1)	25(64.1)	12(30.8)	
2≤	29(7.5)	2(6.9)	15(51.7)	12(41.4)	
Sense of satisfaction in job life					0.000
Satisfaction	306(79.3)	33(10.8)	208(68.0)	65(21.2)	
Dissatisfaction	80(20.7)	1(1.3)	41(51.3)	38(47.5)	
Total	386(100.0)	34(8.8)	249(64.5)	103(26.7)	

64.5%, 고위험스트레스군이 26.7%로 나타났다. 인구사회학적 특성별 사회심리적 스트레스 수준은 연령이 낮은 군일수록(p=0.001), 주관적인 건강상태가 좋지 않다는 군일수록(p=0.000) 고위험스트레스군의 비율이 유의하게 높았다. 그 밖에 남성보다 여성에서, 대학 이상의 학력군보다 고등학교 이하 학력 군에서, 기혼군보다 미혼 군 및 기타 군(별거, 이혼, 사별 군)에서, 비만도가 높은 군일수록 고위험스트레스군의 비율이 높았으나 유의한 차이는 없었다.

3.2 직업관련 특성별 사회심리적 스트레스 수준

조사대상자의 직업관련 특성별 사회심리적 스트레스 수준 표 2은 직위가 낮을수록(p=0.021), 직장생활에 만족한다는 군보다 만족하지 못한다는 군(p=0.000)에서 고위험스트레스군의 비율이 유의하게 높은 것으로 나타났다. 그 밖에 근무기간별로는 근무기간이 짧을수록, 초과근무시간별로는 초과근무시간이 길수록, 질병으로 인한 결근

횟수가 많을수록 사회심리적 스트레스 수준이 높았으나 유의한 차이는 보이지 않았다.

3.3 건강관련행위특성별 사회심리적 스트레스 수준

조사대상자의 건강관리행위 특성별 사회심리적 스트레스 수준 표 3은 비흡연자군보다 흡연자 군에서(p=0.024), 규칙적인 운동을 한다는 군보다 규칙적인 운동을 하지 않는다는 군에서(p=0.000), 수면시간이 적당한 수면군보다 적당하지 못한 수면군에서(p=0.000), 여가활동을 한다는 군보다 하지 못한다는 군에서(p=0.000), 외래진료를 받은 적이 없다는 군보다 있다는 군에서(p=0.006) 고위험스트레스군의 비율이 유의하게 높은 것으로 나타났다. 그 밖에 음주여부, 커피음용횟수, 입원경험유무별로는 유의한 차이를 보이지 않았다.

[표 3] 건강관련행위 특성별 사회심리적 스트레스 수준

[Table 3] Distribution of psychosocial stress by health-related behaviors

Unit : Person(%)

Variables	N(%)	Psychosocial stress			p-value
		Healthy group (PWI: ≤8)	Potentially stress group (PWI: 9~26)	High risk stress group (PWI: 27≤)	
Smoking					0.024
Current smoker	64(16.6)	6(9.4)	35(54.7)	23(35.9)	
Non-smoker	265(68.7)	21(7.9)	170(64.2)	74(27.9)	
Ex-smoker	57(14.7)	7(12.3)	44(77.2)	6(10.5)	
Alcohol drinking					0.288
Yes	246(63.7)	22(8.9)	152(61.8)	72(29.3)	
No	140(36.3)	12(8.6)	97(69.3)	31(22.1)	
Regular exercise/sports					0.000
Yes	119(30.8)	21(17.6)	77(64.7)	21(17.6)	
No	267(69.2)	13(4.9)	172(64.4)	82(30.7)	
Sleeping times					0.000
Adequacy	170(44.0)	25(14.7)	113(66.5)	32(18.8)	
Inadequacy	216(56.0)	9(4.2)	136(83.0)	71(32.9)	
Drinking coffee (cup/day)					0.768
0	27(7.0)	3(7.4)	20(74.1)	5(18.5)	
1	76(19.7)	9(11.8)	44(57.9)	23(30.3)	
2-3	140(36.3)	12(8.6)	93(66.4)	35(25.0)	
4≤	143(37.0)	11(7.7)	92(64.3)	40(28.0)	
Leisure time					0.000
Yes	181(46.9)	27(14.9)	122(67.4)	32(17.7)	
No	205(53.1)	7(3.4)	127(62.0)	71(34.6)	
Visiting out-patient department(/year)					0.006
Yes	192(49.7)	14(7.3)	113(58.9)	85(33.9)	
No	194(50.3)	20(10.3)	136(70.1)	38(19.6)	
History of hospitalization(/year)					0.492
Yes	15(3.9)	1(6.7)	8(53.3)	6(40.0)	
No	371(96.1)	33(8.9)	241(65.0)	97(26.1)	
Total	386(100.0)	34(8.8)	249(64.5)	103(26.7)	

3.4 직무스트레스 요인별 사회심리적 스트레스 수준

조사대상자의 직무스트레스 요인별 사회심리적 스트레스 수준을 알아보기 위해 직무스트레스 요인들의 점수를 중앙값을 기준으로 낮은 군과 높은 군으로 구분하여 사회심리적 스트레스 점수를 비교하였다[표 4].

그 결과, 업무요구도가 낮은 군보다 높은 군에서(p=0.048), 업무자율성이 높은 군보다 낮은 군에서(p=0.024), 동료의 지지도가 높은 군보다 낮은 군에서(p=0.000), 상사의 지지도와 동료의 지지도를 합한 사회적 지지도가 높은 군보다 낮은 군에서(p=0.002) 고위험스트레스군의 비율이 유의하게 높았다.

3.5 사회심리적 스트레스 수준과 직무스트레스 요인 간의 상관관계

사회심리적 스트레스 점수와 직무스트레스 요인들 간의 상관관계를 보면 표 5, 사회심리적 스트레스는 업무요구도(r=0.105, p<0.05)와 유의한 양의 상관관계를 보인 반면, 업무자율성(r=-0.190, p<0.01), 상사의 지지도(r=-0.202, p<0.01), 동료의 지지도(r=-0.286, p<0.01) 및 사회적 지지도(r=-0.277, p<0.01)와는 유의한 음의 상관관계를 보였다. 한편 업무요구도는 업무자율성(r=-0.292, p<0.01), 상사의 지지도(r=-0.286, p<0.01), 동료의 지지도(r=-0.202, p<0.01) 및 사회적 지지도(r=-0.322, p<0.01)와는 유의한 음의 상관관계를 보였다. 업무의 자율성은 상

[표 4] 직무스트레스요인별 사회심리적 스트레스 수준
[Table 4] Distribution of psychosocial distress by job stress contents

Unit : Person(%)

Variables	N(%)	Psychosocial stress			p-value
		Healthy group (PWI: ≤8)	Potentially stress group (PWI: 9~26)	High risk stress group (PWI: 27≤)	
Job demand					0.048
Low	211(54.7)	22(10.4)	138(65.4)	51(24.2)	
High	175(45.3)	12(6.9)	111(63.4)	52(29.7)	
Decision latitude					0.024
Low	168(43.5)	9(5.4)	100(59.5)	59(35.1)	
High	218(56.5)	25(11.5)	149(68.3)	44(20.2)	
Supervisor support					0.052
Low	174(45.1)	6(3.4)	123(70.7)	45(25.9)	
High	212(54.9)	28(13.2)	126(59.4)	58(27.4)	
Coworker support					0.000
Low	170(44.0)	6(3.5)	104(61.2)	60(35.3)	
High	216(56.0)	28(13.0)	145(67.1)	43(19.9)	
Social support					0.002
Low	172(44.6)	6(3.5)	113(65.7)	53(30.8)	
High	214(55.4)	28(13.1)	136(63.6)	50(23.4)	
Total	386(100.0)	34(8.8)	249(64.5)	103(26.7)	

[표 5] 사회심리적 스트레스 수준과 직무스트레스 요인 간의 상관관계
[Table 5] Correlation coefficients between psychosocial stress and job stress content variables

Variables	Psychosocial stress	Job demand	Decision latitude	Supervisor support	Coworker support
Job demand	0.105*				
Decision latitude	-0.190**	-0.292**			
Supervisor support	-0.202**	-0.286**	0.261**		
Coworker support	-0.286**	-0.202**	0.212**	0.517**	
Social support	-0.277**	-0.322**	0.273**	0.891**	0.675**

* : p<0.05, ** : p<0.01

사의 지지도($r=0.261, p<0.01$), 동료의 지지도($r=0.212, p<0.01$) 및 사회적 지지도($r=0.273, p<0.01$)와는 유의한 양의 상관관계를 보였다. 상사의 지지도는 동료의 지지도($r=0.517, p<0.01$) 및 사회적 지지도($r=0.891, p<0.01$)와는 유의한 양의 상관관계를 보였으며, 동료의 지지도는 사회적 지지도($r=0.675, p<0.01$)와 유의한 양의 상관관계를 보였다.

3.6 사회심리적 스트레스에 관련된 요인

조사대상자의 사회심리적 스트레스에 관련된 요인을 알아보기 위하여 인구사회학적 특성, 직업관련 특성, 건강관련행위 특성 및 직무스트레스 요인 중 단변량 분석에서 유의한 변수를 독립변수로, 사회심리적 스트레스를 종속변수로 하여 단계별 다변량 회귀분석을 실시하였다 [표 6]. 그 결과 사회심리적 스트레스에 관련된 요인으로 는 주관적인 건강상태, 공무원생활에 대한 만족도, 흡연 상태, 여가시간유무, 외래진료여부 및 동료의 지지도 등이 유의한 변수로 선정되었으며 이들의 설명력은 34.1% 이었다.

4. 고찰

최근 공무원은 안정된 직업으로 인정되어 국민들로부터 선행의 대상이 되고 있지만, 실제 공무원 사회의 내부

환경은 업무량 증가, 고도의 업무 처리능력 요구 및 무능력 공무원 퇴출이라는 제도의 시행 등으로 공무원들의 사기저하와 그에 따른 스트레스 발생이 우려되고 있다. 특히 공무원들이 직장에서 경험하게 되는 업무과중이나 역할 갈등, 그리고 업무 자율성 결여 등으로 인해 발생하는 직무스트레스 요인들은 직장인들의 육체적 정신적 건강을 위협하고 있다.

따라서 본 연구에서는 공무원들의 스트레스수준을 파악해 보고 스트레스와 직무스트레스 요인과의 관련성을 파악함은 물론, 스트레스에 관여하는 제 요인을 밝혀 봄 으로서 건강한 공무원 생활을 위한 전략을 모색하는데 기초 자료를 제공하고자 시도하였다.

우선 조사대상 공무원들의 사회심리적 스트레스 수준 은 건강군이 8.8%, 잠재적 스트레스군이 64.5%, 고위험 스트레스군이 26.7%로 나타났다. 이 같은 결과를 보면 조사대상자의 27%가량이 심각한 수준의 스트레스를 받고 있음을 알 수 있으며, 선행연구에서도 유사한 결과를 보이고 있었는데 미국의 예일대학의 조사에서는 조사대 상자의 약 29% 가량이 직장에서 심각한 스트레스를 받 는다고 하였으며[3], 캐나다 퀘백주의 사무직 남자 근로 자를 대상으로 한 연구[13]에서는 27.8%가 스트레스를 받고 있다고 보고하고 있다. 우리나라 직장인들의 스트레 스 연구[7]에서는 건강군 5%, 잠재적 스트레스군 73%, 고위험스트레스군 22%로 보고하여 본 연구 결과와 분율 에 차이는 있으나 유사한 경향을 보이고 있었다.

[표 6] 사회심리적 스트레스에 관련된 요인에 대한 단계별 다변량 회귀분석 결과
[Table 6] Results of multiple regression analysis of factors associated with the psychosocial distress

Variable	B	SE	Beta	t	p-value	R ²
Age(year)	-0.195	0.534	-0.019	-0.364	0.716	
Subjective health status	3.215	0.486	0.305	6.614	0.000	
Job position(grade)	-0.339	0.344	-0.053	-0.986	0.325	
Sense of satisfaction in job life	1.487	0.493	0.141	3.017	0.003	
Smoking	-1.768	0.521	-0.150	-3.453	0.001	
Regular exercise/sports	0.891	0.688	0.062	1.296	0.196	
Sleeping times	0.686	0.604	0.052	1.135	0.257	
Leisure time	2.020	0.623	0.153	3.247	0.001	
Visiting out-patient department(year)	-1.297	0.587	-0.098	-2.211	0.028	
Job demand	0.543	0.608	0.041	0.893	0.372	
Decision latitude	0.635	0.617	0.048	1.029	0.304	
Supervisor support	-0.427	0.864	-0.032	-0.494	0.622	
Coworker support	-1.952	0.707	-0.145	-2.731	0.007	
Social support	0.265	0.985	0.020	0.269	0.788	
Constant	20.602	3.181		6.474	0.000	0.341

조사대상자의 인구사회학적 특성별 사회심리적 스트레스 수준은 연령이 낮은 군일수록, 주관적인 건강상태가 좋지 않다는 군일수록 고위험스트레스군의 비율이 유의하게 높았다. 이 같은 결과는 Cha 등[14]의 연구에서도 직장인들의 사회심리적 스트레스는 연령, 성별, 결혼상태, 교육수준 등이 밀접한 관계를 갖고 있다고 하였고, Chang 등[7]의 연구에서도 나이가 적은 사람, 저학력자, 미혼이거나 배우자와 이혼, 별거, 사별한 사람에서 스트레스 수준이 높다고 하였으며, Estry-Behar 등[15]은 연령이 사회심리적 스트레스와 밀접한 관련성이 있는데, 특히 젊은 연령일수록 스트레스 수준이 높은 것은 연령이 낮을수록 직업에 대한 안정도 및 직무순응도가 떨어지기 때문으로 해석하고 있다.

조사대상자의 직업관련 특성별 사회심리적 스트레스 수준은 직위가 낮을수록, 직장생활에 만족한다는 군보다 만족하지 못한다는 군에서 고위험스트레스군의 비율이 유의하게 높은 것으로 나타났다. 이 같은 결과는 직위가 낮은 경우 안정적이지 못하고 불안정하게 되므로 불안정화가 스트레스 및 건강에 부정적인 영향을 준다는 선행연구[16]와 유사하였다. 또한 Kivimaki 등[17]은 직위가 낮을수록 업무의 양에 대한 요구가 증가되고 업무에 대한 통제력이 떨어지며, 상대적으로 직장생활에 대한 만족도가 감소됨에 따라 스트레스가 높아지는 것으로 보고하고 있다.

조사대상자의 건강관리행위 특성별 사회심리적 스트레스 수준은 흡연 군에서, 규칙적인 운동을 하지 않는다는 군에서, 수면시간이 충분하지 못하다는 군에서, 여가활동을 하지 못한다는 군에서, 외래진료를 받은 적이 있다는 군에서 고위험스트레스군의 비율이 유의하게 높은 것으로 나타났다. Metzner 등[18]은 일상생활과 스트레스에 대한 연구에서 식습관, 수면, 흡연, 음주, 운동 및 비만도와 같은 건강습관 관련인자들이 스트레스와 관련이 있다고 하였으며, 사업장근로자를 대상으로 한 연구[19]에서도 스트레스와 관련된 요인으로 수면시간, 비만도, 음주, 흡연 등을 지적하고 있어 본 연구와 유사한 결과를 보이고 있다.

조사대상자의 직무스트레스 요인별 사회심리적 스트레스 수준은 업무요구도가 낮은 군보다 높은 군에서, 업무자율성이 높은 군보다 낮은 군에서, 동료의 지지도가 높은 군보다 낮은 군에서 유의하게 높았으며, 사회심리적 스트레스와 직무스트레스 요인들 간의 상관관계에서도 사회심리적 스트레스는 업무요구도와 유의한 양의 상관관계를 보인 반면, 업무자율성, 상사의 지지도 및 동료의 지지도와는 유의한 음의 상관관계를 보였다. 이 같은 결과는 기존의 선행연구들과도 일치하는 경향을 보이고 있

는데 특히 직무요구도와 직무 자율성 같은 직무내용은 스트레스를 증가시키며[15], 직장 내에서의 업무가 과다할수록 스트레스 수준이 높은 반면, 직무통제성이 높으면 스트레스 수준은 감소하는 경향을 보인다고 하였다[20].

다중회귀분석 결과 사회심리적 스트레스에 영향을 미치는 요인으로는 주관적인 건강상태, 공무원생활에 대한 만족도, 흡연상태, 여가시간유무, 외래진료여부 및 동료의 지지도 등이 유의한 변수로 선정되었는데, 이는 사회심리적 스트레스가 인구사회학적 특성이나 건강관련행위 특성뿐만 아니라 직장 내에서의 상사나 동료의 지지도와 같은 직무스트레스 요인에 의해서 영향을 받고 있음을 알 수 있다.

본 연구를 수행함에 있어서 연구의 제한점으로 지적될 수 있는 것은 첫째, 본 연구는 대전시의 일부 행정공무원들을 대상으로 한 표본조사이기 때문에 이 연구 결과를 우리나라 전체 공무원에게 일반화시키기에는 무리가 있다고 생각된다. 둘째, 본 연구는 단면연구로 스트레스 및 그의 관련요인이 한 시점에서 측정되었기 때문에 스트레스와 관련 변수들 간의 관련성은 파악할 수 있으나 인과관계는 규명하지 못하는 제한점이 있다. 셋째, 본 연구에서 사용된 사회심리적 스트레스 및 직무스트레스 내용의 측정은 응답자의 주관적인 자기기입식방법에 의존하여 측정하였기 때문에 응답편의가 개재될 위험성을 배제할 수가 없다.

그러나 스트레스에 대한 국내의 여러 연구가 인구사회학적 특성, 직업적 특성 및 건강관련행위 등을 독립변수로 하여 분석한 연구가 많았으므로 본 연구에서는 이들 변수에 직무스트레스 요인을 포함하여 여러 독립변수들과 스트레스와의 관련성을 분석한 것은 큰 의의가 있다고 본다.

결론적으로 사회심리적 스트레스는 인구사회학적 특성, 직업관련 특성, 건강관련행위 특성 등 다양한 요인과 관련성이 있을 뿐만 아니라 직무스트레스 요인 즉, 직무요구도, 직무자율성, 직장 내에서의 상사나 동료의 지지도와 같은 요인에 의해서도 영향을 받고 있음을 알 수 있다. 따라서 스트레스에 영향을 주는 위험요인에 대한 연구와 개인 및 직장 단위의 스트레스의 감소방안에 대한 프로그램의 개발 및 실천 등에 대한 제도적 뒷받침과 함께 이에 대한 연구의 활성화가 이루어져야 할 것으로 본다.

References

- [1] Fehring R.J. Effect of Biofeedback-aided relaxation on the psychological stress symptoms of college student.

- Nurs Res, 32(6) pp.362-366, 1983.
- [2] Cho KH, Lee DB, Cho YC. Psychosocial distress and its related factors among clerical public officers. Korean J Occup Environ Med 19(1) pp.26-37, 2007.
- [3] NIOSH Working Group. Stress at work. NIOSH; 1999.
- [4] Brief AP, Schuler RS, Van Sell M. Managing job stress. Boston: Little, Brown, 1981.
- [5] Depue RA, Monroe SM. Conceptualization and measurement of human disorder in life stress research: the problem of chronic disturbance. Psychol Bul 99 pp.36-51, 1986.
- [6] Kang JW, Hong YS, Lee HJ, Yeah BJ, Kim JI, Kim JM, Jung KY, Kim JY. Factors affecting fatigue and stress in male manufacturing workers. Korean J Occup Environ Med 17(2) pp.129-137, 2005.
- [7] Chang SJ, Koh SB, Kang MG, Cha BS, Park JK, Hyun SJ, Park JH, Kim SA, Kang DM, Chang SS, Lee KJ, Ha EH, Woo JM, Cho JJ, Kim HS, Park JS. Epidemiology of psychosocial distress in Korean employees. Korean J Prev Med 38(1) pp.25-37, 2005.
- [8] Tak JK, Lee KS, Hong HS. Comparison of job stressors between managers and employees in white-collar workers of an electric company. Korean J Prev Med 35(2) pp.160-168, 2002.
- [9] Karasek R, Theorell T, Schwartz JE, Schnall PL, Pieper CF, Michela JL. Job characteristics in relation to the prevalence of myocardial infarction in the US Health Examination Survey (HES) and the Health and Nutrition Survey (HANES). Am J Public Health 78 pp.910-918, 1988.
- [10] Chang SJ. A study on the distribution and risk factors for psychosocial distress, and the development work site stress reduction program. Ministry of Health & Welfare 2001.
- [11] Goldberg DP. Manual of the general health questionnaire. Windsor, England: NFER publishy 1978.
- [12] Chang SJ. Standardization of collection and measurement of health statistics data. The Korean Society for Preventive Medicine. Seoul, pp.92-143, 2000.
- [13] Bourbonnais R, Brisson C, Moisan J, Vezina M, Job strain and psychological distress in white-collar workers. Scand J Work Environ Health 22 pp.239-245, 1996.
- [14] Cha BS, Park JK, Lee MG, Chang SJ. Work stress and mental health of the industrial workers. Korean J Prev Med 21(2) pp.365-373, 1988.
- [15] Estryng-Behar M, Kaminski M, Peigne E, Bonnet N, Vaichere E, Gozlan C. Stress at work and mental health status among female hospital workers. Br J Ind Med 47 pp.20-28, 1990.
- [16] Koh SB, Son MA, Kong JO, Lee CG, Chang SJ, Cha BS. Job characteristics and psycho-social distress of atypical workers. Korean J Occup Environ Med 16(1) pp.103-113, 2004.
- [17] Kivimaki M, Vahtera J, Pentti J, Ferrie JE. Factors underlying the effects of organizational downsizing on health of employees: longitudinal cohort study. BMJ 320(7240) pp.971-975, 2000.
- [18] Metzner HL, Carman WJ, House J. Health practice, risk factors and chronic disease in Techmsch. Prevent Med 12 pp.491-507, 1983.
- [19] Oh JK. Structural modeling of stress, life style and health status in industrial employees. Korean J Occup Environ Med 12(1) pp.26-40, 2000.
- [20] Chang SJ, Cha BS, Koh SB, Kang MG, Koh SY, Park JK. Association between job characteristics and psychosocial distress of industrial workers. Korean J Prev Med 30 pp.129-143, 1977.

조 윤 정(Yoon-Jeong Jo)

[정회원]



- 2011년 2월 : 충남대학교 보건대학원 (보건학석사)
- 2011년 현재 : 대전광역시청 복지여성국 식품안전과 근무

<관심분야>
보건행정, 건강관리

조 영 채(Young-Chae Cho)

[정회원]



- 1980년 2월 : 서울대학교 보건대학원 (보건학석사)
- 1991년 2월 : 충남대학교 대학원 (수의학박사)
- 2011년 현재 : 충남대학교 의학전문대학원 예방의학교실 교수

<관심분야>
환경 및 산업보건, 건강관리