Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society
Vol. 14, No. 10 pp. 4902-4909, 2013

http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2013.14.10.4902

정서조절양식과 교사효능감이 유아교사의 소진에 미치는 영향

강혜원[1*]
[1]동방대학원대학교 교육학과

The influence of early childhood teachers' emotional regulation style and teacher efficacy to their burnout

Hye-Won Kang[1*]
[1]**Department of Education, Dongbang Graduate University**

요 약 본 연구는 정서조절양식과 교사효능감이 유아교사의 소진에 미치는 영향을 실증적으로 규명하여, 유아교사의 소진을 감소시키거나 예방할 수 있는 보호요인을 확인하는데 목적이 있다. 이를 위해 경상북도와 울산광역시 소재 유치원과 어린이집에 근무하는 유아교사 157명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 연구결과 유아교사의 정서조절양식과 교사효능감은 각각 소진에 영향력이 있었는데, 회피-분산적 양식을 많이 사용할수록 소진이 많았고, 개인적 교사효능감이 높을수록 소진이 적었다. 이 결과는 정서조절양식과 교사효능감이 유아교사의 소진을 의미 있게 설명하는 변인임을 시사하는 것으로, 유아교사가 효과적인 정서조절양식을 사용하도록 돕고 교사효능감을 증진시키는 방안을 모색하는 것이 필요하다고 본다.

Abstract The purpose of this study was to investigate the influence of early childhood teachers' emotional regulation style and teacher efficacy to their burnout. The data was collected by questionnaires method from 157 early childhood teachers in Gyeongsangbuk-do and Ulsan city. The instruments were Scale for Emotional Regulation Styles, Teachers' Sense of Efficacy, and Early Childhood Teachers Burnout Scale. The results of the study were as follows: Early childhood teachers' emotional regulation style and teacher efficacy meaningfully influenced to their burn out. This means early childhood teachers who had higher avoidant/distract regulation style showed higher their burnout and who had higher personal teacher efficacy showed lower their burnout. This research offers further study the influence variables to burnout and find out the effective method of emotional regulation and to enhance teacher efficacy.

Key Words : Burnout, Early childhood teacher, Emotional regulation style, Teacher efficacy

1. 서론

교사는 교육의 성과를 좌우하는 중요한 변인이다. 이는 좋은 교육환경과 교육내용이 갖추어져 있다 하더라도 그것을 운영하는 교사가 제 역할을 하지 못한다면 교육효과를 기대하기 어렵기 때문이다. 이 중 유아교사는 인격형성과 발달의 결정적 시기에 부모만큼 오랜 시간을 영유아와 함께 보내면서 교육 및 보육을 책임지기 때문에, 관련지식과 수업기술 같은 전문적인 자질뿐 아니라 교사 자신의 정신건강이 매우 중요하다. 즉 교사의 정신건강문제는 함께 생활하고 있는 영유아의 발달과 학습에 부정적인 영향을 미칠 수 있으므로 교사의 정신건강을 유지시키려는 노력이 요청된다.

유아교사 정신건강과 관련하여 최근 주목받고 있는 개념 중 하나는 소진이다. 소진(burnout)은 사람을 상대로 일하는 개인들에게 발생할 수 있는 정서적 탈진, 비인간

*Corresponding Author : Hye-Won Kang(Dongbang Graduate Univ.)
Tel: +82-2-3668-9865 email: kjkhw@hanmail.net
Received September 23, 2013 Revised October 9, 2013 Accepted October 10, 2013

화, 개인적 성취감 감소의 신드롬[1], 직무와 관련된 스트레스를 효과적으로 대처하지 못하는 상황의 누적된 결과로 나타난 신체적·정서적·정신적 탈진상태[2]이다. 유아교사는 교사 의존도가 매우 높고 언어적 의사소통이 미숙하며 자기중심적인 영유아들을 장시간 돌보면서, 학부모와 지속적으로 잦은 접촉을 해야 하고, 보육과 교육외의 많은 잡무를 감당해야 한다. 또 국공립유치원 교사를 제외하면 초·중등교사에 비해 근무조건 및 처우도 열악하고, 사회적 인식도 낮다. 이에 따라 유아교사는 신체적, 심리적으로 직무에 대한 과중한 스트레스를 받고 있으며, 심리적 소진상태를 많이 경험하는 것으로 보고되고 있다[2].

유아교사의 소진은 조직몰입 및 직무만족도를 감소시키며[3], 이직의도에 영향을 주고[4], 결과적으로 교육 및 보육의 질을 저하시키는 요인이 되므로, 유아교사 소진의 원인을 규명하고, 이를 조정하거나 중재하는 변인을 찾기 위한 연구가 진행되고 있다. 유아교사 소진관련 초기연구들은 소진을 야기하는 근무 환경적 변인을 확인하고 이로 인한 직무스트레스와 소진의 관련성을 연구하거나[5], 인구사회학적 개인차 변인들과 소진과의 관계를 확인하는 것이었다[3,6]. 다음으로 소진의 위험요인과 보호요인을 구별하고, 소진을 야기하는 위험요인의 영향력을 감소시키거나 예방할 수 있는 보호요인을 찾는 연구들이 시작되었는데, 가장 많이 연구된 것은 개인의 환경적 요인인 사회적 지지이다. 즉 원장 및 동료교사의 사회적 지지는 유아교사의 소진을 감소시키며[7], 직무환경의 위험요소가 소진에 미치는 영향을 완화시킬 수 있는 매개변인임이 밝혀지고 있다[8]. 최근 들어 개인의 심리적 특성에 따라 소진을 느끼는 정도에 차이가 있을 수 있다는 점에서, 교사의 개인내적 변인인 교사효능감, 자아탄력성, 정서조절능력 등에 대한 연구가 일부 보고되고 있으나[9-12], 아직 소진을 완화하거나 예방할 수 있는 보호요인들이 다양하게 연구되지는 못한 실정이다.

사람들은 일상생활에서 경험하는 부정적 정서를 조절하기 위해 다양한 방법을 사용하게 되는데, 개인이 사용하는 구체적인 정서조절양식이 얼마나 다양하고 적절한가에 따라서 부정적 정서의 해소 정도뿐 아니라 궁극적으로 그 사람의 정신건강 상태가 결정될 수 있다[13]. 유아교사의 경우 교육 및 보육과정에서 영유아와의 다양한 정서적 상호작용이 중심이 되므로 역할 수행에서 적절한 정서조절이 요청된다. 이 때 정서조절양식은 교사가 자신의 정서를 어떻게 표현하고 스트레스를 관리하며, 유아, 교사 및 부모와 상호작용하는지에 영향을 미치므로, 만성적인 업무스트레스의 결과로 나타나는 교사의 소진감과 관련이 있을 것으로 추론할 수 있다. 부정적 정서를 조절하기 위한 양식은 매우 다양하지만, 대체적으로 부정적 정서에 능동적이고 적극적으로 대처하는 방식과 회피적이고 주의-분산적으로 대처하는 방식의 구분을 공통적으로 따르고 있으며 이 두 가지 양식과는 별개의 양식으로 사회적 지지를 구함으로써 부정적 정서 상태로 부터 벗어나려는 노력으로 구분한다[14]. 따라서 부정적 정서에 대한 조절 양식은 크게 능동적 양식, 회피-분산적 양식, 지지추구적 양식의 세 범주로 구분된다 할 수 있다[15]. 정서조절양식은 심리적 안녕, 우울, 학교적응 등과 관련된 연구들이 주로 이루어졌으며, 소진과의 관계를 직접 분석한 연구는 없는 상황이다. 따라서 어떠한 정서조절양식이 유아교사의 소진을 감소시키거나 예방하는데 효과적인가를 분석하는 연구가 요청된다고 본다.

교사효능감은 교사가 학생의 수행에 영향을 미칠 수 있는 능력을 갖고 있다고 믿는 정도[16]로 Bandura[17]의 자기효능감 이론에 기초하고 있다. 자기효능감은 특정한 활동을 수행할 수 있는 능력에 대한 개인의 판단으로 성취 장면에서 자신의 능력에 대해 가지는 기대이다. 이러한 자기효능은 사람들이 어떤 활동을 선택하고, 얼마만큼의 노력을 쏟으며, 장애에 직면하여 그 활동을 얼마나 오랫동안 지속하는가 등에 영향을 미친다[17,18]. 교사효능감은 교수행위와 학습결과간의 일반적인 관련성에 대한 교사의 신념인 일반적 교사효능감과 학생들의 긍정적인 성취변화를 이끌어 낼 수 있는 자기 자신의 능력에 대한 신념인 개인적 교사효능감으로 구분될 수 있으며, 효과적인 교사의 특성으로 학교개선의 중요한 요소가 된다고 알려져 있다[19]. 교사효능감이 학생의 성취 및 교사 행동에 미치는 영향력이 입증되면서, 교사효능감이 교사소진에 미치는 영향에 관한 연구가 이루어지기 시작하였고, 이들 간에 부적 상관이 있다는 결과들[11,20]과 직무환경과 심리적 소진의 관계를 매개한다는 결과[10]가 보고되기 시작하였으나, 유아교사를 대상으로 한 연구는 아직 적기 때문에 지속적인 연구가 필요하다고 본다.

유아교사는 업무환경과 지도특성 때문에 소진의 발생빈도가 높은 편이고, 이러한 소진은 교육 및 보육의 질을 저하시킬 수 있으므로, 소진을 감소시키거나 예방할 수 있는 보호요인을 찾는 일은 매우 중요하다. 이에 대해 교사가 자신의 부정적 정서에 대응하기 위해 사용하는 정서조절양식은 만성적 업무스트레스의 결과로 나타나는 교사의 소진감과 관련이 있을 것으로 추론된다. 또한 효과적인 교사의 특성으로 교수행동을 포함한 다양한 측면에 영향을 미치는 것으로 보고되고 있는 교사효능감 역시 유아교사의 소진을 감소시키거나 예방하는데 기여할 것으로 추론할 수 있다. 그러나 정서조절양식과 유아교사 소진의 관련성을 직접 확인한 연구는 거의 없으며, 교사

효능감과 소진의 관계에 대한 연구도 이제 시작단계이다. 따라서 이 변인들이 유아교사의 소진과 어떤 관계가 있는 가를 확인하는 연구가 요청된다고 본다.

이에 본 연구에서는 유아교사의 개인내적 변인인 정서조절양식과 교사효능감이 소진에 어떤 영향을 미치는 가를 분석하여, 이 변인들이 유아교사 소진을 감소시키거나 예방할 수 있는 보호요인으로 사용될 수 있는가를 탐색하려는 목적으로 연구를 수행하였는데, 선정된 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 정서조절양식은 유아교사 소진에 어떤 영향을 미치는가?

둘째, 교사효능감은 유아교사 소진에 어떤 영향을 미치는가?

2. 연구방법

2.1 연구대상

본 연구의 대상은 경상북도 경주시와 울산광역시 소재 사립유치원 및 민간어린이집에 근무하는 유아교사였는데, 배경변인에 따른 세부내용은 Table 1과 같다.

[Table 1] Background of subject

variable		N(%)
instition type	private kindergarten	92 (58.6)
	private child-care center	65 (41.4)
age	under the age of 29	100 (63.7)
	30 years old	33 (21.0)
	above the age of 40	24 (15.3)
period at work	under 2 years	62 (39.5)
	3 years～5 years	49 (31.2)
	above 6 years	46 (29.3)
education	3-year colleage graduate or less	111 (70.7)
	4-year university graduate	41 (26.1)
	graduate or higher	5 (3.2)
marital status	single	104 (66.2)
	married	53 (33.8)
age of the infant classroom	less than 2 years	46 (29.3)
	3 years	33 (21.0)
	4 years	36 (22.9)
	5 years	42 (26.8)
all		157 (100.0)

2.2 연구도구

2.2.1 정서조절양식 척도

유아교사의 정서조절양식을 측정하기 위해 윤석빈[13]이 개발한 정서조절양식체크리스트를 보완한 임전옥과 장성숙[21]의 정서조절양식체크리스트를 사용하였다. 이 척도는 총 25문항으로 부정적 정서를 조절하기 위해 문제해결을 위한 계획을 세우고, 자신의 느낌과 상황을 이해하기 위해 노력하는 등 구체적 문제 해결행동을 보이는 능동적 양식(8문항), 문제 상황으로부터 회피하거나 주의를 분산시킴으로써 자신의 부정적 정서를 조절하는 회피분산적 양식(9문항), 타인으로부터의 정서적, 도구적 지지를 구함으로써 자신의 부정적 정서를 해결하는 지지추구적 양식(8문항)으로 구성되었다. 척도는 '거의 그렇지 않다'에서 '자주 그렇다'까지의 5점 척도로 점수가 높을수록 해당양식을 많이 사용하는 것이다. 본 연구 대상에 대한 신뢰도(Cronbach's α)는 능동적 양식 .815, 회피-분산적 양식 .774, 지지추구적 양식 .889로 나타나 수용할만한 수준이었다.

2.2.2 교사효능감 검사

교사효능감 측정을 위해 Enochs와 Riggs[22]가 개발하고 이분려[23]가 번안수정한 도구를 사용하였다. 이 도구는 총 25문항으로 교수-학습 관계에 관한 보다 일반화된 신념인 일반적 교사효능감(12문항)과 교사 자신의 교수능력에 관해 갖는 신념인 개인적 교사효능감(13문항)으로 구성되어 있다. 척도는 '전혀 그렇지 않다'에서 '항상 그렇다'까지의 5점 척도로 구성되어 있으며 부정적인 문항은 역 채점하여 점수가 높을수록 교사효능감이 높도록 구성하였다. 본 연구 대상에 대한 신뢰도(Cronbach's α)는 일반적 교사효능감 .705, 개인적 교사효능감 .819, 전체문항 .789로 용인할 만한 수준이었다.

2.2.3 유아교사 소진 척도

유아교사의 소진을 측정하기 위해 김연옥[24]이 개발한 유아교사 소진척도를 사용하였다. 유아교사 소진척도는 총 18문항으로 유아교사가 경험하는 신체적·정서적 피로감인 신체·정서적 고갈(8문항), 유아교사라는 직업 자체에 대한 회의감인 직업적 회의(4문항), 유아교사가 속한 기관의 직무환경에 대한 부정적 태도와 감정인 직무환경적 불만족(3문항), 자기 능력에 대한 내적 효능감 저하로 인한 개인적 성취감 감소인 무능감(3문항)의 4개 하위요인으로 구성되어 있다. 각 문항은 '전혀 아니다'에서 '매우 그렇다'까지의 5점 척도로 구성되었고, 부정적인 1개 문항은 역 채점하여 점수가 높을수록 소진정도가 높

도록 구성하였다. 본 연구 대상에 대한 신뢰도는 Cronbach's α가 신체·정서적 고갈 .850, 직업적 회의 .754, 직무환경적 불만족 .770, 무능감 .777, 전체문항 .893으로 수용할만한 수준이었다.

2.3 연구절차 및 자료처리

연구대상기관으로 경주시와 울산광역시 소재 사립유치원 및 민간어린이집을 편의표집하였다. 연구 참여에 동의한 기관의 원장 및 교사들에게 연구목적을 밝히고 설문지 작성방법을 설명하였다. 설문지는 유아교육기관에 직접 방문하여 총 200부를 배부하였으며, 1주~2주 후 재방문하여 회수하였다. 회수된 설문지 166부 중 부적절한 응답의 설문지 9부를 제외한 157부가 결과분석에 사용되었다.

수집된 자료는 SPSSWIN 18.0 프로그램을 사용하여 분석했는데, 연구대상의 특성을 알아보기 위해 빈도와 백분율을 산출했고, 사용도구의 신뢰도 확인을 위해 Cronbach's α계수를 구했으며, 변인들 간의 상관과 설명력을 알아보기 위해 Pearson의 적률상관관계분석, 단계적 다중회귀분석(multiple stepwise regression)을 실시하였다.

3. 연구결과 및 해석

본 연구는 유아교사의 정서조절양식과 교사효능감이 소진에 어떤 영향력을 미치는가를 분석하여, 유아교사 소진에 대한 보호요인으로서의 가능성을 탐색해 보는데 목적을 두고 있다. 이를 위해 설정한 연구문제를 분석한 결과는 다음과 같다.

3.1 정서조절양식 및 교사효능감과 유아교사 소진의 상관관계

Table 2에서 정서조절양식과 소진간의 상관관계를 살펴보면 회피-분산적 양식과 소진의 전체점수 및 하위요인간에는 .18에서 .26의 정적 상관이 있었다($p<.05$~$p<.001$). 그러나 능동적 양식과 지지추구적 양식은 소진과 유의한 상관이 없었다. 교사효능감과 소진간의 상관관계를 보면 소진 총점, 직업적 회의와 무능감 하위요인은 일반적 및 개인적 교사효능감과 모두 유의한 부적 상관이 있었다(r=-.20~-.38, $p<.01$~$p<.001$). 신체·정서적 고갈은 일반적 교사효능감과 유의한 부적 상관(r=-.19, $p<.05$)이 있었고, 직무환경적 불만족은 개인적 교사효능감과 유의한 부적 상관(r=-.18, $p<.05$)이 있었다. 즉 유아교사 소진은 회피-분산적 정서조절양식을 사용할 경우 높고, 교사효능감이 높을수록 낮다고 볼 수 있다.

3.2 정서조절양식이 유아교사 소진에 미치는 영향

Table 2의 상관관계를 토대로, 유아교사의 정서조절양식이 소진에 미치는 영향력을 구체적으로 확인하기 위해 3가지 정서조절양식을 독립변인으로 설정하고 소진의 4개 하위요인 및 전체점수에 대한 중다회귀분석을 실시하였다. 회귀분석은 단계적(stepwise)추정방식을 사용하였다.

[Table 2] The correlation coefficients between measured variables and basic statistics

variable			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	emotional regulation style	active regulation style	1.00									
2		avoidant/distract regulation style	.13	1.00								
3		support-seeking regulation style	.53***	.22**	1.00							
4	teacher efficacy	general	.15	-.07	.07	1.00						
5		personal	.24**	-.29***	.18*	.30***	1.00					
6	burnout	physical · eomtional exhaustion	.07	.18*	.12	-.11	-.19*	1.00				
7		vocational skepticism	-.12	.24**	-.14	-.21**	-.48***	.42***	1.00			
8		dissatisfaction with job environment	.10	.25**	.08	-.18*	-.13	.55***	.42***	1.00		
9		incompetence	-.15	.21**	-.11	-.21**	-.63***	.49***	.66***	.35***	1.00	
10		total	.00	.26***	.03	-.20**	-.38***	.89***	.71***	.73***	72***	1.00
basic statistics		M	3.50	2.99	3.72	3.51	3.55	2.92	1.86	2.55	2.23	2.51
		SD	(0.56)	(0.63)	(0.74)	(0.36)	(0.45)	(0.71)	(0.57)	(0.86)	(0.69)	(0.56)

*p<.05 **p<.01 ***p<.001 (N=157)

[Table 3] Multiple stepwise regression of emotional regulation style for burnout

dependent variable	stage	independent variable	β	R^2	adj.R^2	F
physical · eomtional exhaustion	1	avoidant/distract	.179*	.032	.026	5.138*
vocational skepticism	1	avoidant/distract	.239**	.057	.051	9.354**
	2	avoidant/distract support-seeking	.282** -.202*	.096	.084	8.152***
dissatisfaction with job environment	1	avoidant/distract	.250**	.063	.057	10.357**
incompetence	1	avoidant/distract	.210**	.044	.038	7.156**
	2	avoidant/distract active	.233** -.176*	.075	.063	6.208**
total	1	avoidant/distract	.262***	.069	.063	1.414***

*P<.05 **P<.01 ***P<.001 (N=157)

우선 독립변인들간에 다중공선성 문제가 없는지 확인하였는데, 공차한계는 .95~1.00으로 .1보다 크고, VIF는 1.02~1.05로 모두 10이하이므로 다중공선성의 문제는 없는 것으로 확인되었다.

중다회귀분석 결과를 Table 3에 제시하였다. 신체·정서적 고갈 하위요인에는 회피-분산적 양식의 설명력이 유의했는데 2.6%를 설명했고, 표준화된 회귀계수는 정적이었다. 즉 회피-분산적 양식의 사용이 많을수록 신체·정서적 고갈이 높다고 볼 수 있다. 직업적 회의 하위요인의 경우는 회피-분산적 양식의 영향력이 5.1%이고, 지지추구적 양식의 영향력이 3.3% 총 8.4%의 설명력이 있었는데, 표준화된 회귀계수는 회피-분산적 양식은 정적이고, 지지추구적 양식은 부적이었다. 따라서 회피-분산적 양식의 사용이 많을수록 직업적 회의가 많고, 지지추구적 양식의 사용이 많을수록 직업적 회의가 적다고 말할 수 있다. 직무환경적 불만족 하위요인은 회피-분산적 양식이 5.7%를 설명했는데 표준화 회귀계수는 정적이었다. 즉 회피-분산적 양식을 많이 사용할수록 직무환경적 불만족이 높다고 볼 수 있다. 무능감 하위요인은 회피-분산적 양식 3.8%, 능동적 양식이 2.5%로 총 6.3%의 설명력이 있었고, 표준화된 회귀계수는 회피-분산적 양식은 정적, 능동적 양식은 부적이었다. 따라서 회피-분산적 양식을 많이 사용할수록 무능감이 높고, 능동적 양식을 사용할 경우 무능감이 낮다고 볼 수 있다. 소진점수 전체를 볼 때 회피-분산적 양식이 6.3%를 설명했고, 표준화된 회귀계수는 정적이었다. 따라서 회피-분산적 양식의 사용이 많을수록 소진이 높다고 말할 수 있다.

3.3 교사효능감이 유아교사 소진에 미치는 영향

교사효능감이 유아교사 소진에 미치는 영향력을 확인하기 위해 교사효능감의 2개 하위요인을 독립변인으로 설정하고 소진의 4개 하위요인 및 전체점수에 대한 중다회귀분석을 실시하였다. 회귀분석은 단계적(stepwise)추정방식을 사용하였다. 독립변인들 간의 다중공선성을 확인한 결과 공차한계는 .91과 1.0으로 .1보다 크고, VIF는 1.00와 1.10으로 모두 10이하이므로 다중공선성의 문제는 없었다.

[Table 4] Multiple stepwise regression of teacher efficacy for burnout

dependent variable	stage	independent variable	β	R^2	adj.R^2	F
physical · eomtional exhaustion	1	personal	-.191*	.036	.030	5.845*
vocational skepticism	1	personal	-.483***	.234	.229	47.223***
dissatisfaction with job environment	1	general	-.183*	.033	.027	5.366*
incompetence	1	personal	-.634***	.402	.398	104.052***
total	1	personal	-.381***	.145	.140	26.346***

*P<.05 **P<.01 ***P<.001 (N=157)

중다회귀분석 결과(Table 4 참조) 하위요인 중 직무환경적 불만족에는 일반적 교사효능감이 2.7%의 설명력이 있었고, 다른 하위변인과 전체점수에는 개인적 교사효능감의 설명력이 있었으며 표준화된 회귀계수는 모두 부적이었다. 신체·정서적 고갈의 설명력은 3.6%, 직업적 회의는 22.9%, 무능감은 39.8%, 전체점수는 14%였다. 따라서 개인적 교사효능감이 높을수록 신체·정서적 고갈과 직업적 회의, 무능감이 낮다고 볼 수 있으며, 일반적 교사효능감이 높으면 직무환경적불만족이 낮다고 볼 수 있다. 따라서 종합적으로 볼 때 높은 교사효능감은 소진을 낮추는데 영향력이 있다고 볼 수 있다.

3. 논의 및 결론

본 연구의 목적은 유아교육기관 교사의 정서조절양식과 교사효능감이 소진에 어떤 영향력을 미치는가를 분석하여, 유아교사 소진에 대한 보호요인으로서의 가능성을 탐색하는 것이었다. 본 연구에서 나타난 결과를 토대로 논의를 하면 다음과 같다.

첫째, 정서조절양식이 유아교사 소진에 미치는 영향을 살펴보면, 회피-분산적 양식은 소진의 하위영역 및 전체 점수 모두에서 유의한 영향력이 나타났다. 즉 회피-분산적 양식의 사용이 높으면 소진도 높다고 말할 수 있다. 또 소진의 하위영역 중 직업적 회의에는 회피-분산적 양식에 더해 지지추구적 양식의 영향력도 있었는데 지지추구적 양식의 사용이 높으면 직업적 회의가 적음을 알 수 있다. 그리고 무능감 하위요인의 경우 회피-분산적 양식에 더해 능동적 양식의 영향력이 나타나 능동적 양식의 사용이 높으면 무능감이 낮음을 알 수 있다. 정서조절양식과 교사의 소진간의 관계를 밝힌 선행연구가 없어 직접적 논의는 어렵지만, 이 결과는 능동적 양식과 지지추구적 양식은 심리적 안녕감이나 생활만족과 같은 적응 관련된 변인이나, 긍정적 정서, 낙관성, 자존감 등과 관련되며, 회피-분산적 양식은 부적응과 관련된 변인과 상관이 있음을 보고한 연구들과 그 맥락을 같이 한다[15,25,26]. 특히 부정적인 정서요인이라 볼 수 있는 소진에 회피-분산적 양식의 영향력이 가장 크게 나타난 결과는 회피-분산적 양식이 신경증, 부정적 정서성과 유의한 정적상관이 있다는 윤석빈[14], 민경환 등[15]의 연구결과와 회피-분산적 양식이 우울과 관련된다는 연구들[26-29]과 유사한 경향성이라 할 수 있다. 이는 회피-분산적 양식이 부정적 정서를 만든 문제 상황을 외면하고 다른 생각을 하며 상황을 피하는 태도이므로 이 양식의 사용은 일시적으로 부정적인 정서를 감소시키는데 기여할 수는 있지만, 부정적 정서를 발생시킨 상황이나 자신의 인지 및 행동양식을 적응적인 방향으로 변화시키는 것을 막아 부정적 정서가 지속 유지되는 결과를 초래하게 되기 때문이라 할 수 있다[30,13에서 재인용]. 따라서 유아교사의 소진을 감소시키거나 예방하기 위해, 일단 회피-분산적 양식의 사용을 줄이도록 하여 자신의 부정적 정서를 회피하지 않고 직면하여 조절할 수 있게 해 주는 것이 필요하며, 능동적, 지지추구적 양식을 사용하도록 도와주는 것이 요청된다고 본다.

둘째, 교사효능감이 유아교사 소진에 미치는 영향을 확인한 결과 개인적 교사효능감은 소진 전체점수와 신체·정서적 고갈, 직업적 회의, 무능감 하위요인에서 유의한 영향력이 나타났다. 또 일반적 교사효능감은 직무환경적 불만족 하위요인에서 유의한 영향력이 있었다. 따라서 교사효능감이 높으면, 소진이 낮다고 말할 수 있다. 이러한 결과는 최근 유아교사의 소진에 미치는 교사효능감의 직·간접적 영향력을 확인했던 권나연, 이희영[10], 이경화 등[11]의 연구와 일치하는 결과이다. 또 전반적으로 개인적 교사효능감의 영향력이 일반적 교사효능감보다 크게 나타났고, 특히 직업적 회의와 무능감에 미치는 영향이 크게 나타났는데, 이는 장애교사를 대상으로 교사효능감과 소진의 관계를 확인했던 양연숙[20]의 연구와 유사한 결과로, 교사가 자신의 교수능력에 대한 강한 신념을 갖는 것이 소진을 감소시키거나 예방하는데 매우 중요한 요인이 된다고 볼 수 있다. 특정한 문제를 다루는 개인의 능력에 있어서의 긍정적인 믿음은 건설적인 방식으로 대처하고자 하는 동기를 증진시키기 때문에, 자기효능감이 높은 교사는 자신의 전문가적 수행에 대해 자기 의심을 품고 있는 교사보다 일상의 가르침을 덜 위협적인 것으로 지각할 수 있고, 이러한 지각은 스트레스를 주는 상황에서 성공적으로 적응하도록 도와주고 직무소진의 출현을 막아줄 수 있다[31, 11에서 재인용]. 한편 Brouwer와 Tomic[32]은 학생들과의 관계에서 낮은 효능감을 보고한 교사들이 학생들을 다루는데 대한 전문적인 교육을 원하고 있다고 보고하였고, 재교육의 기회가 많을 때 소진이 적다는 결과도 보고되고 있다[33]. 따라서 유아교사의 소진을 감소시키거나 예방하기 위해 교사 스스로 자신의 교수기술 향상과 자신감을 증진시키기 위해 노력하는 것과 더불어, 교사효능감을 체계적으로 증진시킬 수 있는 전문적인 교사연수프로그램의 개발 및 운영이 요청된다.

본 연구는 정서조절양식과 교사효능감이 유아교사 소진에 미치는 영향력을 확인하여, 이들이 유아교사 소진의 보호요인으로 사용될 수 있다는 점을 기본적으로 확인했다는 데 의의가 있다.

본 연구의 결과를 바탕으로 제한점 및 시사점을 제시하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 일부 지역에 재직하고 있는 사립유치원 및 민간어린이집의 유아교사들만을 대상으로 했기 때문에 연구결과를 일반화하는 데에 한계가 있고, 자기보고식 검사도구만을 사용했다는 제한점도 있다. 본 연구는 유아교사 소진의 보호요인을 찾는 기초연구이므로 앞으로 이 변인들과 소진과의 관련성을 확인하는 연구들이 좀 더 축적될 필요가 있다.

둘째, 지금까지 정서조절양식과 소진간의 관계를 직접 검증한 연구가 없는 상황에서 회피-분산적 정서조절양식이 소진에 독자적으로 유의한 영향을 미친다는 결과는 정서조절양식이 소진을 감소시키거나 예방할 수 있는 변인으로 지속적으로 연구될 필요가 있음을 시사한다. 유아교사가 역할수행과정에서 나타내는 정서적 행위는 교사 자신뿐 아니라 유아에게도 직·간접적으로 중요한 영향을 미칠 수 있으므로, 앞으로 유아교사의 정서관리와 관련된 다양한 변인들에 대한 체계적인 연구가 이루어져야 할 것이다.

셋째, 교사효능감이 유아교사 소진에 직접적인 영향력이 있다는 결과를 통해, 교사효능감을 높이기 위한 연수

프로그램의 개발을 제안했는데, 유아교사의 효능감에는 유아교사의 지위에 대한 사회적 인식도 영향을 미칠 수 있기 때문에, 유아교사들이 자신의 능력에 자부심을 가지고 전문인으로서의 역할을 수행할 수 있는 풍토의 조성에 노력할 필요가 있다.

마지막으로 본 연구에서 사용한 변인들과 소진에 영향을 미치는 것으로 이미 확인된 변인들 간의 구조적 관계를 확인하는 후속연구가 이루어져야 할 것으로 생각된다.

References

[1] Maslach, C., & Jackson, S. E.(1986). *Maslach Burnout Inventory Manual(2nd ed.),* Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

[2] Yeon-Ock Kim, Sang-Moon Chan., & Jung-Hee, Lee. The development and validation of early childhood teachers burnout scale. *The Journal of Korea Open Association for Early Childhood Education*, *17(4),* 273-298. 2012.

[3] Chaelyun Moon, & Soeun Lee. Job satisfaction and burnout of early childhood educational teachers. *Journal of Korean Living Science Association, 14(3),* 387-399, 2005.

[4] An-Sook Yang. The impacts on job-transfer intention comes from the job-related exhaust by occupational stress: With focus on child-care facility workers. *Korean Policy Sciences Review, 12(4),* 367-388, 2008.

[5] Ji-Eun Kim, & Sun-Hee Ann. Variables affecting burnout among teachers of infants and toddlers. *The Korean Journal of Child Studies, 28(3),* 149-162, 2007.

[6] Hae-Shin, Hwang. A study on the factors of child care teachers' burnout. *Journal of Korean Living Science Association, 17(4),* 589-600, 2008.

[7] Sung-Min Kwon. The effect of social support of kindergarten and preschool teachers on job stress, job satisfaction, burnout and turnover intention. *The Journal of Korea Open Association for Early Childhood Education*, *16(5),* 313-333. 2011.

[8] Jung-Suk, Kim, Tae-Jin, Choi, & Hee-Yeong, Lee. The buffering of social support in the relationship of risk factors of job environment and psychological burnout of kindergarten teachers. *The Journal of Vocational Education Research. 30(3),* 427-441, 2011.

[9] Jung-Hee, Lee, & Songyon Cho. The effect of ego-resilience and directors, co-workers and family's social support to childcare teacher's burnout. *The Korean Journal of Child Studies, 32(1),* 157-172, 2011. DOI: http://dx.doi.org/10.5723/KJCS.2011.32.1.157

[10] Na-Yeon Kwon & Hee-Yeong Lee. Mediating effect of teacher efficacy in the relationship between risk factor of job environment and psychological burnout of kindergarten teachers. *Journal of Future Early Childhood Education*, *19(3),* 199-218. 2012.

[11] Kyeong-Hwa Lee, Mi-Jung Ju., & Hee-Yeong Lee. The effect of teacher efficacy and social support on kindergarten teachers' burnout: A structural equation modeling analysis. *The Journal of Vocational Education Research. 30(1),* 97-111, 2011.

[12] Seon-Mi Park. The relation among the emotion -regulation ability, child-teacher relationship, burnout of early childhood teachers. *The Journal of Child Education, 22(1)*, 21-32, 2013.

[13] Ji-Young Lee & Seok-Man Kwon. Relationship between emotion regulation and psychopathology: Recent research trends and future research tasks. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy, 18(3)*, 461-493, 2006.

[14] Seok-Bin Yoon. The differential effects of the types and antecedents of experienced emotions on emotion regulation. Unpublished master's thesis. Seoul National University. 1999.

[15] Kyung-Hwan Min, Ji-Hyun Yoon, Seok-Bin Yoon, & Seung-Min. Jahng. A study on the negative emotion regulation strategies: Variations in regulation styles related to the kind of emotions and the personal characteristics. *Korean Journal of Social and Personality Psychology, 14(2)*, 1-16, 2000.

[16] Ashton P. L. Teacher efficacy: A motivational paradigm for effective teacher education. *Journal of Teacher Education, 35(5)*, 28-32, 1984. DOI: http://dx.doi.org/10.1177/002248718403500507

[17] Bandura A. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review, 84(2),* 191-215, 1977. DOI: http://dx.doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191

[18] Schunk, D. H. Enhancing self-efficacy and achievement through rewards and goals: Motivational and informational effects. *Journal of Educational Research. 78(1)*, 29-34, 1984.

[19] Gibson, S. & Dembo, M. H. Teacher efficacy: A construct validation. *Journal of Educational Research, 76(4),* 569-582, 1984.

[20] Yeon-Suk Yang. Efficacy and burnout of child care teachers for the disabled children. *Korea Journal of*

Child Care and Education, 47, 175-195, 2006.

[21] Jeon-Ock Lim & Sung-Sook .Chang. A study on relationships among the emotional clarity, emotion regulation style, and psychological well-being. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, *15(2),* 259-275, 2003.

[22] Enochs L. G. & Riggs I. M. Further development of an elementary science teaching efficacy belief instrument: A preservice elementary scale. *School Science and Mathematics, 90(8),* 694-706, 1990. DOI: http://dx.doi.org/10.1111/j.1949-8594.1990.tb12048.x

[23] Bun-Ryeo Lee. The relationships among organizational climate, job satisfaction and teacher's sense of efficacy in the kindergartens. Unpublished master's thesis. Ewha Womans University. 1998.

[24] Yean-Ock Kim. Development and validation of Early Childhood Teachers Burnout Scale. Unpublished doctoral Dissertation. Kyungsung University. 2012.

[25] Joo Yeon Shin, Yoon A Lee, & Ki-Hak Lee. The effects of life meaning and emotional regulation strategies on psychological well-being of korean adolescents. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, *17(4),* 1035-1057, 2005.

[26] An-Jin Yoo, Jum-Sug Lee, & Hyun-Sim Jung. The effects of peer attachment and emotion regulation style on adolescents' depression. *The Journal of Korean Home Management Association*, *24(1),* 31-41, 2006.

[27] Ji-Yun Choi. The moderating effects of emotional regulation strategies on the relationship between adolescents' experience of bullying and depression. Unpublished master's thesis. Sookmyung Women's University. 2009.

[28] Seon Hee Kim. The relationship of parent adolescent communication on adolescent depression-The mediating effect of emotional clarity and avoidant distractive emotion regulation style-. Unpublished master's thesis. Ewha Womans University. 2008.

[29] YouJin Yang, & Kyong-Mee Chung. The effect of the mother's parenting attitudes on adolescent depression: The mediating role of avoidant emotion regulation and emotion clarity. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 27*(3),* 669-688, 2008.

[30] Campbell-Stills, L., & Barlow, D. H. Incorporating emotion regulation into conceptualizations and treatments of anxiety and mood disorders. In J. J. Gross(Ed.), *Handbook of Emotion Regulation(pp. 542-559),* N. Y.: The Guilford Press.

[31] Schwarzer, R., & Greenglass, E. Teacher burnout from a social-cognitive perspective: A theoretical position paper. In R. Vandenberghe & M. Hubermann(Eds.), *Understanding and preventing teacher burnout: A sourcebook of international research and practice(pp. 238-246).* Cambridge University Press.

[32] Brouwers A. & Tomic W. A longitudinal study of teacher burnout and perceived self-efficacy in classroom management. *Teaching and Teacher Education, 16,* 239-253, 2000. DOI: http://dx.doi.org/10.1016/S0742-051X(99)00057-8

[33] Hyun-Joo Cho & Kyung-Aw Park. The effect of emotional intelligence and self-efficacy on teachers' burnout. *The Journal of Korean Teacher Education, 24(1),* 251-270. 2007.

강 혜 원(Hye-Won Kang) **[정회원]**

- 1986년 8월 : 숙명여자대학교 대학원 교육학과 (교육학석사)
- 1995년 2월 : 숙명여자대학교 대학원 교육학과 (교육학박사)
- 1997년 3월 ~ 2012년 6월 : 서라벌대학교 유아교육과 교수
- 2013년 3월 ~ 현재 : 동방대학원대학교 교육학과 교수

<관심분야>
교육심리, 교육방법, 유아교육