

언론인의 직무 스트레스와 대처방안 척도에 관한 연구 -서울지역 일간지 취재기자를 중심으로-

박생규^{1*}, 조성제¹
¹동방대학원대학교 교육학과

Research on the job stress of journalists and indicators of countermeasures -Focusing on daily newspaper reporters and journalists in area of Seoul-

Saeng-Kyu Park^{1*} and Sung-Je Cho¹

¹Department of Education at Dongbang Graduate University

요 약 본 연구는 서울지역에 본사를 둔 일간지 취재 기자들을 대상으로 업무를 수행하면서 겪고 있는 직무 스트레스와 대처방안 척도에 관한 요인을 파악하고자 한다. 연구대상자는 일간지 취재기자 170명에 대해 2013년 3월 1일부터 7월 30일까지 대인면접 설문조사를 실시하였다. 자료 분석은 SPSS Win 21.0 프로그램을 사용하여 빈도분석, T-test와 일원 변량분석, 상관관계분석을 하였고, 실증분석은 유의수준 5%에서 검증하였다. 연구 분석결과 첫째, 직업에 대한 만족도가 높으면 직무 스트레스는 낮아 유의한 것으로 나타났다. 둘째, 흡연을 많이 하는 경우와 스트레스 해소방법이 '예술 활동'인 경우 스트레스 대처방법이 높아 유의하게 나타났다. 셋째, 직무 스트레스가 높으면 대처방식도 높아 유의한 차이로 나타났다. 본 연구의 시사점으로 언론인들의 원활한 업무수행이 가능할 수 있는 근무환경을 제공하기 위한 기초적인 정책 자료가 될 것으로 사료 된다.

Abstract This study was conducted on daily news reporters working in Seoul to determine the factors/characteristics causing job stress and potential countermeasures. The survey was conducted by interviewing 170 daily news reporters who took part in the study from March 3rd to March 7th 2013. The analysis of the information was performed by frequency analysis, T-test and One-way ANOVA, correlation analysis etc. using the SPSS Win 21.0 program and the empirical analysis was verified at the 5% level of significance. First, the following results of the analysis were meaningful because current journalists and reporters showed reduced levels of stress when their job satisfaction was high. Secondary, smoking and art activity to alleviate their job stress were found to be strong stress countermeasures. Third, there were significant differences in those who had high levels of job stress and exhibited stronger ways of coping with it. This study affirms an alternative in basic policy, which can provide a working environment that helps journalists to perform their work proficiently and steadily.

Key Words : countermeasures indicator, reporter, journalists and job stress, mass media

1. 서 론

1.1 연구의 필요성

현대에는 인터넷의 발달과 높은 경제 수준 향상으로 뉴스 서비스를 모바일로 보는 인구가 급증하게 되었다.

이것은 뉴스를 쉽게 접하는 환경의 변화를 의미하기도 하지만 기사를 생산해 내는 기자들에게는 큰 부담이 되기도 한다. 이에 따라 국내 언론사 취재 기자들이 타사와 기사 경쟁이 치열해 지면서 직무 스트레스를 많이 받고 있다.

*Corresponding Author : Saeng-Kyu Park(Dongbang Graduate Univ.)

Tel : +82-2-734-7300 email: skpq1@naver.com

Received September 25, 2013

Revised (1st October 23, 2013, 2nd November 5, 2013)

Accepted December 5, 2013

우리나라의 경우 2012년 현재 정부에 정기간행물로 등록된 일간지는 352개, 뉴스통신사 12개, 기타 일간지 336개가 있다. 주간·격주간지는 2,891개, 월간지 4,209개, 격월간지 584개, 계간지 1,266개, 연 2회 간지 425개가 있다. 인터넷신문은 3,193개가 발행되고 있다. 국내 언론사는 총 1만 3,268개가 운영되고 있다. 언론사에서 근무하는 언론인은 총 5만 1,924명이다[1,2]. 해마다 언론사의 창간은 증가 추세에 있는 것이 현실이다.

언론사가 양적으로 급성장했지만, 반면 광고시장이 갈수록 열악해 사주들은 언론사 운영에 많은 어려움을 겪고 있다. 이런 이유로 기자들의 경제수준은 낮아졌지만, 업무량은 늘어난 상황이다. 결국, 기자들의 과중한 업무로 이어져 직무 스트레스를 받고 단명하는 사례를 언론 보도를 통해 종종 볼 수 있다.

실제로 언론에 보도된 기사와 통계청의 사망 자료를 1963년에서 2010년까지 48년간 3,215명을 11개 직업군으로 분석한 결과 정치인(75세)이 장수했다. 반면 교수(74세), 기업인(73세), 법조인(72세), 고위공직자(71세), 연예·예술인(70세) 순으로 나타났다. 이어 체육·작가·언론인(각 67세) 순으로 그 뒤를 이은 것으로 나타났다[3]. 직업군별 평균 수명에서 볼 수 있듯이 100세 시대가 다가오는 현실을 고려하면 너무 이른 나이에 직무 스트레스로 언론인들이 세상을 떠나는 직업으로 분류되어 있다.

스트레스는 직무만족, 동기부여, 성과 등과 관련되어 있다. 기자들이 가장 큰 스트레스를 느끼는 것은 ‘창의력 발휘’ 부분이다[4,5]. 기자는 매일 새로운 뉴스를 생산해 내야 하는 업무 부담을 갖고 하루하루 긴장된 상태에서 근무하고 있다. 이런 상황에서 직무 스트레스를 받지 않을 수 없다.

이처럼 취재 기자는 과도하고 만성화된 스트레스를 받으며 생활하고 있다. 특히 조직 구성원 개개인에게 각종 질환과 좋지 않은 행태를 유발하고 있다. 이는 삶의 질에 심각하게 손상[6,7]을 주는 것으로 어제오늘의 문제가 아니다. 이런 문제는 언론사 취재 기자들의 고질적인 병폐로 해결되지 못하고, 근무 환경 변화는 예전과 다름이 없는 상황이다.

특히 언론인들은 직업 특성상 불규칙한 생활습관(과로, 야근, 음주, 흡연, 불규칙한 식사, 수면 부족 등)을 겪고 있다. 이 때문에 만성피로 등으로 스트레스에 무방비로 노출되어 있다[8]. 이에 따라 언론인들은 만성적인 직무 스트레스를 해결할 수 있는 대처방식이 필요하다.

기존 선행 연구의 문제점은 언론인을 대상으로 스트레스, 만족도 조사 등이 대부분이었다. 본 연구는 다음과 같이 문제를 설정하였다. 첫째, 서울지역 일간지 취재 기자

들이 느끼는 직무 스트레스에 대해 알아보고자 한다. 둘째, 대처방식 척도를 통해 스트레스 대처 방법을 파악하고자 한다.

1.2 연구 문제

본 연구의 구체적인 문제는 다음과 같다.

첫째, 언론인의 인구 사회학적 특성은 어떠한가?

둘째, 언론인의 직무 스트레스는 어떠한가?

셋째, 언론인의 대처방식 척도는 어떠한가?

넷째, 직무 스트레스와 대처방식 변수들의 상관관계는 어떠한가?

1.3 연구의 제한점

설문조사 대상자인 취재 기자들이 신분 노출을 반대해 익명으로 하였다. 이에 따라 언론사명도 밝히지 못하였다. 이러한 문제로 본 연구에 제한점이 있다.

2. 연구방법

2.1 연구 대상

연구 대상자는 서울지역 언론사 일간지 취재 기자를 중심으로 설문조사를 170명에게 2013년 3월 1일부터 7월 30일까지 5개월간 실시하였다. 인구 사회학적인 특성 분석은 Kim[9]이 개발한 설문을 수정 보완하여 14개 문항을 사용하였다. 직무 스트레스는 Kim[9]이 개발한 설문 23문항을 사용하였다. 대처방식 척도는 Kim[10]의 설문 34개 문항을 사용하였다. 연구의 신뢰도를 높이기 위해 대인면접을 실시한 설계이다.

2.2 연구 도구

인구 사회학적 특성은 14개 문항으로 진단검사 측정 도구를 사용하였다. 직무 스트레스는 설문 23문항으로 진단검사 측정 도구를 사용하였다. 대처방식 척도는 34개 문항으로 진단검사 측정 도구를 사용하였다.

2.2.1 언론인의 인구 사회학적 특성

언론인의 인구 사회학적 특성 변수는 Kim[9]의 ‘성별’, ‘연령’, ‘종교’, ‘교육 정도’, ‘결혼상태’, ‘연소득’, ‘현재직급’, ‘근무 년 수’, ‘고용형태’ 등으로 측정하였다. 연령은 ‘21세 이상~30세 이하’, ‘31세 이상~40세 이하’, ‘41세 이상~50세 이하’, ‘51세 이상’으로 구분하였다. 그리고 스트레스 해소 방법은 ‘운동’, ‘공연관람’, ‘예술 활동’, ‘오락’, ‘음주’, ‘수면’으로 구분하였다.

2.2.2 언론인의 직무 스트레스

언론인의 직무 스트레스는 Kim[9]의 진단검사 도구로 측정하였다. 하위 요인은 각각 ‘역할갈등 및 모호성’, ‘양적 역할 과다’, ‘부서 간 갈등’, ‘질적 역할 과다’, ‘경력발달’, ‘부하관리’ 등 총 6개 영역으로 23문항에 5점 척도이다. 측정 방법은 ‘극심히 있다’에 5점, ‘전혀 없다’에 1점을 부여하였다. 평균이 높을수록 직무 스트레스를 많이 받는 것을 의미한다. 본 연구에서 신뢰도 Alpha = .89이다.

2.2.3 언론인의 대처방식 척도

언론인의 대처방식 척도는 Kim[10]의 진단검사 도구로 측정하였다. 문제의 집중적 대처와 사회적 지지 추구 요인을 합하여 적극적 대처로 측정하였다. 정서 완화적 대처와 소망적 사고 요인을 묶어서 소극적 대처로 구분하여 측정하였다. 총 34문항에 5점 척도이다. 측정 방법은 ‘극심히 있다’에 5점, ‘전혀 없다’에 1점을 부여하였다. 평균이 높을수록 적극적으로 대처하는 것을 의미한다. 본 연구에서 신뢰도 Alpha = .74이다.

2.3 연구방법

2.3.1 설문방법

설문조사는 연구 대상자에게 실시하기 전에 취지 및 질문지 작성방법에 대하여 충분히 설명하였다. 문항별 해당하는 항목에 하나씩 선택하는 자기기재방법(Self-reported)으로 실시하였다. 설문지는 인구 사회학적 특성 문항과 직무 스트레스, 대처방식 척도로 나누어 문항별 선다형으로 선택하도록 하였다. 직무 스트레스와 대처방식 척도는 각각 5점 척도 문항을 사용하여, ‘전혀 없다’(1점), ‘약간 있다’(2점), ‘상당히 있다’(3점), ‘많이 있다’(4점), ‘극심히 있다’(5점)로 구분하였다.

2.3.2 자료 분석 방법

자료는 유의수준 5%에서 검증하였으며, 통계처리는 SPSS WIN 21.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 조사 대상자의 인구 사회학적 특성을 알아보기 위하여 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였다. 각 문항에 대한 신뢰도 검사를 하여 문항 간의 신뢰도를 측정하여 예측 가능성, 정확성 등을 살펴보았다. 인구 사회학적 특성에 따라 직무 스트레스, 대처방식 변수들의 차이를 살펴보기 위하여 평균차이 검증인 T-test와 일원변량분석(One way Anova)을 하였다. 변수들의 관계를 살펴보기 위하여 상관관계분석(Correlation Analysis)을 하였다.

3. 연구결과

3.1 언론인의 인구 사회학적 특성

3.1.1 조사대상자의 인구 사회학적 특성

언론인의 인구 사회학적 특성을 살펴본 결과는 Table 1과 같다. 고용형태의 경우 정규직이 85.9%로 높게 나타났다. 교육은 대학교 졸업자가 81.2%로 높았다. 결혼 상태에서는 기혼자가 58.2%로 나타났다. 현재 직급에서는 42.4%의 기자들이 참여하였다. 결과적으로 정규직이 대부분으로 차지해 비교적 안정된 생활을 하는 것을 알 수 있다. 교육 수준에서는 대학교 졸업자가 제일 많아 높은 교육열을 보이고 있는 것으로 파악되었다.

[Table 1] General characteristics of survey subjects

Items	Characteristics	number	Percentage
Sex	Male	119	70.0%
	Female	51	30.0%
Age	21 ~ 30	40	23.5%
	31 ~ 40	53	31.2%
	41 ~ 50	51	30.0%
	More than 51	26	15.3%
Religion	Buddhism	43	25.3%
	Christianity	56	32.9%
	Catholicism	14	8.2%
	Etc	8	4.7%
	no	49	28.8%
Education level	Less than high school graduation	5	2.9%
	University graduate	138	81.2%
	Graduate or higher	27	15.9%
Marital status	Married	99	58.2%
	Single	71	41.8%
Annual income	≤ 20 million won	28	16.5%
	20 million won ≤ 30 million won	52	30.6%
	30 million won ≤ 40 million won	48	28.2%
	40 million won ≤ 50 million won	18	10.6%
	≥ 50 million won	24	14.1%
Ranking	Director	15	8.8%
	Assistant director	16	9.4%
	General manager	24	14.1%
	Assistant manager	8	4.7%
	Vice-chief	19	11.2%
	Assistant vice-chief	11	6.5%
	journalist	72	42.4%
	Etc	5	2.9%
Years of work	≤ 5 years	57	33.5%
	≤ 6-9 years	26	15.3%
	≤ 10-14 years	33	19.4%
	≤ 15-19 years	21	12.4%
	≥ 20 years	33	19.4%
Types of employment	Full-time	146	85.9%
	Contract	18	10.6%
	Freelance	5	2.9%
	Etc	1	.6%

3.1.2 조사대상자의 생활실태

언론인의 생활 실태를 살펴본 결과는 Table 2와 같다. 흡연의 경우 ‘피우지 않는다’가 65.9%로 나타났다. 스트레스 해소방법으로는 ‘운동’이 34.1%로 나타났다. 직업의 만족도에서는 ‘매우 만족한다’가 17.1%로 나타났다. 언론인들에게도 사회적으로 불고 있는 금연 대열에 합류한 것으로 나타났다. 이는 많은 취재 기자들이 담배를 피우지 않는 것에서 알 수 있다. 또 자신의 스트레스 해소와 건강을 위해 ‘운동’을 하고 있는 것을 알 수 있다.

[Table 2] Living conditions of survey subjects

Items	Types	number	Percentage
Number of drinking	No	22	12.9%
	one time/week	42	24.7%
	2 times/week	50	29.4%
	3-5 times/week	44	25.9%
	everyday	12	7.1%
Smoking/day	No	112	65.9%
	≤ 1/2 box	16	9.4%
	1 box	38	22.4%
	≥ 2 boxes	4	2.4%
Methods to relieve stress	Exercise	58	34.1%
	Watching performances	40	23.5%
	Art Activities	4	2.4%
	Entertainment	6	3.5%
	Drinking	32	18.8%
	Sleeping	20	11.8%
	No	10	5.9%
Exercise time	≥ 3hours/day	1	.6%
	≥ 1 hour/day	5	2.9%
	≥ 10 hours/week	35	20.6%
	≥ 1 times/week	83	48.8%
	≥ 1 times/month	11	6.5%
Job satisfaction	No	35	20.6%
	Very satisfied	29	17.1%
	Somehow satisfied	75	44.1%
	usually satisfied	52	30.6%
	not satisfied	14	8.2%
Sum		170	100.0%

3.2 언론인의 직무 스트레스

3.2.1 인구 사회학적 특성에 따른 직무 스트레스

언론인의 인구 사회학적 특성에 따른 직무 스트레스를 살펴본 결과는 Table 3과 같다. 전체적으로 유의한 차이를 보이지 않았다. 다만 일반적 사항별로 직무 스트레스에 유의하지는 않았지만, 평균의 높낮이로 분석하면 다음과 같다. 남자의 경우에 2.26점, 여자는 2.12점으로 나타

났다. 남자의 경우 여자보다 직무 스트레스가 높게 나타났다. 유의한 차이를 보이지 않았다. 연령별로는 나이가 많은 51세 이상은 상대적으로 낮았다. 반면 31~40세의 경우에 스트레스가 상대적으로 높게 나타났다. 종교별로 살펴보면 천주교의 경우에 2.43점으로 가장 높게 나타났다. 종교가 없는 경우에 상대적으로 스트레스가 낮게 나타났다. 연소득별로는 연소득이 ‘4천만 원 미만’의 경우에 상대적으로 높게 나타났다. ‘4천만 원 이상’은 상대적으로 낮은 스트레스를 보였다. 근무 년 수별로는 ‘5년 미만’ 경우에 상대적으로 스트레스가 낮았다.

[Table 3] Job stress depending on general characteristics

Items	Characteristics	Ave.	SD	F/t(p)
Sex	Male	2.26	.72	1.317
	Female	2.12	.75	(.253)
Age	21~30	2.18	.74	1.746(.579)
	31~40	2.34	.85	
	41~50	2.26	.68	
	≥51	1.95	.48	
Religion	Buddhism	2.25	.74	.489(.744)
	Chistianity	2.21	.74	
	Catholicism	2.43	.90	
	Etc	2.05	.54	
Marital status	no	2.17	.72	3.141(.078)
	Married	2.13	.57	
Annual income	Single	2.34	.90	2.001(.097)
	≤ 20 million won	2.12	.95	
	20 million won ≤ 30 million won	2.24	.60	
	30 million won ≤ 40 million won	2.43	.69	
	40 million won ≤ 50million won	1.98	.79	
	≥ 50million won	2.05	.69	
Job	not press	2.24	.73	.120(.729)
	press	2.20	.74	
Year of work	≤ 5 years	2.19	.79	1.183(.320)
	≤ 6-9 years	2.39	.79	
	≤ 10-14 years	2.28	.81	
	≤ 15-19years	2.30	.68	
	≥ 20 years	2.01	.49	

3.2.2 대상자 생활실태에 따른 직무 스트레스

조사 대상자의 생활 실태에 따른 직무 스트레스를 살펴본 결과는 Table 4와 같다. 음주횟수 별로 살펴보면 음주횟수가 거의 매일이나 주 3~5회라고 응답한 경우에 직무 스트레스가 2.30 이상으로 상대적으로 스트레스가 높게 나타났다. 흡연정도 별로 살펴보면 흡연을 1일 두 갑 이상이라고 응답한 경우에 2.70점으로 상대적으로 높은

흡연 정도를 보였다. 스트레스 해소방법별로 살펴보면 예술 활동이나 오락이라고 응답한 경우에 2.6점대로 상대적으로 높은 직무 스트레스를 보였다. 운동시간별로 살펴보면 운동시간이 주 10시간 이상이나 안한다는 경우에 스트레스가 높게 나타났다. 직업만족도의 경우에 별로 만족하지 않는다고 응답한 경우에 2.85점으로 상대적으로 높은 직업만족도를 보였으며, 매우 만족한다는 경우에 1.88점으로 나타나 상대적으로 낮은 직무 스트레스를 보였으며 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 이러한 결과는 직업에 대한 만족도가 높으면, 직무 스트레스가 낮다는 것을 알 수 있다.

[Table 4] Job stress depending on living conditions of survey subjects

		Ave.	SD	F(p)
Number of drinking	None	2.20	.94	1.120(.349)
	one time/week	2.14	.80	
	2 times/week	2.11	.61	
	3-5 times/week	2.39	.66	
	everyday	2.37	.78	
Smoking/day	None	2.15	.76	1.519(.212)
	≤ 1/2 box	2.18	.65	
	1 box	2.38	.64	
	≥ 2 boxes	2.70	.80	
Methods to relieve stress	Exercise	2.23	.78	1.546(.166)
	Watching performances	2.06	.68	
	Art Activities	2.68	1.27	
	Entertainment	2.69	1.13	
	Drinking	2.39	.60	
	Sleeping	2.06	.64	
	None	2.06	.60	
	≥ 10 hours/week	2.35	.87	
Exercise time	≥ 1 times/week	2.10	.58	1.602(.191)
	≥ 1 times/month	2.18	.60	
	None	2.36	.88	
Job satisfaction	Very satisfied	1.88	.60	6.852***(.000)
	Somehow satisfied	2.15	.67	
	usually satisfied	2.34	.73	
	not satisfied	2.85	.91	
	Sum	2.22	.73	

3.3 언론인의 대처방식 척도

3.3.1 인구 사회학적 특성에 따른 대처방식

언론인의 인구 사회학적 특성에 따른 대처방식의 차이를 살펴본 결과는 Table 5와 같다. 남자가 2.52점, 여자가 2.50점으로 비슷하게 나타났다. 연령별로 살펴보면 '31세 이상'이 상대적으로 높게 나타났다. 종교는 불교와 기독교가 2.6점대로 상대적으로 높은 대처방식을 보였다. 결혼 상태별로는 비슷한 값을 보였다. 연소득별로는 '4,000만 원 미만'의 경우에 2.5점대로 상대적으로 높은 대처방식을 보였으며, '4,000만 원 이상'의 경우에는 상대적으로 낮은 대처방식을 보였다. 직업의 경우에는 기자보다는 기자가 아닌 경우(차장 대우 이상)에 대처방식이 높았으나 유의한 차이를 보이지 않았다. 근무 년 수의 경우에도 '10~14년 미만'이 상대적으로 높은 대처방식을 보였으나 유의한 차이를 보이지 않았다.

교가 2.6점대로 상대적으로 높은 대처방식을 보였다. 결혼 상태별로는 비슷한 값을 보였다. 연소득별로는 '4,000만 원 미만'의 경우에 2.5점대로 상대적으로 높은 대처방식을 보였으며, '4,000만 원 이상'의 경우에는 상대적으로 낮은 대처방식을 보였다. 직업의 경우에는 기자보다는 기자가 아닌 경우(차장 대우 이상)에 대처방식이 높았으나 유의한 차이를 보이지 않았다. 근무 년 수의 경우에도 '10~14년 미만'이 상대적으로 높은 대처방식을 보였으나 유의한 차이를 보이지 않았다.

[Table 5] General informations of countermeasures against stress

Items	Characteristics	Ave.	SD	F(p)
Sex	Male	2.52	.51	.051(.821)
	Female	2.50	.44	
Age	21-30	2.42	.45	.657(.579)
	31-40	2.56	.44	
	41-50	2.54	.55	
	≥ 51	2.53	.51	
Religion	Buddhism	2.63	.52	2.667(.034)
	Christianity	2.60	.43	
	Catholicism	2.47	.65	
	Etc	2.32	.52	
Marital status	No	2.36	.43	.300(.584)
	Married	2.50	.49	
Annual income	Single	2.54	.48	.537(.708)
	≤ 20 million won	2.55	.57	
	20 million won ≤ 30 million won	2.53	.37	
	30 million won ≤ 40 million won	2.56	.53	
	40 million won ≤ 50 million won	2.38	.43	
	≥ 50 million won	2.46	.58	
	not press	2.54	.53	
	press	2.49	.43	
Job	≤ 5 years	2.48	.45	.481(.489)
	≤ 6-9 years	2.55	.43	
	≤ 10-14 years	2.61	.54	
	≤ 15-19 years	2.57	.62	
	≥ 20 years	2.43	.47	
Year of work	≤ 5 years	2.48	.45	.697(.595)
	≤ 6-9 years	2.55	.43	
	≤ 10-14 years	2.61	.54	
	≤ 15-19 years	2.57	.62	

3.3.2 조사대상자 생활실태에 따른 대처방식

언론인의 생활실태에 따른 대처방식을 살펴본 결과는 Table 6과 같다. 음주횟수별로 살펴보면 음주회수가 '전혀 안 한다'와 '주 3~5회', '거의 매일'의 경우에 상대적으로 높은 2.6점대를 보였다. '주 1회와 2회'는 상대적으로 낮게 나타나 유의한 차이를 보였다($p<.05$). 흡연 정도별로 살펴보면 흡연을 '1일 한 갑' 2.72, '1일 두 갑 이상' 3.07로 상대적으로 높은 대처방식을 보였음을 알 수 있다.

며 유의한 차이를 보였다($p<.001$). 스트레스 해소 방법의 경우에는 ‘예술 활동’이 가장 높은 3.05점의 대처방식을 보였으며, ‘없다’라고 응답한 경우에 2.27로 상대적으로 낮은 대처방법을 보였다($p<.05$). 이러한 결과는 흡연을 많이 하는 경우와 스트레스 해소방법이 ‘예술 활동’으로 하는 경우에 스트레스 대처방법이 높다는 것을 알 수 있다.

[Table 6] Methods of stress countermeasures depending on living conditions of survey subjects

		Ave	SD	F(p)
Number of drinking	No	2.66	.47	2.920*(.023)
	one time/week	2.45	.50	
	2 times/week	2.37	.41	
	3-5 times/week	2.65	.52	
	everyday	2.63	.52	
Smoking/day	No	2.45	.47	5.830*** (.001)
	≤ 1/2 box	2.34	.45	
	1 box	2.72	.46	
	≥ 2 boxes	3.07	.52	
Methods to relieve stress	Exercise	2.50	.54	2.258*(.040)
	Watching performances	2.41	.43	
	Art Activities	3.05	.52	
	Entertainment	2.42	.64	
	Drinking	2.68	.45	
	Sleeping	2.54	.38	
	No	2.27	.44	
	≥ 10hours/week	2.62	.52	
Exercise time	≥ 1 times/week	2.48	.47	.837(.475)
	≥ 1 times/month	2.45	.48	
	No	2.50	.51	
Job Satisfaction	No	2.44	.42	.953(.417)
	Very satisfied	2.44	.42	
	Somehow satisfied	2.57	.47	
	usually satisfied	2.45	.52	
	not satisfied	2.58	.62	
	Sum	2.52	.49	

* $p<.05$ *** $p<.001$

3.4 직무 스트레스와 대처방식 변수들의 상관관계 분석

언론인의 직무 스트레스와 대처방식 변수들의 상관관계 분석을 실시한 결과는 Table 7과 같다. 관련 변수들의 상관관계 분석을 실시한 결과 종교의 경우에 $r=-.240$ 으로 유의한 부적인 상관관계를 보였다. 즉, 종교유무에 따른 대처방식에 차이를 보인다는 것을 알 수 있다. 성별, 연령별, 종교별, 결혼상태별, 연소득별, 직업별, 근무 년수별로는 직무스트레스와 대처방식에 있어서 유의한 상관관계를 보이지 않았다. 직무스트레스와 대처방식 $r=.411$ 의

유의한 부적인(-) 유의한 상관관계를 보였다($p<.001$). 이러한 결과는 직무스트레스가 높으면 대처방식도 높아진다는 것을 알 수 있다.

[Table 7] Correlation analysis between job stress and countermeasures parameters

	Job stress	countermeasures indicators	Sex	Age	Religion	Marital status	Annual income	Job of work
Job stress	1							
countermeasures indicators	.411**	1						-.003
Sex	-.088	-.018	1					
Age	-.084	.069	-.433***	1				
Religion	-.051**	-.240**	.023	-.005	1			
Marital status	.136	.042	.409***	-.668***	-.040	1		
Annual income	-.053	-.076	-.331***	.502**	-.046	-.489**	1	
Job of work	-.027	-.054	.400***	-.743***	.077	.650**	-.495***	1
Year of work	-.067	-.003	-.431***	.829**	-.016	-.679**	.645**	-.775***

*** $p<.001$

4. 결론 및 제언

본 연구는 언론인을 대상으로 인구 사회학적 특성, 직무 스트레스, 대처방식 척도에 대해 파악하고자 하였다. 취재 기자들은 기사 마감 시간에 맞춰 보다 정확하고 신속하게 보도해야 하는 특수 환경에 노출되어 다양한 스트레스를 받는 직업군이다[11]. 그래서 언론인들이 겪고 있는 스트레스는 정신 건강에 많은 부정적인 영향[12] 요인으로 작업의 효율성을 지속해서 저하시키기도 한다. 이에 본 연구는 서울지역 언론사 일간지 취재 기자를 중심으로 대인면접 설문조사를 실시해 직무 스트레스와 대처방식 척도를 통해 변수들의 상관관계 관련성을 파악하였다.

본 연구 결과에 대한 요약은 다음과 같다.

첫째, 직무 스트레스와 대처방식 $r=.411$ 의 유의한 부적인(-) 유의한 상관관계를 보였다($p<.001$). 이러한 결과는 직무 스트레스가 높으면 대처방식도 높아진다는 것을 알 수 있다.

둘째, 언론인들 ‘연소득이 많은 그룹’의 경우 고소득으로 인해 직무에 보다 만족함과 동시에 직무 스트레스에는 소극적으로 대처했다. 이러한 결과는 업무량과 보수와의 관계, 보수와 근무 여건의 불만족 요인[13,14]과 유의하게 나타났다. 즉 언론인의 자유로운 자기표현 특권도 충분한 보수를 받을 때 직무에 적극적인 것으로 나타났다. 결국, 연소득이 많아질수록 스트레스를 적게 받는 것을 알 수 있다.

셋째, 언론인 직업의 특수 상황에서 ‘종교’는 또 다른 직무 스트레스를 유발하는 요소로 나타났다. 이러한 사실을 언론인들의 작업 만족 성취감과 사회적 영향력 등에 의해 결정된다. 이 의미는 Chang[14]의 연구 결과와 유사하게 나타났다. 그 이유는 언론인으로서 자유로운 비판을 통해 얻어지는 성취감과 영향력에 ‘종교’라는 원리는 저해 요인이었다. 또한 언론인들 스트레스 해소 방법의 경우 ‘예술 활동’에서 가장 높은 대처방식이 나타났다. 이는 또 다른 스트레스를 가중시키고 있는 것이다. 집중력을 요구하는 ‘예술 활동’은 취재 기자들에게 고려해야 할 대상으로 나타났다.

넷째, 언론인들이 건강을 우선하여 생활하고 있는 것으로 나타났다. 이 의미는 직업 만족도와 상관없이 근무 기간이 오랜 집단일수록 건강관리 실천에 더 적극적[15]이라는 사실과 일치한다. 즉 직무 스트레스에 대한 언론인들의 건강 유지는 일반 직업인들과 동일하게 자연 발생적인 것으로 판단된다. 이와 동시에 언론인들 직무 스트레스와 대처방식 척도에서 나타난 음주 횟수와 운동 시간의 스트레스 값에서 음주 횟수나 운동시간 중간 쪽에서 낮게 나타났다. 이것에 근거하면 적당한 음주와 운동으로 스트레스가 완화되었다.

결론적으로 본 연구 결과와 언론인 만족도[16,17]를 비교하면 ‘만족 한다’는 그룹이 줄고 ‘보통이다’는 그룹이 증가했다. 이러한 현상은 미국에서도 언론인의 직업 만족도가 과거에 비해 떨어진다는[18]는 사실과 유의하다. 연구 결과에 근거하여 언론인이라는 직업이 인기 직업에서 비인기 직업으로 분류되어 가는 것을 파악할 수 있었다. 그러므로 언론인의 작업 환경이 기대하는 만큼 개선되지 않았다. 본 연구 결과는 언론인들의 근무 환경 문제점을 찾아 원활한 업무수행이 가능할 수 있는 기초 자료로 제시될 수 있을 것이다.

이상의 연구 결과를 토대로 다음과 같이 시사점을 제

언하고자 한다.

첫째, 연소득이 많은 취재 기자들은 스트레스를 적게 받았다. 반면 연소득을 적게 받는 취재 기자들은 스트레스를 더 받는 것으로 나타났다. 이 의미는 적절한 경제적 보답이 직업적 스트레스를 경감시키는데 주요한 요소라고 볼 수 있다.

둘째, 언론인에게 ‘종교’는 또 다른 직무 스트레스를 유발하는 요소로 나타났다. 동시에 ‘예술 활동’도 스트레스를 가중시키는 것으로 나타났다. 취재 기자들에게 ‘종교’와 ‘예술 활동’은 올바른 스트레스 해소 방법으로 추천할 수 없다.

향후 본 연구 결과를 기초로 ‘공보실 공무원의 직무 스트레스와 대처방식 척도에 대해 후속 연구를 하고자 한다.

References

- [1] Ministry of Culture, Sports and Tourism, Media Policy Bureau, 2011.
- [2] Korea Press Yearbook, 123 pages, 2012.
- [3] Kim Jongin, “Comparative analysis of averaged life according to 11 different occupational groups in Korea”, Korea Academic Association of Health and Welfare, Health and Welfare, 2011.
- [4] Lee Gangsung, “Research on impact of work stress on the effectiveness of individuals and organization”, Master thesis of Graduate School of Seoul National University, 1987.
- [5] “The 11th Survey on consciousness of Korean journalist”, ‘Korean journalists in 2009’, Korea Press Foundation Press, 5 page, 2009.
- [6] Moon Yuseok, “Stress level of fire fighters and stimulating factors of their job environment”, ‘Local Government Studies’, Volume 5, Spring 119-141 pages, 2011.
- [7] Collins, J. L. Health issues in journalism and reporting, Occup med, 16(4), 583-594pages, 2001.
- [8] Kim Uijin, “Regular exercise to impact on mental health and stress of deadline of journalists”, Physical Sciences Volume 19, No. 2, 145-153 pages, 2008.
- [9] Kim Jungin, “The relationship between job stress and psychological reaction”, Jongang University, Master Thesis, 1988.
- [10] Kim Junghee, “Operation of perceived stress, cognitive set and depression of countermeasures” Ph. D. Thesis, Seoul National University.

- [11] Collins, "Health issues in journalism and reporting", *Occup Med*, 16(4), 583-594 pages, 2001.
- [12] Kim Eejin, "An Effect of regular exercise on deadline-stress and mental health of journalists", *Vol. 19, No.2*, 145-153 pages, 2008.
- [13] McQuire F, "Profession Mystique and Journalist's Dissatisfaction", *Newspaper Research Journal*, 20(3), 20-28 pages, 1999.
- [14] Chang L and Silvie G, "Job satisfaction, Dissatisfaction of Texas Newspaper Reports" Submitted to Newspaper Division, *AEJMC*, 1999.
- [15] Park Myoungun, "An effect of Job Characteristics on Health Activity of Newspaper Photographer", Master thesis, Yonsei University, 2006.
- [16] Kim Se-eun, "Korean society and journalists, Problem of satisfaction about job of journal and press. Media research center, First forum of journalism by Korea society for journalism and communication studies", 44 pages, 2003.
- [17] 'Korean journalists, 'Survey of conscience on newspaper, mass media, press', Korean Press Foundation, 2001.
- [18] Weaver D & Wilhoit, G "The American Journalists in the 21st Century", 291 pages, 2003.

조 성 제(Sung-Je Cho)

[정회원]



- 1977년 2월 : 홍익대학교 전자계산학과 (이학박사)
- 2007년 3월 ~ 현재 : 동방대학원대학교 교육학과 교수

<관심분야>
문화콘텐츠 개발, 정보보안

박 생 규(Saeng-Kyu Park)

[정회원]



- 1986년 2월 : 안양대학교 국어국문학과 (문학사)
- 2012년 9월 ~ 현재 : 동방대학원대학교 교육학과 석박사통합(박사과정)
- 2008년 6월 ~ 현재 : 뉴시스헬스 부사장 겸 편집국장

<관심분야>
종이신문, 인터넷신문, 뉴스통신사