

언론인의 인구사회학적 특성에 따른 신체적 증상과 정서적 탈진 -서울시 언론인을 중심으로-

박상영^{1*}, 조성제¹
¹동방대학원대학교 교육학과

Journalists, according to the demographic characteristics of the physical symptoms and emotional exhaustion -Study of Seoul journalists-

Sang-Young Park^{1*} and Sung-Je Cho¹

¹Department of Education at Dongbang Graduate University

요 약 본 연구의 목적은 언론인을 대상으로 인구사회학적 특성에 따른 신체적 증상과 정서적 탈진과의 관련성을 파악함으로써 원활한 업무수행을 위한 기초 안을 수립하고자 시도되었다. 연구대상자는 서울시에 소재하는 종합일간지 11개사 편집국 소속 언론인 124명을 대상으로 2013년 5월 1일부터 8월 31일까지 설문조사를 실시하였다. 자료 분석은 SPSS Win 18.0 프로그램을 사용하여 빈도분석, 요인분석, T-test 등을 실시하였고 실증분석은 유의수준 5%에서 검증하였다. 연구결과 언론인의 인구사회학적 특성에 따른 신체적 증상은 성별과 연령, 결혼여부, 직급과 유의미하였고, 정서적 탈진은 성별과 연령, 일요일 근무주기 등이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 본 연구의 시사점은 언론인의 인구사회학적 특성에 따른 육체적, 정신적 건강증진 프로그램을 위한 기초적인 자료가 될 것으로 사료된다.

Abstract The aim of this study was to determine the basis for smooth conduction of business for journalists by identifying the journalists demographic characteristics and the relevance of the physical symptoms and emotional exhaustion. The surveys were carried out from 2013 May 1 to August 31 and the subjects of the surveys were 124 journalists working in the editorial part of 11 daily newspaper companies located in Seoul. For data analysis, frequency analysis, factor analysis, and a T-test were performed using the SPSS Win 18.0 program. A p value 0.05 was considered significant. The study showed that there were significant differences in the physical symptoms depending on sex, age, marital status, and rank. In addition, emotional exhaustion was affected by gender, age and Sunday duty cycle etc. The results of this study will provide basic data for preparing a physical and mental health promotion program for journalists by the demographic characteristics.

Key Words : Daily newspaper, Demographic characteristics, Emotional exhaustion, Journalists, Physical symptoms

1. 서론

1.1 연구의 필요성

언론인은 정론직필의 정신을 바탕으로 매체 수용자들에게 새로운 뉴스와 정보를 신속 정확하게 전달해 주는 역할을 한다. 불편부당한 시각으로 비판기능을 다함으로써 사회여론을 올바르게 형성하는데 없어서는 안 되는

사회적 공기(公器)라는 점에서 그 중요성은 더욱 높아지고 있다. 따라서 보도일선에서 활동하는 편집국 소속 언론인은 항상 긴장상태를 유지해야 한다. 타 매체와의 특종과 속보경쟁은 물론 내부적으로는 뉴스 중요도 분류와 기사의 마감시간(Dead line)에 대한 중압감은 언론인을 항상 긴장과 스트레스의 연속선상에 놓이게 한다. 이러한 가운데 2009년 7월 ‘미디어법(media law)’의 국회통과를

*Corresponding Author : Sang-Young Park(Dongbang Graduate Univ.)

Tel: +82-10-9072-1234 email: pouio3000@naver.com

Received November 8, 2013 Received November 25, 2013 Accepted December 5, 2013

기점으로 시작된 신문과 방송의 겸업허용은 언론시간 보도경쟁을 더욱 치열하게 만들었다. 궁극적으로 보도의 일선에 몸담고 있는 언론인은 더욱 강도 높은 직무에 노출될 수밖에 없고, 그에 따른 신체적 증상과 정서적 탈진은 필연적일 수밖에 없는 상황이다.

한국언론진흥재단에서 분석한 2012년판 언론산업통계조사에 따르면 2011년도 기준 국내에 등록된 신문과 방송, 인터넷 매체에서 활동하고 있는 언론인은 24,553명으로 2010년 22,382명과 비교하여 9.7% 증가하였다. 언론인의 숫자를 매체의 형태별로 분류해보면 신문이 1만 5,248명(1,438개사)으로 가장 많고, 방송 3,071명(45개사), 인터넷 6,234명(1,338개사)으로 나타났다. 이 같은 언론인의 규모는 2010년과 비교할 때 신문 5.3%, 방송 16.9%, 인터넷매체가 18.2% 각각 증가한[1] 것이다.

편집국 소속 언론인은 직무의 성격상 항상 시간과 다투어야 하기 때문에 신체적 증상과 정서적 탈진이 나타날 수밖에 없다. 건강에 악영향을 주는 신체적 증상과 정서적 탈진은 직무 만족도를 떨어뜨릴 뿐만 아니라 업무 효율성에도 부정적인 영향을 미친다. 그러나 무엇보다 개인적으로도 수명단축은 물론 삶의 질 저하에 직접적인 영향을 미친다는데 더욱 큰 심각성이 있다.

그런 점에서 직업별 평균수명을 분석한 국내 연구 결과는 언론인의 삶의 질을 가늠해 볼 수 있는 대표적인 사례로 꼽힌다. 연구결과에 따르면 조사대상 11개 직업군의 평균수명은 종교인이 80세, 정치인은 75세인데 비해 언론인은 67세로 연구대상 분석업종 중에서 가장 짧은 것으로 나타났다[2]. 장기적이면서도 반복적으로 노출되는 스트레스와 피로, 이로 인한 신체적 증상과 정서적 탈진은 시시각각 뉴스의 가치를 판단해야 하는 언론인의 인지능력에 불이익을 줌으로써 정상적인 업무수행에 심각한 영향을 미친다. 직무 스트레스는 일반적인 스트레스와 마찬가지로 각종 질병발생에 직·간접적으로 영향을 주고 [3] 우울증을 유발하는 주요 위험 요인으로 작용해 증가할수록 우울증 발병확률이 높아진다[4]. 특히 정신적인 상태를 부정적인 조건으로 형성하기 때문에 반복적으로 주어질 경우에는 생리적 기능의 원활한 수행까지 억제해 정상적인 신체활동을 불가능하게 할 수 있다[5].

그러나 기존 언론인을 대상으로 하는 연구는 취재 권과 편집권 등 대부분 언론자유 신장을 중심으로 이루어져 직무수행에 따른 신체적 증상과 정서적 탈진에 대한 연구는 매우 미미한 실정이다. 언론인의 건강과 관련되는 연구는 2003년 언론인의 규칙적인 운동수행이 스트레스 극복과 정신건강 향상을 위해 긍정적인 영향을 미칠 가능성이 높다[6]는 연구결과가 있다. 그 이후 서울소재 6개 일간지 기자들을 대상으로 언론인의 경우 정서적 측

면의 탈진정도가 높기 때문에 적절한 프로그램을 통해 악화방지 및 개선[7]을 제안하였다.

기존 선행연구들의 문제점은 언론인의 신체적 증상이나 정서적 탈진은 간과하고 일정기간 운동효과만 측정했거나, 정서적 측면은 다루면서도 신체적 증상에 대한 연구는 없다는 점이다. 특히 언론인의 인구사회학적 특성에 따른 신체적 증상이나 정서적 탈진에 대한 연구가 미흡하다. 그 이유는 언론인 대상으로 설문조사를 실시한다는 것 자체가 힘들고, 주제의 성격상 개인 프라이버시에 대한 질문이 많아 답변을 받아내기가 어렵기 때문이다.

본 연구의 필요성은 언론인의 인구사회학적 특성과 신체적 증상 및 정서적 탈진 정도가 어느 정도인지에 관한 기초적인 연구가 요구된다. 그래서 본 연구의 목적은 언론인의 인구사회학적 특성과 그에 따른 신체적 증상과 정서적 탈진 정도를 파악하고자 한다. 연구내용은 언론인의 인구사회학적 특성과 그에 따른 신체적 증상이다. 그리고 언론인의 인구사회학적 특성에 따른 정서적 탈진과의 상관성에 대해 분석하고자 한다.

1.2 연구문제

본 연구의 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 언론인의 인구사회학적 특성은 어떠한가?

둘째, 언론인의 인구사회학적 특성에 따른 신체적 증상은 어떠한가?

셋째, 언론인의 인구사회학적 특성에 따른 정서적 탈진은 어떠한가?

2. 연구방법

2.1 연구대상 및 방법

2.1.1 연구대상

본 연구는 2013년 5월 1일부터 8월 31일까지 서울 소재 중앙 종합일간지 편집국 소속 언론인 124명을 연구대상으로 하였다.

‘중앙 종합일간지’는 한국언론진흥재단의 분류기준[8]에 따랐으며 연구대상자 124명의 표본 크기는 Cohen의 표본추출 공식에 따른 검정력 분석 프로그램 G*Power 3.1을 이용하여 5% 유의수준과 80% 검정력, 효과크기는 중간지수 0.15로 지정하였다. 분석결과 최소 표본 수는 92명으로 산출되어 본 연구에서는 124명을 연구대상자로 하여 분석을 실시하였다.

2.1.2 연구방법

설문조사는 대상자들에게 설문조사를 실시하기 전에 취지 및 질문지 작성방법에 대하여 충분히 설명을 한 후 자기기입식(Self-reported)으로 실시하였다. 점수부여 방식은 Likert의 5점 척도로 신체적 증상의 경우 ‘전혀 없었다(1점)’, ‘그렇지 않았던 편이다(2점)’, ‘그럴 때도 있고 아닐 때도 있다(3점)’, ‘대체로 그런 편이다(4점)’, ‘자주 그렇다(5점)’로 하였고, 정서적 탈진은 ‘그렇지 않다(1점)’, ‘보통이다(2점)’, ‘그렇다(3점) 3점 척도로 구분하였다.

2.2 연구내용 및 변수

조사에 사용한 설문지의 구성은 언론인의 직업 환경을 묻는 인구사회학적 특성 12문항과, 불면증과 심혈관장애, 동통, 소화기장애, 청각장애 등 신체적 증상을 묻는 20문항으로 구성하였다. 또 정서적 탈진은 개인성취감 결여, 정서적 감정 소진, 가치의식 결여 등 22개 문항으로 하였으며 구체적인 측정항목 및 평가는 다음과 같다.

2.2.1 인구사회학적 특성 요인

조사도구는 지역사회건강조사[9] 문항을 수정 보완하여 실시하였으며 변수로는 ‘성별’, ‘연령’, ‘교육정도’, ‘종교’, ‘직급’, ‘언론사 근무년수’, ‘소속부서’, ‘일요일 근무주기’, ‘음주’와 ‘흡연’, ‘운동량’ 등 12개 항목을 측정하였다. 연령은 ‘21세-30세’, ‘31-40세’, ‘41-50세’, ‘51-60세’, ‘61세 이상’으로 분류하였고, 종교는 ‘불교’, ‘기독교’, ‘천주교’ 등으로 구분하였다.

직급은 ‘기자’, ‘차장급’, ‘부장급’, ‘부국장급’, ‘국장급 이상’으로, 언론사 근무년수는 ‘5년 이하’, ‘6~10년’, ‘11~15년’, ‘16~20년’, ‘21년 이상’으로, 소속부서는 ‘정치부’, ‘경제부’, ‘사회부’, ‘산업부’, ‘문화관광체육부’, ‘교육과학기술부’ 등으로 분류하였다. 일요일 근무주기는 ‘매주’, ‘격주’, ‘3주1회’, ‘1개월 이상 1회’로 하였고, 음주는 ‘거의 안한다’, ‘주1회 이상’, ‘주2회 이상’, ‘주3회 이상’, ‘거의 매일’로 분류하였다. 또 흡연은 ‘거의 피우지 않는다’, ‘1일 반 갑 이하’, ‘1일 한 갑 이상’, ‘1일 두 갑 이상’으로 나누었고, 운동량은 ‘일 2시간 이상’, ‘일 1시간 이상’, ‘일 30분 이상’, ‘주 1회 이상’, ‘안한다’로 분류하여 조사를 하였다.

2.2.2 인구사회학적 특성에 따른 신체적 증상

조사도구는 김정인이 개발한 항목[10]을 수정 보완하였다. 하부요인은 불면증, 심혈관장애, 동통, 소화기장애, 청각장애 등 5개 군으로 분류해서 조사하였다. 불면증은 6개 항목, 심혈관장애와 동통은 각각 5개 항목, 소화기장애는 3개 항목, 청각장애는 1개 항목으로 구성하였다.

불면증은 ‘잠이 깊이 들지 않고 자주 깬다’, ‘잠을 잔 후에도 잔 것 같지 않다’, ‘잠을 청하기가 어렵다’, ‘꿈을 자주 꾀다’ 등 6개 항목으로 측정하였다. 심혈관장애는 ‘심장이 마구 뛰다’, ‘가슴이 아프다’, ‘심장에 통증을 느낀다’, ‘가슴이 답답하다’ 등 5개 증상으로 조사를 하였다. 동통은 ‘어깨가 아프다’, ‘팔다리가 쭈시고 아프다’, ‘머리가 아프다’ 등 5개 항목으로 구성하였다. 또 소화기장애는 ‘식후나 공복에 위가 쓰리다’, ‘식사 후에는 소화가 잘 안된다’, ‘헛배가 부르고 가스가 찬다’ 등 3개 증상을, 청각장애는 ‘난청’ 여부를 묻는 단일 항목으로 조사를 하였다.

2.2.3 인구사회학적 특성에 따른 정서적 탈진

인구사회학적 특성에 따른 정서적 탈진의 측정지표는 Maslach[11]의 Maslach Burnout Inventory(이하 MBI로 약칭함)를 김정인이 번안한 항목[12]을 수정 보완하였다. 세부설문은 개인성취감 결여 10개, 정서적 감정소진 9개, 가치의식 결여 3개 등 총22개 항목으로 구성하였다. 개인성취감 결여여부를 묻는 항목은 ‘너무 과중한 업무에 시달리는 것 같다’, ‘업무는 나에게 많은 스트레스를 준다’, ‘업무로 인하여 기진맥진한 느낌이다’, ‘퇴근시간이 되면 완전히 탈진한 느낌이다’ 등 10개로 하였다.

정서적 감정소진 여부를 판단하는 항목은 ‘미래에 대해 희망이 보이지 않는다’, ‘기자라는 직종이 명예롭지 않다’, ‘내가 언제까지 이 회사에 근무할지 불안하다’ 등 9개로 구성하였다. 또 가치의식 결여여부를 판단하는 항목은 ‘나는 감정적인 문제처리에 익숙하지 못하다’, ‘나는 주어진 업무를 효과적으로 처리하지 못한다’, ‘나의 업무는 국익과는 관계가 없다’ 등 3가지로 조사를 하였다.

2.3 자료의 처리 및 분석방법

본 연구에서 수집된 자료의 실증분석은 모두 유의수준 5%에서 검증하였으며 통계처리는 SPSSWIN 18.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 자료통계의 세부적인 분석 방법은 다음과 같다.

첫째, 언론인의 인구사회학적 특성을 알아보기 위해 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였다. 둘째, 언론인의 신체적 증상, 정서적 탈진 여부를 묻는 문항의 타당도 검증을 위하여 요인분석을 실시하였으며 신뢰도는 크론바하 알파(Cronbach's α) 계수로 판단하였다. 셋째, 인구사회학적 특성에 따른 신체적 증상과 정서적 탈진의 대처방식 차이를 알아보기 위해 T-test와 일원변량분석(one-way ANOVA)을 실시하였으며, Scheffe의 다중범위검정(Scheffe's multiple range test)을 통하여 $p < .05$ 에서 유

의한 차이를 검증하였다.

3. 연구결과

3.1 인구사회학적 특성 요인

언론인의 인구사회학적 특성은 Table 1과 같다. 성별은 ‘남자’가 81.5%를 차지했고 연령은 ‘31-40세’가 가장 많았다. 종교는 ‘없다’고 응답한 사람이 과반수를 넘었으며 종교가 있다는 응답자 중에서는 ‘불교’가 가장 많았으나 ‘기독교’와 실질적으로 큰 차이는 없었다. 학력은 응답자 모두 대졸 이상으로 다른 직종에 비해 언론인이 고학력 집단이라는 사실이 확연하게 드러났다.

결혼여부를 묻는 질문에는 ‘기혼’이 74.2%이었고, 직급별 전체 응답자의 규모는 ‘기자’, ‘차장급’, ‘부장급’ 등의 순으로 많았다. 언론사 근무년수는 11년 이상이 과반수를 넘었다.

소속부서는 ‘사회부’, ‘정치부’, ‘경제부’ 순이었으며, 일요일 근무주기는 ‘격주’가 가장 많았고, ‘매주’라고 응답한 사람도 20% 이상 차지하였다. 음주는 ‘주 2회’, ‘주 1회’ 순이었다. 운동시간은 ‘안한다’가 가장 많았고, ‘주 1회 이상’, ‘일 30분’ 순이었다. 이 분석결과는 언론인의 일요일 근무주기와 음주행태, 운동량 등 평소의 생활습관이 적정 수준의 건강을 유지하는 데 매우 열악하다는 것을 단적으로 나타낸다.

[Table 1] Demographic factors

	Classification	Frequency(N)	Percentage(%)
Sex	Man	101	81.5
	Woman	23	18.5
Age	21-30	8	6.5
	31-40	50	40.3
	41-50	39	31.5
	51-60	26	21.0
	61 More than	1	.8
	Buddhists	26	21.0
Religion	Christian	22	17.7
	Catholics	12	9.7
	Not	64	51.6
Education	University graduate	107	86.3
	Graduate or higher	17	13.7
Marital status	Married	92	74.2
	Single	27	21.8
	Weekend couples	5	4.0

Position	Reporter	65	52.4
	Deputy General Manager	28	22.6
	General Manager	16	12.9
	Deputy Editor in Chief	10	8.1
	Editor in Chief	5	4.0
Years of work	5 years or less	18	14.5
	6-10	27	21.8
	11-15	32	25.8
	16-20	31	25.0
	More than 21 years	16	12.9
Department	Politics	27	21.8
	Economy	20	16.1
	Social Affairs	30	24.2
	Industry	19	15.3
	Cultural Tourism - Athletics	10	8.1
Sunday duty cycle	Education, Science and Technology - SME	13	10.5
	Public Reader - Photos	5	4.0
	Each week	25	20.2
	Biweekly	59	47.6
	Less than three weeks per	36	29.0
Drinking	More than once in one month	4	3.2
	Almost not	19	15.3
	Once a week	36	29.0
	Twice a week	40	32.3
	Three times a week	22	17.7
Smoking	Almost every day	7	5.6
	All do not	71	57.3
	Less than half a pack per day	31	25.0
	Pack a day	17	13.7
	More than two pack per day	5	4.0
Exercise time	More than 2 hours a day	4	3.2
	More than an hour one day	20	16.1
	30 minutes a day	22	17.7
	At least once a week	33	26.6
	Not	45	36.3
Total		124	100.0

** p<.01, *** p<.001, Scheffe's test: a>b>c

3.2 인구사회학적 특성에 따른 신체적 증상의 차이

인구사회학적 특성에 따른 신체적 증상의 차이를 살펴본 결과는 Table 2와 같다. 성별과 연령, 종교, 결혼상태, 직급, 언론사 근무년수에 따른 신체적 증상의 차이는 유의미한 것으로 나타났다. 성별은 ‘남자’(M=2.12)가 ‘여자’(M=1.48)보다 신체적 증상이 더 심각하였으며(t=5.409, p=.001), 연령은 ‘51세 이상’, ‘41-50세’, ‘40세

이하' 순으로 연령이 높을수록 신체적 증상이 심하였다. '기혼자'(M=2.17)가 '미혼자'(M=1.41)보다 신체적 증상이 더 심각하였고($t=6.385$, $p<.001$), 직급은 '부장급 이상', '차장급', '기자' 순으로 부장급 이상 건강상태가 상대적으로 나쁜 것으로 나타났다. 언론사 근무년수는 '16년 이상', '11-15년', '10년 이하' 순으로 장기 근무한 언론인의 건강상태가 좋지 않았다. 결혼 유무에 따른 분석 결과의 차이는 것은 결혼 여부가 건강에 영향을 주기 보다는 연령이 높고 근무년수가 많을수록 건강상태가 좋지 않다는 것을 의미한다.

[Table 2] Demographic differences in physical symptoms, according to the characteristics

	Classification	N	Mean	SD	t/F	p
Sex	Man	101	2.12	.72	5.409***	.000
	Woman	23	1.48	.45		
Age	Under the age of 40	58	1.48	b .47	51.552***	.000
	41-50	39	2.38	a .57		
	Over 51 years	27	2.56	a .62		
Religion	Buddhists	26	2.31	a .81	4.062*	.020
	Christian, Catholics	34	1.79	b .73		
	Not	64	1.99	ab .65		
Education	University graduate	107	1.99	.73	-.336	.737
	Graduate or higher	17	2.06	.69		
Marriage	Married	97	2.17	.69	6.385***	.000
	Singre	27	1.41	.50		
Position	Reporter	65	1.67	c .65	23.795***	.000
	Deputy General Manager	28	2.13	b .57		
	General Manager over	31	2.59	a .59		
Years of work	Less than 10	45	1.44	c .49	40.434***	.000
	11-15	32	2.05	b .62		
	More than 16	47	2.50	a .59		
Department	Politics	27	2.25	.69	2.148	.079
	Economy	20	2.13	.71		
	Social Affairs	30	1.84	.73		
	Industry	19	1.71	.66		
	Etc.	28	2.03	.74		
Sunday duty cycle	Each week	25	2.16	.76	3.060	.051
	Biweekly	59	2.09	.73		
	Less than three weeks per	40	1.78	.65		
Drinking	Almost not	19	1.83	.71	2.318	.079
	Once a week	36	2.01	.65		
	Twice a week	40	2.22	.79		
	More than 3a week	29	1.80	.67		
Smoking	Almost do not	71	1.94	.64	.501	.607
	Pack a day or less	31	2.07	.81		
	More than one day a pack	22	2.08	.87		
Exercise time	More than an hour one day	24	2.32	.70	2.271	.084
	30 minutes a day	22	2.05	.71		
	At least once a week	33	1.92	.78		
	Not	45	1.87	.67		

* $p<.05$, *** $p<.001$, Scheffe's test: $a>b>c$

3.2.1 인구사회학적 특성에 따른 신체적 증상 하위요인의 차이

인구사회학적 특성에 따른 신체적 증상 하위요인의 차이를 살펴본 결과는 Table 3과 같다. 불면증은 성별과 연령, 종교, 결혼상태, 직급, 언론사 근무년수, 소속부서에 따라 유의미한 차이가 있는 것으로 분석되었다. 심혈관 장애는 성별과 연령, 종교, 결혼상태, 직급, 언론사 근무년수, 소속부서에 따라 유의미하였다. 소화기 장애는 성별과 연령, 결혼상태, 직급, 언론사 근무년수, 일요일 근무주기에 따라 유의미했으며, 청각장애는 성별과 연령, 종교, 결혼상태, 직급, 언론사 근무년수, 음주에 따라 차이가 있었다. 심혈관 장애는 '남자'가 '여자'보다 심했으며 직급은 '부장급 이상', '차장급', '기자' 순이었으며 일요일 근무 주기별로는 '매주' 근무자의 장애가 가장 심각하였다.

동통은 '남자'가 '여자'보다 심하였고 연령상 41세 이상 나이가 들수록 심각하였다. 근무년수별로는 '16년 이상', '11-15년', '10년 이하' 순으로 11년 이상 근무자가 심각한 것으로 분석되었다. 소화기 장애역시 '남자'가 '여자'보다 심했고 연령은 '51세 이상', '41-50세', '40세 이하' 순으로 증상이 심하였다. 청각장애는 '남자'가 '여자'보다 더 심했으며 연령상 51세 이상에서 심각하였다. 직급은 '부장급 이상', '차장급', '기자' 순으로 많았으며 언론사 근무년수별로는 '16년 이상' 근무자의 증상이 가장 심한 것으로 분석되었다. 신체적 증상이 전반적으로 여자보다는 남자에게 많이 나타난 분석결과는 같은 언론인이란도 여자보다는 남자의 음주 및 흡연 비율이 높고, 정치 부나 사회부에 집중 배치되어 근무강도가 높다는 것을 의미한다.

[Table 3] According to the demographic characteristics of the different physical symptoms subscale

Classification	N	Insomnia		Cardiovascular Disorders		Pain		Digestive disorders		Deaf		
		Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	
Sex	man	101	2.60	1.04	1.63	.68	2.24	.89	1.98	.95	1.45	.87
	woman	23	1.86	.78	1.17	.30	1.55	.56	1.29	.47	1.04	.21
t(p)			3.249** (.001)		4.975*** (.000)		4.713*** (.000)		5.064*** (.000)		4.167*** (.000)	
Age	Under age 40	58	1.78	b .82	1.22	b .42	1.57	b .61	1.33	b .51	1.09	b .34
	41-50	39	2.89	a .79	1.85	a .63	2.54	a .77	2.26	a .90	1.51	ab .82
	More than 51	27	3.32	a .76	1.82	a .76	2.66	a .87	2.38	a 1.06	1.78	a 1.19
F(p)			42.867*** (.000)		17.660*** (.000)		31.320*** (.000)		24.201*** (.000)		8.732*** (.000)	
Religi	Buddhists	26	2.85	a 1.03	1.89	a .80	2.38	.99	2.01	.93	1.73	a 1.04

Religion	Christian, Catholics	34	2.19 b	1.04	1.40 b	.58	1.90	.82	1.67	.86	1.15 b	.44
	Not	64	2.45ab	1.00	1.49 b	.57	2.12	.85	1.89	.94	1.34ab	.80
F(p)			3.178 [*] (.045)		5.144 ^{**} (.007)		2.195(.116)		1.141(.323)		4.195 [*] (.017)	
Education	University graduate	107	2.42	1.05	1.57	.66	2.11	.90	1.86	.93	1.35	.72
	Graduate or higher	17	2.74	.90	1.44	.56	2.09	.77	1.84	.92	1.53	1.23
t(p)			-1.168(.245)		.772(.442)		.086(.932)		.056(.955)		-.599(.557)	
Marriage	Married	97	2.68	.96	1.63	.67	2.31	.87	2.03	.95	1.46	.88
	Single	27	1.70	.95	1.24	.45	1.41	.51	1.21	.36	1.04	.19
t(p)			4.717 ^{***} (.000)		3.531 ^{**} (.001)		6.831 ^{***} (.000)		6.940 ^{***} (.000)		4.419 ^{***} (.000)	
Position	Reporter	65	1.97 c	.97	1.36 b	.52	1.80 b	.85	1.53 b	.75	1.15 b	.48
	Deputy General Manager	28	2.66 b	.80	1.66ab	.66	2.21ab	.66	1.93 b	.69	1.43ab	.79
	General Manager over	31	3.31 a	.70	1.85 a	.76	2.68 a	.84	2.47 a	1.10	1.77 a	1.15
F(p)			25.499 ^{***} (.000)		7.276 ^{**} (.001)		12.583 ^{***} (.000)		13.391 ^{***} (.000)		7.011 ^{**} (.001)	
Years of work	Less than 10	45	1.70 c	.83	1.23 b	.44	1.53 b	.65	1.28 c	.48	1.04 b	.21
	11-15	32	2.51 b	.92	1.51 b	.56	2.26 a	.80	1.86 b	.73	1.53 a	.88
	More than 16	47	3.17 a	.74	1.88 a	.72	2.57 a	.83	2.40 a	1.04	1.57 a	.99
F(p)			36.935 ^{***} (.000)		14.274 ^{***} (.000)		22.199 ^{***} (.000)		22.819 ^{***} (.000)		6.414 ^{**} (.002)	
Department	Politics	27	2.93	1.05	1.64	.58	2.29	.85	2.06	1.05	1.63	.97
	Economy	20	2.69	.97	1.54	.67	2.32	.90	1.87	.91	1.50	.83
	Social Affairs	30	2.21	.97	1.55	.69	1.89	.97	1.74	.86	1.17	.38
	Industry	19	2.03	1.03	1.21	.46	1.85	.66	1.89	1.02	1.11	.32
	Etc.	28	2.43	.97	1.69	.71	2.20	.91	1.74	.82	1.43	1.07
F(p)			3.122 [*] (.018)		1.807(.132)		1.514(.202)		.562(.691)		1.937(.109)	
Sunday duty cycle	Each week	25	2.67	1.07	1.80 a	.77	2.18	.93	1.92	.89	1.48	.87
	Biweekly	59	2.58	1.03	1.55ab	.62	2.18	.90	2.04	1.03	1.44	.88
	Less than three weeks per	40	2.15	.97	1.39 b	.57	1.96	.83	1.54	.67	1.20	.61
F(p)			2.792(.065)		3.177 [*] (.045)		.866(.423)		3.713 [*] (.027)		1.374(.257)	
Drinking	Almost not	19	2.17	.97	1.48	.69	2.03	.85	1.61	.79	1.21	.54
	Once a week	36	2.61	.98	1.53	.64	2.13	.85	1.69	.68	1.17	.38
	Twice a week	40	2.70	1.06	1.65	.72	2.34	.95	2.17	1.05	1.65	1.05
	More than 3 a week	29	2.15	1.03	1.47	.54	1.82	.78	1.79	1.01	1.34	.86

F(p)			2.441(.068)	.534(.660)	2.094(.105)	2.496(.063)	2.778 [*] (.044)					
Smoking	Almost do not	71	2.43	.90	1.51	.64	2.02	.82	1.78	.87	1.30	.64
	Less than half a pack a day	31	2.54	1.20	1.53	.59	2.32	.95	1.88	.96	1.32	.65
	More than one pack per day	22	2.47	1.21	1.69	.76	2.11	.96	2.05	1.04	1.68	1.29
F(p)			.117(.890)		.648(.525)		1.277(.283)		.690(.504)		2.061(.132)	
Exercise time	More than an hour one day	24	2.91	.93	1.65	.81	2.48	.90	2.24	1.04	1.58	.93
	30 minutes a day	22	2.58	.96	1.53	.60	2.22	.93	1.70	.82	1.59	.91
	At least once a week	33	2.31	1.16	1.51	.65	2.09	.80	1.70	.91	1.39	1.00
F(p)			2.28	.97	1.53	.59	1.88	.86	1.84	.88	1.13	.34
F(p)		45	2.385 (.073)		.248(.863)		2.601(.055)		1.953(.125)		2.535(.060)	

* p<.05, ** p<.01, *** p<.001, Scheffe's test: a>b>c

3.3 인구사회학적 특성에 따른 정서적 탈진 차이

인구사회학적 특성에 따른 정서적 탈진 차이를 살펴본 결과는 Table 4와 같다. 성별과 연령, 결혼상태, 직급, 언론사 근무년수, 소속부서, 일요일 근무주기에 따른 정서적 탈진의 차이는 유의미한 것으로 나타났다. 성별로는 ‘남자’(M=2.34)가 ‘여자’(M=1.95)보다 정서적 탈진 정도가 심했으며(t=3.021, p<.01), 연령상 41세 이상의 정서적 탈진이 심한 것으로 분석되었다.

또 ‘기혼자’(M=2.37)가 ‘미혼자’(M=1.89)보다 정서적 탈진 정도가 심했으며(t=4.079, p<.001), 직급은 ‘부장급 이상’, ‘차장급’, ‘기자’ 순으로 부장급 이상이 심한 것으로 분석되었다. 언론사 근무년수별로는 11년 이상 근무자의 정서적 탈진 정도가 높았다. 소속부서는 ‘정치부’, ‘경제부’, ‘사회부’ ‘산업부’ 등의 순으로 정치부 소속 언론인의 탈진정도가 타 부서에 비해 상대적으로 높았다. 일요일 근무주기는 ‘매주’, ‘격주’, ‘3주 1회 이하’ 순으로 매주 근무자의 탈진 정도가 심하였다. 정치부 소속 언론인의 정서적 탈진 정도가 다른 부서보다 심하게 나타난 분석결과는 언론사 편집국의 부서별 근무강도와 취재환경, 국내 정치문화의 단면을 나타낸다.

[Table 4] Demographic characteristics differ according to the emotional exhaustion

Classification	N	Mean	SD	t/F	p
Sex	Man	101	2.34	3.021**	.003
	Woman	23	1.95		
Age	Under the age of 40	58	1.98 b	20.963***	.000
	41-50	39	2.63 a		
	Over 51 years	27	2.35 a		
Religion	Buddhists	26	2.43	1.412	.248
	Christian, Catholics	34	2.21		
	Not	64	2.23		
Education	University graduate	107	2.26	-.268	.789
	Graduate or higher	17	2.30		
Marriage	Married	97	2.37	4.079***	.000
	Single	27	1.89		
Position	Reporter	65	2.12 b	4.606*	.012
	Deputy General Manager	28	2.39 ab		
	General Manager over	31	2.45 a		
Years of work	Less than 10 years	45	1.93 b	15.192***	.000
	11-15	32	2.42 a		
	More than 16 years	47	2.48 a		
Department	Politics	27	2.50 a	3.953**	.005
	Economy	20	2.40 ab		
	Social Affairs	30	2.34 ab		
	Industry	19	2.08 ab		
	Etc.	28	2.00 b		
Sunday duty cycle	Each week	25	2.57 a	9.295***	.000
	Biweekly	59	2.32 a		
	Less than three weeks per	40	2.00 b		
Drinking	Almost not	19	2.11	1.281	.284
	Once a week	36	2.23		
	Twice a week	40	2.40		
	More than 3a week	29	2.23		
Smoking	Almost do not	71	2.19	2.082	.129
	Less than half a pack a day	31	2.44		
	More than one pack per day	22	2.26		
Exercise time	More than an hour one day	24	2.37	.791	.501
	30 minutes a day	22	2.16		
	At least once a week	33	2.33		
	Not	45	2.21		

* p<.05, ** p<.01, *** p<.001, Scheffe's test: a>b>c

3.3.1 인구사회학적 특성에 따른 정서적 탈진 하위요인의 차이

인구사회학적 특성에 따른 정서적 탈진 하위요인의 차이를 살펴본 결과는 Table 5와 같다. 개인성취감 결여는 연령과 결혼상태, 언론사 근무년수, 음주, 흡연 등에 따라 유의미한 차이가 있었다. 다른 연령에 비해 '41-50세'가 상대적으로 많았고, '기혼자'가 '미혼자'보다 개인성취감 결여도가 높은 것으로 나타났다. 언론사 근무년수별로는 11년 이상 근무자의 개인성취감 결여가 높았다. 소속부

서별로는 '정치부', '사회부', '경제부', '산업부' 등의 순으로 개인성취감 결여도가 높았다. 또 일요일 근무주기별로는 '매주', '격주', '3주 1회 이하' 순으로 매주 근무자의 개인성취감 결여가 가장 높은 것으로 나타났다.

정서적 감정소진은 '남자'가 '여자'보다 더 높았으며, 연령상 41세 이상의 정서적 감정소진이 높은 것으로 분석되었다. 또 '기혼자'가 '미혼자'보다 정서적 감정소진이 더 높았으며 직급은 '부장급 이상', '차장급', '기자' 순으로 차장급 이상의 정서적 감정소진이 높았다. 언론사 근무년수로는 11년 이상 근무자의 정서적 감정소진이 상대적으로 높은 것으로 나타났다. 이 분석결과는 남자이면서 연령이 높고 일요일 근무주기가 잦을수록 정서적 탈진 정도가 심하다는 것을 의미한다.

[Table 5] According to the demographic characteristics of the difference between the emotional exhaustion subscale

Classification		N	Lack of personal accomplishment		Emotional feeling exhausted		Lack of sense of worth	
			Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD
Sex	man	101	2.73	.77	2.03	.65	1.93	.80
	woman	23	2.40	.82	1.45	.42	1.96	.81
t(p)			1.803(.074)		5.389*** (.000)		-.122(.903)	
Age	Under age 40	58	2.38 b	.73	1.54 b	.42	1.94	.83
	41-50	39	3.05 a	.76	2.35 a	.65	2.06	.89
	More than 51	27	2.72 ab	.72	2.13 a	.59	1.77	.55
F(p)			9.763*** (.000)		28.801*** (.000)		1.091(.339)	
Religion	Buddhists	26	2.77	.83	2.17	.70	2.06	.71
	Christian, Catholics	34	2.68	.86	1.78	.66	1.94	.90
	Not	64	2.62	.73	1.90	.61	1.89	.78
F(p)			.350(.705)		2.840(.062)		.461(.632)	
Education	University graduate	107	2.68	.81	1.89	.63	1.97	.83
	Graduate or higher	17	2.61	.67	2.14	.75	1.75	.49
t(p)			.320(.750)		-1.449(.150)		1.076(.284)	
Marriage	Married	97	2.78	.73	2.07	.62	1.90	.73
	Single	27	2.27	.85	1.42	.47	2.06	1.00
t(p)			3.079** (.003)		4.990*** (.000)		-.910(.364)	
Position	Reporter	65	2.56	.81	1.67 b	.56	2.02	.85
	Deputy General Manager	28	2.78	.69	2.09 a	.58	2.00	.83
	General Manager over	31	2.79	.81	2.31 a	.67	1.71	.61
F(p)			1.276(.283)		13.724*** (.000)		1.726(.182)	
Years of work	Less than 10	45	2.33 b	.78	1.47 b	.41	1.98	.89
	11-15	32	2.89 a	.65	2.09 a	.57	1.82	.56

	More than 16	47	2.84 a	.78	2.25 a	.65	1.98	.85
	F(p)		7.208** (.001)		24.530*** (.000)		.447(.640)	
Department	Politics	27	3.02 a	.83	2.11	.63	1.91	.76
	Economy	20	2.81 a	.61	2.07	.69	2.00	.84
	Social Affairs	30	2.93 a	.83	1.78	.74	2.04	.86
	Industry	19	2.46 ab	.54	1.76	.49	1.74	.59
	Etc.	28	2.09 b	.59	1.92	.61	1.94	.88
	F(p)		8.050*** (.000)		1.496(.208)		.465(.761)	
Sunday duty cycle	Each week	25	3.18 a	.72	2.07	.73	2.03	.71
	Biweekly	59	2.77 b	.74	1.94	.65	1.92	.82
	More than 3a week	40	2.20 c	.64	1.81	.59	1.92	.83
	F(p)		16.205*** (.000)		1.302(.276)		.191(.827)	
Drinking	Almost not	19	2.46	.70	1.71	.65	2.14	.67
	Once a week	36	2.68	.71	1.79	.49	2.09	.90
	Twice a week	40	2.83	.84	2.14	.74	1.73	.56
	More than 3a week	29	2.58	.85	1.95	.64	1.90	.97
	F(p)		1.125(.342)		2.815* (.042)		1.801(.151)	
Smoking	Almost do not	71	2.66	.69	1.74 b	.54	1.98	.80
	Less than half a day	31	2.81	.96	2.20 a	.75	1.90	.87
	More than one day a pack	22	2.50	.81	2.12 ab	.66	1.85	.72
	F(p)		.986(.376)		7.295** (.001)		.270(.764)	
Exercise time	More than an hour one day	24	2.79	.80	2.09	.62	1.79	.44
	30 minutes a day	22	2.36	.71	2.03	.69	1.86	.87
	At least once a week	33	2.81	.87	1.98	.75	1.79	.68
	Not		2.65	.73	1.75	.54	2.16	.95
	F(p)	45	1.691(.173)		1.965(.123)		1.965(.123)	

* p<.05, ** p<.01, *** p<.001, Scheffe's test: a>b>c

4. 논의 및 결론

본 연구는 언론인의 인구사회학적 특성에 따른 신체적 증상과 정서적 탈진에 대하여 연구하였다. 그 구체적인 연구결과를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 언론인의 인구사회학적 특성 중에서 눈에 띄는 것은 일요일 근무주기로 '격주'가 과반수에 육박하였다. 매주 근무자도 20%를 웃돌아 언론인의 휴일근무 강도가 매우 높은 것으로 나타났다. 이러한 분석결과는 백성규 등[13]이 업무를 제외한 일반 생활만족도가 높을 경우에는 직무만족과 조직몰입 간 유의미한 긍정적인 관계가 형성된다는 점에서 '일과 생활의 균형(work-life balance)'에 보다 많은 관심을 가져야 할 것으로 판단된다. 건강을 위협하는 음주습관도 문제다. 이 의미는 과음주자가 그렇지 않은 사람보다 더욱 부정적인 건강상태를 보이고[14]

긴장을 풀고 편하게 쉴 수 있는 시간이 없을 경우 음주수준이 높다[15]는 점에서 각별한 주의가 필요한 것으로 해석된다. 특히 평상시 운동은 소홀한 상태에서 휴일근무 강도가 높고 음주빈도까지 높은 이번 연구의 분석결과는 지난 2010년 직업별 평균수명 연구에서 언론인의 수명이 가장 낮은 국내 연구결과에 대한 일정부분의 의미를 나타낸다.

둘째, 언론인의 신체적 증상은 미혼보다는 기혼자가, 여자보다는 남자면서 근무년수가 많고 직급이 높을수록 심각한 것으로 나타났다. 신체적 증상에 성별 차이가 나는 것은 같은 언론인이더라도 여자보다 남자의 근무강도가 높고 잦은 음주 등 건강위해 요인에 노출될 빈도가 높다는 것을 나타낸다. 직급이 높고 근무년수가 오래될수록 신체적 증상이 많은 것은 직무 스트레스로 인한 정서적 탈진이 신체적인 증상까지 영향을 미친다는 유의태의 연구결과[16]에서도 제시된 바 있다. 이 분석결과는 매년 언론인에게 실시되는 단발성 건강검진만으로는 건강유지에 한계가 있을 수밖에 없다는 것을 의미한다. 그런 점에서 언론사의 예산과 공적자금 등을 이용해 언론인공제회 설립을 추진하여 지원대책을 마련하는 것은 적극 검토할 만한 하다고 본다.

셋째, 언론인의 인구사회학적 특성에 따른 정서적 탈진은 성별과 연령, 결혼상태, 직급, 근무년수, 일요일 근무주기 등에 따라 유의미한 차이가 있었다. 개인성취감 결여는 기혼자가 미혼자보다 높았다. 이 의미는 기혼자가 상대적으로 직급이 높고 근무년수가 많기 때문으로 나이가 들고 직급이 높아질수록 스트레스 해소를 위한 운동 프로그램 등 대책마련이 절실히 필요하다는 의미로 해석된다. 규칙적인 운동이 스트레스에 민감한 생리적 변인에서 긍정적인 변화를 나타내고, 언론인의 취재과정에서 자신감을 극복하는데 현저하게 도움을 준다[17]는 연구결과에서도 제시된 바 있다.

본 연구의 시사점은 언론인의 경우 지속적인 격무로 인해 신체적 증상과 정서적 탈진이 심하기 때문에 건강증진을 위해 체계적이고 지속적인 관리 시스템이 마련되어야 한다는 점이다.

이상의 연구결과를 바탕으로 다음과 같이 제언하고자 한다. 첫째, 본 연구는 서울 소재 종합일간지에 근무하는 언론인을 대상으로 인구사회학적 특성 및 인구사회학적 특성에 따른 신체적 증상과 정서적 탈진을 연구하였다. 따라서 추후 방송과 인터넷, 지방지 등 각급 매체에서 활동하고 있는 언론인에 대한 종합적인 실태분석과 연구가 필요하다.

둘째, 이번 언론인의 인구사회학적 특성에 따른 신체적 증상과 정서적 탈진 연구결과를 바탕으로 언론인의

격무를 개선하는데 필요한 정책자료 개발과 활용이 요구된다.

셋째, 언론인의 삶의 질을 향상시킬 수 있는 체계적인 건강증진 프로그램 개발과 효과에 대한 후속 연구가 필요하다.

References

- [1] Korea Press Foundation, Korea Press Yearbook 2012, p133, 2012.
- [2] Jong-In Kim, Longevity of Different Occupation in Korea, Health and Welfare(12), p10, 2010.
- [3] Lerman, C. & Glanz, K. Stress, coping, and health behavior. In Glanz, K., Rimer, B. K., & Lewis, F. M. (ed), Health behavior and education : theory, research, practice, San Francisco, CA: Jossey-Bass, pp.139-148, 2002.
- [4] Tennant, C. Work-related stress and depressive disorder, Journal of Psychosomatic Research, 51. pp697-704, 2001. DOI: [http://dx.doi.org/10.1016/S0022-3999\(01\)00255-0](http://dx.doi.org/10.1016/S0022-3999(01)00255-0)
- [5] Eyu-Jin Kim, Effect of regularly exercise of journalist on dead-line stress, Sungkyunkwan University, p1, 2003.
- [6] Eyu-Jin Kim, Effect of regularly exercises of journalist on dead-line stress, a doctoral thesis, Sung Kyun Kwan university, p50, 2003.
- [7] Dong-Ryul, Kim, Job burnout that comes from the media for psychological research(newspaper reporters in Seoul 6 targets), Korean Academy of Resource Management(13-2), p13, 2006.
- [8] Korea Press Foundation, Korea Press Yearbook 2012, p22, 2012.
- [9] Community Health Survey, "2010 healthy positive happy positive community healthy investigation" http://chs.cdc.go.kr/03_contents/contents_04.js pp. 3715-3723, 2013.
- [10] J. I. Kim, "Effects of Negative Affectivity and Social Support on Job Stress and Its outcomes", Department of Psychology Graduate School Chung-Ang University, 1997.
- [11] Maslach, C., Leiter, M. P., and Schaufeli, W. B. Measuring burnout. In C. L. Cooper and S. Cartwright (Eds.), The Oxford handbook of organizational well-being, pp.86-108, 2009.
- [12] J. I. Kim, "Effects of Negative Affectivity and Social Support on Job Stress and Its outcomes", Department of Psychology Graduate School Chung-Ang University, 1997.
- [13] Seung-Kyu Paek · Young-Myon Lee, The Moderating Effect Of Leisure Satisfaction On The Relationship Between Job Satisfaction And Organizational Commitment, Korean Academy of Resource Management 17(4), p350, 2010.
- [14] Kyong-Hwa Kang, "The relationship between alcohol drinking and job stress among firemen" Unpublished master's thesis, Graduate School Catholic University of Korea. 2001.
- [15] Graham K, Schmidt G. "Alcohol use and psycho-social well-being among older adults", J Study Alcohol ; 60(3), pp.345-51, 1999.
- [16] Eui-Tae, Yoo, The impact of emotional exhaustion and physical symptoms in about rescue works incident shock, Journal of the Korean society of hazard mitigation(13,3), p74, 2013. DOI: <http://dx.doi.org/10.9798/KOSHAM.2013.13.3.069>
- [17] Eyu-Jin Kim, Effect of regularly exercises of journalist on dead-line stress, a doctoral thesis, Sung Kyun Kwan university, p49, 2003.

박 상 영(Sang-Young Park)

[정회원]



- 1992년 8월 : 중앙대 신문방송대 학원 신문전공 (문학석사)
- 2000년 1월 ~ 2005년 12월 : 한국과학기술자협회 부회장
- 2013년 3월 ~ 현재 : 동방대학 원대학교 교육학과 박사과정

<관심분야>

뉴스컨텐츠 개발, IT융합 뉴미디어

조 성 제(Sung-Je Cho)

[정회원]



- 1997년 2월 : 홍익대학교 전자계 산학과 (이학박사)
- 2007년 3월 ~ 현재 : 동방대학 원대학교 교육학과 교수

<관심분야>

문화컨텐츠 개발, 정보보안