

승무원의 비행 스트레스와 식행동 연구

우경자 · 노정옥 · 양정미*

인하대학교 식품영양학과

승무원의 비행 스트레스로 인한 식행동의 변화를 알아보고자 2002년 현재 국내 K항공사에 근무하는 객실승무원 320명을 대상으로 설문지를 이용하여 자기기입식으로 조사하였다. 승무원의 스트레스 요인과 식행동은 Likert 5점 척도법을 사용하였고, 통계처리는 SPSS 10.0 Program을 사용하여 분석하였다.

조사대상자의 성별은 남자가 11명으로 3.2%, 여자가 296명으로 96.4%이었다. 결혼 여부는 기혼이 59명으로 19.6%, 미혼은 242명으로 80.4%이었다. 현 직장에 재직 기간은 1년 미만이 18명으로 5.9%, 1년 이상 3년 미만이 203명으로 66.3%, 3년 이상 5년 미만이 16명으로 9.2%이었다.

1. 비행 전 장거리 비행(10시간 이상)시 비행 경력이 높을수록 장거리 비행시간에 대한 부담을 크게 느끼는 것으로 나타났다($P < 0.001$). 해외 음식에 잘 적응하지 못해 스트레스를 받는 경우는 1년 미만이 승무원을 제외한 모든 조사 대상자들이 해외음식의 부적응으로 장거리 비행에 대한 부담을 가지고 있는 것으로 조사되었다($P < 0.05$). 기내 소음으로 인한 비행 전 스트레스는 5년 이상 비행 경력승무원들에게서 높게 나타났다($P < 0.05$).
2. 비행 중 화장실 청소 시 냄새로 인한 두통은 1년 미만은 '그렇지 않다'가 33.3%이었으며, 8년 이상은 '대체로 그렇다'가 35.7%로 경력간 차이가 유의적으로 나타났다($P < 0.01$). 선임 승무원의 업무상 질책으로 인한 좌절감경험은 8년 이상 비행 경력자에서 '매우 그렇다'가 14.3%로 다른 경력 승무원들보다 높게 나타났다($P < 0.001$).
3. 비행 중 평소보다 많이 섭취하는 식품으로는 커피, 탄산음료이었으며, 물은 평소보다 섭취율이 높지 않았다.
4. 비행 후 평소와 다른 식행동으로는 매운 음식을 평소보다 자제하는 것으로 조사되었으며, 물은 비행 중과 비교하여 비행 후에 자주 섭취하는 것으로 나타났다. 또한 채소의 섭취량이 평소보다 높았다.

이상의 결과로 볼 때 항공사 승무원들은 업무 수행중 많은 스트레스를 받고 있으며 이로 인하여 식행동에도 변화가 있는 것으로 사료된다. 따라서 승무원들을 배려한 기내식 메뉴의 내용적인 변화가 요구된다.