

# 기혼여성이 지각한 가정생활상의 Stress수준 및 관련변인 고찰

## A Study on the Stress Level Perceived by the Married Women during Family Life and it's Related Variables

숙명여자대학교 대학원 가정관리학과  
김 경 아

*Dept. of Home Management  
Sook Myung Women's University  
Kyoung A Kim*

숙명여자대학교 가정대학 가정관리학과  
교 수 : 이 정 우

*Dept. of Home Management  
Sook Myung Women's University  
Prof. : Jeoung Woo Lee*

### — 목 차 —

I. 서 론	1. 연구문제 및 연구모형
II. 이론적 배경	2. 조사도구의 작성
1. 스트레스의 개념 및 선행 연구	3. 조사대상 및 분석방법
2. 기혼여성이 겪는 스트레스의 구조적 배경	IV. 연구결과 및 분석
3. 기혼여성의 스트레스에 영향을 주는 변인들	1. 조사대상자의 일반적 사항
III. 연구방법	2. 조사결과 및 분석
	V. 결론 및 제언
	참고문헌

### = ABSTRACT =

The purpose of this study is to examine the stress level and factors perceived by the married women during family life, and to identify the related variables influencing on stress level.

For this purpose, questionnaires were distributed to the 650 married women who have been living in seoul. Among them 463 data were selected.

For data analysis, the statistical method such as the factor analysis · frequency distribution · percentile · t-test · ANOVA · Duncan's Multiple Range Test and Stepwise Multiple Regression Analysis were used.

The major findings was summarized as follows :

- 1) The general tendency of the stress level perceived by the married women during family life was relatively low.
- 2) The household background variables(age, level of education, income, type of family, number of children, status of employment) have turned out to be significant on the stress level of married women except family type.
- 3) All the social-psychological variables(socio-economic status, communication interaction, resources perception, psychological satisfaction) showed significant differences according to the stress level perceived by the married women during family life.
- 4) The level of work identity was the important factor on the stress level perceived by the married women during family life.
- 5) In Stepwise Multiple Regression Analysis, the married women's stress level during family life was greatly influenced by variables such as the resources perception and the psychological satisfaction.

## I. 서 론

산업화·도시화로 특징지을 수 있는 현대사회의 변화추세는 가정의 구조적 형태와 가치의식에 상당한 영향을 주어 가족구성원들은 과거에 비해 보다 많은 정신·사회적 스트레스원에 노출되었을 뿐만 아니라 전통적 가치관과 근대적 가치관이 혼재하는 상황하에서 가치선택시 많은 혼란과 갈등을 경험하고 있다. 또한, 과도기적 단계에 적응하기 위하여 그 정도의 차이는 있으나 끊임없이 유형·무형의 스트레스(Stress)를 지니며 생활하게 되었다(Hartl, 1980). 이러한 산업화 과정 속에서 역할전이를 크게 경험한 기혼여성들의 경우(숙대 아세아여성문제연구소, 1986). 그 정도는 훨씬 심각하다 할 수 있다.

과거 전통적인 대가족제도 내에서 가부장적인 가치관과 규범에 순종하는 여성상을 최대의 현모양처상으로서 교육받아 온 기혼여성들은 그 동안 변화된 사회의 가치관·교육수준의 향상·자아실현의 추구·가정기기의 발달에 따른 가사노동의 단순화·여가시간의 증가 등으로 많은 생활상의 변화를 경험하게 되었다. 그러나, 실제 사회제도와 가족내의 가치관은 아직도 상당부분 전통적인 경향을 띄고 있어 현대 기혼여성들은 과거 확대가족제도에서 요구했던 주부의 역할과 현대 핵가족

제도에서 요구하는 주부의 역할을 모두 수행해야 하는 이원적 역할구조에서 많은 갈등을 겪고 있으며 또한, 복잡한 생활환경의 변화에 따라 야기된 개개 가족성원의 욕구충대 및 다양화를 충족시키기 위해서 더 많은 가정생활상의 신체적·정신적 스트레스를 경험하게 된 것이다.

더구나, 여기서 간과되어서는 안 될 중요한 점은 바로 가정관리자인 주부의 스트레스는 주부 개인의 문제로 끝나는 것이 아니라 가정의 행복과 사회적 안녕에 영향을 주는 상호관계에 있다는 것이다. 부연하면, 가정의 중추적 역할을 행하는 주부가 정서적으로 불안정한 상태에서 관리과정을 행할 경우 이에서 생성되는 관리산출의 성과도 유용치 못하여 결국 가족원의 건강이나 행복이 파괴됨은 물론이고 가족발달과업의 수행 및 목표달성에도 막대한 지장을 초래하게 될 것이다.

그러나, 이와 같이 가정관리자인 기혼여성의 스트레스 문제가 중요함에도 불구하고 가정내 잠재되어 겉으로 표면화되지 않는다는 이유로 주부의 스트레스는 크게 문제시되지 않아 왔다.

따라서, 본 연구에서는 점차 그 중요성과 관심이 증가되어가고 있는 현대인의 스트레스 구조를 가정의 정서적 구심점인 주부를 대상으로, 기혼여성들이 가정생활에서 겪게 되는 스트레스 정도와 요인을 규명하고 이에 영향을 미치는 유용한 관

관련변인들을 제공하고자 한다. 나아가 이러한 결과를 바탕으로 기혼여성들의 스트레스 상황에 대한 전반적인 이해를 돕고 구체적으로 시사되는 문제점들을 조기에 진단함으로써 스트레스로 인해 나타날 수 있는 가정관리능력의 저하를 방지함과 동시에 부분적이거나 현 가정생활의 질을 측정할 수 있는 하나의 기초적인 지표로 활용되는 데 그 궁극적인 목적이 있다.

## II. 이론적 배경

### 1. 스트레스의 개념 및 선행연구

초기에 병리학·생리학·정신의학 등 신체적 정서적 질환의 접근을 위해 시도된 스트레스의 연구는 점차 그 관심이 증대되어 지금까지 많은 행동과학 및 사회과학 분야의 관점과 이론적 기초하에 다양한 연구가 전개되어 왔다.

우선 국내의 주요 학자들의 개념 정의를 고찰해보면 McCubbin(1980)은 스트레스를 본래의 사건자체라기 보다는 오히려 스트레스(Stressor)가 관리되지 않음으로 인해 초래된 긴장의 여분으로 보았으며, Paykel(1971)는 생활사건에 의해 유발된 정서적 고통 및 불쾌의 정도로서, 전산초(1977)는 생물학적·심리학적·사회적으로 평형상태가 유지되지 못하여 긴장과 욕구불만 및 불유쾌함이 일어나는 상태로 정의내렸고, 장병옥(1985)은 인간이 정서적으로 일상의 평형상태를 벗어나서 압박이나 불편 또는 손상을 받게 되는 상태를 의미하며 긴장을 일으키는 역동적인 힘이라고 하였다. 이와 같이 스트레스란 매우 광범위하고 포괄적이거나 결국 불안·두려움·피로움·부담감·정서적 긴장·적응의 어려움 등을 상징하는 용어로 사용되어 왔음을 알 수 있다.

또한, 지금까지 이루어진 스트레스의 연구경향을 크게 3개 영역으로 구분지어 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 스트레스를 자극으로 보는 입장에서는 스트레스를 일으키는 요인이 무엇인가를 규명하고자 한 것으로 대부분 생활사건에 초점을 두어 이를 질병과의 관계 측면에서 파악하고자 했으며

실제 두 변수간에 유의한 상관관계가 있음을 입증하였다(Rahe, 1964; Paykel, 1969; Brown, 1972; Hudgens, 1974). 둘째, 반응으로서의 스트레스를 보는 입장에서는 어떤 특정한 반응 또는 반응군을 스트레스로 보는 관점인데 주로 유해한 자극과 신체적·정신적·생리적 기능의 변화와의 관계를 주제로 삼아 GSR(Galvanic Skin Response)의 변화나 ACTH(Adrenocorticotropic Hormone)의 파생같은 신체기능의 변화를 곧 스트레스의 증거로 보았다. 그러나, 이러한 자극과 반응으로서의 스트레스 개념은 스트레스 요인이 평형 또는 항상성에 변화를 일으킨다는 관점에서 다양하게 전개되어 왔지만 두 입장 모두 일방적으로 상황 특성에만 개념을 규정한 한계성을 지니고 있다. 셋째, 이러한 제한점이 다각적으로 인식되면서 상호보완·발전시킨 포괄적인 상호관계모델이 등장하게 되었다. 이는 스트레스를 심리적 관점에서 개인과 환경간의 복잡하고 역동적인 상호작용으로 보아 개인의 인지와 정서적인 특징을 환경내의 자극특성과 이에 대한 반응간의 중요한 매개변수로서 강조하는 입장으로, Lazarus와 Folkman(1984)도 이러한 관점에서 개인자원이 모자라 자신의 안녕이 위협하다고 평가내려지는 개인과 환경간의 관계를 스트레스로 설명하는 등 개인의 능동적 역할을 최대한 수용키 위해 노력하였다. 다만, 개인의 주관적 해석과 보고에만 의존할 수밖에 없다(최해림, 1986)는 또 다른 취약성이 지적되고 있지만 그럼에도 불구하고 현재 스트레스 구조를 가장 잘 밝힐 수 있는 바람직한 연구방법으로 크게 인정받고 있다.

### 2. 기혼여성이 겪는 스트레스의 구조적 배경

최근 발표된 연구(Gove & Tudor, 1973; Radloff, 1975; Bernard, 1982)들에 의하면, 기혼여성들의 정신건강 상태가 미혼남녀나 혹은 기혼남성들에 비해 매우 취약한 상태에 있음을 보고하고 있다. 이는 남성보다 여성이 결혼을 통해 획득한 가정관리자의 지위나 가정내 역할을 수행함에 있어서 많은 긴장감과 스트레스를 받고 있음을 시사하는 것으로, 실제 심리적 불안·우울·긴장

등의 문제로 병원을 찾는 기혼여성들의 수가 증가일로에 있다는 실태보고서(Chesler, 1972; 나동석, 1980)에서도 이러한 사실이 뒷받침되고 있다.

이와 같이 현대 기혼여성들이 가정생활에서 경험하게 되는 스트레스의 구조적 배경을 살펴보면 다음과 같이 접근될 수 있다. 생산구조와 가족구조가 하나의 체계 안에서 연결되었던 전통 농경사회에서 여성은 경제적 생산의 역할을 맡은 주요한 가내노동력이자 정서적 중심점의 역할을 담당했었다. 그러나, 산업화의 진전으로 가정의 경제적 생산력이 사회로 이양되고 여러 기능들도 사회로 분업화됨에 따라 여성의 전통적 역할은 점차 그 중요성을 상실하게 되어 결과적으로 이같은 전통적 여성역할의 평가절하는 기혼여성들에게 자신의 지위상실에 따른 무가치함·비애감 등의 감정을 초래함으로써 심리적 긴장을 크게 유발시키는 요인이 되고 있다(최외선, 1985). 또한, 많은 기혼여성들은 자신들이 수행하는 막대한 가사노동의 양에도 불구하고 그 역할수행의 가치나 보상이 겉으로 드러나지 않을 뿐만 아니라, 자타가 공인할 수 있는 성취기준도 모호하며 대부분 일을 적극적으로 부과되는 단순하고 비체계적인 도구적 역할(Gove & Tudor, 1973)이라는 사실에서 스트레스가 누적되기도 한다. 여성 스트레스를 유발시키는 중요한 근원 중의 하나로 아동에 대한 양육책임(Gove & Greeken, 1976)을 들 수 있는데, Gore과 Mangione(1983)도 어린자녀를 가진 기혼여성들의 심리적 손상(Psychological Distress)이 매우 높음을 지적하였다. 즉, 이같은 어머니의 역할수행은 자신의 욕구절제와 시간의 부족으로 인한 역할혼돈을 경험(Lopta, 1971)하게 함으로써 심리적 스트레스 및 우울·불안 등을 초래하는 심각한 원인이 될 수도 있다. 그리고, 산업혁명 이후 가정과 일터가 분리되면서 남성들은 가정(부여된 역할)과 직업(성취된 역할)이라는 두가지 역할을 공유하게 된 반면 여성들은 대부분 가정주부라는 한가지 역할영역으로 한정되어 버린 경향이 있다. 따라서, 이같은 주부역할이 불만스러울 경우 여성은 이에서 오는 스트레스를 해결할만한 다른 대안이 없으므로(Gove & Tudor, 1973), 이

러한 역할대안의 부재로 인해 스트레스가 야기될 가능성은 더 크게 존재한다. 그러나, 전업주부로 있을 경우 생겨나는 이러한 고립감·허탈감같은 문제를 해소하기 위해 직장을 가진다 해도 이중부담이나 죄책감같은 또 다른 문제에 직면하게 되므로 결국 현대 기혼여성들은 신구가치관이 존재하는 과도기적 단계 속에서 성역할(Sex Role)로 인해 역할수행시 남성에 비해 더 많은 스트레스를 경험할 수밖에 없는 것이다(Bernard, 1976).

점차 가속적으로 변모해 가는 현 사회 속에서 산업화에 따른 경제적 여유·여가시간의 증대·교육수준의 상승으로 인한 주부자신의 자아실현 욕구의 팽배 그리고, 더욱 더 다양하고 복잡해진 가정관리환경에 따라 기혼여성들의 스트레스 양상은 더욱 가중될 추세에 놓여 있다. 따라서, 현 시대에 적합한 가정관리자로서의 책임감있는 역할을 다하기 위하여 주부는 확대된 스트레스 환경을 지각하고 이러한 배경과 요인을 정확히 파악하여 적절히 대처해야 한다.

### 3. 기혼여성의 스트레스에 영향을 주는 변인들

#### 1) 가정환경 변인

① 연 령 : 국내외 연구(Apley, 1974; Jalowice & Powers, 1981; 최태진, 1980)결과 연령에 따른 스트레스 수준은 매우 유의하다고 보고되어 있는 반면, 이들간에는 큰 통계적 의미가 없다는 상반된 연구(김영규, 1980; 전세경, 1988) 들도 존재한다. 그러나, 이러한 상반된 연구도 각 하위영역별로 유의한 차이를 보이는 부분이 많아 연령이 스트레스 수준에 영향을 미치는 절대적인 변인이라고 할 수 없으나 어느 정도 관계를 갖는 변인으로 작용한다고 볼 수 있다.

② 학 령 : Gore과 Mangione(1983), 장병옥(1985)의 연구에 의하면 주부의 학력이 높을수록 가정관리시 자원활용과 스트레스 원인파악의 능력이 풍부해져 인지하는 스트레스량과 심리적 손상은 적어진다고 하였다. 그러나, 또 한편으로는 학력과 스트레스 수준과는 유의미한 차이가 없음을 보고하는 연구(Jalowice & Powers, 1981; 이광주, 1988)들도 있다.

③ 소득수준 : 소득수준과 스트레스량은 역의 함수관계를 지닌다는 연구결과(Dohrenwend, 1973; 이평숙, 1984; 박난희, 1987)가 있는 반면, 이들간에는 일률적인 차이가 존재하지 않는다는 상반된 연구결과(정민자, 1983; 남유리, 1989)들도 있다. 그러나, 이러한 상반된 연구결과들도 각 하위영역별로는 유의한 차이를 보이는 부분이 많으며 대체로 소득이 낮을 때 생활상에 불안정한 요소가 더 많이 존재하므로 소득은 직접 혹은 간접으로 스트레스 수준에 영향을 미친다고 볼 수 있다.

④ 가족형태 및 자녀수 : 핵가족과 확대가족에 따른 스트레스량에 대해 Uhlenhuth(1974)와 박난희(1987)는 거의 차이가 없다고 한 반면, 이정우 · 장병옥(1987)은 핵가족일 때 최승순(1987)은 확대가족일 때 스트레스 유발요인이 많다고 나타나는 등 연구마다 불일치한 견해를 보이고 있다. 한편, 자녀수에 따른 스트레스량에 대해서는 대부분 자녀수가 많을수록 경제적 · 심리적 부담이 늘어나고 양육과정시 시간의 결핍과 활동의 제약이 야기되므로 스트레스량도 증가된다고 하였다(Nye & Carlson, 1970; Gove & Greeken, 1976).

⑤ 취업여부 : 권경희(1986), 남유리(1989)는 비취업주부가 취업주부에 비해 자신에 대해 느끼는 무가치함 등의 정신적 갈등과 심리적 불안으로 인해 스트레스 수준이 더 높을 수 있다고 지적한데 반해, 이동원(1976), 이종목(1985)은 기혼여성이 취업할 경우 가정과 직장의 이중역할을 수행해야 하는 부담감으로 인해 오히려 비취업주부들보다 더 많은 스트레스를 경험하게 된다고 하였다.

## 2) 사회심리적 변인

① 사회경제적 지위 : 지금까지 객관적으로 측정된 사회경제적 지위와 달리 이정우 · 장병옥(1987)은 자신이 지각한 경제적 만족도로 주부의 스트레스 수준을 연구한 결과, 경제적 만족도가 높을수록 스트레스 수준이 낮게 지각되는 결과를 얻었다.

② 커뮤니케이션 상호작용 : Lazarus(1984)는 심하게 말다툼을 한 주부들이 중요한 생활사건을

경험한 경우보다 더 많이 정신적 · 신체적 스트레스를 느끼고 있다고 보고하였으며, 김은심 · 최영희(1988) 및 이정우 · 장병옥(1987)의 연구에서도 역기능적 의사소통 유형과 폐쇄 유형의 의사소통을 행하는 주부가 보다 높은 스트레스량을 경험하게 된다고 하였다.

③ 자원 인지도 : McCubbin(1979)은 가족자원의 레파토리(Repertory)가 다양하고 사회심리적 자원을 많이 소유하고 있는 가족은 스트레스를 받아도 상황에 적응하기가 용이하므로 결과적으로 스트레스를 덜 인지하게 된다고 하였으며, Lazarus와 Folkman(1984), 정민자(1983), 전세경(1988)도 자원이 스트레스를 방지해 주는 자산임을 지적하면서 두 변인은 명백한 부적상관의 관계를 지닌다고 결론지었다.

④ 심리적 만족도 : Goode(1963)는 현대사회의 핵가족 기능을 설명하면서 경쟁과 긴장 속에서 생활하고 있는 현대인들의 부담감은 가장 기본적으로 가족간의 애정관계에서 보상되어질 수 있다고 보았으며, 실제 주부의 결혼상태는 심리적 스트레스에 직접적인 영향을 미치는 중요변인으로 두 변인간에는 매우 유의한 역의 상관이 존재한다고 여러 연구(Ross, Mirowsky & Ulbrich, 1983; 안황란, 1985; 권경희, 1986)들은 밝히고 있다.

## 3) 인성 변인

① 일에 대한 자아정체감 : 정체감을 상실한 기혼여성들은 육체적으로 과도한 일을 하지 않아도 항상 피로해 있고 짜증을 잘 내며 정서적 파탄에 빠지는 경우가 많다(숙대 아세아여성문제연구소, 1986). 즉, 자아정체감 혼미(昏迷)에 빠진 사람은 안정된 자아를 지닌 사람에 비해 더 높은 내적긴장과 불안을 경험하며 생활한다(Bronson, 1959).

## III. 연구 방법

### 1. 연구문제 및 연구모형

본 연구에서 규명하고자 하는 연구문제는 다음과 같다.

[연구문제 1] 기혼여성이 지각한 가정생활상의



표 1. 가정생활상의 스트레스 척도에 대한 요인행렬표(N=79)

문항 번호	내 용	요인					Communality (R <sup>2</sup> )
		요인1 주부역할문제	요인2 가정경제문제	요인3 가족관계문제	요인4 가사노동문제	요인5 건강문제	
1	아침·저녁으로 남편의 시중과 자녀들을 잘 뒷 바라지 못함	.81	.04	.15	.04	.08	.69
6	나는 한 남자의 아내로서, 또 어머니로서 나 자 신의 기대에 못미침	.68	.23	.24	.18	.21	.66
11	내가 식구들을 위해 하고 있는 역할에 대해 가 족원들이 올바르게 평가해 주지 않음	.64	-.08	.25	.17	.10	.52
16	식구들의 문제(적장 또는, 학교 생활문제)나 피 로를 풀어주지 못함	.61	-.04	.19	.21	.22	.51
21	한 가정을 관리하는 주부로서, 나는 나 자신의 기대에 못미침	.59	.36	.08	.38	.23	.68
23	나는 규모있게 살림살이를 계획하고 경영하지 못함	.51	.38	.27	.23	-.22	.59
2	남에게 지당을 잡혔거나 믿이 있음	-.02	.74	.05	.13	.06	.57
7	남에게 빈리준 돈이나 담보물을 받지 못함	-.20	.68	.00	.06	.11	.52
12	현재의 소득으로 가계를 운영하기 어려움	.40	.64	.12	.21	-.02	.64
17	본인 또는 남편이 직장 생활에 변화(퇴직·사업 부진·대우나 봉급이 나빠짐)가 생김	.36	.58	.00	-.16	.43	.68
22	가정내 금전상의 손실이 있음	.13	.58	.43	-.15	.16	.59
24	재정적 부족으로, 나 자신의 취미생활이나 모임에 마음껏 참석하지 못함	.37	.57	.08	.39	.07	.63
3	결혼생활(성생활 포함)에 문제가 있음	.23	-.02	.80	.20	.20	.78
8	부부간에 의견이 맞지 않거나 성격차이로 종종 싸움이 생김	.33	.26	.62	.30	.09	.66
13	남편이 진보도 나를 신뢰하지 않음	.45	.06	.60	-.06	.20	.62
18	식구들이 각자 많은 역할을 제대로 수행하지 못함	.17	.45	.57	.14	-.03	.58
4	가사일보다는 다른 종류의 일을 하는 것이 내게 더 어울린다고 종종 생각됨	.01	.09	.10	.84	-.04	.72
9	가사일 자체가 종종 무의미하고 단순하게 여겨 짐	.25	.14	.05	.73	.07	.68
14	내가 하는 가사일이 정말로 나의 가정에서 중요한 일인가 하는 의문이 자주 생김	.49	-.05	.08	.58	-.03	.58
19	가사노동은 내가 열심히 일한 만큼 충족감을 얻지 못함	.40	.28	.30	.50	-.09	.60
5	본인 또는 가족중 한사람이 일상생활에 장애를 줄만한 건강문제(사고·질병·유산 등)가 있음	.02	.05	.09	.03	.79	.63
10	본인 또는 가족중 한사람이 식사습관의 변화로 건강이 염려됨	.24	.20	.01	-.04	.67	.55
15	우리 부부는 오래 사람들과 비교해 볼때, 건강치 못함	.00	-.05	.49	-.05	.64	.65
20	미래의 노후 생활에 대한 불안함	.29	.17	.42	.22	.50	.59
전체 변량 (%)		16.9	13.5	11.5	11.0	9.6	62.4
공통 변량 (%)		27.1	21.6	18.4	17.6	15.4	100.0
eigen 값		4.05	4.24	2.75	2.63	2.30	14.97

했으며, 점수가 높을수록 스트레스 수준이 높은 것으로 판단하였다. 가정생활상의 스트레스 전체 척도의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha = .90$ 으로 매우 높게 나타났다.

2) 커뮤니케이션 상호작용

이는 가정 내에서 이루어지는 커뮤니케이션 양

상과 정도를 의미하는 것으로, Buchanan의 CAI를 수정한 이정우·안동선(1984)의 연구를 참고로 총 8문항이 제시되어 있으며, 이의 점수가 높을수록 커뮤니케이션 상호작용이 잘 이루어지는 것으로 보았다. 신뢰도계수  $\alpha = .84$ 로 나타났다.

3) 자원 인지도

기혼여성 자신이 스트레스 상황을 해결하는 과정에서 사용할 수 있는 모든 인적·비인적 자산에 대해 느끼는 인지수준을 뜻한다. McCubbin(1979)의 FIRH과 Rowland, Dodder & Nickols(1985)의 PAR척도를 근거로 문항을 선별·수정하여 재구성한 후 예비조사를 거쳐 4개 영역 총16문항이 작성되었다. 신뢰도계수  $\alpha=.83$ 이며, 5점 Likert척도에 의거 총점수(80점 만점)만을 분석자료로 택하여 점수가 높을수록 자원 인지도가 높은 것으로 해석하였다.

#### 4) 심리적 만족도

선행연구(Snyder, 1979; 문인숙, 1984; 송말희, 1986)를 기초로 구성하였으며, 전반적인 결혼생활 및 배우자·자녀에 대한 행복과 만족의 주관적인 감정정도를 의미한다. 총 9문항 5점 Likert척도로서  $\alpha=.90$ 의 신뢰도계수를 나타냈다.

#### 5) 일에 대한 자아정체감

자신의 일과 역할에 대해 느끼는 긍정적 견해를 측정하고자 하는 내용으로 Thompson과 서봉연의 척도를 모체로 하여 재구성한 김명자(1989)의 척도를 사용하였다. 각 문항은 5점 Likert형으로 모두 7문항이며, 점수가 높을수록 기혼여성의 자아정체감 수준이 확고히 형성된 것으로 보았다. 신뢰도 검사의 Cronbach's  $\alpha=.85$ 로 나타났다.

### 3. 조사대상 및 분석방법

조사대상자는 현재 서울시에 거주하고 있는 기혼여성 중에서 연령·가계소득 등의 가정환경 변인을 고려해 표집하였으며, 그 중에서도 배우자와 사별(혹은, 이혼)한 사람은 생활경험·가족구조 등의 상이로 또 다른 관점의 연구와 접근이 필요하다고 판단되어 의도적으로 제외시켰다. 1990년 1월 14일에서 1월 20일 사이에 기혼여성 100명을 대상으로 예비조사를 실시하였고, 이를 토대로 완성된 설문지를 이용하여 2월 21일부터 3월 8일 사이에 각 학교와 연구자의 직접방문을 통해 본 조사를 실시하였다. 총 650부를 배부하여 541부가 회수되었으나 이 중 응답이 불충분하거나 신뢰성이 낮은 78부를 제외하고 총 463부가 본 연구의

최종 분석자료로 사용되었다.

자료의 분석방법은 SAS Program을 이용하였으며 설문지의 척도작성을 위해 문항분석·요인분석·신뢰도를, 조사대상자의 일반적 배경을 파악하기 위하여 빈도·백분율·평균을 산출하였다. 또한, [연구문제 1]과 관련한 스트레스의 수준과 악을 위해 평균·표준편차를 조사하였고, 각 변인에 따른 스트레스 수준의 차이를 검증하기 위한 [연구문제 2], [연구문제 3], [연구문제 4]에 대해서는 t검증·일원분산분석·Duncan의 다중범위기법을 실시하였다. 마지막으로, 관련변인들의 설명력을 파악하기 위한 [연구문제 5]를 위해 단계적 중회귀분석을 적용하였다.

## IV. 연구결과 및 분석

### 1. 조사대상자의 일반적 사항

조사대상자의 일반적 성격은 표 2와 같다.

### 2. 조사결과 및 분석

#### 1) 가정생활상의 스트레스 수준

[연구문제 1]과 관련하여 기혼여성의 전반적인 스트레스 수준을 파악한 결과는 다음의 표 3과 같다.

조사대상자의 스트레스 점수는 최저 24점에서 최고 105점까지 분포되어 비교적 고른 점수분포를 지녔다고 볼 수 있으나, 전체 스트레스 수준의 평균을 산출했을 때 중간 점수대인 57.70점(100점으로 환산시 48.08점)으로 나타나 전체적으로 크게 심각한 정도의 수준은 아니었다. 하위영역 별로는 「주부역할문제」영역 및 「가사노동문제」영역, 「가정경제문제」영역 및 「건강문제」영역, 그리고 「가족관계문제」영역 순으로 스트레스의 수준이 나타나고 있어 현대 기혼여성들이 산업화 과정에 따라 점유하고 있는 가정내 위치에 대한 불확실성과 함께 역할수행시 스트레스를 경험하고 있다고 판단되며, 특히 사회화·기계화에 따른 가사노동의 간소화에도 불구하고 가사노동 자체에 대한 본질적인 특성은 과거에 비해 크게 변화되지



표 2. 조사대상자의 일반적 사항(N=463)

가정환경 변인	집 단	구 분	빈 도	백분율(%)
연 령		20~29세	20	4.3
		30~39세	180	38.9
		40~49세	212	45.8
		50세 이상	51	11.0
학 령		국 졸	41	8.8
		중 졸	93	20.1
		고 졸	204	44.1
		대졸(전문대포함)	118	25.5
		대학원 졸	7	1.5
월평균가계소득		39만원 이하	29	6.2
		40~59만원	86	18.5
		60~79만원	122	26.4
		80~99만원	87	18.8
		100~149만원	75	16.2
		150만원 이상	64	13.9
가족형태		핵 가족	336	79.0
		확대가족	97	21.0
자 녀 수		1~2명	255	55.1
		3~4명	184	39.7
		5명 이상	24	5.2
취업여부		유	130	28.1
		무	333	71.9

표 3. 가정생활상 스트레스의 일반적 경향(N=463)

변 인	평 균	표준편차	범 위	D.	F값
주부역할문제	2.60	.81	1~4.83	A	22.48***
가정경제문제	2.33	.87	1~4.67	B	
가족관계문제	2.20	.84	1~4.75	C	
가사노동문제	2.59	.84	1~5.00	A	
건강문제	2.25	.92	1~5.00	B	
전체스트레스	2.40	.66	1~4.38		
스트레스총점 (120점 만점)	57.70	15.93	24~105		

(D.=Duncan's Multiple Range Test) \*\*\*P<.001

못하고 있어 여전히 여성들에게 스트레스를 유발시키는 중대한 요인이 되고 있음을 시사해 준다.

2) 가정생활상의 스트레스 수준과 가정환경 변인

[연구문제 2]를 규명하기 위하여 가정환경 변인에 따른 기혼여성의 스트레스 차이를 검증한 결과 표4와 같이 나타났다.

① 연 령 : 연령에 따른 기혼여성의 스트레스 수준은 「가사노동문제」영역을 제외한 모든 영역

에서 통계적으로 유의하였으며, 전체적인 가정생활상의 스트레스 수준도 P<.01 수준에서 의미있는 차이를 보였다. 이와 같이 두 변수간에 정적관계를 보인것은 연령이 높아질수록 생활상의 변화나 문제가 질적·양적으로 증가되어 관리의 양이 많아짐으로써 결국 이에 따른 긴장이나 책임에 대한 부담감도 늘어남에 기인한 결과라고 볼 수 있다. 다만, 추후 검증결과 30~39세 집단보다 20~29세 집단에서 스트레스 지각율이 더 높게 나타난 것은

표 4. 가정환경 변인에 따른 가정생활상의 스트레스 수준(N=463)

가정 환경 변인	구 분	N	주부역할		가정경제		가족관계		가사노동		건 문 제		전 체
			문 제	평균점수	D.	문 제	평균점수	D.	문 제	평균점수	D.	문 제	
연령	20~29세	20	2.65	2.26	A	2.18	BA	2.81	A	1.96	B	2.39	BA
	30~39세	180	2.49	2.20	A	2.00	B	2.53	A	2.11	B	2.28	B
	40~49세	212	2.63	2.41	A	2.30	BA	2.59	A	2.28	B	2.45	BA
	50세 이상	51	2.84	2.49	A	2.51	A	2.69	A	2.68	A	2.64	A
F 검증			2.74*	2.68*		6.63***		1.04		5.92***		4.88**	
학력	국 졸	41	3.08	2.85	A	2.82	A	2.68	A	3.04	A	2.91	A
	중 졸	93	2.85	2.47	BA	2.41	BA	2.62	A	2.36	B	2.56	BA
	고 졸	204	2.52	2.34	B	2.13	BC	2.58	A	2.20	B	2.37	BC
	대졸(전문대포함)	118	2.38	2.04	BC	1.95	BC	2.53	A	1.97	B	2.18	C
	대학원졸	7	2.45	1.81	C	1.93	C	2.79	A	2.00	B	2.19	C
	F 검증		9.09***	8.58***		10.92***		0.41		11.97***		11.82***	
월평균 소득	39만원 이하	29	3.35	3.44	A	3.06	A	3.06	A	3.30	A	3.26	A
	40~59만원	86	2.90	2.64	B	2.47	B	2.67	B	2.40	B	2.64	B
	60~79만원	122	2.53	2.38	DC	2.27	CB	2.59	B	2.32	B	2.42	C
	80~99만원	87	2.59	2.23	C	2.10	CD	2.59	B	2.15	CB	2.34	DC
	100~149만원	75	2.38	2.06	DC	1.87	D	2.49	B	1.95	C	2.15	DE
	150만원 이상	64	2.26	1.77	D	1.86	D	2.38	B	1.96	C	2.05	E
F 검증		11.79***	23.24***		14.00***		3.21**		13.44***		21.99***		
가족 형태	핵 가족	336	2.58	2.33		2.19		2.55		2.25		2.39	
	확대가족	97	2.67	2.31		2.23		2.71		2.22		2.44	
t 검증			-0.99	0.21		-0.40		-1.65		0.25		-0.60	
자녀수	1~2명	255	2.51	2.22	B	2.13	A	2.57	A	2.12	B	2.32	B
	3~4명	184	2.70	2.45	BA	2.27	A	2.60	A	2.35	B	2.49	BA
	5명 이상	24	2.86	2.51	A	2.39	A	2.75	A	2.77	A	2.67	A
F 검증			4.27*	4.43*		2.06		0.55		7.82***		5.59**	
취업 여부	유	130	2.81	2.40		2.39		2.70		2.36		2.54	
	무	333	2.51	2.30		2.13		2.54		2.20		2.35	
t 검증			3.56***	1.07		3.02		1.86		1.65		2.85**	

(D. = Duncan's Multiple Range Test) \*P<.05 \*\*P<.01 \*\*\*P<.001

아마도 경험부족에 따른 가정운영의 미숙과 결혼·출산같은 환경의 전환이 이루어져 재적응의 어려움을 겪기 때문에 나타난 결과라고 생각된다.

② 학력 : 학력에 따른 스트레스 수준은 집단간에 매우 유의한 차이( $P < .001$ )를 보였으며, 국졸집단에서 가장 높은 스트레스를 경험하고 있는 것으로 나타났다. 이처럼 학력이 낮을수록 스트레스가 증가하는 경향은 Gore와 Mangione(1983)의 연구결과와도 일치하는 것으로, 기혼여성의 학력이 높아질수록 가정관리능력 및 문제해결능력이 더불어 향상됨으로써 스트레스를 잘 관리할 수 있게 되어 결과적으로 학력이 스트레스를 감소시키는 변인으로 작용했다고 볼 수 있다.

③ 월평균가계소득 : 월평균가계소득에 따른 가정생활상의 스트레스 수준은 하위영역을 포함한 전체집단에서  $P < .001$ 의 매우 유의한 차이를 나타냈으며, 전반적으로 월평균가계소득이 높아질수록 인지하는 스트레스 수준이 감소하는 경향을 보였다. 이처럼 모든 하위영역에서도 일률적으로 공통된 양상을 보인 것은 소득이 가정내의 스트레스를 감소시킬 수 있는 매우 중요하고도 기본적인 자산임을 의미하는 것이라 할 수 있다.

④ 가족형태 : 핵가족과 확대가족으로 구분지어 집단간 차이를 분석한 결과 모든 영역에서 가정생활상의 스트레스 수준과는 의미있는 차이가 없는 것으로 나타나 이를 통해 볼 때, 기혼여성의 스트레스는 가족형태 자체보다는 가족 상호간에 우호도나 협동성같은 관계망에 더 좌우되는 것이 아닌가 사료된다.

⑤ 자녀수 : 1~2명 · 3~4명 · 5명 이상으로 구분지어 살펴본 결과 전체적으로  $P < .01$  수준에서 집단간에 의미있는 차이를 보였으며, 「주부역할문제」영역과 「가정경제문제」영역 및 「건강문제」영역의 하위영역에서도 자녀수가 많을수록 스트레스가 증가하는 유의한 결과를 나타냈다. 즉, 자녀양육은 심리적 부담감과 재정적 뒷받침·시간의 결핍·활동의 제약 등의 문제를 경험하게 하므로 자녀수의 증가는 곧 스트레스를 심화시키는 한가지 변수로 작용함을 알 수 있으며, 이는 Nye와 Carlson(1970), 박난희(1987)의 연구결과를 통해서도

지지된다.

⑥ 취업여부 : 전체적으로  $P < .01$  수준에서 취업주부가 비취업주부보다 더 높은 스트레스량을 경험하고 있는 것으로 나타났으며, 특히 하위영역 중 「주부역할문제」영역에서 가장 의미있는 차이( $P < .001$ )를 보이고 있다. 즉, 이같은 결과는 기혼여성이 취업을 하여 남편과 동등하게 경제적 역할을 공유한다 하여도 가정내의 전통적인 여성 역할은 그대로 고수되는 경향이 있기 때문에 취업주부의 경우 가정과 직장을 양립하면서 성공적으로 조화시켜야 하는 긴장·부담감과 함께 그렇지 못한 현실 사이에서 생겨난 가족에 대한 죄책감 내지 역할과중이 스트레스를 유발시키는 배경으로 작용하고 있음을 시사해 준다.

### 3) 가정생활상의 스트레스 수준과 사회심리적 변인

(연구문제 3)을 검증하기 위하여 기혼여성의 스트레스 수준과 사회심리적 변인들을 조사한 결과 표 5와 같은 경향을 나타냈다.

① 사회경제적 지위 : 기혼여성 자신이 스스로 자신의 위치에 대해 느끼는 사회경제적 지위를 측정된 결과 전반적으로 상집단보다는 중집단, 중집단보다는 하집단이 더 높은 스트레스를 경험하고 있는 것으로 나타났다. 이는 지금까지 객관적으로 측정된 사회경제적 지위와 관련해 일률적이지 못한 해석을 내려온 기존의 연구들과 상당한 차이를 보이는 것으로, 스트레스 정도는 개인이 처해있는 객관적 조건보다는 같은 상황이라도 스스로 감지한 사회경제적 지위나 만족도같은 주관적 지각정도에 더 크게 좌우된다는 사실을 입증해 주고 있다.

② 커뮤니케이션 상호작용 : 모든 하위영역을 포함한 전체 결과에서 커뮤니케이션 상호작용이 잘 이루어지는 집단일수록 지각하는 스트레스 수준도 점차 낮아지는 유의한 결과( $P < .001$ )를 보였다. 이를 통해 볼 때, 가족간에 이루어지는 커뮤니케이션 상호작용 정도는 스트레스를 유발시키는 문제들을 해소하고 해결방안의 모색을 가능하게 하므로 기혼여성의 스트레스를 감소시켜 줄

표 5. 사회심리적 변인에 따른 가정생활상의 스트레스 수준(N=463)

사 회 심 리 적 변 인	구 분	N	주부역할		가정경제		가족관계		가사노동		긴 강		전 체	
			문 제	평 균 점 수	문 제	평 균 점 수	문 제	평 균 점 수	문 제	평 균 점 수	문 제	평 균 점 수	문 제	평 균 점 수
사 회 경 제 적 지 위 <sup>a)</sup>	상	27	2.21	C	1.48	C	1.77	C	2.45	B	1.82	B	1.93	C
	중	364	2.52	B	2.26	B	2.12	B	2.55	BA	2.15	B	2.33	B
	하	72	3.12	A	3.00	A	2.56	A	2.80	A	2.88	A	2.94	A
커 뮤 니 케 이 션 상 호 작 용 <sup>b)</sup>	F 검 중		20.90***		41.93***		23.04***		3.04*		23.80***		36.87***	
	상	147	2.15	C	1.96	C	1.65	C	2.23	C	1.86	C	1.99	C
	중	165	2.61	B	2.28	B	2.09	B	2.56	B	2.13	B	2.35	B
자 원 인 지 도 <sup>b)</sup>	하	151	3.01	A	2.74	A	2.87	A	2.96	A	2.75	A	2.87	A
	F 검 중		50.92***		35.07***		125.60***		32.40***		43.39***		93.33***	
	상	137	2.09	C	1.69	C	1.75	C	2.29	C	1.75	C	1.91	C
심 리 적 만 족 도 <sup>b)</sup>	중	196	2.55	B	2.38	B	2.10	B	2.53	B	2.17	B	2.37	B
	하	130	3.20	A	2.92	A	2.82	A	2.99	A	2.87	A	2.98	A
	F 검 중		86.03***		93.59***		77.83***		28.86***		64.78***		138.44***	
사 회 심 리 적 변 인	상	140	2.16	C	1.85	C	1.64	C	2.31	C	1.83	C	1.96	C
	중	190	2.57	B	2.29	B	2.10	B	2.52	B	2.16	B	2.35	B
	하	127	3.15	A	2.94	A	3.00	A	3.00	A	2.84	A	3.00	A
F 검 중		66.18***		70.98***		154.25***		27.09***		51.85***		131.29***		

(D. = Duncan's Multiple Range Test) \*P<.05 \*\*P<.01 \*\*\*P<.001

a) 사회경제적 지위는 1점에서 9점까지의 점수분포를 지니는 사다리 모형을 이용해 기혼여성 스스로 생각하는 자신의 주관적 지위 정도를 기입케 하여 산출하였는데, 각각 1점~3점까지는 하류층·4점~6점까지는 중류층·7점~9점까지는 상류층으로 분류하였다.

b) 집단별 차이검증을 위하여 커뮤니케이션 상호작용·자원 인지도·심리적 만족도의 점수를 평균(M)과 표준편차(SD)를 이용하여, M+1/2SD 이상·M+1/2SD~M-1/2SD사이·M-1/2SD 이하의 상·중·하 세 집단으로 분류하였다.

수 있는 매우 중요한 예측변인이라고 할 수 있다.

③ 자원 인지도 : 자원 인지도가 높은 사람은 보통으로 지각한 사람보다 스트레스 정도가 낮고 또, 보통 정도의 자원을 소유한 사람은 결핍한 자원을 가진 사람보다 스트레스를 덜 받는 것으로 나타났다. 즉, 이와 같이 각 집단간에 통계적으로 유의한 차이를 보인 것은 기존의 연구결과(McCubbin, 1979; Lazarus & Folkman, 1984; 정민자, 1983; 전세경, 1988)와 맥을 같이 하는 것으로 결국 자원이 스트레스를 방지해 주는 기본적인 자산이며 같은 상황이라도 이를 완화시켜 주는 주요 변인임을 나타내는 것이라 할 수 있다.

④ 심리적 만족도 : 모든 하위영역을 포함한 전체 스트레스 수준을 비교한 결과, 심리적 만족도가 높아질수록 스트레스 수준이 감소하고 반대로 심리적 만족도가 낮아질수록 스트레스 수준이 높아지는 매우 의미있는 차이( $P < .001$ )를 보였다. 이러한 결과는 심리적 만족도가 기혼여성의 스트레스에 직접적인 영향을 미치는 매우 의미있는 변인임을 시사하는 것으로, 여성에 있어 특히 가족관계에 대한 만족도가 여성자신의 정신건강 상태를 좌우하는 가장 근본적이고도 총체적인 기능임을 알 수 있다.

4) 가정생활상의 스트레스 수준과 인성 변인

(연구문제 4)를 규명하기 위하여 인성 변인에 따른 스트레스 수준을 검증한 결과 표 6과 같이 나타났다.

① 일에 대한 자아정체감 : 일에 대한 자아정체감 수준이 높은 사람은 보통으로 인지한 사람보다 스트레스 정도가 낮고 또 보통 정도의 자아정체감을 확립하고 있는 사람은 취약한 자아정체감을 지닌 사람보다 스트레스를 덜 받는 것으로 나타났다. 즉, 기혼여성 자신이 하고 있는 일과 역할에 대해 확고한 자아정체감을 형성했을 때 자신에 대한 평가가 긍정적이고 현실 적응이 잘 이루어져 결국 스트레스를 덜 인지하게 된 것이라고 사료된다.

5) 가정생활상의 스트레스 수준에 영향을 미치는 변인

표 6. 인성변인에 따른 가정생활상의 스트레스 수준(N=463)

인성 변인	구분	N	주부역할		가정경제		가족관계		가사노동		긴장		전체	
			문	제	문	제	문	제	문	제	문	제	문	제
일에 대한 자아정체감 <sup>a)</sup>	상	161	2.25	1.93	1.88	2.24	1.96	2.05	2.05	1.96	2.05	2.05	2.05	2.05
	중	154	2.58	2.42	2.19	2.62	2.21	2.62	2.21	2.21	2.41	2.41	2.41	2.41
	하	148	3.00	2.67	2.56	2.93	2.60	2.93	2.60	2.60	2.76	2.76	2.76	2.76
F 검증			37.72***	33.39***	28.42***	30.06***	19.86***	58.56***	58.56***	58.56***	58.56***	58.56***	58.56***	58.56***

(D. = Duncan's Multiple Range Test) \* $P < .05$  \*\* $P < .01$  \*\*\* $P < .001$

a) 집단별 차이검증을 위하여 일에 대한 자아정체감의 점수를 평균(M)과 표준편차(SD)를 이용하여,  $M + 1/2SD$  이상 ·  $M + 1/2SD \sim M - 1/2SD$  사이 ·  $M - 1/2SD$  이하의 상 · 중 · 하 세 집단으로 분류하였다.

표 7. 가정생활상의 스트레스에 대한 단계적 중회귀분석(N=463)

종속변인 : 전체 스트레스

독립변인	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	Partial R <sup>2</sup>	F
자원 인지도	-0.478	-0.412***	0.511	0.511	132.916***
심리적 만족도	-0.379	-0.406***	0.584	0.073	21.935***
회귀 상수			5.411		
R <sup>2</sup>			0.584		

종속변인 : 주부역할 문제영역

독립변인	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	Partial R <sup>2</sup>	F
자원 인지도	-0.666	-0.515***	0.394	0.394	82.454***
사회경제적 지위	-0.099	-0.189*	0.417	0.023	4.942***
회귀 상수			5.410		
R <sup>2</sup>			0.417		

종속변인 : 가정경제 문제영역

독립변인	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	Partial R <sup>2</sup>	F
심리적 만족도	-0.474	-0.394*	0.427	0.427	94.506***
자원 인지도	-0.517	-0.346***	0.479	0.053	12.769***
회귀 상수			5.726		
R <sup>2</sup>			0.479		

종속변인 : 가족관계 문제영역

독립변인	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	Partial R <sup>2</sup>	F
심리적 만족도	-0.618	-0.520*	0.634	0.634	219.708***
커뮤니케이션 상호작용	-0.430	-0.346***	0.677	0.043	16.775***
회귀 상수			5.994		
R <sup>2</sup>			0.677		

종속변인 : 가사노동 문제영역

독립변인	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	Partial R <sup>2</sup>	F
자원 인지도	-0.505	-0.352*	0.124	0.124	17.99***
회귀 상수			4.335		
R <sup>2</sup>			0.124		

종속변인 : 건강 문제영역

독립변인	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	Partial R <sup>2</sup>	F
자원 인지도	-0.021	-0.374**	0.310	0.310	56.965***
커뮤니케이션 상호작용	-0.361	-0.265***	0.346	0.037	7.079**
회귀 상수			5.581		
R <sup>2</sup>			0.346		

\*P<.05 \*\*P<.01 \*\*\*P<.001

관련변인들이 가정생활상의 스트레스 수준에 미치는 독립적인 영향력을 파악하기 위하여, 가족형태 변인을 제외한 모형내의 모든 변인들을 독립변인으로 설정하여 단계적 중회귀분석을 실시하고 5%수준 이상에서 유의적인 변인들을 선정하였다. 표 7에서 보듯이, 전반적인 가정생활상의 스트레스 수준에 가장 큰 영향을 미치는 유의한 예측변인은 자원 인지도( $\beta = -0.412$ )와 심리적 만족도( $\beta = -0.406$ )로 나타났으며 그의 독립변인들의 기여도는 통계적으로 유의하지 않았다. 또한, 이들 2개 변인에 의한 설명력이 약 58%임을 볼 때 결국 기혼여성들이 다양한 자원을 소유하고 만족스런 가족관계를 지닐수록 가정생활상의 스트레스 정도가 극소화된다고 결론지을 수 있다.

하위영역별로 나누어 살펴보면 각각 「주부역할문제」영역에서는 자원 인지도( $\beta = -0.515$ )와 사회경제적 지위( $\beta = -0.189$ )가 영향력있는 변인으로 약42%의 설명력을 갖고 있으며, 「가정경제문제」영역에서는 심리적 만족도( $\beta = -0.394$ )와 자원 인지도( $\beta = -0.346$ )가 주요 예측변인으로 약48%의 설명력을 갖는 것으로 나타났다. 또한, 「가족관계문제」영역에서는 심리적 만족도( $\beta = -0.520$ )와 커뮤니케이션 상호작용( $\beta = -0.346$ )이 영향력을 미치는 변인으로 약 68%의 설명력을 지녔으며, 「가사노동문제」영역에서는 자원 인지도( $\beta = -0.352$ )만이 약12%의 설명력을 갖고 있었다. 그리고, 「건강문제」영역에서는 자원 인지도( $\beta = -0.374$ )와 커뮤니케이션 상호작용( $\beta = -0.265$ )이 유의미한 변인으로 약35%의 설명력을 지닌 것으로 나타나 전체적으로 사회심리적 변인이 가정환경 변인이나 인성 변인보다 가정생활상의 스트레스 수준에 더 큰 영향력을 미친다고 볼 수 있으며, 결국 스트레스를 극소화하기 위한 방법도 이러한 측면에서 관심을 가져야 할 것이다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 현대 기혼여성들이 가정생활에서 겪게 되는 스트레스 정도와 요인을 규명하고 이에 영향을 미치는 관련 변인들간의 상호관계를 확인

하고자 하였다. 그리하여, 시사되는 문제점들을 조기에 진단하고 나아가 이로 인해 나타날 수 있는 가정관리능력의 저하방지와 정신건강 향상에 도움을 주어 현대 가정생활의 질을 측정할 수 있는 하나의 기초적인 자료로서 활용되는 데 그 목적을 두었다.

연구문제에 따른 분석결과를 토대로 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다.

1) 기혼여성이 지각한 가정생활상의 스트레스는 57.70점(100점 환산시 48.08점)으로 중간정도의 수준을 나타냈다. 하위영역별로는 「주부역할문제」영역 및 「가사노동문제」영역, 「가정경제문제」영역 및 「건강문제」영역, 「가족관계문제」영역 순으로 스트레스 수준을 보이고 있어 가정생활에서 외형적으로는 남녀평등 사상이 많이 보편화되어 있기는 하지만 실질적인 면에서는 여전히 전통성을 고수하는 부분이 많아 주부역할과 가사노동같은 성역할(Sex Role) 수행시 스트레스를 야기시키는 요인이 많음을 알 수 있다.

2) 가정환경 변인에 따른 가정생활상의 스트레스 수준은 가족형태를 제외한 모든 연령( $P < .01$ ), 학력( $P < .001$ ), 월평균가계소득( $P < .001$ ), 자녀수( $P < .01$ ), 취업여부( $P < .01$ ) 변인에 따라서 유의한 차이를 나타냈으며, 특히 국졸집단과 39만원이하의 저소득층·5명 이상의 자녀를 둔 기혼여성의 스트레스 수준이 높게 나타나고 있음을 볼 때 이들에 대한 국가적 차원의 계몽과 복지대책이 시급히 이루어져야 할 것이다.

3) 사회경제적 지위, 커뮤니케이션 상호작용, 자원 인지도, 심리적 만족도의 사회심리적 변인에 따른 가정생활상의 스트레스 수준은 모두  $P < .001$  수준에서 매우 의미있는 차이를 나타내고 있어 이들 변인의 수준향상이 요구되어진다.

4) 일에 대한 자아정체감인 인성 변인에 따라서도 가정생활상의 스트레스 수준은  $P < .001$ 의 의미있는 차이를 보이므로, 기혼여성들은 자신이 맡은 일과 역할에 대해 올바르게 인식하여 가정생활에서 요구되는 뚜렷한 자아관을 확립하도록 해야 할 것이다.

5) 가정생활상의 스트레스 수준에 가장 큰 영

향력을 미치는 유의한 예측변인은 자원 인지도 ( $\beta = -0.412$ )와 심리적 만족도( $\beta = -0.406$ )로 드러났으며, 스트레스를 완화시켜 줄 수 있는 이들 변인의 설명력은 약 58%로 나타났다.

끝으로, 이상의 연구결과와 논의를 바탕으로 본 연구가 제언하는 바는 다음과 같다.

첫째, 과거 자연과학에서 다루어지던 병리적 개념의 스트레스 개념이 아니라 현대양상에 적합하게 재정립된 새로운 스트레스 개념으로서의 의미 전환이 이루어져야 할 것이다.

둘째, 본 연구는 수량적 접근으로 개인의 지각 정도를 측정하는 등의 방법론적 한계성을 지니고 있으므로 이를 바탕으로 보다 정교하고 종합적 고찰이 가능한 척도개발과 함께 면접과 관찰을 포함한 다양한 연구로 방법론적 향상이 이루어져야 할 것이다.

셋째, 기혼여성이 가정생활 영역에서 겪는 스트레스는 지극히 정상적인 현상이므로 이를 가장 극소화할 수 있는 전문적 상담기관과 더불어 사전예방을 위한 매스컴 및 사회교육 기관의 Program이 개발되어야 할 것이다.

넷째, 개방된 질문지를 사용하여 기혼여성들의 스트레스를 야기시키는 문제들을 살펴본 결과 자녀교육에 대한 문제·급격한 물가상승에 따른 가계운영의 어려움과 주택에 대한 문제·시댁과의 마찰에 관한 문제·증가된 시간활용의 어려움에 대한 문제·환경과 공해에 대한 문제 등을 많이 지적하였다. 이를 통해 볼 때, 앞으로의 스트레스 연구는 가정영역 밖에서 야기된 근접환경 내지 광역환경의 스트레스 요인을 포함한 다각적인 연구와 더불어 직접적으로 스트레스가 가정관리수행이나 목표달성에 어떠한 영향을 끼치는지에 대한 후속연구도 실시되어야 할 것이다.

### 참고문헌

- 1) 권경희(1986). 한국도시주부의 심리적 디스트레스에 관한 연구. 이대 석사학위논문.
- 2) 김명자(1989). 중년기 위기감 및 그 관련변인에 관한 연구. 이대 박사학위논문.
- 3) 김영규(1980). 연령, 성, 사회계층별 일상생활상의 스트레스와 적응방법의 비교, 경북대 석사학위논문.
- 4) 김은심·최영희(1988). 부부의 역기능적 의사소통 유형과 부인의 정신·신체증상 호소정도와의 관계. 간호학회지 18(2), 135-151.
- 5) 나동석(1980). 신경정신과에 입원한 여성신경증적 장애환자의 결혼역동에 관한 임상적 연구. 중대 석사학위논문.
- 6) 남유리(1989). 취업주부와 비취업주부의 스트레스 지각에 관한 비교 연구. 이대 석사학위논문.
- 7) 문인숙(1984). 어머니의 결혼만족도가 자녀의 인성 및 양육태도에 미치는 영향. 고대 석사학위논문.
- 8) 박난희(1987). 가정생활에서 주부가 받는 스트레스 요인과 그 적용에 관한 연구. 동덕여대 석사학위논문.
- 9) 송말희(1986). 도시주부의 커뮤니케이션 이해도와 결혼만족도간의 관계 연구. 숙대 석사학위논문.
- 10) 숙대 아세아여성문제연구소(1986). 여성학. 서울 : 숙대출판부.
- 11) 안황란(1985). 초임부의 스트레스 감소에 미치는 지지 강화교육의 효과에 관한 실험적 연구. 간호학회지 15(1), 5-16.
- 12) 이광주(1988). 주부의 스트레스 요인과 대응방법에 관한 연구. 효성여대 석사학위논문.
- 13) 이동원(1976). 직업여성의 이중역할에 관한 연구. 이대 한국문화원 논총 27, 229-266.
- 14) 이정우·안동선(1984). 도시부부의 커뮤니케이션 상호작용에 관한 연구. 숙대 아세아여성연구 23, 149-171.
- 15) 이정우·장병옥(1987). 기혼여성의 의사소통 유형과 스트레스에 관한 연구. 숙대 아세아여성연구 26, 215-241.
- 16) 이종목(1985). 조직에 있어서의 스트레스 요인 및 그 조정변인에 관한 소고. 행동과학연구 7, 231-247.
- 17) 이평숙(1984). 생활사건과 관련된 스트레스량 측정에 관한 방법론적 연구. 연대 박사학위논문.
- 18) 장병옥(1985). 도시 주부의 스트레스 인지수준 및 적응방법에 관한 연구. 숙대 석사학위논문.
- 19) 전산초(1977). 건강사업과 간호전문직. 간호학회보 6, 10-22.
- 20) 전세경(1988). 가족스트레스와 가족자원 및 적



- 용에 관한 연구. 중대 석사학위논문.
- 21) 정민자(1983). 부부가족의 가족스트레스와 사회 심리적 가족자원에 관한 연구 서울대 석사학위 논문.
  - 22) 최승순(1987). 가족유형에 따른 주부의 우울성향 비교 연구. 서울대 석사학위논문.
  - 23) 최외선(1985). 여성과 성역할. 경북 : 영남대 출판부.
  - 24) 최태진(1980). 한국에 있어서 사회 재적응 평가 척도에 관한 예비적 연구. 경북대 석사학위논문.
  - 25) 최해림(1986). 한국 대학생의 스트레스 현황과 인지-행동적 상담의 효과. 이대 박사학위논문.
  - 26) Apley, J.(1974). The significance of life events. *Developmental Medical Child Neurology* 16.
  - 27) Bernard, J.(1976). Stress and the family. *Journal of Home Economics* 68, 6-10.
  - 28) Bernard, J.(1982). The future of marriage. New Haven : Yale University Press(2nd Ed.).
  - 29) Bronson, G.W.(1959). Identity diffusion in late adolescents. *Journal of Abnormal and Social Psychology* 59, 414-417.
  - 30) Chesler, P.(1972). Women and madness, Garden City : Doubleday.
  - 31) Dohrenwend, B.S.(1973). Live events as stressors : A methodological inquiry. *Journal of Health and Social Behavior* 14, 167-175.
  - 32) Good, W.J.(1963). World revolution and family patterns. New York : The Free Press.
  - 33) Gore, S. & Mangione, T.W.(1983). Social roles, sex roles and psychological distress : Additive and interactive models of sex differences. *Journal of Health and Social Behavior* 24, 300-312.
  - 34) Gove, W.R. & Greeken, M.R.(1976). The effect of children and employment on mental health of married men and women. *Social Forces* 56, 66-76.
  - 35) Gove, W.R. & Tudor, J.F.(1973). Adult sex roles and mental illness. *American Journal of Sociology* 78, 812-835.
  - 36) Gove, W.R. & Tudor, J.F.(1973). Changing women in a changing society. Chicago : The University of Chicago Press.
  - 37) Hartl, D.E.(1980). Stress management and the nurse. *Advances in Nursing Science* 3, 91-100.
  - 38) Holmes, T.H. & Rahe, R.H.(1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research* 11, 213-218.
  - 39) Jalowice, A. & powers, H.J.(1981). Stress and coping hypertensive and emergency room patients. *Nursing Research* 30, 10-15.
  - 40) Lazarus, R.S.(1984). Patterns of adjustment and human effectiveness. New York : McGraw-Hill Book Company.
  - 41) Lazarus, R.S & Folkmans, S.(1984). Stress, appraisal and coping. New York : Springer Publishing Company.
  - 42) Lopta, H.Z.(1971). Occupation : Housewife. New York : Oxford University Press.
  - 43) McCubbin, H.I.(1979). Integrating coping behavior in family stress theory. *Journal of Marriage and the Family* 41,237-244.
  - 44) McCubbin, H.I., et al.(1980). Family stress and coping : A decade review. *Journal of Marriage and the Family* 42, 855-871.
  - 45) Nye, F.I. & Carlson, J.(1970). Family size interaction affect and stress. *Journal of Marriage and the Family* 32.
  - 46) Paykel, E.S., Prusoff, B.A. & Uhlenhuth, E.H. (1971). Scaling of life events. *Archives of General Psychiatry* 25, 340-347.
  - 47) Radloff, L.(1975). Sex differences in depression : The effects of occupation and marital status. *Sex Roles* 1, 249-265.
  - 48) Ross, C.E., Mirowsky, J. & Ulbrich, P.(1983). Distress and the traditional female role : A comparison of mexicans and anglos. *American Journal of Sociology* 89, 670-682.
  - 49) Rowland, V.T., Dodder, R.A. & Nickols, S.T.(1985). Perceived adequacy of resources : Development of a scale. *Home Economics Research Journal* 14, 218-225.
  - 50) Snyder, D.K.(1979). Multidimensional assessment of marital satisfaction. *Journal of Marriage and the Family* 41, 813-823.
  - 51) Uhlenhuth, E. H., et al.(1974). Symptom intensity and life stress in the city. *Archives of General Psychiatry* 31.

