

개인적자원이 스트레스인지도에 미치는 영향

An Effect of Individual Resources on Stress

영남대학교 가정대학 가정관리학과

강사 : 李映錫

영남대학교 가정대학 가정관리학과

교수 : 崔外仙

Dept. of Home Management Yeungnam University

Lecturer : Young Suk Lee

Dept. of Home Management Yeungnam University

Prof. : Wae Sun Choi

〈목 차〉

I. 서론

II. 이론적 배경

III. 연구방법

IV. 결과 및 해석

V. 결론 및 제언

참고문헌

〈Abstract〉

The purpose of this study is to investigate the perceptual degree of Stress on family life events, and find out that family environment variables and individual resources among the family resources have effected on Stress.

For the data, 316 mothers who first child is preschool were selected.

The data were analysed with the spss pc⁺ program using M, SD, Factor analysis, one-way analysis of variance, Regression.

The main results are as follows;

First, the perceptual degree of stress is relatively middle. Second, among the family environment variables mother's age, father's age, mother's educational level, father's educational level, mother's job have influence on the stress. Third, among the individual variables health, self-esteem have influence on the stress.

I. 서 론

1. 연구목적

개인이나 가족은 일상생활을 영위해 가는 과정에서 때로는 바람직하지 못한 생활사건(undesirable life event)에 직면하게 되며, 비록 차이는 있다 할지라도 stress를 느끼며 그에 대처하는 행동양식을 가진다. 또한 우리는 일상생활에서 경험할 수 있는 임신, 출산, 은퇴, 배우자사망과 같은 일상적 생활사건(normative life event)이외에 화재, 질병, 예기치 않은 가족원의 죽음, 도난, 사고등의 비일상적 생활사건(nonnormative life event)도 직면하게 된다. 비록 처음에는 가족 가운데 어느 한 사람이 경험하는 사건일지라도 그것은 다른 가족성원에게 영향을 미치게 되고, 결국 한 개인의 문제가 아니라 가족 전체의 문제가 된다. 이러한 생활사건의 변화는 개인 또는 가족의 재적응을 요구하게 되고, 이에 제대로 적응하지 못하면 심리적 손상을 가져오고 때로는 신체적, 정서적 질병의 원인이된다(Seyle, 1974). 그러나 모든 가족이 똑같은 스트레스적 사건상황에서 스트레스를 받는 것은 아니다. 가족원 각자가 가진 個人的 資源은 家族體系의 內的資源이나 社會的 資源과 함께 다양한 스트레스 요인에 대처하는 데 있어서 훌륭한 대응자원이 된다 즉, 신체적 정신적 건강, 자아 존중감, 자기통제력, 스트레스에 관한 지식이나 기술과 같은 자원의 존재여부는 가족이 스트레스를 어느 정도 강하게 받는가에 영향을 미친다. 그러므로 자원을 적절히 보유하고 있는 가족이라면 스트레스의 강도를 어느정도 줄일 수도 있으며 사전에 방지할 수도 있을 것이다.

같은 시기의 사람은 유사한 발달특성을 갖고 사회적으로 부과되는 역할에 의해 역할전환을 이루며 유사한 경험을 하듯, 같은 단계에 있는 가족은 유사한 문제에 직면하는 경우가 많다. 가족주기(family life cycle)별로 볼 때 아동양육의 책임과 경제적 부담이 커지기 시작하는 젊은 가족에서 가족 생활사건의 누적(pile up)은 모-자애착불안이나 아동의 만성질환과 같은 부모자녀관계에 영향을 미친다 (McCubbin et.

al., 1980 ; 이영순, 1990). 가족주기 중 자녀출산에서 취학하기전 단계에서는, 남편은 사회적으로 활발하게 활동하는 시기이며, 가족내에서는 자녀출산으로 가족수가 늘어나고 또한 양육이 행해지는 시기이므로, 주부로 하여금 육체적 정신적으로 가장 힘들고 에너지 소비가 큰 때이다.(서병숙 외: 1989). 본 연구는 이 시기의 스트레스인지도에 영향을 미치는 한 변인으로써 가족원의 개인적자원을 밝혀내어 스트레스에 관한 올바른 이해의 일면을 제공하기 위한 필요성에서 시작되었다.

그래서, 본 연구에서는 우선 가족생활주기 중 첫 자녀가 취학전인 어머니가 겪는 생활사건에 대한 스트레스 인지정도를 알아보고 어머니의 개인적자원이 스트레스의 심각도에 어떻게 영향을 미치는지를 알고자 하는데 목적을 두었다. 나아가 이에 대한 적절한 대처방안의 모색과 생성될 수 있는 스트레스적 요소를 제거시키기 위한 예방적 자료를 제시하고자 한다.

2. 연구문제

연구목적에 바탕으로 다음과 같이 연구문제를 설정하였다.

- 1) 학령전기 가족의 어머니가 인지하는 스트레스의 일반적 경향은 어떠한가?
- 2) 가족환경적변인이 스트레스인지도에 영향을 미치는가?
- 3) 생활사건의 각 영역에서 개인적 자원이 스트레스인지도에 영향을 미치는가?

3. 용어의 정의

본 연구에서 사용되는 용어의 조작적 정의는 다음과 같다.

학령전기 가족 : 첫자녀가 국민학교 취학전인 가족.

생활사건 : 가족생활상 일어나는 일들을 말하며 적응이 요구되는 사건.

가족환경적변인 : 조사대상자 가족의 사회인구학

적인 특성.

가족자원 : 가족이 가진 스트레스 대응자원. 여기에는 개인적자원, 가족체계의 내적자원, 사회적자원이 있다.

개인적자원 : 스트레스 대응자원 중 필요한 시기에 이용할 수 있는 개인이 가진 잠재적 특성. 여기에는 재정적안정, 인지적자원, 건강정도, 자아감이 포함된다.

재정적 안정 : 가족수입과 그 만족도.

인지적자원 : 개인의 교육수준과 그 만족도.

건강정도 : 개인의 건강에 대한 자기평가.

II. 이론적 배경

1. 스트레스와 생활사건(life events)

스트레스란 욕구 충족의 여러가지 원인에 의해 장애를 받을 때를 말하며(이현수, 1985)인간에게 재적응을 요구하는 사건으로 변화의 원인 그 자체(Kobasa, 1979)이다. 스트레스에 관한 연구가 개인을 대상으로 한 Selye의 논문(1939) 이후 미국의 가족사회학자들이 가족스트레스 연구의 확산을 가져왔다. 특히 Hill(1949)은 가족스트레스 이론의 형성에 기여를 마련하였다. 가족 스트레스연구가 활발했던 1970년대의 연구들은 그의 ABCX모델을 기초로 이루어졌다. 한편, 가족생활에서 나타나는 스트레스는 개인이나 가족의 내외적인 환경 및 사회심리적 환경으로부터 발생한다. 생활환경에서 일어나는 여러가지 일들 즉, 생활사건(life events)은 정도의 차이는 있으나 개인이나 가족에게 어느정도 스트레스를 느끼게 한다. 생활사건(life events)이란 바람직한 것이든 바람직하지 않는 것이든 간에 적응이 요구되는 생활의 변화를 의미하는 사건이다. 1960년대 이후 생활사건 자체가 스트레스원(stressor)으로 간주되고 가족스트레스연구가 활발히 진행되었다. 이들 연구에서 생활사건의 변화는 신체적증상과 정서상태의 변화를 초래한다는 결과가 계속적으로 입증되었다(Holmes & Rahe, 1967; Selye, 1974). Holmes &

Rahe(1967)는 SRRS(Social Readjustment Rating Scale)라는 스트레스를 측정하기 위한 척도를 개발하였다. 이평숙(1984)은 이것을 사회재적응 평정척도로 번역하였고, 최근 McCubbin등(1982)의 FILE(Family Inventory of Life Events and Changes)은 SRRS를 기초로 하여 이루어 졌다. 스트레스를 야기시키는 源으로써 생활사건은 일상적 사건(normative events)과 비일상적 사건(nonnormative events)으로 구분할 수 있다. 일상적 사건에는 결혼, 출산, 자녀 입학, 졸업, 독립, 결혼, 은퇴, 배우자와의 사별등이 있으며, 비일상적 사건에는 자연재해(태풍, 홍수, 지진등), 전쟁으로 인한 이별 전사, 전근, 직업상 스트레스, 해고, 별거, 이혼, 가정내 폭력, 성역할 변화(맞벌이), 실업, 불황, 가족원의 질병, 기타 예기치 못한 사건들이 속한다.(McCubbin, et. al., 1980; 김양희, 1991)

2. 개인적자원 (Individual resources)

개인이나 가족은 스트레스를 유발하는 사건과 그 사건으로 인한 어려움(hardship)에서 나타나는 요구와 필요를 충족시킬 수 있는 가족의 능력을 필요로 한다. Hill의 B요인 즉, 가족위기-자원의 충족은 가족스트레스의 중심역할로서 상당한 관심을 받아왔다. 그러한 자원들은 가족이라는 체계내에 들어오는 스트레스 유발사건에 대처할 수 있도록 도움을 준다. 가족의 대응자원으로는 가족 개개인이 가진 개인적자원, 가족의 응집력과 적응력에 의한 가족체계의 내적자원, 사회적 연결망을 통한 정보제공과 지지를 포함하는 사회적자원이 있다. 본 연구에서 다루고자 하는 가족자원의 영역은 개인적자원으로 국한하였다. 개인적자원은 필요한 시기에 이용할 수 있는 가족내 개인이 가진 잠재적 특성을 말한다(McCubbin et. al., 1980). 가족내 각 구성원이 충분하고 적절한 자원을 가졌다면, 그들은 스트레스상황을 덜 심각하게 여길 것이다. 개인적자원의 구성요소로는 재정적안정, 인지적자원, 건강정도, 심리적자원이 있다 (McCubbin et. al., 1980).

a. 재정적안정

재정적안정은 가족주기별로 볼 때 스트레스와 크게 관련되어 있다. 특히 자녀출산단계, 사춘기자녀가 있는 단계, 자녀독립단계, 은퇴단계에서 큰 문제가 되며, 이 시기에 육구충족이 되지 않을 때 스트레스를 심하게 느낀다(Olsen et.al., 1983). 소득이나 직업은 사회계층을 결정지며, 사회계층이 낮은 집단은 직업불안정, 경제적 빈곤 등의 부정적 생활경험을 더 많이 겪고 있기 때문에 생활사건으로 인한 스트레스가 항존한다. 이것이 누적되면 건강상태악화, 질병이 동반하고 긴장, 갈등이 계속적으로 깔리게 된다(이효재, 1972 ; McCubbin et.al., 1980 ; Turner et.al., 1983). 많은 연구에서 가정생활의 불만이나 갈등, 긴장의 요인으로써 가족수입이 크게 작용하고 있다고 지적되고 있다(정민자, 1992).

b. 인지적자원

인지적자원은 스트레스에 대한 지각능력, 문제해결기술등이 포함되는데 똑같은 스트레스요인에 대해서 감지하는 긴장의 강도는 개인마다 다르다. 즉, 그 자신이 스트레스에 대한 정보나 대응훈련이 적절히 되어 있다면 스트레스를 일으키는 자극이 와도 강하게 느끼지 않는다는 보고(McCubbin et.al., 1980)가 있다. 일반적으로 학력이 높으면 스트레스에 관한 지식이나 정보를 더 많이 습득하는 경향이 있으며(장병옥, 1985), 심리적 스트레스 수준은 낮은 것으로 생각되어 왔다. 그러나 또 다른 연구(정민자, 1992 ; 송금순, 1984 ; 김윤주, 1977 ; Jalowiec & Powers, 1981)에서는 교육정도와 주부의 심리적 스트레스간에 의미있는 결과가 나타나지 않았다.

c. 건강정도

스트레스인지도에 영향을 미치는 요인으로 신체적 건강정도를 들 수 있다. 건강상태가 좋을수록 자아긍정감과 가정생활에 대한 만족도가 높다는 결과가 있다(손현숙, 1992).

d. 자아감

Pealin & Schooler(1978)는 긴장으로 인한 stressful

한 결과를 감소시킬 수 있는 개인의 3가지 심리적 자원을 밝혀냈다. 즉, 자기 자신에 대한 긍정적 태도인 자아존중감, 자기 자신에 대한 부정적 태도인 자아비하감, 사건이 있을 때마다 통제, 조절할 수 있는 능력인 자기통제력이 이에 속한다.

Ⅲ. 연구방법

1. 조사대상 및 자료수집

조사대상은 학령전기 가족의 어머니 316명을 대상으로 하였다. 본 조사에 앞서 예비조사를 실시하였는데 여기서 문안수정과 보완, 척도의 재구성을 하였다. 본조사는 1992년 6월부터 7월까지 실시되었다. 조사방법은 질문지법을 사용하였으며 대구시내 수성구, 동구 내 5개교의 유아원 및 유치원의 원아에게 배부한 다음 3일 후 회수하였다. 배포한 질문지 400부 중 328부가 회수되었으나 내용이 부실한 것과 첫 자녀가 학령전기가 아닌 경우를 제외하고 316부를 본 연구의 분석자료로 사용하였다. 연구대상자의 일반적 특성은 <표 1>에 나타난 바와 같다.

2. 측정도구

(1) 가족 스트레스 목록

가족스트레스 인지 정도를 측정하기 위해 Holmes & Rahe(1967)의 SRRS (Social Readjustment Rating Scale)에 근거를 두고 이평숙(1984)이 한국실정에 맞게 재구성한 사회재적용 평정척도를 사용하였다. 문항은 학령전기가족에 해당하는 29문항으로 구성하였고, 응답자가 경험한 사건을 스트레스원으로 보고 그에 따른 긴장과 부담감의 점수가 높을수록 가족스트레스 심각도가 높은 것으로 하였다. 요인분석에 의해 7개의 요인이 추출되었다. 요인 1는 질병 및 죽음(5문항), 요인 2는 가사노동(5문항), 요인 3은 가족 및 친족관계(7문항), 요인 4는 위법행위(3문항), 요인 5는 직장 및 대인관계(2문항), 요인 6은 경제문제(5문항), 요인 7은 임신 및 유산(2문항)으로 명명하였다. 각 문항은 4점 척도로 구성되었으며, 생활

<표 1> 조사대상자의 일반적 특성

변 인	구 분	빈 도(%)	변 인	구 분	빈 도(%)
부 인 연 령	29세이하	76(24.1)	부인교육수준	국졸이하	5(1.6)
	30-34세	194(61.4)		중 졸	53(16.8)
	35세이상	46(14.6)		고 졸	135(42.7)
	무 응 답	0		대졸이상	123(38.9)
	M=31.575	S.D=2.828		무 응 답	0
남 편 연 령	29세이하	23(7.3)	남편교육수준	M=12.732	S.D=2.676
	30-34세	156(49.4)		국졸이하	2(0.6)
	35세이상	136(43.0)		중 졸	21(6.6)
	무 응 답	1(0.3)		고 졸	107(33.9)
	M=34.070	S.D=3.422		대졸이상	186(58.9)
결혼지속년수	4년이하	40(12.7)	부 인 직 업	무 응 답	0
	5-9년	260(82.3)		M=14.128	S.D=2.569
	10년이상	16(5.1)		전 문 직	24(7.6)
	무 응 답	0		관 리 직	35(11.1)
	M=6.481	S.D=1.986		사 무 직	21(6.6)
자 녀 수	1명	132(41.8)	남 편 직 업	판매서비스직	25(7.9)
	2명	174(55.1)		노 무 직	23(7.3)
	3명이상	10(3.2)		무(주부)	185(58.5)
	무응답	0		무 응 답	3(0.9)
	M=1.620	S.D=0.570		전 문 직	29(9.2)
첫자녀연령	3세이하	16(5.1)	가 족 형 태	관 리 직	103(32.6)
	4세	49(15.5)		사 무 직	98(31.0)
	5세	73(23.1)		판매서비스직	39(12.3)
	6세	106(33.5)		노 무 직	37(11.7)
	7세이상	72(22.8)		무 응 답	0(0)
	무 응 답	0(0)		핵 가 족	10(3.2)
	M=5.535	S.D=1.164		확대가족	277(87.7)
월 수 입	49만원이하	3(0.9)	종 교	무 응 답	38(12.0)
	50-99만원	79(25.0)		불 교	1(0.3)
	100-149만원	94(29.7)		기 독 교	88(27.8)
	150-199만원	53(16.8)		천 주 교	65(20.6)
	200-249만원	45(14.2)		기타,무교	37(11.7)
	250만원이상	14(4.4)		무 응 답	122(38.6)
	무 응 답	28(8.9)			4(0.3)
M=1311631.944	S.D=638401.021				

사건에 대한 긴장 및 부담감정도는 전혀 심각하지 않다 1점에서 매우 심각하다 4점까지로 표시하도록 하였다.

(2) 개인적자원척도

개인적자원척도는 연구자가 선행연구(McCubbin et.al., 1980)를 토대로 4가지 차원의 개인적자원을 묻

는 질문지를 구성하였다. 즉, 재정적안정, 인지적자원, 건강정도, 자아감이다. 재정적안정을 알아보기 위해 가족 총수입과 가족수입에 대한 주관적 만족정도에 관한 2문항, 인지적자원은 남편과 부인의 교육수준 및 교육수준에 대한 주관적 만족도 4문항, 건강정도는 건강에 대한 자기평가 1문항으로 구성하였다. 각 변인의 만족도 및 건강정도는 만족하지 않는다 1점에서 아주 만족한다 3점까지, 허약한 편이다 1점에서 건강한 편이다 3점까지로 표시하도록 하였다. 자아감은 개인적자원변인을 구성하는 주요변인으로 볼 수 있기 때문에(McCubbin,1980) 자기존중감과 자기비하감을 포함하고 있는 고병채(1989)의 자아개념검사 총 45문항 중 가정생활에 해당하는 28문항을 대상에 맞게 수정하여 사용하였다. 이문항은 전혀 아니다 1점에서 아주 그렇다 4점까지로 표시하도록 하였다.

3.자료분석방법

본 연구의 분석은 spss pc⁺ program을 이용하여 빈도, 백분율, 평균, 요인분석, 일원변량분석, 회귀분석등을 실시하였다

IV. 결과 및 해석

1.스트레스 경험유무

스트레스 경험유무를 알아본 결과는 <표 2>와 같다. 지난 1년간 스트레스를 받은 경험이 있다고 응답한 문항중 90%이상이 가사노동에 대한 스트레스 경험으로 나타나 가사노동에 스트레스를 가장 많이 경험하고 있음을 알 수 있다. 그 외 결혼생활, 시댁(친정)관계, 경제문제에 대한 스트레스를 대체로(60%이상) 경험하고 있음을 알 수 있다. 낮은 경험률을 나타낸 문항들은 위법행위(30%이하)에 해당되는 것으로 법적문제의 경험은 적다는 것을 알 수 있다.

2.스트레스의 일반적 경향

지난 1년간 가정생활 사건으로 인한 스트레스의 인지정도를 측정한 결과는 <표 3>과 같다. 여기에서는 「경험이 있는」 응답자만을 대상으로 통계분석하였다.

<표 3>에 의하면 전체 스트레스인지정도는 평균 2.31로 중간정도의 심각성을 나타내고 있다. 각 스트레스 요인별 인지정도에서는 질병 및 죽음(요인1)이 가장 높은 심각도를 보였으며 다음으로 가사노동(요인2), 가족 및 친족관계(요인3), 위법행위(요인4)순이며, 임신 및 유산(요인 7)는 가장 낮은 심각도를 보였다. 따라서 가족이나 친지의 질병 및 죽음은 스트레스를 강하게 느끼게 한 사건으로 볼 수 있으며, 가사일에 따른 육체적 피로도 스트레스인지도에 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 스트레스 심각도의 기준점을 2.5점으로 놓고 본다면 분포상 대부분의 항목들이 기준점에 가까운 것으로 나온점으로 보아 주부들이 가정생활사건에 대한 스트레스는 아주 심각하게 받아들이지 않고 있으며 중간이나 중간이하로 심각하게 받아들이는 것으로 볼 수 있다. 이와 같은 결과는 조사대상자의 결혼지속년수가 그다지 길지 않고 (평균 6.5년) 가족주기상 초기(자녀의 학령 전기)에 해당하기 때문에 생활사건의 경험이 적은데서 기인하는 것으로 추측된다. 또 지난 1년간의 경험을 토대로 응답을 요하는 질문지상의 제한점 때문일 수도 있을 것이다.

3. 가족환경적변인이 스트레스인지도에 미치는 영향

스트레스인지도가 가족환경적변인에 따라 차이가 있는지 알아보기 위해 일원변량분석(one-way ANOVA)을 통해 검증하고, Scheffe-test로 하위집단간 차이를 검증하였다. 결과는 <표 4>와 같다.

<표 4>에 의하면 부인연령($P<.001$), 남편연령($P<.001$), 부인교육수준($P<.01$), 남편교육수준($P<.01$), 부인직업($P<.05$)이 스트레스인지도에 유의한 차가 나타났다. 즉, 부인과 남편의 연령, 부인과 남편의 교육수준, 부인의 직업이 스트레스인지도에 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. Scheffe-test에 의한 집단별

〈표 2〉 스트레스 경험유무

	있다(N.%)	없다(N.%)	Tot.N
1. 가사일에 얽매어서 하고싶은 일을 하지 못함	303(96.2)	12(3.8)	315
2. 가사일을 하고나면 지치고 피곤함	305(96.5)	11(3.5)	316
3. 가사일보다 다른종류의 일이 더 잘 됨	288(91.7)	26(8.3)	314
4. 가사일을 할 때 내 자신이 못마땅해서 번민	284(89.9)	32(10.1)	316
5. 가사일이 가치없다고 느낌	301(95.6)	14(4.4)	315
6. 법적 소송사건에 처함	91(28.8)	225(71.2)	316
7. 도둑, 강도, 화재등의 재앙 당함	105(33.2)	211(66.8)	316
8. 본인 또는 가족의 구속, 입건	86(27.2)	230(72.8)	316
9. 남편이 전보다 나를 신임하지 않음	194(61.4)	122(38.6)	316
10. 결혼생활(성생활 포함)에 문제가 생김	230(73.5)	83(26.5)	312
11. 부부간의 성격장애로 인한 의견충돌(또는 싸움)	286(90.8)	29(9.2)	315
12. 남편과의 의견충돌로 인하여 구타당함	123(39.0)	192(61.0)	315
13. 남편의 불성실 및 의도	112(35.7)	202(64.3)	314
14. 자녀와의 불화 또는 의견 불일치	152(48.4)	162(51.6)	314
15. 시대(친정)과의 의견 불일치	224(71.3)	90(28.7)	314
16. 부모(시대, 친정) 또는 친족의 죽음	133(42.8)	178(57.2)	311
17. 본인이 사고를 당하거나 증병을 앓음	101(32.2)	213(67.8)	314
18. 가족원(남편, 자녀)이 사고나 증병을 앓음	166(52.9)	148(47.1)	314
19. 가족원의 병간호	139(44.1)	176(55.9)	315
20. 부모, 형제(시대, 친정)등 친족의 입원	186(59.0)	129(41.0)	315
21. 원하지 않은 임신을 함	151(47.9)	164(52.1)	315
22. 유산 또는 사산을 함	157(50.0)	157(50.0)	314
23. 저당 잡히거나 빚을 짐	126(40.3)	107(59.7)	313
24. 적자생활등으로 인한 생활난	203(64.4)	112(35.6)	315
25. 본인 또는 남편의 직업불만 또는 사업부진	164(52.1)	151(47.9)	315
26. 금전상의 큰 손실 (사기, 돈때임)	130(41.4)	184(58.6)	314
27. 자녀의 교육 및 양육에 대한 경제적 어려움	191(60.6)	124(39.4)	315
28. 본인 또는 남편의 대인관계의 문제	191(60.6)	124(39.4)	315
29. 본인 또는 남편의 직장에서 해고 또는 승진누락	130(41.3)	185(58.7)	315

차이를 보면, 부인연령변인에서 29세이하집단과 30-34세, 35세이상집단간에 차이가 나타나, 20대 어머니가 30대이상 어머니보다 스트레스를 많이 느낀다는 것을 알 수 있다. 이는 정민자(1992)가 20대에서 긴장을 많이 경험한다고 한 연구결과와 일치한다. 남편연령변인에서는 29세이하, 30-34세집단과 35세이상집단간에 차이가 나타나 부인연령변인과 마찬가지로 34세이하의 젊은층이 스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다. 부인교육수준변인에서는 중졸이하집단과

고졸,대졸이상집단간에 차이가 나타났으며, 남편교육수준변인에서는 고졸집단과 대졸이상집단간에 차이가 나타났다. 즉, 교육수준이 낮을수록 스트레스를 많이 받고 있음을 알 수 있다. 이는 장병옥(1985)의 연구결과와 일치한다. 그러나 또 다른 연구(송금순, 1984 ; 김윤주, 1977 ; 정민자, 1992)에서는 교육수준과 주부의 심리적 스트레스간에 의미있는 결과가 나타나지 않았다. 부인직업변인에서는 집단간의 차이는 보이지 않았다. 단지 취업유무에 따른 스트레

〈표 3〉 스트레스인지도의 일반적 경향

요 인	문 항	MEAN		S.D
요 인 II	1.가사일에 얽매어서 하고싶은 일을 하지 못함	2.48	2.42	.66
	2.가사일을 하고나면 지치고 피곤함	2.51		
	3.가사일보다 다른종류의 일이 더 잘 됨	2.30		
	4.가사일을 할 때 내 자신이 못마땅해서 번민함	2.38		
	5.가사일이 가치없다고 느낌	2.78		
요 인 IV	6.법적 소송사건에 처함	2.20	2.27	.79
	7.도둑,강도,화재등의 재앙 당함	2.51		
	8.본인 또는 가족의 구속,입건	2.28		
요 인 III	9.남편이 전보다 나를 신임하지 않음	1.98	2.20	.40
	10.결혼생활(성생활 포함)에 문제가 생김	2.16		
	11.부부간의 성격차이로 인한 의견충돌(또는 싸움)	2.43		
	12.남편과의 의견충돌로 인하여 구타당함	2.40		
	13.남편의 불성실 및 외도	2.23		
	14.자녀와의 불화 또는 의견 불일치	2.11		
15.시댁(친정)과의 의견 불일치	2.74			
요 인 I	16.부모(시댁,친정)또는 친족의 죽음	2.98	2.90	.64
	17.본인이 사고를 당하거나 중병을 앓음	2.59		
	18.가족원(남편,자녀)이 사고나 중병을 앓음	2.30		
	19.가족원의 병간호	2.61		
	20.부모,형제(시댁,친정)등 친족의 입원	2.75		
요 인 VIII	21.원하지 않은 임신을 함	2.38	1.79	.94
	22.유산 또는 사산을 함	2.55		
요 인 VI	23.저당 잡히거나 빚을 짐	2.17	2.10	.37
	24.적자생활등으로 인한 생활난	2.33		
	25.본인 또는 남편의 직업불만 또는 사업부진	2.46		
	26.금전상의 큰 손실 (사기,돈떼임)	2.52		
	27.자녀의 교육 및 양육에 대한 경제적 어려움	2.07		
요 인 V	28.본인 또는 남편의 대인관계의 문제	2.16	2.00	.40
	29.본인 또는 남편의 직장에서 해고 또는 승진누락	2.25		
전 체			2.31	.33

스 인지 정도를 알아본 연구(Booth, 1979 ; 전세경, 1988)에서 취업여성과 그 남편이 비취업여성과 그 남편보다 스트레스를 더 많이 인지한다는 보고와 그 반면 취업유무의 상황에서는 스트레스 점수의 차이가 나타나지 않는다는 보고(장병욱, 1985 ; 정민자, 1992)등이 있으나 다양한 직업직종 차원에서 연구한 결과는 거의 없다. 가족환경적변인 중 가족수입이 스

트레스인지도에 영향을 미치지 않았다는 사실은 정민자(1992)의 연구와 일치한다. 평균소득이 약 130만원임을 감안할 때 최근 경제생활수준의 향상으로 인하여 스트레스를 주는 변인에서 제외되고 있는 점은 주목할 만하다.

〈표 4〉 가족환경적변인에 따른 스트레스인지도

변 인	구 분	평 균(빈도)	F값	Scheffe-test
부 인 연 령	29세이하	46.74(73)	8.0386***	a
	30-34세	38.66(183)		b
	35세이상	34.14(43)		b
남 편 연 령	29세이하	51.05(22)	7.7864***	a
	30-34세	41.58(152)		a
	35세이상	36.10(125)		b
자 녀 수	2명이하	40.03(290)	.0657	
	3명이상	38.44(9)		
월 수 입	99만원이하	41.22(77)	2.0016	
	100-199만원	40.97(137)		
	200-299만원	40.43(48)		
	300만원이상	33.16(37)		
부인교육수준	중 졸	47.57(53)	6.8486**	a
	고 졸	40.00(125)		b
	대 졸 이 상	36.65(121)		b
남편교육수준	중 졸	44.15(20)	5.0153**	
	고 졸	44.13(96)		a
	대 졸 이 상	37.36(183)		b
부 인 직 업	전 문 직	34.75(24)	2.8141*	
	관 리 직	32.52(33)		
	사 무 직	44.00(21)		
	판매서비스직	40.36(22)		
	노 무 직	46.95(22)		
	무(주부)	40.85(175)		
남 편 직 업	전 문 직	33.82(28)	1.8687	
	관 리 직	38.80(100)		
	사 무 직	41.89(94)		
	판매서비스직	40.69(36)		
	노 무 직	45.47(32)		
가 족 형 태	핵 가 족	40.24(263)	.4166	
	확 대 가 족	38.14(36)		

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

4. 개인적자원이 스트레스 각요인에 미치는 영향 다음과 같다.

개인적자원이 스트레스의 각 요인에 미치는 독립적인 영향력을 파악하기 위해 회귀분석으로 검증한 결과는 〈표 5〉와 같다.

〈표 5〉에 의하여 스트레스 하위요인별로 살펴보면

- ① 질병 및 죽음(요인 1)
생활사건 중 개인적 자원에 따른 가족이나 친족의 질병 및 죽음등의 사건에 대한 스트레스인지도에서 는 응답자의 건강정도(P<.001)와 자아감(P<.01)이

〈표 5〉 개인적자원과 스트레스 각요인간의 회귀분석

독립	종속	질병 및 죽음 B(β)	가사노동 B(β)
재정적 안정		-.10796(.05556)	-.35596(-.17331)**
인지적 자원		-.06928(-.30816)	.12953(.11403)
건강 정도		-2.84793(-.31443)***	-.32381(-.05675)
자아감		-.10796(-.19472)**	-.08314(-.02254)***
회귀상수		21.42273	18.78878
Adjusted R ²		.16990	.08437
F 값		14.36215***	7.10459***

가족 및 친족관계 B(β)	위법행위 B(β)	직장 및 대인관계 B(β)
-.18450(-.05626)	-.06577(.03709)	.03273(.02516)
-.02082(-.01152)	-.02126(-.02170)	-.9.53426E-04(-1.327E-03)
-.51040(-.05612)	-1.13534(-.23070)**	.03309(9.1636E-03)
-.23334(-.41908)***	-.09282(-.30714)***	-.03474(-.15693)
28.99041	12.08555	4.91719
.10023	.18340	.02300
17.35867***	15.99164***	1.54224

경제문제 B(β)	임신 및 유산 B(β)	전체 B(β)
-.31287(-.12089)	-.16539(-.11346)	-.77265(-.07166)
-.03308(-.02320)	-.02688(-.103336)	-.06610(-.01102)
-.84162(-.11765)	-.56775(-.14029)*	-6.14396(-.20552)***
-.13349(-.30427)**	-.01967(-.07907)	-.69563(-.37994)***
18.32099	5.30750	108.89977
.15648	.04624	.25411
13.29000***	4.21177**	22.88853***

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

질병 및 죽음 사건에 대한 스트레스인지도에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 건강정도가 양호하지 못할수록, 자아감이 낮을수록 질병이나 죽음에 대한 스트레스 인지정도가 높음을 알 수 있다. 질병이나 죽음은 학령전기가족에서 흔한 일이 아니다. 본 연구에서는 남편이나 자녀의 죽음이 나타나지 않았고 그 외 친족의 죽음에 대한 스트레스인지를 나타낸 것이다. 질병이나 죽음은 재정적이거나 인지적 수준에서 다루어 지는 문제가 아니라 개인의 신체적, 심리적 차원에서 받아들여 진다는 것을 알 수 있다.

② 가사노동(요인 2)

개인적 자원에 따른 가사노동에 대한 스트레스인 지도는 재정적 안정(P<.01)과 자아감(P<.001)이 가사노동 스트레스에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 재정적으로 안정하지 못할수록, 자아감이 낮을수록 가사노동에 대한 스트레스를 많이 받는다고 볼 수 있다. 가사노동이 대부분 경제력과 관련이 깊기 때문에 재정적으로 충족되면 가사노동에 대한 시간과 노력을 투자하지 않게 되므로써 스트레스가 감소 되는 것으로 볼 수 있다. 또 자아감이 낮을수록 가사노동의 가치에 대한 인식이 낮으며 따라서 스트레

스를 더 많이 받는다고 볼 수 있다.

③ 가족 및 친족관계(요인 3)

개인적자원에 따른 가족 및 친족관계에 대한 스트레스 인지도는 자아감($P<.001$)만이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 자아감이 낮을수록, 가족 및 친족관계에 대한 스트레스를 더 강하게 받는 것으로 볼 수 있다. 학령전기 가족은 부부간의 적응을 위한 기간이 지나면서 서로간의 적응패턴이 형성되며, 적응이 잘 이루어 지지 않을 경우 부부간의 갈등이 표면화되기 시작한다. 또 확대가족간에도 불화의 요소들이 발생하기 시작한다. 자아감은 일면 개인의 성숙도를 보여주기 때문에 자아감이 높으면 부부간의 갈등이나 친족간의 불화에 대해서도 스트레스를 덜 느낀다는 것을 알 수 있다.

④ 위법행위(요인 4)

위법행위에 대한 스트레스 인지도에서는 건강정도($P<.01$)와 자아감($P<.001$)이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 건강정도가 양호하지 못할수록 자아감이 낮을수록 법적 소송사건이나 구속등의 사건들에 대해서 스트레스를 강하게 인지하는 것임을 알 수 있다. 학령전기 가족에서의 위법행위는 소수(약 29%)의 가족이 경험하였으나 가족생활에서 충격을 주는 사건이므로 건강상태가 양호하지 못할 때 충격 사건에 접하면 더욱 심한 스트레스를 느끼는 것은 당연하다. 또 자아감이 낮을수록 충격에 대한 불안이 증가함으로 스트레스를 강하게 받는다고 볼 수 있다.

⑤ 직장 및 대인관계(요인 5)

개인적자원이 직장 및 대인관계 스트레스에 미치는 영향은 유의미하게 나타나지 않았다. 현대생활에서 직무나 역할갈등에 관련된 스트레스를 많이 받는다는 연구결과(김창호, 1986)가 있으므로 개인적자원의 직장이나 대인관계에 대한 스트레스에 영향을 미치는 또다른 요인이 있을 것으로 추측된다. 또한 응답자의 반수 이상(58.5%)이 직장이 없으며 가정생활만을 하기 때문에 이와 같은 결과가 나온 것

로 추측된다.

⑥ 경제문제 (요인 6)

개인적자원에 따른 가족의 경제문제 스트레스 인지도는 자아감($P<.01$)이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 자아감이 낮을수록 경제문제에 대한 스트레스 강도는 높다고 볼 수 있다. 본 검증결과에서 재정적인 안정감이 경제문제에 대한 스트레스 인지도에 영향을 미칠 것으로 예상하였으나 유의미하지 않는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 가족의 경제적인 어려움이 생겼을 경우 재정적인 곤란감보다는 오히려 개인내적인 면, 즉 자아감이 경제문제에 대한 스트레스강도에 더 영향을 미친다는 것으로 볼 수 있다. 또한 조사대상자의 일반적인 특성에서 평균수입이 약 130만원으로 나타났으므로 경제문제라고 해도 생존권의 문제보다는 생활의 질을 높이고자 하는 현대인의 갈망과 상대적 빈곤등에서 나타난 스트레스 인지의 경향일 것으로 생각된다.

⑦ 임신 및 유산 (요인 7)

이 요인은 응답자의 약 반수(49%)정도가 경험에 있는 것으로 나타났으며 학령전기 가족에서 나타나는 특징적 현상이다. 개인적자원중 이 요인에 영향을 미치는 변인은 건강정도($p<.05$)로 나타났다. 즉 건강정도가 양호하지 못할수록 원하지 않은 임신, 유산에 대한 스트레스 강도가 높음을 알 수 있다. 건강정도에 따라서 임신 및 유산에 대한 스트레스를 받을 뿐이지 재정적안정이나 인지적자원, 자아감이 영향을 미치지 않는 것이다. 유산 특히 임신중절의 경우 정부의 가족계획정책에 의한 개인의 유산 경험을 자신보다는 오히려 외부적 조건에 귀인시키기 때문에 심각하게 스트레스를 받지 않는 것으로 해석할 수 있다.

⑧ 전체 스트레스

개인적자원이 가족생활사건으로 인한 전체스트레스 인지도에 영향을 미치는지를 검증한 결과 건강정도($P<.001$)와 자아감($P<.001$)이 전체스트레스 인지도에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 건강정도

가 양호하지 못할수록, 자아감이 낮을수록 스트레스 심각도가 높다고 볼 수 있다. 따라서 건강상태가 양호하고 자기자신에 대한 긍정적 태도를 가지고 있으면 스트레스를 낮게 인지한다고 볼 수 있다. 개인적 자원이 전체스트레스 인지도를 설명하는 정도는 25.4%로 나타났다.

위의 결과를 요약하면, 개인적자원 중 재정적안정과 인지적자원은 거의 모든 영역에서 영향을 미치지 못했다. 그러나 자아감은 6개영역에서, 건강정도는 3개영역에서 영향을 미치는 변인으로 나타났고, 자아감과 건강정도는 전체스트레스 인지도에 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 재정적안정이나 인지적자원은 개인의 표면적자원으로 간주할 수 있으며 이 두 변인은 스트레스를 인지하는 데 영향을 미치지 않는다는 것을 알 수 있다. 그러나 건강정도와 자아감은 개인의 내적자원으로 볼 수 있으며 이 두 변인은 스트레스인지도에 강력한 영향을 미치는 요인임을 알 수 있다. 그러므로 개인의 자아감의 강화와 건강을 보살피는 일은 재 삼 강조할 필요가 있다. 특히 자아감은 유아기에 형성되기 시작하여(유영주, 1991) 발달한다는 점을 생각할 때 학령전기 가족은 중요한 역할을 맡고 있다. 자신에 대해서 긍정적으로 볼 수 있는 부모는 그 자녀의 자아감을 높여줄 수가 있다. 이미 성인이 된 부모도 자아감을 강화해 줄 수 있도록 자신의 노력, 가족과 사회의 지지체계가 필요하다.

V. 결론 및 제언

본 연구에서는 가족환경적변인과 가족자원 중 개인적자원이 가족스트레스 인지도에 미치는 영향을 분석하기 위해 생활주기 중 학령전기가족의 어머니를 대상으로 조사를 실시하였다. 연구결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

- 1) 스트레스인지도의 일반적 경향은 전체적으로 중간정도의 심각성을 나타내었으며, 요인별로는 질병 및 죽음에 대한 스트레스를 가장 강하게 받고 있었으며, 임신 및 유산에 대한 스트레스는 가장 낮게 나타났다.

- 2) 가족환경적변인 중 부인 연령, 남편 연령, 부인 교육 수준, 남편 교육 수준, 부인 직업 변인은 스트레스인지도에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또, 각 변인 내 집단간의 차이를 검증한 결과 부인과 남편의 연령이 낮은 집단이, 그리고 부인과 남편의 교육 수준이 낮은 집단이 스트레스를 많이 받는 것으로 나타났다.
- 3) 개인적자원이 스트레스 각 요인에 미치는 영향력에 있어서는 건강정도와 자아감의 전체스트레스 인지도에 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 건강정도가 양호하지 못할수록, 자아감이 낮을수록, 스트레스를 더욱 강하게 받는다는 것을 알 수 있다.

이상의 연구 결과와 관련하여 앞으로의 연구 방향에 대한 제언은 다음과 같다.

- 1) 스트레스를 보다 잘 설명 할 수 있는 개인적자원의 발굴이 필요하다. 본 연구의 4가지 변인의 심리적변인이나 기타변인들이 필요할 것이다.
- 2) 개인적자원 외 가족체계의 자원, 사회적자원이 스트레스에 미치는 영향을 연구 할 필요가 있다. 왜냐하면 가족의 문제는 이들 3차원에서 통합적으로 다루어져야 하기 때문이다.
- 3) 원인규명에 그칠것이 아니라 대처방안의 모색이 필요하다. 스트레스에 영향을 미치는 변인들을 찾는 것은 그 예방적차원에서 중요하며 나아가서 스트레스에 대한 적절한 대처방안의 연구는 그 치료적차원에서 많은 시사점을 주기 때문이다.
- 4) 가족전체 혹은 중심인물들을 대상으로 해야 할 것이다. 그러므로서 가족스트레스에 대한 가족적차원에서의 포괄적 이해를 할 수 있을 것이다.

【참 고 문 헌】

- 1) 고병채, 자아개념의 개념정립 및 자아개념검사 구성, 군산대 학생생활연구, 1989.
- 2) 김양희, 가족관계학, 수학사, 1991.

- 3) ———, 전세경, 가족스트레스와 가족자원 및 적응에 관한 연구, 한국가정관리학회지 제7권 1호, 1989.
- 4) 김윤주, 일반인과 정신과 환자의 스트레스에 관한 연구, 서울대 석사학위논문, 1977.
- 5) 김창호, 조직에서의 스트레스에 관한 연구, 부산사대논문집, Vol.13, 1983.
- 6) 서병숙, 임정빈, 가정관리학, 동명사, 1989.
- 7) 손현숙, 도시 주부의 자아긍정감과 의사결정 공동참여가 가정생활만족에 미치는 영향, 영남대, 박사학위논문, 1991.
- 8) 송금순, 일부 도시생활인의 스트레스정도와 해소에 관한 조사연구, 춘천간호보건전문대, Vol.14, 1984.
- 9) 유영주, 가족발달학, 교문사, 1991.
- 10) 이영순, 가족스트레스, 자원 및 적응의 관계-만성질병 아동 어머니와 정상아동 어머니의 비교-, 전북대 석사학위논문, 1990.
- 11) 이평숙, 생활사건과 관련된 스트레스량 측정에 관한 방법론적 연구, 연세대 박사학위논문, 1984.
- 12) 이현수, 임상심리학, 박영사, 1985.
- 13) 이효재, 가족과 사회, 민조사, 1972.
- 14) 장병옥, 도시주부의 스트레스 인지수준 및 적응방법에 관한 연구, 숙명여대 석사학위논문, 1985.
- 15) 정민자, 임상-정상가족의 가족체계 유형 및 가족스트레스, 가족자원과 대응전략에 관한 연구, 대한가정학회지, 제30권 2호, 1992.
- 16) Holmes, T.H. & Rahe R.H., The Social Readjustment Rating Scale, *Journal of Psychosomatic Research*, vol.9, 1967.
- 17) Jalowiec, A. & Powers, M.J., Stress and Coping in Hypertensive and Emergency Room Patients, *Nursing Research*, Vol.30, 1981.
- 18) Kobasa, S., Stressful Life Events, Personality and Health: An Inquiry into Hardness, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1979.
- 19) McCubbin, H.I. et al., Family Stress and Coping, A Decade Review, *Journal of Marriage and the Family*, nov, 1980.
- 20) ———, Family Stress, Coping and Social support, Charles Thomas, Springfield, Illinois, xiv, 1982.
- 21) Pealin, L.I. & Schooler, C., The Structure of Coping, *Journal of Health and Social Behavior*, 19, 1978.
- 22) Seyle, H., Stress without distress, J.B.Lippincott, New York, 1974.
- 23) Turner R. J. et. al, loss and Psychological Vulnerability among women the Significance of Social Support and Personal Control, *Journal of H.S.B*, vol 24, 1983.