

## 주부의 스트레스 인지수준 및 대처행동에 따른 가정관리 행동 및 생활만족도에 관한 연구

### A Study on the Wives' managerial Behavior and Their Life Satisfaction According to Wives' stress Level and Their Coping Behavior

상명여자대학교 가정교육과

조교수 : 杜慶子

*Dept. of Home Economics Education*

*Sang Myung Woman's University*

*Assistant Prof. : Kyong Ja Too*

#### — 목 차 —

I. 서론	IV. 결과 및 논의
II. 선행연구 고찰	V. 결론
III. 연구방법 및 절차	참고문헌

#### = ABSTRACT =

A study focused on the wives' managerial behavior and their life satisfaction according to wives' stress level and their coping behavior.

The statistical procedures used were percentile, mean, cronbach's  $\alpha$ , T-test, F-test, cluster analysis, Duncan's Multiple Range test.

For the purpose, the samples were conducted using questionnaires on 548 housewives that lived in seoul.

The major findings were :

- 1) The wives' education level of background variables significantly was differentiated from wives' managerial behavior and their life satisfaction respectively.
- 2) The wives' stress level and their coping behavior respectively was higher than average.
- 3) The variable i.e., wives' stress level, wives' coping behavior significantly was differentiated from wives' managerial behavior respectively.
- 4) The variable i.e., wives' stress level, wives' coping behavior significantly was differentiated from wives' life satisfaction respectively.

In conclusion to improve wives' managerial behavior and their life satisfaction, this study suggests we have to try to release or decrease wives' stress level, and to do the reasonable wives' coping behavior.

## I. 서 론

### 1. 문제 제기 및 연구목적

산업화의 여파로 농경사회중심에서 도시사회로 인간의 생활권이 이양되고 남자들의 생활소비시간이 직장을 중심으로 소비되는 양상을 띠우며, 핵가족이 일반화 됨에 따라 거의 모든 주부들은 가정경영, 자녀 양육, 혹은 취업등으로 가정생활속에서 스트레스를 받으며 생활하고 있다. 주부의 스트레스에 대하여 실제로 Chesler(1972)는 주부들의 상당수가 심리적 불안, 우울, 긴장으로 임상치료를 받고 있다고 하였고, 나동석(1980)은 여성신경과에 입원한 기혼 여성환자들을 통해 이를 입증하였다. 개인에 따라 정도의 차이는 있겠으나 전통사회의 사회통념이 잔재하고 새로운 가치체계가 정착하지 못한 신규 가치관이 상존하는 현실에서 주부들은 역할로 인한 자아정체감의 혼란, 역할기대와 수행간의 불일치, 대중이나 시대의 조류와 유리될것 같은 당혹감 등으로 스트레스를 경험한다. 특히 비취업주부들의 고립감, 취업주부들의 가정과 직장의 이중 부담등은 주부들을 스트레스에 노출시키기에 충분하다. 스트레스 연구의 초기 개척자이자 의사인 Selye(1965)는 개인적 스트레스가 해소되지 못하고 축적될 경우 작업의 효율성을 낮게하고, 비축된 에너지를 고갈시키며 질병에 대한 저항력을 저하시켜 치명적일 수도 있다고 하였다. 해소되지 못한 주부의 스트레스는 주부 개인의 건강은 물론 가정 경영의 합리화와 가정 존립 자체에 위협을 줄 수도 있게 되었다.

이러한 관점에서 볼때, 주부의 스트레스는 부지불식간에 주부의 사고와 행동, 주부의 생활만족도에 상당한 영향을 미칠것이며, 가정관리 행동이나 주부 개인의 주관적인 생활 만족도에 차이를 나타낼 것이다. 결국 주부의 스트레스 인지수준 및 스트레스 해소 방안은 주부의 효율적인

관리행동과 주부의 생활만족도에 관련되어 가정생활의 질이나 가족의 생활만족도에 투사되는 주목할 만한 변수일 가능성이 클 것으로 생각된다.

그러나 지금까지 가족의 스트레스와 관련된 논문은 많았으나 주부를 부각시켜 주부의 스트레스를 다룬 논문은 적었고 특히 주부의 스트레스를 주부의 가정관리행동이나 주부의 생활만족도와 연관시킨 연구는 전혀 없었다. 이에 본 연구에서는 주부의 스트레스 인지 수준 및 스트레스에 대응하는 대처행동에 따른 주부의 가정관리행동 및 생활만족도를 고찰하여 주부의 건강과 행복은 물론 가족차원의 복지를 이루게 하는데 기초적이고 이론적인 근거를 제공하고자 하는데 연구의 목적을 두었다.

### 2. 용어 정의 및 제한점

본 연구에서 사용된 용어의 정의 및 제한점은 다음과 같다.

#### 1) 주부의 스트레스

가정생활 전반에 걸쳐 스트레스가 합리적으로 관리되지 않음으로서 주부가 인지하는 압박, 고통, 불쾌, 부담감, 정서적 긴장 및 욕구불만 상태를 의미한다.

#### 2) 주부의 스트레스

가정생활 전반에 걸쳐 해결을 요구하는 생활사건, 생활변동 또는 예상되려 발생한 사건을 의미한다.

#### 3) 주부의 스트레스 대처행동

가정생활 문제에서 인지되는 스트레스를 감소 또는 해소시키고자 주부가 취하는 행동을 말한다.

#### 4) 주부의 스트레스 수준

가정생활속에서 발생하는 어떤 사건에 대해서 스트레스를 지각하는 정도를 말한다.

5) 주부의 가정관리 행동

가족의 목표를 달성하기 위하여 인적, 물적, 자원 사용을 계획하고 실행하는 목적적 활동을 의미한다.

6) 주부의 생활만족도

주부가 가정생활전반에서 경험하는 즐거움, 만족, 행복등의 주관적인 감정 및 태도를 말한다.

7) 제한점

조사대상을 서울시에 거주하는 주부로 한정하였으므로 연구결과를 전국 주부로 일반화시키기는 다소 무리가 있다.

II. 선행연구 고찰

1. 주부의 스트레스

스트레스의 개념은 이미 여러 분야의 논문에서 많이 논의되어 거의 일반화된 상태이므로 새삼 개념 규정의 필요성이 없다고 생각되어 배제하기로 한다. 선행연구 또한 주부의 스트레스 인지수준 및 스트레스 대처행동을 주부의 가정관리 행동 및 생활만족도와 직접 관련시켜 연구된 논문이 없으므로 선행연구와 본 연구와의 연관성 추출이 제한적임을 밝힌다. 주부의 스트레스에 관한 선행연구를 보면, 이광주(1988)는 주부들은 스트레스 요인중 자녀 양육태도에서 스트레스를 가장 많이 인지하고 있으며 경제적인 곤란, 남편의 음주 및 늦은 귀가시간, 부부간의 성생활 등의 순으로 스트레스를 인지하고 있다고 하였다. 장병옥(1985)은 학력과 결혼지속년수가 주부의 스트레스 수준에 영향을 미친다고 하였으며, 최동숙(1989)은 남편보다 부인의 스트레스 인지수준 및 디스트레스 수준이 더 높다고 보고하였고, 박난희(1987)는 소득이 낮을 때, 최승순(1987)은 확대가족이 핵가족보다, Gove & Greeken(1976)은 자녀수가 많을 수록, 권경희(1986), 남유리(1989)는 비취업주부가 취업주부보다, 이동원(1976)은 취업주부가 비취업주부보다 스트레스를 더 크게 경험한다고 하였다. 한편, Dohrenwend(1973)는 스트레스 양은

소득수준과 반비례한다고 하였고, McCubbin(1979)은 자원이 풍부한 환경에서는 스트레스의 인지도가 낮고 상황에 적응하는 힘이 강하다고 하여 상반된 견해를 나타내었다. 스트레스 인지도에 대한 연구에서 김경아(1990)는 기혼여성은 스트레스를 보통수준이상으로 인지하고 있고, 주부가 스트레스를 인지하는 문제의 순서는 주부역할문제 및 가사노동문제, 가정경제 및 건강문제, 가족관계 순이었다고 보고하였다.

이상의 결과를 종합해 볼때 주부들은 누구나 스트레스를 인지하고 있었으며 또한 연구의 대부분은 스트레스 인지정도만을 다루고 있는 공통점을 나타내었다. 고로 본 연구에서는 주부들이 가정생활상의 관리행동에서 스트레스로 인하여 가정관리행동의 효율성에 어떤 장애를 받고 있는지, 또는 스트레스를 많이 인지하는 주부가 생활만족도까지도 낮게 인지하고 있는지의 여부를 규명하고자 한다.

2. 주부의 스트레스 대처 행동

지금까지 가정학에서의 스트레스 대처행동연구는 가족 개개인 보다는 가족단위로 이루어져 왔으며, 주로 가족학 분야에서 고찰되어 왔다. 선행연구의 대부분이 성, 연령, 가족생활주기, 사회계층간, 사회인구학적 변수 등에 따른 대처행동의 상이점을 주로 다루어 왔기 때문에 주부의 스트레스 요인과 대응방법에 관한 선행연구는 드문편이다. 스트레스에 관련된 성별에 따른 대처행동에서 David(1985)는 여성은 수동적, 정서적, 종교에 의지, 도움추구, 회피의 행동을, 남성은 문제중심적, 인지적 행동을 취한다고 하였다. 김명자(1991)는 중년기 부부의 연구에서 남편은 문제중심적 대처를 부인은 감정억제나 인내의 방법을 사용한다고 하였고, 정민자(1992)는 주부는 문제분석적인 방법보다 사회적 지원(친구, 친척, 이웃)과 종교에의 의지 등의 소극적인 해결방법을 사용한다고 하였다. 강인(1989)은 스트레스를 높게 인식할 수록 적극적 태도보다는 소극적 태도, 친척의 지원, 친구나 이웃의 지원을 더 많이 사용하고 있다고 하여 위의 이론들을 지지하였다.

이광주(1988)는 인구학적 변인별로 대처행동을 고찰하였고, 장병옥(1985)은 인구학적 변인과 단기적, 장기적 적응방법을 통해 주부의 스트레스에 대한 대처행동을 연구하였다. 대처행동에 관한 개념은 전공자의 시각에 따라 약간의 차이가 있겠으나 본 연구는 주부와 가정환경과의 역동적 관계에서 그 개념을 파악하고자 하였다.

Bell(1977)은 대처행동을 스트레스에 직면한 개인이 스트레스를 감소시키고 안정상태를 유지하고자 취하는 행동이라하였고, Lazarus(1969)는 정서적 불안정을 해소하기 위하여 개인이 취하는 행동방식이라 하였으며, Pearlin(1978)은 정서적 부담이나 불안정을 점진적으로 감소시켜 문제해결에 접근시키고 현실파악을 도와 정서적 안정으로 복귀시켜 주는 행동이라 하였다.

이상으로 국내외 연구 경향을 볼때 스트레스 인지수준 및 가족자원에 준한 대처방법에 관한 연구가 많았던 반면, 주부의 정서적 문제와 주부의 스트레스 대처방법에 관한 연구는 적었음을 알 수 있다.

### 3. 주부의 가정관리행동

가정관리행동의 개념은 과정론(process theory)이나 생태학적인 측면등 보는 관점에 따라 크게 두가지로 분류되어 왔다.

관리행동을 목표 달성을 위한 과정으로 본 대표적인 학자는 Deacon과 Firebaugh, Malloch, Gross, Crandall, Knoll, Paolucci, Hall, Axinn등이며 환경과의 상호작용 즉, 생태학적인 측면으로 접근한 학자는 Nichols, Schlater, Riesman, Bernard, Buckley등 다수이다.

본 연구에서는 과정론에 입각하여 가정관리행동을 가족목표를 달성하기위하여 자원 사용을 계획하고 실행하며 가정을 관리하는 가정관리자의 총체적인 행위라 정의하였다. 또한 가정관리행동의 내용을 계획과 수행으로 구분하고 계획에는 목표설정, 표준설정, 자원할당, 순서결정을 포함하였고 수행에는 실행, 점검, 조정, 피드백 활용등을 포함하였다. 촉진은 직접적으로 자원에 고려되는 요인이 아니므로(Guadagno, 1981), 본 연

<각주 1>

	Deacon	Gross	Paolucci등
계 획	a. 표준설정 ; 표준의 질 표준의 양 표준의 속성 ; 명료성, 융통성, 실현가능성, 복잡성 b. 행동 순서 행동 순서의 배열 행동 순서의 속성 ; 명료성, 융통성, 실현가능성, 복잡성	1. 고유한 과정 목표 설정 계획	의사결정 ; 가치명료화 목표 설정 표준 설정 자원 배분
행 동	수행, 실행 통제 ; 점검, 조절, 촉진 조건 2. 일반적 과정 의사결정 커뮤니케이션 피드백 활용	수행 ; 점검, 조정 촉진 조건	의사결정 수행 촉진 조건 점검, 조정

구의 가정관리행동 영역에서 제외하였다. 이 분류는 Deacon(등)(1981)과 Gross (등)(1980) 그리고 Paolucci (등)(1977)의 과정론에 근거를 둔 것이다.

참조된 학자들의 가정관리행동 분류는 다음과 같다<각주 1>.

요구충족과 만족감을 극대화하기 위한 가정관리행동에서 문제가 될수 있는 것은 효율성이다. 그리하여 본 연구에서는 주부의 스트레스를 주부 관리행동의 효율성에 영향을 미치는 요인으로 가정하고, 주부의 스트레스 인지 및 스트레스 대처행동과 관리행동과의 관계를 고찰하였다.

본 연구에서 사용한 관리행동에 관한 용어의 정의는 다음과 같다.

목표설정 ; 가정생활 전반에 걸쳐 주부가 달성하고자 세우는 수준이다.

표준설정 ; 설정된 목표를 달성하기 위한 구체적인 수행수준이다.

자원배분 ; 주어진 자원을 효율적으로 사용하기 위하여 알맞게 할당하는 행위이다.

순서결정 ; 두가지 이상의 요구가 상충될 때 행동의 우선 순위를 정하는 것이다.

실행 ; 계획을 실제의 행동으로 수행하는 것이다.

점검 ; 계획과 실제 행동결과를 비교해 보는 행위이다.

조정 ; 점검을 통해 계획과 실제 나타난 행동간의 차이를 줄이기 위해 계획이나 실행행동을 변경하는 것이다.

피드백 활용 ; 계획이 수행된 최종결과를 보고 실패한 경험의 반복을 피하고 성공한 경험을 활용하는 것이다.

#### 4. 주부의 생활만족도

Newton(1979)은 가정생활만족은 관리행동의 결과로 부터 얻는 만족이며 관리행동에 만족하는 관리자는 생활만족도 역시 크다고 하였고 두경자(1990)는 관리만족도는 생활만족도와 정적인 상관관계가 있음을 밝혀 이 이론을 지지하였다. 또한 임정빈(1987)은 생활만족도를 가정생활 전반에

대해 주관적으로 경험하는 충족된 느낌 혹은 기대와 실제로 받는 보상간의 일치정도에서 느끼는 충족감이라고 정의하였다. 생활만족도를 측정 한 하위영역을 보면 Burr(1970)는 가정경제, 사회활동, 가사작업, 부부간의 동료감, 성생활, 자녀관계 등 6개 영역으로, Hayes & Stinnett(1971)는 결혼생활, 건강, 생활수준, 직업, 자녀관계, 가사작업과 사회참여, 자아개념 등 7개 영역으로, Cripps(1986)는 가족 응집력, 시간생활, 자녀관계, 외부의 지원 등 5개 영역으로, Lytton(1986)은 개인의 소속감, 경제적 지위, 가정생산, 자율성, 자아존중, 교육적 성취, 가족관계 등 7개 영역으로 생활만족도를 측정하였고, 임정빈(1987)은 생활표준일치, 경제적 만족, 가족간의 의사소통, 가사노동, 자녀문제, 남편 및 시댁과의 관계 등 6개 영역과 생활전반에 걸친 만족도를 측정하였다. 생활만족도에 대한 선행연구결과에 의하면 Hayes와 Stinnett, 임정빈, Lytton 등은 수입 및 사회경제적 지위를 생활만족도에 영향을 미치는 주요 변인으로 보았다.

사회인구학적 변수와 생활만족도와 관련 여부에서는 Newton(1979)은 연령, 학력, 가족수를 주부의 생활만족도에 영향을 미치는 변인으로 보았으며, 임정빈, 이종숙(1989)은 연령이 적고 학력이 높을 때, 두경자(1990)는 가족수가 적을 수록, 표준설정이 높을 수록, 실현가능성이 높을 수록, 촉진조건이 많을 수록, 중복성이 적을 수록 관리만족도가 증가한다고 하였다. 취업주부의 경우는 대부분 만족도가 부적인것으로 나타났다(두경자 ; 임정빈, 이종숙 ; Heck, 1983).

건강과 만족도의 관계는 건강한 주부 일수록 만족도가 증가한다고(Heck, 두경자)하였으며, 가정관리행동과 만족도와 관계에서 Newton은 계획행동을 효과적으로 할 수록, Heck는 미래지향적인 계획행동과 부부평등적 의사결정체계일 때와 남편의 가사작업시간이 많을 수록, 임정빈은 인간 중심적 의사결정을 할 수록, 이연숙(1988)은 가정행사를 자주 계획, 조직하며 자주 목표를 설정할 수록 만족도가 높다고 보고하였다. 한편 가정관리행동이 안정지향적 일수록 만족도가 높다는 보

고(조미환, 1990; Beard, 1975)도 있다.

주부의 만족도에 대한 선행연구를 종합해 볼때 만족도에 대하여 관리만족도, 생활만족도, 실존만족도 등의 유형과 그 하위영역등 다각적인 접근이 있었음을 알 수 있다. 그러나 본 연구는 주부의 생활만족도를 중심으로 하여 생활만족도를 여러 영역으로 분산시키지 않고 하나의 개념으로 포착하여 주부스트레스 수준과 그 대처행동과의 관련 여부를 고찰하고자 하였다. 그리하여 Newton(1979)의 사다리식 만족감 측정도구를 생활 만족도 측정에 사용하였으며 주부의 생활만족도를 매우 만족한 상태에서 매우 불만족한 상태로 이어지는 연속선 상에서 파악 하였다.

## 5. 연구 문제

[연구문제 1]

(1-1) 주부의 취업여부, 연령, 학력등의 배경변인과 가정관리행동간에는 유의한 차이가 있는가?

(1-2) 주부의 취업여부, 연령, 학력등의 배경변인과 주부의 생활만족도간에는 유의한 차이가 있는가?

[연구문제 2]

(2-1) 주부의 스트레스 인지수준은 어떠한가?

(2-2) 주부의 스트레스 인지수준에 따른 대처행동은 어떠한가?

[연구문제 3]

(3-1) 주부들의 스트레스 인지수준과 가정관리행동간에는 유의한 차이가 있는가?

(3-2) 주부들의 스트레스 인지수준과 생활만족도간에는 유의한 차이가 있는가?

(3-3) 주부들의 스트레스 대처행동과 가정관리행동간에는 유의한 차이가 있는가?

(3-4) 주부들의 스트레스 대처행동과 생활만족도간에는 유의한 차이가 있는가?

## III. 연구방법 및 절차

### 1. 조사대상

조사대상자는 서울시에 거주하는 기혼여성들

대상으로 무작위 추출하였다. 예비조사는 1992년 11월 10일부터 20일까지 기혼여성 100명을 대상으로 실시하였고, 이를 토대로 완성된 설문지를 이용하여 1992년 12월 1일 부터 15일 까지 한국부인회(소비자 단체)의 도움과 중고등학교를 통한 학부모 및 가정을 방문하여 본조사를 실시하였다. 총 650부를 배부하여 550부가 회수 되었으나 이중 응답이 불충분한 92부를 제외하고 총 458부를 본 연구의 최종 분석자료로 사용하였다.

## 2. 조사도구

### 1) 주부의 스트레스 인지도

주부의 스트레스 인지도 측정은 Holmes와 Rahe (1967), McCubbin(1979), 이정연(1990)의 선행연구를 근거로 하여 본 연구자가 직접 문항을 작성하였다.

주부의 스트레스 인지도는 자아존중감(5문항), 경제 문제(6문항), 가족관계(8문항), 가사노동(8문항), 건강문제(4문항)등 5개 영역별로 총 31 문항으로 작성하였다.

주부의 스트레스 인지도 측정은 5단계 리커트 척도법을 사용했으며, 점수가 높을 수록 스트레스 수준이 높은 것으로 간주하였다. 주부의 스트레스 전체 척도의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha = .87$ 로 매우 높은 수준이었다.

### 2) 주부의 스트레스 대처행동

주부의 스트레스 대처행동은 Folkman과 Lazarus(1985)<sup>33)</sup>의 개정된 척도를 기초로 하여 친구나 전문가의 도움(5문항), 이성적 대처(6문항), 수동적 태도(9문항), 과잉대처행동(3문항), 종교(3문항) 등 5개 영역별로 총 26문항을 작성하였다. 각 문항에 대해 매우 그렇다에 5점, 전혀 그렇지 않다에 1점을 주는 리커트 척도를 사용하였고, 점수가 높을 수록 대처행동이 높은 것으로 판단하였다.

각 요인별 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .66이상으로 나타나 비교적 일관성이 있음이 인정되었다.

### 3) 주부의 가정관리행동

Deacon(등), Paolucci(등), Gross(등)의 관리행

동의 분류를 근거로 하고 두경자(1990)의 관리행동 측정에 관한 문항을 조정하여 한국 주부들의 가정관리 실정에 맞는 종합된 관리 행동 유형을 찾고자 노력하였다.

관리행동을 크게 계획과 수행으로 구분하고, 본 연구에서 사용될 관리행동 하위영역을 목표설정, 표준설정, 자원배분, 순서결정, 실행, 점검, 조정, 피드백 등 8가지 영역으로 세분화하였으며, 목표 설정은 Gross와 Poalucci, 표준설정은 Deacon과 Paolucci, 자원배분은 Poalucci, 순서, 실행 결정은 Deacon, 점검, 조정은 Deacon, Gross, Paolucci, 피드백은 Gross 등의 관리행동 분류를 참작하여 종합된 개념으로 관리행동을 분류하였다.

그 결과 목표설정은 6문항, 표준설정은 7문항, 자원배분은 4문항, 순서결정은 4문항, 실행 5문항, 점검 6문항, 조정 4문항, 피드백 4문항 등 총 40 문항으로 작성되었다.

관리행동 전체 척도의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha = .85$ 로 높은 편이었으며 각 과정별 척도 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha .5-.7$ 로 비교적 일관성이 있는 것으로 나타났다. 본 연구의 관리행동의 분류가 타당한지의 여부를 알아보기 위하여 상관관계를 산출한 결과 Cronbach's  $\alpha$ 값이 목표설정(.62), 표준설정(.53), 자원할당(.67), 순서결정(.66), 실행(.72), 점검(.75), 조정(.65), 피드백(.69)로 관리행동의 세부적인 분류가 어느정도 타당함을 보여 주었다.

#### 4) 주부의 생활만족도

관리만족도는 Newton의 사다리식 만족감 측정 도구를 사용하여 맨 아래칸을 "0", 맨 위칸을 "10"으로 하여 사다리 위쪽으로 올라갈 수록, 즉 숫자가 많을 수록 생활에 더 만족하고 있는 것으로 간주하였다.

### 3. 자료분석방법

자료분석은 SPSS PC+ 프로그램을 이용하여 평균, 표준편차, 군집분석, Cornbach's  $\alpha$ , t-test, F-test, Duncan's Multiple Range test을 산출한후 처리하였다.

## IV. 결과 및 논의

### 1. 조사 대상자의 일반적인 성격

조사대상자의 일반적 성격은 표 1과 같다.

### 2. 연구 문제와 연구 결과

#### 1) 연구문제 1과 분석결과

연구문제 1과 관련된 취업유무 연령 학력등의 배경변인과 관리행동과의 관계는 표 1-1, 취업유무 연령 학력등의 배경변인과 주부의 생활만족도간의 관계는 표 1-2와 같다.

표 1-1에서 유의한 차를 나타낸 배경변인은 연령과 목표설정, 학력과 목표설정, 학력과 표준설정, 학력과 자원할당, 학력과 점검, 학력과 조정이었다. 주부들은 20대-40대-30대-50대의 순으로, 대졸-고졸-중졸 순으로 목표설정을 높게 하였고, 대졸-중졸-고졸의 순으로 점검을, 대졸-고졸-중졸의 순으로 조정행동을 자주 하였다. 표 1-2에서 생활만족도와 유의한 차이를 보인 배경변인 역시 학력이었고 대졸-고졸-중졸의 순으로 주부들의 생활만족도가 높았다.

표 1-1, 표 1-2를 통해 볼때 학력이 주부들의 가정관리행동이나 생활만족도에 영향을 줄 수 있는 변인임을 알 수 있다. 이는 Newton(1984)과 임정빈,이종숙의 연구결과와도 일치하는 것이다.

표 1. 조사 대상자의 일반적 성격

(N=458)

변인		N(%)	변인		N(%)	변인		N(%)
주 부 의 연 령	20-29세	44( 9.6)	주 부 의 학 력	중졸이하	110(24.0)	주 부 의 취 업	취업	145(33)
	30-39세	172(38.6)		고등학교졸	180(39.3)		비취업	305(67)
	40-49세	153(33.4)		대학졸이상	168(36.7)			
	50세이상	89(18.4)		계	458(100)		계	458(100)
계		458(100)	계		458(100)	계		458(100)

표 1-1. 배경변인과 가정관리행동

배경변인	관리행동	구분	목표설정		표준설정		자원할당		순서결정		실행		점검		조정		피드백			
			M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
취업여부	취업		3.07	.58	3.65	.40	3.41	.47	3.64	.44	3.41	.47	3.34	.56	3.32	.46	3.50	.49		
		비취업	3.04	.52	3.63	.44	3.40	.52	3.62	.47	3.34	.48	3.30	.52	3.30	.49	3.53	.51		
연령	t 값		.65		.58		.22		.46		1.50		.65		.50		-.57			
		20-29세	3.22	.55	3.59	.32	3.43	.48	3.60	.46	3.27	.50	3.38	.53	3.24	.38	3.38	.40		
		30-39세	3.05	.54	3.64	.38	3.38	.48	3.64	.44	3.33	.45	3.31	.48	3.30	.51	3.50	.50		
		40-49세	3.06	.54	3.60	.47	3.42	.51	3.62	.46	3.38	.49	3.32	.52	3.29	.49	3.54	.54		
		50세이상	2.94	.54	3.70	.46	3.40	.53	3.63	.52	3.42	.50	3.25	.07	3.28	.44	3.57	.46		
학력	F 값		2.67*		1.29		.25		.10		1.18		.70		1.00		1.77			
		중학교이하	2.98	.55	4.00	.48	3.40	.37	3.56	.42	3.39	.50	3.37	.47	3.20	.49	3.55	.54		
		고등학교졸	2.95	.57	3.65	.41	3.36	.50	3.65	.42	3.38	.48	3.24	.54	3.23	.49	3.53	.48		
		대학졸이상	3.14	.51	3.58	.42	3.51	.50	3.71	.45	3.44	.45	3.43	.49	3.38	.49	3.59	.51		
			5.14**		10.56***		3.38*		1.66		.58		5.12**		4.02*		.59			

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

2) 연구문제 2와 분석결과

연구문제 2와 관련된 주부들의 스트레스 인지 수준의 특성은 표 2-1, 주부들의 대처행동의 특성은 표 2-2와 같다.

주부의 스트레스 인지수준의 특성을 알아보기 위하여 주부집단을 대상으로 군집분석을 한 결과 주부의 스트레스 인지수준은 4개의 군집으로 분류되었는데 군집1은 스트레스 인지수준이 낮은 집단(6.9%), 군집2는 스트레스 인지수준이 중간인 집단(59.7%), 군집3은 스트레스 인지수준이 높은 집단(17%), 군집4는 스트레스 인지수준이 가장 높은 집단(16.4%)으로 구분되었다. 주부집단이 인지하는 스트레스 수준은 중간이상으로 높은 편이었다. 스트레스 인지수준에 따른 주부집단의 특성을 보면 스트레스 인지수준이 아주 높은 집단을 제외한 다른 3개 집단에서 가정경제 영역에 대한 스트레스 인지수준이 낮았으며, 스트레스 인지수준이 낮은 집단과 중간인 집단은 다른 집단에 비해 가사노동 영역에서 스트레스를 크게 인지하고 있었으며, 스트레스 인지수준이 가장 높은 집단은 다른 집단에 비해 자아존중감 영역에서 스트레스 인지수준이 가장 높은 반면, 건강문제 영역에서는 스트레스 인지수준이 가장 낮은 특성을 나타내었다.

이로서 주부집단은 가정경제와 가족관계에서는 스트레스를 비교적 적게 인지하는 반면, 가사노동, 자아존중감, 건강문제에서는 스트레스를 크게 인지하고 있었다. 이는 가정경제 영역과 가족관계 영역에서 주부의 스트레스 인지수준이 낮은 것으로 나타난 김경아(1990)의 연구결과와도 부분적으로 일치하는 것이다. 가정경제와 가족관계에서 스트레스 인지가 적은 것은 물질적으로 풍요해진 사회와 애정중심의 핵가족 추세를 반영하는 것으로 보인다.

주부의 스트레스 인지수준에 따른 대처행동의 특성을 알아보기 위하여 군집 분석한 결과 주부 집단은 4개의 군집으로 분류되었는데, 군집1은 대처행동 정도가 낮은 집단(17%), 군집2는 대처행동 정도가 중간인 집단(17.5%)이었고, 군집3은



표 1-2. 배경변인과 생활만족도

생활 배경원인 만족도	구 분	취업 유무			구 분	연 령			구 분	최종 학력		
		M	SD	D.		M	SD	D.		M	SD	D.
만족도	취업 비취업	6.56	1.89		20-29세	6.64	1.66		중학교졸이하	6.09	2.31	A
		6.55	1.81		30-39세	6.52	1.94		고등학교졸업	6.26	1.75	A
					40-49세	6.60	1.84		대학졸업이상	7.06	1.81	B
					50세이상	6.52	1.71					
	t값		.07		F값		.10		F값		8.60***	

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

표 2-1. 주부의 스트레스 인지수준의 군집분석 (N=458)

스트레스 인지 군집	자아 존중감	가정경제	가족관계	가사노동	건강문제	%
1	1.78	1.69	1.98	2.16	2.02	6.9%
2	2.66	2.47	2.87	2.98	2.70	59.7%
3	3.17	2.97	3.34	3.21	3.72	17.0%
4	3.63	3.45	3.45	3.44	3.19	16.4%

표 2-2. 주부의 스트레스 대처행동의 군집분석 (N=458)

대처행동 군집	친구, 전문가의 도움	이성적 대처	수동적 태도	과잉대처행동	종교에 의지	%
1	2.63	3.38	2.79	2.12	3.74	17.0%
2	2.25	3.39	2.70	2.15	1.83	17.5%
3	2.97	3.48	2.86	2.81	2.51	53.3%
4	3.11	3.80	3.19	3.25	3.92	12.2%

대처행동 정도가 높은 집단(53.3%)이었으며, 군집 4는 주부의 대처행동 정도가 가장 높은 집단(12.2%)이었다. 주부의 스트레스 대처행동 정도는 높은 편이었다. 주부집단의 스트레스 대처행동 특성은 대처행동 정도가 낮은 집단은 다른 집단에 비해 과잉대처행동이 적었고, 종교에 의지하는 경향이 높았으며, 대처행동정도가 중간인 집단과 대처행동 정도가 높은 집단은 다른 집단에 비해 이성적 대처행동이 높은 반면, 종교에 의지하는 대처행동이 낮았고, 대처행동 정도가 가장 높은 집단은 다른 집단에 비해 친구, 전문가의 도움을 청하는 대처행동이 낮고 종교에 의지하는 대처행동이 높았다. 즉, 대처행동 정도가 중간인 집단과 높은 집단은 이성적 대처행동을 많이 하였고, 대처행동 정도가 낮은 집단과 가장 높은 집단은 종교에 의지하는 대처행동을 높게 하였다.

이상을 종합해 볼때, 주부들의 스트레스 인지

수준이(보통이상 인지율 : 93%)주부들의 스트레스 대처행동 정도(보통이상 대처율 : 83%)보다 더 높게 나타났는데, 이는 주부들이 스트레스를 인지하고도 인지수준에 미흡한 대처행동을 하고 있음을 지적한다.

### 3) 연구문제 3과 분석결과

연구문제 3과 관련된 스트레스 인지수준과 가정관리행동과의 관계는 표 3-1, 스트레스 인지수준과 생활만족도와의 관계는 표 3-2, 스트레스 대처행동과 관리행동과의 관계는 표 3-3, 스트레스 대처행동과 생활만족도와의 관계는 표 3-4와 같다. 연구문제 3-1과 관련된 주부들의 스트레스 인지수준과 관리행동과의 관계를 나타낸 표 3-1에서 주부들의 스트레스 인지수준 전체와 관리행동 전체의 유의도는 매우 유의한 편이었다(6.53\*\*). 스트레스를 약함-중간-강함 순으로 인지할 수록, 즉,

(N=458)

표 3-1. 스트레스 인지수준과 가정관리행동

스트레스 인지영역	가정관리 행동	스트레스 인지수준	목표설정		표준설정		자원할당		순서결정		실행		점검		조정		피이드백		관리행동전제								
			M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD					
자이존증감		약함	3.08	.54	3.68	.41	3.50	.51	B	3.77	.46	B	3.43	.47	B	3.42	.53	B	3.35	.49	A	3.51	.52	3.46	.33	B	
		중간	3.08	.55	3.65	.43	3.47	.46	B	3.67	.43	B	3.39	.47	B	3.33	.54	B	3.34	.48	B	3.54	.51	3.44	.33	B	
		강함	2.98	.54	3.58	.44	3.26	.50	A	3.48	.46	A	3.27	.48	A	3.20	.50	A	3.23	.47	A	3.49	.48	3.31	.30	A	
가정경제		F 값	1.87		2.27		10.65***			15.59***		4.76**			6.16**			.40		2.91*				9.93***			
		약함	3.11	.50	3.63	.39	3.51	.39	B	3.73	.43	B	3.36	.46	B	3.42	.54	B	3.33	.42		3.49	.47	3.45	.29		
		중간	3.01	.55	3.66	.45	3.39	.52	B	3.60	.47	A	3.36	.47	A	3.29	.49	A	3.27	.52		3.50	.51	3.38	.34		
가족관계		강함	3.06	.58	3.59	.42	3.27	.55	A	3.57	.46	A	3.36	.51	A	3.22	.59	A	3.36	.44		3.60	.51	3.38	.33		
		F 값	1.41		.90		6.48**			4.39**		.01			4.32**			1.27		1.22				1.83			
		약함	3.06	.52	3.66	.38	3.50	.48	B	3.72	.41	B	3.40	.49	B	3.37	.56		3.28	.49		3.49	.52	3.43	.31		
가사노동		중간	3.03	.55	3.61	.46	3.37	.51	A	3.60	.48	A	3.33	.50	A	3.31	.52		3.31	.50		3.50	.48	3.38	.35		
		강함	3.07	.57	3.65	.41	3.36	.51	A	3.60	.47	A	3.37	.41	A	3.25	.53		3.32	.45		3.57	.51	3.39	.30		
		F 값	.24		.66		3.36*			3.30*		.97			1.51			.88		.24				.91			
건강문제		약함	3.11	.55	3.65	.47	3.54	.53	B	3.73	.47	B	3.54	.46	B	3.38	.55		3.27	.52	A	3.63	.49	B	3.48	.33	B
		중간	3.08	.56	3.63	.42	3.32	.49	A	3.60	.44	A	3.30	.48	A	3.27	.53		3.27	.49	A	3.46	.51	A	3.36	.33	A
		강함	3.02	.50	3.62	.39	3.41	.47	A	3.58	.48	A	3.30	.45	A	3.31	.51		3.40	.41	B	3.51	.48	A	3.40	.30	A
진체	인지수준	F 값	1.09		.11		7.34***			3.65*		11.70***			1.66			4.33**		3.67*				4.94**			
		약함	3.03	.55	3.56	.46	3.51	.48	B	3.71	.47	B	3.39	.45	B	3.35	.51		3.25	.53		3.54	.47	3.42	.33		
		중간	3.07	.51	3.65	.36	3.37	.50	A	3.61	.40	A	3.30	.45	A	3.27	.49		3.33	.49		3.46	.50	3.38	.31		
생활만족도		강함	3.04	.57	3.69	.44	3.34	.52	A	3.57	.51	A	3.39	.52	A	3.32	.58		3.33	.42		3.54	.53	3.40	.34		
		F 값	.17		3.74*		5.07**			3.44*		1.78			.90			1.39		1.52				.43			
		약함	3.09	.58	3.65	.40	3.56	.04	B	3.78	.42	B	3.49	.45	B	3.47	.54	B	3.32	.53		3.60	.47	B	3.49	.33	B
인지수준		중간	3.05	.49	3.62	.44	3.39	.50	B	3.63	.44	B	3.31	.47	A	3.26	.50	A	3.30	.48		3.45	.51	A	3.38	.32	A
		강함	2.99	.60	3.65	.42	3.26	.52	A	3.49	.50	A	3.33	.50	A	3.24	.54	A	3.31	.43		3.57	.50	A	3.35	.31	A
		F 값	.86		.34		10.71***			11.59***		6.23**			7.34***			.06		.06			3.94*		6.53**		

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

스트레스를 적게 인지하는 주부일 수록 가정관리 행동의 평균점수가 높았다. 주부들의 스트레스 전체 인지수준과 관리행동 각 과정이 유의한 것으로 나타난것은 목표설정, 표준설정, 조정을 제외한 자원할당, 순서결정, 실행, 점검, 피이드백이었다.

스트레스 영역별 가정관리행동의 유의 관계는 아래와 같다. 자아존중감 영역의 스트레스 인지수준과 관리행동이 유의하게 나타난것은 자원할당, 순서결정, 실행, 점검, 조정이었다. 즉 자아존중감 영역에서 스트레스를 적게 인지하는 주부일 수록 자원할당, 순서결정, 실행, 점검, 조정행동의 평균점수가 높았다. 이는 자아를 존중하며 주부일에 가치를 부여하는 주부가 훨씬 더 적극적으로 관리행동을 하고 있음을 나타낸다.

가정경제 영역의 스트레스 인지수준과 유의하게 나타난 관리행동은 자원할당, 순서결정, 점검이었다. 즉, 가정경제 영역에서 스트레스를 적게 인지하는 주부일 수록 자원할당, 순서결정, 점검 행동의 평균점수가 높았다. 이는 경제적으로 여유가 있는 주부가 그렇지 않은 주부보다 가정경제의 스트레스를 더 적게 인지하여 관리행동을 더 효율적으로 하고 있음을 나타낸다. 가족관계 영역의 스트레스 인지수준과 유의하게 나타난 관리행동은 자원할당, 순서결정이었다. 즉, 가족관계 영역에서 스트레스를 적게 인지 할 수록 자원할당, 순서결정 행동의 평균점수가 높았다. 이는 가족의 화목과 가족 개개인이 주부에게 주는 스트레스 수준이 주부의 가정관리행동에 영향을 줄 수 있음을 반영한다. 가사노동 영역의 스트레스 수준과 유의하게 나타난 관리행동은 자원할당, 순서결정, 실행, 조정, 피이드백이었다. 즉, 가사노동에서 인지하는 스트레스 수준이 적을 수록 자원할당과 순서결정의 평균점수가 높았다. 그리고 가사노동 영역에서 스트레스를 적게 인지하는 주부일 수록 실행 행동의 평균점수가 높았고, 가사노동 영역에서 스트레스를 강하게 인지하는 주부일 수록 조정행동을 더 자주하였다. 가사노동 영역의 스트레스 인지수준이 높은 주부가 조정을 더 자주하는 것은 강한 스트레스로 인한 정서의 불안정으로 처음

계획과 실행상의 차이가 커져서 더 자주 그 차이를 조정하고 있는 것으로 보인다. 또한 가사노동 영역의 스트레스 인지수준이 가장 적은 주부가 피이드백의 활용율이 높았고, 스트레스 인지 수준이 중간인 주부가 가장 피드백 활용율이 낮았다. 스트레스 인지수준이 큰 주부가 스트레스 인지수준이 중간인 주부보다 피이드백 이용이 오히려 높은 것은 강한 스트레스를 회색 또는 해소할 목적으로 주부들이 과거의 성공했거나 실패했던 경험을 되살려 활용하고 있음을 의미한다.

건강문제 영역의 스트레스 인지수준과 관리행동이 유의한 것으로 나타난것은 표준설정, 자원할당, 순서결정이었다. 즉, 건강문제 영역에서 스트레스를 강하게 인지하는 주부일 수록 표준설정을 높게 하였다. 이는 건강문제로 스트레스를 크게 인지하는 주부는 불건강으로 인한 행동의 제약 때문에 효율적인 관리행동을 하기 위한 구체적인 수행수준이 필요했을 것으로 보인다. 또한 건강문제에서 스트레스를 적게 인지하는 주부일 수록 자원할당과 순서결정의 평균점수가 높았다. 이는 가장 중요한 건강자원을 확보한 주부가 가장 효율적으로 자원을 배분하고 모든일의 우선순위를 효과적으로 정하고 있음을 나타낸다.

이상과 같이 주부들의 스트레스 인지수준은 관리행동에 영향을 주는 변인임이 밝혀졌다. 특히 가정관리행동중에서도 자원할당과 순서결정은 스트레스 인지수준과 관련이 많았으며, 자아존중감 영역과 가사노동 영역에서 인지하는 주부의 스트레스 수준은 관리행동에 비교적 광범위한 영향을 미쳤다(자아존중감과 5개부분의 관리행동 관정이 유의하게 나타났고, 가사노동과 5개 부분이 유의한것으로 나타남). 이것으로 보아 자아존중감을 가지고 가사노동에 긍정적인 태도로 임하는 주부가 그렇지 않은 주부보다 더 효율적이고 질높은 관리행동을 하고 있음을 알 수 있다.

연구문제 3-2와 관련된 주부들의 스트레스 인지수준과 주부들의 생활만족도와의 관계는 표 3-2와 같다.

주부들의 스트레스 인지수준전체와 생활만족도는 매우 유의미(33.31<sup>\*\*\*</sup>)한 것으로 나타났다. 즉,

표 3-2. 주부의 스트레스 인지수준과 생활 만족도

스트레스인지영역	생활만족도 스트레스 인지수준	만족도		
		M	SD	D.
자아존중감	약함	7.42	1.82	B
	중간	6.50	1.68	B
	강함	5.92	1.72	A
	F 값	26.64***		
가정경제	약함	7.41	1.47	B
	중간	6.42	1.82	B
	강함	5.68	1.85	A
	F 값	28.34***		
가족관계	약함	7.42	1.65	B
	중간	6.35	1.82	A
	강함	5.97	1.80	A
	F 값	28.34***		
가족관계	약함	7.42	1.65	B
	중간	6.35	1.82	A
	강함	5.97	1.80	A
	F 값	24.21***		
가사노동	약함	7.29	1.72	B
	중간	6.33	1.72	A
	강함	6.24	1.94	A
	F 값	13.93***		
건강문제	약함	7.14	1.81	B
	중간	6.45	1.61	A
	강함	6.14	1.93	A
	F 값	11.91***		
가족관계	약함	7.63	1.47	B
	중간	6.37	1.83	B
	강함	5.83	1.72	A
	F 값	33.31***		

(D.=Duncan's Multiple Range Test)

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

스트레스를 적게 인지하는 주부일 수록 생활만족도가 높았다. 이를 구체적으로 알아보기 위해 스트레스 영역별로 살펴보면 다음과 같다.

생활만족도와 유의한 관계를 보인 스트레스 인지 영역은 자아존중감, 가정경제, 가족관계, 가사노동, 건강문제 등 스트레스 인지 영역 전체였다. 스트레스 인지수준이 약함-중간-강함의 순으로, 즉 주부가 스트레스를 적게 인지 할 수록 주부의 생활만족도가 높았다. 요컨대 자아존중감 영역, 가정경제 영역, 가족관계 영역, 가사노동 영역, 건

강문제 영역 등의 스트레스인지 수준이 적은 주부일수록 생활만족도가 높았다. 이는 주부들의 스트레스 인지수준이 생활만족도와 크게 관련됨을 나타내는 결과라고 하겠다.

연구문제 3-3과 관련된 스트레스 대처행동과 가정관리행동과의 관계는 표 3-3과 같다.

대처행동 전체와 가정관리행동 전체는 매우 유의한 결과(8.60\*\*\*)를 나타내었다. 표준설정, 순서결정, 실행을 제외한 전 가정관리행동에서 유의함이 나타났다. 즉, 스트레스 대처행동을 많이 하는 주부일 수록 가정관리행동의 평균점수가 높았다. 이는 주부들이 스트레스를 인지하고 취하는 대처행동이 주부들의 가정관리행동에 영향을 주고 있음을 의미한다. 대처행동 영역별 관리행동은 다음과 같다.

친구 또는 전문가의 도움을 청하는 대처행동과 유의한 관리행동은 목표설정, 조정, 피이드백이었다. 즉, 친구 또는 전문가의 도움을 많이 청하는 주부일 수록 목표설정이 높았다. 이는 친구나 전문가의 조언이 목표설정에 참고가 됨을 시사한다. 그리고 친구 또는 전문가의 도움을 많이 청하는 주부일 수록 조정을 더 자주하였다. 이는 친구나 전문가의 조언을 기초로 계획과 실행간의 불일치를 없애기 위한 행동일 것으로 생각된다. 또한 친구나 전문가의 도움을 중간정도로 청하는 주부가 피이드백을 가장 잘 활용하였으며, 친구나 전문가의 도움을 가장 적게 청하는 주부가 피이드백 이용이 낮았다. 이는 친구나 전문가의 도움을 무시하거나 전적으로 의존하지 않는 주부 즉, 친구나 전문가의 조언을 보통정도로 수용하는 주부가 자신의 경험을 더 활용한다는 것을 암시한다.

이성적 대처행동과 관리행동이 유의한 것으로 나타난것은 표준설정을 제외한 관리행동 전체였다. 즉, 이성적 대처를 많이 하는 주부일 수록(많음-중간-적음의 순) 자원할당, 순서결정, 실행, 점검, 조정, 피이드백의 평균점수가 높았다. 이것은 관리행동을 효율적으로 하기 위해서는 스트레스에 이성적으로 대처하는 것이 가장 바람직함을 의미한다.

수동적 태도와 관리행동이 유의한 것으로 나타

(N=458)

표 3-3. 대처행동과 가정관리행동

가정관리 행동	대처행동 의 수준	목표설정		표준설정		자원할당		순서결정		실행		점거		조정		피이드백		관리행동전체					
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	D.	
스트레스 대처 행동	적음	2.94	.59	A	3.61	.52	3.35	.52	3.64	.48	3.36	.47	3.22	.53	A	3.18	.48	3.42	.55	A	3.34	.34	A
	중간	3.05	.50	A	3.65	.39	3.45	.48	3.61	.44	3.35	.48	3.33	.53	A	3.36	.50	3.57	.50	B	3.42	.32	B
	많음	3.15	.54	B	3.62	.37	3.38	.52	3.64	.48	3.37	.48	3.36	.53	B	3.36	.43	3.53	.45	A	3.43	.32	B
	F 값	4.77**		.36		1.90		.20		2.79		6.74***		3.50*		3.29*							
이성적 대처	적음	2.94	.58	A	3.59	.44	3.25	.52	A	3.45	.50	3.24	.53	A	3.12	.49	A	3.39	.58	A	3.26	.34	A
	중간	3.04	.52	A	3.64	.43	3.37	.49	B	3.66	.42	3.36	.42	B	3.27	.47	A	3.49	.45	B	3.39	.28	B
	많음	3.16	.52	B	3.67	.41	3.58	.45	B	3.74	.44	3.46	.48	B	3.48	.44	B	3.67	.45	B	3.54	.32	B
	F 값	5.36**		1.22		16.06***		14.42***		7.47***		26.91***		14.86***		25.48***		10.96***					
수동적 태도	적음	3.01	.55		3.58	.46	A	3.45	.53	3.60	.44	3.34	.51		3.28	.51	A	3.50	.54	A	3.38	.35	A
	중간	3.01	.56		3.61	.38	A	3.37	.49	3.63	.46	3.32	.48		3.26	.48	A	3.45	.50	A	3.36	.31	A
	많음	3.12	.50		3.70	.45	B	3.41	.49	3.65	.48	3.42	.44		3.40	.49	B	3.61	.46	B	3.46	.31	B
	F 값	2.32		3.09*		.90		.38		3.17*		3.05*		4.06*		3.81*							
과잉 대처 행동	적음	2.81	.53	A	3.66	.44	3.31	.51	A	3.64	.48	3.36	.47		3.22	.54		3.49	.59		3.34	.33	
	중간	3.09	.52	B	3.63	.40	3.42	.48	A	3.64	.44	3.36	.50		3.34	.53		3.54	.48		3.42	.33	
	많음	3.14	.53	B	3.62	.45	3.44	.52	B	3.62	.48	3.36	.45		3.34	.50		3.51	.48		3.42	.31	
	F 값	13.51***		.26		2.28		.05		1.98		2.21		.31		2.17							
종교에 의지	적음	3.05	.58		3.65	.40	3.42	.53		3.66	.45	3.34	.52	A	3.30	.47		3.44	.53	A	3.34	.36	A
	중간	3.00	.52		3.60	.40	3.37	.49		3.61	.46	3.29	.47	A	3.27	.48		3.49	.49	A	3.37	.31	A
	많음	3.10	.53		3.66	.47	3.42	.49		3.62	.48	3.45	.44	B	3.35	.49		3.60	.48	B	3.44	.32	B
	F 값	1.34		.73		.47		.41		4.22*		1.21		3.43*		2.21							
스트레스 대처행동 전체	적음	2.87	.60	A	3.61	.43	3.36	.52	A	3.60	.45	3.29	.51		3.16	.52	A	3.38	.58	A	3.30	.36	A
	중간	3.06	.51	B	3.66	.42	3.36	.50	A	3.65	.43	3.37	.48		3.32	.46	B	3.53	.46	B	3.41	.30	B
	많음	3.19	.50	B	3.62	.43	3.52	.48	B	3.62	.52	3.41	.44		3.42	.45	B	3.62	.47	B	3.48	.32	B
	F 값	10.58***		.53		4.64**		.43		8.85***		2.02		9.04***		8.60***		6.97***					

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

난것은 표준설정, 점검, 조정, 피이드백이었다. 즉, 스트레스에 수동적 대처행동을 많이하는 주부일 수록 표준설정의 평균점수가 높았으며, 수동적 태도를 많이 취하는 주부가 점검의 평균점수가 높았고, 중간정도의 수동적 태도를 보인 주부가 점검을 가장 소홀히하였다. 또한 수동적 태도를 가장 많이 나타내는 주부가 조정행동을 가장 자주하였고, 중간 정도의 수동적 태도를 보인 주부가 조정행동을 가장 소홀히 하였다. 스트레스에 수동적 대처를 하는 주부가 표준설정, 점검, 조정행동이 높은 것은 인내하면서 사태를 관찰한 후 실제와 일치하는 표준을 정하고 처음 목표와 일치 여부를 점검하여 조정하는 수동적 성향 때문인 것으로 보인다. 이는 김명자(1991)가 스트레스에 대한 부인들의 대처행동은 감정억제나 인내의 방법이 많다고 한 결과를 지지한다.

과잉대처행동과 가정관리행동이 유의한 것으로 나타난것은 목표설정 뿐 이었다. 이는 과잉대처행동이 가정관리행동에 별 도움을 주지 못하는 스트레스 대처 방법임을 나타내는 것이다. 더구나 과잉대처행동을 많이 할 수록 목표설정이 높게 나타난것은 가족이나 주부 스스로에게 가장 적합한 목표설정을 하기보다는 능력이상의 목표를 설정하려는 감정위주의 불안정한 과잉대처 습관과 관계가 있을 것으로 보인다.

종교에 의지하는 스트레스 대처행동과 가정관리행동이 유의한 것으로 나타난것은 실행과 피이드백이었다. 종교에 가장 많이 의지하는 주부가 실행 행동의 평균점수가 높았고, 중간정도로 종교에 의지하는 주부가 실행을 가장 소홀히 하였다. 종교에 가장 많이 의지하는 주부가 실행을 가장 잘하는 것은 종교의 교리에 맞춰 언행을 일치시키려는 내심의 노력일 것으로 추측된다. 한편, 종교에 독실하지 못한 중간정도의 종교심은 실행에 장애가 될 수도 있음을 보여준다고 하겠다. 또한 종교에 많이 의지하는 주부일 수록 피이드백을 더 잘 활용하였는데 이는 종교를 통한 자기 성찰 내지 반성에서 피이드백을 활용하여 참고로하는 태도가 길러졌으리라 보여진다.

이상과 같이 주부가 스트레스를 인지하고 취하

는 대처행동에 따라 가정관리행동이 상이하게 나타날 수 있음이 밝혀졌다. 특히 스트레스 대처행동중에서도 이성적대처가 가정 관리행동에 가장 폭넓은 영향을 주고 있으며 다음은 수동적 대처, 그 다음은 친구나 전문가의 도움을 청하는 대처행동 순이었다. 요컨대, 가정관리행동을 효율적으로 하기위한 스트레스 대처방법은 이성적 대처행동, 수동적 대처행동, 친구, 전문가의 도움을 청하는 대처행동이 과잉대처 행동이나 종교에 의지하는 대처행동보다 더 효과적인 스트레스 해소 방법임을 나타내 주는 결과라고 할 수 있다.

연구문제 3-4와 관련된 스트레스 대처행동과 주부의 생활만족도 관계는 표 3-4와 같다.

생활만족도와 스트레스 대처행동 전체와는 유의성이 발견되지 않았다. 그러나 대처행동중 이성적 대처, 수동적 태도등은 생활만족도와 유의한 관계를 나타내었다. 즉, 만족도가 클 수록 이성적 대처행동을 하였고, 만족도가 작을 수록 수동적 태도가 많았다. 요컨대 주부의 생활만족도를 높이기 위해서는 스트레스에 이성적으로 대처하고 수동적 태도가 적은 대처방법을 취하는 것이 바람직할 것으로 보인다.

## V. 결 론

산업이 급속히 발달해가는 시대적 특징을 가진 사회속에서 한 가정을 사회에 적응할 수 있도록 경영하지 않으면 안되는 주부들은 가정생활 여러 면에서 날마다 크고 작은 스트레스에 직면한다.

본 연구는 주부가 인지하는 스트레스 수준 및 그 스트레스에 대응하는 대처행동이 주부의 가정관리행동 및 생활만족도에 어느정도의 영향을 줄 수 있는지를 규명하여 주부들의 가정관리행동의 질이나 생활만족도를 높이는데 참고가 될 자료를 얻고자 실시되었다. 그 결과를 요약하면 다음과 같다.

1) 주부의 학력과 가정관리행동은 유의한 차를 나타내었다.

2) 주부의 스트레스 인지 수준(보통이상)이 93%)과 대처행동 정도(중간이상)이 83%)는 높은

표 3-4. 주부의 스트레스 대처행동과 생활만족도

대처행동 생활만족도	만족도의 수준	친구, 전문가 도움		이성적 대처		수동적 태도		과잉대처행동		종교		대처행동전체	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
만족도	약함	6.68	1.78	6.02	1.80	6.94	1.77	6.71	1.95	6.51	1.79	6.73	1.85
	중간	6.59	1.79	6.60	1.84	6.48	1.85	6.64	1.74	6.69	1.82	6.40	1.80
	강함	6.39	1.93	6.99	1.74	6.35	1.82	6.36	1.87	6.44	1.89	6.69	1.88
F 값		.91		9.61***		3.77*		1.54		.83		1.67	

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

편이었고, 주부집단은 가정경제와 가족관계에서 약하게, 가사노동, 자아존중감, 건강문제에서 강하게 스트레스를 인지하였고, 스트레스 대처행동 정도가 중간인 집단과 높은 집단은 이성적 대처를, 스트레스 대처행동 정도가 낮거나 가장 높은 집단은 종교에 의지하는 대처행동 특성을 보였다.

3) 주부의 스트레스 인지수준과 가정관리행동은 유의한 결과를 나타내었다. 즉 스트레스를 약하게 인지하는 주부일 수록 가정관리행동을 잘하였다.

4) 주부의 스트레스 인지수준과 생활만족도는 매우 유의미한 결과를 나타내었다. 즉 스트레스를 약하게 인지하는 주부일 수록 생활만족도가 높았다.

5) 주부의 스트레스 대처 행동과 가정관리 행동은 매우 유의한 결과를 나타내었다. 대처행동을 많이 하는 주부일 수록 가정관리 행동을 잘하였다.

6) 주부의 대처행동과 생활만족도는 전체적으로는 유의하지 않았으나 부분적으로 유의미한 것으로 나타났다. 즉, 수동적 태도로 스트레스에 대처할 수록 생활만족도가 낮았고, 이성적 대처행동을 할 수록 생활만족도가 높았다.

이상의 결과를 종합해 볼때 주부의 스트레스 인지수준과 스트레스 대처행동은 주부의 가정관리행동과 생활만족도에 중요한 변수임을 알 수 있다. 정도의 차이는 있으나 스트레스를 받고 있는 주부들은 그 스트레스를 감소 내지 해소 해 보고자 다양한 대처행동을 하고 있었으며, 스트레스에 이성적 대처행동을 하는 주부가 관리행동을 가장 잘하였고 생활만족도 역시 가장 높았다.

결론적으로 주부들이 스트레스를 강하게 인지하는 가사노동 영역, 자아존중감 영역, 건강문제 영역 등에서 스트레스를 감소시켜주는 환경을 조성하고 주부 스스로가 이성적 대처 행동을 한다면 주부는 가장 질 높은 관리행동속에서 큰 생활만족감을 얻으며 생활 할 수 있을 것으로 보인다. 이상의 연구를 기반으로 하여 앞으로는 주부의 스트레스 해소에 관심을 가지고 보다 역동적인 스트레스 대처 행동에 대한 연구가 시도되어야 할 것이다.

## 참고문헌

- 1) 강 인(1989). 중년기 가족스트레스와 가족대처 방안에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 2) 권경희(1986). 한국 도시 주부의 심리적 디스트레스에 관한 연구. 이대석사학위논문.
- 3) 김경아(1990). 기혼여성이 지각한 가정경영상의 스트레스 수준 및 관련변인 고찰. 숙대석사학위논문.
- 4) 김명자(1991). 중년기 부부의 가족 스트레스에 대한 대처 양식과 위기감. *대한가정학회지* 29(1).
- 5) 나동석(1980). 신경정신과에 입원한 여성 신경증적 장애 환자의 결혼 역동에 관한 임상적 연구. 중앙대학교석사학위논문.
- 6) 남유리(1989). 취업주부와 비취업주부의 스트레스 지각에 관한 비교 연구. 이대석사학위논문.
- 7) 두경자(1990). 가정관리 체계모형의 실증적 검증. 중앙대학교박사학위논문.
- 8) 박난희(1987). 가정생활에서 주부가 받는 스트레스 요인과 그 적용에 관한 연구. 동덕여대석사학위논문.
- 9) 이동원(1976). 직업여성의 이중역할에 관한 연구. 이대 한국문화원논총 27, 229-266.
- 10) 이광주(1988). 주부의 스트레스 요인과 대응방법에 관한 연구. 효성여대 석사 학위논문.
- 11) 이연숙(1988). Time management strategy, job satisfaction, research productivity, and life satisfaction of university faculty, Unpublished ph. D. dissertation, Iowa state University Ames. Iowa.
- 12) 이정연(1990). 며느리가 인지한 고부갈등과 대처행동에 관한 연구. *한국가정관리학회지* 8(2).
- 13) 임정빈(1987). 가치성향, 의사결정 양식 및 가정생활만족. 이화여대 박사학위논문.
- 14) 임정빈·이종숙(1989). 확대기 가정부부의 가정생활 만족도에 관한 연구. *대한가정학회지* 27(3).
- 15) 장병옥(1985). 도시 주부의 스트레스 인지수준 및 적응방법에 관한 연구. 숙명여대석사학위논문.
- 16) 정민자(1992). 임상, 정상 가족의 가족체계 유형 및 가족스트레스, 가족자원과 대응전략에 관한 연구. *대한가정학회지* 30(2).
- 17) 조미환(1990). 도시주부의 가정관리 행동 유형과 가정생활만족과의 관계. 한양대학교석사학위논문.
- 18) 최동숙(1989). 부부간의 스트레스 인지수준 및 디스트레스 수준의 차이에 관한 연구. *대한가정학회지* 27(1).
- 19) 최승순(1987). 가족 유형에 따른 주부의 우울성향 비교 연구. 서울대 석사학위논문.
- 20) Bell, J.M.(1977). Stressful life events and coping methods in mental illness and wellness behaviors. *Nursing Research* 26(2).
- 21) Beard, D.M.(1975). Morphostatic and morphogenic planning behavior in family : Development of a measurement instrument, Unpublished doctoral dissertation, the Ohio university.
- 22) Burr, W.R.(1970). Satisfaction with various aspects of marriage over the life cycle, A random middle class sample. *Journal of Marriage and Family* 32-1.
- 23) Chesler, P.(1972). Women and madness, Garden City : Doubleday.
- 24) Cripps, J.S.(1986). The Relationship between family life satisfaction and job satisfaction for employed Hispanic and Anglo Woman, ph.D., Texas Tech. University, Dissertation Abstract International 47-12.
- 25) David H. Olson, Joyce Portner, Yoavee(1985). Faces III, Family Science University of minnesota.
- 26) Deacon, R.E. & Firebaugh, F.M. Family resource management(1981) : Principles and application, Boston : Allyn and Bacon.
- 27) Dohrenwend, B.S.(1973). Live events as stressors : A methodological inquiry. *Journal of Health and Social Behavior* 14.
- 28) Folkman, S. & Lazarus, R.S.(1985). If it changes it must be a process : Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology* 48.
- 29) Gove, W.R. & Tudor, J.F.(1973). Adult sex roles and mental illness. *American Journal of Sociology* 78, 812-835.
- 30) 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.
- 31) Gross, I.H., Crandall, E. & Knoll, M.(1980). Management for modern families, 4th edition, Engle-



- wood cliffs, N.J. : Perntice-Hall.
- 32) Guadagno, M.A.N.,(1981). A systems approach to family financial management : Implications for family research. Paper Presented at the national council on family relation Milwaukee.
- 33) Hayes, M.P. & Stinnet, N.(1971). Life Satisfaction of middle age husbands wives. *Journal of Home Economics* 63-9.
- 34) Heck, R.K.Z.(1983). A preliminary test of a family management research model, *Journal of Consumer studies and Home Economics* Vol. 7.
- 35) Holmes, R.S.& Rahe, R.H.(1967). The Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic Research* 11.
- 36) Lazarus, R.S.(1969). *Pattern of Adjustment and Human Effectiveness* 3rd.
- 37) Lytton, R.H.(1986). An Empirical analysis of a system model of family resource management, Unpublished doctoral dissertation. Virginia Polytechnic Institute and state University.
- 38) McCubbin, H.I.(1979). Integrating coping behavior in family stress theory. *Journal of Marriage and the Family* 41.
- 39) Newton, D.L.(1979). Managerial behavior, goal achievement, satisfaction with managerial behavior, and life satisfaction, unpublished master thesis. Iowa State University.
- 40) Paolucci, B., Olive, A., Hall & Axinn, N.(1977). *Family decision making : An ecosystem approach*, New York : John Willy & Sons.
- 41) Pearlin, L.I.& Schooler, C.(1978). The structure of coping. *Journal of Health and social Behavior* 19(1), 2-21.
- 42) Selye, H.(1965). *The stress of life*, McGraww-Hill, New York.