

# 가정주부와 취업주부의 생활사건스트레스와 정신건강에 관한 연구

이 선 이 (적십자 간호전문대학)

## 목 차

I. 서론	IV. 연구결과 및 고찰
1. 연구의 필요성	1. 생활사건으로 인한 스트레스 정도
2. 연구목적	2. 정신건강상태
II. 문헌고찰	3. 생활사건스트레스정도와 정신건강상태와의 관계
1. 생활사건과 스트레스	4. 생활사건 스트레스 및 정신건강상태 관련요인
2. 정신건강	V. 결론 및 제언
3. 선행연구	참고문헌
III. 연구방법	영문초록
1. 연구대상 및 자료수집	
2. 연구도구	
3. 자료처리 분석방법	

## I. 서 론

### 1. 연구의 필요성

인간은 누구나 계속변화하는 환경에 적응해야 하며 평형과 건강상태를 유지하기 위해서는 적응방법을 사용해야 한다(이평숙, 임현빈 1980). 이로 인한 적응 요구는 스트레스 상황의 연속이며 신체의 적응요구가 높을수록 저항력이 감소되어 질병발생의 위험이 높은 것으로 알려지고 있다. Selye(1956)는 스트레스와 질병을 관련시킨 이론에서 스트레스가 오래지속되거나 강도가 높아지면 질병의 원인이 되어 위계양, 알레르기, 관절염, 고혈압과

같은 질병을 일으킬 수 있다고 하였다(이평숙 1984). 특히 여성은 남성에 비하여 사회문화적 영향과 사회심리적 요인으로 감정표현이 자유롭지 못하여 일상생활에서 겪는 생활사건들이 정신건강에 커다란 영향을 미치고 있다.

Grinker(1961), Weissman과 klerman(1977), Seiden(1982), Brown등(1973)은 남성에 비해 여성들이 스트레스와 관련된 정신질환이나 신체증상 호소가 더 많음을 보고하고 있다(임승주 1988).

그러므로 본 연구는 가족의 건강과 안녕을 책임지고 있는 주부들을 대상으로 가정주부군과 증가추세속에 있는 직업 가진 취업 주부군간의 생활사건 스트레스 정도와 정신건강상태를 비교하고 그 관계를 알아보아 주부들에게 체계적인 스트레스 관리와 최적의 정신건강상태를 유지하는 기초자료를 제공할 목적에서 시도되었다.

\* 본 연구는 적십자 간호전문대학 적십자 석우회의 1995년도 연구지원비의 보조를 받았음.

## 2. 연구의 목적

본 연구는 주부들을 대상으로 가정주부와 취업주부의 생활사건 스트레스의 경험정도와 정신건강 상태를 파악하고 그 관계를 규명하는데 있으며 이러한 목적은 다음과 같은 구체적 목표를 통하여 달성한다.

- 1) 가정주부와 취업주부의 생활사건 스트레스 경험정도를 파악한다.
- 2) 가정주부와 취업주부의 정신건강 상태를 파악한다.
- 3) 가정주부와 취업주부의 생활사건 스트레스와 정신건강상태의 관계를 규명한다.
- 4) 가정주부와 취업주부의 일반적 특성에 따른 생활사건 스트레스와 정신건강상태를 파악한다.

## II. 문헌고찰

### 1. 생활사건과 스트레스

스트레스는 인간의 생존과 성장에 필요한 것으로 인간은 스트레스가 있는 상태에서 존재하므로 (Selye, 1965) 환경적 또는 내적 요구를 충족할 능력정도가 초과되거나 적응력이 혹사되면 일어나는 상태이기도 하다 (Lazaarus와 Folkman, 1984). 또한 Horowitz(1980)는 사회적 압박, 직업상의 긴장, 불쾌한 가정생활 등 개인의 적응기제에 고압적으로 요구하는 생활상황들에 의해 생성되기도 한다고 하였다.

생활사건이 신체적·정신적 질환의 중요요인으로 관심의 대상이 된것은 Meyer가 1930년대에 생활기록표(Life chart)를 창안한 이후부터로, Selye(1982)는 스트레스란 스트레스요인(stressor)에 대한 유기체의 소모반응인 비특이적 반응으로, 스트레스를 유발하는 것은 스트레스요인(stresser)이라 하여 긍정적 부정적 사건 모두가 스트레스를 일으킬 수 있다하였다.

Holmes와 Rahe(1967)는 생활사건의 개념을 최초로 정의한 43개 항목으로 구성된 최근생활경험표

(schedule of recent life exprience)를 고안하여 긍정적·부정적사건에 관계없이 일상적인 생활양식과 관련된 사건으로서 바람직하거나 하지 않은 보편적인 사건, 개인의 생활양식의 변화와 적응이 요구되는 사건등 생활사건이란 스트레스를 주는 사건이라 하였다(백기청, 홍강의 1987). 그후 최근생활경험표의 문제점을 보완한 사회적적응척도(Social Readjustment Rating Scale)를 재개발하여 생활사건발생시 요구되는 재적응량으로서 생활변화량을 측정하여 평형상태의 변화를 스트레스의 가장 중요한 요인이라 하였다.

Paykel 등(1969)은 의미있는 대상의 상실이 스트레스 유발요인 역할을 한다고 하였으며, 사건의 특성에 초점을 두어 생활사건에 대한 불쾌 및 고통의 정도로 생활변화량을 측정하여 61개 생활사건을 척도화하였다.

이평숙(1984)은 Holmes와 Rahe의 사회적적응척도를 기반으로 한국인을 대상으로 긍정적·부정적 생활사건을 분류하여 98개 문항 생활사건에 따른 스트레스량을 측정하여 생활사건으로 인해 생활에 변화가 일어나면 불균형상태를 초래해 평형을 위한 재적응이 요구되어 적응에너지의 소비증가로 질병에 대한 저항력의 감소로 신체적·정신적 장애를 일으키기 쉽다고 하였다.

그러므로 생활사건과 스트레스는 인간의 일상생활에서 누구에게나 자연스럽게 일어날 수 있는 것으로서 긍정적·부정적 사건 모두가 요인이 될 수 있으며 적응단계에서 강도가 높거나 오래지속되면 정신적·신체적 건강에 영향을 미칠 수 있으므로 생활사건과 스트레스에 대한 조절은 매우 필요하다고 하겠다.

### 2. 정신건강

건강이란 신체적 질병이나 불구의 증상·증후가 없는 상태이며 정신적으로 사회적 역할을 수행하고 환경에 신축적으로 적응하며 상호작용하는 안녕상태라 할 수 있다. Pender(1987)는 건강을 목표지향적 행위, 자기관리 및 타인과의 관계를 통한 잠재력의 실현 및 환경적 조화와 구조적 통합을 유지하기

위한 적응이라 하였다(임난영, 1990).

Kilander(1962)는 정신건강에 관하여 '환경을 바람직하게 조성하며 잘 적응하고 알맞게 만족하고 능률과 행복을 누릴 수 있는 능력'이라 하였다.

정신적으로 건강한 사람에 대하여 Crawford와 Buchanan(1974)는 성숙된 문제 해결방식을 갖고 능력을 발휘하며 위기에 잘 대처할 수 있고 자신과 타인에 대해 존중과 신뢰를 갖고 건전한 가치관을 가지며 삶에 흥미를 갖는 사람이라 하였다(박혜순, 1990).

이렇듯 건강한 정신상태를 유지하기 위해서는 전제조건이 요구되는데, 정신상태에 있어서 통일과 일관성의 확립이 필요하며 자기자신을 객관적으로 성찰할 수 있는 능력과 타인과의 조화를 실현할 수 있는 사회성의 형성들이 필요하다고 이현수(1985)는 말하였다.

따라서 정신건강상태에 혼란이 오게되면 정신적 질환뿐 아니라 신체적 질환도 유발될 수 있으며 이는 개인뿐 아니라 가족 및 사회에도 영향을 미칠 수 있으므로 건강한 정신건강의 유지는 매우 중요하다 하겠다.

### 3. 선행연구

생활사건 스트레스와 특정질환과의 관계에 대한 연구는 여러 선행연구에서 보고되고 있는데 다음 몇몇과 같다.

생활사건스트레스와 신체질환에 관계되는 것으로, Holmes(1964)는 결핵환자군과 정상인을 대상으로 연구하여 결핵환자군이 정상인에 비해 더 많은 사회적 스트레스를 경험한다고 하였고, 최영희(1982)는 내과입원 환자와 일반인을 대상으로, 이경옥(1983)은 고혈압환자와 비고혈압환자를 대상으로 연구하여 내과입원환자와 고혈압환자군이 더 많은 생활사건을 경험한다고 하였다.

박순옥(1985)은 소화성궤양 환자와 비소화성궤양 환자를 대상으로 한 연구에서, 한금선(1988)은 소화성궤양환자를 대상으로한 연구에서 소화성 궤양환자군이 생활스트레스량이 높다고 보고하였다. 이무석(1985, 1987)은 급성바이러스성 간염과 장티프

스 환자를 대상으로 또 당뇨병 환자를 대상으로 연구하여 생활변화와 질병에 관련성이 있음을 보고하고 있다.

정신질환과 스트레스와 관련된 보고로는, Grinker(1961)는 우울증의 유발요인으로 가족의 사망, 직업변화, 경제적 불안이라 하였고, Pakei등(1969)은 정신질환중 분열증, 우울증, 신경증과의 관계를 제시하여 우울증과 사회로부터의 소외나 바람직하지 않는 요소들이 관련되어 있다고 하였다. 고성희(1978)는 정신질환자와 비정신질환자를 대상으로 연구하여 정신질환자가 스트레스에 대한 심각도가 높다고 하였다. 백기청·홍강의(1987)는 스트레스가 불안증의 요인이 된다고 보고하였으며, 임승주(1988)는 우울증 여성환자와 정상여성을 대상으로 한 연구에서 우울증여성환자가 스트레스 생활사건 정도가 높다고 하였다. 박혜순(1990)은 중년여성을 대상으로 연구한 보고에서, 임은옥(1993)은 갱년기 증상과 관련된 보고에서 생활사건 정도와 정신건강과의 관계를 연구해 관련성이 있음을 나타내고 있다.

이상의 연구결과에서 보는 바와 같이 생활사건 스트레스는 신체적질환뿐 아니라 정신적 질환에도 영향을 미치고 있음을 보여주고 있다.

## Ⅲ. 연구방법

### 1. 연구대상 및 자료수집

연구대상자는 서울시내에 소재하고 있는 직장(2곳의 구청)에 다니는 21~60세 사이에 있는 결혼한 취업주부를 선별한 후, 서울시내 거주 중산층 가정주부라고 객관화할 수 있는 노원구 및 도봉구의 20~30평사이의 10곳의 아파트에서 유배우자이며 부업이 없는 가정주부를 전술한 집단의 연령에 맞게 짝집기 표집한 바 각각 104명이었다.

자료수집은 1995년 6월 5일부터 19일사이 15일간이며 구조화된 설문지를 배포하고, 직장과 가정을 각각 방문하여 조사였다.

## 2. 연구도구

본 연구에 사용된 도구는 연구대상자의 일반적 특성 9문항, 생활사건스트레스에 관한 41문항, 정신건강에 관한 22문항등 총 72문항으로 구성되었다.

### 1) 스트레스 측정도구

고성희(1978; 최영희, 1982; 이경옥, 1983) 등이 생활사건 스트레스를 측정하기 위하여 Holmes와 Rahe(1967)의 사회적적응척도(Social Readjustment Rating Questionnaire)를 이용하여 제작한 설문지를 수정·보완하여, 41문항으로 5점척도화하고 점수가 높으며 스트레스 정도가 높은 것을 의미한다.

### 2) 정신건강 측정도구

정신건강을 측정하기 위해서는 1956년 남호창이 Cornell 대학의 Brodman등이 고안한 코넬의학지수를(Cornel Medical Index) 한국인에게 맞게 수정보완한 간이건강조사표중 정신건강에 관한 22문항을 사용하였다. 각문항마다 응답자가 자각증상과 일치하면 '예'라고 응답하여 1점을 주고 일치하지 않거나 관계가 없을때는 '아니오'란에 기입하게 하여 총 점수가 0-22점까지로 점수가 낮을수록 정신건강상태가 양호한 것으로 평가하였다.

## 3. 자료처리 분석방법

수집된 자료는 SAS를 이용하여 윌콕슨순위합검정(Wilcoxon rank sum test), 크리스컬-왈리스의 순위에 의한 일원분산분석(Kruskal-Wallis one way ANOVA by ranks), Spearman 상관계수 등을 시행하였다.

## 4. 연구의 제한점

1) 본 연구는 연구의 대상이 중산층주부들로 서울시내에 거주하는 가정주부와 서울시내 소재의 직장에 다니는 취업주부들에 국한되어 있어 전체가정주부와 취업주부에게 일반화하기 어렵다.

2) 생활사건 스트레스 측정도구가 외국에서 만들

어진 것으로 우리나라 실정에 표준화되지 않았다.

## IV. 연구결과 및 고찰

대상자의 일반적 특성은 부록에서 보는바와 같이 가정주부와 취업주부간에 큰차이가 없었다. 평균연령은 36.3세 였으며, 종교는 두군 모두 기독교가 많았으며 통계적으로 유의성을 보였다. 교육수준은 두군 모두 90% 이상이 고졸이상으로 나타났다. 평균월수입은 가정주부군의 80%이상이 100만원이상인 반면 취업주부군의 80% 이상이 150만원이상으로 가정주부군에 비해 맞벌이로 인한 경제적 수입이 많음을 나타내었으며 통계적으로도 유의하였다. 인생에 대한 느낌은 두군 모두 과반수 이상의 주부가 행복함을 나타내었고, 주관적 건강상태는 가정주부군의 40%가, 취업주부군의 52%가 건강하다고 하여 비교적 양호한 것으로 나타났다. 여가활동정도는 가정주부군의 41%가, 취업주부군의 50%가 적은편이거나 거의 없다고 하여 금전적·시간적인 생활의 여유가 없음을 보여주었다.

### 1. 생활사건으로 인한 스트레스 정도

생활사건 스트레스로 경험하는 스트레스 정도는 <표1>에서 보는 바와 같다.

생활사건 요인으로는 취업주부군이 사회문제, 경제적 문제, 휴가 및 취미생활, 친구관계, 직장관계에서 가정주부군보다 높은 스트레스를 나타내었는데 이중 휴가 및 취미생활 요인은 통계적으로 유의성을 보였으며 가정주부군에서도 공통적으로 1순위를 나타내어 두군 모두의 주부들에게 휴가와 취미생활에 대한 여유가 없음과 필요함을 나타내었다. 이는 최영희(1982)와 박혜순(1990), 임은옥(1993)의 연구와 유사함을 보였으며 이평숙(1984)는 경험값은 낮으나 경험자 수가 높게 나타난 요인이라 하였다.

경제적 문제에서는 취업주부군이 가정주부군보다 높은 순위를 보였는데 이는 맞벌이로 인하여 수입이 가정주부군보다 많아 경제적 활용이 높으므로

〈표 1〉 생활사건 스트레스 경험

(N=208)

생활사건 요 인 (문항수)	순 위	가 정 주 부			순 위	취 업 주 부			p값
		M	±	SD		M	±	SD	
결혼생활 (4문항)	4	1.573		0.928	5	1.485		0.874	0.381
가정생활 (9문항)	8	1.368		0.817	9	1.329		0.734	0.680
거주지관계 (3문항)	9	1.154		0.475	11	1.275		0.688	0.050*
건강관계 (3문항)	3	1.662		0.883	3	1.602		1.623	0.296
직장관계 (11문항)	11	1.000		0.000	8	1.361		0.708	0.000**
사회문제 (2문항)	7	1.456		0.872	4	1.562		0.996	0.504
경제적문제 (5문항)	6	1.511		0.953	2	1.672		1.059	0.126
종교문제 (2문항)	2	1.725		0.619	6	1.475		0.803	0.011*
휴가 및 취미생활 (2문항)	1	1.859		0.976	1	2.153		1.147	1.030*
친구관계 (2문항)	1	1.109		0.530	10	1.302		0.833	0.023*
기타사건 (3문항)	5	1.518		0.875	7	1.385		0.730	0.229
계 (41문항)		1.448		0.720		1.509		0.926	(p<0.177)

\* p<0.05, \*\* p<0.01

• 윌콕슨 순위합 검정에 의하여 수행되었음.

나타나는 것으로 보여진다. 이는 이평숙(1984), 박혜선(1990), 임은옥(1993)의 연구결과와 유사함을 보였다.

종교적 문제에서는 가정주부군이 취업주부군보다 높은 순위를 보여주었으며 이는 가정주부군이 취업주부군에 비하여 종교적 문제를 생각할 시간적 여유가 있음으로 인한 것으로 여겨지며 통계적으로 유의하였다. 강수금(1984)은 종교가 스트레스에 영향을 미친다고 보고하였는데 주경옥(1988)은 종교와 스트레스량은 차이가 없다고 보고 하였다.

건강에 관한 요인에서는 공통적으로 3순위를 나타내어 건강에 대한 스트레스 정도가 두군 모두 비슷함을 보여 현대인들의 건강에 대한 관심도와 예민함을 알수 있으며 이는 박혜선(1990), 이춘애(1989) 오경옥(1990), 이광희(1992)의 연구결과와 유사한 스트레스정도를 나타내었다.

연령이 높을수록 스트레스가 많다는 것은 이평숙(1984)과 박혜선(1990)의 연구에서, 평균월수입이 많은 집단이 스트레스가 많다는 것은 이광희(1992)의 연구에서, 경제수준이 낮을수록 스트레스 점수가 높다고 한 이평숙(1984)과 박혜선(1990)의 연구결과에서 보고되고 있으며, 본 연구에서는 생활사

건스트레스는 연령은 41세 이상인 집단에서, 교육수준은 국졸자가, 평균월수입은 200만원 이상인 집단에서 더 많은 생활사건 스트레스를 경험하는 것으로 나타났다.

## 2. 정신건강상태

가정주부군과 취업주부군간의 정신건강상태는 〈표 2〉에서 보는 바와 같다.

정신건강 점수는 가정주부군이 평균 7.36으로 김혜자(1988)의 평균 6.97과 유사함을 보였고, 취업주부군이 평균 5.52로 주경옥(1988)의 평균 5.02, 박혜선(1990)의 평균 5.50, 이광희(1992)의 평균 4.59와 유사함을 보여주었다.

정신건강점수는 가정주부군이 취업주부군보다 높게 나타났으며 이는 통계적으로 유의성을 보였는데 (p>.01), 이는 KBS 라디오가 전업주부를 대상으로 한 설문조사(1995)에서 전업주부로서는 만족하고 있으나 외롭고 자아성취를 느끼지 못하는 점은 불만이며 여건이 주어지면 일을 하겠다고한 결과에서도 엇볼수 있드시 가정주부군이 취업주부군에 비해 가정내 여러문제들과 성취감없이 반복적으로 변화

〈표 2〉 정신건강상태

(N=208)

항	목	가정주부		취업주부		p값
		M	± SD	M	± SD	
1.	윗 사람이 보고 있다고 생각하면 일이 잘 안됩니까?	0.439	0.499	0.307	0.463	0.065
2.	매사에 실수없이 정확하게 일을 해야 하므로 일의 속도가 지나치게 느릅니까?	0.219	0.416	0.125	0.332	0.087
3.	때때로 지시사항이나 명령을 잘못 알아 들습니까?	0.451	0.500	0.230	0.423	0.001**
4.	항상 결정을 내리기가 어렵습니까?	0.414	0.495	0.298	0.459	0.099
5.	회합이나 모임에 참가했을 때도 외롭고 쓸쓸하게 느껴집니까?	0.268	0.445	0.192	0.396	0.220
6.	언제나 재미 없고 마음이 상쾌하지 않습니까?	0.268	0.445	0.201	0.403	0.288
7.	세상만사가 다 귀찮고 죽어버리고 싶을 때가 있습니까?	0.426	0.497	0.269	0.445	0.024*
8.	사소한 일에도 신경을 자주 쓰게되며 마음에 걸립니까?	0.670	0.472	0.490	0.502	0.014*
9.	당신은 신경과민증이라고 생각합니까?	0.280	0.452	0.259	0.440	0.751
10.	당신은 지나칠 정도로 부끄럼을 탑니까?	0.207	0.407	0.105	0.309	0.055
11.	비평을 들으면 항상 마음에 걸립니까?	0.682	0.468	0.567	0.497	0.108
12.	당신은 아주 예민하고 까다로운 사람이라고 생각합니까?	0.195	0.398	0.221	0.417	0.677
13.	가까운 친구일지라도 속마음을 주지 않고 벽을 들니까?	0.231	0.424	0.173	0.380	0.322
14.	별안간 어떤 충동이나 자극을 받아서 일을 하게 됩니까?	0.353	0.481	0.259	0.440	0.166
15.	언제나 자제하지 않으면 실수를 합니까?	0.158	0.367	0.173	0.380	0.793
16.	조그만 일로 화를 냅니까?	0.341	0.477	0.240	0.429	0.130
17.	누가 무엇을 하라고 지시를 하면 화가 납니까?	0.304	0.463	0.259	0.440	0.496
18.	자기 뜻대로 즉시되지 않으면 화가 치밀어 감정이 폭발합니까?	0.365	0.484	0.269	0.445	0.159
19.	갑자기 소리가 나면 깜짝 놀라 벌떡 일어나거나 또는 몸이 벌벌떨립니까?	0.280	0.452	0.173	0.380	0.080
20.	누가 당신에게 큰소리를 치면 꼼짝못하고 얼어버립니까?	0.256	0.439	0.153	0.362	0.084
21.	무서운 꿈을 꾸고 놀라 깨는 일이 가끔 있습니까?	0.256	0.439	0.288	0.445	0.625
22.	특별한 이유없이 갑자기 무서운 생각이 들때가 가끔 있습니까?	0.292	0.457	0.269	0.445	0.725
계		7.365	4.307	5.528	4.510	(p>0.002)**

\* p<0.05 \*\*p<0.01

• 윌콕슨 순위합검정에 의하여 수행되었음.

없이 일어나는 생활속에 있으므로 해서 보여지는 현상인 것으로 여겨지며 박혜순(1990)의 연구와 유사함을 나타냈다.

정신건강문항에서는 박혜순(1990), 이광희(1992)의 연구결과와 같이 '비평을 들으면 항상 마

음이 걸린다'와 '사소한 일에도 신경을 자주 쓰게 되며 마음이 걸린다'에 두군 모두 높은 점수를 나타내었다.

정신건강 상태는 연령이 31-40세 집단에서, 종교는 기독교집단이 점수가 높게 나타났으며, 교육수

준은 고졸집단에서 정신건강점수가 높게 나왔다. 박혜순(1990)의 연구에서는 고졸집단이, 이광희(1992)의 연구에서는 월수입이 200만원 이상인 집단에서 점수가 높게 나타남을 보였다.

### 3. 생활사건 스트레스 정도와 정신건강상태와의 관계

〈표 3〉에는 생활사건스트레스와 정신건강상태와의 관계가 제시되어 있다.

〈표 3〉 생활사건스트레스정도과 정신건강상태와의 상관관계

	정신건강상태 가정주부	취업주부 (N=104)
생활사건 스트레스	0.497 (0.001)**	0.532 (0.0001)***

\* p<0.05, \*\*\* p<0.001

• Spearman 상관계수에 의하여 수행되었음.

생활사건 스트레스 정도와 정신건강상태와의 관계는 순상관 관계를 나타내어, 스트레스 점수가 높을수록 정신건강점수도 높아진다는 것을 알 수 있으며 스트레스가 많을수록 정신건강이 나쁘다라고 할 수 있다. 이는 바람직하지 않은 생활사건은 정신신체 질환에 영향을 미친다고 한 Meyer(1971), Paykel(1969)의 연구와 이평숙(1984), 박혜순(1990), 이광희(1992)의 연구결과와도 일치하였다.

### 4. 생활사건 스트레스 및 정신건강상태 관련 요인

〈표 4〉 생활사건 스트레스 및 정신건강상태 관련요인

관련요인	생활사건스트레스			정신건강상태		
	가정주부 (p값)	취업주부 (p값)	$\chi^2$ 값 (p값)	가정주부 (p값)	취업주부 (p값)	$\chi^2$ 값 (p값)
인생에 대한 느낌	(0.237)	(0.034)*	11.661 (0.020)*	(0.281)	(0.062)	11.827 (0.018)*
주관적 건강상태	(0.935)	(0.413)	8.996 (0.061)	(0.292)	(0.069)	18.808 (0.000)**

\* p<0.05, \*\*p<0.01

• 윌콕슨순위합 검정과 크리스컬-왈리스 일원분석에 의하여 수행되었음.

생활사건 스트레스 및 정신건강상태와 관련있었던 요인은〈표 4〉에서 보는바와 같이 “인생에 대한 느낌”과 주관적 건강상태만이 의미 있었다.

위 결과를 살펴보면 인생에 대한 느낌과 생활사건스트레스와 정신건강상태와의 관련성 여부를, 주관적건강상태와 정신건강상태와의 관련성 여부를 추론하여 볼 수 있겠다. 임은옥(1993)도 생활사건스트레스와 인생에 대한 느낌이 통계적으로 유의함을 보고하였다.

인생에 대한 느낌과 주관적 건강상태를 행복·비행복, 건강·비건강으로 구분하여 살펴보면 〈표 4-1〉과 같다.

〈표 4-1〉 대상자의 인생에 대한 느낌과 주관적 건강상태 정도

요인	가정주부(%)	취업주부(%)	$\chi^2$ 값 (p값)
인생에 대한 느낌	행복 55.95 비행복 41.66	64.42 35.57	0.976 (0.323)
주관적 건강상태	건강 39.28 비건강 58.33	52.88 47.11	2.939 (0.086)

인생에 대한 느낌에서는 두군모두 비행복 보다는 행복이 조금 더 높게 나타났으며 가정주부보다는 취업주부군이 인생에 대한 느낌이 좋은 것으로 나타났다. 주관적 건강 상태에서는 가정주부군은 비건강이, 취업주부군은 건강이 좀더 높게 나타났으며, 전체적으로 볼때 취업주부군이 가정주부군에 비하여 인생에 대한 느낌과 주관적 건강상태가 좋음을 나타내었다. 이는 가정주부군에 비해 취업주

부군은 직장을 다니므로서 가정생활이외의 새로운 생활을 쉽게 접하며 빠른 정보를 얻을수 있고 규칙적인 식습관 및 생활을 할 수 있음으로서 나타나는 결과인 것으로 여겨진다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 1995년 6월 5일부터 6월 19일까지 서울 시내의 근거가 있는 가정주부와 정규취업주부를 연령별로 짝짓기 표집한 각각 104명을 대상으로 생활사건스트레스정도와 정신건강상태와의 관계를 분석한 바 다음과 같은 결과를 얻을 수 있었다.

1. 생활사건스트레스 정도는 통계적으로는 유의하지 않았으나, 취업주부군(평균 1.448)이 가정주부군(평균 1.509)보다 높게 나타났다.
2. 정신건강상태에서는 통계적인 유의성을 나타내었으며( $p < .01$ ), 가정주부군이(평균 7.36) 취업주부군(평균 5.52)보다 높게 나타났다.
3. 생활사건 스트레스 정도와 정신건강상태와의 상관관계는 가정주부군( $r = .497, p < .001$ )과 취업주부군( $r = .532, p < .000$ ) 두군 모두에서 순 상관관계를 나타내어 스트레스가 높을수록 정신건강상태가 불량함을 보여주었다.
4. 사회심리학적 요인에 따른 생활사건 스트레스 정도에서는 인생에 대한 느낌에서 통계적으로 유의하였고( $p < .05$ ), 정신건강상태에서는 인생에 대한 느낌( $p < .05$ ), 주관적 건강상태( $p = .000$ )에서 통계적으로 유의하게 나타났다.

## 참고문헌

강수금, 스트레스질환자와 정상인의 스트레스 생활사건 및 대응방법에 대한 비교연구, 조선대학교 석사학위논문, 1987

고성희, 정신질환자와 비정신질환자의 스트레스 및 그 적응방법에 대한 비교연구, 간호학회지 9(1), 23-29, 1979

김해자, CMI에 의한 근로자들의 건강호소율, 중학

의학, 58(3), 587-594, 1988

남호창, 코넬의학지수예 관한연구: 코넬의학지수 간이화, 현대의학 3(4), 471-475, 1965

박순옥, 소화성궤양환자와 비소화성궤양환자의 스트레스 생활사건과 적응방법에 대한 비교연구, 대한간호, 25(1), 85-101, 1986

박혜순, 증년여성의 생활사건과 정신건강의 관계, 연세대학교 교육대학원 석사학위논문, 1990

백기청·홍강의, 스트레스요인으로서의 생활사건과 통제 소재 및 불안의 관계에 관한 연구, 신경정신의학, 26(1), 75-99, 1987

오경옥, 정신질환자와 일반성인의 사회적지지, 생활사건 우울의 관계에 관한 비교연구, 연세대학교 박사학위논문, 1990

이경옥, 고혈압환자와 비고혈압자의 스트레스 생활사건대처 방법에 대한 비교연구, 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문, 1983

이광희, 사무직 근로자의 생활사건스트레스와 건강상태와의 관계, 연세대학교 교육대학원 석사학위논문, 1992

이무석, 생활변화와 질병에 관한 연구(II), 신경정신의학, 26(1), 121-129, 1987.

이무석·김경자, 생활변화와 질병에 관한 연구(I), 신경정신의학, 24(4), 568-577, 1985

이춘애, 교통사고환자가 경험한 사고전 스트레스 생활사건 조사연구, 연세대학교 교육대학원 석사학위논문, 1989

이평숙, 생활사건과 관련된 스트레스량 측정에 관한 방법론적 연구, 연세대학교 박사학위논문, 1984

이평숙·임현빈, 스트레스사건과 적응행동이 정신건강에 미치는 영향에 대한 연구, 간호학회지, 10(1), 57-64, 1980

이현수, 임상심리학, 박영사, 1985

임난영, 건강증진모델의 검증을 위한 일연구, 한국보건간호학회지, 4(2), 25-33, 1990

임승주, 우울증 여성환자와 정상여성의 스트레스 생활사건 및 신체증상에 대한 비교연구, 이화여자대학교 석사학위논문, 1988

임은옥, 갱년기증상과 생활스트레스의 관계에 관한



- 연구, 서울대학교 보건대학원 석사학위논문, 1993
- 주경옥, 도시근로자의 스트레스 생활사건과 건강상태와의 관계연구, 조선대학교 석사학위논문, 1988
- 최영희, 입원환자와 일반인의 스트레스 생활사건과 대처방법에 대한 비교연구, 간호학회지, 12(2), 91-103, 1982
- KBS 라디오 설문조사, 조선일보 23면, 1995. 5. 31.
- Grinker, R. et al., The phenomena of depression-New York : paul B. Hoeber Inc., 1961.
- Holmes, H.S. and Rahe, R.H., The social readjustment rating scale, Journal of psychosomatic Research, 9, 213-218, 1967
- Lazarus, R.S. & Folkman, S., Stress, appraisal and coping, New York : Springer pub. Co., 1984
- Myers, J.K., et al., Life Events and Psychiatric Impairment, The Journal of Nervous and Mental Disease, 152, 1971
- Paykel, E.S. et al., Life event and Depression a controlled study, Archieves of General Psychiatry 21 : 753-760, 1969
- Rahe R. H., Meyer, M., Smith, M., Kjaer, G., Holmes, T.H., Social stress and illness Onset, Journal of Psychosomatic Research, 8 : 35-44, 1964
- Selye, H., The stress Syndrome, American J. of Nursing, 65(3) : 97-99, 1965
- \_\_\_\_\_, History and present status of the stress concepts. edited by Goldberger, L. and Breznitz, S., Handbook of stress, New York : The Free Press., 1982

부 록 : 대상자의 일반적 특성 세목별 백분율

(N=208)

일반적 특성		가정주부	취업주부	$\chi^2$ 값 (p값)
연 령	30세 이하	14.63	14.63	
	31-40세	60.98	60.98	
	41세 이상	24.39	24.39	
종 교	기 독 교	40.24	38.46	
	불 교	19.51	19.23	11.877
	카 톨 릭	26.83	11.54	(0.008) **
	무	13.41	30.77	
교육정도	국 졸	4.88	0.96	
	중 졸	4.88	1.92	4.904
	고 졸	51.22	56.73	(0.297)
	대졸이상	39.02	40.38	
월 수 입	100만원 이하	15.85	0.00	
	101-150만원	35.37	13.46	35.501
	151-200만원	26.83	44.23	(0.000) **
	200만원 이상	21.95	42.31	
인생에 대한 느낌	매우 행복	6.10	16.35	
	대체로 행복	51.22	48.08	7.491
	보 통	39.02	27.88	(0.112)
	삶이 고달프다	3.66	6.73	
	비 관 적	0.00	0.96	
주 관 적 건강상태	매우 건강	9.76	23.08	
	다소 건강	30.49	29.81	9.226
	보 통	43.90	31.73	(0.056)
	다소 허약	13.41	15.38	
	매우 허약	2.44	0.00	
여가 활동 정 도	아주많다	3.66	4.81	
	대체로 많다	12.20	15.38	
	보 통	42.68	29.81	4.262
	적 은 편	24.39	24.04	(0.373)
	거의없다	17.07	25.96	

\* p<0.05, \*\* p<0.01

• 크리스칼 왈리스 일원분산 분석에 의하여 수행되었음.

= Abstract =

## **A Study the Relationship between Stressful Life Events and Mental Health of Non-Working Housewives and Working Housewives**

Lee, Sun Yi (Red Cross J. College of Nursing)

This study analyzed the relationship between stressful life events and state of mental health among middle class non working housewives and working housewives (104 pair) by age from June 5 to June 19, 1995 in seoul.

The results of this study are as follows.

1. The degree of stressful life events was not statistically significant, but the degree working housewives group (Mean 1.448) was higher than that of non-working housewives group (Mean 1.509).
2. The state of mental health showed statistically significant ( $p < .01$ ) the degree of non-working housewives group (Mean 7.36) was higher than that of working housewives (Mean 5.52).
3. The correlation between stressful life events and state of mental health showed natural in both non-Working housewives group ( $r = .497, p < .001$ ) and working housewives ( $r = .532, p < .000$ ), so increased stress is related to lower mental health.
4. The degree of stressful life events based on social psychological factor, showed statistically significant ( $p < .05$ ) in the feeling of life, and the state of mental health was statistically significant in the part of feeling of life ( $p < .05$ ) and subjective health state ( $p = .000$ )