

객관적 가정자원, 가정자원적정도지각 및 통제소재와 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법과의 관계*

The Relationship between the Coping Styles for Stress and
Objective Family Resource, Perceived Adequacy Resource,
Locus of Control in Housewives

경북대학교 사범대학 가정교육과
부교수 張 允 玉
경북대학교 대학원 가정학과
박사과정 丁 瑞 麟

Dept. of Home Economics Education, Kyungpook National University
Associate Prof. : Yoon-Ok Jang
Dept. of Home Economics Graduate, Kyungpook National University
Doctoral Course : Seo-Leen Jeong

〈 목 차 〉

- | | |
|-----------------------|-------------|
| I. 서론 | IV. 결과 및 논의 |
| II. 이론적 배경 및 선행연구의 고찰 | V. 결론 및 제언 |
| III. 연구방법 | 참고문헌 |

〈Abstract〉

The purpose of this study was to investigate the variables, which affect the coping styles for stress which was produced by family resource management in housewives. The subjects of this study were 565 married women who lived in apartment in Taegu. A questionnaire was used as survey method. The data was analyzed by means of factor analysis, t-test, ANOVA, Scheffé test, coefficient and multiple regression analysis. The main findings were as follows :

First, the coping styles for stress were found to be significantly different according to the objective resources.

Second, perceived adequacy resource is positively correlated with the active

* 이 연구는 97년도 경북대학교 공모과제 연구비 지원에 의한 것임.

coping style.

Third, locus of control is negatively correlated with the passive coping style and the evasive coping style.

Forth, in the coping styles for stress, the active coping style was affected by locus of control, perceived adequacy resource, income, employment of housewives, the passive coping style was affected by locus of control, education of housewives, and the evasive coping style was affected by locus of control.

I. 서 론

1. 문제의 제기

현대사회가 복잡해짐에 따라 개인은 여러 가지 원인에서 비롯된 스트레스를 경험하고 있다. 더욱이 사회가 급격하게 변화하고 있는 오늘날에는 가정과 사회에서의 일상적인 생활 그 자체가 스트레스의 근원이 되고 있어 개인이 지각하는 스트레스는 더욱 가중되고 있다. 이러한 이유로 스트레스에 대한 관심과 인식이 높아져 여러 분야에서 스트레스에 관한 연구가 끊임없이 수행되고 있다.

전통적인 스트레스 연구들은 스트레스에 대한 개인의 반응, 스트레스와 관련된 심리적·대인적·사회적 탈선과 가족의 반응 등을 연구해 왔으나 근래의 연구들은 일부 가족들이 다른 가족들보다 스트레스를 더 잘 이겨내는 원인을 밝히고자 하는 노력의 일환으로써 스트레스가 반드시 개인이나 가족에게 해로운 것만은 아니라는 관점을 가지고 스트레스에 대한 대처에 관심을 갖게 되었다(McCubbin, Joy, Cauble, Comeau, Patterson 그리고 Needle, 1980).

개인은 동일한 스트레스 상황하에서도 스트레스에 대해 서로 다르게 반응하고 있고(Laster, 1981), 스트레스에 효과적으로 대처하면 스트레스 상황이 오히려 개인의 성장기회가 될 수 있기 때문에(McCubbin 등, 1980) 개인이나 가족이 스트레스에 어떻게 대처하는가에 대한 이해는 스트레스 원인의 심각성이나 스트레스 발생빈도를 이해하는 것만큼 중요하다. 더구나 개인의 생활이 복잡해져 갈수록 스트레스를 느끼는 상황도 증가하고 있어 스트레스 상황에 바람직

하게 대처할 수 있는 능력이 더욱 강하게 요구되고 있다.

현재의 IMF 경제체제와 같은 특수 상황에서의 스트레스 뿐만 아니라 일상생활에서의 스트레스를 극복하기 위해서는 가족은 문제의 근원을 제거하려는 노력과 함께 적극적이고 건설적으로 문제에 대응할 수 있는 스트레스 대처방법의 선택·사용이 필요하다. 특히 가정자원의 관리 책임을 맡고 있는 주부는 가족의 무한한 욕구와 목표를 충족시키기 위하여 유한한 가정자원을 배분하고 이용할 때 많은 어려움과 스트레스를 경험하게 되고 이러한 주부의 가정자원 관리 스트레스는 주부 자신뿐만 아니라 가족 전체의 행복과 복지에 영향을 미치게 된다. 따라서 주부가 스트레스를 감소시키기 위하여 선택·사용하는 스트레스 대처방법은 가족의 행복과 가정생활의 질적 향상이라는 측면에서 중요하다고 하겠다.

가정자원관리 스트레스 상황에서 보다 빨리 벗어날 수 있는 수단으로 인식되고 있는 경제적 자원을 가족들이 취업이나 부업을 통해 보다 많이 획득하려고 하지만 이러한 노력에는 많은 제약이 따른다. 이와 같이 가족의 스트레스는 생활환경과의 상호작용에 의해서도 발생한다는 관점에서 가정생활과 사회현상을 함께 고려하고 이해하면서 개인적 자원 및 가정자원을 효율적으로 사용할 때 가정자원을 증대시키는 것과 같은 효과를 얻을 수 있어 스트레스는 감소될 것이다. 이와 더불어 스트레스에 대해 객관적으로 인식하고 문제해결에 도움이 되는 적절한 스트레스 대처방법을 선택·사용한다면 현실적으로 스트레스는 보다 더 많이 감소될 수 있을 것으로 생각된다.

주부의 스트레스 대처방법에 영향을 미치는 요인으로 연령, 교육, 수입 등과 같은 객관적 가정자원(Jalowice과 Powers, 1981), 가정자원에 대한 개인의 지각(Rommel, 1989), 통제소재(황상하, 1995) 등이 보고되고 있다. 이들 각각의 요인들이 스트레스 대처방법에 영향을 미친다고 하는 보고들이 있는 반면에 각 요인들간의 상호작용에 의해서 주부의 스트레스 대처방법의 선택·사용이 이루어진다(Lazarus 등, 1980)는 연구도 있다. 동일한 스트레스 대처방법을 선택·사용하는 경우라 할지라도 주부 개인의 여러 가지 상황이나 조건에 따라 스트레스 감소에 미치는 스트레스 대처방법의 영향이 다르다고 한다(정서린, 1997). 뿐만 아니라 연령이 낮을수록 적극적이고 능동적인 대처방법을 많이 사용한다(차승희, 1991)는 연구결과와는 달리 소극적이고 회피적인 대처방법을 많이 사용한다(이광주, 1988)는 연구결과도 있다. 이처럼 주부가 가정자원관리 스트레스를 감소시키기 위해 사용하는 스트레스 대처방법에 관한 연구들이 구체적인 내용에 있어서는 다소 상반된 결과들을 제시하고 있음을 볼 수 있다. 다양한 연구배경으로 인하여 서로 다른 연구결과가 제시될 수는 있으나 이는 주부의 상황에 따른 스트레스 대처방법의 선택·사용에 관한 대부분의 연구들이 부분적으로 각각 수행되어 왔기 때문에 나타난 결과라고 할 수 있다. 그러므로 주부의 상황에 적합하게 선택·이용할 수 있는 가정자원관리 스트레스 대처방법을 전반적으로 파악하기 위해서는 객관적인 가정자원, 가정자원에 대한 주부의 주관적인 지각 정도, 그리고 자신이 처한 상황에 대한 평가에 영향을 미치는 개인의 성격 특성 등이 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법의 선택·사용과 어떤 관계를 갖고 있는가에 관한 포괄적인 연구가 이루어져야 할 필요가 있다.

이에 본 연구에서는 주부가 소유한 실제적 가정자원인 객관적 가정자원, 객관적 가정자원에 대한 주부의 주관적인 지각 정도인 가정자원적정도지각, 그리고 주부의 심리적인 성격특성인 통제소재와 주부의 가정의 가정자원관리 스트레스 대처방법과의 관계를 알아보고, 이들 세 변인들이 가정자원관리 스트레스 대처방법에 미치는 상대적 영향력에 관해 알

아보고자 한다.

본 연구의 결과는 다양한 가정자원 관련 변인과 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법과의 관계에 대한 포괄적인 조망을 가능하게 하고 이에 관한 중요한 정보를 제공하여 가정자원관리 행동 및 가정자원관리 스트레스 대처방법에 관한 후속연구에 도움을 줄 수 있는 자료로 이용될 수 있을 것이다. 또한 본 연구는 주부의 가정자원관리 스트레스를 감소시켜줄 수 있는 대처방법의 개발과 효율적인 가정자원관리 활동 수행을 위한 가정자원관리전략을 수립하고자 할 때 그 자료로 이용될 수 있을 것으로 생각된다.

본 연구의 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

1. 객관적 가정자원에 따라 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법은 차이가 있는가?
2. 가정자원적정도지각은 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법과 관계가 있는가?
3. 통제소재는 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법과 관계가 있는가?
4. 객관적 가정자원, 가정자원적정도지각 및 통제소재가 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법에 미치는 상대적 영향력은 어떠한가?

2. 용어의 정의

1) 가정자원

- ① 객관적 가정자원 : 가족의 요구 충족을 위해 사용될 수 있고, 요구를 충족시킬 수 있는 잠재력을 인정받은 수단으로 개인이 소유하고 있는 인적·물적자원을 의미한다.
- ② 가정자원적정도지각 : 주부가 가정내·외의 환경에 포함되어 있는 가정자원에 대해 적절하다고 느끼는 주관적인 지각 정도를 말한다.

2) 통제소재

- ① 내적통제성 : 주부가 자신에게 일어난 사건이나 자신의 행동, 그리고 그 결과의 원인을 자기 자신에게 두며 그러한 상황들을 스스로 통

제할 수 있다고 생각하는 성격특성을 말한다.

- ② 외적통제성 : 주부가 자신에게 일어난 사건이나 자신의 행동, 그리고 그 결과의 원인을 타인이나 운, 우연, 운명과 같은 외부환경에 두며 그러한 상황들을 스스로 통제할 수 없다고 생각하는 성격특성을 말한다.

3) 스트레스 대처방법 : 다양한 스트레스 상황에서 스트레스를 감소시키거나 스트레스 상황을 제거하기 위해 주부가 일관되게 사용하는 인지적이며 행동적인 반응을 말한다.

- ① 적극적 대처방법 : 문제를 적극적으로 인지하고 자신의 활동방향을 바꾸거나 조건을 변화시켜 상황을 더 좋게 변화시키기 위해 직접적으로 행동하는 대처방법을 의미한다.
- ② 소극적 대처방법 : 문제를 해결하기 위해 다른 사람에게 도움을 청하거나 과거의 경험에만 의존하는 대처방법을 의미한다.
- ③ 회피적 대처방법 : 문제가 자신에게 미치는 영향력을 최소화하기 위해 사건의 의미를 왜곡시킴으로써 자신의 감정을 조절하거나 문제와 직접 부딪치는 것을 피하는 대처방법을 의미한다.

II. 이론적 배경 및 선행연구의 고찰

1. 스트레스 대처방법

대처(coping)란 개인과 환경과의 관계에서 오는 내·외적요구를 극복하거나 감소시키려고 하는 인식적·행동적 노력을 의미한다. 즉, 내·외적 요구에 있어 일상적인 반응 또는 무의식적인 반응을 쉽게 사용할 수 없거나 요구를 충족시키기 위해 필요한 최소한의 자원을 소유하고 있지 않을 때 그 상황을 통제하기 위한 인식적이고 행동적인 노력이라고 할 수 있다. 스트레스 대처방법은 하나의 스트레스 상황에서 즉각적으로 만들어지는 것이 아니라 여러 원인의 스트레스 상황을 겪어 나감에 따라 점진적으로 수정되는 것이다.

대처가 스트레스에 대한 적응을 용이하게 한다고 주장한 McCubbin 등(1980)은 스트레스에 대한 개인의 대처보다는 가족 전체의 대처에 관심을 가지고 스트레스 대처방법을 가족의 내부체계에서 스트레스를 극복하려는 내적전략과 가족의 외부체계인 친구, 확대가족원, 지역사회의 이웃, 종교적 지원 등을 사용하여 스트레스를 극복하려는 외적전략으로 구분하고 있다. Bell(1977)은 스트레스 대처방법을 장기적응방법과 단기적응방법으로, 김정희(1987)는 문제중심으로 대처하고 사회적 지지를 추구하는 방법을 사용하는 것을 적극적 대처방법으로, 소망적 사고에 의한 대처방법과 정서완화적 대처방법을 사용하는 것을 소극적 대처방법으로 구분한다. 또한 Lazarus(1985)는 문제지향적 대처방법과 정서지향적 대처방법으로, Guttman(1964)은 개인이 스트레스 상황에 직면하였을 때 외적환경을 능동적으로 통제하려고 하는 능동적 대처방법, 다른 사람으로부터 도움을 받아 스트레스 상황을 해결하려 하거나 외적 환경에 순응 또는 타협하려 하는 수동적 대처방법, 자포자기한 나머지 모든 것을 운명이나 우연에 내맡기려 하고 상황을 왜곡하는 신비적(magical) 대처방법으로 분류한다. 또 임동명(1991)은 자신의 활동방향을 바꾸거나 상황을 변화시키려고 노력하는 문제지향적 대처방법, 공격적 행동이나 술·약물에 의존하려는 충동·의존적 대처방법, 그리고 스트레스를 극복하기 보다는 회피하려는 회피적 대처방법으로 구분한다.

스트레스 감소에 도움을 주는 것으로 알려진 스트레스 대처방법이라 할지라도 경우에 따라서는 오히려 잠재적인 스트레스의 원인이 될 수도 있다. 예를 들면 General Mills의 연구에서 편부모 가정의 75% 정도가 인플레이션에 대처하기 위하여 의료비와 치료 비용의 지출을 감소시킨 것으로 나타났다(McCubbin 등, 1980에서 재인용). 이는 인플레이션이라는 스트레스 사건에 대한 대처방법으로 가계의 기본적인 생계비에 포함되지 않았던 의료비 등과 관련된 지출을 줄인 것이 결국 건강이라는 가장 필수적인 가정자원에 대한 잠재적인 스트레스를 야기시킬 수 있다는 것이다. 따라서 어느 시점에서는 효율

적인 스트레스 대처방법이 또 다른 시점에서는 비효율적인 대처방법이 될 수도 있기 때문에 어떤 대처방법이 다른 것보다 더 좋다거나 나쁘다고 볼 수는 없다(Lazarus 등, 1980).

스트레스에 대처한다는 것은 스트레스를 피하는 것이 아니라 스트레스를 이해하고 스트레스 누적을 막는 한편 스트레스 상황을 긍정적으로 전환하는 방법을 찾는 것이라고 할 수 있다. 스트레스는 한가지 대처방법에 의해서 조절·통제·감소될 수 있는 것이 아니므로 스트레스에 효과적으로 대처하기 위해서는 스트레스의 여러 측면을 고려한 새롭고 다양한 대처방법의 모색이 필요하다고 하겠다.

2. 가정자원과 스트레스 대처방법

1) 객관적 가정자원과 스트레스 대처방법

객관적 가정자원과 스트레스 대처방법간의 관계를 선행연구를 참고하여 연령, 교육수준, 월소득, 자녀수, 취업유무를 중심으로 살펴보고자 한다.

연령에 따른 주부의 스트레스 대처방법 사용과 관련하여 전세경(1988), 최덕경(1992)은 연령에 따라 주부가 사용하는 스트레스 대처방법에는 유의한 차이가 없다고 한다. 그러나 20대는 운동이나 여행 등의 취미생활을 많이 하거나 친구나 이웃을 방문하는 등의 소극적인 스트레스 대처방법을 많이 사용하고, 30대는 술을 마시거나 담배를 피우는 것과 같은 일시적인 회피의 대처방법을 많이 사용한다(이광주, 1988)는 보고도 있지만, 30대의 젊은 부부들이 다른 연령층보다 긍정적 접근 방법을 더 많이 사용한다(차승희, 1991)는 연구결과도 있다. 또 Guttman(1964)은 스트레스 대처방법의 사용에 있어 연령이 증가할수록 능동적 대처방법에서 수동적 대처방법으로, 그리고 신비적(magical) 대처방법으로 바뀌어간다고 말한다.

교육수준과 주부의 스트레스 대처방법간의 관계를 살펴보면 장병욱(1985), 최덕경(1992)은 교육수준이 높을수록 다양한 스트레스 대처방법을, 차승희(1991)는 긍정적 접근과 자아중심적 대처와 같은 적극적 대처방법을, 그리고 이광주(1988)는 소극적인 대처방

법을 많이 사용한다고 하는 것처럼 서로 상이한 연구결과들을 제시하고 있다. 한편 전세경(1988)은 교육수준에 따라 장기적인 대처방법 사용에 있어서만 유의한 차이가 있다고 한다. 최영희(1982), Jalowice와 Powers(1981)는 대졸이상 집단이 여러 가지 대처방법을 보다 더 많이 사용하는데 이는 교육수준이 높을수록 스트레스에 대처하는데 유용한 대안을 더 쉽게 인식하고 충고를 받을 수 있는 친구, 전문가를 가질 수 있는 가능성이 더 많기 때문이라고 한다.

또 가정의 월소득과 관련하여 차승희(1991)는 소득이 낮은 저소득가정은 내적인 자기비하와 같은 대처방법을, 장병욱(1985)은 소득이 높을수록 다양한 대처방법을 많이 사용한다고 하고, 전세경(1988)은 월소득에 따라 장기적인 대처방법의 사용에서만 유의한 차이가 있다고 보고한다.

자녀수와 주부의 스트레스 대처방법 사용에 관한 선행연구를 살펴보면 자녀가 2명인 가정은 주로 낙관적인 태도를 대처방법으로 사용하는 반면 자녀가 1명인 가정은 주로 문제에 대한 회피방법을 사용하고(이광주, 1988), 자녀수가 적을수록 다양한 스트레스 대처방법을 많이 사용한다(장병욱, 1985)고도 한다. 그러나 최덕경(1992)은 자녀수에 따라 스트레스 대처방법에는 유의한 차이가 없다고 말한다.

주부의 취업여부에 따라 주부의 스트레스 대처방법 사용에는 유의한 차이가 없다(전세경, 1988)고 말하지만 남편의 직업과 주부의 스트레스 대처방법간의 관계에 있어서는 남편이 자유업과 전문직에 종사하는 주부가 긍정적 태도와 자아중심적 대처방법을 많이 사용하고(차승희, 1991), 남편의 직업이 전문기술적인 주부가 남편의 직업이 판매직, 서비스직, 생산기능적인 주부보다 사고중심형을 더 많이 사용하고 남편의 직업이 사무적인 주부가 회피형을 더 많이 사용한다(최덕경, 1992)는 연구결과들이 보고되고 있다.

2) 가정자원적정도지각과 스트레스 대처방법

가정자원적정도지각은 객관적 수입과는 관계가 없다고 결론짓고 있는 Rommel(1989)은 개인이 자신의 가정자원에 대해 부족하다고 지각하는 것으로부터

적정하다고 지각하는 것으로 자신의 지각을 변화시킬 수 있다면 스트레스 상황으로부터 문제 해결 상태로의 변화가 가능하다고 말한다.

정서린(1997)은 스트레스 대처방법으로 동일한 문제지향적인 방식을 사용하는 주부들 가운데서도 가정자원적정도지각 수준이 높은 주부들은 다른 집단의 주부들보다 스트레스가 유의하게 낮은 반면 가정자원적정도지각 수준이 낮은 주부들은 스트레스가 유의하게 더 높다고 보고하고 있다.

최연실(1996)은 개인이 자신의 가정자원을 충분하다고 지각하는 것을 구체적으로 살펴보면 객관적으로 가정자원을 많이 소유하고 있다고 평가할 수 있는 경우와 실제 소유하고 있는 현실적인 가정자원의 양과는 관계없이 스스로 가정자원을 많이 소유하고 있다고 지각하는 두가지 경우가 있다고 한다. 그리고, 문제상황에 대한 효율적인 대처방법의 모색, 가정자원의 활용 및 탐색에는 실제 상황보다는 스트레스에 직면하는 가족들의 가정자원 및 상황에 대한 지각과 평가가 더 많은 영향을 미치기 때문에 자신의 가정자원을 적정한 것으로 지각하는 것은 주부의 스트레스를 감소시키는데 완충적인 역할을 한다고 말한다.

가정자원적정도지각에 따른 주부의 스트레스 대처방법에 관한 선행연구가 극히 적어 그 결과들을 체계적으로 제시하기는 어렵지만 선행의 연구결과들로 미루어 볼 때 가정자원적정도지각 정도에 따라 주부가 스트레스 대처방법을 선택·사용하는 것은 다르며 또 동일한 스트레스 대처방법을 사용한다 하더라도 가정자원적정도지각에 따라 주부가 느끼는 스트레스 정도도 다르다고 말할 수 있다.

3. 통제소재와 스트레스 대처방법

통제소재는 개인이 자신에게 일어난 사건이나 자신의 행동, 그리고 그 결과의 원인을 어디에 두는가 하는 성격특성을 의미하는 것이다. 이는 개인의 스트레스 인지수준과 스트레스에 대한 적응에 영향을 미치는 중요한 변인(김현수, 1991)이며 개인의 행동을 이해하고 예측하는데 매우 중요한 개념이라고 할

수 있다(설인자, 1989).

개인의 심리적 특성 중 통제소재는 개인이 사용하는 스트레스 대처방법에 많은 영향을 미치는 것으로 상당히 광범위하고 일관되게 보고되고 있다. Quick(1980)은 내적통제자는 자기 스스로 스트레스 상황을 해결할 수 있다고 생각하기 때문에 스트레스는 운이나 우연과 같은 외부환경에 의해 발생하고 자기 스스로 스트레스 상황을 통제할 수 없다고 생각하는 외적통제자보다 스트레스 상황에서 어려움을 더 적게 지각하며 보다 적극적으로 스트레스에 대처한다고 말한다.

내적통제자들이 외적통제자들보다 순응적이고 사회적 영향에 대해 불평을 더 적게 할 뿐만 아니라 과업지향적이고 개인적 적응을 더 잘 하며(Doherty, 1981), 생활을 더 잘 통제하거나(Brown, Heltsley 그리고 Warren, 1982), 생활에 더 만족한다(Baker와 Kivett, 1976)고도 한다.

Strickland(임동명, 1991에서 재인용), Burke와 Weir(1980), 황상하(1995)는 내적통제성이 강한 사람일수록 문제지향적 스트레스 대처방법을, 외적통제성이 강한 사람일수록 정서지향적 스트레스 대처방법을 많이 사용한다고 하고, Nowicki와 Brissett(1977)는 내적통제자는 스트레스에 건설적인 방식으로 대처하고 문제해결을 위한 의사결정에 더 많은 시간을 사용하여 외적통제자보다 스트레스를 극복하려는 노력을 더 많이 기울인다고 말한다. Lazarus 등(1980)은 개인이 사용하는 스트레스 대처방법에 가장 영향을 많이 미치는 요인은 개인이 처한 상황과 상황 통제에 대한 개인 자신의 평가라고 한다. 그리고 자신이 건설적으로 문제를 해결할 수 있는 있거나 해결할 수 있다고 여겨지는 상황에서는 문제지향적 대처방법을 많이 사용하지만 스트레스를 받아들이 수 밖에 없다고 생각되는 상황이나 문제해결을 다음으로 미루어야 되는 상황에서는 정서지향적인 대처방법을 많이 사용한다고 말한다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 대구시내 아파트에 거주하고 있는 주부들 중에서 다음과 같이 층회표집한 565명의 주부들을 연구대상으로 하였다. 본 조사에 앞서 1996년 9월 대구시내의 각 구(동구, 서구, 중구, 남구, 북구, 수성구, 달서구)에 소재하고 있는 아파트 분포상황을 조사한 다음 이를 기초로 각 구별 아파트 거주세대의 비율대로 700명의 주부를 선정하였다. 그리고 이들 700명의 주부들에게 1996년 9월 30일부터 10월 5일에 걸쳐 질문지를 배부·회수하였으며 회

수된 자료중 응답이 누락되었거나 부적합한 자료를 제외한 565부를 최종분석자료로 사용하였다. 본 연구대상자들의 일반적 특성은 <표 1>과 같다.

2. 측정도구

1) 객관적 가정자원

객관적 가정자원 척도는 선행연구를 기초로 하여 주부의 연령, 교육수준, 취업유무와 남편의 연령, 교육수준, 직업, 가족의 월평균 소득, 자녀수, 거주하는 아파트 크기의 9개 변인으로 구성하였고 개방기입식과 선택기입식의 질문지로 측정하였다.

<표 1> 연구대상자의 일반적 특성

(N = 565)

변 수	내 용	인 원 (%)	변 수	내 용	인 원 (%)
주 부 연 령	30세 이하	24(4.3%)	남 편 연 령	30세 이하	9(1.6%)
	31 - 35세	49(8.7%)		31 - 35세	31(5.5%)
	36 - 40세	238(42.1%)		36 - 40세	105(18.6%)
	41 - 45세	189(33.4%)		41 - 45세	235(41.6%)
	46세 이상	65(11.5%)		46세 이상	185(32.7%)
주 부 교 육	중 학 교 졸	93(16.5%)	남 편 교 육	중 학 교 졸	35(6.2%)
	고 등 학 교 졸	252(44.6%)		고 등 학 교 졸	199(35.2%)
	전 문 대 학 졸	45(8.1%)		전 문 대 학 졸	35(6.2%)
	대 학 교 졸	144(25.6%)		대 학 교 졸	228(40.4%)
	대 학 원 졸 이상	29(5.2%)		대 학 원 졸 이상	68(12.0%)
주 부 취 업 유 무	유	214(37.9%)	남 편 직 업	전 문 직	105(18.6%)
	무	351(62.1%)		관 리 직	139(24.6%)
월 소 득	100만원 이하	23(4.1%)		사 무 직	138(24.4%)
	101-200 만원	187(33.1%)		판 매 직	89(15.8%)
	201-300 만원	199(35.2%)		서 어 비 스 직	42(7.4%)
	301-400 만원	86(15.2%)		단 순 노 무 직	20(3.5%)
	401만원 이상	70(12.4%)		기 타 및 무 직	32(5.7%)
아 파 트 크 기	20평 이하	74(13.1%)	자 녀 수	1명 이하	70(12.4%)
	21 - 30평	191(33.8%)		2 명	357(63.2%)
	31 - 40평	195(34.5%)		3 명	99(17.8%)
	41평 이상	105(18.6%)		4명 이상	39(6.9%)
계		565(100%)	계		565(100%)

2) 가정자원적정도지가 척도

가정자원적정도지가 척도는 Rowland 등(1985), 조영희(1991)의 척도를 기초로 29문항으로 구성하였으며 본 척도의 타당성을 알아보기 위해 요인분석을 한 후 28문항을 척도로 사용하였다. 각 문항은 Likert식 5품등 척도로 '매우 그렇다'에 5점부터 '전혀 그렇지 않다'에 1점을 주었으며 점수가 높을수록 가정자원적정도지가 정도가 높은 것을 의미한다. 이 척도의 Cronbach α 계수는 .86이다.

3) 통제소재 척도

통제소재 척도는 Rotter(1957), Sumarwan과 Hira(1993), 윤소영(1992)의 척도를 기초로 12문항으로 구성하였다. 본 척도의 타당성을 알아보기 위해 선정한 문항을 요인분석한 결과 2개의 요인(내적통제성, 외적통제성)으로 분류되었고 부하량이 낮거나 내용상 관련이 없는 요인에 포함된 문항이 없었으므로 12문항 모두를 통제소재 척도로 사용하였다. 각 문항은 Likert식 5품등 척도로 '매우 그렇다'에 5점부터 '전혀 그렇지 않다'에 1점을 주었으며, 외적통제성 요인으로 분류된 문항(6문항)은 역산을 함으로써 내적통제성 문항(6문항)과 동일한 방향성을 갖도록 하였다. 따라서 점수가 높을수록 내적통제성이 높은 것을 의미한다. 이 척도의 Cronbach α 계수는 .61이다.

4) 스트레스 대처방법 척도

스트레스 대처방법 척도는 임동명(1991), 최덕경(1992), 전세경(1988)의 척도를 참고로 하여 21문항으로 구성하였다. 각 문항은 Likert식 5품등 척도로 '매우 많이 사용한다'에 5점부터 '전혀 사용하지 않는다'에 1점을 주었다. 본 척도의 타당성을 알아보기 위해 선정한 문항을 요인분석한 결과 3개 요인이 추출되었으며 내용상 관련이 없는 요인에 포함되거나 요인부하량이 .40이하인 4문항을 제외시키고 17문항을 스트레스 대처방법 척도로 사용하였다. 각 요인의 문항을 검토한 뒤 요인 1은 적극적 대처방법(7문항), 요인 2는 소극적 대처방법(4문항), 요인 3은 회피적 대처방법(6문항)으로 명명하였다. 스트레스 대처방법 척도로 측정된 점수가 높을수록 각각의 스

트레스 대처방법을 많이 사용하는 것을 의미하며 이 척도의 Cronbach α 계수는 각 요인별로 .81, .65, .63이다.

3. 자료분석 및 통계적 처리

본 연구의 자료를 분석하기 위해 빈도, 백분율, Cronbach α 계수를 산출하였으며 요인분석, t-test, 일원분산분석, Scheffé의 사후검증법, 적률상관관계 분석, 중다회귀분석을 실시하였다. 객관적 가정자원 변인 중 주부의 교육수준과 취업유무, 남편의 교육수준과 직업 변인은 가변수화 한 후 중다회귀분석을 실시하였다.

IV. 결과 및 논의

1. 객관적 가정자원에 따른 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법

객관적 가정자원에 따른 주부의 스트레스 대처방법(적극적, 소극적, 회피적 대처방법) 각각에 차이가 있는지를 알아보기 위하여 t-검증, 일원분산분석 및 Scheffé의 사후검증을 실시한 결과는 <표 2>와 같다.

<표 2>에서 보는 바와 같이 남편의 교육수준과 월소득에 따라 주부의 적극적 대처방법의 사용에 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉, 남편의 교육수준이 높은 주부일수록 적극적 대처방법을 많이 사용하는 것으로 나타났으나 주부의 교육수준에 따른 적극적 대처방법 사용에는 Pearlina와 Schooler(1978), 이광주(1988)의 연구결과와는 달리 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 남편과 관련된 객관적 가정자원 변인들과 주부의 스트레스 대처방법 사용간의 관계를 조사한 연구가 거의 없어 남편의 교육수준이 높은 주부들이 적극적 대처방법을 많이 사용하는 것으로 나타난 본 연구의 결과를 다른 연구결과와 직접적으로 비교·해석하는 것은 어렵다. 그러나 주부의 교육수준과 남편의 교육수준간에 상관관계가 높고 이것이 월수입과도 상관관계가 있음을 고려해 볼 때 남편의 교육수준이 높은 주부일수록 스트레스 감

〈표 2〉 객관적 가정자원에 따른 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법

객관적 가정자원(N)	스트레스 대처방법	적극적 대처방법		소극적 대처방법		회피적 대처방법	
		M	SD	M	SD	M	SD
아파트크기	20평 이하(74)	3.29	.68	2.71	.70	2.40	.59
	21 - 30평(191)	3.31	.67	2.59	.66	2.42	.61
	31 - 40평(195)	3.38	.69	2.62	.69	2.40	.61
	41평 이상(105)	3.47	.67	2.49	.59	2.39	.55
	F 값	1.6265		1.7238		.0682	
자녀수	없 음(6)	3.05	.36	2.33	.75	2.22	.44
	1 명 (64)	3.26	.73	2.70	.73	2.43	.66
	2 명 (357)	3.39	.66	2.60	.66	2.41	.59
	3 명 (99)	3.37	.74	2.56	.67	2.44	.61
	4명 이상(39)	3.33	.66	2.54	.66	2.25	.54
F 값	.8205		.7693		.9153		
남편연령	30대 이하(9)	3.10	.68	3.14	.56	2.69	.58
	31 - 35세(31)	3.24	.65	2.63	.62	2.44	.63
	36 - 40세(105)	3.48	.67	2.68	.66	2.35	.63
	41 - 45세(235)	3.36	.67	2.58	.65	2.46	.57
	46세 이상(185)	3.34	.70	2.55	.70	2.35	.60
F 값	1.3961		2.2165		1.6621		
주부연령	30대 이하(24)	3.11	.60	2.71	.57	2.63	.61
	31 - 35세(49)	3.34	.73	2.69	.68	2.43	.65
	36 - 40세(238)	3.43	.66	2.61	.68	2.41	.56
	41 - 45세(189)	3.35	.68	2.58	.66	2.35	.59
	46세 이상(65)	3.27	.71	2.49	.68	2.45	.68
F 값	1.6515		.8163		1.2650		
남편교육	중 학교 졸(35)	3.10a	.68	2.62	.60	2.36	.56
	고등학교 졸(199)	3.27	.67	2.58	.65	2.36	.54
	전문대학 졸(35)	3.55b	.65	2.51	.71	2.39	.66
	대 학교 졸(228)	3.41b	.70	2.62	.70	2.47	.66
	대학원졸이상(68)	3.53b	.57	2.58	.64	2.39	.49
F 값	4.2397**		.2472		.9787		
주부교육	중 학교 졸(93)	3.22	.69	2.52	.64	2.36	.59
	고등학교 졸(252)	3.36	.69	2.59	.66	2.36	.54
	전문대학 졸(45)	3.40	.63	2.71	.79	2.58	.65
	대 학교 졸(144)	3.45	.67	2.60	.68	2.42	.67
	대학원졸이상(29)	3.32	.66	2.66	.51	2.61	.61
F 값	1.7247		.6565		2.2247		
남편직업	전문 직(105)	3.48	.64	2.57	.65	2.43	.63
	관리 직(139)	3.40	.69	2.64	.67	2.47	.58
	사무 직(138)	3.24	.66	2.59	.68	2.47	.56
	판매 직(89)	3.40	.72	2.60	.64	2.27	.61
	서비스직(42)	3.37	.61	2.60	.67	2.37	.70
	단순노무직(20)	3.28	.76	2.74	.73	2.34	.55
	기 타(22)	3.18	.65	2.39	.57	2.24	.54
	무 직(10)	3.49	.82	2.68	.82	2.32	.61
	F 값	1.4999		.5714		1.4210	
주부취업유무	유 (214)	3.43	.67	2.64	.65	2.43	.62
	무 (351)	3.32	.69	2.57	.67	2.39	.59
	t 값	0.009		0.007		0.088	
월소득	100만원 이하(23)	2.94a	.55	2.82b	.76	2.23	.69
	101-200만원(187)	3.25a	.69	2.57	.65	2.42	.58
	201-300만원(199)	3.39	.65	2.65b	.68	2.43	.58
	301-400만원(86)	3.48b	.65	2.63b	.60	2.40	.62
	401만원 이상(70)	3.59b	.70	2.41a	.67	2.40	.64
F 값	6.2286***		2.5084*		.5545		

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

소에 도움을 줄 수 있는 인적자원뿐만 아니라 객관적 자원 또한 많이 소유하고 있을 가능성이 높기 때문에 나타난 결과라고 할 수 있을 것이다. 한편 월소득이 많은 가정의 주부일수록 적극적 대처방법을 더 많이 사용하는 것으로 나타났는데 이는 최덕경(1992)의 연구결과와 일치하는 것으로 가정의 월소득이 많으면 스트레스의 해결을 위한 좀 더 다양한 대처방법의 모색이 가능하게 되고 따라서 스트레스 감소를 위한 적극적인 대처방법을 더 많이 사용할 수 있기 때문이다.

가정의 월소득 변인에서만 주부의 소극적 대처방법의 사용에 유의한 차이가 나타났는데 이것은 가정의 월소득이 많을수록 주부는 소극적 대처방법을 유의하게 더 적게 사용한다는 것이다. 이러한 결과는 월소득이 많을수록 사고중심형의 대처방법이나 행동중심형의 대처방법과 같은 적극적인 대처방법을 많이 사용한다는 최덕경(1992)의 연구결과와 일맥상통하는 것으로 여겨지며, 차승희(1991)가 저소득 집단은 자신의 존재가치를 인정하고 역할을 수용하며 삶에 대한 책임을 인식하는 자아정체감이 약하기 때문에 스트레스를 해결하려는 적극적인 자신감이 부족하다고 한 연구결과로 설명할 수 있을 것이다.

회피적 대처방법은 객관적 가정자원에 따라 유의한 차이가 없었다. 이러한 결과는 회피적 대처방법의 사용에 있어 성별에서만 유의한 차이를 보인다고 한 차승희(1991)의 연구결과와 유사하다. 문제와 직접 부딪치는 것을 피하고 문제 해결을 위한 실질적인 노력은 거의 하지 않는 회피적 대처방법의 사용 정도와 적극적 대처방법과 소극적 대처방법의 사용 정도를 비교해 볼 때 전체적으로 사용 정도가 낮은 것은 매우 바람직한 현상으로 주부들이 스트레스 감

소를 위해 나름대로 노력하고 있음을 반영한다고 생각된다.

한편 주부의 스트레스 대처방법은 연령에 따라서 유의한 차이를 보이지 않았는데 이러한 결과는 연령에 따른 대처방법의 변화에 관심을 두는 것은 무의미하며 오히려 각 연령층이 직면하는 주요 스트레스원의 종류와 관련하여 스트레스 대처방법을 분석하는 것이 더 타당하다는 Folkman 등(1980), MuCrae(1982)의 주장을 뒷받침한다고 할 수 있지만 연령에 따라 사용하는 스트레스 대처방법이 유의하게 다르다고 한 Guttman(1964)의 연구결과와는 상이하다.

이상의 결과를 통해 볼 때 스트레스 대처방법은 남편 관련변인에 따라 각각의 사용정도가 다르게 나타났다. 이러한 결과는 스트레스에 대한 대처가 주부 혼자만의 노력으로 이루어지는 것이 아님을 반영하는 것으로 문제상황은 가족 전체에게 영향을 미치고 이의 해결을 위해서는 가족구성원 모두의 참여가 필요하다는 것을 말해 주는 것이다. 따라서 앞으로는 가정자원관리에 관련된 교육을 여성에게만 실시할 것이 아니라 남성들에게도 실시하여 주부에게만 전통적인 가정자원관리자의 역할을 부여하기보다는 부부가 서로 평등한 위치에서 서로의 역할을 보완해 주어 여성의 취업이 점차 증가할 미래사회에서 가정이 좀 더 효율적으로 기능할 수 있도록 해야 할 것이다.

2. 가정자원적정도지각과 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법과의 관계

가정자원적정도지각과 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법과의 관계를 알아보기 위해 적률상관

<표 3> 가정자원적정도지각과 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법과의 관계

독립변인	종속변인		
	적극적 대처방법	소극적 대처방법	회피적 대처방법
가정자원적정도지각	.2979***	-.0729	-.0611

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

관계 분석을 실시한 결과는 <표 3>과 같다.

<표 3>에서는 가정자원적정도지각과 적극적 대처방법만이 통계적으로 유의한 정적상관관계를 가지는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 문제상황에 대한 효율적인 대처방법의 모색이나 가정자원의 활용 및 탐색과 같은 적극적인 대처방법의 사용에는 실제 각 가정의 소유한 가정자원의 양보다는 가족들이 지각하는 가정자원에 대한 평가가 더 많은 영향을 미치기 때문에 가정자원을 적절하게 지각하는 것은 주부의 스트레스를 감소시키는데 완충적인 역할을 한다고 말한 최연실(1996)의 연구결과와 유사하다. 즉, 가정자원적정도지각 정도가 높은 주부들은 스트레스원을 제거하고 스트레스 상황에서 벗어나기 위해 자신이 이용할 수 있는 자원이 충분하다고 지각하고 있기 때문에 보다 적극적인 스트레스 대처방법을 선택·사용한다고 할 수 있다.

3. 통제소재와 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법과의 관계

통제소재와 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법과의 관계를 알아보기 위해 적절상관관계 분석을 실시한 결과는 <표 4>와 같다.

<표 4>에서 나타난 바와 같이 통제소재는 적극적 대처방법과는 정적상관관계를, 소극적·회피적 대처방법과는 부적상관관계를 갖는다.

내적통제성이 강한 주부일수록 적극적 대처방법을, 외적통제성이 강한 주부일수록 소극적 대처방법과 회피적 대처방법을 많이 사용하는 것으로 나타난 본 연구의 결과는 내적통제성이 강한 사람일수록 스트레스 해결을 위해 좀 더 적극적으로 사고하고 행동

하는 문제지향적인 대처방법을 많이 사용하고, 외적 통제성이 강한 사람일수록 다른 사람에게 도움을 청하거나 사건의 의미를 왜곡시킴으로써 자신의 감정을 조절하는 정서지향적 대처방법을 많이 사용한다는 Strickland(1978), Burke과 Weir(1980)의 연구결과와 일치한다.

이와 같은 본 연구의 결과는 많은 선행연구들이 일관되게 자기 스스로 스트레스 상황을 해결할 수 있다고 생각하는 내적통제성이 강한 사람일수록 보다 적극적으로 스트레스에 대처한다고 한 보고와 맥락을 같이 하는 결과라고 할 수 있다.

4. 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법에 대한 객관적 가정자원, 가정자원적정도지각 및 통제소재의 상대적 영향력

주부의 스트레스 대처방법(적극적, 소극적, 회피적) 각각에 대한 객관적 가정자원, 가정자원적정도지각, 통제소재의 상대적 영향력을 분석하기 위해 중다회귀분석을 실시하였으며 그 결과는 <표 5>와 같다.

<표 5>에 나타난 바와 같이 적극적 대처방법에 대한 객관적 가정자원, 가정자원적정도지각 및 통제소재의 영향력은 22.7% 정도였으며 구체적으로는 통제소재($\beta = .355, p < .001$), 가정자원적정도지각($\beta = .152, p < .001$), 주부의 취업유무($\beta = .094, p < .05$), 월소득($\beta = .094, p < .05$)의 순서로 중요한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 소극적 대처방법에는 통제소재($\beta = -.0178, p < .001$), 주부의 교육수준($\beta = -.115, p < .05$)의 순서로, 회피적 대처방법에는 통제소재($\beta = -.210, p < .001$)가 중요한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

<표 4> 통제소재와 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법과의 관계

독립변인	종속변인		
	적극적 대처방법	소극적 대처방법	회피적 대처방법
통제소재	.4295***	-.1543***	-.1883***

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

〈표 5〉 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법에 대한 제 변인들의 상대적 영향력

독립변인	종속변인		적극적 대처방법		소극적 대처방법		회피적 대처방법	
	b	β	b	β	b	β	b	β
아 파트 크 기	-0.0110	-0.014	-0.031	-0.044	-0.009	-0.014	-0.009	-0.014
자 녀 수	0.052	0.058	0.014	0.016	-0.012	-0.015	-0.012	-0.015
남 편 연 령	0.016	0.022	-0.067	-0.093	-0.007	-0.011	-0.007	-0.011
주 부 연 령	-0.007	-0.010	0.008	0.012	-0.023	-0.037	-0.023	-0.037
남 편 교 육	-0.155	-0.067	0.134	0.059	-0.014	-0.007	-0.014	-0.007
주 부 교 육	0.070	0.041	-0.192	-0.115*	-0.034	-0.023	-0.034	-0.023
남 편 직 업	0.055	0.035	-0.009	-0.006	0.014	0.011	0.014	0.011
주 부 취 업 유 무	0.117	0.094*	0.063	0.052	0.024	0.022	0.024	0.022
월 소 득	0.060	0.094*	-0.034	-0.054	0.023	0.041	0.023	0.041
가정자원적정도지각	0.231	0.152***	0.028	0.019	0.018	0.013	0.018	0.013
통 제 소 재	0.573	0.355***	-0.282	-0.178***	-0.300	-0.210***	-0.300	-0.210***
Constant	2.248		3.883		3.487			
R ²	0.227		0.050		0.044			
F 값	14.680***		2.625**		2.276*			

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

〈표 5〉를 살펴보면 주부의 적극적, 소극적, 회피적 대처방법에 대한 통제소재의 영향력이 상당히 크다는 것을 알 수 있다. 이러한 결과는 내적통제성이 강한 사람일수록 문제지향적인 대처방법을 많이 사용하고, 외적통제성이 강한 사람일수록 정서지향적 대처방법을 많이 사용한다는 황상하(1995)의 연구결과, 내적통제자는 외적통제자에 비해 스트레스에 건설적인 방식으로 대처하고 문제해결을 위한 의사결정에 더 많은 시간을 사용한다는 Nowicki와 Brissett(1977)의 연구결과와 유사한 것으로 내적통제성이 강한 사람일수록 스트레스 상황을 스스로 통제할 수 있다는 자신감이 강하기 때문에 문제를 회피해 버리거나, 체념하기보다는 오히려 스트레스에 적극적으로 대처하여 스트레스 상황에서 벗어나고자 하기 때문에 나타난 결과라고 생각된다.

주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법에 통제소재가 상대적으로 가장 큰 영향을 미친다는 본 연구의 결과는 통제소재가 개인의 심리적 자원으로써 개인의 행동을 이해하고 예측하는데 매우 중요한 개념이라고 하는 Doherty(1981), 설인자(1989)의 견해를

뒷받침하는 것으로 스트레스 상황에 대처하기 위해 주부가 스트레스 대처방법을 선택·사용하는 행동에는 무엇보다 개인의 심리적 요인이 중요한 영향을 미친다고 할 수 있다.

적극적 대처방법에 있어서는 가정자원적정도지각과 월소득, 주부의 취업여부가 중요한 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 가정자원적정도지각이 적극적 대처방법의 사용에 영향을 미치는 요인으로 나타난 것은 인간의 행동이란 지각된 현실에 근거하여 이루어지는 것이므로 개인이 이용할 수 있는 자원에 대한 지각을 바꾸는 것이 인간의 행동을 변화시키는 가장 좋은 방법(Miller와 Steinberg, 1975)이며, 가정 자원에 대한 주부의 주관적인 평가가 질적으로 다른 차원의 가정자원을 형성한다(서리나, 1994)는 연구결과들처럼 주부가 소유한 가정자원의 양이 객관적으로는 충분하지 않다 하더라도 주부가 이를 적정한 것으로 지각함으로써 스트레스에 보다 적극적으로 건설적으로 대처하기 때문에 나타난 결과라고 할 수 있다.

가정의 월소득이 적극적 대처방법의 사용에 영향

을 미치는 것으로 나타난 본 연구의 결과는 객관적 가정자원의 양에 중요한 부분을 차지하는 월소득이 많으면 스트레스원 자체를 근본적으로 제거할 수 있는 가능성이 더 커지므로 월소득이 많은 주부일수록 보다 적극적으로 다양한 스트레스 대처방법을 사용하기 때문이라고 설명할 수 있을 것이다.

또 주부의 취업여부가 적극적 대처방법의 사용에 영향을 미치는 것으로 나타났는데 이는 주부의 취업 여부에 따라 주부의 스트레스 대처방법 사용에는 유의한 차이가 없다고 한 전세경(1988)의 연구결과와는 다르다. 그러나 주부는 취업을 통해 가정의 월소득을 증가시킬 수 있고, 자신의 능력을 개발함으로써 자아존중감 및 자신감을 더욱 많이 얻게 되는데 이러한 이유로 인해 취업주부들이 스트레스에 보다 적극적으로 대처한다고 할 수 있다.

이상과 같은 본 연구의 결과는 주부가 스트레스를 감소시키기 위하여 적극적인 스트레스 대처방법을 사용하는데에는 월소득과 같은 객관적 가정자원, 인적자원의 개발을 통한 자아존중감 및 자신감의 증대, 그리고 가정자원에 대한 주관적인 평가인 가정자원적정도지각 등과 같은 가정자원의 다양한 측면이 작용함을 말해주는 것이므로 앞으로 주부는 자신의 가정자원을 다양한 측면에서 증가시킬 필요가 있다고 생각된다.

소극적 대처방법에는 통제소재와 더불어 주부의 교육수준이 영향을 미치는 요인으로 나타났는데 이것은 주부의 교육수준이 높을수록 소극적 대처방법을 적게 사용한다는 것이다. 본 연구의 결과는 교육수준이 높을수록 긍정적 접근과 자아중심적 대처방법을 많이 사용한다는 차승희(1991)의 연구결과와 맥락을 같이 하는 것으로 교육수준이 높은 주부들은 스트레스 상황에 처했을 때 교육수준이 낮은 주부들에 비해 스트레스 상황에 대해 보다 광범위하고 심도깊게 생각할 뿐 아니라 이용할 수 있는 정보와 정보원을 더 많이 소유하고 있으므로 문제의 근원이 그대로 잠재되어 있는 소극적인 대처방법은 잘 사용하지 않아서 나타난 결과라고 할 수 있다.

따라서 주부 스스로 긍정적이고 적극적인 사고방식을 갖도록 노력하는 것도 중요하지만 이를 위해서

는 주부들에게 가정자원관리에 필요한 정보와 지식을 제공하고 긍정적 사고와 태도를 갖도록 도움을 주는 것이 필요할 것이다. 또한 스트레스 감소를 위하여 소극적 대처방법보다는 적극적 대처방법을 더 많이 사용할 수 있도록 지속적인 교육의 기회 또한 요구된다고 하겠다.

V. 결론 및 제언

본 연구에서 얻어진 연구결과와 논의를 통해서 얻은 요약 및 결론은 다음과 같다.

첫째, 객관적 가정자원에 따라 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법(적극적, 소극적, 회피적)에 유의한 차이가 있었다. 즉, 주부들은 월소득이 많을수록, 남편의 교육수준이 높을수록 적극적 대처방법을 많이 사용하였으며, 월소득이 많을수록 소극적 대처방법을 적게 사용하였다.

둘째, 가정자원적정도지각이 높을수록 주부들은 적극적 대처방법을 많이 사용하였다.

셋째, 통제소재는 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법과 관계가 있었다. 즉, 내적통제성이 강할수록 적극적 대처방법을 많이 사용하였으며, 외적통제성이 강할수록 소극적·회피적 대처방법을 많이 사용하였다.

넷째, 적극적 스트레스 대처방법에는 통제소재, 가정자원적정도지각, 월소득, 주부의 취업유무 순서로, 소극적 스트레스 대처방법에는 통제소재, 주부의 교육수준 순서로, 그리고 회피적 스트레스 대처방법에는 통제소재가 다른 변인들보다 상대적으로 더 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

본 연구결과 주부들이 스트레스에 보다 적극적으로 대처하기 위해서는 무엇보다도 스트레스나 문제상황을 자신이 통제·해결할 수 있다는 자신감을 가질 수 있도록 내적통제성을 강화시키는 것이 중요하다고 말할 수 있다. 또 취업 등을 통해 가정의 월소득을 증가시키고, 자신의 능력을 개발하여 자신감을 얻는 등 가정자원을 확장시키는 것이 스트레스에 적극적으로 대처하는데 도움이 될 것이다. 뿐만 아니라 주부가 이용할 수 있는 실제적인 객관적 가정자원의

양과 마찬가지로 객관적 가정자원에 대한 자신의 지각도 자원이 된다는 것을 인식하여 자신의 가정자원 적정도지각 수준을 높이는 것 역시 스트레스에 적극적으로 대처하는데 유용하다고 말할 수 있다.

이상과 같은 본 연구의 논의와 결론을 통해 몇가지 점을 제안하고자 한다.

첫째, 주부의 가정자원관리 스트레스와 적극적 대처방법간에는 정적인 상관관계가 있고, 소극적·회피적 대처방법간에는 부적인 상관관계가 있다고 하는 선행연구들과 본 연구의 결과를 통해 볼 때 주부가 자신의 내적통제성을 강화하고, 가정자원적정도지각 수준을 높이며, 소극적 대처방법의 사용은 줄이되 능동적이고 적극적인 스트레스 대처방법을 더 많이 사용하는 것이 주부 자신의 가정자원관리 스트레스를 효과적으로 감소시킬 수 있다는 사실을 인식하는 것이 필요하다고 하겠다. 따라서 이를 위하여 주부들에게 내적통제성과 가정자원의 중요성을 인식시키고, 주부의 지각을 변화시킬 수 있는 교육프로그램의 제공이 요구되므로 이에 관련된 보다 심층적인 연구가 필요하다고 하겠다.

둘째, 본 연구는 객관적 가정자원, 가정자원적정도지각 및 통제소재와 주부의 가정자원관리 스트레스 대처방법, 그리고 주부의 가정자원관리 스트레스와의 관계를 포괄적으로 파악해 보려고 시도하였으나 자료처리방법이나 지면의 제약 등으로 인하여 동시에 수행할 수 없었다. 따라서 앞으로의 연구에서 가정자원관리 스트레스를 감소시킬 수 있는 보다 구체적인 대안을 제시하기 위해서는 가정자원과 가정자원관리 스트레스 그리고 스트레스 대처방법간의 인과관계가 규명되어야 할 필요가 있으므로 이를 위한 연구방법과 자료처리 과정 등이 좀 더 심층적으로 연구되어야 할 것으로 생각된다.

【참 고 문 헌】

- 강 인(1989). 중년기 가족스트레스와 가족대처방안에 관한 연구. 이화여대 석사학위 논문.
- 고은숙(1992). 취업주부의 스트레스, 내외통제성 및 디스트레스에 관한 연구. 숙명여대 석사학위 논문.
- 김경아(1990). 기혼여성이 지각한 가정경영상의 스트레스 수준 및 관련변인 고찰. 숙명여대 석사학위 논문.
- 김정희(1987). 지각된 스트레스 인지세트 및 대처방식의 우울에 대한 작용 : 대학신입생의 스트레스 경험을 중심으로. 서울대 박사학위 논문.
- 남유리(1989). 취업주부와 비취업주부의 스트레스지각에 관한 연구 비교. 이화여대 석사학위 논문.
- 백기청(1987). 스트레스 요인으로서의 생활사건과 통제소재 및 불안의 관계에 관한 연구. 서울대 석사학위 논문.
- 서리나(1994). 주부의 가족자원적정도지각과 대상별 가정관리수행에 관한 연구. 전남대 석사학위 논문.
- 설인자(1989). 사회적 지지와 내외통제성에 따른 성공공포에 관한 연구. 이화여대 석사학위 논문.
- 윤소영(1992). 가사노동에 영향을 미치는 제약요인 및 통제소재에 관한 연구. 이화여대 석사학위 논문.
- 이광주(1988). 주부의 스트레스 요인과 대응방법에 관한 연구. 효성여대 석사학위 논문.
- 이정우·황경혜·정진희(1994). 취업주부와 비취업주부의 가정관리행동시 스트레스 인지수준과 가정생활만족도. 한국가정관리학회지 12(4), 1-15.
- 임동명(1991). 지각된 스트레스와 상황평가가 대처행동 방식에 미치는 영향. 충남대 석사학위 논문.
- 장병욱(1985). 도시주부의 스트레스 수준 및 적응방법에 관한 연구. 숙명여대 석사학위 논문.
- 전세경(1989). 가족스트레스와 가족자원 및 적응에 관한 연구. 중앙대 석사학위 논문.
- 정서린(1997). 가정자원적정도지각에 따른 스트레스 대처방식이 주부의 가정자원관리 스트레스에 미치는 영향. 경북대 석사학위 논문.
- 차승희(1991). 가족스트레스와 부부간의 대처전략 및 결혼의 질에 관한 연구. 중앙대 석사학위 논문.

- 문.
- 최덕경(1992). 가정관리행동시 주부의 스트레스와 관련변인 연구. 숙명여대 박사학위 논문.
- 최연실(1996). 청소년기 가족의 가족스트레스에 관한 연구. 서울대 박사학위 논문.
- 황상하(1995). 대학생들의 스트레스 및 대처방법과 대학생활 적응과의 관계. 연세대 교육대학원 석사학위 논문.
- Anderson, C.R.(1976). Coping behaviors as intervening mechanism in the converted-U stress-performance relationship. *Journal of Applied Psychology* 61(1), 30-34.
- Baker, E. K.(1976). Relationship of retirement and satisfaction with life events to locus of control. *Dissertation Abstracts International* 37(9B), 4748.
- Bell, J. M.(1977). Strssful life events and coping methods in mental illness and wellness behaviors. *Nursing Research* 26(2), 136-141.
- Brown, J. J., Heltsley, M. E. & Warren, R. D.(1982). Planning in low-income families : Influence of locus of control and dyadic consensus on realistic standard setting. *Home Economics Research Journal* 11(1), 67-75.
- Burke, R. J. & Weir, T.(1980). Coping with the stress of managerial occupations. In Cooper. C. L. & Payne. L(Eds.). *Current Concerns in Occupational Stress*. N. Y. : John Wilsey & Sons Inc..
- Casta, P. T. & McCrae, R. R.(1983). Contribution of personlity research to an understanding of stress and aging. In McCubbin, M. B., Sussman & Patterson, J. M.(eds.). *Social Stress and Family*. New York : The Haworth Press, 157-174.
- Danes, S. M.(1991). Locus of control, gap between standard and level of living, and satisfaction : A path model. *Home Economics Research Journal* 19, 282-291.
- Gore, S. & Margione, 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.
- Gutman, D. L.(1964). An exploration of ego configurations in middle and later life. In Neugarten. B. L.(Eds.). *Personality in Middle and Later Life*. N. Y. : Atherson.
- Jalowice, A. & Powers, H. J.(1981). Stress and coping in hypertensive and emergency room patients. *Nursing Research* 30(1), 10-24.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S.(1984). *Stress, Appraisal and Coping*. N. Y. : Springer Publishing Company.
- McCubbin, H. I., Commeau, J. & Harkins, J.(1983). *Family Inventory of Resources for Management*. St. Paul Minnesota : Family Social Science, University of Minnesota.
- McCubbin, H. I., Joy, D., Cauble, A., Comeau, J., Petterson, J. & Needle, R.(1980). Family stress coping and social support : A decade of review. *Journal of Marriage and the Family* 42, 855-781.
- Rommel, J. I.(1989). Wives' and husband' resource adequacy perception, conflict resolution and contextual variables : A longitudinal study. Unpublished doctoral dissertation. University of Minnesota.
- Strickland, B. R.(1978). Internal-external expectancies and health related behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 46, 1192-1211.