

# 재취업 주부의 스트레스 인지정도 및 대처방법에 관한 연구

## A Study on Stress Level and Coping Strategies of Reemployed Wives

홍 달 아 기  
원광대학교 가정대학 가정관리학과

Hong, Dal Ah Gi  
Dept. of Home Management, Wonkwang Univ.

---

### Abstract

The purpose of this study was to examine the family resources, stress level, and coping strategies of reemployed wives, to direct the better psycho-physical environment, and to enhance the quality of their home environment for reemployed wives. The data were analyzed with the frequency, percentage, factor analysis, mean(S.D.), reliability, and regression using SPSS windows program.

The major findings were as follows :

- (1) There were significant relationships between demographic and socioeconomic characteristics of the family resources and stress level. Personal-psycho resources was important variable in the family resources. The household work and value of household work were most influential.
- (2) Influential variables on stress level were income and working hours, resources of family task sharing.
- (3) Influential variables on coping strategies were age, reemployed time, and family task sharing. Coping strategies was effected by the reasons of employment.

### I. 서론

오늘날 우리사회는 산업화·도시화에 따라 급속한 변화를 겪고 있으며, 그 중 취업여성의 증가는 산업사회에 나타나는 특징 중의 하나이다. 특히 우리나라 여성의 경제활동 참가율은 해마다 증가하는 추이를 보이고 있다.

통계청의 연도별 「경제활동인구연보」에서 여성의 경제활동 참가추이를 보면 1963년부터 1985년까지 37.0%에서 41.9%로 소수의 증가

를 보였으나 1990년은 47.0%, 1995년은 48.3%로 증가속도가 빨라지고 있음을 알 수 있다. 또한 여성의 연령별 경제활동 참가율을 보면 1995년의 경우 20~24세가 66.1%였고 결혼 및 출산의 시기인 25~29세와 30~34세 때에는 각각 47.8%, 47.5%로 급격히 하락한 뒤, 35세 이후 다시 증가하여 40~44세 때는 66.0%로 두번째 정점을 이룬다. 즉 우리나라 여성의 생애단계별 경제활동 패턴은 여전히 결혼이나 출산과 더불어 노동시장에서 퇴출했다가 육아기 이후에 재취업하는 전형적인 M자형을 보이고

있다(김태홍, 1996). 또한 산업구조의 변화와 핵가족화·조기단산과 자녀의 소수화·여성의 고학력화 등은 기혼여성의 취업과 노동수요를 높이는 요인으로 작용하고 있어서 기혼여성의 재취업도 계속 증가되리라고 예측할 수 있다. 그러나 우리사회는 재취업 주부가 가정과 직업생활을 안정되게 이끌어가는 데는 많은 장애요소가 있다. 아직도 실생활에서는 가부장적 이데올로기가 내재하고 있어서 다수의 역할수행에서 갈등을 겪어야 하며 이로 인해 끊임 없이 스트레스를 받게 되는 것이다. 또한 기혼여성의 재취업은 미혼여성의 취업이나 결혼 전부터 취업을 하고 있는 경우와는 다른 의미를 갖는다고 본다. 즉 취업전 생활을 그리워하는 가족들의 불만과 자신의 직업생활로 인한 생활변화에 의해 다양한 스트레스를 받게 된다. 기혼여성의 취업은 가정내에서의 역할외에 직업인의 역할이 더해지는 것을 의미하기 때문에 이로 인한 높은 수준의 스트레스는 자신과 가족에게 부정적인 영향을 미칠 수도 있다.

그러나 지금까지의 연구는 전업주부와 취업주부만을 대상으로 한 연구(고정자, 1994; 심현진, 1994; 고정자·김갑숙, 1996; 임혜경·임정빈, 1995; 이광주, 1988; 남유리, 1989)가 대부분이었고 재취업 주부만을 대상으로 한 스트레스에 관한 연구는 미약한 실정이다.

따라서 주부가 재취업을 함으로서 받게 되는 스트레스의 유발요인이 무엇이며, 그로 인한 스트레스 인지정도를 알아보고, 스트레스 대처에 중요한 가족자원은 무엇이고 재취업주부가 실생활에서 행하는 스트레스 대처전략은 어떠한지를 파악하는 것이 필요하다. 이는 스트레스의 대처방안을 적절히 활용할 경우 중다 역할에 대한 스트레스를 감소시키고 심리적 복지를 향상시킬 수 있다(전영자, 1991)고 볼 수 있으며 가족의 적응과도 밀접한 관련성을 가지고 있기 때문이다. 앞으로도 계속 증가 추세를 보이고 있는 재취업 주부가 가정과 직업생활에서 받는 스트레스에 적절히 잘 대처해 나갈 수 있도록 하기 위해서 많은 연구를 통해 이론을 정립시켜 나가야 할 것이다.

본 연구는 재취업 주부의 가족자원이 스트레스 인지정도와 대처전략에 미치는 영향을 파악하여 재취업 주부의 건강한 가정생활과 직업생활을 도모할 수 있는 기초자료를 제공하는데 목적이 있다. 이와같은 연구목적은 달

성하기 위해 다음과 같은 연구문제를 둔다.

- 1) 재취업 주부의 배경변인·가족자원이 스트레스 인지정도에 미치는 영향은 어떠한가?
- 2) 재취업 주부의 배경변인·가족자원이 스트레스 대처방법에 미치는 영향은 어떠한가?
- 3) 재취업 주부의 스트레스인지정도가 대처방법에 미치는 영향은 어떠한가?

## II. 이론적 배경

### 1. 가족자원

자원이란 목표나 요구를 달성하기 위한 수단이고 문제해결에 필요한 잠재력을 가진 요인(Deacon & Firevaugh, 1981)으로 가정내 스트레스 상황에서 갈등을 완화시키고 가족들의 적응을 돕는 역할을 한다(Skinner, 1983; McCubbin, 1980; 김영희, 1992; 전세경, 1989). 따라서 가족이 갖는 자원은 가족들이 생활에 잘 적응하기 위한 중요한 요소라고 볼 수 있다.

이러한 자원은 특성에 따라 각 연구자들이 분류하고 있다. 즉 McCubbin(1980)은 개인적 자원·가족체계 자원·사회적 지지 자원·자원과 위기를 조절하는 대처행동을 제시했으며, 조희선(1991)은 개인적 자원으로 SES·가족체계자원으로 가족결속력 외부자원으로는 사회적 지지를 제시하였다.

전세경(1988)은 개인심리적 자원, 가족체계 자원, 사회적 지지자원, 경제적 자원으로 분류하였다.

본 연구는 이상의 연구를 종합하여 가족자원을 개인심리적 자원·가족체계자원·사회적 지지자원·역할분담자원·경제적 자원으로 분류하였다.

개인심리적 자원은 개인에게 잠재된 유용한 능력을 의미한다. 즉 인지능력, 문제해결능력, 가정관리능력 등 위기에 대처하는 태도와 성격을 심리적 자원인 자아긍정(self-esteem), 자아부정(self-denegation), 숙달감(mastery)으로 구분하여 스트레스상황에서 효과적으로 작용한다고 밝혔다. 또 Hill과 McCubbin의 ABCX모델에서도 스트레스원에 대한 가족의

인지와 판단이 대처와 적응에 중요한 요소임을 말하고 있다.

가족체계자원은 가족조직의 내적자원을 의미한다. 가족원의 적응력·통합과 일치정도 등으로 가족원들간의 의사소통수준·문제해결능력 등을 말한다. 또는 Burr(1973)의 모델에서 가족의 응집력과 적응력을 의미한다. 가족들이 상호간에 애정과 소속감을 느낄 수 있는 정서적 안정과 관계가 있으며 좋은 가족관계를 유지하게 되므로 스트레스를 적게 느끼게 될 것이다. 응집과 적응이 높을수록 의사소통에 효율적이라는 연구(김득성·김수연, 1993)도 있다. 즉 가족체계자원이 많을수록 가족의 기능이 효율적이며 가족스트레스나 위기에 잘 대처해나갈 수 있다고 볼 수 있다.

역할분담자원은 가정내 역할을 가족간에서 서로 분담해주는 행동적 배려를 의미한다. 기혼여성은 취업함에 따라 가정과 직장의 이중역할을 수행해야 하는 부담감으로 많은 스트레스를 경험하게 된다(이동원, 1976; 신은숙, 1981; 정혜정, 1985; 장병옥, 1985; 이종옥, 1991)는 점에서 실생활에서의 역할분담은 주부의 스트레스인지정도에 영향을 주는 중요한 가족자원이 될 수 있다. 본 연구에서는 가족자원의 하위영역을 구분하기 위해 요인분석을 한 결과 역할분담이 하나의 영역으로 분리되었다.

사회적 지지자원은 사회적 교제에 의한 지지로서 친척, 친구, 이웃, 지역사회기관 등으로부터 지원을 받는 자원을 말한다.

Cobb(1979)는 사회적 지지를 정서적 지지(emotional support), 존중적 지지(estem support), 관계망 지지(network support)로 보고 이는 스트레스 상황에서의 대처와 변화에 잘 적응하도록 돕는 역할을 한다고 하였다.

경제적 자원은 가족의 외적환경을 윤택하게 하고 가족의 물질적 요구를 해결해 줄 수 있는 자원이다.

이상의 가족자원을 살펴보면 각 자원마다 유용한 자원임을 알 수 있으며 자원이 풍부할수록 가족이 스트레스 상황으로부터 쉽게 벗어날 수 있고 잘 적응하리라고 볼 수 있다.

## 2. 스트레스 인지정도

스트레스는 긴장감을 생산하는 강하면서도

불유쾌한 정서적 힘 또는 압력으로서 적응과정을 위협하는 어떤 조건이나 상태를 말하며, 이것은 인간의 적응능력이 과도하게 요구될때 일어난다(전순영, 1984)고 하였다. 또한 스트레스는 개인의 평형상태를 변화시키고 신체적 긴장의 원인이 되는 신체적·감정적요소(Baughner & Martin, 1981)로 즉시 확인될 수 있는 심리적 상태를 측정가능하며, 신체적으로는 혈압이 상승하고 맥박이 빨라지며 호르몬의 분비가 많아진다고 하였다. 즉 스트레스는 일상에서 벗어나 사건으로부터 경험하게 되는 다양한 긴장의 정서를 의미한다고 볼 수 있다.

스트레스는 일상생활 중의 생활사건과 관계가 있으므로(Meyer, 1948) 인간을 둘러싸고 있는 크고 작은 환경이 중요하다. 최고 인간생활에 대한 환경의 역할이 강조되면서 스트레스에 대한 연구도 인간과 환경과의 상호작용적 관점에서 이루어지고 있다(고정자, 1994).

기혼여성의 취업에 따른 상호작용적 관점에서의 스트레스요인을 살펴보면 가정과 직장의 이중역할 수행에서 많은 부담감으로 스트레스를 경험하며(최자영, 1991; 임혜경·임정빈, 1995; 심현진, 1994; 이동원, 1979; 정혜정, 1985; 이연숙외, 1991; 강성희, 1989) 남편의 부인취업에 대한 이해나 지지는 스트레스를 낮추어주는 중요한 변수이며 가족의 도움여부도 중요하다고 했다(고은숙, 1992). 자녀문제에 있어서 자녀의 연령이 낮을수록, 자녀의 수가 많을수록 스트레스가 높아지며 자녀양육부담에서 직업과 가정사이에 갈등을 경험한다고 하였다(Emmons, et al, 1989; Ritchie, 1982; 고정자, 1994).

이상과 같이 취업주부를 둘러싼 가정환경과의 다양한 상호작용에서 취업주부가 그 스트레스를 어떻게 인지하느냐에 따라 스트레스 인지정도가 달라지게 된다. 따라서 취업주부가 스트레스를 높게 인지하는 관계는 가족 상호간의 노력으로 해결해야 할 것이다.

가사노동문제도 큰 스트레스 요인이며(장병옥, 1985; 김경아, 1990) 경제문제(박난희, 1987; 신성자, 1981) 가족·친족문제와 직업문제에서는 남편이나 양가 부모님의 취업중단희망과 경제적 지출문제·직무문제 등에 있어서의 불만에 의해 스트레스를 받는다고 하였다(고은숙, 1992; 심현진, 1994). 고은숙(1992)은 취업주부의 스트레스 인지수준을 가정과 직장

생활을 병행함에 따라 일어날 수 있는 가족원의 지지 및 이해부족, 역할갈등, 직무상문제, 경제적 지출문제로 측정하였고, 고정자(1994)는 스트레스의 하위영역으로 자신문제, 부부문제, 자녀문제, 가사분담문제, 경제문제, 가족친척문제, 직업문제, 건강상태문제, 기타문제를 사용하여 스트레스 인지정도를 측정하였다. 또한 심현진(1994)은 취업주부와 비취업주부가 느끼는 스트레스 요인을 가족관계, 부부관계, 가족재정문제, 남편의 직업관계, 건강문제, 가사노동문제로 나누어 비교하였으며, 임혜경(1993)은 취업주부가 경험하는 직업-가정갈등을 갈등의 요소에 따라 시간, 긴장, 행동, 경제, 역할, 인간관계로 분류하였고, 권아연(1993)은 취업주부의 스트레스를 부부관계, 가족관계, 건강, 가족재정, 직업관계 등으로 나누었다.

이상의 내용을 종합하여 본 연구에서는 스트레스 영역을 자녀관계, 부부관계, 경제적 관계, 친족관계, 가사노동관계, 직장관계, 자신의 문제 등으로 분류하였다.

### 3. 스트레스 대처 방법

스트레스 대처(Coping)방법이란 스트레스로 인한 긴장을 해소하는데 적절한 적응방법이라고 할 수 있다. 즉 가족적응을 쉽게 사회적·심리적·물질적 자원을 획득하거나 개발하는 등 가족원의 행동적 반응을 말하기도 한다(McCubbin et al, 1980). 전세경(1989)은 스트레스 상황하에서 이를 해결하기 위해 선택하는 구체적인 행동유형이라고 했으며 장병옥(1985)은 각 개인이 스트레스에 직면했을 때 대처할 수 있는 한계내에서 이를 감소 혹은 제거하기 위해 시도하는 그 사람 특유의 방법이라고 했다. 따라서 대부분 사람들은 스트레스 상황에 효율적으로 적응하기 위해 과거에 경험했던 것을 사용하기도 하고 새로운 방법을 시도하기도 하는데 이 새로운 시도는 미래에 또 울지도 모르는 스트레스 상황에 유용하게 사용될 것이며 이는 개인의 대처능력을 증진시키는 결과를 가져 온다고 볼 수 있다.

따라서 생활과정에서의 스트레스는 어쩔 수 없이 겪게 되는 것으로 스트레스의 원인을 아는 것도 중요하지만 크고 작은 스트레스를 어떻게 인지하고 대처하는가 하는 것이 스트

레스의 해소와 문제해결에 관련되는 중요한 사항이다.

Bell(1977)은 적응방법을 인간이 스트레스를 줄이기 위해 시도하는 특별한 방법들로써 스트레스 적용에 건설적이고 현실적인 방법으로 장시간 동안 효과적으로 스트레스를 해소하는 것을 장기적응방법이라 했고, 일시적으로 스트레스와 긴장의 감소 및 비현실적이고 파괴적인 것을 단기적응방법이라고 했다.

스트레스 적응방법의 하위영역으로 두경자(1993)는 전문가의 도움, 이성적 대처, 수동적 태도, 과잉대처행동, 종교에의 의지 등 5개영역으로 분류하였으며, 전영자(1992)는 인지재구조화, 역할감소, 정서적 지원, 가족체계재구조화, 역할간 상황수정방안으로 분류하였다. 또한 심현진(1994)은 적극적인 태도, 여가활동 태도, 회피적인 태도, 제3자의 지원, 낙관적인 태도, 종교의존태도로 분류하였다.

이상과 같이 가족자원과 스트레스인지정도와 대처방법은 상호영향을 주고 받는 체계로 보고 본 연구에서는 가족자원이 스트레스 인지정도 및 대처방법에 어떠한 영향을 주는지 배경변인에 따른 일반적 경향과 이들 변인간의 관계를 살펴보고자 한다.

## III. 연구방법

### 1. 조사대상 및 자료분석 방법

#### 1) 조사대상의 선정

재취업이란 특별한 이유로 인해 노동시장을 퇴출한 뒤 일정기간이 지난 이후에 다시 노동시장에 재진입하는 현상(한국여성개발원, 1996)을 의미한다. 그러나 본 연구에서는다음의 두가지 사항을 고려하여 재취업 주부를 선정하였다. 첫째 여성의 노동주기가 M자형으로 결혼, 임신, 출산 시점에서 육아문제 등으로 인해 노동시장에서 일시적으로 물러난 후 자녀의 조기양육이 어느정도 끝나면 다시 재취업 한다(서지원·이기영, 1997)는 점과 둘째 비취업 주부가 취업을 함으로써 계속적인 취업주부보다 더 많은 가족갈등을 겪을 것이라는 가정하에 아래와 같은 기준으로 익산지역에 거주하는 재취업주부를 조사대상으로 선정하였다.

- (1) 결혼전 취업, 결혼후 중단했다가 다시 취업한 주부
- (2) 자녀를 출산하기 위해 취업을 중단했다가 다시 취업한 주부
- (3) 결혼해서 자녀출산 후 취업을 한 주부
- (4) 막내자녀까지 출산한 후 취업을 한 주부
- (5) 자녀 출산 전에는 취업하지 않았다가 자녀출산과 동시에 취업한 주부

2) 자료수집 및 자료분석

본 조사의 조사대상자는 익산지역에 거주하면서 직장에 다니고 있는 재취업주부를 대상으로 하였다. 본 조사는 1996년 8월 27일 - 9월 20일 까지 실시하였으며 총 300부의 설문지를 배부하여 200여부를 회수하였다. 그 중 부실기재를 제외한 총 149부만을 본 연구의 분석자료로 사용하였다.

수집된 자료는 SPSS for Windows 프로그램을 이용하여 빈도, 백분율, 평균, 표준편차를 산출하였고 신뢰도, 요인분석, 회귀분석을 실시하였다.

연구대상의 일반적 사항은 <표 1>과 같다.

<표 1> 배경변인에 따른 조사대상자의 일반적 사항

배경변인			배경변인				
	빈도	%		빈도	%		
주부 연령	20대	16	10.7	수입	150만원이하	36	24.4
	30대	86	57.7		151-200만원	42	28.6
	40대	37	24.9		201-250만원	26	17.7
	50대이상	10	6.7		251만원이상	43	29.3
	계	149	100		계	147	100
자녀 수	1명이하	40	28.8	근무 시간	5시간이하	20	14.1
	2명	79	56.8		5-10시간	106	74.6
	3명이상	20	14.4		10시간이상	16	11.3
	계	139	100		계	142	100
주부 학력	중졸이하	14	9.4	결혼전 취업여부	비취업	15	12.7
	고졸	107	71.8		취업	103	87.3
	대졸이상	28	18.8		계	118	100
	계	149	100		재취업 시기	결혼전부터	51
남편 학력	고졸이하	76	51.7	결혼후부터		80	57.2
	대졸이상	71	48.3	자녀출산과 동시		9	6.4
	계	147	100	계		140	100

재취업주부의 연령은 30대 57.7%, 40대 24.8%로 합하면 82.5%로 3·40대에 높은 재취업율을 나타내고 있는데, 이는 1995년에 접어들어서 연령별 경제활동 참가율 곡선이 35세 이후 다시 증가하여 25세~29세, 30~34세 때 M자형의 저점(低点)을 이루었고 40~44세 때 두 번째 정점을 이룬다는 통계결과(여성통계연보, 1996)와 일치하는 경향을 보인다. 자녀수도 1명 이하가 28.8%, 2명이 56.8%로 85.6%가 2명 이하로 소수임을 알 수 있다. 학력은 고졸이 71.8%로 가장 높은 비율을 나타내었으며, 결혼전 취업여부는 결혼전부터 취업했던 주부가 87.3%로 재취업율이 높음을 보여준다.

2. 조사도구

1) 배경변인

본 연구에서는 주부의 연령, 자녀수, 주부 학력, 남편학력, 수입, 근무시간, 재취업시기, 주부의 결혼전 취업여부 등이 분석에 이용되었다. 취업시기와 주부의 결혼전 취업여부는 회귀분석에 이용하기 위하여 Dummy variable을 이용하였다.

2) 가족자원

가족자원 척도는 McCubbin et al(1983)이 만든 FIRM(The Family Inventory of Resources for Management)을 토대로 작성되었으며 총 18문항으로 구성하였다. 가족자원의 하위영역을 구분하기 위한 요인분석 결과 추출된 5개의 요인을 가족자원의 하위영역으로 하여 경제적 자원, 가족체계자원, 역할분담자원, 개인심리적 자원, 사회적 지지자원의 5개의 영역으로 구분하였다. 이는 선행연구(전세경, 1989; 김영희, 1992; McCubbin, 1980)에서 분류한 가족자원의 하위영역과는 다르게 역할분담 자원을 새로운 자원으로 포함시켰다.

가족자원 측정도구의 신뢰도를 검증하기 위하여 문항들간의 내적 신뢰도를 측정한 결과 Chronbach'  $\alpha$  값이 .7813으로 나타났으며, 개인심리적 자원 .7112, 경제적 자원 .6621, 가족체계자원 .8002, 역할분담 자원 .6487, 사회적 지지자원 .7030으로 나타났다.

## 3) 스트레스 인지정도

스트레스 인지정도는 McCubbin의 FILE (Family Inventory of Life Events and Changes)을 심현진(1994), 전세경(1988), 고은숙(1992)이 수정·보완한 것을 본 연구자가 예비조사를 통해 문항을 수정·첨가하여 사용하였고 총 33문항으로 구성하였다.

요인분석 결과 8개의 요인을 스트레스 인지정도의 하위영역으로 하여 자녀관계, 부부관계, 경제적 관계, 가족 및 친족관계, 가사노동가치관계, 가사노동관계, 직장관계, 자신의 관계로 명명하였다. 문항들간의 내적신뢰도 Chronbach'  $\alpha$  값은 .8627로 나타났으며, 자녀관계 .7692, 부부관계 .7955, 경제적관계 .6301, 가족 및 친족관계 .8127, 가사노동가치관계 .6322, 가사노동관계 .7602, 직장관계 .7982, 자신의 관계 .7406 으로 나타났다. 요인분석결과 가사노동관련분야는 가사일에 대한 재취업주부의 가치감에 관한 것이 가사노동가치관계로, 실생활에서의 가사노동 분담에 관련되는 것이 가사노동관계로 영역이 나뉘었다. 점수는 5점 Likert 척도로 했으며 점수가 5에 가까울수록 스트레스 인지수준이 높아지는 것을 의미한다.

## 4) 스트레스 대처전략

스트레스 대처방법은 설문내용은 18문항으로 구성하였다. 설문내용은 McCubbin과 Skinner(1981)가 취업부부 가족을 위해 만든 DECS 척도(Dual Employed Coping Scale)를 참고하여 수정하였으며 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 대처방법의 사용정도가 높은 것을 의미한다.

문항간의 내적신뢰도는 Chronbach'  $\alpha$  값이 .7588을 나타냈다.

## IV. 연구결과

## 1. 가족자원, 스트레스인지 정도 및 스트레스 대처방법의 일반적 경향

재취업주부의 가족자원, 스트레스 인지정도, 스트레스 대처방법의 일반적인 경향은 다음 <표 2>와 같다.

<표 2> 가족자원, 스트레스 인지정도 및 대처방법의 일반적 경향

	빈도	평균	표준편차	합계
경제적 자원	142	2.7148	.9882	385.50
가족체계 자원	146	3.4849	.6766	508.80
개인심리적 자원	146	3.7243	.5774	543.75
역할분담 자원	149	3.3624	.7217	501.00
사회적 지지 자원	146	3.1113	.7611	454.25
가족 자원	134	3.3337	.4560	446.72
자녀관계	139	2.8791	.8245	400.20
부부관계	141	2.4624	.7787	347.20
경제적 관계	139	2.7890	.8017	387.67
가족 및 친족관계	144	2.2066	.8163	317.75
가사노동가치문제	145	3.1483	.7601	456.50
가사노동관계	143	3.4126	.6461	488.00
직장관계	143	2.5350	.8139	362.50
자신의 문제	141	2.7837	.8336	392.50
스트레스 인지정도	118	2.7938	.4515	329.67
스트레스 대처방법	134	3.0543	.4405	409.28

가족자원의 평균은 3.34로 중간(3.00)보다 약간 높은 수준으로 인지하고 있는 것으로 나타났다. 하위영역중 개인심리적인 영역이 평균 3.72로 가장 높게 나타났으며 경제적 자원(2.71)을 제일 낮게 인지하는 것으로 나타났다. 개인심리적 자원이 가장 높게 나타난 것은 스트레스에 직면했을 때 긍정적인 사고방식을 갖고 문제에 대처한다는 것을 중요한 자원으로 인지하고 있음을 의미한다.

스트레스 인지정도는 평균 2.80으로 낮게 나타났으며 가사노동과 관련된 영역을 제외한 대부분의 영역에서 중간(3.00)보다 낮게 인지하는 것으로 나타났다. 가사노동가치에 대한 스트레스 인지정도와 가사노동에 대한 스트레스가 평균 3.15, 3.41로 나타났는데 이는 직장생활에 대한 가치갈등과 역할분담갈등을 겪는 취업주부의 특성때문이 아닌가 사료된다.

스트레스 대처수준은 중간정도로(평균 3.05) 본 연구의 대상인 재취업주부들이 스트레스에 대해 보다 낙관적이고 적극적으로 대처하는 것을 나타내는 것이다.

## 2. 배경변인과 가족자원이 스트레스 인지 정도에 미치는 영향

배경변인과 가족자원이 스트레스인지정도

에 미치는 영향을 알아보기 위하여 스트레스 인지정도를 종속변수로 놓고 다중회귀분석을 실시하였다. 다중회귀분석에 앞서 각 변수들간의 상관계수표를 통해 다중공선성의 가능성을 검토한 결과 각 변수들간의 상관계수는  $r = .50$  이하이고 다중공선성의 문제는 없었다. 다중회귀분석의 결과는  $p < .05$  수준에서 유의미하게 나타났으며 스트레스 인지정도에 영향을 주는 변인은 수입, 근무시간, 역할분담 자원인 것으로 나타났다. 이것은 수입이 적을수록, 근무시간이 길수록, 역할분담자원이 적을수록 스트레스 인지정도가 높아지는 것을 의미한다.

배경변인 중 주부의 연령은 3·40대가 82.5%로 가정생활주기로 볼 때 자녀양육과 교육으로 많은 시간소비와 스트레스를 경험하는 시기로 스트레스 인지정도가 높은 것으로 생각했으나 영향을 미치지 않은 것으로 나타났다.

수입이 적을수록 스트레스 인지정도가 높아지는 것은 주부가 경제적 압박으로 취업을 하는 경우 긴장이 증가한다는 연구(고정자·김갑숙, 1996)와 일치하며, 출산후 취업을 지속시키는 중요요인이 근로소득이라는 연구(서지원·이기영, 1997)를 볼때도 자신의 근무조건과 소득이 만족스럽지 못한 상황에서의 직장생활은 스트레스의 요인이 되기에 충분하다.

즉 수입이 적고, 근무시간이 길수록 재취업 주부는 가사노동의 가치나 역할분담 등과 관련하여 많은 갈등을 하고 있음을 알 수 있다. 학력이 높으면 스트레스인지수준이 낮다는 연구결과(심현진, 1994; 남유리, 1989)와는 달리 본 연구에서는 영향을 미치지 않았다. 자녀수에서도 4명이상인 집단이 스트레스를 인지하는 수준이 가장 높고 취업·비취업 주부 모두 자녀수가 많을수록 높은 스트레스인지수준을 보인다고 했는데(심현진, 1994) 본연구에서 영향을 미치지 않은 것은 연구대상의 85.6%가 2명이하의 자녀를 갖고있는 바 자녀로 인한 스트레스인지정도가 낮다고 볼 수 있으며 앞으로 소자녀화 되어가는 사회경향으로 봐서 자녀양육으로 인한 취업포기율은 낮아질 것으로 생각할 수 있다.

<표 3> 배경변인과 가족자원이 스트레스 인지정도에 미치는 영향

		스트레스 인지정도	
		b	Beta
배 경 변 인	주부연령	.019	.282
	자녀수	.009	.017
	주부학력	.034	.145
	남편학력	-.035	-.172
	수입	-.002	-.276*
	근무시간	.050	.277*
	주부의 결혼전 취업여부 <sup>d</sup>	.021	.139
	재취업시기 -결혼후부 <sup>d</sup>	-.016	-.017
	재취업시기 -자녀출산과 동시에 <sup>d</sup>	-.179	-.099
가 족 자 원	경제적 자원	.029	.062
	가족체계 자원	-.083	-.131
	개인심리적 자원	.311	.036
	역할분담 자원	-.186	-.311*
	사회적 지지 자원	.088	.140
		상수 2.529	
		F=2.112 *	
		R <sup>2</sup> (adj. R <sup>2</sup> ) .338(.178)	

d : Dummy Variable

\* p<.05

특히 선행연구들(전세경, 1989; 김영희, 1992; McCubbin, 1980)에서 가족자원으로 포함시키지 않았던 역할분담자원은 재취업주부에게 가족자원으로서 미치는 영향이 큰 것으로 볼 수 있다. 가족자원 중 역할분담자원이 적을수록 스트레스 인지정도가 의미가 있는 것은 가족들의 역할분담이 적을수록 주부의 스트레스 수준이 높다는 다른 연구들(고정자·김갑숙, 1996; 김수연·김득성, 1994)과 일치한다. 이는 가족들의 역할분담이 재취업주부의 스트레스를 관리할 수 있음을 보여주며 취업주부와 비취업주부 모두가 가장 스트레스를 받는 영역은 가사노동이고(심현진, 1994) 취업주부의 40%가 남편의 가사소홀 및 가사분담 문제로 부부갈등을 겪는다는 연구(김정옥·박순희, 1990)를 볼때 아직도 주부가 취업을 해

도 역할분담이 잘되지 않아 많은 갈등을 겪고 있음을 알 수 있다. 따라서 재취업주부 가정의 가족원들의 역할분담은 주부의 스트레스를 예방할 수 있는 중요한 자원임을 나타내고 있다. 이들 변인들의 설명력은 18%였다.

**3. 배경변인과 가족자원이 스트레스 대처 방법에 미치는 영향**

<표 4> 배경변인과 가족자원이 스트레스 대처방법에 미치는 영향

		스트레스 대처방법	
		b	Beta
배 경 변 인	주부연령	.0186	.322*
	자녀수	-.691	-.139
	주부학력	.048	.219
	남편학력	-.013	-.070
	수입	-.001	-.117
	근무시간	.012	.073
	주부의 결혼전 취업여부 <sup>d</sup>	-.003	-.024
	재취업시기 -결혼후부터 <sup>d</sup>	.296	.362**
	재취업시기 -자녀출산과 동시에 <sup>d</sup>	.145	.099
가 족 자 원	경제적 자원	.025	.057
	가족체계 자원	.033	.051
	개인심리적 자원	.172	.210
	역할분담 자원	-.149	-.258*
	사회적 지지 자원	-.026	-.048
상수1.758			
F= 2.132*			
R <sup>2</sup> (adj. R <sup>2</sup> ) .305(.162)			

d : Dummy Variable

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

배경변인과 가족자원이 스트레스 대처방법에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시한 결과 p<.05 수준에서 유의하게 나타났으며 영향을 미치는 변인은 주부연령, 재취업시기-결혼 후부터, 역할분담 자원으로 나타났다. 즉, 주부연령이 높을수록, 결혼 전부터 취업을 했다가 중단후 재취업한 경우보다 결혼 후에 재취업을 한 경우가, 그리고

역할분담자원이 적을수록 스트레스 대처방법을 다양하게 사용하고 있는 것으로 나타났다. 주부의 연령이 많을수록 대처행동들 많이 사용하며(이정우·송말희, 1990), 연령에 따른 스트레스 대처행동은 유의미한 차이가 있다(이광주, 1988)는 연구결과와 일치하며, 아내의 스트레스 수준에 영향을 미치는 변인이 아내의 연령으로 적응성 즉 스트레스 대처에 영향을 준다는 연구결과(고정자·김갑숙, 1996)와 일치한다. 그러나 박난희(1987)는 연령에 따른 스트레스 대처행동은 유의미한 차이가 없다고 하였다. 이는 연령이 높을수록 다양한 생활경험에서 얻어지는 지혜들이 스트레스 대처에 긍정적으로 작용할 것이라고 생각할 수 있다.

주부의 학력에 따른 스트레스 대처방법은 유의미한 차이를 보인다는 연구(신숙경, 1992; 박난희, 1987; 조희선, 1991; 심현진, 1994)에 반해 영향을 미치지 않는 것은 표집대상의 90.6%가 고졸이상의 고른 학력분포를 보인 원인 때문인 것으로 사료된다.

**4. 배경변인과 가족자원, 스트레스 인지 정도가 스트레스 대처방법에 미치는 영향**

배경변인과 가족자원, 스트레스 인지정도가 스트레스 대처방법에 미치는 영향을 알아보기 위해 회귀분석을 한 결과 p<.01 수준에서 유의하게 나타났다. 영향을 미치는 변인은 재취업시기-결혼 후부터, 경제적 관계, 가족 및 친족관계, 가사노동 문제로 나타났으며 이는 결혼 전부터 취업을 했다가 중단후 재취업한 경우보다 결혼 후에 재취업을 하고 있는 경우에, 경제적 관계에 대한 스트레스, 가족 및 친족관계에 대한 스트레스, 가사노동문제에 대한 스트레스인지정도가 높을수록 높은 스트레스 대처방법을 사용하고 있음을 나타내는 것이다. 심현진(1994)의 연구에 의하면 취업주부와 비취업 주부가 가장 스트레스 받는 영역은 가사노동이며 가사노동 영역에서는 취업주부의 스트레스가 더 높았으며, 김정옥, 박순희의 연구(1990)에서는 취업주부의 40%가 남편의 가사소홀 및 가사분담문제로 갈등을 겪는다고 하였다. 본 연구에서도 가사노동 문제를 스트레스로 인지하여 스트레스 대처방법을 사용하는 것으로 나타났다.



<표 5> 배경변인과 가족자원, 스트레스 인지 정도가 스트레스대처방법에 미치는 영향

변 인		스트레스 대처방법	
		b	Beta
배 경 변 인	주부연령	.015	.264
	자녀수	-.111	-.228
	주부학력	.042	.187
	남편학력	.013	.072
	수입	.000	-.014
	근무시간	-.003	-.019
	주부의 결혼전 취업여부 <sup>d</sup>	-.024	-.019
	재취업시기 -결혼후부터 <sup>d</sup>	.277	.347**
	재취업시기 -자녀출산과 동시에 <sup>d</sup>	.011	.007
가 족 자 원	경제적 자원	-.003	-.007
	가족체계 자원	-.016	-.027
	개인심리적 자원	.142	.179
	역할분담 자원	-.113	-.209
	사회적 지지 자원	-.020	-.036
스 트 레 스 인 지 정 도	자녀관계	-.021	-.044
	부부관계	-.093	-.185
	경제적 관계	.154	.254*
	가족 및 친족관계	.200	.397**
	가사노동가치문제	.013	.022
	가사노동문제	.184	.290*
	직장관계	.038	.080
	자신과의 문제	-.044	-.009

상수 .559

F=2.655\*\*

R<sup>2</sup>(adj. R<sup>2</sup>) .570(.356)

d : Dummy Variable

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

결혼후 재취업과 가족 및 친족관계에서 스트레스인지정도가 높을수록 높은 대처방법을 사용한다는 결과는 결혼후 재취업은 자녀출산과 친족 및 가족관계가 복잡해짐에 따라 스트레스를 많이 겪는다고 해석할 수 있으며, 스트레스 대처방법도 적극적으로 다양하게 사용하리라고 생각할 수 있다. 이것은 재취업주부가 가정주부와 직장인 기타 다양한 역할로 더 많은 스트레스를 받고 있음을 알 수 있다. 또한

가사노동문제를 전담함으로써 나타난 결과로 해석된다. 따라서 취업주부의 적용에 있어서 남편의 정서적 지원이나 가사노동분담은 다른 어떤 자원이나 대처방안보다 유용한 자원이 된다(임혜경, 1995)는 연구결과를 재차 확인할 수 있었다.

경제적 관계로 스트레스 인지정도가 높을수록 스트레스 대처방법에 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 가족재정과 취업동기가 경제적인 압박에 의한 경우일수록 높은 스트레스정도를 나타내며, 취업주부의 경우 가족재정으로 인한 스트레스가 높을수록 적극적인 태도를 통한 대처방법을 더 많이 사용한다는 연구(심현진, 1994)와 일치하는 결과이다. 경제적으로 재취업주부가 겪는 스트레스는 가족 및 친족관계로 인한 스트레스나 가사노동문제로 인한 스트레스의 인지정도와 더불어 스트레스 대처방법에 많은 영향을 미치는 요인임을 알 수 있다.

### V. 요약 및 결론

이상과 같은 연구결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 재취업주부의 가족자원, 스트레스인지정도, 스트레스 대처방법의 일반적 경향을 보면 가족자원은 개인 심리적 영역이 가장 높게 나타났고 가족체계자원·역할분담자원·사회적 지지자원 순이며 경제적자원이 가장 낮은 점수를 보였다. 스트레스인지정도는 가사노동 관계와 가사노동 가치문제의 영역에서 가장 높은 점수를 보였으며 전체적인 스트레스 인지정도는 중간보다 약간 높은 점수를 보였다. 스트레스 대처방법은 중간보다 높은수준으로 나타났다.

둘째, 배경변인과 가족자원이 스트레스인지정도에 미치는 영향을 보면 수입과 근무시간, 역할분담자원이 영향을 주는 변인으로 나타났다.

셋째, 배경변인과 가족자원이 스트레스 대처방법에 미치는 영향을 보면 주부의 연령, 재취업시기 중 결혼후부터가 영향을 미치는 변인이며 가족자원 중에서는 역할 분담자원의 의미있게 나타났다.

네째, 배경변인과 가족자원, 스트레스 인지

정도가 스트레스 대처방법에 미치는 영향을 보면 재취업시기 중 결혼후부터가 의미 있으며 스트레스 인지정도에서는 경제적 관계와 가족 및 친족관계, 가사노동 문제가 스트레스 대처방법에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이상과 같은 연구결과를 토대로 한 논의 및 제언은 다음과 같다.

첫째, 재취업 주부의 스트레스에서 가장 중요한 자원은 개인심리적 자원이다. 따라서 스트레스에 직면했을 때 어떻게 받아들이느냐에 따라 문제의 심각성에 영향을 미친다는 것을 알 수 있으며 개인이 긍정적인 사고로 스트레스에 대처하는 것이 중요함을 알 수 있다. 또한 재취업 주부들은 가사노동과 가사노동가치에서 많은 스트레스를 인지하고 있는 것으로 보아 가사노동 부담을 줄이려는 노력과 더불어 가사노동이 무의미한 노동이 아니라 가장 중요한 가족건강과 노동력재생산을 위한 것이라는 가사노동의 가치감을 높여줄 수 있는 의식변화도 함께 이루어져야 한다고 본다.

둘째, 재취업주부의 스트레스인지정도에서 수입과 근무시간이 의미있게 나타난 것은 수입이 적을수록, 근무시간이 길수록 직업과 가족생활에서 가치갈등과 경제적 갈등을 겪는 것으로 해석된다. 이는 우리나라 취업주부의 직업환경 및 조건들이 자신의 희생에 비해 얻은 것이 적을 때 오는 불만족으로 인한 스트레스 때문인 것으로 생각된다. 앞으로 기혼여성의 취업율이 높아지고 있는 상황에서 여성의 재취업 문제를 중장기적인 시각에서 지원 정책 등 다각적인 파악이 이루어져야 할 것이다. 가족자원 중 역할분담자원이 재취업 주부에게 의미있는 자원으로 스트레스를 관리할 수 있음을 보여주었으며 가정내 역할분담이 스트레스를 예방할 수 있는 중요한 자원임을 알 수 있다. 따라서 재취업주부 가족들의 역할분담은 신중히 고려되어야 할 사항이며 가족들의 협조에 의해 얼마든지 자원화시킬 수 있다는 점에서 가족들의 의식변화가 요구된다.

셋째, 스트레스 대처방법에 영향을 주는 변인은 주부연령, 결혼후 재취업 한 경우이며 가족자원 중 역할분담자원으로 나타났다. 이는 연령이 높을수록 다양한 생활경험에서 스트레스 대처방법이 다양하리라 생각할 수 있으며 결혼후 재취업과 역할분담자원은 가족자원을 잘 활용함으로써 스트레스 대처에 긍정적으로

작용할 수 있을것이라고 생각할 수 있다.

넷째, 각 변인과 스트레스 대처방법과의 관계를 보면 가족 및 친족관계에 따른 스트레스 인지정도가 높을수록 대처방법에 영향을 주는 것으로 나타났는데 가족간의 정서적 관계가 원만하지 못한 것이 어느 다른 갈등보다 큰 스트레스원이 된다는 것을 나타낸다. 따라서 주부가 직업을 갖는데는 온가족·친족들의 지지가 필요하다고 할 수 있다. 또 재취업시기에 따라 스트레스 대처방법이 유의미하게 나타났으며, 결혼후 재취업을 하는 경우 가장 잘 대처하고 있음을 보여준다. 이는 주부가 재취업으로 인한 스트레스에 잘 대처해 나가려면 재취업시기를 잘 선택해야함을 알 수 있다. 나아가 여성들의 생애단계에서 자유롭게 경제활동을 선택할 수 있도록 여건을 조성하는 것도 중요하다고 본다.

이상과 같이 재취업주부의 스트레스에 영향을 주는 것은 우선적으로 자신의 긍정적인 생활태도와 가족들의 지지라고 요약할 수 있다. 또한 기혼여성이 재취업활동을 잘 할 수 있도록 하는 직업훈련이나 각종 서비스 제공, 취업시기에 구애받지 않도록 하는 취업여건을 고려하는 지원책 등이 뒷받침되어야 할 것이다.

## 참 고 문 헌

- 강성희(1989), 취업주부의 직무만족도와 역할 갈등도 연구, 성신여대석사논문.
- 고은숙(1992), 취업부인의 스트레스·내외통계성 및 디스트레스에 관한 연구, 숙명여대 석사논문.
- 고정자(1994), 맞벌이 부부가족의 가족자원, 스트레스 인지수준 및 디스트레스에 관한 연구, 대한가정학회지, 32(4).
- 고정자·김갑숙(1996), 가족응집성, 적응성 및 스트레스 인지수준이 맞벌이 부부의 생활의 질에 미치는 영향, 대한가정학회지, 34(1).
- 권아연(1993), 주부의 취업여부에 따른 가족스트레스와 결혼적응에 관한 연구, 이화여대 석사학위논문.
- 김득성·김수연(1993), 부부의 응집 및 적응과 의사소통의 관계; 순환모델의 곡선성대

- 선형성, 한국가정관리학회지, 11(2).
- 김영철·정향균·이시형(1989), 일반생활에서의 생활스트레스가 정신증상 및 신체증상에 미치는 영향, 신경정신의학, 28(2).
- 김정옥(1995), 가족스트레스·가족체제유형·가족복지와의 관계분석, 대한가정학회지, 33(3).
- 김태홍·김재원(1995), 고학력 여성인력의 활용과 양성방안, 한국여성개발원.
- 남유리(1989), 취업주부와 비취업주부의 스트레스 지각에 관한 비교연구, 이화여대석사논문.
- 박난희(1987), 가정생활에서 주부가 받는 스트레스요인과 그 적용에 관한 연구, 동덕여대박사논문.
- 서지원·이기영(1997), 사무직 기혼여성의 출산후 취업지속 결정요인, 한국가정관리학회 학술대회 20차.
- 신성자(1981), 기혼취업여성의 부부적용에 관한 연구, 중앙대석사학위논문.
- 신숙경(1992), 중년기 기혼여성의 스트레스와 대처방식, 계명대 대학원석사학위논문.
- 신은숙(1981), 한국여자교수의 역할갈등에 관한 연구, 이화여대석사논문.
- 심현진(1994), 취업주부와 비취업주부의 가정내 스트레스와 적용방법에 관한 연구, 성신여대교육대학원석사논문.
- 이광주(1988), 주부의 스트레스 요인과 대응방법에 관한 연구, 효성여대석사논문.
- 이동원(1976), 직업여성의 이중역할에 관한 연구, 이대논총, 제27집.
- 이연숙·이순형·유가효·조재순(1991), 기혼취업여성이 지각하는 가정·직장생활 및 부적용증상과 생활만족. 한국가정관리학회지, 9(2).
- 이종옥(1991), 여성근로자의 직무스트레스와 조직행동과의 관계에 관한 공변량 구조모형, 고대박사논문, 18-54.
- 임혜경·임정빈(1995), 취업주부의 직업·가정갈등, 가사노동사회화, 그리고 가정관리만족간의 인과관계, 대한가정학회지, 33(3).
- 조희선(1991), 모자가족과 부부가족의 가족스트레스에 관한 비교연구, 성신여대박사논문.
- 전순영(1984), 신체장애아동 어머니의 스트레스 수준과 아동의 일상생활 동작의존도와와의 관계, 숙명여대석사논문.
- 전세경(1988), 가족스트레스와 가족자원 및 적용에 관한 연구, 중앙대석사논문.
- 전영자(1991), 전문직 취업주부의 스트레스와 대처방안 및 심리적 복지에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 9(2), 323-343.
- 장병옥(1985), 도시주부의 스트레스 인지수준 및 적용방법에 관한 연구.
- 정민자(1983), 부부가족의 가족스트레스와 사회심리적 가족자원에 관한 연구, 서울대석사논문.
- 정혜정(1985), 취업주부의 역할갈등과 결혼만족도에 관한 연구, 한양대석사논문.
- 최자령(1991), 취업주부의 역할관리전략과 역할갈등 수준에 관한 연구, 이대석사논문.
- 한국여성개발원(1996), 여성 재취업구조와 고용정책과제, 연구보고서 96-3.
- Baughar, S. L. & Martin, B. B. (1981), The Decision-Filled Years of Adolescence. *Journal of Home Economics*, 73(3).
- Bell, J. M. (1997), Srrerssfull Life Events and Coping Methods in Mental-illness and Wellness Behaviors. *Nursing Research*, 26(2).
- Cobb, S. (1979), Social Support as a Maderation of Life Stress. *Psychosomatic Medicine*, 38.
- Deacon, D. E. & Firebaugh, F. M. (1981), *Family Resource Management*. Allyn and Bacon, Inc.
- Emmons, C. A., Biernat, M., Tiedje, L. B., Lang, E. L., & Wortman, C. B. (1989), Stress, Support, and Coping among Woman Professionals with Preschool Children, in S.Gore & Eckenrode Ed. *Stress Between Work and Family*, The Plenum Press.
- McCubbinm, H. L., Cauble, A. E., Patterson, J. M. (1982), *Family Stress, Coping, and Social Support*, Springfield. Illinois: Charles, C. Thomas, Publisher.
- McCubbin, H. I., et al., *Family Stress and Coping: A Decade Review*, *Journal of Marriage and The Family*, 42.

- Pearlin, L., & Schooler, C. (1978), The Structure of Coping, *Journal of Health and Social Behavior*, 19.
- Ritchie, J. (1982), Child Rearing Practice & Attitudes of Working & Full-time Mothers, *Women's Studies International Forum*, 5(5).