



서비스업 종사 직장여성의 직무 스트레스와 우울이 자살생각에 미치는 영향

이현주¹ · 정혜선²

대한항공 항공의료센터¹, 가톨릭대학교 의과대학 예방의학교실²

Influence of Job Stress and Depression on Suicide Ideation of Women-workers in Service Industries

Lee, Hyun Ju¹ · Jung, Hye-Sun²

¹Aeromedical Center, Korean Air, Seoul

²Department of Preventive Medicine, College of Medicine, The Catholic University of Korea, Seoul, Korea

Purpose: The purpose of this study was to identify the relationship of job stress, depression and to identify factors influencing suicide ideation of women-workers. **Methods:** The research was a cross-sectional, descriptive study. Data collection was done using self-report questionnaires with 348 women-workers who agreed to participate in the study. Data were analyzed using descriptive statistics, t-test, χ^2 -test, logistic regression analysis by using SPSS/WIN 18.0. **Results:** The results showed, among the independent variables, drinking, job stress, depression are significant factors that influence women-workers' suicide ideation. Women-workers' depression is 3.05 times higher ($p < .002$), and job stress 1.03 times higher suicide ideation ($p < .045$), and drinking 2.15 times higher suicidal ideation ($p < .006$). **Conclusion:** The results indicate that suicide ideation is highly prevalent in women-workers, especially among people with depression and job stress. It is necessary to seek how to prevent and manage women-workers' suicide ideation considering features.

Key Words: Women worker, Job stress, Depression, Suicide ideation

서론

1. 연구의 필요성

2013년 경제협력개발기구(OECD)에서 발표한 'OECD Health Data'에 의하면 우리나라의 자살률은 2011년 기준으로 인구 10만명당 33.3명인 것으로 나타났다. 이는 OECD 34개 회원국 가운데 가장 높은 수치이며, 회원국 평균치인 12.6

명보다 2.6배나 높은 것으로 자살률이 가장 낮은 그리스와 10배 이상의 차이를 보이고 있다(OECD, 2013). 우리나라 통계청에서 발표한 2012년 우리나라 국민의 사망원인을 살펴보면 자살로 인한 사망이 28.1%를 차지하고 있어서 암, 심장질환, 뇌혈관질환에 이어 4번째로 높은 자살원인을 보이고 있다. 이는 질병을 제외하면 사망원인 1순위로서 우리나라의 자살이 심각한 사회적 문제임을 나타내고 있다(Statistics Korea, 2012).

주요어: 직장여성, 직무 스트레스, 우울, 자살생각

Corresponding author: Jung, Hye-Sun

Department of Preventive Medicine, College of Medicine, The Catholic University of Korea, 222 Banpo-daero, Seocho-gu, Seoul 137-701, Korea.

Tel: +82-2-2258-7368, Fax: +82-2-532-3820, E-mail: hyesun@catholic.ac.kr

Received: Aug 10, 2014 / Revised: Aug 25, 2014 / Accepted: Aug 26, 2014

자살에 대한 개념은 자살생각, 자살시도, 자살행위의 3가지 범주로 구분하는 연속적인 개념으로(Harwood & Jacoby, 2006), 자살을 생각하고 계획하며 이것을 시도하여 성공하게 되면 자살에 이르게 되는 것이다(Neeleman, de Graaf, & Vollebergh, 2004). 자살생각을 가진 사람들은 ‘자살을 행하는 것에 대한 생각이나 계획을 가지고 있으나 명백한 자살시도는 없는 사람’으로 정의된다(Beck, Kovacs, & Weissman, 1979). 그러나 Carlson과 Cantwell (1982)은 자살을 경미하게 생각한 사람 중 34%, 자살을 심각하게 고려한 사람의 42%가 후에 자살을 시도하였으나, 자살을 생각하지 않았던 사람들은 자살을 전혀 시도하지 않았다고 보고하였다. 따라서 자살 위험을 예측하고 자살 시도를 평가하기 위해서는 자살 행위의 첫 단계인 자살생각과 관련된 요인을 파악하여 이를 예방하고 관리하는 것이 중요하다.

우리나라의 자살문제 중에서는 여성의 자살이 특히 심각하다고 할 수 있다. 2013년 OECD 자료에 의하면 OECD 국가의 여성 평균 자살률은 인구 10만명당 5.7명인데 우리나라 여성의 평균 자살률은 20.2명으로 나타나 OECD 국가 중 1위를 보이고 있다(OECD, 2013). 여성의 자살문제가 심각하게 나타나는 것은 여성이 남성보다 연령, 교육수준, 직업 등에 관계 없이 만성적인 스트레스를 더 많이 느끼기 때문이라는 보고가 있는데(Matud, 2004), 특히 직장여성은 가사 및 자녀양육, 사회 경제활동과 같은 직장가 가정의 이중 역할을 수행해야 하는 부담으로 인해 사회 심리적 스트레스가 많은데 이를 긍정적으로 해소하지 못하면, 우울 증상이 발생하고 자살 등과 같은 극단적인 선택을 할 수 있게 된다. 그러나 우리나라 만 15세~64세 여성의 경제활동 참가율은 2012년 55.2%로 매년 증가하는 추세를 보이고 있어서(Statistics Korea, 2012), 직장여성의 자살과 관련된 연구가 매우 필요하다고 할 수 있다.

자살생각에 관련된 국내의 연구는 주로 청소년(Hong & Jung, 2011; Kwak, Yi, & Jung, 2009)과 노인(Kim & Lee, 2014; Koo, Kim, & Yu, 2014)을 대상으로 한 연구들인데, 성인을 대상으로 한 연구는 Kang (2005)이 청년층, 장년층, 노인층의 세 집단에 대해 자살생각 요인을 분석한 연구가 있고, Kim과 Kang (2011)이 성인기 자살생각과 관련된 변인을 파악한 연구가 있다. 여성 성인의 자살생각에 대한 연구로는 기혼여성의 생활사건 스트레스가 높을수록 자살생각이 높다는 연구가 있고(Ryu, 2006), 신체상과 수면시간이 자살생각과 관련이 있다는 연구가 있다(Chin, Lee, & So, 2011).

직장여성의 자살생각에는 생활사건 스트레스뿐만 아니라 직무 스트레스도 영향을 미칠 것으로 생각이 되고, 직무 스트

레스와 우울은 밀접한 관계가 있으므로(Lee, 2009) 여성이 많이 취업해 있는 서비스업 종사 직장여성을 대상으로 직무 스트레스와 우울이 자살생각에 어느 정도 영향을 미치는지를 분석하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구는 서비스업에 종사하는 직장여성을 대상으로 직무 스트레스와 우울 및 자살생각의 수준을 파악하고, 자살생각에 영향을 미치는 요인을 분석하기 위한 것이다.

이를 위한 구체적인 연구목적은 다음과 같다.

- 직장여성의 직무 스트레스, 우울, 자살생각 수준을 파악한다.
- 직장여성의 직무 스트레스 및 우울에 따른 자살생각을 파악한다.
- 직장여성의 자살생각에 영향을 미치는 요인을 분석한다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구는 서비스업에 종사하는 직장여성을 대상으로 직무 스트레스와 우울이 자살생각에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구대상 및 자료수집

연구대상은 서울, 경기, 충청 지역에 소재한 서비스업 사업장을 대상으로 하였다. 대상 사업장의 보건관리자에게 설문조사의 목적을 전화로 설명한 후 조사에 동의한 28개 사업장에 설문지를 우편으로 발송하였다. 1개 사업장 당 20명의 근로자를 조사대상으로 하였으며, 보건관리자가 근로자에게 설문조사의 목적을 설명하고 조사에 동의를 구하였다. 조사에 동의한 근로자는 모두 490명이었으며, 이들에게 서면으로 연구의 목적과 내용을 설명하고, 구조화된 설문지를 이용하여 자기기입식 방법으로 조사를 실시하였다. 설문지를 코딩한 결과 142명의 결측자료가 발생하여 이를 제외한 348명의 자료를 최종 분석대상으로 하였다. 자료수집기간은 2011년 6월부터 8월까지이었다. 본 연구는 C대학교의 생명윤리심의위원회의 승인을 받아 진행되었다.

3. 연구도구

연구도구는 대상자의 일반적 특성, 직무 스트레스, 우울, 자살생각에 관한 내용으로 구성하였다.

일반적 특성은 연령, 결혼상태, 학력, 흡연, 음주, 운동, 주관적 건강상태, 고용형태, 교대근무 여부, 주 근무시간, 연봉의 11개 문항으로 구성하였다. 이 중 운동은 일주일에 숨이 가쁘거나 몸이 땀에 젖을 정도의 운동을 일주일에 1회 미만으로 하는 경우를 '안한다'로 분류하였고, 일주일에 1회 이상 하는 경우를 '한다'로 분류하였다. 주관적 건강상태는 전반적인 건강상태에 대하여 '매우 좋음'과 '좋음'을 '건강하다'로, '보통'을 '보통이다'로, '나쁨'과 '매우 나쁨'을 '건강하지 않다'로 분류하였다.

직무 스트레스는 Chang 등(2005)이 개발하여 표준화시킨 한국인 직무 스트레스 측정도구 단축형(Korean Occupational Stress scale-short form, KOSS-SF)을 이용하였다. 이 도구는 직무요구, 직무자율, 관계갈등, 직무불안정, 조직체계, 보상부적절, 직장문화 등 7개 영역의 24문항으로 구성된 4점 척도로서, 점수가 높을수록 직무 스트레스가 높은 것을 의미한다. 직무 스트레스는 각 영역을 100점으로 환산하여 평가하였으며, 일부 문항은 역변환하여 처리하였다. 산출된 직무 스트레스 값은 Chang 등(2005)이 제시한 한국인 여성 근로자의 참고치와 비교하였다. 본 연구에서 사용한 조사도구의 Cronbach's α 는 .58이었다.

우울 정도를 측정하기 위하여 1971년 미국정신보건연구원 에서 개발한 CES-D (The Center for Epidemiological Studies-Depression Scale)를 Cho와 Kim (1993)이 한국어판으로 번역한 것을 활용하였다. 이 도구는 우울증의 일차 선별용 도구로 활용되는 것으로, 점수가 높을수록 우울증의 정도가 심한 것을 의미하며, 15점 이하는 정상, 16~20점은 경증 우울(mild depression), 21점 이상은 중증 우울(major depression)로 분류된다. 본 연구에서는 경증 우울과 중증 우울을 합쳐 우울이 있는 경우로 정의하였다. 본 연구에서 사용한 조사도구의 Cronbach's α 는 .85였다.

자살생각은 국민건강영양조사에서 사용하고 있는 설문 문항을 활용하여 '최근 1년 동안 죽고 싶다는 생각을 해 본 적이 있습니까?'라는 질문에 '예'라고 응답한 경우를 자살생각이 있는 것으로 정의하였다.

4. 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 18.0 프로그램을 사용하여 분석

하였다. 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율로 산출하였고, 직무 스트레스와 우울은 평균과 표준편차를 구하였다. 일반적 특성에 따른 자살생각은 χ^2 -test로 분석하였으며, 직무 스트레스와 우울에 따른 자살생각은 t-test로 분석하였다. 자살생각에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위하여 일반적 특성, 직무 스트레스, 우울을 독립변수로 하고, 자살생각을 종속변수로 하여 다변량 로지스틱 회귀분석(multivariate logistic regression)을 실시하였다. 통계학적 유의수준은 양측검정 $p < .05$ 로 하였다.

연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

본 연구대상자의 평균 연령은 35.6 ± 8.08 세로, 40대 이상이 35.9%, 30대가 34.8%, 20대 29.3%였고, 배우자가 있는 대상자가 61.2%였으며, 학력은 대졸 이상이 70.4%로 절반 이상을 차지하였다. 흡연상태는 7.2%가 현재 흡연 중이라고 응답하였고, 술을 마신다고 응답한 대상자는 46.8%였다. 운동을 한다고 응답한 대상자는 24.7%였으며, 주관적 건강상태는 보통이라고 응답한 대상자가 56.0%, 좋다고 응답한 대상자가 35.6%였다(Table 1).

고용형태는 정규직이 55.5%였으며, 교대근무를 하지 않은 경우는 75.9%였다. 근무시간은 주당 평균 44.4 ± 7.04 시간이었으며, 주 40시간 미만 근무하는 경우가 50.6%였다. 연봉은 평균 $2,700.3 \pm 1,144.72$ 만원으로 연 평균 2,400만원 이상이 52.9%를 차지하였다(Table 1).

2. 대상자의 직무 스트레스 및 우울

본 연구대상자의 직무 스트레스 총점은 평균 47.9 ± 9.16 점으로 한국인 여성 근로자의 참고치 50.0점보다 낮았다. 세부 영역별 평균 점수를 살펴보면, 직무요구는 59.4 ± 18.44 점, 직무자율은 52.8 ± 16.60 점, 관계갈등은 38.7 ± 14.67 점, 직무불안정은 38.5 ± 33.33 점, 조직체계는 52.6 ± 15.54 점, 보상부적절은 51.2 ± 15.79 점, 직장문화는 42.1 ± 16.36 점으로 나타났다. 이를 한국인 여성 근로자의 참고치와 비교해 보면, 직무요구, 관계갈등, 직무불안정, 조직체계, 직장문화의 5개 영역에서 한국인 여성 근로자의 참고치보다 높게 나타났다.

CES-D로 측정된 대상자들의 평균 우울 점수는 11.4 ± 9.15 점으로 전체적으로 우울이 없는 상태이었다. 정상으로 분류되

는 16점 미만인 대상자는 70.4%였고, 경증 우울 수준인 16~21점 이상인 대상자는 14.9%였으며, 21점 이상의 중증 우울

인 대상자는 14.7%였다. 경증 우울과 중증 우울을 합친 우울이 있는 대상자는 29.6%였다(Table 2).

Table 1. General Characteristics of Subjects (N=348)

Characteristics	Categories	n (%) or M±SD
Age (year)		35.6±8.08
	20~29	102 (29.3)
	30~39	121 (34.8)
	≥40	125 (35.9)
Marital status	Married	213 (61.2)
	Single	135 (38.8)
Educational level	≤High school	103 (29.6)
	≥College	245 (70.4)
Smoking	Yes	25 (7.2)
	No	323 (92.8)
Drinking	Yes	163 (46.8)
	No	185 (53.2)
Physical activity	Yes	86 (24.7)
	No	262 (75.3)
Subjective health status	Healthy	124 (35.6)
	So-so	195 (56.0)
	Unhealthy	29 (8.3)
Employment type	Regular	193 (55.5)
	Irregular	155 (44.5)
Shift work	Yes	84 (24.1)
	No	264 (75.9)
Working time (hr/week)		44.4±7.04
	≤40	176 (50.6)
	>40	172 (49.4)
Annual income (10,000 won)		2,700.3±1,144.72
	<2,400	164 (47.1)
	≥2,400	184 (52.9)

3. 대상자의 일반적 특성에 따른 자살생각

대상자가 최근 1년 동안 자살생각을 한 경우는 26.4%였고, 자살생각을 하지 않은 경우는 73.6%였다.

일반적 특성에 따른 자살생각을 살펴보면, 결혼상태, 음주, 주관적 건강상태에 따라 유의한 차이를 보였다. 즉 배우자가 없는 경우 33.3%가 자살생각을 하여 배우자가 있는 경우 자살생각을 하는 22.1%보다 더 많았고($p=.020$), 음주를 하는 경우 35.0%에서 자살생각을 하여 음주를 하지 않는 경우 자살생각을 하는 18.9%보다 더 많았다($p<.001$). 주관적 건강상태는 건강상태가 나쁘다고 응답한 근로자의 44.8%에서 자살생각을 한 것으로 나타나 건강상태가 보통이라 응답한 근로자의 28.2%, 건강하다고 응답한 근로자의 19.4%에서 자살생각을 한 것보다 더 많았다($p=.014$).

일반적 특성 중 연령, 학력, 흡연, 운동, 고용형태, 교대근무 여부, 주 근무시간, 연봉은 자살생각과 유의한 차이를 보이지 않았다(Table 3).

4. 직무 스트레스 및 우울 정도에 따른 자살생각

대상자의 직무 스트레스에 따른 자살생각을 살펴본 결과, 자살생각을 한 사람의 직무 스트레스 점수는 51.3점으로 자살생각을 하지 않은 사람의 직무 스트레스 점수 46.8점보다 유의하게 높았다($p<.001$). 세부영역별로는 직무요구($p<.001$), 관계갈등($p=.013$), 조직체계($p=.030$), 보상부적절($p=.018$),

Table 2. Job Stress and depression of Subjects

(N=348)

Variables	M±SD	n (%)	Korea women Job stress standard value			
			<Q24	Q25~49	Q50~75	≥Q75
Job stress (total)	47.9±9.16		≤44.4	44.5~50.0	50.1~55.6	≥56.0
Job demand	59.4±18.44		≤50.0	50.1~58.3	58.4~66.6	≥66.0
Insufficient job control	52.8±16.60		≤50.0	50.1~58.3	58.4~66.6	≥66.7
Interpersonal conflict	38.7±14.67		-	≤33.3	33.4~44.4	≥44.5
Job insecurity	38.5±33.33		-	≤33.3	33.4~50.0	≥50.1
Organizational system	52.6±15.54		≤41.6	41.7~50.0	50.1~66.6	≥66.7
Lack of reward	51.2±15.79		≤44.4	44.5~55.5	55.6~66.6	≥66.7
Occupational climate	42.1±16.36		≤33.3	33.4~41.6	41.7~50.0	≥50.1
Depression (total)	11.4±9.15					
No(>16)	6.5±4.42	245 (70.4)				
Yes(≥16)	23.0±6.76	103 (29.6)				

Table 3. Suicidal Ideation by General Characteristics

(N=348)

Characteristics	Categories	Yes (n=92)		No (n=256)		χ^2 (p)
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	
Age (year)	20~29	31 (30.4)	71 (69.6)	3,248 (.197)		
	30~39	35 (28.9)	86 (71.1)			
	≥40	26 (20.8)	99 (79.2)			
Marital status	Married	47 (22.1)	166 (77.9)	5,394 (.020)		
	Single	45 (33.3)	90 (66.7)			
Educational level	≤ High school	26 (25.2)	77 (74.8)	0,107 (.743)		
	≥ College	66 (26.9)	179 (73.1)			
Smoking	Yes	9 (36.0)	16 (64.0)	1,267 (.260)		
	No	83 (25.7)	240 (74.3)			
Drinking	Yes	57 (35.0)	106 (65.0)	11,478 (< .001)		
	No	35 (18.9)	150 (81.1)			
Physical activity	Yes	16 (18.6)	70 (81.4)	3,603 (.058)		
	No	76 (29.0)	186 (71.0)			
Subjective healthy status	Healthy	24 (19.4)	100 (80.6)	8,555 (.014)		
	So-so	55 (28.2)	140 (71.8)			
	Unhealthy	13 (44.8)	16 (55.2)			
Employment type	Regular	53 (27.5)	140 (72.5)	0,234 (.629)		
	Irregular	39 (25.2)	116 (74.8)			
Shift work	Yes	27 (32.1)	57 (67.9)	1,854 (.173)		
	No	65 (24.6)	199 (75.4)			
Working time (hr/week)	≤ 40	42 (23.9)	134 (76.1)	1,212 (.271)		
	> 40	50 (29.1)	122 (70.9)			
Annual income (10,000 won)	< 2,400	47 (28.7)	117 (71.3)	0,787 (.375)		
	≥ 2,400	45 (24.5)	139 (75.5)			

직장문화($p=.030$) 영역에서 유의한 차이를 나타내었다고, 각 영역별로 자살생각을 경험한 대상자들의 직무 스트레스 점수가 높았다.

대상자의 우울 정도에 따른 자살생각을 살펴보면, 자살생각을 한 경우의 우울 점수는 18.1 ± 10.11 점으로 자살생각을 하지 않은 대상자의 9.0 ± 7.43 점 보다 높았으며 통계적으로 유의하였다($p < .001$). 우울 점수가 정상에 해당하는 경우는 우울 점수에 따른 자살생각이 통계적으로 유의하지 않았으나, 우울 점수가 경증 우울 이상인 경우는 우울 점수에 따른 자살생각이 통계적으로 유의하여($p = .006$), 자살생각을 한 경우에서 우울점수가 26.2점으로 높게 나타났다(Table 4).

5. 대상자의 자살생각에 영향을 미치는 요인

자살생각에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 다변량 로지스틱 회귀분석을 실시한 결과 음주, 직무 스트레스, 우울이 자살생각에 유의한 영향을 미치는 요인으로 나타났다.

음주를 하지 않는 대상자에 비해 음주를 하는 대상자의 자살생각이 2.15배 높은 것으로 나타났으며($p = .006$), 직무 스트레스 점수가 높을수록 자살생각이 1.03배 높았으며($p = .045$), 우울이 있는 경우 자살생각이 3.05배 높은 것으로 나타났다($p = .002$)(Table 5).

논 의

본 연구는 직장여성의 직무 스트레스, 우울, 자살생각 수준을 살펴보고, 직무 스트레스와 우울이 자살생각에 미치는 영향을 파악한 것이다.

연구결과 직장여성의 직무 스트레스 총점은 평균 47.9점으로 나타났는데, 이는 한국인 여성 근로자의 참고치와 비교할 때 하위 50%에 해당하는 수준이다(Chang et al., 2005). 그러나 제조업 근로자의 직무 스트레스를 연구한 Cho (2006)의 연구에서는 여성 근로자의 직무 스트레스 총점이 42.0점이라고 보고하여 본 연구대상자의 직무 스트레스 점수가 더 높은

Table 4. Suicidal Ideation by Job stress and Depression

(N=348)

Variables	Suicidal ideation		t	p
	Yes (n=92)	No (n=256)		
	M±SD	M±SD		
Job stress (total)	51.03±10.31	46.8±8.45	3.537	< .001
Job demand	66.9±20.47	56.8±16.90	4.270	< .001
Insufficient job control	52.6±16.20	52.9±16.78	-0.118	.906
Interpersonal conflict	41.9±16.23	37.5±13.92	2.491	.013
Job insecurity	40.2±22.67	37.8±20.83	0.923	.357
Organizational system	55.6±16.63	51.5±15.01	2.177	.030
Lack of reward	54.6±17.17	50.0±15.12	2.385	.018
Occupational climate	45.3±16.73	41.0±16.11	2.177	.030
Depression (total)	18.1±10.11	9.0±7.43	7.925	< .001
No (> 16)	6.8±3.80	6.4±4.62	0.726	.469
Yes (≥ 16)	26.2±7.39	22.0±6.26	2.791	.006

Table 5. Prediction of Suicidal Ideation by Logistic Regression

(N=348)

Variables (Ref.)	Categories	OR	95% CI	p
Age (year) (ref.: 20~29 year)	30~39	1.29	0.63~2.66	.492
	≥ 40	1.23	0.52~2.89	.633
Marital status (ref.: married)	Single	1.17	0.59~2.34	.656
Educational level (ref.: ≤ high school)	≥ College	1.83	0.87~3.83	.109
Smoking (ref.: no)	Yes	1.35	0.46~3.98	.586
Drinking (ref.: no)	Yes	2.15	1.24~3.74	.006
Physical activity (ref.: yes)	No	1.46	0.75~2.85	.268
Subjective health status (ref.: health)	So-so	1.25	0.68~2.29	.467
	Unhealthy	1.54	0.57~4.15	.394
Employment type (ref.: regular)	Irregular	0.54	0.27~1.09	.088
Shift work (ref.: No)	Yes	1.03	0.53~2.02	.929
Working time (hr/week) (ref.: ≤ 40)	> 40	1.04	0.59~1.82	.900
Annual income (10,000 won) (ref.: < 2,400)	≥ 2,400	0.51	0.25~1.04	.063
Job stress		1.03	1.00~1.07	.045
Depression (ref.: No)	Yes	3.05	1.50~6.21	.002

것으로 나타났다. 건설업 근로자를 대상으로 한 Lee (2011)의 연구에서도 직무 스트레스 총점이 46.65점으로 나타나 본 연구대상자의 직무 스트레스 점수가 더 높은 것으로 나타났다. 이는 본 연구대상자들이 주로 서비스업에 종사하는 여성 근로자 이어서 다른 직종과 달리 고객을 상대하는 업무를 많이 수행함에 따라 나타난 결과라고 생각된다.

CES-D로 조사한 본 연구대상자의 평균 우울 점수는 11.4점으로 우울이 없는 정상에 해당하는 수준이었으나, 16점 이상의 경증 우울군과 중증 우울군이 전체의 29.6%에 해당하는 것으로 나타났다. 건설업 근로자를 대상으로 한 Lee (2011)의 연구에서는 16점 이상이 25.0%로 보고되었고, 인천 지역 23

개 사업장의 특수검진자를 대상으로 한 Heo (2014)의 연구에서는 16점 이상이 9.4%로 조사되어 본 연구대상자의 우울 수준이 높은 것으로 나타났다. Lee (2011)와 Heo (2014)의 연구는 모두 남녀를 구분하지 않고 조사한 결과인데, Cho 등 (2008)의 연구에 의하면 남성에 비해 여성 근로자의 우울 수준이 1.26배 높다고 하였고, 제4기 국민건강영양조사(2007~2009년) 결과를 이용하여 근로자의 우울 경험을 조사한 Jo (2012)의 연구에서도 남성 근로자의 8.8%, 여성 근로자의 16.8%가 우울을 호소하는 것으로 나타나 여성 근로자가 2배 가까이 높은 것으로 보고된 것과 비교해 보면 본 연구대상자들이 모두 여성이기 때문에 우울 수준이 높은 것으로 생각된다. 특

히 본 연구대상자들은 모두 서비스직에 종사하는 여성인데, Lee (2009)의 연구에서 대인접객서비스 근로자의 우울이 다른 업종 종사자에 비하여 유의하게 높다고 하여, 타 직종 여성보다 우울 수준이 더 높게 나타난 것으로 생각되지만, 이에 대해서는 좀 더 심층적인 연구가 수행되는 것이 필요하다고 생각된다.

본 연구대상자의 최근 1년간 자살생각은 26.4%였는데, 국민건강영양조사 자료를 바탕으로 전국 20세 이상 성인의 자살생각을 조사한 Park과 Choi (2013)의 연구에서 성인 여성의 자살생각률이 20.4%라고 하여 본 연구대상자의 자살생각률이 더 보다 높게 나타났으며, 기혼 직장여성을 대상으로 한 Kim, Nam과 Choi (2009) 연구에서 나타난 자살생각 25.6%보다도 더 높게 나타났다. 전 세계 정신건강조사에서 나타난 1년간 자살생각률은 2.1~2.2%로 나타났는데 이와 비교하면 우리나라 여성의 자살생각이 현저히 높음을 알 수 있다(Borges et al., 2010). 자살생각이 높다는 것은 자살 사망률에 영향을 미치는 것으로 볼 수 있는데, Hodges와 Siegel (1985)는 자살 시도자의 3/4 이상이 자살 생각을 한 적이 있다고 하여, 자살생각의 위험성을 보고하고 있다.

본 연구에서 직무 스트레스와 우울은 자살생각에 유의하게 영향을 미치는 요인으로 분석되었다. 즉 직무 스트레스가 높을수록 자살생각이 1.03배 높은 것으로 나타났다. Park과 Choi (2013)의 연구에서도 지각된 스트레스가 많은 집단이 그렇지 않은 집단에 비해 자살생각이 3.52배 높다고 하였다. 30세 이상의 직업이 있는 성인만을 대상으로 한 Kim과 Kang (2011)의 연구에서는 직무 스트레스가 자살생각에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 분석되었다. 본 연구에서도 직무 스트레스가 자살생각에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으나 OR 값은 1.03이어서 직무 스트레스와 자살생각과의 관련성은 좀 더 심층적인 연구를 수행하는 것이 필요하다고 생각된다.

우울은 자살생각을 3.05배 높이는 가장 높은 위험인자로 분석되었다. 선행연구에서도 우울이 자살생각 및 자살시도와 깊은 관련이 있는 것으로 보고되고 있는데(Kim et al., 2009), 한국 성인의 자살생각을 분석한 Park과 Choi (2013)의 연구에서도 우울이 자살생각을 높인다고 보고하여 본 연구결과와 일치하였다.

한편 본 연구에서 직무 스트레스와 우울 이외에 음주가 자살생각에 유의하게 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 음주를 하는 경우는 음주를 하지 않는 경우보다 자살생각이 2.15배 더 높은 것으로 나타났다. 이는 Song과 Kim (2010)의 연구에서도 직장인의 음주빈도 및 음주량이 증가할수록 자살생각에

미치는 부정적 영향이 더 강화된다고 보고한 것과 일치하는 결과이다. 과량의 음주는 신경전달체들의 뇌세포의 약해 농도가 감소하여 주요 정신질환의 증상을 악화시키고 중추신경억제제로서 우울의 수준과 자살생각을 증가시킨다는 보고가 있으며(Pritchard, 1995), 음주는 이성적 판단능력과 자제력을 저하시켜 부정적 감정을 극복할 수 있는 능력이 저하되어 순간적이고 충동적인 자살 행동을 촉발하게 되는 것으로 알려져 있다(Goldston, 2004). 하지만 음주가 자살생각을 높이는 것인지 자살생각으로 음주를 많이 하게 되는지에 대한 추후 경로분석이 필요할 것으로 생각되며, 근로자의 자살생각을 예방하기 위하여 음주습관과 같은 생활습관을 평가하고 개선하기 위한 중재가 요구된다고 하겠다.

본 연구를 통해 직장여성의 직무 스트레스와 우울이 자살생각에 유의한 영향을 미치는 것을 확인하였으므로 직장여성의 자살생각을 감소시키기 위해 직무 스트레스와 우울을 관리할 수 있는 건강증진 프로그램을 마련하는 것이 필요하다고 생각된다.

결론 및 제언

본 연구는 서비스업에 종사하는 직장여성을 대상으로 자살생각에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 28개 서비스업 사업장에 근무하는 직장여성 348명을 대상으로 설문조사를 실시한 것이다. 조사결과 직무 스트레스와 우울수준이 높을수록 자살생각을 많이 하는 것으로 나타났다. 따라서 직장여성의 자살생각을 감소시키기 위해 직무 스트레스와 우울을 관리할 수 있는 적극적인 중재방안을 마련하는 것이 필요하리라 생각된다.

본 연구의 제한점으로는 모든 업종의 직장여성을 대상으로 한 것이 아니고 서비스업에 종사하는 직장여성을 대상으로 하였다. 자살생각 및 자살행동과 관련이 있는 정신과적 기저 질환에 대한 정보는 평가하지 못했다는 점이다. 서비스업은 여성들이 많이 취업하는 대표적인 업종이지만 향후에는 제조업을 포함하여 모든 직장여성을 대상으로 한 연구를 수행하는 것이 필요하다고 생각되며, 다양한 질병 관련 요인을 포함하여 자살생각에 영향을 미치는 요인을 폭넓게 수행하는 것이 필요하다고 생각된다.

하지만 본 연구결과를 바탕으로 직장여성의 직무 스트레스와 우울 수준을 감소시킬 수 있는 정신건강증진 프로그램을 개발하여 사업장에 적용한다면 직장여성의 자살을 예방하고, 관리하는데 큰 기여를 하리라 생각된다.

REFERENCES

- Beck, A. T., Kovacs, M., & Weissman, A. (1979). Assessment of suicidal intention: The scale for suicide ideation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 47*(2), 343-352.
- Borges, G., Nock, M. K., Haro Abad, J. M., Hwang, I., Sampson, N. A., Alonso, J., et al. (2010). Twelve-month prevalence of and risk factors for suicide attempts in the World Health Organization World Mental Health Surveys. *Journal of Clinical Psychiatry, 71*(12), 1617-1628.
http://dx.doi.org/10.4088/JCP.08m04967blu
- Carlson, G. A., & Cantwell, D. P. (1982). Suicide behavior and depression in children and adolescents. *American Academy of Child Psychiatry, 21*, 886-891.
- Chang, S. J., Koh, S. B., Kang, D. M., Kim, S. A., Kang, M. G., Lee, C. G., et al. (2005). Developing an occupational stress scale for Korean employees. *Korean Journal of Occupational Environmental Medicine, 17*(4), 297-317.
- Chin, Y. R., Lee, H. Y., & So, E. S. (2011). Suicidal ideation and associated factors by sex in Korean adults: A population based cross-sectional survey. *International Journal of Public Health, 56*, 429-439.
- Cho, D. R. (2006). Workers' Job stress status and related factors - Using Korean occupational stress questionnaire. *Korean Journal of Occupational Health Nursing, 15*(1), 58-71.
- Cho, J. J., Kim, J. Y., Chang, S. J., Fiedler, N., Koh, S. B., Chabtree, B. F., et al. (2008). Occupational stress and depression in Korean employee. *International Archives of Occupational and Environmental Health, 82*(1), 47-57.
- Cho, M. J., & Kim, G. H. (1993). Diagnostic validity of the CES-D (Korean Version) in the assessment of DSM-III-R major Depression. *Journal of The Korean Neuropsychiatric Association, 32*(3), 381-399.
- Goldston, D. B. (2004). Conceptual issues in understanding the relationship between suicidal behavior and substance use during adolescence. *Drug and Alcohol Dependence, 76*, 79-91.
- Harwood D., & Jacoby, R. (2006). *Suicide behavior among the elderly*. The international handbook of suicide and attempted suicide. London: Wiley.
- Heo, Y. S. (2014). *Effects of depressive symptoms and job stress on absence in workers*. Unpublished master's thesis, Inha University, Incheon.
- Hodges, K., & Siegel, L. (1985). *Depression in children and adolescents*. Handbook of depression: Treatment, assessment and research, Homewood, IL: Dorsey Press.
- Hong, M. S., & Jung, H. S. (2011). Relationship between the current smoking level and suicidal ideation of youth. *Journal of Korean Society of School Health, 27*(1), 50-57.
- Jo, E. H. (2012). *The effect of work environment stress of employees to depression: Data from the 2009 Korea National Health and Nutrition Examination Survey*. Unpublished master's thesis, The Catholic University of Korea, Seoul.
- Kang, E. J. (2005). Factors related to suicide ideation by age group. *Health and Welfare Policy Forum, 107*, 81-86.
- Kim, J. S., & Lee, S. J. (2014). Factors affecting suicide attempts of the elderly with suicide ideation: Secondary data analysis of KNHANES. *Journal of Korean Gerontological Society, 34*(1), 73-85.
- Kim, J. Y., Nam, S. I., & Choi, S. A. (2009). A study on the relationship between stress, depression, and suicidal inclination - Focusing on multiple group analysis according to TSL management method. *Korean Journal of Social Welfare Research, 22*, 278-308.
- Kim, Y. J., & Kang, H. J. (2011). Study on variables related to adults's suicidal ideation. *Journal of Family Relations, 16*(3), 45-61.
- Koo, C. Y., Kim, J. S., & Yu, J. O. (2014). A study on factors influencing elders' suicidal ideation: Focused on comparison of gender differences. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing, 25*(1), 24-32.
- Kwak, S. J., Yi, Y. J., & Jung, H. S. (2009). The analysis on factors related to suicide ideation of middle and high school students in Korea. *Journal of Korean Society of School Health, 22*(2), 103-111.
- Lee, B. I. (2009). Gender differences in job stress and depression of service workers. *Korean Journal of Occupational Health Nursing, 18*(2), 232-241.
- Lee, M. (2011). Relationship between occupational stress and depression of construction workers. *Korean Journal of Occupational Health Nursing, 20*(3), 279-288.
- Matud, M. P. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and Individual Differences, 37*(7), 140-145.
- Neeleman, J., de Graaf, R., & Vollebergh, W. (2004). The suicide process: Prospective comparison between early and later stages. *Journal of Affective Disorders, 82*, 43-52.
- OECD. (2013). *Health at a glance 2013: OECD indicators*. OECD Publishing.
- Park, E. O., & Choi, S. J. (2013). Prevalence of suicidal ideation and related risk factor among Korean adults. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing, 22*(2), 88-96.
- Pritchard, C. (1995). *Suicide: The ultimate rejection*. Philadelphia: Open University Press.
- Ryu, H. M. (2006). *A study on the relationship between the life event stress and suicidal ideation of the married women*. Unpublished master's thesis, Sungshin Woman's University, Seoul.
- Song, I. H., & Kim, H. J. (2010). Depressive mood, suicidal ideation, and alcohol drinking behavior among married employees. *Mental Health & Social Work, 36*(1), 1-30.
- Statistics Korea. (2012). *E-National Index*. Daejeon: Author.