



재가노인 돌봄 요양보호사의 우울 및 스트레스 관련 요인

전경숙¹ · 유선주¹ · 김묘경² · 김유미³

목포대학교 간호학과¹, 서울여자간호대학교², 상지대학교 의료경영학과³

Correlates of Depressive Symptoms and Stress among Korean Women Care-workers for Older Adults Dwelling in Community

Jeon, Gyeong-Suk¹ · You, Sun-Ju¹ · Kim, Myo-Gyeong² · Kim, Yoo-Mi³

¹Department of Nursing, Mokpo National University, Mokpo

²Seoul Women's College of Nursing, Seoul

³Department of Health Policy and Management, Sangji University, Wonju, Korea

Purpose: This study identified the prevalence of depressive symptoms and explored correlates of depressive symptoms among Korean women care-workers caring older adults living in community. **Methods:** A total of 465 participants were recruited for the study. Depressive symptoms was measured by the CES-D10 and distress was assessed using a single question given 5 Likert scale. **Results:** The prevalence of depressive symptoms and distress among care-workers were 32.5% and 32.0% respectively. Work environment safety, violence exposure experience, work-family conflict, weekly care work time, and poor health status were significantly associated with depressive symptoms. Only violence exposure experience and poor health status were associated with distress. **Conclusion:** Our findings suggest more attention on mental health of care-workers and their risky work condition such as violence.

Key Words: Care-worker, Depressive symptoms, Stress, Work violence experience, Work-life balance

서론

1. 연구의 필요성

우리나라는 급속한 인구고령화와 더불어 노인인구의 돌봄 수요와 그 중요성이 더욱 커지고 있다. 이에 노인돌봄은 사회적 공동책임이라는 인식 하에 2008년 장기요양보험제도를 도입

하였으며 요양보호사를 양성하여 시설 및 재가 노인을 돌보도록 하였다. 요양보호사는 2016년 현재 약 133만명이나 이들 중 실제 활동하는 요양보호사는 31만3천명, 자격증 소지 인력의 23.5% 수준으로 약 25만 3천명이 재가 돌봄서비스 제공을 하고 있고, 시설서비스에 약 6만명이 일하고 있다(Seok, 2016).

돌봄서비스 제공자에게는 인지적 판단, 정서적 공감 및 물리적·신체적 노동이 요구된다(Kang & Kim, 2016). 즉 대상자의

주요어: 요양보호사, 스트레스, 우울, 폭력경험, 일-가정 균형

Corresponding author: You, Sun-ju

Department of Nursing, Mokpo National University, 61 dorim-ri, 1666 Yeongsan-ro, Cheonggye-myeon, Muan 58554, Korea.
Tel: +82-61-450-6290, Fax: +82-61-450-2679, E-mail: sunju@mokpo.ac.kr

- 본 연구는 보건복지부의 재원으로 한국보건산업진흥원의 보건의료기술연구개발사업 지원에 의하여 이루어진 것임(과제고유번호: HI16C1365).

- This research was supported by a grant of the Korea Health Technology R&D Project through the Korea Health Industry Development Institute(KHIDI), funded by the Ministry of Health & Welfare, Republic of Korea(grant number: HI16C1365).

Received: Jan 5, 2017 | Revised: Feb 9, 2017 | Accepted: Feb 23, 2017

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

기능과 인지능력에 따른 돌봄요구를 인식하고, 신체적·정신적 건강을 유지·증진시키기 위한 정서적·물리적 지원을 제공한다. 돌봄서비스의 특성 상 돌봄제공자는 대상자와의 대면적 대인관계에서 돌봄을 제공해야 하며 이러한 과정에서 자신의 감정을 조절하고 관리하는 등의 심리적 긴장이 요구된다(Hong, 2011; Kang & Kim, 2016; Kim & Lee, 2014). 직무로 인한 정서적·감정적 소모는 불안, 우울, 자살생각 등의 정신건강에 위협을 증가시키는 것으로 알려져 있다(Duffy, Oyebode, & Allen, 2009; Hwang, 2015; Lee & Nam, 2015; Rim & Lee, 2013). 특히 치매, 중풍 등 노인성 질환으로 독립적인 일상생활 수행이 어려운 노인을 돌보는 경우는 다른 돌봄대상자에 비해 일상의 사소한 일을 포함한 거의 모든 돌봄을 수행하므로(Chon, Park, & Moon, 2010), 과도한 신체적, 심리적, 정신적 문제를 야기할 위험이 증가된다(Duffy et al., 2009; Moon, 2010).

돌봄제공자의 사회경제적 위치는 우리사회의 돌봄 책임만 지웠을 뿐 임금수준, 근무환경, 고용안정성, 사회적 인정 등의 측면에서 제대로 대접하고 있지 못하다는 평가이다(Hwang, 2013). 재가서비스 돌봄제공자는 시설서비스와 비교하여 비정규직 고용, 낮은 임금수준 등 고용안정성 측면에서 상대적으로 더욱 심각하다(Kim & Shim, 2012; Kim et al., 2010). 일상생활을 수행하기 어려운 노인을 가정에서 직접 돌보는 재가서비스에 종사하는 요양보호사의 경우 안정된 환경이 아닌 열악한 조건에서 근무하며, 특별한 소명의식이나 가치 등의 자질이 요구되어 직무와 관련된 스트레스를 많이 받게 된다(Seo & Kim, 2012). 요양보호사 대부분은 중년 이상의 여성으로서 고강도, 고위험의 노동을 하고 있기 때문에 근골격계 질환 등이 빈번하게 발생하고(Kim et al., 2010; Lee et al., 2012), 더 나아가 성폭력과 성희롱에도 노출되어 있다(Hwang et al., 2014; Kim et al., 2010; Lee et al., 2012; Rim & Lee, 2013; Seo & Kim, 2012). 그럼에도 불구하고, 사회적으로는 요양보호사에 대해 서비스 이용자나 가족들의 비인격적 대우, 돌봄노동에 대한 저평가로 인해 자존감이 저하되거나 직무스트레스를 넘어 우울 등 정신적 문제에 노출되고 있다(Kim, Song, & Kim, 2016). 요양보호사의 정신적 건강에 대한 연구는 직무 스트레스나 직업 만족에 관한 연구가 다수이며(Kim, 2016; Kim & Shim, 2011; Lee & Hu, 2012; Seo & Kim, 2012), 이외 소진이나 정서적 탈진(Kang & Kim, 2016; Kim, 2016; Kim, Kim, & Jin, 2016; Kim et al., 2010; Lim & Kim, 2011) 등이 있다. Hwang (2015)은 간호사, 조무사, 요양보호사 등 노인요양시설 근무자들의 직무스트레스와 우울 등을 다루긴 했으나 직무스트레스만을

결과변수로 보았다. 이와 같이 재가노인을 돌보는 요양보호사를 대상으로 한 우울, 스트레스와 같은 정신건강 연구는 부족한 실정이다.

재가노인을 돌보는 요양보호사의 우울, 스트레스와 같은 정신건강에 영향을 미칠 수 있는 요인으로는 개인의 인구학적 특성과 돌봄업무 관련 특성을 들 수 있다. 인구학적 특성의 구체적 변수로는 소진이나 직무스트레스 등에 관한 선행 연구에서 연령, 결혼상태, 교육수준, 사회경제적 수준 등을 들었으며(Duffy et al., 2009; Kim & Shim, 2011; Seo & Kim, 2012), 돌봄업무 관련 특성의 구체적 변수로는 역할갈등, 보상, 근무경력, 근무시간, 급여, 작업 환경, 재교육여부, 돌봄 중 폭력 경험 등을 들고 있다(Kang & Kim, 2016; Kim & Shim, 2011; Lee et al., 2012; Lim & Lee, 2013; Seo & Kim, 2012). 노인의 신체, 심리적 특성, 노인질환 등에 대한 교육 및 노인요양을 위한 보다 전문화된 교육을 지속적으로 제공할 경우 요양보호사의 직무만족도와 돌봄업무 숙련도를 높여(Kim & Shim, 2011), 업무 재교육여부는 돌봄업무 숙련도와 관련이 있다. 업무수행과정에서 스트레스가 낮을수록 직무만족도는 높아지게 되고 이를 통해 돌봄서비스의 질도 높아질 수 있을 것이다(Kim & Lee, 2014). 이와 같은 선행연구를 바탕으로 재가노인을 돌보는 요양보호사의 우울, 스트레스 등의 정신적 건강에 대한 영향 요인을 살펴볼 필요가 있겠다.

본 연구는 재가노인을 돌보는 요양보호사의 정신건강에 영향을 미치는 요인을 다각적으로 탐색해 보고자 한다. 이를 통해 요양보호사의 정신건강을 증진하고, 궁극적으로는 돌봄서비스의 질을 담보할 수 있는 정책적·실천적 방안을 모색하는데 기초자료를 제공할 수 있을 것이다.

2. 연구목적

- 재가노인을 돌보는 요양보호사의 돌봄업무 환경과 우울, 스트레스 등의 정신건강 수준을 확인한다.
- 재가노인을 돌보는 요양보호사의 우울 및 스트레스 관련 요인을 탐색한다.

연구 방법

1. 연구설계

본 연구는 우리나라 지역사회에 거주하는 재가노인에게 서비스를 제공하는 요양보호사의 우울 및 스트레스에 관련된 요

인을 파악하는 상관관계 연구이다.

2. 연구대상

연구대상자는 지역사회 재가노인을 대상으로 가사간병방문서비스 및 노인돌봄서비스를 제공하는 사회서비스 제공기관에서 활동 중인 요양보호사이다. 표본기관은 전국에서 해당 사회서비스를 제공하는 2,040개(가사간병 492개, 노인돌봄 1,648개) 중 제주도를 제외하고, 시·도별 기관분포를 고려하여 약 5%인 100개소를 비례 추출하였으며, 이들 기관의 규모에 따라 종사하고 있는 요양보호사 수를 비례 할당하여 기관별 조사대상 돌봄제공자 수는 2~8명에 해당되었다.

요양보호사의 표본 크기는 전체의 약 4%인 500명으로 하였다. 조사 수행은 전문조사업체에 의뢰하여 실시하되 조사원의 교육은 연구진들이 수행하였다. 훈련된 조사원은 2016년 9월 20일부터 11월 20일까지 연구 참여에 동의한 대상자를 방문 면접을 실시하였다. 조사를 위한 설문지는 **대학교 연구윤리심의위원회의 승인을 얻었다(IRB No. 20160920-SB-008-01). 본 연구의 최종분석대상자는 총응답자 471명 중 단 0.6%인 남성 3명과 주요변수에 대한 무응답 사례(3명)를 제외한 465명으로 하였다.

3. 변수의 측정

1) 우울증상 및 스트레스

‘우울증상’의 측정은 지역사회 역학조사용으로 미국 정신보건연구원(National Institute of Mental Health: NIMH)이 개발한 CES-D10 (The Center for Epidemiological Studies-Depression Scale)을 사용하였다. CES-D10은 10개의 문항으로 구성된 자가보고형 우울척도로서 각 질문에 대해 ‘극히 드물다(0점)’에서 ‘대부분 그랬다(3점)’까지 4점 척도로 선택한다(Miller, Anton, & Townson, 2008). 따라서 점수는 최저 0점에서 최고 30점이며 우울 증상여부에 대한 절단점(cut-off value)은 10점 이상이다(Miller, Anton, & Townson, 2008). 본 연구에서 우울 증상의 유무는 우울 진단을 위한 절단점(10점 이상)을 적용하여 분류하였다. 개발당시 CES-D10의 내적일치도 Cronbach's α 는 .86이었으며 본 연구의 내적일치도 Cronbach's α 는 .82이었다. ‘스트레스’의 측정은 국민건강영양조사 및 지역건강조사에서 활용되며, 한 문항으로 구성된 질문 ‘평소 일상생활 중에 스트레스를 어느 정도 느끼십니까?’에 대해 ‘일주일에 1번 이상’이라고 응답한 경우를 스트레스가 있

다고 구분하였다.

2) 돌봄업무 관련 특성

돌봄업무 관련 특성에는 ‘돌봄에의 종사경력’, ‘주당 돌봄업무 시간’, ‘급여방법’, ‘안전한 작업조건’, ‘돌봄기술 숙련도’, ‘돌봄 중 폭력경험’ 및 ‘일-가정 갈등’ 여부를 포함하였다.

‘안전한 작업조건’ 여부는 최근 1년 이내에 돌봄제공자가 소속 기관으로부터 ① 돌봄업무 중 발생할 수 있는 신체적 무리 혹은 감염의 위험에 대한 교육을 제공받는지 여부, ② 정기건강검진 서비스를 받은 적이 있는지, ③ 감염위험이 있는 대상자를 돌볼 때 장갑, 마스크 등 보호구를 제공받아 착용하고 있는지, ④ 돌봄업무 시작 전 대상자의 질병상태에 대한 정보를 제공받는지 묻는 문항에 예(1), 아니오(0)의 응답이 주어졌다. 네 문항 모두에 ‘예’라고 대답한 경우를 ‘안전한 작업조건’, 하나만 안 지켜진 경우를 ‘보통’, 둘이상 안 지켜진 경우를 ‘안전하지 않은 작업조건’으로 구분하였다. ‘돌봄기술 숙련도’는 돌봄업무 관련 자신의 기술수준을 가장 잘 설명한 것을 선택하도록 하였다. 이에 대한 선택은 ‘① 나의 일을 잘하기 위해 기술과 지식교육이 더 필요하다’, ‘② 나의 일은 현재 나의 기술과 지식수준에 잘 맞다’, ‘③ 나는 현재보다 더 어려운 일도 할 수 있는 기술과 지식을 가지고 있다’가 제시되었다. ‘돌봄 중 폭력 경험’은 지난 1년간 돌봄업무 중에 ‘언어폭력(욕, 막말 등 폭언)’, ‘신체적 폭력 및 폭행’, ‘원하지 않는 성적 관심’, ‘성희롱’, ‘위협 또는 굴욕적 행동’ 각각에 대해 한 번이라도 경험한 적이 있는 경우를 표시하도록 하였다. ‘일-가정 갈등’은 일과 근무시간이 가정생활이나 사회생활하기에 적당한지를 묻는 문항에 대해 4점 척도(① 매우 적당하다~④ 전혀 적당하지 않다)의 응답선택에 대해 ‘④ 전혀 적당하지 않다’에 응답한 경우를 ‘일-가정 갈등’이 있는 것으로 분류하였다.

3) 인구·사회학적 특성 등

인구·사회학적 특성 등에는 연령, 결혼상태, 교육정도, 주관적 경제상태와 주관적 건강수준을 포함하였다.

4. 자료분석

연구대상자의 인구·사회학적 특성 및 돌봄업무 관련 특성 확인을 위해 기술적 통계분석을 실시하였으며 각 변수 특성에 따른 우울 및 스트레스의 분포 차이 검정은 χ^2 test로, 우울 및 스트레스에 관련된 요인을 탐색하기 위해서는 다중 로지스틱 회귀분석을 실시하였다. 독립변수 간 다중공선성 여부를 검정

한 결과 모든 독립변수의 VIF가 10점 이하인 것으로 확인되어 다중공선성의 우려를 배제할 수 있었다. 또한 모든 로지스틱 회귀분석 모형은 Hosmer와 Lemeshow 모형적합도 검정결과 예측값과 관찰값의 차이가 유의하지 않은 것으로 확인되었다. 본 연구의 모든 통계분석은 IBM SPSS 20.0 프로그램을 활용하였다.

연구결과

1. 요양보호사의 인구사회학적 특성 및 돌봄업무의 특성

요양보호사의 평균 연령은 56.85세이며, 대상자의 51.6%가 55~64세에 분포하였으나 65세 이상 13.3%나 되었다. 대상자의 81.1%가 배우자가 있는 기혼자이며, 61.7%가 고졸 이상이고, 초등 이하의 학력도 11.0%나 되었다. 주관적 경제수준은 대부분(75.9%)은 ‘중’이라고 응답하였으며, 20.4%는 주관적 경제수준이 ‘하’인 것으로 나타났다.

돌봄업무 특성을 살펴보면, 평균 돌봄업무 경력은 약 5년(64.46개월)이며, 3년 이상(37개월 이상)의 경력자는 68.8%에 해당하였다. 임금은 단 7.7%만이 월급형태의 급여이고, 대부분 시급을 받고 있었으며, 주당 근무시간은 ‘36시간 이상’이 32.7%였다. 지난 1년간 안전교육제공여부, 건강진단 실시 여부, 대상자에 대한 질병정보 제공여부 및 돌봄 시 감염위험관련 보호구 제공여부를 측정할 작업안전조건으로는 4가지를 모두 제공하는 기관에 근무하는 요양보호사가 53.3%뿐이었으며 이러한 안전조치가 전혀 이루어지지 않는 기관에 근무하는 대상자가 11.2%나 되었다. 요양보호사의 61.9%는 자신의 돌봄 기술과 지식이 현재하는 일에 적당하다고 응답했으나 부족하다고 응답한 경우도 26.0%나 되었다. 대상자의 22.0%는 지난 1년간 어떠한 형태의 폭력에 노출된 경험이 있는 것으로 확인되었으며 30.8%가 현재 돌봄업무가 일-가정 균형에 어려움이 있다고 호소하였으며 46.5%는 자신이 불건강한 상태라고 보고하였다(Table 1).

2. 요양보호사의 우울 및 스트레스 분포

본 연구대상자인 재가노인 요양보호사의 우울 및 스트레스 수준을 확인한 결과 32.3%가 우울 증상을, 32.0%가 스트레스를 호소하였다. 연령에 따라 스트레스 분포가 유의한 차이를 나타냈으며($p < .05$), 기혼자보다 사별 등 배우자가 없는 경우에 우울 및 스트레스 분포가 높게 나타났으나 통계적으로는 스

트레스에서만 유의하였다($p < .05$). 주관적 경제수준에 따라 우울의 분포가 유의한 차이를 나타냈는데 주관적 경제수준이 낮은 경우 중간에 해당하는 경우와 큰 차이를 보였다($p < .01$).

돌봄업무 관련 특성으로는 임금지불형태에 따라 스트레스 분포가 유의하게 차이가 있었는데 월급의 경우가 시급의 경우보다 높은 것으로 나타났다($p < .05$). 주당 일하는 시간이 16.01~36.0시간에 해당하는 경우(43.2%)가 그렇지 않은 경우(25.9~27.6%)에 비해 우울의 분포가 높았으며($p < .01$), 안전한 작업 조건에 있는 경우(28.2%)는 안전하지 않은 작업조건에 있는 경우(53.8%)에 비해 유의하게 우울분포가 낮았다($p < .01$). 폭력에의 노출 경험에 따라 우울 및 스트레스 분포가 유의하게 다른 양상을 보였는데 폭력에 두 번 이상 노출된 경우는 우울 및 스트레스 위험이 각각 55.1% 및 55.6%로 폭력노출 경험이 없는 그룹의 우울(30.2%) 및 스트레스(26.3%) 분포에 비해 현저히 높은 것으로 나타났다. 마지막으로 주관적 건강수준에 따라 우울 및 스트레스의 분포는 유의한 차이를 보였다. 즉 불건강한 경우 우울(38.9%) 및 스트레스(39.4%) 분포가 건강한 군의 우울(26.5%) 및 스트레스(25.7%) 분포보다 높았다($p < .01$) (Table 1).

3. 요양보호사의 우울 및 스트레스의 관련 요인

Table 2는 다른 요인을 모두 통제하고도 각 변수들이 독립적으로 우울 및 스트레스에 관련이 있는지를 탐색한 결과이다. 돌봄업무 관련 특성에서, 주당 16.0~36.01시간 돌봄업무에 종사하는 경우는 16시간 이하 종사자에 비해 우울 위험이 2.1배(95% CI 1.25~3.54) 높은 것으로 나타났으며, 안전한 작업조건이 아니라고 응답한 대상자는 안전한 근로조건에 있다고 응답한 그룹에 비해 우울 위험이 3.2배(95% CI 1.59~6.38)나 높았다.

한편 ‘폭력에의 노출 경험’은 우울과 스트레스에 모두 주요하게 관련이 있는 것으로 확인되었다. 즉 지난 1년간 돌봄업무를 수행하면서 언어폭력, 신체폭력 또는 성적관심과 성희롱 및 굴욕을 한 번 경험한 경우와 2번 이상 경험한 경우는 그렇지 않은 경우에 비해 스트레스 위험이 각각 2.4배(95% CI 1.32~4.38) 및 2.5배(95% CI 1.25~5.00) 높았으며 우울의 경우는 폭력에의 노출 경험이 두 번이상일 때 그렇지 않은 경우에 비해 2.3배(95% CI 1.13~4.58) 높은 것으로 나타났다. 일-가정 갈등을 경험하는 요양보호사는 그렇지 않은 그룹에 비해 우울 위험이 2.0배 높았으나 스트레스에는 관련이 없었다. 주관적 불건강은 우울과 스트레스 모두에 관련이 있었는데, 주관적 불건강을 호소하는 그룹은 그렇지 않은 그룹에 비해 우울 위험은 1.6

Table 1. Distribution of Socio-demographic Characteristics and Working Conditions, and Prevalence of Depressive Symptoms and Stress of Korean Women Care-workers for Older Adults Living in Community (N=465)

Variables	n (%) or M±SD	Depressive symptoms (%)	Stress (%)
	465 (100.0)	32.3	32.0
Age (year)	56.85±6.95		*
≤ 54	163 (35.1)	31.3	31.9
55~64	240 (51.6)	34.2	35.8
≥ 65	62 (13.3)	27.4	17.7
Marital status			*
Married	377 (81.1)	30.8	29.7
Widowed/single/others	88 (18.9)	38.6	42.0
Education			
≥ High school	287 (61.7)	30.3	35.2
Middle school	127 (27.3)	38.6	29.9
≤ Elementary school	51 (11.0)	27.5	19.6
Subjective socioeconomic status		**	
High	17 (3.7)	35.3	35.3
Middle	353 (75.9)	28.6	31.2
Low	95 (20.4)	45.3	34.7
Care work duration (month)	64.46±39.20		
≤ 12	51 (11.0)	21.6	23.5
13~36	94 (20.2)	35.1	38.3
≥ 37	320 (68.8)	33.1	31.6
Wage payment type			*
Salary base	36 (7.7)	33.3	50.0
Hour base	429 (92.3)	32.2	30.5
Working hours per week	30.88±21.82	**	
Low 33% (≤ 16 hrs)	158 (34.0)	25.9	26.6
Middle 33% (16.01~36.01 hrs)	155 (33.3)	43.2	33.5
High 33% (> 36.01 hrs)	152 (32.7)	27.6	36.2
Safety work condition		**	
Good	248 (53.3)	28.2	31.0
Fair	165 (35.5)	31.5	33.9
Poor	52 (11.2)	53.8	30.8
Self-rated care skill			*
Good	56 (12.0)	33.9	42.9
Fair	288 (61.9)	30.6	28.1
Poor	121 (26.0)	35.5	36.4
Number of violence experience		*	**
None	358 (77.0)	30.2	26.3
One	62 (13.3)	30.6	48.4
≥ Two	45 (9.7)	51.1	55.6
Work-life balance		**	
Yes	322 (69.2)	28.0	34.8
No	143 (30.8)	42.0	25.9
Self-rated health		**	**
Healthy	249 (53.5)	26.5	25.7
Unhealthy	216 (46.5)	38.9	39.4

* $p < .05$, ** $p < .01$ for difference among different levels of each variable.

Table 2. Odds ratio[†] and 95% Confidence Interval for Depressive Symptoms and Stress among Korean Women Care-workers for Older Adults Living in Community (N=465)

Variables	Depressive symptoms			Stress		
	OR	95% CI	p	OR	95% CI	p
Age (year)						
≤ 54	1			1		
55~64	1.17	0.72 -1.88	.531	1.31	0.82 -2.08	.263
≥ 65	0.90	0.41 -1.95	.783	0.46	0.20 -1.07	.072
Marital status						
Married	1			1		
Widowed/single/others	1.33	0.76 -2.33	.310	1.69	0.97 -2.93	.062
Education						
≥ High school	1			1		
Middle school	1.66	0.99 -2.79	.056	1.05	0.63 -1.76	.858
≤ Elementary school	1.13	0.52 -2.47	.760	0.67	0.29 -1.55	.347
Subjective socioeconomic status						
High	1			1		
Middle	0.55	0.18 -1.67	.295	0.96	0.32 -2.90	.941
Low	0.95	0.30 -3.07	.935	0.82	0.25 -2.69	.748
Care work duration (month)						
≤ 12	1			1		
13~36	2.20	0.91 -5.33	.080	1.93	0.82 -4.52	.131
≥ 37	1.87	0.84 -4.17	.126	1.64	0.75 -3.56	.212
Wage payment type						
Salary base	1			1		
Hour base	0.64	0.27 -1.51	.307	0.57	0.25 -1.29	.178
Working hours per week						
Low 33% (≤ 16 hrs)	1			1		
Middle 33% (16.01~36.01 hrs)	2.10	1.25 -3.54	.005	1.24	0.73 -2.11	.419
High 33% (≥ 36.01+ hrs)	1.03	0.57 -1.87	.912	1.36	0.77 -2.41	.290
Safety work condition						
Good	1			1		
Fair	1.05	0.65 -1.69	.850	1.37	0.85 -2.20	.197
Poor	3.18	1.59 -6.38	.001	1.29	0.62 -2.68	.494
Self-rated care skill						
Good	1		.724	1		.172
Fair	0.76	0.39 -1.51	.438	0.55	0.29 -1.03	.063
Poor	0.85	0.41 -1.77	.657	0.58	0.29 -1.17	.130
Number of violence experience						
None	1			1		
One	0.91	0.48 -1.74	.774	2.40	1.32 -4.38	.004
≥ Two	2.27	1.13 -4.58	.022	2.49	1.25 -5.00	.010
Work-life balance						
Yes	1			1		
No	1.98	1.22 -3.23	.006	0.62	0.37 -1.02	.061
Self-rated health						
Healthy	1			1		
Unhealthy	1.63	1.07 -2.50	.024	1.84	1.20 -2.82	.005

[†]Multiple logistic regression.

배, 스트레스 위험은 1.8배 높았다.

논 의

본 연구는 지역사회 재가노인에게 돌봄을 제공하는 요양보호사를 대상으로 이들의 우울 및 스트레스 수준을 확인하고 이와 관련된 주요 요인을 탐색하였다. 요양보호사의 32.3%가 우울을 경험하였고, 32.0%가 스트레스를 경험한 것으로 나타났다. 연구결과 우울 및 스트레스 모두에 관련된 주요 요인은 돌봄업무 중 폭력에 노출된 경험과 주관적 불건강으로 확인되었다. 이외 주당 돌봄업무시간, 안전하지 않은 작업조건 및 일-가정 갈등은 요양보호사의 우울에 관련이 있는 것으로 확인되었다.

무엇보다도 돌봄제공 시 폭력위험에 노출된 경험은 요양보호사의 우울 및 스트레스의 주요 관련 요인임이 확인되었는데, 구체적으로 1년 간 폭력위험 노출이 2회 이상으로 잦은 경우 폭력에의 노출경험이 없는 그룹에 비해 우울과 스트레스 위험 모두 약 2배임을 확인할 수 있었다. 폭력의 종류에 관계없이 하나 이상의 폭력에 노출된 경험은 우울증상 유병과 상당히 높은 연관성을 지니며(Byun, Youn, Jung-Choi, Cho, & Paek, 2009), 스트레스와 직장 폭력은 결론, 이직을 증가, 생산성 감소로 이어질 수 있다(Helge, Kate, & Cary, 2001). 또한 본 연구에서는 돌봄대상자의 23.0%가 폭력(폭언, 폭행, 성희롱)을 경험한 것으로 나타났으며 경험 횟수가 2회 이상인 경우는 9.7%였는데 이는 2013년 서울시 요양보호 실태조사 결과에서 재가 요양보호사의 10~30%가 이용자 및 보호자로부터 성희롱, 언어폭력, 신체폭력 등을 경험하는 것과 비슷한 수준이며, 시설의 폭력에의 노출 수준은 이보다 높아 50~85%에 달하는 것으로 보고된 바 있다(Shin et al., 2013). 그러나 재가의 경우 시설보다 질병 중증도가 낮아 폭력 노출 수준이 낮은 편인 반면(Hwang et al., 2014; Seo & Kim, 2012; Shin et al., 2013), 재가노인 요양보호사 등 지역사회에서 근무하는 인력들은 대상자와 혼자 있는 경우 등 환경적으로 폭력 위험에 더 노출되며, 이용자와 보호자의 부적절한 행위에 대해 느끼는 불쾌감과 위협감이 시설보다 훨씬 심할 뿐 아니라 시스템적인 안전장치 없이 요양보호사 스스로 대처해야 하는 상황에 놓이고 있다(Shin et al., 2013; Lee, Kang, Kim, & Park, 2012). 본 연구 및 기존 연구결과에서 확인되는 바와 같이 요양보호사는 대상자 또는 그가족으로부터 폭력에의 위험 노출이 높고, 폭력 노출 시 정신건강에의 위해성 크기를 고려할 때(Byun, Youn, Jung-Choi, Cho, & Paek, 2009; Shin et al., 2013; Lee, Kang, Kim, & Park, 2012), 예방

적 차원의 대인관계기술 및 의사소통 능력 등의 대처역량 강화와 상담 및 치료 등의 사후적 접근 또한 적극적으로 모색되어야 할 것이다.

‘안전하지 않은 작업환경’은 우울의 관련 요인으로 확인되었다. 신체 부하 및 감염 위험에 대한 교육, 정기건강검진 서비스 제공, 감염위험 대상자 접촉 시 보호구(장갑, 마스크 등) 지급, 및 돌봄 대상자의 질병상태 정보 제공 여부로 측정된 작업 환경에서 이들 네 가지 중 두 가지 이상을 제공하지 않는 기관 소속의 요양보호사는 이 모두가 지켜지는 기관 소속 그룹보다 무려 3.18배 우울경험이 높았다($p=.001$). 안전교육 미제공 및 안전도구 미착용 등은 근로자의 신체적 건강에 부정적 결과를 초래하나(Kim, Song, & Kim, 2016; Shin et al., 2013), 안전하지 않은 작업환경에서의 근무와 우울과 같은 정신건강과의 관련성을 확인한 연구는 아직 드물기에 본 연구결과만을 가지고 충분한 논의를 전개하기에는 한계가 있다. 그럼에도 불구하고, 기존 연구에서 근로자가 안전한 근로환경이 보장되지 않는 상황에서 자신의 건강을 걱정하거나 자신을 보호해야 한다는 긴장감에서 일을 하는 것은 직무스트레스를 일으키며(Park, Rah, & Kim, 2011), 이러한 긴장 및 근심의 지속과 축적은 결국 근로자의 우울에 일정부분 기여할 수 있음을 반영한 결과로 해석할 수 있을 것이다(Hoel, Sparks, & Cooper, 2001). 다른 한 편으로는 본 연구에서 측정된 안전한 근로환경은 단순한 안전교육 및 보호구 제공만을 의미하는 것이 아닌 기관의 요양보호사들에 대한 정서적 및 기술적 지원 환경을 내포하고 있음으로 일부 해석할 수 있을 것이다. 왜냐하면 돌봄업무를 제공하는데 있어서 감염위험 및 요양보호사의 건강상태에 대한 기본 정보를 제공하지 않는 기관에서 요양보호사들이 돌봄 특성상 경험할 수밖에 없는 정서적 소진 및 잦은 폭력위험에의 노출 등으로 인한 정신 건강문제를 잘 예방하고 관리한다고 기대할 수 없을 것이기 때문이다.

요양보호사의 주당 근로시간이 우울의 주요 요인으로 확인되었는데 특히, 주당 근로시간이 중간 33.3%에 해당하는 16~36시간 근무자의 경우 상위 33.3%인 16시간 미만 근로자에 비해 우울의 위험이 2.10배 높았다($p=0.005$). 그러나 하위 33.3%인 36시간 초과 그룹의 우울 위험은 유의한 차이가 없었다. 한편, 재가요양보호사를 대상으로 한 최근 국내 연구에서도 근무시간이 주당 15~20시간일 때 업무만족도가 가장 높았으며 직무수행을 전일제로 할 경우 신체적인 부담을 초래하므로 직무만족도가 저하됨이 발견되었다(Kim & Shim, 2011). 따라서 본 연구와 기존 연구결과에 기초할 때, 장기 근로시간은 신체적 부담 등이 기대되므로 오히려 보다 신체적 및 정서적으로 건

강한 사람이 장기근로를 선택하는 선택적 오류가 반영된 결과로 일부 해석할 수 있을 것이다. 더불어 본 연구결과는 근로시간이 길수록 직무만족도가 떨어지고 스트레스와 같은 부정적 건강결과를 낳을 것이라는 해석에 주의를 기울일 필요가 있음을 시사한다.

일과 근무시간이 가정생활이나 사회생활하기에 매우 힘들다고 응답한 일-가정 갈등 요양보호사의 비율은 30.8%였으며 이 그룹의 경우 그렇지 않다고 응답한 그룹에 비해 1.98배 우울경험이 높았다($p=.006$). 일-가정 갈등은 최근 다양한 직업군의 근로자들에서 근로자의 정신건강에 있어서 주요 영향요인임이 확인되고 있으며(Choi & Jeon, 2016; Bjorner, Albertsen, & Rugulies, 2010), 특히 여성근로자에서 더욱 두드러지는 주요 요인임을 확인할 수 있다(Choi & Lee, 2014). 이에 유럽국가를 시작으로 근로자의 일과 개인생활의 균형이 가능한 근로환경 조성에 노력을 기울이고 있으며, 우리나라의 경우 2007년 일-가정 양립지원제도를 시행하여 지속적으로 다양한 정책을 구현하고자 노력하고 있다. 하지만 대부분 정규직이면서 출산육아연령기 근로자의 일-가정 갈등 요인만을 고려한 정책으로(출산휴가제도, 배우자출산휴가제도, 육아휴직제도, 육아기 근로시간단축 등)(Ministry of Employment and Labor, 2015), 시간제 근로자가 다수인 요양보호사의 위한 일-가정 양립 지원에 대한 고민과 고려는 찾아보기 어렵다. 요양보호사는 시간제 근무라는 특성 상 노동시간의 조절 및 선택 조절이 가능하고, 이들 대부분이 출산, 육아를 벗어난 중년기 여성이 대부분이라는 점에서 일-가정 갈등에 대한 보호대상 근로자에서 배제되었을 가능성이 크다. 그럼에도 불구하고 이들의 30%가 일-가정 갈등을 호소하고 있으며 이들의 우울에 주요 요인으로 확인된 점에 앞으로 주목할 필요가 있다. 또한 요양보호사의 사회경제적 위치 측면에서 시간제이지만 생계차원에서 돌봄업무에 종사하는 경우가 대부분임을 고려할 때 일-가정 갈등 요인은 정규근로자와 다를 것으로 기대된다. 따라서 향후 이들이 경험하는 일-가정 갈등 요인이 무엇인지 좀 더 세심한 탐색 연구가 필요하다.

본 연구 대상자의 46.5%는 자신이 불건강하다고 평가하였으며 이는 우울과 관련이 있었다. 불건강한 그룹은 그렇지 않은 그룹에 비해 우울 위험은 1.63배, 스트레스 위험은 1.84배가 높았다. 만성질환 이환, 장애 등의 신체적 불건강과 의사진단 등의 객관적 건강상태를 잘 반영하는 것으로 평가받는 주관적 불건강 상태는 우울, 스트레스, 및 자살생각과 같은 정신건강의 주요 관련 요인으로 나타나고 있다(Hoel et al., 2001; Hwang, Yoo, & Kang, 2014). 특히 재가노인을 돌보는 요양보호사의

경우 돌봄의 특성 상 혼자서 도움이 필요한 고령노인의 신체적 정신적 욕구 충족을 도와야 하므로 정서적 부담이 크다(Kim & Shim, 2011; Shin et al., 2013; Seok, 2016). 따라서 이들의 주관적 건강상태 평가에는 정서적 건강상태의 반영이 더욱 클 것으로 예상된다.

본 연구는 전국의 재가노인 돌봄 요양보호사를 대표할 수 있는 자료를 생산하여 그 동안 상대적으로 연구가 드물었던 정신건강의 대표 지표인 우울과 스트레스 수준을 확인하고 이에 관련된 주요 요인을 탐색했다는 데 의의가 있다. 그럼에도 불구하고 본 연구결과를 해석함에 있어서 다음과 같은 제한점을 고려할 필요가 있다. 본 연구에서 측정된 작업환경요인은 돌봄대상자 개인의 주관적 판단에 기초하고 있기에 돌봄 제공기관의 객관적 작업환경의 반영에는 한계가 있다. 또한 본 연구 대상자는 사회서비스 전자바우처 사업을 제공하는 기관에서 일하는 요양보호사에 한정하여 노인장기요양서비스의 재가 요양보호사에게 일반화하는데 한계가 있다. 마지막으로 본 연구는 단면 연구이기에 관련 변인과 우울 및 스트레스의 인과관계를 명확히 할 수 없다. 예를 들면 주관적 건강의 영향은 반대로 우울 때문에 주관적 불건강이 초래될 수 있는 역인과성도 고려하여 해석해야 할 것이다.

결론 및 제언

본 연구는 우리나라 사회서비스 전자바우처 사업에서 활동하는 재가노인을 돌보는 요양보호사를 대상으로 이들의 작업환경과 우울 및 스트레스 수준을 확인하고 이들의 관계를 탐색하였다. 대상자의 약 32%가 우울과 스트레스를 호소하였으며 ‘돌봄업무 중 폭력에 노출된 경험’과 ‘주관적 불건강’이 정신건강(우울 및 스트레스)의 주요 관련 요인임을 확인할 수 있었다. 따라서 재가노인을 돌보는 요양보호사의 정신건강에 대한 사회적 관심이 요구되며, 이들이 폭력위험에 노출될 수 있는 가능성을 사전에 차단할 수 있는 사회적 노력과 이러한 상황에 적절히 대처할 수 있도록 요양보호사를 대상으로 한 정서역량 강화 및 지원 프로그램 개발이 요구된다.

REFERENCES

- Bjorner, J. B., Albertsen, K., & Rugulies, R. (2010). Introduction to the supplement on the Copenhagen Psychosocial Questionnaire-in honour of Tage Søndergård Kristensen. *Scandinavian Journal of Public Health*, 38(Suppl 3), 90-105.
<http://dx.doi.org/10.1177/1403494809354842>

- Byun, C. B., Youn, K. W., Jung-Choi, K. H., Cho, Y. H., & Paek, D. M. (2009). Depressive symptoms of workplace violence exposed subjects in Korea. *Korean Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 21(4), 314-323.
- Choi, E. S., & Jeon, S. S. (2016). The impacts of psychosocial work conditions on self-rated health among Korean workers. *Korean Journal of Occupational Health Nursing*, 25(4), 300-310. <https://doi.org/10.5807/kjohn.2016.25.4.300>
- Choi, E. S., & Lee, Y. S. (2014). Psychosocial work environment and self-rated health of nurses in a general hospital. *Korean Journal of Occupational Health Nursing*, 23(4), 219-226. <https://doi.org/10.5807/kjohn.2014.23.4.219>
- Chon, K. N., Park O. I., & Moon, H. (2010). The effect of care giver's knowledge and attitude toward the elderly on job stress. *The Korean Journal of Community Living Science*, 21(1), 19-32.
- Duffy, B., Oyebode, J. R., & Allen, J. (2009). Burnout among care staff for older adults with dementia: The role of reciprocity, self-efficacy and organizational factors. *Dementia*, 8(4), 515-541.
- Hoel, H., Sparks, K., & Cooper, C. (2001). The cost of violence/stress at work and the benefits of a violence and stress-free working environment, Report commissioned by the ILO Geneva, p20-21. Retrieved February 03 from <http://www.ilo.org/public/english/protection/safework/violence/costof.htm>
- Hong, S. Y. (2011). The study about the meaning of the formal elderly care labour by employee in long-term care setting. *Journal of Welfare for the Aged*, 51, 165-190.
- Hwang, B. R., Kang, J. H., Yoo, E. K., Youn, K. H., & Lee, J. Y. (2014). A survey on the client violence experiences of careworkers working at nursing homes in Busan. *Journal of Social Science*, 25(1), 187-214.
- Hwang, D. S. (2013). The characteristics of care workers and working environment. *Labor Review*, 5-17.
- Hwang, E. H. (2015). Influence of sleep quality, depression and fatigue on job stress of geriatric hospital workers. *Academia-Industrial cooperation Society*, 16(8), 5413-5421.
- Jeon, B. J., & Choi, K. W. (2016). Moderating effects of family strength on the relationship between role stress and depression of family care workers. *The Korean Journal of Stress Research*, 24(3), 210-219.
- Kang, C. H., & Kim, Y. N. (2016). A study of the relationship between emotional labor and emotional exhaustion: the moderating effect of emotional display rule and supportive organizational system. *Journal of Korean Social Welfare Administration*, 18(2), 235-266.
- Kim, J. A., & Lee, H. K. (2014). A study of the effect of job stress of care workers on the service quality. *Korea Policy Studies*, 14(4), 1-33.
- Kim, J. W., Song, E. S., & Kim, C. Y. (2016). Health risk and intervention of long-term care givers: Realist review in realist perspective. *Health and Social Welfare Review*, 36(2), 421-453.
- Kim, M. R., & Shim, J. W. (2011). The effect on job satisfaction of home health care workers' stress and care receivers' attributes. *Health and Social Welfare Review*, 31(4), 193-228.
- Kim, S. H. (2016). Development and effect of emotional competence reinforcement program for emotional care workers. *Korean Public Management Review*, 30(1), 53-83.
- Lee, E. Y., Kang, H. S., Kim, K. H., & Park, K. S. (2012). Caregivers' experience of violence and coping with it in nursing homes. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, 23(2), 134-143.
- Lee, H. K., & Nam, C. Y. (2015). The effects of job stress, depression, and psychological happiness on job satisfaction of office workers. *Journal of Korean Academy of Nursing Education*, 21(4), 490-498.
- Lee, S. Y., Lee, Y. G., Joo, Y. S., Kim, M. H., & Choi, K. S. (2012). Survey of musculo-skeletal system diseases of care workers and development of prevention manual. Seoul: Korea Occupational Safety and Health Agency.
- Lee, Y. G., & Hu, Y. R. (2012). The empirical study of job satisfaction impactor's indicators of long-term care worker for the elderly. *Korean Policy Sciences Review*, 16(3), 137-161.
- Lim, S. O., & Kim, H. H. (2011). The moderating effects of professional identity on the relationship between job stress and burnout of care workers from care facilities. *Journal of Korean Social Welfare Administration*, 13(3), 151-176.
- Ministry of Employment and Labor. (2015). *2015 The report of work-life balance survey*. Sejong: Han Hak Publishing.
- Park, Y. H., Rah, J. D., & Kim, S. H. (2011). Influences of working environmental factors of care providers on their job stress: Based on variables self-efficacy level. *Journal of Welfare for the Aged*, 52, 349-367.
- Rim, C. S., & Lee, I. S. (2013). A study on elderly residents' sexual harassments experienced by the women care workers in retirement living facilities. *Health and Social Welfare Review*, 33(1), 220-259.
- Seo, E. J., & Kim, S. Y. (2012). Workplace violence experiences among care helpers. *Korean Journal of Adult Nursing*, 24(6), 607-614
- Seo, Y. H., & Kim, K. H. (2012). The influence of organizational characteristic of domiciliary visit care center on job stress -With focus on seoul metropolitan government care worker-. *Venture Entrepreneurship Research*, 7(4), 169-178.
- Seok, J. E. (2016, December). The enforcement of publicness of social services and quality improvement of job: Focused on elderly care services, *Seoul Social Services Job Forum*, 13.
- Shin, K. H., Nam, W. G., Choi, K. S., Yoon, J. Y., Ryu, I. L., Jang, B. H., et al. (2013). *Working condition and improvement plan for care helpers in Seoul*. Seoul: The Seoul Institute, Institute of Health & Welfare Resource.