

일 지역 정보통신 직장인의 직무 스트레스 영향요인에 관한 연구

유승희¹, 최혜경^{2*}

¹전주비전대학교 간호학부 조교수, ²원광대학교 간호학과 조교수

Factors Influencing on Job Stress of Regional Information Communication Employees

Seung-Hee Yu¹, Hye-Kyung Choi^{2*}

¹Professor, Dept. of Nursing, College of Vision University

²Professor, Dept. of Nursing, College of Medicine, Wonkwang University

요 약 본 연구는 일개 지역 정보통신 직장인의 직무 스트레스, 직무만족도 및 건강행태 간의 관계를 확인하고 직무 스트레스에 영향을 주는 요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다. 연구 대상자는 J시에 소재한 K회사에 종사하는 138명 근로자이며, 자료 수집은 2017년 4월 17일부터 4월 30일까지 실시하였다. 수집된 자료 분석은 SPSS 20.0을 이용하였다. 직무 스트레스와 직무만족도는 유의미한 역 상관관계가 나타났고($r=-.69, p<.001$), 직무스트레스와 수면장애는 유의미한 상관관계가 있었지만 상관계수가 적었다($r=.23, p<.001$). 개인의 건강행태 중 흡연, 음주정도는 유의미한 상관관계를 나타내지 않았다. 직무 스트레스에 영향을 미치는 요인은 직무만족도였으며($\beta=-.69, p<.001$), 47%를 설명하는 것으로 나타났다($F=121.8, p<.001$). 따라서 본 연구결과를 토대로 정보통신 직장인의 직무 스트레스를 줄이기 위해서는 개인적 건강행태의 변화보다는 조직적 차원의 직무 만족도를 높일 수 있는 방안이 마련되어야 할 것으로 생각된다.

주제어 : 수면장애, 음주, 직무 스트레스, 직무만족도, 정보통신산업

Abstract The purpose of this study was to investigate job stress, job satisfaction and health behaviors of workers in information and communication industry. The data were collected using questionnaire from 138 workers who the information and communication industry in the J city. The analysis of the data was done through SPSS 20.0/window statistical analysis. Upon examining the correlation between Job stress and job satisfaction, the correlation was significant($r=-.69, p<.001$), job stress and sleeping showed a significant relationship although small. Smoking and drinking alcohol of health behaviors were not significant. The result of the multiple regression indicates the job satisfaction($\beta=-.69, p<.001$) predict 47%($F=121.8, p<.01$). Based on the results of this study, we propose a systematic health promotion program that can improve job satisfaction through job stress management instate of management for health habits of the workers who work in the information communication industry.

Key Words : Drinking, Information and communication industry, Job satisfaction, Job stress, Sleep disturbance.

1. 서론

1.1 연구의 필요성

정보통신 산업 종사자들은 디지털, 물리적, 생물학적

영역의 경계가 허물어지고 모든 것이 연결되는 4차 산업 혁명 시기에 다른 산업과 융합하여 새로운 시장을 도출해야 하는 등의 부담을 안고 있다[1]. 4차 산업혁명시기를 맞이하는 국내 통신시장은 현재 정체기이며[2], 4차

*Corresponding Author : Hye-Kyung Choi(hoohoomam@wku.ac.kr)

Received July 31, 2018

Accepted December 20, 2018

Revised November 30, 2018

Published December 28, 2018

산업의 핵심기술들은 통신 사업자에게 새로운 시장수요와 고부가가치를 창출할 기회인 동시에 기존의 사업모델에서 벗어나 변화를 시도해야 하는 부담이기도 하다[3]. 이러한 변화에 대처하려는 통신 분야의 경쟁과 성과 중심적 대응 방식들은 여러 가지 형태의 새로운 스트레스가 발생할 것으로 생각된다.

직무 스트레스란 업무상의 요구사항이 근로자의 능력이나 자원, 요구와 일치하지 않을 때 생기는 해로운 신체적, 정서적 반응을 말한다[4]. 직장인들의 직무 스트레스는 일반적인 스트레스와 마찬가지로 질병발생에 직접적, 간접적 영향을 주는 상황으로 추후 발생할 수 있는 많은 건강문제를 예방하기 위해서 관리할 필요가 있는 중요한 부분이다. 직무 스트레스는 직무내적 요인과 조직요인, 사회적 지원과 같은 조직외적인 요인, 개인 특성에 영향을 받으며[5], 특히 직장인이 경험하는 스트레스는 업무 능력이나 흥미가 전혀 고려되지 않거나 과도한 업무량과 업무수행에 자율성이 없을 때 더 심화된다[6].

스트레스 요인은 개인이 속한 조직에 따라서도 달라지는데 사무직은 부서갈등과 의사결정 참여에서 생산직은 상사관계와 직무불안정, 연구직은 역할과 관련된 문제에서 스트레스를 경험하며[7], 정보통신업에 근무하는 직장인들은 업무에서 발생하는 기술적인 문제로 인한 불평이나 요구사항을 접하면서 또한 업무성과에 대한 압박으로 인한 정서적 스트레스와 관련되어 정서적 고갈이 심하며 이러한 요인이 이직결정에도 많은 영향을 나타내고 있다. 직무스트레스는 직무만족과의 관계에서 심각한 부정적 영향을 미치는 것으로 알려져 있어[8] 이러한 영향은 정보통신 근무자들에게도 확인할 필요가 있다.

직장인들의 직무 스트레스는 신체적·심리적 증상들로 연결되어 나타난다. 무기력증, 소화기질환 등 신체적 증상을 경험하고 있는 직장인은 87.8%였고, 심리적 증상으로 우울증을 경험한 직장인은 74.4%[9], 우울이나 불안 등 자신의 감정이 부정적 상태인 경우는 31%였다[10]. 정신적, 신체적 질환의 촉발요인으로 작용하는 직무 스트레스는 심혈관 질환의 원인이기도 하고[11], 습관성 음주, 흡연 및 운동 등 건강행태를 부정적인 방향으로 초래함으로써 개인과 조직의 건강에 악영향을 미치게 된다[12-15]. 또한 업무능력을 저하하고 자각이나 급진적 손해 등으로 이어지는 또 다른 스트레스 원인으로 작용하고 있는 것으로[16] 직무 스트레스에 대한 피해는 분명하게 본인에게는 물론이고 조직 내·외에 영향을 미친다.

현재까지 연구결과를 살펴보면 직무스트레스가 우울증, 심혈관 질환 등 발생에 직접적 영향을 미치는 것으로 일관된 결과가 제시되지만[17,18], 건강행태에 미치는 영향은 일관되지 않았고, 영향을 주는 요인 또한 일관성이 부족한 상황이다[19-21]. 직종에 따라 스트레스의 정도, 생활습관이 다르기에 연관성이 서로 다른 결과를 보이고 있어[22] 직종에 따른 연구의 필요성을 제시하기도 하였다.

정보화 시대에 따른 급변하는 사회 변화에 과도한 업무 성과를 중용받으며 탈진상태에 이르고 있는 불안정한 정보통신 산업 업무의 특성은[23] 직무 스트레스를 증가시키고 직장인의 건강을 위협할 위험이 있으며, 현재도 다양한 요소를 통하여 위협하고 있을 것으로 생각된다. 하지만 현재까지 정보 통신 분야 조직구성원들의 직무 스트레스에 관한 연구는 미비한 실정이다. 그러므로 정보통신 직장인의 직무 스트레스의 실태조사 및 직무 스트레스의 요소인 직무 내적요인, 조직요인, 조직외적인 요인에 대한 직무만족도와 개인의 건강행태와의 연관성을 확인할 필요가 있다.

이에 본 연구는 빠르게 변화하는 4차 산업혁명의 시대에 새로운 시장 수요 및 고 부가가치를 창출해야하는데 있어 많은 적용이 필요한 정보 통신부문 직장인을 대상으로 직무 스트레스, 직무만족도 및 건강행태를 파악하고 변수들 간의 관계를 규명하며 직무 스트레스의 영향요인을 파악하고자 한다. 이러한 결과는 직장인들의 스트레스 완화를 위한 건강증진 프로그램 개발하는 데 있어 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

2. 연구방법

2.1 연구 설계

본 연구는 일개 지역의 정보통신업에 근무하는 직장인의 직무 스트레스, 직무만족도 및 건강행태의 관계를 알아보기 위한 서술적 조사 연구이다.

2.2 연구 대상 및 자료 수집 방법

본 연구의 표적 모집단은 정보통신업에 근무하는 19세 이상의 성인이며 근접모집단은 J 지역에 소재하고 K 회사에 종사하는 직장인으로 연구목적에 이해하고 연구를 수락한 근로자로 하였다. 연구대상자 수는 G*Power 프로그램을 이용하여 분석에 필요한 표본의 크기를 효과

크기 0.15, 유의수준 0.05, 검정력 98%로 산출하였다. 탈락률 20%를 고려하여 170부를 배부하여 회수하였고, 응답이 부실하거나 무응답 설문지 등 사용이 불가능한 설문지 32부를 제외한 138부를 최종 분석에 사용하였다. 본 연구자료 수집 기간을 2017년 4월 17일부터 4월 30일까지 연구보조원을 통하여 실시하였으며, 설문 작성이 끝난 후 회수용 봉투에 봉인된 상태로 회수하였으며, 연구 참여에 대한 감사의 표시로 소정의 답례품을 제공하였다.

2.3 연구 도구

2.3.1 직무 스트레스

직무 스트레스는 Chang 등[24]이 개발한 한국인 직무 스트레스 측정 도구-단축형(Korean Occupational Stress Scale Short Form : KOSS-SF)을 이용하였다. 이 도구는 직무요구, 직무자율, 직무불안정, 관계갈등, 조직체계, 보상부적절, 직장문화 총 7개의 영역 24개 항목으로 5점 Likert 척도로 구성되었다. 이중 13문항이며 역으로 환산하였으며, 총점이 높을수록 직무 스트레스가 높은 것을 의미한다. 개발 당시 Chronbach's $\alpha = .72$, 본 연구에서 Chronbach's $\alpha = .83$ 이었다.

2.3.2 직무만족도

직무만족도는 JDI(Job Descriptive Index) 척도[25]를 이용하였다. 임금, 직무, 승진, 감독, 동료에 관한 문항으로 총 16문항으로 구성되어 5점 Likert 척도로 측정되었다. 개발 당시 Chronbach's $\alpha = .61$, 본 연구에서 Chronbach's $\alpha = .87$ 이었다.

2.3.3 흡연

흡연은 니코틴 의존도(Fagerstrom Tolerance Questionnaire: FTQ)를 수정하여 현재 국내 보건소 금연 클리닉에서 일반적으로 사용되고 있는 도구로 측정하였다[26]. 총 6문항으로 구성되어 있으며 각 문항에 대해 0-1점 또는 0-3점으로 배점하며, 총점이 높을수록 니코틴 의존도가 높음을 의미한다. 도구 개발 당시 Chronbach's $\alpha = .61$ 이었으며, 본 연구에서는 Chronbach's $\alpha = .84$ 이었다.

2.3.4 음주

음주 상태는 알코올 의존 선별 검사(National Alcoholism Screening Test: NAST)로 측정하였다[27]. 이 측정 도구는 총 12문항으로 구성되었으며, '예' 1점, '아니오' 0점을

부여하여 점수가 높을수록 알코올 의존이 심한 것으로 판단한다. 본 연구에서 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .75$ 이다.

2.3.5 수면

수면장애는 Veran and Snyder-Halpern Sleep Scale(VSHSS)을 한국형 수면장애 측정 도구로 수정·보완된 도구[28]를 활용하였다. 이 도구는 수면 양상, 수면 평가, 수면결과, 수면저해의 원인 등 총 15문항 5점 Likert 척도로 구성되었다. 이 중 역 문항은 2문항으로 역으로 환산하여 분석하였으며, 모든 문항의 총 점수가 높을수록 수면 양상이 좋지 않음을 의미한다. 도구 개발 당시 Chronbach's $\alpha = .75$, 본 연구에서 Chronbach's $\alpha = .93$ 이었다.

2.4. 자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS 20.0/window 프로그램으로 분석하였다. 첫째, 대상자의 일반적 특성, 건강행태 특성은 빈도, 백분율로 분석하였다. 둘째, 직무 스트레스, 직무만족도, 건강행태 정도는 평균, 표준편차로 나타내었다. 셋째, 대상자의 일반적 특성에 따른 직무 스트레스, 직무만족도, 건강행태의 차이는 t-test, ANOVA로 분석하였다. 넷째, 직무 스트레스, 직무만족도, 건강행태의 상관관계는 pearson's correlation coefficient로 분석하였다. 다섯째 직무스트레스에 영향을 미치는 요인은 다중회귀분석을 사용하였다.

3. 연구결과

3.1 대상자의 일반적 특성

연구에 참여한 대상자는 41~50세 이상 54명(39.1%), 51세 이상 67명(48.6%), 40세 이하 17명(12.3%)이었다. 성별은 남성이 109명(79%)이며 여성이 29명(21.1%)이었다. 기혼 127명(92.1%), 미혼이 11명(8.0%)이었다.

근무 직종으로는 영업직 40명(29.0%), 사무직 28명(20.3%), 기술직 70명(50.7%)이었다. 음주를 하지 않는 경우 31명(22.5%), 음주를 하는 경우 107명(77.5%)로 나타났다. 흡연을 하는 경우 38명(27.5%), 흡연을 하지 않는 경우 100명(72.5%)로 나타났다. 현재 운동을 하고 있는 경우는 66명(47.8%), 운동을 하지 않는 경우 72명(52.2%)으로 나타났다(Table 1 참고).

Table 1. General/Health behavior characteristics (n=138)

Characteristics	Categories	n	%
Gender	Male	109	79
	Female	29	21
Age	≤40	17	12.3
	41~50	54	39.1
	51≤	67	48.6
Marriage	Married	127	92.0
	Not married	11	8.0
Education	High school	26	18.8
	College	30	21.7
	University	82	59.4
Working Department	Sales	40	29.0
	Office	28	20.3
	Technical	70	50.7
Drinking	Yes	107	77.5
	No	31	22.5
Smoking	Yes	38	27.5
	No	100	72.5

3.2 직무 스트레스, 직무만족도, 건강행태 정도

대상자의 직무 스트레스 평균점수는 56.70±6.44점, 직무만족도 평균점수는 53.31±7.40점, 니코틴의존도 평균점수는 0.92±1.67점, 알코올 의존 선별 검사 평균점수는 1.39±2.01점, 수면 장애의 평균점수는 40.04±11.92점 이었다(Table 2 참고).

Table 2. Frequency of each variable (n=138)

Variables	Range	Mean±SD
Job stress	24-100	56.70±6.44
Job satisfaction	16-80	53.31±7.40
Fagerstrom Tolerance	0-10	0.92±1.67
National Alcoholism Screening	0-12	1.39±2.01
Veran and Snyder-Halpern Sleep	15-75	40.04±11.92

3.3 직무 스트레스, 직무만족도, 건강행태의 관계

대상자의 직무 스트레스는 직무만족도($r=-.69, p<.001$)와 유의한 역 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 또한 직무만족도는 수면 양상($r=-.36, p<.05$)과 유의한 역 상관관계를 나타내었다(Table 3 참고).

Table 3. Relationship between variables (N=138)

Variables	Job stress	Job satisfaction	FT	NAS	VSH S
	r(ρ)	r(ρ)	r(ρ)	r(ρ)	r(ρ)
Job stress	1				
Job satisfaction	-.69** (.00)	1			
FTQ	.02 (.80)	-.05 (.56)	1		
NAST	.11 (.19)	-.12 (.17)	.17* (.04)	1	
VSHSS	.23* (.01)	-.36** (.00)	.18* (.04)	.12 (.17)	1

* $p<.05$, ** $p<.001$
 FTQ: Fagerstrom Tolerance
 NAST: National Alcoholism Screening
 VSHSS: Veran and Snyder-Halpern Sleep

3.4 일반적 특성에 따른 직무 스트레스, 직무만족도, 건강행태의 차이

일반적 특성에 따른 직무스트레스는 유의한 차이가 없었으며, 흡연 정도의 차이는 성별($t=6.7, p<.001$)에 따라 유의한 차이가 있었으며, 일반적 특성에 따른 수면 양상의 차이는 연령($F=5.90, p<.001$), 결혼유무($t=3.94, p<.05$)에 따라 유의한 차이가 났다(Table 4 참고).

3.5 직무 스트레스에 미치는 영향요인

대상자의 직무 스트레스에 미치는 요인을 규명하기 위해 상관성이 유의했던 직무만족도와 수면장애를 이용하여 다중회귀분석을 실시하였다. 다중공선성 확인 결과 공차한계 1.0으로 0.1보다 큰 것으로 나타났으며, 분산팽창인자는 1.0 으로 10미만으로 나타나 다중공선성 문제를 배제할 수 있었다. Durbin-Watson 통계량은 1.74로 2에 가까워 자기상관의 문제는 없는 것으로 나타났다. 다중회귀분석을 실시한 결과 직무만족도가 직무스트레스에 영향을 주는 요인으로 나타났고($\beta=-.69, p<.01$), 설명력은 47%(AdjustR²=.47)로 나타났다(Table 5 참고).

Table 5. Factors Affecting Job Stress by Multiple Regression Analysis (N=138)

Variables	B	SE	β	t	p	Tolerance	VIF
(Constant)	3.69	.12		30.36			
Job Satisfaction	-.40	.04	-.69	-11.04	.00	1.0	1.0

F=121.8, R²=.47, AdjustR²=.47, Durbin-Watson=1.74

Table 4. Differences of Job Stress, Job Satisfaction, Smoking, Drinking Alcohol, Sleeping by general characteristics of participants (N=138)

Variable	Categori	Job Stress		Job Satisfaction		FTQ		NAST		VSHSS	
		M±SD	t or F	M±SD	t or F	M±SD	t or F	M±SD	t or F	M±SD	t or F
Gender	Male	2.35±.26	-.67	3.36±.48	1.52	.29±.45	6.7**	.12±.17	1.71	2.64±.79	-.63
	Female	2.39±.32		3.21±.39		0		.07±.13		2.75±.81	
Age (years)	≤40 ^a	2.29±.25	2.04	3.26±.33	1.23	.38±.54	1.44	.12±.16	.07	3.23±.71	5.90**
	41~50 ^b	2.42±.22		3.41±.41		.23±.39		.11±.14		2.50±.90	
	51≤ ^c	2.33±(.29)		3.29±.53		.40±.05		.12±.17		2.66±.79	
Marital status	Unmarried	2.36±.31	.08	3.31±.26	.14	.46±.60	-1.32	.12±.16	-.11	3.2±.85	-2.35*
	Married	2.36±.27		3.33±.48		.21±.40		.12±.17		2.62±.78	
Education level	High school	2.32±.34	.54	3.27±.57	.44	.19±.42	.89	.17±.21	1.49	2.82±.87	1.1
	College	2.39±.29		3.31±.49		.16±.30		.11±.17		2.76±.62	
	University	2.37±.24		3.36±.42		.27±.45		.10±.15		2.59±.82	
Working Department	Sales	2.41±.27	1.35	3.30±.33	.41	.29±.52	1.37	.11±.15	.03	2.58±.85	1.81
	Office	2.38±.27		3.40±.50		.13±.26		.11±.16		2.49±.86	
	Technical	2.33±.27		3.32±.47		.23±.42		.12±.18		2.79±.73	
Drinking	Yes	2.39±.27	-1.86	3.34±.48	-.24	.27±.44	80.96*	.15±.18	-7.8 **	2.69±.83	-.50
	No	2.28±.26		3.31±.41		.10±.27		.01±.02		2.61±.65	
Smoking	Yes	2.34±.26	-.57	3.36±.46	.36	.84±.35	14.51**	.16±.17	2.02*	2.69±.90	.23
	No	2.37±.27		3.32±.47		0		.10±.16		2.66±.75	

*p<.05, ** p<.001
 FTQ: Fagerstrom Tolerance Questionnaire
 NAST: National Alcoholism Screening Test
 VSHSS: Veran and Snyder-Halpern Sleep Scale

4. 논의

본 연구는 정보통신 직장인의 직무스트레스, 직무만족도, 건강행태 정도를 확인하고 각 변수들 간의 관계를 파악하며, 직무 스트레스에 영향을 미치는 요인을 확인하고자 시도되었다.

대상자의 직무 스트레스 평균점수는 56.70점(100점 만점)으로 중간 정도 보다 높게 나타났다. 병원종사자의 직무 스트레스는 남자의 경우 50.8점, 여성의 경우 56.2점이었고[29], 비정규직 근로자(대학교, 공공기관, 대형마트, 아파트, 빌딩에서 일하는 한시적 근로자, 시간제 근로자, 용역 및 파견근로자 등)의 경우 49.92점[30], 중공업 남성 근로자의 직무 스트레스는 53.77점[18], 공무원의 스트레스는 44.2점이었다[19]. 선행연구와 본 연구결과를 비교했을 때 정보통신 직장인의 직무 스트레스는 높게 측정되었다. Kim등(2010)의 연구에 의하면 직무 스트레스는 연령에 따라 차이가 있고, 직무 스트레스를 신체적, 정신적, 사회적 스트레스로 나누었을 때 신체적 스트레스는 성별에 따라 차이가 있었다[19]. 본 연구에서 직업 특성상 남성이 109명(79%)로 편중되었고, 연령 제한을 두지 않았으므로 연구 결과에 영향을 주었을 수도 있다. Chon 등(2010)의 연구처럼 직종별로 차이가 있었으므로[21] 정

보통신 직장인의 직무 스트레스에 대한 관리가 필요함을 알 수 있었다.

직무만족도, 수면, 음주, 흡연, 운동과의 관계를 살펴본 결과 직무 스트레스와 직무만족도는 유의한 관계를 나타내었고, 직무스트레스와 수면장애에 약한 상관관계를 나타냈다. 직무 스트레스가 높을수록 직무만족도가 감소한다는 본 연구결과는 지방공무원[19] 및 보육교사[31]를 대상으로 진행된 연구결과와 일치하였고, 직무만족도에 유의한 영향을 미치는 변수가 직무스트레스를 확인했던 선행연구 결과와도 일치하였다[32]. 또한 수면의 질이 직무스트레스와 양적 상관관계를 보인 결과와 일치하였다[33,34]. 병원에서 근무하는 남성의 경우 직무요구도가 높거나 조직불평등, 직업동료와의 불편감이 있는 경우 불충분한 수면이 높은 결과와는 상이하였다[29]. 스트레스를 많이 인지하는 경우 불충분한 수면이 더 많고, 수면의 질에 영향을 주어 불안감이 동반되며, 스트레스 정도가 높을수록 수면을 방해도가 높다고 하였다[29,35,36]. 이는 본 연구에서 사용한 도구의 경우 수면 양상, 수면평가, 수면결과, 수면저해의 원인 등 다양하게 물어보는 형태의 수면장애를 측정하는 도구를 사용하였다. 기존의 연구에서 사용된 도구의 문항 유형에 따른 영향도 있었을 것으로 사료된다. 스트레스가 높은 경우 다른 정신사회적 문

제를 유발하기 때문에 직무스트레스로 인한 영향을 평가할 때 본인 스스로가 느끼는 수면의 질에 대한 간단한 문항으로 평가하는 것도 필요할 것으로 생각된다.

직무 스트레스와 음주, 흡연과는 유의한 관계를 나타내지 못하였다. 직무스트레스가 음주량과 흡연량에 영향을 주며[30,37], 대학생을 대상으로 실시한 연구 중 음주와 스트레스가 상관관계가 있다는 연구결과[36]와 상이하였지만, 직무스트레스와 흡연, 문제음주와 연관성이 없었던 결과와 일치하였다[29]. Kim 등(2016)은 연구대상자가 흡연율과 문제음주율이 현저히 낮은 병원근무자이기 때문에 직무스트레스와 연관되지 않았다고 하였지만[29], 본 연구 대상자의 경우는 흡연, 음주에 대해 편중되는 양상을 보이지는 않았다. 연구결과와 불일치는 연구대상자의 직종과 직무형태의 다양성으로 결과에서 차이를 보였을 것으로 생각된다. Kim 등(2016)의 연구에서 직무 스트레스로 인해 알콜 의존도의 차이보다는 음주량의 차이를 보였던 것으로 보아[29] 추후 음주 형태에 대한 분석이 추가적으로 조사되어 음주형태와 직무 스트레스의 관계를 세부적으로 살펴보면 좋을 것으로 생각된다.

이러한 직무 스트레스는 업무 능력을 저하하며 효율적인 업무성과를 기대할 수 없을 것이다. 정보통신 직장인의 스트레스 정도는 다른 직종에 따라 높게 나타났으며, 직무 스트레스에 영향을 주는 요인은 개인적 건강행태 부분이기 보다는 직무만족도에 따라 직무 스트레스가 차이가 있었다. 정보통신 직장인의 이러한 문제의 개선을 위해 직장인들의 직무 스트레스에 대한 적절한 관리 방안은 불가피하게 필요한 상황이며, 개인적인 건강행태를 관리하는 접근보다는 조직 안에서의 직무만족도를 증대시킬 수 있는 조직차원의 프로그램이 제공되어야 할 것으로 사료된다. 조직차원의 직무스트레스 관리 프로그램은 직무 스트레스의 악영향에 대한 이해는 물론이며, 직무 만족도를 향상시킬 수 있는 소통의 시간이 필요할 것으로 생각된다. 직무 스트레스에 건강하게 대처하는 방법에 대해 조직차원에서 다양한 기회들을 제공할 필요가 있다.

앞서 살펴본 것과 같이 현대사회에서는 우리 모두가 직무 스트레스와 항상 함께한다는 것이며 그 누구도 직무 스트레스를 피해갈 수는 없다. 따라서 직무 스트레스 예방 관리에 대해 개인적 차원의 문제에서 조직적 차원의 문제로 폭넓게 전환해야 할 필요성이 있다. 즉 직장인들의 직무 스트레스를 줄이기 위해서는 직무만족도를 증

가시키고 직무 스트레스가 적절히 관리 될 방안이 요구된다는 것이다. 직장인의 직무 스트레스 감소와 직무만족도의 증가는 개인의 성과뿐만 아니라 조직의 성과도 향상될 것으로 기대된다.

본 연구의 제한점으로는 일개 지역에 근무하는 정보통신 종사자들을 대상으로 하여 모든 정보통신 분야 직종의 대상자에게 일반화하기에는 제한점이 있다. 또한 일정 기간의 직무 스트레스에 대한 변화나 직장인의 건강행태에 다양한 방안을 평가하지 못하고 일회적인 조사만을 하여 직무 스트레스 요인이 건강행태에 미치는 영향을 분석하는 데 한계가 있었다. 자료로 사용한 정보통신에 종사하는 직장인의 직종분류는 담당하고 있는 업무 성격으로만 분류하여 실제 중복업무에 대한 조사를 하지 못하였다. 향후에는 전국적 단위의 조사를 실시하여 일반화할 필요성이 있다.

5. 결론

본 연구는 일개 지역 정보통신업에 종사하는 직장인의 직무 스트레스, 직무만족도 및 건강행태를 파악하고 관계를 규명하며 직무스트레스의 영향요인을 알아보고자 시행되었다. 직무스트레스와 직무만족도는 통계적으로 의미 있는 연관성을 나타내었다. 본 연구결과를 바탕으로 정보통신업에 종사하는 종사자들의 직무 스트레스를 관리할 수 있는 건강증진 프로그램의 개발에 본 연구가 기초자료로 활용 될 수 있으리라 기대하며, 직무스트레스 예방관리에 개인적 차원의 문제가 아닌 조직적 차원의 문제로 접근하기를 제안한다.

REFERENCES

- [1] K. Schwab. (2016). *The Fourth Industrial Revolution*. Seoul : Song, K. J.
- [2] J. E. Park, H. S. Kwon & S. C. Kim. (2017). Telco Strategies for the Fourth Industrial Revolution - A Scenario-based Approach. *Journal of Broadcasting and Telecommunications Research*, 97, 37-59. <http://www.dbpia.co.kr/Article/NODE07091276>
- [3] J. E. Lee & H. J. Lim. (2018). The effect of job stress of system maintenance staff on emotion exhaustion: Focusing on the moderating effect of professional

- identity. *Journal of Digital Convergence*, 16(7), 97-105.
DOI : <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2018.16.7.097>
- [4] R. S. Schuler. (1980). Definition & Conceptualization of stress in organizations. *Organizational Behavior & Human Performance*, 187.
- [5] T. M. Matteson & M. J. Ivancevich. (1987). *Controlling work stress effective human resource and management strategies*. New York: Jossey Bass Business and Management Series.
- [6] J. E. Ye, H. Jin, E. J. Seo, M. J. Kim & J. S. Ryoo. (2013). A Study on Happiness of Workers. *SERI Report*, 1-89.
<http://www.newswire.co.kr/newsRead.php?no=493178>
- [7] J. K. Tak. (2002). Comparisons of job stressors and job stress among the white collar workers, the blue collar workers, and the professional research workers. *The Korean Journal of Health Psychology*, 7(1), 125-141.
- [8] D. Y. Jeong, M. J. Noh & H. G. Jang. (2014). The Relationship among Emotional Exhaustion, Job Satisfaction, and Turnover Intention of Employees in IT departments: The Role of Organizational Justice and Social Support. *Korean management review*, 43(1), 145-167.
- [9] D. J. Yeo et al. (2015). Emotional Labor and Job Stress Related to Work in Hospital Employees. *The Korean Journal of Stress Research*, 23(4), 197-204.
DOI : <http://dx.doi.org/10.17547/kjsr2015.23.4.197>
- [10] B. S. Cho & J. K. Jeon. (2012.). The workers themselves the psychological health. *LGERI Report*, 1186, 17-34.
- [11] M. Kivimaki & I. Kawachi. (2015). Work Stress as a Risk Factor for Cardiovascular Disease. *Cardiology Reports*, 17(9), 74.
DOI : <https://doi.org/110.1007/s11886-015-0630-8>
- [12] J. J. Cho. (2013). Job stress and Cardiovascular Disease. *Journal of the Korean Medical Association*, 56(6), 462-470.
- [13] Y. J. Kim, J. H. Kim & G. S. Shim. (2017). The Relationship among Job stress, Emotional labor, Resilience and Mental Health in Fire fighters. *Journal of the Korea Convergence Society*, 8(12), 379-389.
DOI : <https://doi.org/10.15207/JKCS.2017.8.12.379>
- [14] E. K. Lee & J. H. Park. (2016). Converged Study of Influencing Factors on Occupational Stress in Workers. *Journal of the Korea Convergence Society*, 7(3), 15-24.
DOI : <https://doi.org/10.15207/JKCS.2016.7.3.015>
- [15] S. Braun & R. B. Hollander. (1988). Work and depression among women in federal Republic of Germany. *Women & Health*, 14(2), 3-26.
- [16] K. H. Cho, D. B. Lee & Y. C. Cho. (2007). Psycho social Distress and its Related Factors among Clerical Public Officers. *Korean Journal of occupational and Environmental Medicine*, 19(1), 26-37.
- [17] H. Annika & T. P. G. Theotell. (1988). Work Conditions and Urinary Excretion of catecholamines—a Study of Prison Staff in Sweden. *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, 14(4), 257-264.
- [18] E. J. Kim. (2015). Occupational Stress, Depression, Drinking of Heavy Industrial Male Workers. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 16(7), 4758-4767.
DOI : <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.7.4758>
- [19] E. J. Kim & J. Y. Lim. (2010). A Correlational Study of Job Stress, Drinking and Smoking of Local Government Staffs. *Journal of East-West Nursing Research*, 16(1), 61-69.
- [20] S. D. Nam. (2007). A study of Job stress, Health Perception and Health Promoting Life Style among the Community Health Nurses. *Korean Journal of occupational Health Nursing*, 16(1), 89-97.
- [21] S. H. Chon, J. Y. Kim, J. J. Cho & J. K. Ryoo. (2010). Job Characteristics and Occupational Stress on Health Behavior in Korean Workers. *Korean Journal of Family Medicine*, 31(6), 444-452.
- [22] S. H. Yoon, J. L. Bae, S. W. Lee, K. A. Ahn & S. E. Kim. (2006). The Effects of Job Stress on Depression, Drinking and Smoking among Korean Men. *Health and Social Science*, 19, 31-50.
- [23] J. Y. Cho & I. B. Oho. (2011). A Study on factors affecting job burnout of IT human resources. *Korean Public Personnel Administration Review*, 10(2), 175-200.
- [24] S. J. Chang et al. (2005). Developing an occupational stress scale for Korean employees. *Annals of Occupational and Environmental Medicine*, 297-317.
- [25] W. H. Kim, S. G. Nam & J. C. Lee. (2007). *Industrial and Organizational Psychology*. Hakjisa. 512p.
- [26] T. F. Heatheron, L. T. Kozlowski, R. C. Frecker & K. O. Fagerström. (1991). The Fagerström Test for Nicotine Dependence: a revision of the Fagerström Tolerance Questionnaire. *British Journal of Addiction*, 86, 1119-1127.
- [27] K. B. Kim, K. S. Hahn, J. K. Lee, M. K. Rhee, Y. K. Kim & C. K. Kim. (1991). The Preliminary Study of the Korean Alcoholism Screening Test (III)-Alcoholism Screening Test of Seoul National Mental Hospital (I) : NAST (I). *Journal of Korean neuropsychiatric Association*, 30(3), 569-581.

[28] J. J. Oh, M. S. Song & S. M. Kim. (1998). Development and Validation of Korean Sleep Scale A. *Journal of Korean academy of nursing*, 28(3), 563-572.

[29] D. J. Kim et al. (2016). The Association between Occupational Stress and Health Behaviors in a Hospital Employee. *The Korean Society of Stress Medicine*, 24(2), 95-102.
DOI : <http://dx.doi.org/10.17547/kjsr.2016.24.2.95>

[30] S. K. Park & C. K. Lee. (2014). An Empirical Study on the Relationship Between Non-regular Worker's Job stress, Problem Drinking, and Mental Health. *Crisis and Emergency Management*, 10(12), 57-76.

[31] H. Y. Min & M. J. Yoon. (2011). According to the Age a Study Job Stress and Job Satisfaction for Child care Teachers. *Journal of Future Early Childhood Education*, 18(3), 147-168.

[32] S. H. Yoon. (2016). *The Impact of Local Public Officials' Occupational Stress on Occupational Satisfaction*. Doctoral dissertation. Dague Hanny University, Dague.

[33] H. S. Kim & E. H. Park. (2017). Factors Affecting on Sleep Quality among Middle-aged Male Workers. *Journal of Digital Convergence*, 15(12), 615-623.
DOI : <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2017.15.12.615>

[34] S. Y. Lim & H. J. Lee. (2017). Influence of the Quality of Sleep on Stress and Job Satisfaction in Emergency Medical Workers. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 18(9), 322-333.
DOI : <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.9.322>

[35] I. S. Han. (2002). A Comparison of Job Satisfaction Between Employees of Local Government and Local Public Enterprises. *Korean society and administration*, 12(4), 27-41.

[36] J. W. Moon. (2014). The Effect of University Students' Drinking on Interpersonal Relation, Stress, and Depression. *Korean Public Health Research*, 40(1), 65-79.

[37] K. H. Lee et al. (2015). Anxiety symptoms and occupational stress among young Korean female manufacturing workers. *Ann Occupational Environmental Med*, 27(24).
DOI : <http://dx.doi.org/10.1186/s40557-015-0075-y>

유 승 희(Yu, Seung Hee)

[정회원]



- 2013년 2월 : 전북대학교 일반대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2018년 2월 : 전북대학교 일반대학원 간호학과(간호학박사)
- 2018년 3월 ~ 현재 : 전주비전대학교 간호학부 조교수

- 관심분야 : 성인간호, 약물이행, 비판적사고, 기본간호
- E-Mail : shyu@jvision.ac.kr

최 혜 경(Choi, Hye Kyung)

[정회원]



- 2007년 2월 : 전북대학교 일반대학원 간호학과 (간호학석사)
- 2018년 2월 : 전북대학교 일반대학원 간호학과(간호학박사)
- 2018년 3월 ~ 현재 : 원광대학교 간호학과 조교수

- 관심분야 : 여성건강, 아동간호, 간호학 일반
- E-Mail : hoooomam@wku.ac.kr