

## 보육교사의 직무스트레스와 행복감 간의 관계에 대한 유머감각의 중재효과\* \*\*

The Moderating Effect of Childcare Teachers' Sense of Humor  
in the Relation Between Their Job Stress and Happiness

이유신<sup>1</sup> 권연희<sup>2</sup>

Yu Shin Lee<sup>1</sup> Yeon Hee Kwon<sup>2</sup>

### ABSTRACT

**Objective:** The purpose of the present study was to examine the moderating role of childcare teachers' sense of humor in the relationship between their job stress and happiness

**Methods:** Participants were 294 childcare teachers working at 83 childcare centers located in Busan and Gyeongnam. Teachers completed a rating scale in order to examine their demographic variables, job stress, sense of humor, and happiness. The collected data were analyzed using product-moment correlation and hierarchical multiple regression.

**Results:** Childcare teachers' job stress was negatively correlated with their happiness. And childcare teachers' sense of humor had a positive relationship with their happiness. Hierarchical regression analysis indicated that the interaction of childcare teachers' job stress and sense of humor predicted their happiness. Childcare teachers' job stress was significantly associated with their happiness among those who demonstrated the lowest level of sense of humor. Childcare teachers' job stress had no relationship with their happiness, especially for those with the highest level of sense of humor

**Conclusion/Implications:** We suggested that having a sense of humor might be valuable for childcare teachers in order to buffer the link between their job stress and happiness.

**key words** childcare teacher, job stress, happiness, sense of humor

\* 본 논문은 2018년 한국보육지원학회 춘계학술대회 포스터 발표한 논문을 수정·보완한 것임.

\*\* 본 연구는 2018년도 부경대학교 석사학위논문의 일부를 수정·보완한 것임.

#### <sup>1</sup> 제1저자

부경대학교 어린이집 교사

#### <sup>2</sup> 교신저자

부경대학교 유아교육과 교수

(e-mail : yeonheekwon@pknu.ac.kr)

## I. 서론

인간이 행복을 느끼는 것은 개인의 건강한 삶, 만족스러운 삶을 위해 중요하다. 이에 행복감은 개인적 가치의 측면을 넘어 사회적·시대적 가치의 측면으로 확대되어 이루어지고 있고 개인의 삶에 대한 만족 뿐 아니라 개인이 속한 가정과 사회의 유지와 발전을 위한 필수조건으로 여겨진

다(황해익, 탁정화, 홍성희, 2013). Seligman(2009)에 따르면 행복한 사람이 효능감, 자부심, 자아 존중감이 높고 신체적으로 건강하고 스트레스에도 강하여, 사회적 관계에 적극적인 자세로 임하며 풍부한 사회적 자원을 지닌다.

개인이 느끼는 행복 정도가 자아에 대한 심리적, 신체적 건강 및 삶의 방식에 영향을 미친다는 선행연구들을 고려할 때, 보육교사의 행복 역시 이들의 개인적 삶이나 교사로서의 삶에 중요한 영향을 나타낼 것이다. 보육교사직이 전문직 종사자인 동시에 고객 지향적 서비스를 제공한다는 측면에서 감정노동직으로 볼 수 있다(김영은, 2012)는 관점에서 볼 때, 보육교사는 다양한 직무를 수행하면서 발생하는 감정노동으로 인하여 행복감이 낮아질 수 있다. 질 높은 보육을 위해서는 무엇보다 교사의 행복이 중요하므로(Noddings, 2008), 보육교사의 행복감을 증진하는 것은 보육의 질을 향상시키기 위한 기본 요건 중 하나가 될 것이다. 이는 유아가 양질의 보육을 경험하고 행복할 수 있도록 하기 위해서 유아를 보육하는 교사가 행복해야 함을 시사한다.

보육교사의 행복감과 관련된 선행연구를 살펴보면, 보육교사의 행복감이 높으면 교사-유아 간의 긍정적인 정서 표현으로 상호작용을 높일 수 있고(곽희경, 2011; 김시연, 2014), 행복한 교사가 역할 수행과 직무만족도가 높고, 스트레스에 강하며 이직의도가 낮아진다고 하였다(김미진, 2015; 이경애, 2010). 따라서 보육교사의 행복감 수준이 어떠하며, 어떤 요인에 영향을 받는지에 대한 연구가 필요하다. 보육교사의 행복감이 미치는 긍정적인 영향에도 불구하고 보육교사는 보육환경의 여러 가지 맥락에서 발생하는 어려움이 이들의 행복감을 방해할 것으로 예상되는데, Day(2004, 2007)는 유아교사에게 주어지는 역할 부담과 요구가 많고, 동료 및 부모와의 관계, 수업 준비, 잡무 등의 어려운 상황 속에서 교직 초기에 가졌던 열정을 상실하게 된다고 하였다(이승은, 서현, 2012 재인용). 이정화(2007)는 보육교사가 상급 연령 학교의 교사보다 업무부담이 과중하고 근무여건이 열악하며, 어린 연령의 영유아를 상대하는 어려움으로 더 많은 스트레스를 지닌다고 하였다. 긴 시간 다양한 유형의 업무 수행으로 인한 어려움이 많은 보육현장에서 교사의 행복감은 자신의 행복과 더불어 보육의 질을 높이고, 영유아의 건강한 발달에 의미있는 영향을 나타내므로 이들의 행복감에 관련되는 선행요인을 살펴볼 필요가 있다.

보육교사의 행복감에 영향을 미치는 요인 중 이들이 직무를 수행하면서 느끼는 직무스트레스는 이들의 행복감에 부정적 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다. 보육교사의 직무스트레스는 이들의 행복감과 부정적 관련성을 보이고 있는데(신현정, 박진성, 2010; 정민정, 김유진, 2009), 직무에서 경험하는 스트레스는 교사의 심리적인 적응이나 직무수행에 부적 영향을 나타낸다(Smith & Bourke, 1992; 신혜영, 2004 재인용). 교사의 직무스트레스가 높을수록 행복감은 낮아지고, 직무스트레스가 낮을수록 행복감은 높아지는 것으로 나타났다(이선경, 이민희, 김경의, 2014; 조성연, 2004). 교사의 직무스트레스가 높아지면 그와 더불어 교육의 질도 낮아지게 되므로, 교사의 직무스트레스는 교사 개인과 소속된 기관뿐만 아니라 우리나라 미래의 주역인 영·유아를 교육하는 일에 지장을 주어 결국 큰 손실을 초래한다(조성연, 2004). 종합해 볼 때 보육교사의 직무스트레스는 행복감에 부정적인 영향을 미치고, 직무 스트레스가 높을수록 보육교사의 심리적, 신체적 건강 뿐 아니라 보육의 질을 낮추게 되어, 교사-유아 간 상호작용에도 부정적인 영향을 미치게 된다. 이처럼 직무스트레스는 보육교사의 행복감에 부정적인 영향을 나타내므로, 보

육교사의 행복감을 증진시키기 위해서는 이들의 직무스트레스를 완화시킬 수 있는 요인에 대한 이해가 필요할 것이다.

한편, 보육교사의 행복감에 긍정적 영향을 미치는 요인 중에서 최근 주목받는 것으로 유머감각을 들 수 있다. 유머는 어떤 말이나 행동이 우스운 것으로 지각되어 상대방으로부터 기쁨과 웃음을 유발하는 모든 것을 지칭하는 용어로 의사소통의 한 형태이다(Martin, 2001). 즉 유머는 인간만이 가지고 있는 특성으로 매우 중요한 인지적·정의적 영역을 차지하고 있다(Berlyne, 1972; 김미라, 2009 재인용). 유머감각은 유머에 대한 개인의 능력으로 유머의 정의 속에 유머감각이 내포되어 있으며, 유머와 유머감각이 혼용되어 사용되기도 하는데, Lefcourt와 Martin(1986)은 유머를 감지하고 즐기며 창조하는 능력은 ‘유머감각’이라는 표현과 가깝다고 정의하였다. Franzini(2003)는 유머감각을 스스로 즐거워하고 타인을 즐겁게 하는 개인의 능력으로 정의하였으며(이순하, 2011 재인용), Mindess(1971)는 유머감각이 인간의 가장 가치 있는 기능 중의 하나라고 하면서 어떤 일의 즐거운 면을 보는 능력으로 정의하였다(권영이, 2013 재인용). 이재선(2005)은 유머감각은 미소, 익살, 웃음, 즐거움 등을 가져오고 유머를 감지하고 만들어 내는 능력, 어떤 일의 즐거운 면을 보려는 능력, 스스로 즐거워할 뿐 아니라 남을 즐겁게 하는 능력이라고 하였다.

유머감각은 자신의 인생을 즐겁고, 유쾌하게 만들 뿐 아니라 주변 사람들을 즐겁게 만드는 친화적인 인간관계를 촉진하는 사회적 강점이라고 하였다(권석만, 2011). 유머감각이 높을수록 생활만족도가 높게 나타나며(이재선, 이선우, 2009), 긍정 유머를 많이 사용할수록 심리적 안녕감이 높게 나타났다(민현기, 2009). 황해익 등(2013)은 보육교사의 순응적 유머가 높을수록 긍정성과 행복감이 높다고 하였다. 즉, 유머감각은 보육교사의 행복감을 올려주고 삶을 즐겁게 하는 작용을 하였다. 보육교사의 유머감각은 자신들의 삶에서 행복감을 증진시킬 뿐 아니라 스트레스를 감소시킨다고 할 수 있는데 Martin과 Lefcourt(1983)는 유머감각이 스트레스 완충효과가 있다는 실제적 연구 결과를 제시하였다. 유머감각이 스트레스 대처방식에 긍정적인 영향을 미치며 완화하는 것으로 나타났다(권영이, 2013; 김주희, 2017; 황해익, 강현미, 탁정화, 2014; Altanchimeg, 2016). 이와 같이 유머감각은 개인의 행복감에 영향을 미칠 뿐 아니라 이들의 직무스트레스와도 관련된다고 할 수 있다. 보육교사의 유머감각이 직무스트레스와 행복감에 미치는 상호 관련성을 고려해 볼 때, 보육교사의 유머감각은 이들의 행복감에 관련될 뿐 아니라 동시에 직무스트레스와 상호작용을 하여 보육교사가 지각하는 행복감에 영향을 나타내어, 유머감각 수준에 따라 직무스트레스가 이들의 행복감에 미치는 영향이 다소 달라질 수 있음을 예상해 보게 한다. 하지만 아직까지 보육교사의 직무스트레스, 유머감각, 행복감의 상호관련성을 고려하여, 직무스트레스가 행복감에 미치는 과정에서 유머감각이 어떠한 역할을 하는지에 대해 구체적으로 살펴본 연구는 부족하다.

보육교사의 행복감에 대한 집중적인 조명은 최근에 와서야 이루어진 것이기 때문에 타학문에 비해 그 역사가 짧고 연구량이 부족하다(김혜리, 2014)고 할 수 있다. 유머감각이 이들의 행복감과 직무스트레스에 대하여 가지는 상호관련성을 고려할 때 직무스트레스가 보육교사의 행복감에 미치는 영향에 대해 유머감각의 중재 효과를 예상해 볼 수 있음에도 불구하고 이에 대한 실증적 연구는 부족하였다. 따라서 본 연구는 보육교사의 행복감과 관련하여 이들의 직무스트레

스, 유머감각 간의 관계에 대해 살펴보고, 직무스트레스가 보육교사의 행복감에 미치는 영향이 이들의 유머감각의 수준에 따라서 달라지는지 알아보고자 한다. 이를 통해 보육교사의 행복감을 증진시키기 위한 지원 방안의 하나로 보육교사가 유머감각 능력을 개발하고 활용할 수 있는 다양한 방안의 중요성에 대한 기초자료를 제공하고자 한다. 이상의 연구목적과 필요성에 따라 선정된 연구문제는 다음과 같다.

**연구문제1.** 보육교사의 직무스트레스, 유머감각 및 행복감 간의 관계는 어떠한가?

**연구문제2.** 보육교사의 직무스트레스가 행복감에 미치는 영향을 유머감각이 중재하는가?

## II. 연구 방법

### 1. 연구 대상

본 연구는 보육교사의 행복감에 대해 연구하기 위해서 임의 선정된 부산, 경남지역에 위치한 83곳의 어린이집에서 근무하는 보육교사 중 연구 참여에 동의한 294명을 대상으로 하였다. 연구 대상의 일반적인 특징은 표 1과 같다.

표 1. 연구 대상자의 일반적 특성 (N = 294)

구분	항목	빈도 (명)	백분율 (%)	구분	항목	빈도 (명)	백분율 (%)
연령	29세이하	69	23.5	학력	보육교사 교육원	43	14.6
	30세~39세이하	90	30.6		전문대학 졸업	147	50.0
	40세~49세이하	114	38.8		4년제 대학졸업	81	27.6
	50세이상	21	7.1		대학원 재학이상	23	7.8
성	여성	291	99.0	결혼	미혼	105	35.7
	남성	3	1.0		여부	기혼	185
					기타	4	1.4
현	1년 미만	80	27.2	총	1년 미만	17	5.8
기관	1~3년 미만	107	36.4	경력	1~3년 미만	49	16.7
근무	3~5년 미만	46	15.6		3~5년 미만	67	22.8
경력	5~10년 미만	48	16.3		5~10년 미만	90	30.6
	10년 이상	13	4.4	10년 이상	71	24.1	
현	국공립 어린이집	64	21.8	급여	159만원이하	56	19.7
근무	직장 어린이집	3	1.0		160~170만원이하	47	16.5
기관	민간 어린이집	140	47.6		171~180만원이하	46	16.2
유형	가정 어린이집	29	9.9		181~190만원이하	29	10.2
	법인 어린이집	38	12.9		191~200만원이하	47	16.5
	법인 외 어린이집	7	2.4		201만원이상	59	20.8
	기타	13	4.4				

표 1. 계속

(N = 294)

구분	항목	빈도 (명)	백분율 (%)	구분	항목	빈도 (명)	백분율 (%)
일일	8시간이하	87	29.6	평일	없음	95	32.3
근무 시간	8시간초과~9시간이하	123	41.8	여가	1시간미만	85	28.9
	9시간초과~10시간이하	68	23.1	시간	1시간~2시간미만	84	28.6
	10시간초과	16	5.4		2시간~3시간미만	22	7.5
					3시간이상	8	2.7

연구대상의 연령별 분포는 40~49세 교사(38.8%)가 가장 높게 나타났으며, 결혼여부는 미혼 교사(35.7%), 기혼 교사(62.9%)로 기혼 교사의 비율이 훨씬 높게 나타났다. 최종학력의 경우에는 2,3년제 대학을 졸업한 보육교사(50%)로 가장 높았으며, 4년제 대학을 졸업한 보육교사(27.6%)로 나타났다. 교사의 현 기관 근무 경력의 경우에는 1~3년 미만(36.4%), 1년 미만(27.2%) 순으로 나타났으며, 총 교육경력에 대해서는 5~10년 미만(30.6%)이 가장 높았으며, 다음으로 10년 이상(24.1%), 3~5년 미만(22.8%) 순으로 나타났다. 교사가 근무하는 기관유형의 경우에는 민간어린이집(47.6%)의 근무가 가장 높게 나타났으며, 국공립어린이집(21.8%)이 그 뒤를 이었다. 보육교사의 급여는 210만원 이상(20.8%), 159만원 이하(19.7%)등으로 비슷한 분포를 보였다. 일 근무시간은 8시간 초과~9시간 이하(41.8%)가 가장 높게 나타났으며, 8시간 이하(29.6%), 9시간~10시간 이하(23.1%) 순으로 나타났다. 마지막으로 여가시간의 경우에는 평일 여가시간이 없다는 경우가(32.3%)로 나타났으며, 1시간 미만(28.9%)으로 나타났다.

## 2. 연구도구

### 1) 행복감

보육교사의 행복감을 측정하기 위해 본 연구에서는 Hills와 Argyle(2002)가 제작한 옥스퍼드 행복질문지(The Oxford Happiness Questionnaire: OHQ)를 강우정(2015)이 수정·보완한 질문지를 사용하였다. 총 20문항으로 전혀 그렇지 않다(1점)~매우 그렇다(6점)의 6점 척도로 채점하고 점수가 높을수록 교사의 행복감이 높다는 것을 의미한다. 강우정(2015) 연구에서 척도의 내적 합치도에 의한 신뢰도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .96이었으며, 본 연구에서는 .95이었다.

### 2) 직무스트레스

보육교사의 직무스트레스는 Clark(1980)의 Teacher Occupational Stress Factor Questionnaire (TOSFQ)와 D'Arienzo(1981)의 Modified Teacher Occupational Stress Factor Questionnaire(MTOSFQ)를 조규영(2012)이 수정한 직무스트레스 척도를 사용하였다. 총 26문항으로 전혀 그렇지 않다(1점)~매우 그렇다(5점)의 5점 척도로 점수가 높을수록 보육교사의 직무스트레스가 높은 것을 의미한다. 보육교사의 직무스트레스를 학부모 관계, 동료관계, 보육업무, 출퇴근 여건, 급여 불공정성, 업무

과부하, 보육시설환경의 7개 하위영역으로 구성되어 있다. 조규영(2012)연구에서 하위영역별 내적 합치도에 의한 신뢰도 계수인 Cronbach's  $\alpha$ 는 .72~.87이었으며, 본 연구에서는 .66~.91로 나타났다. 본 연구에서는 보육교사가 보육관련 직무를 수행하면서 느끼는 전반적 스트레스 정도에 관심을 두었기에 총점을 사용하였으며, 총점의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .89이었다.

### 3) 유머감각

교사의 유머감각은 Thorson과 Powell(1993)이 개발한 다면적 유머감각 척도 MSHS(Multidimensional Sense of Humor Scale)를 이재선(2005)이 수정·보완한 척도를 진선해(2012) 연구에서 사용한 도구를 이용하였다. 본 척도는 유머 생성 12문항과 유머에 대한 선호도 8문항의 총 20문항으로 구성되어 있는데, 유머 생성은 '나는 어떤 웃긴 말로 긴장된 상황을 완화시킬 수 있다'와 같이 다른 사람에게 우스운 이야기를 해주거나 즐겁게 해주는 의도를 지닌 유머를 얼마나 잘 만들어 내고 사용하는지를 알아보는 유머를 즐기고 창조하는 능력을 뜻하며, 유머의 선호도는 '유머를 사용하여 대처하는 것은 멋진 적응 방법이다'와 같이 유머러스한 상황, 역할, 유머를 즐기는 정도를 의미한다. 총 20문항으로 전혀 그렇지 않다(1점)~매우 그렇다(5점)의 5점 척도로 평정하며, 점수가 높을수록 유머감각이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 보육교사가 유머를 생성하고 유머의 사용을 선호하는 정도와 같은 전반적인 유머감각을 살펴보고자 하였기에 유머감각의 총점을 사용하였다. 진선해(2012) 연구에서 유머감각 총점에 대한 내적 합치도인 신뢰도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .89, 유머생성 .92, 유머에 대한 선호도는 .78이었으며, 본 연구에서는 유머감각 총점에 대한 Cronbach's  $\alpha$ 가 .91, 유머생성이 .94, 유머에 대한 선호도가 .83이었다.

## 3. 연구절차

본 조사를 실시하기에 앞서 검사 도구의 적절성, 소요시간 등을 알아보기 위해서 연구대상이 아닌 임의 선정된 부산, 경남지역 9 기관의 어린이집 보육교사 30명을 대상으로 2017년 11월 3일부터 2017년 11월 16일 사이에 예비조사를 실시하였다. 예비조사 결과 설문지 응답에 어려움이 없음을 확인하고 본 조사에 사용하였다. 본 조사는 2017년 11월 27일~2017년 12월 28일까지 임의 선정된 부산과 경남지역 83 기관 어린이집에 근무하는 보육교사 322명을 대상으로 하여 설문조사를 실시하였으며, 연구자가 기관을 방문하거나 우편이나 이메일을 활용하여 연구 목적에 대한 설명, 동의를 얻은 후 설문조사를 실시하였다. 설문지 322부 중 총 313부(회수율 97%)가 회수되었으며, 그중에서 불성실하게 응답한 설문지 19부를 제외한 총 294부를 본 연구의 최종 분석에 사용했다.

## 4. 자료 분석

수집된 자료는 SPSS-WIN 21.0 프로그램을 이용하여 분석하였으며, 측정도구의 신뢰도를 검증하기 위해서 내적 합치도에 의한 신뢰도 계수인 Cronbach's  $\alpha$ 를 산출하였다. 변인들의 기술적인

경향을 알아보기 위해서 평균과 표준편차를 산출하였으며, 연구문제 1과 관련하여 보육교사의 직무스트레스, 유머감각 및 행복감 간의 관계를 살펴보기 위해서 적률 상관계수를 산출하였다. 연구문제 2와 관련하여 보육교사의 직무스트레스가 행복감에 미치는 영향이 이들의 유머감각 수준에 따라서 달라지는지 알아보기 위해 보육교사의 직무스트레스와 유머감각의 상호작용 변수를 포함한 위계적 회귀분석을 실시하였다. 그리고 상호작용 효과가 유의하게 나타난 경우 보육교사의 직무스트레스와 유머감각의 평균점수에 대해서  $\pm 1SD$ 를 기준으로 상, 하 집단을 구분한 후 보육교사의 행복감 점수를 그래프화 하였다.

### Ⅲ. 결과 및 해석

#### 1. 보육교사의 직무스트레스, 유머감각 및 행복감 간의 관계

보육교사의 직무스트레스, 유머감각 및 행복감 간의 상관관계 결과는 표 2와 같다. 보육교사의 직무스트레스 총점은 이들의 행복감에 유의한 부적 상관관계를 나타내었다( $r = -.26, p < .001$ ). 즉 보육교사가 자신의 직무를 수행하면서 느끼는 스트레스의 수준이 높을수록, 보육교사는 삶에 대해 전반적으로 만족하지 못하여 행복감과 같은 긍정적 정서가 낮은 것으로 나타났다. 반면, 보육교사의 유머감각 수준과 행복감 간에는 유의한 정적 상관관계를 보였다( $r = .50, p < .001$ ). 즉 보육교사 자신이 평소 유머를 잘 만들어 사용하고 유머를 즐기거나 창조하는 능력이 있으며, 유머러스한 상황을 즐기는 등 보육교사의 유머감각이 높을수록 삶에서 긍정적 정서를 느끼는 행복감이 높은 것으로 나타났다. 한편 보육교사의 유머감각은 직무스트레스와 유의한 부적 상관관계로 나타났는데, 이는 유머감각이 높은 보육교사일수록 직무스트레스를 덜 느끼는 것으로 해석할 수 있다( $r = -.14, p < .05$ ).

표 2. 보육교사의 직무스트레스와 유머감각 및 행복감 간의 적률상관계수 (N = 294)

	(1) 행복감	(2) 직무스트레스	(3) 유머감각
(1) 행복감	1.0		
(2) 직무스트레스	-.26***	1.0	
(3) 유머감각	.50***	-.14*	1.0
평균	4.49	2.74	3.46
표준편차	.65	.48	.49

\* $p < .05$ , \*\*\* $p < .001$ .

#### 2. 보육교사의 직무스트레스가 행복감에 미치는 영향에 대한 유머감각의 중재 효과

보육교사의 직무스트레스와 행복감 간의 관계가 이들의 유머감각 수준에 따라 달라지는지를

알아보았다. Baron과 Kenny(1986)는 두 변인 사이의 관계 강도나 방향에 영향을 미치는 제3의 변인을 중재 변인이라 보고, 이는 상호작용 효과를 검증함으로써 밝힐 수 있다고 하였다. 이에 기초하여 본 연구에서 보육교사의 직무스트레스와 유머감각의 상호작용 변수를 만들어 위계적 회귀분석에 포함시킴으로써 보육교사의 유머감각의 중재 효과, 즉 보육교사의 직무스트레스와 행복감 간의 관계가 보육교사의 유머감각 수준에 따라 달라지는지를 검증하였다.

보육교사의 직무스트레스가 행복감에 미치는 영향을 유머감각이 중재하는지 알아보기 위해 위계적 회귀분석의 1단계에서 보육교사의 직무스트레스 및 유머감각 변인을, 2단계에서는 보육교사의 직무스트레스와 유머감각의 상호작용 변수를 투입하였다. 상호작용항이 포함된 회귀모델의 다중공선성 문제를 해결하기 위해 편차화 점수를 사용하였으며, 위계적 회귀분석에 앞서 독립변인들 간의 다중공선성의 가능성을 알아보기 위해 공차 한계(Tolerance)와 분산 팽창 요인(VIF) 지수를 알아본 결과, 공차 한계는 .962~.981, VIF 지수는 1.019~1.039의 분포로 허용 가능한 정도이므로 독립변인 간 다중공선성의 위험은 배제된 것으로 볼 수 있다.

직무스트레스가 보육교사의 행복감에 미치는 영향을 유머감각이 중재하는지를 살펴보기 위하여 위계적 회귀분석을 실시한 결과는 표 3에 제시하였다. 표 3에서 알 수 있듯이 최종 모델에서 보육교사의 직무스트레스( $\beta = -.21, p < .001$ )와 유머감각( $\beta = .48, p < .001$ ) 및 직무스트레스와 유머감각의 상호작용 변인( $\beta = .10, p < .05$ )이 보육교사의 행복감에 유의한 영향력을 나타내었으며, 이 변인들은 총 30%의 설명력을 지니는 것으로 나타났다. 이는 직무스트레스와 행복감의 관계가 보육교사 자신의 유머감각에 따라서 달라진다는 것을 의미하는 것이다.

표 3. 보육교사의 행복감에 대한 직무스트레스와 유머감각의 위계적 회귀분석 결과 (N = 294)

변 인	1단계		2단계	
	B	$\beta$	B	$\beta$
직무스트레스	-.26	-.19***	-.28	-.21***
유머감각	.63	.48***	.63	.48***
직무스트레스×유머감각			.23	.10*
$R^2$	.29		.30	
$\Delta R^2$			.01*	
F	59.63***		41.60***	

\* $p < .05$ , \*\*\* $p < .001$ .

보육교사의 행복감에 대한 직무스트레스와 행복감의 상호작용효과를 구체적으로 알아보기 위하여 보육교사의 직무스트레스와 유머감각의 평균점수에 대해  $\pm 1SD$ 를 기준으로 상, 하 집단을 구분한 후 유머감각의 상, 하 집단별로 직무스트레스와 행복감 간의  $\beta$  계수를 비교하고, 집단별 행복감 점수를 그래프화한 결과를 표 4와 그림 1에 제시하였다.

표 4에서 보듯이 보육교사의 유머감각 수준이 높은 집단의 경우 보육교사의 직무스트레스가 행복감에 미치는 영향이 유의하지 않았지만( $\beta = -.11, n.s.$ ), 유머감각 수준이 낮은 집단에서 직무



스트레스는 행복감에 유의한 부적 영향을 나타내었다( $\beta = -.31, p < .01$ ). 또한 그림 1에서 알 수 있듯이 보육교사의 유머감각 수준이 높은 집단에서는 보육교사의 직무스트레스가 낮고( $M = 5.15$ ) 높음( $M = 5.07$ )에 따라 이들의 행복감에 더 이상 유의한 차이가 나타나지 않았다( $t = .38, n.s.$ ). 하지만, 보육교사의 유머감각 수준이 낮은 집단에서는 직무스트레스 수준이 낮은 집단( $M = 4.48$ )보다 높은 집단( $M = 3.74$ )의 보육교사가 더 낮은 수준의 행복감을 보여주었다( $t = 2.48, p < .05$ ).

즉 보육교사의 직무스트레스가 높을수록 삶의 행복감 수준은 낮아질 가능성이 높지만, 이러한 관계는 보육교사의 유머감각 수준이 낮은 경우에만 유의하고, 보육교사의 유머감각 수준이 높을 경우 이들의 직무스트레스가 행복감에 별다른 영향을 미치지 못하였다. 더불어 직무를 수행하면서 느끼는 스트레스가 보육교사의 행복감에 미치는 부정적 영향은 이들 자신의 유머감각 수준에 의해 완화되었다.

표 4. 보육교사의 유머감각 수준별 직무스트레스의 행복감에 대한  $\beta$ 계수 비교 결과

변인	직무스트레스의 행복감에 대한 $\beta$ 계수
상집단( $n = 71$ )	$\beta = -.11$
하집단( $n = 82$ )	$\beta = -.31^{**}$

\*\* $p < .01$ .

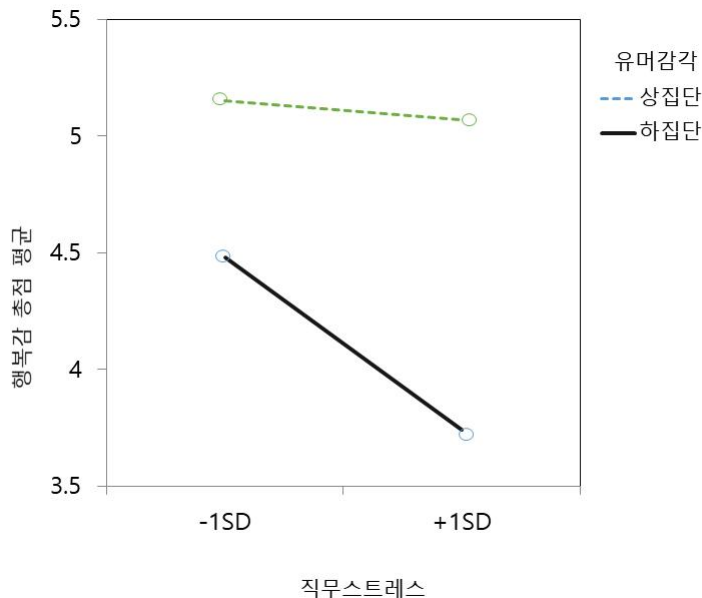


그림 1. 보육교사의 행복감에 대한 직무스트레스와 유머감각의 상호작용 효과

## IV. 논의 및 결론

본 연구는 보육교사의 행복감에 대한 직무스트레스 및 유머감각 간의 관계에 대해서 알아보고, 보육교사의 직무스트레스가 행복감에 미치는 영향에 대해 유머감각이 어떤 역할을 하는지에 대해서 알아보고자 한다. 본 연구에서 제시한 연구문제를 중심으로 주요 연구결과를 요약하고 논의하여 보면 다음과 같다.

먼저 연구문제 1과 관련하여 보육교사의 직무스트레스, 유머감각 및 행복감 간의 상관관계를 살펴본 결과, 보육교사의 직무스트레스와 행복감 간에는 유의한 부적 상관관계가 있는 것으로 확인되었다. 보육교사가 직무를 수행하면서 느끼는 스트레스 수준이 높을수록, 자신의 삶에 대해서 전반적으로 만족하지 못하며 행복감과 같은 긍정적 정서를 느끼지 못하였다. 보육교사는 영유아를 보육하는 과정에서 안전에 대한 책임감 스트레스, 보육현장의 다양한 역할을 수행하는 과정에서 정신적·육체적 피로감, 과중한 업무 부담, 행정적 지원 부족, 낮은 사회적 지지, 근무시간, 낮은 보수 등으로 어려움을 느끼고 있다. 이는 개인의 행복감에 부정적 영향을 가진다고 할 수 있다. 이러한 결과는 보육교사의 직무스트레스와 교사 개인의 행복감이나 심리적 적응과 부적 관계를 보여준 여러 국내 선행연구와 맥락을 같이 한다(이선경 등, 2014; 이유정, 2013; 이수진, 2016; 조성연, 2004). 본 연구대상 보육교사의 70% 정도가 일일 평균 8시간을 초과하여 근무한다고 응답하였는데, 하루 중 대부분의 시간을 어린이집에서 보내는 이들이 자신의 직무를 수행하면서 스트레스를 받는다고 느낄수록 개인으로서 자기 삶에 대하여 행복하지 못하다고 느끼는 것은 당연하다고 할 수 있을 것이다. 직무스트레스가 높은 보육교사는 새로운 교육방법을 수용하거나 생각하기 어렵고, 칭찬에 인색하며 영유아의 생각을 수용하는 것을 힘들어 한다(고미연, 2014)는 입장을 고려할 때, 보육교사 직무스트레스가 높을수록 영유아와의 상호작용이나 교수법 개발과 같은 교사의 전문성 신장을 위한 노력을 실천하기 어렵고, 교사는 이러한 자신의 모습에서 교사로서의 효능감 및 자긍심을 찾기 어렵다. 이는 나아가 자신에 대한 부정적 인식을 가져와 개인적 삶에서의 행복감에 부정적 영향을 나타내는 것으로 유추해 볼 수 있다. 더욱이 본 연구대상 보육교사가 응답한 직무스트레스의 평균점수가 2.74로 높지 않음에도 행복감에 유의한 부적 상관관계를 나타낸 것을 고려할 때, 보육교사의 직무스트레스 수준이 높지 않더라도 이들의 행복감에 대하여 민감한 관련성을 보인다는 것을 보여주므로, 보육교사의 행복감을 증진시키기 위해서는 이들의 직무스트레스를 경감시킬 수 있는 다각적인 노력이 필요함을 시사하여 준다.

다음으로 보육교사의 유머감각과 행복감 간에는 유의한 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 평소에 보육교사가 유머를 즐기고 유머를 잘 만들어 사용하거나 창조하는 능력이 있고, 유머러스한 상황을 즐기며 느끼는 보육교사일수록 삶에 대해서 긍정적 정서를 느끼는 행복감이 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 유머감각이 삶의 조망을 보다 넓혀주며 삶에서 부딪히는 어려움을 맞설 수 있게 해 주고 아울러 삶을 더 즐겁게 해 주어, 더 나은 판단을 할 수 있도록 도와주는 인간에게 있어서 가장 가치 있는 기능 중의 하나이며, 유머감각이 개인의 행복감에 긍정적 영향을 미친다는 선행연구들과 맥락을 같이 한다(민현기, 2009; 이재선, 이선우, 2009; 허영주,

2009; Martin & Lefcourt, 1983). 보육교사가 유머감각을 향상할수록 삶에서 행복을 느끼는 정도가 높아질 수 있으며, 행복한 삶에서 부정적인 마음을 줄일 수 있고, 삶의 질을 높이는 중요한 요인임을 시사하고 있다. 또한 유머감각이 스스로 즐거워하며, 남을 즐겁게 해주는 개인의 능력이라고 정의한 Franzini(2003)는 쌍둥이 실험을 통해서 유머감각은 후천적이며 환경적이라는 결과를 밝히고 있다. 즉, 자녀가 유머를 구사할 때 유머감각을 칭찬하고 격려해주면 그 감각이 풍부해지고 기법이 향상된다고 하였다(허영주, 2009 재인용). 전요섭(2007)은 선천적으로 유머감각이 높은 사람이 있지만 후천적인 준비와 노력을 통해서 함양 가능하다고 보았으며, 허영주(2011) 역시 교사의 유머 능력은 후천적 노력으로 함양 가능한 것으로 개인의 노력에 의해서 향상될 수 있는 능력이라고 강조하였다. 즉 모든 교사가 유머감각을 지니고 있다고 하면서, 교사 자신이 유머감각을 함양시키고자 하는 노력이 필요하며, 교사의 유머감각이 풍부해지고 기법이 향상되기 위해서는 교사가 유머를 구사할 때 함께 근무하는 동료교사나 원장, 가족, 친구, 그 밖에 주위사람들이 교사의 유머에 대해 칭찬해주고 격려해 준다면 교사의 유머감각이 향상될 수 있다고 하였다. 따라서 보육교사의 유머감각을 향상하기 위해서는 먼저 유머감각의 중요성과 가치를 인식하는 것이 중요하다. 유머감각을 향상할 수 있도록 노력하는 것이 무엇보다 보육교사 자신의 행복한 삶을 높이고, 보육의 질도 향상될 수 있다는 것을 깨달아야 한다. 아울러 보육교사의 유머감각이 향상할수록 느끼는 행복한 삶의 정도가 높아지며, 보육교사로서 행복한 삶을 살아갈 수 있다는 인식을 할 수 있도록 보육교사의 유머감각 능력을 향상할 수 있는 다양한 방안 및 프로그램을 개발하여 교사교육이나 연수 기회를 통해서 보육교사의 유머감각을 개발시켜주어야 함을 시사한다.

한편, 보육교사의 유머감각은 직무스트레스와 유의한 부적 상관관계를 보였는데, 유머감각이 높은 보육교사가 직무스트레스를 덜 느끼는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 직장 여성의 유머감각이 높을수록 직무스트레스는 낮아지며, 직무스트레스를 완화시키고자 할 때 유머감각이 긍정적인 역할 수행을 할 수 있다는 이순하(2011) 연구, 교사 자신의 유머감각의 정도가 높을수록 유아교사는 통합교육 실시로 인한 직무스트레스를 적게 받는다고 보고한 연구(권영이, 2013)와 맥락을 같이 한다. 김정희(2013)는 보육현장에서 다양한 인간관계를 형성하며 업무를 수행하는데 있어서 보육교사의 유머감각이 높을수록 비인간화와 개인적 성취감 감소가 낮아진다고 하였다. 즉 보육교사의 유머감각은 세상을 낙관적으로 보게 하고, 자신의 정서적인 성향을 건강하게 유지시키는데 도움이 되며, 직무스트레스를 완화시키거나 해소함에 있어서 유머감각이 긍정적인 역할을 수행한다고 추측할 수 있다.

연구문제 2와 관련하여 보육교사의 직무스트레스와 행복감 간의 관계가 이들의 유머감각 수준에 따라서 달라지는 살펴보았다. 연구결과, 보육교사의 행복감에 대한 직무스트레스와 유머감각의 상호작용효과가 유의하였으며, 이는 직무스트레스와 행복감의 관계가 보육교사 자신의 유머감각 수준에 따라서 달라진다는 것을 의미하는 것이다. 본 연구에서 직무스트레스가 높을수록 보육교사의 삶에 대한 행복감 수준은 낮아질 가능성이 높지만 이러한 관계는 이들의 유머감각 수준이 낮은 경우에만 유의한다. 보육교사의 유머감각 수준이 높을 경우, 이들의 직무스트레스가 행복감에 미치는 영향력이 더 이상 유의하지 않았다. 즉 보육교사가 직무를 수행하면서 느끼

는 직무스트레스가 삶의 행복감에 미치는 부정적 영향은 보육교사 자신의 유머감각 수준에 의해 완화되었다.

이러한 결과는 행복의 전염 가능성을 역설하면서 행복해지려는 개인적인 노력과 생활방식을 통해서 행복감을 증진할 수 있고, 유머는 행복감을 높이는 중요한 요소로 작용할 수 있다고 보고한 연구(Lyubomirsky, 2008)와 유머감각이 증대하게 되면 자부심 수준이 증대되고 역기능적인 자기 평가기준이 감소하게 되어 인지되는 스트레스, 근심 및 의기소침의 수준이 낮아져서 보다 긍정적인 자기 개념을 갖게 되어 심리적으로 건강해진다는 선행연구(이영화, 2011; Abel, 2002)와 입장을 같이 한다. 유머감각은 갈등과 긴장을 해소시켜주고, 다른 사람과의 인간관계를 원활히 해줌으로써 사람의 마음과 마음을 하나로 엮어주는 융화 작용을 하며(김미라, 2009), 유머감각은 직무스트레스를 완화시키거나 해소하여 이직의도를 낮추는데 긍정적인 역할을 수행한다(최정림, 2011)는 선행연구와 맥락을 같이 한다.

본 연구 결과와 관련하여 사람들이 유머감각을 삶에서 느끼는 어려움을 대처하는데 사용하는 수단으로 간주한다는 Ziv(1988)의 입장에서 볼 때, 직무스트레스를 느끼는 보육교사는 자신의 직무스트레스를 대처하기 위한 수단으로써 유머감각을 사용하게 되고, 그 결과 유머감각이 높은 교사의 경우 직무스트레스를 경험하여도 유머감각으로 대처하게 됨으로 인해 자신의 행복감에 부정적인 영향을 미치지 않게 된다고 유추해 볼 수 있다. 개인의 유머감각은 문제에 대한 대안적 관점을 찾도록 의식적으로 노력하게 하며, 그 결과 유머감각이 높은 사람은 유머감각이 낮은 사람보다 부정적인 일상 사건이 있을 때 사건에 대한 지각을 긍정적으로 변화시킨다고 한다(Kuiper, McKenzie, & Belanger, 1995). 이러한 관점에서 볼 때 유머감각이 높은 보육교사의 경우 직무를 수행하면서 느끼는 스트레스를 해결하고자 더 다양한 대안을 적극적으로 찾을 가능성이 있으며, 이로 인해 직무스트레스가 이들의 행복감에 부정적 영향을 미치기 전에 의식적으로 자신의 직무스트레스를 해결하는 대안을 찾음으로써 더 이상 행복감에 부정적 영향력을 미치지 않게 된다고 해석해 볼 수 있다. Lefcourt와 Martin(1986)은 개인의 유머감각은 현실적인 인지적 평가를 가능하게 함으로써 효율적인 스트레스 대처전략을 사용하도록 돕는다고 하여 본 연구와 입장을 같이 한다. 유머감각이 높은 사람은 다양한 사회적 규칙에 대하여 또한 개인의 삶에서 일어나는 일들에 대해 보다 긍정적인 정서와 만족감을 가지며, 스트레스적인 사건을 덜 위협적이고 더 도전적인 상황으로 재평가함으로써 삶에서 경험하는 어려움을 긍정적으로 재구조화하여 건강하게 대처할 수 있다고 한다(Kuiper & Olinger, 1998; Nezelek & Derks, 2001). 이러한 관점에서 볼 때, 영유아를 보육하는 다양한 직무로 인해 스트레스를 경험할지라도 보육교사가 유머감각이 있을 경우 이러한 직무스트레스가 개인의 행복감에 부정적 영향을 미치기 전에 자신의 직무에서의 어려움을 긍정적으로 재구조화하여 적응적으로 대처함으로써 보육교사의 직무스트레스가 행복감에 미치는 부정적 영향력을 완화시킨다고 볼 수 있다.

보육현장에서 직무스트레스가 높으면, 보육교사의 행복감이 낮아지겠고 이것은 보육의 질을 낮추는 결과를 가져오게 된다. 본 연구결과에서 보듯 보육교사의 직무스트레스는 이들의 행복감에 부정적 영향력을 나타내었다. 하지만 동시에 보육교사의 직무스트레스와 행복감 간의 관계에 대하여 보육교사의 유머감각의 중재 효과가 유의하게 나타나, 보육교사가 높은 유머감각을 지니

고 있으면 이들의 직무스트레스가 개인의 행복감에 미치는 부정적 영향력을 완화할 수 있음을 보여주었다. 개인의 유머감각이 후천적 노력을 통해 함양 가능하다는 Franzini(2003, 허영주, 2009 재인용)의 관점을 고려할 때, 보육현장에서 보육교사의 유머감각 가치와 중요성에 대해 인식을 바탕으로 이들의 유머감각을 향상할 수 있는 다양한 방안을 마련하여야 할 것이다. 예를 들어 보육교사를 대상으로 하는 보수 및 직무교육 시 이들의 전문성 신장을 위한 교육과 더불어 자신의 스트레스를 다룰 수 있는 대처 방안의 하나로 유머감각을 개발, 증진시킬 수 있는 내용이 포함될 수 있을 것이다. 아이들의 행복을 위해 보육교사의 행복이 중요하다는 측면에서 행복감에 영향을 미치는 요인에 대한 이해와 이들의 행복감을 증진시키기 위한 다각적 방안 마련은 중요하다. 보육교사의 직무스트레스가 이들의 행복감에 일관되게 부정적 관계를 지니지만 이러한 관련성을 보육교사의 유머감각이 중재한다는 본 연구결과를 토대로 할 때, 보육교사의 행복감 증진을 위해 무엇보다 직무스트레스를 감소시킬 수 있는 맥락적, 다각적 측면의 노력이 필요하다. 더불어 보육교사의 유머감각 능력을 개발하여 증진할 수 있는 구체적 노력이 실천되어야 함을 시사한다.

본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 부산, 경남지역에 소재한 어린이집 보육교사를 대상으로 하였기 때문에 연구결과를 일반화하는데 어려움이 있으므로 후속 연구는 지역 및 연구대상의 범위를 넓혀서 연구를 실시할 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서 사용한 측정도구는 모두 국외에서 개발된 선행연구의 척도를 번안 및 수정된 도구를 사용하였다. 비록 선행연구에서 사용한 도구이기도 하나, 변인의 측정에서 문화적 차이로 인해 민감도나 타당성에 차이가 있을 수 있으므로 향후 우리 문화에 적절한 측정도구의 개발과 이를 활용한 연구가 실시될 필요가 있다. 셋째, 본 연구에서는 보육교사의 전반적인 직무스트레스가 이들의 행복감에 미치는 영향에 대해서 유머감각의 중재 효과에 대한 분석에 초점을 두었기에 충점을 중심으로 분석을 실시하였으나, 직무스트레스의 하위영역 및 유머감각의 하위영역별로 행복감에 관련되는 방식을 살펴본다면 좀 더 심층적으로 이해를 할 수 있을 것이므로 추후 연구를 통해 알아볼 필요가 있다. 마지막으로 보육교사의 행복감 증진을 위해 이들의 유머감각을 개발하고 활용할 수 있는 유머감각 증진 프로그램 개발 및 체계적인 교사교육 마련이 요구된다. 이러한 제한점에도 불구하고 보육교사의 직무스트레스와 행복감 간의 관계에서 유머감각의 중재효과를 보여줌으로써 보육교사의 행복감에 대한 체계적 이해를 더할 수 있었고, 보육교사의 행복감 증진에 있어 이들의 직무스트레스를 경감할 있는 정책적 노력의 중요성과 더불어 보육교사의 유머감각 향상을 위한 교사교육의 중요성을 강조하였다는 점에서 그 의의를 찾을 수 있다.

## 참고문헌

- 강우정 (2015). 유아교육기관의 조직풍토와 교사의 자기개발욕구 및 행복감 간의 관계분석. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 고미연 (2014). 보육교사의 직무스트레스와 교사-유아 상호작용과의 관계. 원광대학교 교육대학

- 원 석사학위논문.
- 곽희경 (2011). 유아교사의 행복감 및 자아정체감과 교사효능감, 교사-유아 상호작용의 관계. 전북대학교 대학원 박사학위논문.
- 권석만 (2011). **인간의 긍정적 성품 -긍정 심리학의 관점-**. 서울: 학지사.
- 권영이 (2013). 장애유아 통합교육 교사의 직무스트레스에 대한 통합교육 신념 및 유머감각의 영향. 부경대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김미라 (2009). 간호사의 유머감각과 업무 스트레스와의 관계. 전북대학교 대학원 석사학위논문.
- 김미진 (2015). 성격강점에 기반한 유아교사의 행복 증진 프로그램 개발 및 적용. 부산대학교 대학원 박사학위논문.
- 김시연 (2014). 유아교사의 행복감, 교직에 대한 열정, 직무만족도, 교사 효능감 및 교사-유아 상호작용 간의 구조분석. 광주여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 김영은 (2012). 보육교사의 감정노동이 소진과 경력몰입에 미치는 영향. **한국보육지원학회지**, **8(6)**, 57-76.
- 김정희 (2013). 보육교사의 유머감각과 원장-교사 교환 관계가 소진에 미치는 영향. **생태유아교육연구**, **12(3)**, 105-124.
- 김주희 (2017). 유머와 스트레스 대처 방식간의 관계에서 인지적 유연성의 매개효과. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김혜리 (2014). 유아교사의 행복감에 영향을 미치는 관련 변인 탐색. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 민현기 (2009). 대학생의 유머 대처와 유머 스타일이 심리적 안녕감에 미치는 영향. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 신현정, 박진성 (2010). 유아교사의 심리적 안녕감에 영향을 주는 관련 변인 탐색 연구: 직무스트레스와 조직효과성을 중심으로. **유아교육학논집**, **14(2)**, 147-170.
- 신혜영 (2004). 어린이집 교사의 직무 스트레스와 효능감이 교사 행동의 질에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 이경애 (2010). 유아교사의 행복과 직무관련 변인의 관계분석-직무만족, 교사효능감, 역할 수행능력, 이직의도를 중심으로-. 동의대학교 대학원 박사학위논문.
- 이선경, 이민희, 김경의 (2014). 유아교사의 직무스트레스가 행복감과 조직 몰입에 미치는 영향. **어린이 문학교육연구**, **15(4)**, 661-680.
- 이수진 (2016). 원장과 유아교사가 지각하는 감정 리더십에 따른 유아교사 행복감과 직무스트레스. 덕성여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이순하 (2011). 기혼 직장여성의 유머감각이 직무 불안과 직무스트레스에 미치는 영향에 관한 연구. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 이승은, 서현 (2012). 유아교사의 어려움에 대한 초임교사와 경력교사의 주관적 이해 분석. **유아교육연구**, **32(6)**, 441-466. doi:10.18023/kjece.2012.32.6.018
- 이영화 (2011). 평생교육 학습자의 유머감각이 주관적 행복감과 삶의 만족도에 미치는 영향. 명

- 지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 이유정 (2013). 어린이집 교사의 적성과 행복감이 직무스트레스에 미치는 영향. 중앙대학교 사회개발대학원 석사학위논문.
- 이재선 (2005). 청소년의 유머감각과 유머 스타일이 스트레스 대처방식 및 건강에 미치는 영향. 명지대학교 대학원 박사학위논문.
- 이재선, 이선우 (2009). 노인의 유머감각이 자아존중감 및 생활 만족도에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, **18**(2), 15-22.
- 이정화 (2007). 유치원 교사의 직무수행에 대한 어려움 인식. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 전요섭 (2007). 유머의 기독교상당적 이해. **한국기독교상담학회지**, **14**, 197-217.
- 정민정, 김유진 (2009). 보육교사의 직무스트레스와 직무만족도가 심리적 행복감에 미치는 영향. **한국생활과학회지**, **18**(1), 65-74.
- 조규영 (2012). 보육교사의 직무스트레스 선행요인과 행위 결과에 관한 연구. 동아대학교 대학원 박사학위논문.
- 조성연 (2004). 보육교사의 직무만족도와 직무스트레스. **한국영유아보육학**, **36**, 23-44.
- 진선해 (2012). 유아교사와 중등교사의 정서지능, 유머감각 및 교사효능감의 관계. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 최정림 (2011). 보육교사의 유머감각이 직무스트레스 및 이직의도에 미치는 영향에 관한 연구. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 허영주 (2009). 교사 유머의 교육적 효과와 성공적 활용의 조건 및 전략 탐색. **교육방법연구**, **21**(1), 115-139. doi:10.17927/tkjems.2009.21.1.115
- 허영주 (2011). 교사 유머의 유형화 및 유형별 교육효과에 관한 연구. **교육방법연구**, **23**(1), 1-29. doi:10.17927/tkjems.2011.23.1.1
- 황해익, 강현미, 탁정화 (2014). 유아교사의 유머와 행복감의 관계에서 긍정성의 매개효과. **유아교육학논집**, **18**(1), 341-363.
- 황해익, 탁정화, 홍성희 (2013). 유치원 교사의 회복탄력성, 교사효능감 및 직무만족도가 행복감에 미치는 영향. **유아교육학논집**, **17**(3), 411-432.
- Abel, M. H. (2002). Humor, stress, and coping strategies. *Humor: International Journal of Humor Research*, *15*(4), 365-381. doi:10.1515/humr.15.4.365
- Altanchimeg, C. (2016). 유머감각이 직무스트레스에 미치는 영향과 정서성향의 매개효과. 강원대학교 대학원 석사학위논문.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual strategic and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, *51*(6), 1173-1182. doi:10.1037/0022-3514.51.6.1173
- Kuiper, N. A., & Olinger, L. J. (1998). Humor and mental health. In H. S. Friedman (Ed.), *Encyclopedia of mental health* (Vol. 2, pp. 445-457). San Diego, CA: Academic Press.

- Kuiper, N. A., McKenzie, S. D., & Belanger, K. A. (1995). Cognitive appraisals and individual differences in sense of humor: Motivational and affective implications. *Personality and Individual Differences, 19*(3), 359-372. doi:10.1016/0191-8869(95)00072-e
- Lyubomirsky, S. (2008). *The how of happiness: A scientific approach to getting the life you want, 행복도 연습이 필요하다*(오혜경 옮김). 서울: 지식 노마드(원판 2007).
- Martin, R. A. (2001). Humor, laughter, and physical health: Methodological issues and research findings. *Psychological Bulletin, 127*(4), 504-519. doi:10.1037/0033-2909.127.4.504
- Martin, R. A., & Lefcourt, H. M. (1983). Sense of humor as a moderator of the relation between stressor and moods. *Journal of Personality and Social Psychology, 46*(6), 1313-1324. doi:10.1037/0022-3514.45.6.1313
- Lefcourt, H. M., & Martin, R. A. (1986). *Humor and life stress: Antidote to adversity*. New York: Springer-Verlag.
- Nezlek, J. B., & Derks, P. (2001). Use of humor as a coping mechanism, psychological adjustment, and social interaction. *HUMOR: International Journal of Humor Research, 14*(4), 395-414. doi:10.1515/humr.2001.011
- Noddings, N. (2008). *Happiness and Education, 행복과 교육*(이지현, 김선, 김희봉, 장정훈 옮김). 서울: 학이당(원판 2003).
- Seligman, M. E. P. (2009). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfil, 마틴 셀리그만의 긍정심리학*(김인자 옮김). 경기도: 물푸레(원판 2004).
- Ziv, A. (1988). *National styles of humor*. Westport, CN: Greenwood.

논문투고: 18.10.15  
수정원고접수: 18.11.26  
최종게재결정: 18.12.07