

한국 작업치료사의 직무 관련 스트레스 대처전략

조두나*, 강대혁**, 이택영**

*한서대학교 대학원 작업치료학과

**한서대학교 작업치료학과

국문초록

목적: 본 연구는 국내 작업치료사의 직무스트레스 및 스트레스 대처전략을 조사하고 그 연관성을 분석함으로써 향후 직무스트레스를 효율적으로 관리하는데 있어 기초자료를 제공하고자 한다.

연구방법: 대한작업치료사협회에 등록 된 지회 및 남녀비율을 고려하여 할당표본추출방법으로 대상자를 선정하였으며, 설문조사는 2016년 10월 1일부터 31일까지 1개월간 온라인 설문을 통해 실시하였다. 작업치료사 450명의 응답 중 미응답 항목이 있는 44부를 제외하고 406명의 응답을 분석하였다.

결과: 작업치료사의 직무스트레스는 직무요구, 보상부적절, 조직체계요인이 평균 이상으로 높았고 그 중 직무요구가 직무스트레스의 주요인이었다. 작업치료사가 주로 사용하는 스트레스 대처전략은 소망적사고, 문제중심, 사회적지지 추구, 감정완화 전략 순이었다. 직무스트레스와 대처전략 간의 상관관계를 분석한 결과, 문제중심과 사회적지지 추구 전략과 같은 적극적인 스트레스 대처전략을 많이 사용할수록 전체 직무스트레스는 감소하는 통계적으로 유의한 음의 상관관계($r = -.37, -.30, p < .01$)를 나타냈다.

결론: 작업치료사는 직무스트레스를 회피하는 것 보다는 정확한 원인을 파악하여 자신에게 적합한 대처 방안을 모색할 필요가 있으며, 근무기관에서는 효율적인 인력관리와 대처전략 지지를 위해 근무시간의 유연성 및 동료 간 네트워킹 형성 기회 제공 등을 통해 작업치료서비스의 질을 높이길 기대한다.

주제어: 대처전략, 작업치료사, 직무스트레스

I. 서론

현대 사회의 생활수준 향상과 의료기술의 발달은 인간의 평균수명을 연장시키는 반면 교통사고 및 산업재해의 급증, 환경오염의 증가, 비만, 동맥경화증, 고혈압 등의 질병 발생이 늘어나면서 뇌혈관 질환이 증가하는 추세다 (World Health Organization [WHO], 2016). 이에 따라 양질의 의료재활 서비스의 수요가 증대되고 있다

(Jeong & Hwang, 2009). 또한 우리나라의 보건의료이용 빈도는 높은 수준이나, 보건의료인력은 경제협력개발기구(Organization for Economic Co-operation and Development; OECD)회원국에 비해 낮은 수준이다 (OECD, 2016; Yeo & Kim, 2014).

보건의료인력 중 작업치료사는 2016년에 기준 14,521명으로 보고되고 있으며, 최근 5년간 그 이전에 배출된 작업치료사 수에 해당하는 인원을 배출하면서 그 수

ORCID: Cho, Doo-Na, <http://orcid.org/0000-0001-9749-3064>

Corresponding author: Kang, Dae-Hyuk (daehyuk@hanseo.ac.kr/Dept. of Occupational Therapy, Hanseo University)

Received 27 January 2017, Revised version received 10 March 2017, Accepted 28 March 2017

This research was funded by the 2016 Hanseo University Research Grant.

가 급격히 증가하고 있다(대한작업치료사협회, 2016). 작업치료사는 장애인의 의료재활 및 사회재활뿐만 아니라 국민보건 의료서비스의 질을 높이는 데 중요한 역할을 담당하고 있다(Han, Jung, Yoo, & Chung, 2008; Jeong, Choi, & Lee, 2000). 작업치료사는 작업을 통해 웰빙을 증진하는 클라이언트 중심의 건강전문직으로 개인의 일상생활수행능력과 수행기술을 평가하고 치료하며 개인이 가정과 일에서 적응할 수 있도록 도와주고 보조도구 사용 훈련, 클라이언트 보호자 교육을 통해 독립된 일상생활에 참여할 수 있도록 하는 것이 주된 목표이다(American Occupational Therapy Association [AOTA], 2016; World Federation of Occupational Therapists [WFOT], 2010).

적당한 긴장이나 스트레스는 업무 성과를 향상시키지만 과도한 직무스트레스는 직무불만족, 낮은 조직몰입도, 결근, 이직, 직무탈진을 초래할 뿐만 아니라 이는 조직 내의 갈등과 가정 내의 문제, 신체적 정신적 문제들에 영향을 준다(Bhagat, McQuaid, Lindholm, & Segovis, 1985; Balogun, Titiloye, Balogun, Oyeyemi, & Katz, 2002; Cunningham, 1983; Freudenberg, 1977; Kim, 2009). 의료분야의 직무스트레스는 의료 성과와 의료서비스 저하를 초래하며 전체 국민 차원에서는 환자나 보호자들을 무시하거나 냉대하는 병원 근로자의 행태를 유발하여 서비스의 질을 저하시키는 부정적인 영향을 미치게 된다(Dong, Ryu, & Bae, 2008; Jeong, 2011; Kim, 2005; Kim, 2014; Lee, 2006).

간호사, 의료기사 그리고 일반직원의 직무스트레스 수준을 비교한 Kim (2005)의 연구에서는 의료기사의 직무스트레스 수준이 상대적으로 높았고, Wilkins (2007)가 Canadian Community Health Survey (CCHS)를 분석한 연구에서도 작업치료사들의 47%가 높은 수준의 직무스트레스를 경험한다고 보고하였다. 작업치료사들은 환자 및 보호자와의 대면에서 발생하는 직무스트레스, 신체적 피로, 전문지식과 기술의 부족 등으로 인해 스트레스가 발생한다(Wressle & Oberg, 1998). 최근 작업치료의 분야가 넓어지면서 다양한 분야의 전문가들과 함께 팀 접근을 해야 하는 상황 역시 작업치료사의 스트레스 요인으로 작용한다(Cha, 2012).

Jung과 Ahn (2012)의 연구와 GrusiFarci와 Moslemi (2005)의 연구에서는 스트레스를 완화하는데 있어서 가

장 중요한 요인 중 하나는 개인의 스트레스 대처전략을 활용하는 것이라고 주장하고 있다.

국내에서는 교사, 물리치료사, 간호사, 공무원 등 다양한 직종을 대상으로 직무스트레스뿐만 아니라 스트레스 대처방법에 관한 연구를 통하여, 직무의 효율성을 높이고자 시도해왔다(Dong et al., 2008; Jung & Ahn, 2012; Kim & Shin, 2006; Kim, Hyun, & Kim, 2009; Nam & Lee, 2010; Park, 2015; Park, 2004). 국외연구에서는 작업치료사를 포함한 다양한 보건인력의 직무스트레스로 인한 직무탈진과 스트레스 대처전략에 관해서도 연구가 보고된 반면(Brice, 2001; Edwards & Burnard, 2003; Gupta, Paterson Lysaght, & Von Zweck, 2012; Hooley, 1997; Jose & Bhat, 2013; Kranmen-Kahn & Hansen, 1998; Ramezanli, Koshkaki, Talebizadeh, Jahromi, & Jahromi, 2015; Sweeney, Nichols, & Cormack, 1993), 국내에서는 작업치료사의 직무스트레스로 인한 직무탈진 관련 요인에 대한 연구가 주를 이루고 있으며(Cha, 2012; Choi & Song, 2012; Lee & Chung, 2016; Kim, 2009; Yang, Hur, Noh, & Lee, 2007), 작업치료사의 직무스트레스 대처전략에 관한 연구로는 재활병원의 신입성인작업치료사 5명을 대상으로 질적 연구를 통해 직업동기, 직무스트레스, 대처전략 세 가지 주제를 도출한 연구가 보고되긴 하였으나 대표성을 갖는 집단을 대상으로 한 국내 작업치료사의 직무스트레스 대처전략에 관한 연구는 미흡한 실정이다(Kim, Lee, & Kim, 2015).

본 연구는 국내 작업치료사의 직무스트레스 및 스트레스 대처전략을 조사하고 그 연관성을 분석함으로써 향후 직무스트레스를 효율적으로 관리하는데 있어 기초자료를 제공하고자 수행되었다.

II. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구의 대상자는 2016년 기준 대한작업치료사협회에 등록 된 남녀 비율과 지회별 인원수를 고려하여 할당 표본추출방법을 통해 선정하였다(대한작업치료사협회,

2016). 지회는 크게 5개 지역 서울/경인, 강원, 충청, 경상, 전라/제주로 구분하였다. 현재 임상에서 작업치료 업무를 시행하고 있는 자로서 연구의 목적과 취지에 동의한 작업치료사를 대상으로 실시하였으며 근무기관이 학교, 기타시설인 경우와 임상 근무경력이 6개월 미만인 자는 연구대상에서 제외하였다.

2. 연구 도구

1) 일반적 특성

대상자의 일반적 특성을 알아보기 위하여 성별, 연령, 결혼상태, 교육수준, 종교 5개의 문항으로 구성하였다.

2) 직무 특성

대상자의 직무특성을 파악하기 위하여 근무지역, 근무기관, 근무형태, 월 평균 급여, 경력, 치료대상, 1일 치료환자 수, 토요일 근무, 동료 9개의 문항으로 구성하였다.

3) 한국인 직무스트레스 측정도구

(Korean Occupational Stress Scale; KOSS-SF)

대상자의 직무스트레스는 Chang 등(2005)이 개발한 한국인 직무스트레스 측정도구 단축형(Korean Occupational Stress Scale; KOSS-SF)을 사용하였다. 기본형은 8개 요인의 43개 문항으로 구성되어있고, 단축형은 현장에 쉽게 적용할 수 있도록 직장문화, 조직체계, 직무자율, 보상부적절, 직무요구, 관계갈등, 직무불안정 7개 요인의 24개 문항으로 구성되어있다. 각 요인의 점수는 4점 리커트형 척도로 점수가 높을수록 직무스트레스 요인이 높은 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 4점으로 부여하고, 점수가 높을수록 직무스트레스 요인이 낮은 문항은 '전혀 그렇지 않다' 4점에서 '매우 그렇다' 1점으로 부여한다. 측정값의 분포가 치우치는 것을 피하고 정규분포에 근접하는 측정값을 얻기 위해 실제점수를 100점으로 환산한다. 환산점수는 평가지침서의 남녀별 참고치를 참고하여 상대적으로 어디에 해당하는지를 해석하게 된다. 남성 총점평균 참고치는 하위 25% 42.4점 이하, 하위 50% 42.5~48.4점, 상위 50% 48.5~54.7점, 상위 25% 54.8점 이상이며, 여성 총점평균 참고치는 하위 25% 49.5점 이하, 하위 50% 49.6~51.1점, 상위

50% 51.2~56.6점, 상위 25% 56.7점 이상으로 제시되어있다. Chang 등(2005)의 연구에서 개발 및 표준화와 동시에 구성타당도가 검증되었고, 신뢰도검정 결과 내적 일치도를 나타내는 Cronbach's alpha 값은 요인별로 .51~.82를 나타내었다.

4) 스트레스대처전략 척도

(The ways of coping checklist)

스트레스대처전략 척도는 Lazarus와 Folkman (1984)이 개발한 대처전략척도(The Ways of Coping Checklist)를 토대로 하여 Kim (1987)이 요인분석 과정을 거쳐 만든 62문항으로 구성된 척도를 Hwang (2013)이 두 가지 대처전략 범주(적극적, 소극적)의 각 요인별 문항을 4영역 24문항으로 수정한 것을 사용하였다. 점수는 5점 리커트형 척도로 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점으로 부여한다. 각 영역별 30점 만점으로 총점은 최저 24점에서 최대 120점으로 점수가 높을수록 해당 스트레스 대처전략을 많이 사용하고 있다는 것을 의미한다. 구성타당도는 Vitaliano, Russo, Carr, Maiuro와 Becker (1985)의 연구에서 검증되었으며, Hwang (2013)의 연구에서 문항의 내적일치도를 나타내는 Cronbach's alpha 값은 .83이고, Lee (2016)의 연구에서는 영역별로 Cronbach's alpha 값이 .56~.80을 나타냈다.

3. 연구 과정

설문조사는 2016년 10월 1일부터 31일까지 1개월간 한국사회과학데이터센터(Korean Social-Science Data Center; KSDC)에서 제공하는 온라인설문조사 서비스를 이용하여 각 지역별 분포와 일치하도록 병원 및 지회장에게 설문링크를 모바일과 온라인으로 전송하였다. 총 500명을 목표대상으로 하였고 450부의 응답을 회수하였다. 자료검토를 통해 100% 응답되지 않은 44부를 제외한 406부를 자료분석에 사용하였다.

4. 자료 분석

수집된 자료는 SPSS Version 18.0을 사용하였다. 국내 전체 작업치료사와 설문 응답자의 성별, 근무지역에

차이가 나는지 알아보기 위해 카이제곱 검정을 실시하였다. 대상자의 특성은 빈도분석과 백분율로 분석하였고, 직무스트레스와 스트레스 대처전략 간의 상관관계는 피어슨 상관계수를 이용하여 분석하였다. 통계적 유의수준 α 는 .05로 정하였다.

III. 연구 결과

1. 작업치료사의 특성

1) 설문 응답자의 대표성

본 설문 응답자의 성별, 지역별 분포는 국내 전체 작업치료사의 비율과 비교하여 통계적으로 유의한 차이가 없었다(Table 1).

2) 작업치료사의 일반적 특성

연구 대상자의 성별은 남자가 94명(23%), 여자가 312명(77%)이었으며 연령은 24세미만 26명(6%), 24~29세 279명(67%), 30~34세 68명(17%), 35세이상 33명(8%)이었다. 결혼상태는 미혼이 331명(82%), 기혼은 75명(19%)이었으며, 최종학력은 3년제 졸업이 120명(30%), 4년제 졸업이 239명(59%), 석사이상은 47명(12%)이었다. 종교는 무교가 238명(59%)으로 유교 168명(41%)보다 많았다(Table 2).

3) 작업치료사의 직무 특성

연구대상자의 지회(근무지역)는 서울/경인이 221명(54%)로 가장 많았으며 경상 86명(21%), 전라/제주 49명(12%), 충청 40명(10%), 강원 10명(3%)이었고, 근무기관은 병원이 294명(72%), 요양시설 20명(5%), 복지관 13명(3%), 어린이집/사설 42명(11%), 공공기

Table 1. Goodness-of-Fit Test

(N=406)

Characteristics		Observed (n)	Expected (n)	Residual	χ^2	p
Gender	Male	94	81	13	2.52	.11
	Female	312	325	-13		
Geographic areas	Seoul-Incheon	221	203	18	4.89	.30
	Chungcheong	40	45	-5		
	Gangwon	10	8	2		
	Gyeongsang	86	101	-15		
	Jeolla/Jeju	49	49	0		

Table 2. General Characteristics

(N=406)

Characteristics		Frequency (n)	Percentage (%)
Gender	Male	94	23
	Female	312	77
Age (yr)	<24	26	6
	24~29	279	67
	30~34	68	17
	35≤	33	8
Marital status	Unmarried	331	82
	Married	75	19
Education	Associate degree	120	30
	Bachelor degree	239	59
	Master degree	47	12
Religion	Yes	168	41
	No	238	59

관 37명 (9%) 순이었다. 고용형태는 정규직 312명 (77%), 비정규직 94명 (23%)이며 월 평균 급여는 150~200만원 미만 216명 (53%)으로 가장 많았고 200~250만원 미만 100명 (25%), 150만원 미만 49명 (12%), 300만원 이상 23명 (6%), 250~300만원 미만

18명 (4%) 순이었다. 임상경력은 1~4년이 201명 (50%)으로 가장 많았고 5~9년 100명 (25%), 6개월~1년 미만 71명 (17%), 10년 이상 34명 (8%)이었다. 치료대상은 성인 225명 (55%), 아동/청소년 100명 (25%), 노인 69명 (17%), 정신질환/기타 12명 (3%)이었다. 하루에

Table 3. Job-Related Characteristics (N=406)

Characteristics		Frequency (n)	Percentage (%)
Geographic areas	Seoul-Incheon	221	54
	Chungcheong	40	10
	Gangwon	10	3
	Gyeongsang	86	21
	Jeolla/Jeju	49	12
Clinical setting	Hospital	294	72
	Nursing home	20	5
	Welfare facility	13	3
	Child care/Private center	42	11
	Public institutions	37	9
Type of employment	Permanent	312	77
	Temporary	94	23
Monthly income (million won)	<150	49	12
	150~200	216	53
	200~250	100	25
	250~300	18	4
	300≤	23	6
Clinical experience (mo/yr)	6mo≤~<1yr	71	17
	1~4	201	50
	5~9	100	25
	10≤	34	8
Type of patients	Adult	225	55
	Elder	69	17
	Child/Adolescent	100	25
	Others	12	3
Number of patient per day	<10	98	24
	10~14	227	56
	15~19	52	13
	20≤	29	7
Weekend work	Yes	140	34
	No	68	17
	Biweekly	198	49
Number of coworker	None	40	10
	1~4	140	35
	5~9	79	19
	10~14	46	11
	15~19	37	9
	20≤	64	16

치료하는 환자 수가 10~14명인 치료사는 227명(56%), 10명미만 98명(24%), 15~19명 52명(13%), 20명이상 29명(7%)이었고, 토요일 근무가 격주인 경우는 198명(49%), 매주 근무하는 경우 140명(34%), 근무가 없는 경우 68명(17%)이었다. 함께 일하는 작업치료사 동료는 1~4명이라고 응답한 사람이 140명(35%), 5~9명 79명(19%), 20명이상 64명(16%), 10~14명 46명(11%), 없는 경우는 40명(10%), 15~19명 37명(9%)이었다(Table 3).

2. 작업치료사의 직무스트레스

1) 작업치료사의 직무스트레스

작업치료사의 직무스트레스는 총점 100점 만점에 평균 44.95점이었다. 각 하위 영역을 보면 직무요구의 스트레스가 55.64점으로 가장 높았고, 다음으로는 보상부적절, 조직체계, 직장문화, 직무불안정, 직무자율성결여, 관계갈등 순이었다. 남성 작업치료사의 직무스트레스는 평균 41.85점, 여성 작업치료사는 45.89점이었다(Table 4).

3. 작업치료사의 스트레스 대처전략

1) 작업치료사의 스트레스 대처전략

작업치료사의 스트레스 대처전략은 총점 120점 만점에 평균 79.14점이었다. 작업치료사들은 스트레스 대처 전략에 있어 사회적지지 추구, 소망적사고, 문제중심 전략을 주로 사용하고 상대적으로 감정완화전략을 적게 사용하는 것으로 나타났다(Table 5).

4. 작업치료사의 직무스트레스와 스트레스 대처전략의 상관관계

작업치료사의 직무스트레스는 적극적 대처에 해당하는 문제중심 전략과 사회적지지 추구에서 통계적으로 유의한 상관관계를 나타냈다($r = -.37, -.30, p < .01$). 반면, 소극적 대처에 해당하는 감정완화 전략은 직장문화 스트레스에서($r = .12, p < .05$) 유의한 상관관계를 나타내었고, 소망적사고 전략과 직무요구 스트레스도 통계적으로 유의한 상관관계를 나타냈다($r = .13, p < .01$) (Table 6).

Table 4. Scores on the KOSS-SF

(N=406)

Variable	Category	M (SD)		
		Male	Female	Total
KOSS-SF	Job insecurity	37.89(25.51)	41.67(24.61)	40.72(24.85)
	Work culture	40.96(22.22)	45.91(21.87)	44.77(22.02)
	Organizational system	45.74(16.06)	49.20(16.93)	48.40(16.77)
	Lack of autonomy	36.26(17.27)	39.26(15.88)	38.57(16.24)
	Lack of reward	43.02(19.16)	50.57(19.70)	48.82(19.81)
	Work demand	54.52(19.58)	55.98(19.46)	55.64(19.47)
	Interpersonal conflict	34.87(16.82)	38.60(17.48)	37.74(17.38)
	Total	41.85(12.52)	45.89(12.59)	44.95(12.67)

KOSS-SF: Korean Occupational Stress Scale-Short Form

Table 5. Scores on the Ways of Coping

(N=406)

Variable	Category (n)	M	SD
Ways of Coping	Social support (30)	20.90	3.22
	Wishful thinking (30)	20.86	3.12
	Problem-based solution (30)	20.46	3.24
	Emotional relaxation (30)	16.92	3.36
	Total (120)	79.14	8.59

Table 6. Correlation Between the KOSS-SF and the Ways of Coping

(N=406)

Ways of Coping	KOSS-SF							
	WC	OS	LA	LR	WD	IC	JI	Total
PS	-.25**	-.32**	-.38**	-.40**	-.10	-.22**	-.09	-.37**
SS	-.16*	-.26**	-.27**	-.29**	.02	-.27**	-.13**	-.30**
ER	.12*	.03	-.02	.01	.06	-.06	.11*	.06
WT	.09	.04	-.04	.02	.13**	.06	.10	.09

* $p < .05$, ** $p < .01$

ER: Emotional Relaxation, JI: Job Insecurity, IC: Interpersonal Conflict, KOSS-SF: Korean Occupational Stress Scale-Short Form, LA: Lack of Autonomy, LR: Lack of Reward, OS: Organizational System, PS: Problem-based Solution, SS: Social Support, WC: Work Culture, WD: Work Demand, WT: Wishful Thinking

IV. 고 찰

본 연구의 목적은 한국 작업치료사의 직무스트레스 및 스트레스 대처전략을 파악하고, 변인간의 관계를 분석함으로써 향후 직무스트레스를 효과적으로 관리 및 대처하기 위한 기초자료를 제공하고자 함이다. 이를 위해 국내 작업치료사를 대상으로 500명을 목표로 모바일과 온라인으로 설문조사를 실시하여 450명(90%)의 응답을 수집하였고, 100% 응답하지 않은 44명을 제외하여 최종적으로 406(81%)명의 응답을 분석하였다. 일반적으로 응답률이 60~80%인 경우 우수한 회수율로 본다(Portney & Watkins, 2009).

분석결과 작업치료사의 직무스트레스는 100점 만점에 평균 44.95점으로 Lee와 Chung (2016)의 연구 결과(43.28점)보다는 1.67점 높은 수준이었고, Kim (2009)의 연구 결과(44.78점)와는 비슷한 수준으로 나타났다.

한국인 근로자의 직무스트레스와 성별에 따라 비교해보면 남자 작업치료사의 경우 총점이 41.85점으로 한국인 남성 근로자의 하위 25%에 해당하여 전국 근로자들의 평균에 비하여 직무스트레스에 덜 노출되어있었고, 여자 작업치료사는 총점 45.89점으로 하위 50%에 속했다(한국산업안전공단, 2004). 이는 Cho (2005)의 연구에서 병원종사자 중 여성이 남성보다 직무스트레스 수준이 높았다는 연구결과와 일치한다.

본 연구의 작업치료사의 직무스트레스는 유사 직종인 물리치료사의 직무스트레스 총점 45.13점보다는 낮은 수준이었다(Kim, 2015). Hwang과 Myoung (2014)의 연구에서 물리치료사의 남녀의 각 요인별 직무스트레스 평균을 본 연구와 비교했을 때 남녀 모두 물리치료사의

직무스트레스가 더 높았으며, 작업치료사의 경우 남녀 모두 직무요구에 관한 직무스트레스가 높은 반면, 물리치료사의 경우 남성은 직무요구, 여성은 직장문화에 관한 직무스트레스 수준이 높았다. Kim (2011)이 보고한 간호사의 직무스트레스가 우울감에 미치는 영향에 관한 연구를 보면, 간호사의 직무요구(65.74), 보상부적절(58.85), 직무자율성결여(58.40), 조직체계(54.57), 관계갈등(50.12) 그리고 총점(52.66)은 본 연구의 작업치료사 직무스트레스 수준보다 높았다. 이는 간호사가 작업치료사와는 다르게 24시간 환자에게 서비스를 제공하기 위한 교대근무형태와 환자의 생명과 직결되는 업무를 담당하기 때문으로 이해된다.

본 연구에서는 작업치료사의 직무스트레스 요인 중 직무요구에 대한 스트레스가 가장 높았다. 이는 Kim (2009)의 연구와, Lee와 Chung (2016)의 연구와 일치하며 Han 등(2008)의 연구에서는 작업치료사의 직무스트레스 요인을 ‘업무량 과중’, ‘전문직으로서의 역할 갈등’, ‘전문지식과 기술의 부족’, ‘대인관계상의 문제’, ‘의사와의 관계 및 업무상 갈등’, ‘치료의 한계에 대한 심적 부담’, ‘부적절한 대우’, ‘부적절한 보상’, ‘부적절한 물리적 환경’의 9가지 요인으로 설명하였고, 그 중 ‘업무량 과중’요인에서 높은 스트레스를 보였다. ‘업무량 과중’요인은 본 연구에서의 ‘직무요구’에 상응 하는 요인으로 볼 수 있다.

국외의 연구를 보면, Sweeny 등(1993)이 영국 작업치료사를 대상으로 직무스트레스에 관한 연구를 실시한 결과 ‘전문적 가치’, ‘자원과 요구’, ‘보상’, ‘환자와의 관계’로 직무스트레스 요인을 설명하는 설문지를 개발하였다. Wressle과 Oberg (1998)의 연구와 최근 Wressle과 Samuelsson (2014)의 연구에서는 스웨덴 작업치료

사를 대상으로 Sweeny 등(1993)이 개발한 설문지를 사용하여 직무스트레스를 측정한 결과 ‘자원과 요구’가 스트레스 요인으로 작용한다고 보고했고, 싱가포르 작업치료사를 대상으로 한 Tan (2004)의 연구에서도 ‘자원과 요구’요인에서 가장 높은 스트레스를 보였으며 이는 본 연구의 ‘직무요구’에 대한 스트레스가 가장 높은 결과와 유사하였다. 이러한 결과는 정해진 짧은 시간 내에 제공되어야 하는 치료서비스뿐만 아니라 치료준비, 차트작성 등의 부수적인 업무에 대한 부담이 스트레스로 작용하고 있는 것으로 이해된다.

작업치료사는 스트레스 대처전략에 있어 소망적사고, 문제중심, 사회적지지 추구 전략을 비슷한 수준으로 높게 사용하고, 소극적 전략인 감정완화 전략이 낮았다. Kim과 Shin (2006)의 연구에서는 체육교사를 대상으로 스트레스 대처전략을 분석한 결과 본 연구에서 감정완화 전략과 상응하는 요인인 정서 중심적 전략이 가장 높았다는 본 연구와 상반되는 결과를 나타냈다. 요양보호사의 직무스트레스와 직무만족 및 이직의도와의 관계에서 대처전략의 조절효과를 연구한 Lee (2012)의 연구와 의사사회복지사를 대상으로 직무스트레스와 대처전략이 직무만족에 미치는 영향을 보고한 연구에서는 대처전략을 ‘직접행동’, ‘내재화’, ‘외재화’, ‘회피행동’으로 설명하였으며 이 중 ‘직접행동’이 가장 높았다(Park, 2004). 문제를 해결하기 위해 직접적인 행동을 취하거나, 다른 사람과 논의하는 ‘직접행동’은 본 연구에서의 적극적 대처전략의 ‘문제중심’과 ‘사회적지지 추구’전략에 상응하는 요인으로 볼 수 있다.

작업치료사의 스트레스 대처전략에 대한 국외 연구는 대부분 질적 연구로 보고되었다(Brice, 2001; Gupta, 2012; Hooley, 1997; Sweeny et al., 1993). 영국 작업치료사를 대상으로 한 Sweeney 등(1993)의 연구에서는 대처전략으로 대부분이 사회적 지지와 문제해결, 다양한 에너지소비활동에 참여한다고 보고하였다. Hooley (1997)는 에이즈환자의 재활을 하는 미국 작업치료사 3명을 대상으로 질병과 스트레스에 대한 대처전략을 연구한 결과 개인적 차원에서는 다른 사람과 대화하기, 운동, 업무외적인 삶(여가) 갖기가 있고, 기관에서는 직원들을 위한 프로그램을 진행한다고 보고하였다. Brice (2001)는 정신보건영역에서 근무하는 작업치료

사들이 경험하는 감정노동과 대처전략을 조사한 결과 동료와의 토론, 지지나 지도받는 등의 전략을 주요 전략으로 나타내었다. Gupta 등(2012)의 연구에서는 캐나다 작업치료사를 대상으로 직무탈진에 대한 대처능력을 직장 가정의 경계구분, 직장 가정에서의 지지, 자기관리, 업무에 대한 만족으로 설명하였다. 이러한 결과는 본 연구에서 국내 작업치료사들이 높은 수준으로 사용하는 ‘사회적지지 추구’전략과 유사하다고 볼 수 있다.

작업치료사의 스트레스 대처전략과 직무스트레스 간의 상관성을 살펴본 결과 적극적 대처에 해당하는 문제중심과 사회적지지 추구 전략을 사용할수록 직무스트레스가 감소하는 음의 상관관계를 나타냈다. 반면 소극적 대처에 해당하는 소망적사고와 감정완화 전략을 사용할수록 직무요구, 직무 불안정에 대한 스트레스 수치가 증가하는 양의 상관관계를 나타냈다. 적극적 대처전략이 소극적 대처전략보다 직무스트레스 감소에 긍정적이고 효과적이라는 선행연구들의 보고와, 적극적 대처전략이 소극적 대처전략보다 직무탈진의 수준을 감소시킨다는 선행연구들은 본 연구의 결과를 지지해준다(Billing & Moos, 1981; Jang, 2013; Lazarus & Folkman, 1984; Jung, 2004; Kim, & Shin, 2006). 또한 문제중심 전략은 지각된 스트레스가 통제 가능한 경우 스트레스에 효과적이며, 정서중심 전략(본 연구에서 감정완화 전략)은 지각된 스트레스가 통제 불가능 할 경우 스트레스에 효과적이라고 보고하였다(Aldwin & Revenson, 1987; Conway & Terry, 1992; Forsythe & Compas, 1987). 즉 스트레스의 적응 결과는 지각된 스트레스 성질에 맞는 대처전략이 선택되었는지에 따라 다르며, 맞지 않는 대처전략이 존재할 수 있다는 것이다. 따라서 개인은 스트레스를 효율적으로 관리할 수 있도록 대처전략을 선택할 필요가 있다고 사료된다.

본 연구결과를 바탕으로 국내 작업치료사의 직무스트레스에 대한 대처전략을 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 작업치료사는 지각하는 스트레스에 적절한 대처전략을 선택해야하며 소극적인 대처전략보다 문제중심 전략과 사회적지지 추구전략 같은 적극적인 대처전략을 모색할 필요가 있다.

둘째, 작업치료사의 개인적 업무 부담을 줄이기 위해 기관 측에서는 과다업무에 대한 충분한 인력 확충 및 개

인별 담당 환자를 균형 있게 배정하고, 탄력적 근무시간을 운영하는 등의 치우개선의 노력이 요구된다.

셋째, 기관에서는 치료사의 기초체력단련과 상사 및 동료들 간의 원활한 의사소통을 통해 작업치료사의 대처전략을 지지할 수 있도록 동료 간 네트워킹을 형성할 기회를 제공할 필요가 있다.

본 연구의 제한점으로는 첫째, 대상자를 할당표본추출 방법을 이용하여 전국단위로 모집했으나, 참여 인원수가 제한적이었고 비확률 표본추출 방법이기 때문에 일부의 연령대와 경력에 대상자가 편중되어 있을 가능성이 있다. 둘째, 온라인과 모바일링크를 사용한 설문조사가 높은 응답 회수율을 보였으나, 일부 기기의 경우 설문링크가 모바일 호환이 되지 않아 내용 가독성이 떨어진 경우도 있었을 것으로 판단된다. 셋째, 본 연구에서 사용한 직무스트레스와 스트레스 대처방식척도가 표준화된 척도이나 응답자의 주관적인 자기기입 방식에 의해 조사되었기에 응답자가 편의적으로 문항을 이해했을 가능성이 존재한다.

따라서 이후 연구에서는 위와 같은 제한점을 고려하여 작업치료사의 직무스트레스 대처방법에 대한 다양한 연구들이 이루어져야 할 것이다.

V. 결 론

본 연구에서는 작업치료사가 지각하는 직무스트레스와 대처전략을 조사하고 상관관계를 분석하여 작업치료사의 직무스트레스를 효율적으로 관리하는데 있어 기초 자료를 제공하고자 하였다. 설문조사는 온라인과 모바일을 통해 2016년 10월 1일부터 31일까지 1개월간 실시되었다. 수집된 자료를 분석한 결과 작업치료사의 직무스트레스는 직무요구 요인이 가장 높았고, 주로 적극적 대처전략을 사용하고 있었으며, 이러한 적극적인 대처전략은 직무스트레스와 통계적으로 유의한 음의 상관관계를 나타내었다. 작업치료사 개인은 개별적으로 스트레스를 효과적으로 조절할 수 있는 적절한 대처전략을 모색할 필요가 있으며, 기관은 작업치료사들이 스트레스를 적절하게 관리하여 치료서비스의 질을 높일 수 있도록 근무시간의 유연성과 동료들 간의 서로의 대처전략을 지지 할 수 있는 네트워킹을 형성할 기회를 제공할 필요가 있다.

References

- 대한작업치료사협회. (2016). 제23차 정기대의원총회 자료집. 서울, 한국: 대한작업치료사협회.
- 한국산업안전공단. (2004, 가을). 한국인 직무 스트레스 측정 도구의 개발 및 표준화연구(2차년도). Retrieved from <http://www.kosha.or.kr/main.do?chk=1>
- Aldwin, C. M., & Revenson, T. A. (1987). Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(2), 337-348.
- American Occupational Therapy Association. (2016). *Occupational therapy*. Retrieved from <http://www.aota.org/About-Occupational-Therapy/Patients-Clients.aspx>
- Balogun, J. A., Titiloye, V., Balogun, A., Oyeyemi, A., & Katz, J. (2002). Prevalence and determinants of burnout among physical and occupational therapists. *Journal of Allied Health*, 31(3), 131-139.
- Bhagat, R. S., McQuaid, S. J., Lindholm, H., & Segovis, J. (1985). Total life stress: A multimethod validation of the construct and its effects on organizational valued outcomes and withdrawal behaviors. *Journal of Applied Psychology*, 70(1), 202-214.
- Billings, A. G., & Moos, R. H. (1981). The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events. *Journal of Behavior Medicine*, 4(2), 139-157.
- Brice, H. E. (2001). Working with adults with enduring mental illness: Emotional demands experienced by occupational therapists and the coping strategies they employ. *British Journal of Occupational Therapy*, 64(4), 175-183. doi:10.1177/030802260106400404
- Cha, Y. J. (2012). Comparative study on the impact factors in job stress in occupational therapists

- working in Korean: A systematic review and meta-analysis. *Journal of the Korea Contents Association*, 12(6), 380–389.
- Chang, S. J., Koh, S. B., Kang, D. M., Kim, S. A., Kang, M. G., Lee, C. G., ... & Chung, J. J. (2005). Developing and occupational stress scale for Korean employees. *Korean Journal Occupational and Environmental Medicine*, 17(4), 297–317.
- Cho, S. G. (2005). *A study on the relationship of job stressors and lifestyle behaviors to psychosocial wellbeing status among hospital workers* (Master's thesis). Yonsei University, Seoul.
- Choi, J. S., & Song, B. N. (2012). The correlations between job-stress and job-relation feature in occupational therapist working in nursing home facility. *Journal of Korean Society of Occupational Therapy*, 2(2), 51–60.
- Conway, V. J., & Terry, D. J. (1992). Appraised controllability as a moderator of the effectiveness of different coping strategies: A test of the goodness of fit hypothesis. *Australian Journal of Psychology*, 44(1), 1–7.
- Cunningham, W. B. (1983). Teacher burnout. *Urban Review*, 15(1), 37–51.
- Dong, J. I., Ryu, H. G., & Bae, S. K. (2008). An analysis of work stress of physical therapist and reaction. *Korean Journal of Health Service Management*, 2(1), 37–58.
- Edwards, D., & Burnard, P. (2003). A systematic review of the effects of stress and coping strategies used by occupational therapists working in mental health settings. *British Journal of Occupational Therapy*, 66(8), 345–355. doi:10.1177/030802260306600803
- Freudenberger, H. (1977). Burnout: The organizational menace. *Training and Development Journal*, 31(7), 26–27.
- Forsythe, C. K., & Compas, B. E. (1987). Interaction of cognitive appraisal of stressful events and coping: Testing the goodness of fit hypothesis. *Cognitive Therapy and Research*, 11(4), 473–485.
- GrusiFarshi, M., & Moslemi, M. (2005). Investigate the relationship between burnout and coping techniques nurses kurdistan province. *Quarterly Journal of Psychological Studies*, 1(4–5), 5–19.
- Gupta, S., Paterson, M. L., Lysaght, R. M., & Von Zweck, C. M. (2012). Experiences of burnout and coping strategies utilized by occupational therapists. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 79(2), 86–95.
- Han, D. S., Jung, M. Y., Yoo, E. Y., & Chung, B. I. (2008). The factors of work-related stress in occupational therapist working on hospitals. *Journal of Korean Society of Occupational Therapy*, 16(1), 109–118.
- Hooley, L. (1997). Circumventing burnout in AIDS care. *American Journal of Occupational Therapy*, 51(9), 759–766.
- Hwang, R., & Myoung, S. M. (2014). Empirical verification of the Korean occupational stress scale in physical therapist. *Journal of the Korea Contents Association*, 14(11), 849–857.
- Hwang, Y. K. (2013). *Relationship among self-efficacy, campus life satisfaction, stress perception and stress coping style of rural college students* (Master's thesis). Inje University, Kimhae.
- Jang, H. I. (2013). *The effects of stress coping on Quality of life of middle-age people participating in climbing activities* (Master's thesis). Dong Eui University, Busan.
- Jeong, E. G., & Hwang, Y. S. (2009). A study on the evaluation of universal design feature in rehabilitation's hospital lobby space. *Journal of the Korea Institute of Spatial Design*, 4(2), 71–78.

- Jeong, J. H. (2011). *The impact of job stress on the quality of medical services among occupational therapists* (Master's thesis). Yonsei University, Seoul.
- Jeong W. M., Choi, H. S., & Lee J. Y. (2000). Demand and supply for occupational therapist. *Journal of Korean Society of Occupational Therapy*, 8(1), 111–120.
- Jose, T. T., & Bhat, S. M. (2013). A descriptive study on stress and coping of nurses working in selected hospitals of Udupi and Mangalore districts Karnataka, India. *International Organization of Scientific Research Journal of Nursing and Health Science*, 3(1), 10–18. doi:10.5958/0974–9357.2015.00155.5
- Jung, E. J. (2004). *Emotion and stress coping strategies as a moderator in relation between job stressors and job burnout* (Master's thesis). Korea University, Seoul.
- Jung, E. J., & Ahn, C. Y. (2012). Gender influences on the job stress and stress coping strategies. *Women's Studies*, 82(1), 137–162.
- Kim, B. H., & Shin, J. T. (2006). Coping strategy of physical education teachers and relationship between job burnout. *Korean Journal of Sport Science*, 17(4), 93–101.
- Kim, H. S. (2005). *The effect of the job stress in hospital worker on job satisfaction and organizational commitment* (Master's thesis). Yonsei University, Seoul.
- Kim, J. H. (1987). *Relations of perceived stress, cognitive set, and coping behaviors to depression* (Doctoral dissertation). Seoul University, Seoul.
- Kim, J. H., Hyun M. Y., & Kim, S. Y. (2009). Job stress, depression, social support, and coping strategies of clinical nurses. *Korean Journal of Occupational Health Nursing*, 18(2), 6152–6159.
- Kim, J. H., Lee, J. M., & Kim, H. (2015). A phenomenological study on work stress of new adult occupational therapist in rehabilitation hospital. *Korean Society of Cognitive Rehabilitation*, 4(1), 41–64.
- Kim, J. J. (2009). *The relationship between occupational stress and burnout among occupational therapist* (Master's thesis). Yonsei University, Seoul.
- Kim, R. Y. (2014). *Connections between the job stress of occupational therapists and the service quality of occupational therapy* (Master's thesis). Chungnam National University, Daejeon.
- Kim, T. K. (2011). *The effect of job stress for depression in clinical nurses* (Master's thesis). Chungju National University, Chungju.
- Kim, Y. J. (2015). *Relationship between occupational stress and quality of life among occupational therapist in rehabilitation hospital* (Master's thesis). Hanseo University, Seosan.
- Kramen-Kahn, B., & Hansen, N. D. (1998). Rafting the rapids: Occupational hazards, rewards, and coping strategies of psychotherapists. *Professional Psychology: Research and Practice*, 29(2), 130–134.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York, NY: McGraw-Hill.
- Lee, E. Y. (2006). *Study on the effects of nursing home employees's job stress on their quality of care service* (Master's thesis). Ewha University, Seoul.
- Lee, H. K., & Chung, J. Y. (2016). Factors of job stress influencing burnout and compassion satisfaction in occupational therapist. *Journal of Special Education and Rehabilitation Science*, 55(1), 233–245.
- Lee, H. R. (2012). *The moderating effect of coping strategies on the relationships between job stress and job satisfaction and turnover intention*

- of home helper (Doctoral dissertation). Daegu Haany University, Daegu.
- Lee, N. Y. (2016). *The effects of empathy and life stress on stress coping strategy of nursing student* (Master's thesis). Gongju University, Gongju.
- Nam, I. S., & Lee, S. W. (2010). The effect of stress coping strategy on job burnout and job attitude of special teachers. *Korean Society of Education for Hearing-Language Impairment*, 1(1), 149-173.
- Organization for Economic Co-operation and Development. (2016). *Organization for economic co-operation and development Health statistics 2016*. Retrieved from http://stats.oecd.org/index.aspx?DataSetCode=HEALTH_STAT
- Park, J. J. (2015). *The impact of job stress on burnout among public social worker in South Korea: The moderating effect of coping style* (Doctoral dissertation). Inje University, Kimhae.
- Park, S. J. (2004). *A study on the stress of medical social workers and the effect of management strategy on satisfaction in the work* (Master's thesis). Seoul Women's University, Seoul.
- Portney, L. G., & Watkins, M. P. (2009). *Foundations of clinical research: Applications to practice* (3rd ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall.
- Ramezanli, S., Koshkaki, A. R., Talebizadeh, M., Jahromi, Z. B., & Jahromi, M. K. (2015). A study of the coping strategies used by nurses working in the intensive care units of hospitals affiliated to jahrom university of medical sciences. *International Journal of Current Microbiology and Applied Sciences*, 4(4), 157-163.
- Sweeney, G. M., Nichols, K. A., & Cormack, M. (1993). Job stress in occupational therapy: Coping strategies, stress management techniques and recommendations for change. *British Journal of Occupational Therapy*, 56(4), 140-145. doi:10.1177/030802269305600409
- Tan, B. L. (2004). Irrational beliefs and job stress among occupational therapists insingapore. *British Journal of Occupational Therapy*, 67(7), 303-309. doi:10.1177/030802260406700704
- Vitaliano, P. P., Russo, J., Carr, J. E., Maiuro, R. D., & Becker, J. (1985). The ways of coping checklist: Revision and psychometric properties. *Multivariate Behavioral Research*, 20(1), 3-26.
- Wilkins, K. (2007). Work stress among health care providers. *Health Reports*, 18(4), 33-36.
- World Federation of Occupational Therapists. (2010). *World federation of occupational therapists statement on occupational therapy*. Retrieved from <http://www.wfot.org/Portals/0/PDF/STATEMENT%20ON%20OCCUPATIONAL%20THERAPY%20300811.pdf>
- World Health Organization. (2016). *Global health observatory data*. Retrieved from <http://www.who.int/gho/en/>
- Wressle, E., & Oberg, B. (1998). Work-relate stress among occupational therapists in Sweden. *British Journal of Occupational Therapy*, 61(10), 467-472.
- Wressle, E., & Samuelsson, K. (2014). High job demands and lack of time: A future challenge in occupational therapy. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 21(6), 421-428. doi: 10.3109/11038128.2014.941929
- Yang, Y. A., Hur, J. G., Noh, Y. M., & Lee, G. C. (2007). The study of job stress in occupational therapist. *Journal of the Ergonomics Society of Korea*, 26(3), 1-9.
- Yeo, J. Y., & Kim, H. R. (2014). Assessment of korea health care system performance during 2000~2010. *Korean Journal of Health Economics and Policy*, 20(4), 123-144.

Abstract

Coping Strategies for Job-Related Stress of Occupational Therapists in Korea

Cho, Doo-Na*, M.Sc., O.T., Kang, Dae-Hyuk**, Ph.D., O.T.,
Lee, Teak-Young**, Ph.D., O.T.

*Dept. of Occupational Therapy, Hanseo University Graduate School

**Dept. of Occupational Therapy, Hanseo University

Objective : The purpose of this study was to investigate the relationship between job-related stress and coping strategies of Korean occupational therapists, and to suggest strategies for managing such stress.

Methods : The survey participants were recruited from the database of the Korea Association of Occupational Therapists, and Quota sampling was used based on the gender ratio and geographic areas. The survey was conducted from October 1 to 31, 2016 through an online survey system. A total of 450 occupational therapists responded, and 406 responses were analyzed, with 44 incomplete responses.

Results : Job-related stress such as work demand, lack of reward, and the organizational system were higher than the total average. The main factor of job-related stress was work demand. The strategies for stress management commonly used by occupational therapists were wishful thinking, problem-focused coping, social support, and emotional relaxation in that order. On the other hand, emotional relaxation, which is a passive strategy, was relatively low in use. Statistically significant relationships ($r = -.37, -.30, p < .01$) were found between active stress management strategies (problem-based and social support) and job related stress.

Conclusion : Occupational therapists need to identify the cause of job related stress, and establish individual coping strategies rather than avoiding them. In addition, the work place should promote quality occupational therapy service through various work environment improvement programs supporting job-related stress management.

Key words : Coping strategies, Job related stress, Occupational therapist