

석사학위논문

교사의 여가활동참여유형 , 직무스트레스 및 생활만족도의 관계분석

지도교수 김 철 원



제주대학교 교육대학원

체육교육전공

이 수 완

2000년 8월

교사의 여가활동참여유형, 직무스트레스 및 생활만족도의 관계분석

지도교수 김 철 원

이 논문을 교육학 석사학위논문으로 제출함.

2000년 6월 일

제주대학교 교육대학원 체육교육전공



이수완의 교육학 석사학위논문을 인준함.

2000년 7월 일

심사위원장 김 승 坤
심사위원 吳 萬元
심사위원 金 鐵元

교사의 여가활동참여유형, 직무스트레스 및 생활만족도의 관계분석

이 수 완

제주대학교 교육대학원 체육교육전공.

지도교수 김 철 위

본 연구는 제주도내 초·중·고등학교에 근무하고 있는 교사들의 여가활동 참여에 따른 직무스트레스 및 생활만족도의 관계를 실증적으로 파악하는데 그 목적이 있다. 이러한 연구목적을 달성하기 위해 제주도 소재 초·중·고등학교 684명을 대상으로 설문조사를 실시하였으며, 그 결과를 SPSS 프로그램을 이용하여 분석한 결과, 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 배경변인에 따른 직무스트레스와 생활만족도의 차이

1) 배경변인에 따른 직무스트레스는 차이가 있는 것으로 나타났다. 성별로는 여자 교사가 상급자, 업무부담, 이로 인한 스트레스를, 연령별로는 20대 교사가 학생지도로 인한 스트레스를, 50대 교사는 업무부담과 인사 및 대우로 인한 스트레스를 많이 느끼는 것으로 나타났다. 경력별로는 경력이 10년 이하인 교사는 상급자와 학생지도, 업무부담으로 인해 스트레스를, 경력이 많을수록 인사와 대우로 인한 스트레스를 느끼고 있었다. 학교급별로는 초등학교 교사는 업무부담으로 인한 스트레스를, 중학교 교사는 인사 및 대우로 인한 스트레스를 느끼고 있었으며, 결혼하지 않은 교사는 상급자, 학생지도, 업무부담으로 인한 스트레스를, 결혼한 교사는 인사와 대우로 인해 스트레스를 느끼는 것으로 나타났다. 소득수준별로는 수입이 150만원 미만인 교사는 상급자, 학생지도, 업무부담으로 인한 스트레스를, 수입이 210-250만원인 교사는 인사와 대우로 인한 스트레스를 느꼈다. 직급별로는 평교사는 상급자로 인한 스트레스를, 부장교사는 인사와 대우로 인해 스트레스를 느끼는 것으로 나타났다.

2) 교사의 배경변인에 따른 생활만족도는 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다.

2. 교사들의 여가활동유형별 참여수준에 따른 직무스트레스, 생활만족도의 차이

- 1) 건강·스포츠활동 참여수준에 따라 상급자, 불화와 갈등, 학생지도, 업무부담, 인사 및 대우로 인한 스트레스의 차이가 있었으며, 참여수준이 낮은 교사가 스트레스를 많이 느끼는 것으로 나타났다.
- 2) 취미·교양활동 참여수준에 따라 상급자, 불화와 갈등, 학생지도, 업무부담, 인사 및 대우로 인한 스트레스의 차이가 있었으며, 참여수준이 낮은 교사가 스트레스를 더 많이 느끼는 것으로 나타났다.

※ 본 논문은 2000년 8월 제주대학교 교육대학원 위원회에 제출된 교육학 석사학위논문임.

- 3) 오락·사교활동 참여수준에 따라 학생지도와 인사 및 대우로 인한 스트레스의 차이가 있었으며, 참여수준이 낮은 교사가 스트레스를 많이 느끼는 것으로 나타났다.
- 4) 봉사·종교 참여수준에 따라 불화와 갈등, 업무부담, 인사 및 대우로 인한 스트레스의 차이가 있었으며, 참여수준이 낮은 교사가 스트레스를 많이 느끼는 것으로 나타났다.
- 5) 건강·스포츠활동, 취미·교양활동, 관람·감상활동, 오락·사교활동, 봉사·종교활동에 대한 참여수준이 높을수록 생활만족도는 높은 것으로 나타났다. 여가활동유형별로는 봉사·종교활동에 관심이 있는 교사가 생활만족도가 가장 높았고, 관람·봉사 활동에 관심이 있는 교사가 생활만족도가 가장 낮은 것으로 나타났다.

3. 직무스트레스에 따른 생활만족도

상급자, 불화 및 갈등, 학생지도, 업무부담, 인사 및 대우로 인한 스트레스가 적을수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났다.

4. 여가활동유형에 따른 직무스트레스, 생활만족도

건강·스포츠활동은 상급자 스트레스와 불화와 갈등 스트레스, 업무부담 스트레스, 인사 및 대우 스트레스에 영향을 미쳤으며, 취미·교양활동은 상급자 스트레스와 학생지도 스트레스, 업무부담 스트레스에 영향을 미쳤다. 따라서 건강·스포츠활동과 취미·교양활동이 직무스트레스에 영향을 미치는 것으로 나타났다.



5. 여가활동유형에 따른 생활만족도

건강·스포츠활동, 취미·교양활동, 관람·감상활동, 오락·사교활동, 봉사·종교활동은 생활만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

6. 여가활동유형, 직무스트레스 및 생활만족도

건강·스포츠활동은 직무스트레스에 영향을 미쳤으며, 취미·교양활동은 직무스트레스와 생활만족도에, 봉사·종교활동은 생활만족도에 영향을 미쳤고, 또한 직무스트레스는 생활만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

목 차

I. 서 론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구 문제	2
3. 연구 변인과 가설	3
4. 용어의 정의	4
5. 연구의 제한점	5
II. 이론적 배경	6
1. 여가활동	6
2. 직무스트레스	10
3. 생활만족도	13
4. 선행 연구의 고찰	15
III. 연구 방법	20
1. 연구 대상	20
2. 조사 도구	20
3. 연구 절차	22
4. 자료 처리	22
IV. 연구 결과	24
1. 배경변인에 따른 직무스트레스와 생활만족도	24
2. 여가활동유형별 참여수준에 따른 직무스트레스, 생활만족도의 차이	32
3. 교사의 직무스트레스와 생활만족도 관계	39

4. 여가활동유형과 직무스트레스	40
5. 여가활동유형과 생활만족도	44
6. 여가활동유형, 직무스트레스 및 생활만족도	45
V. 논 의	49
VI. 결 론	52
참고문헌	56
Abstract	61
부 록 I	64
부 록 II	65
부 록III	66



표 목 차

<표 1> 표집 인원	20
<표 2> 설문지의 구성지표	22
<표 3> 성별에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과	24
<표 4> 연령에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과	25
<표 5> 경력에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과	26
<표 6> 학교급별에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과	28
<표 7> 결혼유무에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과	29
<표 8> 소득수준에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과	30
<표 9> 직급에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과	31
<표 10> 건강·스포츠활동에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과	32
<표 11> 취미·교양활동에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과	33
<표 12> 관람·감상활동에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과	35
<표 13> 오락·사교활동에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과	36
<표 14> 봉사·종교활동에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과	37
<표 15> 여가활동유형에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과	38
<표 16> 교사의 직무스트레스와 생활만족도	39
<표 17> 여가활동유형이 상급자 스트레스에 미치는 영향	40
<표 18> 여가활동유형이 불화·갈등 스트레스에 미치는 영향	41
<표 19> 여가활동유형이 학생지도 스트레스에 미치는 영향	42
<표 20> 여가활동유형이 업무부담 스트레스에 미치는 영향	43
<표 21> 여가활동유형이 인사 및 대우 스트레스에 미치는 영향	44
<표 22> 여가활동유형이 생활만족도에 미치는 영향	45
<표 23> 여가활동유형이 직무스트레스에 미치는 영향	46
<표 24> 여가활동유형 및 직무스트레스가 생활만족도에 미치는 영향	47

그림 목 차

<그림 1> 연구 모형	3
<그림 2> 여가활동유형, 직무스트레스 및 생활만족도간의 인과모형	48



I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

오늘날 같이 고도로 산업화된 사회에서 있어서는 여가에 대한 욕구가 점차 증대되고 있다. 현대인의 여가는 산업사회의 특징인 노동시간 단축, 생산성향상 및 사회복지에 대한 국민의식의 제고 등과 더불어 양적, 질적으로 증대되고 있다. 따라서 현대생활에서 여가의 의미와 중요성은 어느 때보다 강조되고 있다.

여가활동은 정신적, 신체적인 피로를 풀고 새로운 힘을 가질 수 있도록 하는 기능뿐만 아니라 사회생활 속에서 받게 되는 스트레스나 욕구불만, 갈등, 좌절감, 정서적 불안 등을 해소시켜 줌으로써 정서적으로 안정을 찾을 수 있도록 해준다. 또한 우리는 여가활동을 통해 사회생활을 영위하는데 필요한 사회적 역할 수행의 기술을 터득할 수도 있고, 조화로운 인간관계를 형성할 수 있는 능력과 기술을 터득함으로써 타인과의 원만한 공동생활 속에서 문화적 유산을 계승하고 새로운 문화를 창조할 수 있게 된다(권이중, 1994).

이처럼 여가생활은 인간생활의 질을 높여주는 중요한 수단이 되고 있다. 즉, 여가는 개인이 휴식, 쾌락, 만족감, 즐거움과 같은 삶의 질적인 면을 추구하고자 할 때 자유롭게 선택하는 신체적, 정신적 활동으로 생활의 재충전의 기회를 제공하여 주는 역할을 한다. 특히 국민 생활양식에 여가에 대한 관심이 커지고, 이러한 여가활동을 통하여 그들이 느끼는 생활에 대한 만족도는 더욱 높게 나타나고 있다. 이러한 맥락에서 볼 때, 개인이 추구하는 행복이나 생활만족도는, 특히 생활체육과 예술·문화활동을 중심으로 한 능동적 여가에 참여함으로써 증진될 수 있다(이종길 외, 1992).

Regheb와 Griffith(1982)의 연구에 의하면 여가활동의 다양성이나 활동수준과 같은 양적 측면보다는 사회심리학적 측면에서 활동과정 중에 일어나는 여가만족과 몰입경험의 정도가 삶의 질에 높은 관련성이 있다고 한다. 따라서 여가활동은 생활의

부적요소인 직무스트레스 해소에도 영향을 미침을 알 수 있다. 그러나 지금까지의 연구들은 여가행동에 영향을 미치는 요인, 여가에 대한 만족도, 직무만족, 여가동기, 여가실태에 대한 연구가 대부분이며, 여가활동유형이 학교상황에서 교사의 직무스트레스와 같은 내적 요인과의 관계에 대한 연구는 미흡한 실정이다.

직무스트레스는 직무를 수행하는 과정에서 대인간, 부서간, 합의되지 못하는 상황에 직면하게 됨으로써 발생하는 정신적 스트레스이다. 그런데 이러한 스트레스는 개인의 노력과 사회적 후원자의 완충적 역할로 실제로 개인이 경험하는 스트레스 정도는 다소 완화될 수 있다(신유근, 1990).

따라서 본 연구는 건전한 여가활동 참여로 인하여 일상 생활 뿐만 아니라 직무로 인한 각종 스트레스를 해소하고 교사들의 여가활동유형과 직무스트레스 및 생활만족도에 관한 관계를 분석함으로써, 여가활동을 통하여 보다 나은 삶을 영위하는데 기여가 될 것이라고 보고 본 연구의 필요성을 느낀다.

이러한 관점에서 본 연구는 제주도내 초·중·고등학교에 근무하고 있는 교사들의 여가활동 참여에 따른 직무스트레스 및 생활만족도의 관계를 실증적으로 파악하는데 그 목적이 있다.



2. 연구 문제

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

첫째, 배경변인에 따라 직무스트레스와 생활만족도는 차이가 있는가?

둘째, 교사의 여가활동유형별 참여수준 따라서 직무스트레스, 생활만족도는 차이는 있는가?

셋째, 교사의 직무스트레스는 생활만족도에 어떤 영향을 미치는가?

넷째, 교사의 여가활동유형은 직무스트레스에 어떤 영향을 미치는가?

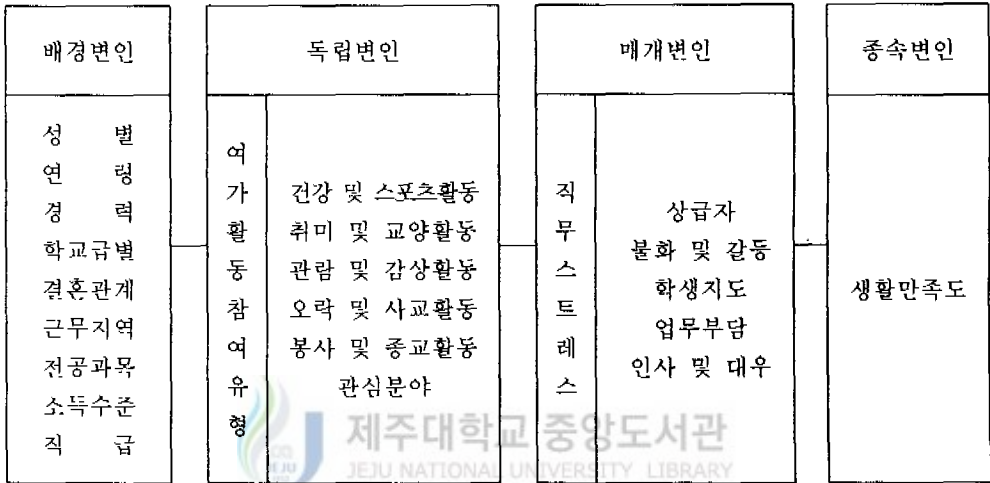
다섯째, 교사의 여가활동유형은 생활만족도에 어떤 영향을 미치는가?

여섯째, 교사의 여가활동, 직무스트레스 및 생활만족도는 인과관계가 있는가?

3. 연구 변인과 가설

1) 연구 변인

본 연구에서 교사들의 여가활동참여유형에 따른 생활만족도 및 직무스트레스의 관계를 알아보기 위하여 <그림 1>과 같이 변인을 설정하였다.



<그림 1> 연구 모형

2) 연구 가설

앞에서 설정한 연구모형을 바탕으로 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 1. 교사의 배경 변인에 따라 직무스트레스와 생활만족도는 차이가 있을 것이다.

가설 2. 교사의 여가활동유형별 참여수준에 따라 직무스트레스, 생활만족도는 차이가 있을 것이다.

2-1. 건강 및 스포츠활동 참여수준에 따라 직무스트레스, 생활만족도는 차이가 있을 것이다.

2-2. 취미 및 교양활동 참여수준에 따라 직무스트레스, 생활만족도는 차이가 있을 것이다.

2-3. 관람 및 감상활동 참여수준에 따라 직무스트레스, 생활만족도는 차이가 있을 것이다.

2-4. 오락 및 사교활동 참여수준에 따라 직무스트레스, 생활만족도는 차이가 있을 것이다.

2-5. 봉사 및 종교활동 참여수준에 따라 직무스트레스, 생활만족도는 차이가 있을 것이다.

2-6. 여가활동유형에 따라 직무스트레스, 생활만족도는 차이가 있을 것이다.

가설 3. 교사의 직무스트레스는 생활만족도에 영향을 미칠 것이다.

가설 4. 교사의 여가활동유형은 직무스트레스에 영향을 미칠 것이다.

4-1. 교사의 여가활동유형은 상급자스트레스에 영향을 미칠 것이다.

4-2. 교사의 여가활동유형은 불화 및 갈등스트레스에 영향을 미칠 것이다.

4-3. 교사의 여가활동유형은 학생지도스트레스에 영향을 미칠 것이다.

4-4. 교사의 여가활동유형은 업무부담스트레스에 영향을 미칠 것이다.

4-5. 교사의 여가활동유형은 인사 및 대우스트레스에 영향을 미칠 것이다.

가설 5. 교사의 여가활동유형은 생활만족도에 영향을 미칠 것이다.

가설 6. 여가활동유형, 직무스트레스 및 생활만족도는 인과관계가 있을 것이다.

4. 용어의 정의

1) 여가활동참여유형

조작적으로 본 연구에서는 여가활동참여유형을 건강 및 스포츠활동, 취미 및 교양활동, 관람 및 감상활동, 오락 및 사교활동, 봉사 및 종교활동으로 구분하고 설문지에서 5단계 리커트(Likert) 척도로 응답한 각 활동유형의 측정값을 의미한다.

2) 직무스트레스

직무스트레스란, 스트레스 상황 중 조직 외적 상황은 예외로 하며 조직상황에서 개인이 작업을 수행하는 상황에서 발생하는 중요한 사실에 대한 불확실성 또는 경험상태를 의미한다. 본 연구에서는 상급자, 불화 및 갈등, 학생지도, 업무부담, 인사 및 대우 등의 요인으로 구분하고 5단계 리커트(Likert)척도로 얻어진 측정값을 의미한다.

3) 생활만족도

자신의 행복에 대한 주관적, 인지적 판단 및 평가로 행복에 대한 개인의 생활의 포부와 목적이 조화된 상태를 의미한다. 조작적으로 본 연구에서는 생활만족도 설문 8문항으로 구분하고 5단계 리커트(Likert)척도로 얻어진 값을 의미한다.

5. 연구의 제한점

본 연구는 연구 내용상 다음과 같은 제한점을 지닌다.

첫째, 본 연구는 제주도내 현직 초·중·고교 교사들로 제한하였다.

둘째, 본 연구를 조사하기 위한 방법으로 면담, 관찰 등 여러 가지 방법이 있으나 질문지 방법만을 이용하였다.

II. 이론적 배경

1. 여가활동

1) 여가의 의의 및 기능

(1) 여가의 정의

여가 용어는 의미와 조건과 기능을 포함하는 복합적인 것으로서 본질적으로 명확한 정의를 내릴 수 없는 특징이 있으며, 시대와 학자에 따라 그리고 연구분야에 따라 여러 의미로 사용되어져 왔다. 인간은 직업이나 생활 양식 등에 따라 다소 다르겠지만 일반적으로 일상 생활이 반복되는 사이클을 벗어나지 않는다. 그리하여 인간의 생활시간을 크게 생활 필수 시간, 노동시간 및 자유시간으로 대별하게 될 때 여가는 보통 1일 24시간이라는 절대적인 한계 속에서 생활 필수 시간과 노동시간 등의 구속 시간을 뺀 나머지를 자유시간으로 볼 수 있다.

이러한 생활시간의 배분은 여가의 속성을 이해하는데 있어 기본적인 틀을 제공하고 있는데, Paker(1971)는 여가를 일과 생존을 위한 기초적 욕구가 충족되고 남은 잔여시간으로 보았다. 또한 Wylson(1980)은 여가를 활동과 기회요소의 결합으로 인식하면서 자신의 의사대로 할 수 있는 활동일 뿐만 아니라, 각종 활동의 참여를 제공해 주는 기회로 정의하였고, Weiss는 여가란 인간이 일과 후의 여력 시간을 가장 적절하게 사용함으로써 일을 보다 열심히 한다든가 또는 능률적으로 한다기보다는 무엇을 하든지 그것에 가치를 부여하고 나아가 목표를 세움으로써 최선의 상태에 이를 수 있는 시간을 갖는 것이라고 하였다.

Nelinger(1981)는 여가를 시간적 정의, 활동적 정의, 상태적 정의, 제도적 정의, 포괄적 정의로 구분하고 첫째, 여가의 시간적 해석으로서 인간의 생활시간을 생활 필수시간과 자유시간으로 대별하고, 생활 필수시간과 노동시간 등을 뺀 나머지 자유시간을 말한다. 둘째, 여가에 대한 활동적 정의로서, 여가는 개인이 생활의 만족

을 위한 질을 추구하고자 자유로이 선택하는 활동으로 수면, 식사, 노동과 같이 고도로 상례화된 활동이 아닌 것을 말한다. 셋째, 여가에 대한 상대적 정의로서, 여가는 인간이 활동을 하든 안하든 간에 일상생활의 필요성에 의하여 요구되는 것이 아니고 경험 및 마음의 존재 상태임을 강조한다. 넷째, 여가에 대한 제도적 정의로서, 여가는 시간의 비생산적 소비, 금전의 과시적 소비로 보고, 자유시간의 영역에 속하며 자발적 참여에 의하여 자아만족을 느끼고, 잠재적으로는 모든 영역의 의무와 노력을 포함하여 자기개발을 하고, 또한 타인에 대한 기여를 하게 되는 자율적 활동을 경험하는 것을 말한다. 다섯째, 여가에 대한 포괄적 정의는 여가는 시간적, 활동적, 상대적 그리고 제도적 요소가 적절히 배합된 속성을 갖는다는 것이다.

이상에서 살펴본 바와 같이 여가의 개념은 학자들마다 차이를 조심씩 보이고 있으나 개인의 노동이나 그 밖의 의무적인 일로부터 해방되어 자유로이 긴장을 풀고, 기분전환을 함으로써 사회적 성취를 이루고 개인적 발전을 위하여 활동하게 되는 준비의 시간으로 활동 및 시간적, 상대적, 제도적 차원에서 포괄적으로 설명하고 있음을 알 수 있다.

(2) 여가의 기능



현대 산업사회에서의 급속한 도시화와 기계화, 자동화는 여가의 대중화 시대로 여러 기능의 측면에서 볼 수 있다. 개인적 측면에서 여가는 긴장완화의 기능, 기분전환의 기능, 자아형성·태도와 성격형성, 노동, 정서적, 사회적 기능이 있으며, 사회적 측면에서는 사회학습의 기능, 재생산 기능, 사회적 통합기능, 문화적 기능, 사회문제 해결기능 등이 있다(권이종, 1996). 또한 개인에 대한 여가의 3대 기능으로서 Dumazedier(1967)는 휴식, 기분전환 그리고 자기개발을 들고 있는데, 이에 대해 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 휴식은 육체내 피로의 회복, 즉 노동생활에서 유래하는 육체적, 정신적 과열에서 회복시킨다.

둘째, 기분전환은 보충적 경험이나 일상과 관련된 세계로의 도피를 통해 인간을 정신적 스트레스나 위기로부터 해방시킨다.

셋째, 여가는 자기개발의 기능을 가짐으로써 기능적 일상의 사고나 행동으로부터

개인을 해방시키고 보다 폭넓고 자유로운 사회활동 참가나 실질적 기술훈련 이상의 도약을 가능케 한다. 또한 여가는 평생동안 계속하는 자발적인 학습형태를 낳게 하고 새로운 창조적 태도의 형성을 돕는다. 의무적인 노동으로부터 해방되어 개인은 스스로 선택한 자유로운 훈련을 통해 개인적, 사회적 생활태도 가운데서 자아실현의 길을 펼쳐 나간다(고수민, 1998).

따라서 여가는 작업의 피로나 생활의 권태를 해소시켜 줌으로써 개인, 나아가 사회전체의 생산성을 향상시키고 사회목표 달성에 기여하므로 놀이나 스포츠활동을 통해 집단의 소속감과 일체감 및 사회전체의 결속력을 증대시켜야 한다.

또한 Murph(1981)는 사회에 대한 여가의 기능을 세 가지로 설명하였다. 즉 여가는 인간의 사회화과정을 원조함으로써 사회에 기여하는 기능을 갖는다. 특히 유년기나 청소년기의 유희나 기타의 집단 여가생활은 이들로 하여금 새로운 사회 구성원이 되도록 하는 중요한 수단이 된다. 둘째, 여가생활은 작업의 피로나 권태를 해소시켜 줌으로써 개인뿐만 아니라 사회 전체의 생산성을 높이고 사회의 목표 달성에 기여한다. 셋째, 여가는 일과 같이 한 집단이나 사회에 공동가치를 부여하기 때문에 활동경험을 통하여 연대감을 증가시킬 뿐만 아니라 사회를 통합하고 일체감이거나 소속감을 느끼게 하는 사회적 통합기능을 갖는다고 설명하였다(박무철, 1991).

이상에서 살펴본 바와 같이 여가는 개인적 측면에서나 사회적 측면에서 노동과 함께 문화의 창조 및 계승을 위해 중요한 기능을 하고 있음을 알 수 있다.

2) 여가활동의 유형

여가활동의 유형은 관점에 따라 분류기준과 방법이 상이한 형태로 분류된다. 각 학자들이 분류한 여가활동의 유형을 살펴보면 다음과 같다.

Mckechnie(1974)는 여가활동을 조작적, 공작적, 지적, 일상적, 스포츠, 매혹적 스포츠로 분류하였다. 조작적 활동은 주로 손과 도구를 이용하는 활동을 말하며, 공작적 활동으로 대상을 정해서 만드는 활동이 해당되고, 지적활동은 참여자의 지적욕구를 위해서 하는 활동이다. 일상적 활동은 일상주변에서 행할 수 있는 활동으로서 느린 행동은 댄싱, TV시청 등이 속하고, 빠른 활동은 도박, 경마 등이 해당된다. 스

포츠 활동은 활발한 신체활동을 요구하는 각종 운동종목이 해당되며, 매혹적 스포츠활동은 인내심, 지적, 신체적으로 활동을 요구하는 스포츠 종목으로 양궁, 요트, 등산, 스키 등이 있다.

또한 Szali(1972)는 여가유형을 신체회복활동, 학습, 종교활동, 조직활동 등을 포함하는 준 여가(semi-leisure)와 음악감상, TV시청, 독서, 신문구독, 영화감상 등이 해당되는 수동적 여가(passive leisure), 그리고 완전여가(total leisure)로 관람, 오락, 사교활동과 스포츠, 능동적 여가 및 휴양으로 구분하였다. 또한 Gold(1980)는 여가행동을 활동 경험에 기초하여 활동의 주된 경험이 신체적 노력인 신체적 여가, 활동의 주된 경험이 사회적 상호작용인 사회적 여가, 문화교육 창조 및 심미적인 활동인 인지적 활동, 자연자원을 이용하는 환경 관련적 여가의 네 가지로 구분하였다. Lutzin(1973) 등은 여가활동을 동기 및 표현형태에 따라 다섯 가지로 분류하고 있는데 이에 대해 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 신체적 활동(physical activities)은 스포츠, 게임, 댄스 등 표현형태가 신체를 이용하는 활동이며, 둘째, 사교적 활동(social activities)은 피크닉, 파티, 클럽 등 동기가 대인간의 상호작용인 활동을 말한다. 셋째, 문화적 활동(cultural activities)은 미술, 음악, 연극, 민속 등 예술적, 역사적 기초를 지닌 활동을 말하며, 넷째, 자연적 활동(natural activities)은 낚시, 사냥, 캠핑, 하이킹, 자연학습 등 자연세계와 접촉을 목적으로 한 야외활동이다. 다섯째로, 정신적 활동(mental activities)은 독서, 창작 등 주된 동기 및 표현양식의 지적활동으로 분류하고 있다.

이종길 외(1992)는 여가형태를 스포츠, 문화, 예술활동 등을 하는 능동적 여가와 독서, 음악감상, 낮잠, 영화감상 등을 보는 수동적 여가로 분류하였으며, 임번장 외(1995)는 여가활동유형을 스포츠활동, 취미·교양활동, 놀이·오락활동 등 4개 유형으로 분류하였다.

이와 같이 여가활동의 유형은 분류나 형태, 내용에 있어 매우 상이함을 보이고 있는데, 이는 여가활동이 개인의 내적인 만족을 위해 자유롭게 행하는 것이기 때문에 여가활동유형을 명확하게 분류하기에는 어려움이 따른다는 사실을 말해준다. 그러나 본 연구에서는 여가활동의 유형을 건강·스포츠활동, 취미·교양활동, 관람·감상활동, 오락·사교활동, 봉사·종교활동의 5가지 형태로 분류하고자 한다.

2. 직무스트레스

1) 직무스트레스의 개념

스트레스의 개념에 합의된 정의는 없으나 생리학적 개념, 행동 과학개념으로 분류할 수 있다. 생리학적 관점을 추구하는 학자(Ivancevich & Matheson, 1980)는 스트레스는 인간의 마음이 건강하지 못한 상태를 의미하며, 이는 인체가 정상상태라 볼 수 있는 항상성을 유지하려는 속성을 가진다고 보았다. 또한 행동과학적 스트레스란 개인과 환경간의 상호작용이 자극과 반응의 형태로서, 각 개인이 수용한 심리적 지각의 불균형 상태로 정의하였다(윤병춘, 1997). 즉, 외부적 환경의 자극은 직무 환경의 여건이 되며, 각 개인의 심리적 반응 및 직무 내용의 관리에 관련된다.

이처럼 스트레스에 대한 개념이 학자들에 따라서 다양하듯이 직무스트레스에 대한 개념 또한 명확한 용어나 개념이 정립되어 있지 않다. 용어에 있어서도 작업에 있어서의 스트레스(stress at work), 직업적 스트레스(occupational stress), 조직적 스트레스(organizational stress) 등 여러 가지 용어로 사용되고 있다.

개념적 정의에 있어서도 학자들의 관점에 따라 다양한데, Greenberg((1983)는 스트레스는 생리 및 심리 사회적 차원에서 파악하고 있으며, 주로 세 가지 의미에서 쓰고 있다. 초기의 스트레스 연구자들은 스트레스를 외적 조건에 대한 생리적 반응으로 정의하면서 주로 생리적, 의학적 차원에서 스트레스를 파악하였고, 심리 사회적 차원에서 스트레스를 파악하려는 연구 등은 이를 환경적 자극으로 보거나 개인과 환경 사이의 상호작용으로 보았다.

Blanton(1985)은 직무스트레스란 조직의 요구와 개인의 반응 능력간의 근본적인 불균형 지각으로서 조직 요구에 부응하지 못해 실패하는 경우 중요한 결과를 초래하게 된다. 이런 점을 볼 때, 스트레스는 사람과 환경과의 관계에서 이해해야 한다.

이러한 관점에서 본 연구는 직무스트레스를 조직상황에서 개인이 작업을 수행하는 상황에서 발생하는 중요한 사실에 대한 불확실성 또는 경험상태로 정의하고자 한다.

2) 직무스트레스의 원인과 종류

적정수준의 스트레스는 긍정적 효과를 발휘하여 조직원으로 하여금 성장발전의 기회를 제공하게 되지만 너무 낮거나 너무 높은 스트레스 수준은 오히려 부정적이어서 조직에 손해를 끼치게 할 뿐만 아니라 개인적으로도 신체에 영향을 주어 무력 또는 신체적 질병까지도 일으키게 한다(김아진, 1995).

Ivancevich와 Matheson(1980)은 직무스트레스 개념을 자극, 반응, 개인-환경 상호작용의 개념으로 구분하였는데, 이에 대해 살펴보면 먼저, 자극 개념으로서의 직무스트레스는 환경 내의 자극 특징을 스트레스로 보는 개념이다. Hall과 Mansfield(1971)는 스트레스를 조직이나 개인에게 자극하는 외부적 힘이라고 정의하였다. 그러나 이들 정의에서는 어떤 종류의 상황이 그리고 어떤 속성들이 스트레스를 일으키는가 하는 점과 동일한 자극에 반응하는 개인차의 문제, 그리고 자극의 속성을 측정하는 방법에 관한 문제가 있다.

다음으로 반응 개념의 직무스트레스는 어떤 특정한 반응 또는 반응군을 스트레스로 보거나 적어도 스트레스 개념을 변수로 보는 관점이다. 따라서 어떤 반응 증후가 발생한다는 것은 동시에 스트레스가 발생한다는 것을 의미한다(최혜림, 1986). 이 개념은 주로 생물학 및 의학적 관점에서 연구되었다.

마지막으로 개인과 환경의 상호작용으로서의 직무스트레스이다. 스트레스에 대한 정의를 명확히 하기 위해서는 개인 또는 집단의 내적 과정에 대한 어떤 준거가 포함되어야 한다. 환경적 변화에 대한 이해가 스트레스에 대한 상호작용적 이해의 조그마한 시발점은 되지만 모든 환경의 변화가 위협을 일으키지는 않는다. 우리가 스트레스 반응이라고 생각할 수 있는 여러 종류의 반응들은 객관적으로 불변하는 환경과의 지속적인 상호작용이 결과에 의해 일어나는 것이다. 따라서 이 개념은 스트레스를 환경과 개인의 복잡하고 역동적인 상호작용으로 보고 그 근원을 심리적 과정에 두고 있다.

직무스트레스에 영향을 주는 요인은 수 없이 많다. 어느 한 특정 개인에게는 영향을 조금 주거나 전혀 영향을 주지 않지만 다른 사람에게는 중요한 스트레스 요인으로도 작용할 수 있다. 이러한 스트레스 요인에 대해 Gupta(1981)는 환경적, 조직

적, 개인적 요인으로 분류하고 학교조직과 관련하여 조직 스트레스 요인을 직무특성, 대인관계, 학교의 일반특성으로 분류하였다. 또한 Ivancevich와 Matheson(1980)은 주요 스트레스 요인으로 물리적 환경요인, 개인수준요인, 집단요인, 조직요인, 조직외적 요인으로 나누었다.

Steers(1981)는 직무를 중요시하면서 직무스트레스의 요인을 조직적 영향요인, 개인적 영향요인, 사회적 영향요인으로 구분하였다. 이 중 조직적 영향요인에는 직종의 차이, 역할의 모호성, 역할 갈등, 참여의 결여 등이 있으며, 개인적 영향요인에는 생활변화 속도, 능력과 요건, 내향성과 외향성 등이 있다. 또한 사회적 영향요인에는 대인관계, 사회적응 능력, 활동적 성향 등이 있다.

Arnold(1988)는 직무스트레스의 주요 요인을 직무특성, 대인관계, 개인생활문제라고 구분하여 직무특성에는 역할 모호성, 역할 갈등, 역할 과다 등이 속하며 대인관계에는 대인접촉 빈도, 타부서원과의 접촉, 조직풍토 등이 이에 속한다. 개인생활문제는 지리적 이동, 생활변화율이 속한다고 하였다.

이종목(1989)은 직무스트레스의 유발요인을 물리적 환경요인, 조직관련 요인, 직무관련 요인, 개인관련 요인, 조직 외 관련요인으로 구분하였다.

위에서 제시한 유발요인들 중에서 주목되는 것은 개인적 특성을 모두 하위변인으로 고려하였다는 점이다. 개인적 특성은 직무스트레스를 유발하는 변인으로 작용하기도 하지만 스트레스를 완화 내지는 감소시키는 중요한 역할을 하고 부정적으로 반응하는 데에도 영향을 미친다

D'Arienzo(1982)는 여러 연구들을 종합하여 교사의 직무스트레스의 원인은 환경적, 대인적, 개인 내적 요인으로 설명할 수 있다고 하였다. 그에 의하면 학교 내에 잠재해 있거나 교사가 거의 혹은 전혀 통제하지 못하는 환경적인 스트레스 요인은 ① 본의 아닌 전보에 대한 걱정, ② 부적절한 보수에 대한 걱정, ③ 직무에서 유동성 부족의 지각, ④ 승진기회 회박에 대한 걱정, ⑤ 불충분하거나 낡아빠진 시설, ⑥ 직무에서 유동성 부족의 지각, ⑦ 지나친 업무 요구, ⑧ 행정지원의 부족과 지도 부족, ⑨ 동료교사로부터의 소외, ⑩ 교육관료제의 희생물이 되는 것이 있다. 또한 교사의 직무스트레스 유발요인의 주요부분을 차지하는 대인적인 스트레스 요인으로 ① 교사에 대한 범죄행위, 폭행, 신체상해의 위협, 폭력과 파괴, ② 학급관리와

문제학생 다루기, ③ 학부모의 지나친 간섭과 비협조, ④ 동료, 학교 행정가, 장학사와의 의견차이 및 갈등, ⑤ 지체 부자유아와 특별지도 요망 학생의 주류 형성, ⑥ 다양한 집단과의 광범위한 의사소통 등이 있다.

이상에서 살펴본 바와 같이 교사들이 조직에서 경험하는 직무스트레스는 상황에 대한 개인의 지각, 개인의 과거 경험, 스트레스와 수행결과와의 관계, 스트레스 반응에 대한 개인차 등에 의해 결정된다. 따라서 교사들이 조직에서 경험하는 직무스트레스는 상황에 대한 개인의 지각, 개인의 과거 경험, 스트레스와 수행결과와의 관계, 스트레스 반응에 대한 개인차 등에 의해 결정됨을 알 수 있다. 이렇듯 교사의 직무스트레스는 여러 가지 발생요인들과 밀접한 상호관계를 지니고 있으므로 교사 개인에 따라 직무스트레스에 대한 반응도 다양할 수밖에 없다.

3. 생활만족도

1) 행복과 생활만족도의 개념

행복에 대한 정의는 다수의 철학자와 사회과학자들이 관심과 연구노력을 기울여 온 문제로 Diener는 이러한 다수의 개념들을 다음과 같이 세 범주로 구분하였다(이종길, 1992).

첫째, 외적, 규범적 정의의 범주로서, 미덕이나 신성함과 같은 외적인 기준에 의한 행복의 정의이다. 이 범주에서는 행복이 개인이 속한 사회나 문화가 지니고 있는 가치체계에 따라 결정된다. 다시 말하면 행복은 행위자의 주관적인 판단이 아니라 관찰자의 가치관이라 할 수 있다.

둘째, 내적, 감정적 정의의 범주로서, 이 정의는 감정 또는 감명(affect)의 개념에 기초를 두고 있다. 이 범주에 속하는 정의는 유쾌한 감정적 경험을 강조하며 현재의 감정적 상태와 관계없이 사람들은 대부분 일상생활에서 긍정적 감정에 노출되거나 경험한다는 것을 의미한다.

셋째, 내적, 주관적 정의의 범주로서, 이 정의는 행복을 결정하는 개인의 기준에 근거한 생활만족도의 개념이다. 즉, 행복을 개인의 욕구와 목적의 조화로운 만족,

개인이 선택한 기준에 의해 이루어지는 자신의 삶의 질에 대한 전반적인 평가라 정의하고 있다.

이러한 행복의 정의를 바탕으로 볼 때, 생활만족이란 절대적인 실재라기보다는 오히려 주관적이고 상대적인 개념에서 유래하는 것이며, 그들이 살고 있는 사회적 환경과의 상호작용으로 정의되는 개념이라 할 수 있다. 본 연구에서는 세 번째 정의에 해당하는 개념에 근거하여 생활만족도를 행복 및 안녕감을 수반하는 생활 및 생활의 질에 대한 주관적 만족감으로 정의하고자 한다.

2) 생활만족도의 이론

생활만족도에 관련된 주요 이론으로는 활동이론, 목적이론, 상향 대 하향이론, 판단이론이 있는데, 이에 대해 구체적으로 살펴보면 다음과 같다(이종길, 1992).

먼저 활동이론에서는 행복이 목적 달성이나 욕구 충족보다는 인간 활동의 과정에서 발생하는 부산물이라고 주장한다. 즉 개인이 의미있는 활동 자체에 몰두한다면 행복은 의도하지 않은 부산물로서 얻어진다는 것이다.

다음으로 목적이론은 행복이 특정 목적이나 욕구가 성취되었을 때 얻어지는 것이라는 견해이다, 행복에 관련된 많은 연구들이 욕구와 목적에 관한 이론 모형에 기초를 두고 있음에도 불구하고 어떤 이론적인 정형화가 이루어지지 않고 있다. 목적이론에서 중요시하고 있는 문제는 행복이 이전에 충족된 욕구에서 오는가 아니면 당시에 충족된 욕구에서 오는가 혹은 욕구를 충족해 가는 과정에서 오는가라는 것이다. 그런데 목적은 기초적인 욕구에 비해 의식적인 것이라 할 수 있으며, 대부분의 사람들은 중요한 목적을 달성했을 때 행복한 감정을 경험한다. 그러나 핵심적인 것은 목적 달성이 단시간의 감정적인 상승을 일으키는 효과보다 장기적인 생활만족도의 향상에 기여하는가 하는 것이다.

상향이론과 하향이론에서 상향이론은 사람들은 자신이 행복한가 불행한가를 판단할 때 일시적인 유쾌함과 고통의 경험을 합한 정신적 계산과정을 거친다고 한다. 이러한 관점에서 보면 행복은 단지 행복한 순간들의 축적이라 할 수 있다. 이에 반해 하향이론은 사람에게서는 자신의 경험을 긍정적인 방향으로 유도하려는 성향이 있

으며, 이러한 성향은 개인의 상호작용에 영향을 미친다고 한다. 즉 행복을 경험하는 사람은 자신이 행복하기 때문이라는 것이다.

이와 같은 상향이론과 하향이론은 생활만족도와와의 관계에서 두 가지 차이점을 가지고 있는데, 첫째는 행복을 특성으로 보느냐 상황으로 보느냐 하는 것이다. 행복의 특성론자들은 행복은 본질적으로 행복한 감정이 아니라 행복한 방향으로 반응하는 성향이라고 주장한다. 이러한 상황이론적 접근방법에 의하면 행복한 사람이라도 지금은 행복하지 않을 수 있다는 것이다. 이에 반해 하향이론과 행복의 상황적 접근 방법에서는 행복한 사람은 행복의 순간과 경험이 많은 사람이라고 주장한다. 둘째는 행복을 일으키는 긍정적인 사건들의 역할에 관한 것이다. Lewinson과 Amenson(1978)의 연구는 즐거운 활동의 기여가 생활에 대한 불만과 부정적 감정을 초래한다는 결과를 제시하면서 상향이론의 접근방법을 지지하였다. 이에 반해 Sweeny(1982)는 하향이론의 관점에서, 즐거운 공식적 활동에 참여한 경우에도 우울한 상태에서 긍정적 감정을 경험할 수 없었다고 보고하였다. 이러한 이론의 실제적 차이는 경험의 기여가 우울한 상태를 야기하는지 우울한 상태에 의해 즐거움의 기여가 나타나는지를 규명하는 연구의 필요성을 제기하고 있다.

판단이론은 생활만족도에 관한 많은 연구들이 생활에 대한 만족 정도는 특정 기준과 실제 상태간의 비교에 기인한다고 보는 관점이다. 만일 자신의 실제 상태가 기준 이상이라면 행복감을 느끼게 되는데, 생활만족도의 경우에는 이런 비교가 더 의식적이라고 한다. 그러나 생활감정의 경우에는 무의식적인 형태로 비교가 이루어지게 된다. 판단이론에서는 어떤 경험이 긍정적 감정 또는 부정적 감정의 정도를 예측할 수 있다.

4. 선행 연구의 고찰

1) 여가활동과 직무스트레스와의 관계

직무와 여가의 상호관련성은 직무가 여가에 미치는 효과뿐만 아니라 여가가 직무에 미치는 영향을 내포하고 있다. 그러나 불행하게도 여가가 직무에 미치는 영향에

대한 연구는 그리 많지 않다. 교사들은 학생들과 또는 수업 장면에서의 안전사고의 문제, 학생생활지도의 문제, 학교행정의 문제 등으로 인하여 많은 직무스트레스에 직면하고 있다. 따라서 교사들은 직무스트레스를 극복하고 자신의 의미있는 삶을 영위하며, 나아가서는 조직사회에서의 목표에 기여하는데 하나의 능동적 대처 방법으로써 여가활동에 참여하게 된다.

여가활동과 직무스트레스에 관한 연구로 김봉호(1992)는 스포츠 여가가 일반인의 스트레스에 미치는 영향을 연구하기 위해 스포츠 참여자와 비참여자를 대상으로 조사한 결과 스포츠 참여군과 비참여군은 스트레스의 원인과 생활습관 스트레스 및 가정 스트레스에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

김아진(1995)은 직장인을 대상으로 직장인의 여가활동 만족도와 직무스트레스 관계를 연구한 결과, 여가활동이 직무스트레스의 요인인 감독자, 집단갈등, 작업갈등, 역할갈등에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

김장균(1991)은 초등학교 교사를 대상으로 직무스트레스를 연구한 결과, 직무스트레스의 원인이 직무특성에 있다고 하였으며, 개인적, 사회적, 물리적 환경 요인에 따른 스트레스가 높게 지각되었다.

윤병춘(1997)의 체육교사의 여가활동유형에 따른 여가만족과 직무스트레스의 관계 연구에서는 신체적 여가활동과 자연적 여가활동은 심리적, 휴식적, 환경적, 생리적, 사회적, 교육적 여가만족에, 사교적 여가활동은 사회적 여가만족도에, 문화적 여가활동은 환경적, 교육적, 심리적 여가만족에 정적으로 나타났다. 그리고 정신적 여가활동은 환경적 여가만족에 부적적으로 유의하게 나타났으며, 교육적 여가만족에는 정적으로 유의하게 나타났다. 또한 교육적 여가만족은 행정적 지원스트레스, 동료교사와의 관계스트레스, 학생들과의 활동스트레스, 경제적 안정스트레스, 업무과다스트레스와 정적관계를 보였으며, 휴식적 여가만족은 경제적 안정스트레스와 정적관계를 보였다.

이명락(1997)의 스포츠와 비스포츠 여가활동 장교의 조직몰입도 및 직무스트레스에 관한 연구에서는 스포츠 여가활동을 즐기는 집단과 비스포츠형 여가활동을 즐기는 집단간에 직무스트레스는 차이가 없었다. 그러나 스포츠형 여가활동을 즐기는 집단이 비스포츠형 여가활동을 즐기는 집단보다 조직을 위한 희생과 헌신영역에서

높은 점수를 보였다.

2) 여가활동과 생활만족도와의 관계

여가활동과 생활만족도에 관한 연구는 비교적 다양하게 시도되었다. 이와 관련하여 Iso-Aholas(1980)는 여가와 생활만족도간의 긍정적 상관관계가 있다고 보고하였으며, Reghed와 Griffith(1982)는 장년층을 대상으로 여가활동 참가자가 생활만족도에 기여하는가를 밝히기 위한 연구에서도 긍정적인 관계가 있는 것으로 밝혀졌다. 이들의 연구에서는 여가활동의 참가수준, 여가만족도, 감정과 건강 그리고 생활조건에 대한 만족 등의 변수가 생활만족도에 어느 정도 기여하는가를 밝히는 데 목적이 있었다.

연구결과 첫째, 여가활동의 참여빈도가 높을수록 생활만족도가 높았으며, 둘째로 여가활동에 많이 참가할수록 여가만족도가 높게 나타났다. 셋째로 여가만족도가 높을수록 생활만족도가 높았으며, 넷째로 여가만족의 6개 하위요인(심리적, 교육적, 사회적, 휴식적, 생리적, 환경적)의 만족도가 높을수록 생활만족도가 높게 나타났다. 이는 여가활동을 통한 여가만족이 생활만족도와 관련성이 높다는 결론을 보이고 있다.

Lemer, Bengtson 및 Peterson(1972)은 활동참여와 생활만족도간의 상관을 알아보기 위하여 70~75세까지의 퇴직자들을 대상으로 조사한 결과, 공식활동에 참여하는 사람들이 생활만족도가 가장 높게 나타났고, 비공식집단에 참여하는 여자들이 생활에 대해 만족을 느끼며, 자기자신에 대해서도 긍정적인 미래상을 갖는 것으로 나타났다. 또한 Kelly(1987)의 연구에서는 사회활동과 여행이 65세에서 74세 사이의 연령기에 있는 노인들의 생활만족을 예측하는 변인으로 나타났고, Riddick(1986)도 연령과 생활만족에 관한 연구에서 65세 이상의 노인에 있어 생활만족의 가장 강한 설명 변인은 여가활동이라고 보고하였다.

Kelly와 Steincamp(1987)의 연구결과에 의하면 생활만족에 대한 여가활동의 영향 정도는 활동유형에 따라 상이하게 나타나는데, 문화활동이 가장 높고, 여행, 스포츠 활동, 사회활동, 가사활동, 야외활동 등의 순으로 나타났다.

한편 이종길(1992) 등은 여가활동유형별 생활만족도의 변화에 대한 분석에서 3개

월간 능동적 여가인 생활체육 및 예술, 문화활동에 참가한 집단이 참가하지 않는 수동적 여가 집단에 비하여 여가만족의 변화 정도가 높았으며, 능동적 여가 유형 중 생활체육 집단이 예술 문화활동 집단보다 역시 여가 만족의 변화 정도가 높았다. 또한 이중길(1992)은 사회체육활동과 생활만족도의 관계를 분석한 결과, 사회체육참가는 생활만족도의 변화를 매개하는 여가 만족과 몰입경험 정도를 증가시켜 생활만족도의 증가에 간접적으로 영향을 미치며, 생활만족도의 변화를 매개하는 여가 만족도와 몰입경험 정도를 증가시켜 생활만족도의 증가에 간접적으로 영향을 미치며, 생활만족도 변화의 전체 변량 중 약 50%를 설명할 수 있을 정도로 생활만족도의 향상에 직접적인 영향력이 매우 큰 변수로 나타났다.

박무철(1991)의 여가활동 참여가 직무만족 및 생활만족에 미치는 영향에 관한 연구에서 직무만족의 경우, 계절 및 옥외활동, 교양 및 취미활동이 유의미한 영향을 미치는 변인으로 나타났으며, 생활만족의 경우에는 월수입이 의미있는 영향을 미치는 변인으로 나타났다.

모창배(1993)의 연구에서는 여가활동유형과 생활만족도에 관한 실증적 연구로 여가참여유형을 분류하여 선정된 변수를 중심으로 그 영향력을 검증하고, 생활만족도를 분석한 결과, 여가활동이 생활만족도에 유의미한 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다.

진봉국(1993)의 여가활동 참여와 생활만족의 관계 연구에서 소득이 121-200만원의 집단이 200만원 이상의 집단보다 여가활동 참여도와 생활만족간의 상관관계가 더 높게 나타났고, 여가활동유형과 생활만족간의 관계는 관광 및 행락활동이 가장 높게 나타났으며, 다음으로 스포츠활동, 사교활동 순으로 나타났다. 또한 각 여가활동유형과 생활만족과의 상관수준은 각 배경집단에서 서로 다르게 나타났으나 통계적으로 유의미한 차이를 보인 여가활동유형은 관람활동, 취미활동, 스포츠활동 등으로 나타났다.

서병갑(1996)의 초등교사의 여가활동참여유형과 생활만족도에 관한 연구에서 생활만족도는 평일 출근전 여가활동유형에 따라 유의미한 차이를 보였으나 토요일 오후와 공휴일의 여가활동유형에 따라서는 유의미한 차이를 보이지 않았으며, 여름방학과 겨울방학중의 여가활동유형에 따라 유의미한 차이를 보였다.

이상의 연구결과를 통해서 볼 때, 여가 참여가 생활의 질에 긍정적인 영향을 미치며, 직무스트레스에도 영향을 미친다는 사실을 알 수 있다. 그런데, 지금까지의 연구들은 여가활동의 유형과 형태가 개인의 직무스트레스와 생활만족도에 미치는 영향에 대해서는 구체적으로 파악하지 못하였다. 따라서 본 연구에서는 개인이 참여하는 여가활동의 유형과 형태는 직무스트레스와 생활만족도에 어떤 영향을 미치는지를 밝혀보고자 한다.



Ⅲ. 연구 방법

1. 연구 대상

교사들의 여가활동참여유형, 직무스트레스 및 생활만족도의 관계를 규명하기 위하여 본 연구는 제주도내 소재 초·중·고등학교에 근무하는 교사들을 모집단으로 설정한 후 다단계집락표집(Multi-stage Systematic Cluster Sampling)방법을 이용하였고 설문조사는 2000년 3월 15일부터 4월 15일까지 실시하였다. 본 연구의 표집 인원은 <표 1>에 나타난 바와 같다.

<표 1> 표집 인원

인원 지역	초등학교			중학교			고등학교			총 계		
	남	녀	계	남	녀	계	남	녀	계	남	녀	계
제주시	27	75	102	49	51	100	79	36	115	155	162	317
서귀포시	12	24	36	16	20	36	31	18	49	59	62	121
북제주군	13	19	42	19	24	43	28	23	51	60	76	136
남제주군	21	27	48	13	19	32	15	15	30	49	61	110
계	73	155	228	97	114	211	153	92	245	323	361	684
1999학년도 제주도내 교사 분포 현황 /%												
제주시	262 (14.5)	546 (30.3)	808 (44.9)	330 (26.9)	258 (21.0)	588 (47.9)	612 (41.7)	117 (8.0)	729 (49.6)	1204 (26.8)	921 (20.5)	2125 (47.3)
서귀포시	106 (5.9)	165 (9.2)	271 (15.0)	109 (8.9)	100 (8.1)	209 (17.0)	235 (16.0)	63 (4.3)	298 (20.2)	450 (10.0)	328 (7.3)	778 (17.3)
북제주군	211 (7.8)	177 (10.7)	388 (18.5)	131 (10.7)	117 (9.5)	248 (20.2)	218 (14.8)	71 (4.8)	289 (19.7)	560 (12.5)	365 (8.1)	925 (20.6)
남제주군	141 (11.7)	193 (9.8)	334 (21.5)	88 (7.2)	94 (7.7)	182 (14.8)	112 (7.6)	41 (2.8)	153 (10.4)	341 (7.6)	328 (7.3)	669 (14.9)
계	720 (40.0)	1081 (60.0)	1801	658 (53.6)	569 (46.4)	1227	1177 (83.7)	292 (16.3)	1469	2555 (56.8)	1942 (43.2)	4497

2. 조사 도구

1) 여가활동참여유형

제주도내 교사들의 여가활동의 참여유형 및 참여수준을 알아보기 위해 고수민(1998), 김성규(1997)등의 선행연구에서 설문문항을 발췌하여 건강·스포츠활동, 취미·교양활동, 관람·감상활동, 오락·사교활동, 봉사·종교활동 및 관심분야 등 6개 문항으로 <부록 III>과 같이 구성하였다.

여가활동참여유형 및 참여정도의 평정은 “매우 적은 편이다” 1점에서 “매우 많은 편이다” 5점까지, Likert 척도에 의해 5단계로 평정하였으나 자료처리 시 “상”“중” “하”로 범주화하여 분석하였다.

2) 직무스트레스

직무스트레스에 대해서는 김정휘(1993)의 “교사의 직무스트레스의 분석적 연구(II)”에 근거한 설문지를 기초로 설문 문항을 발췌하여 종합 수정하고 예비조사를 통하여 신뢰도와 타당도 검사를 하고 전문가의 자문을 얻어 최종적으로 총 39문항을 척도로 구성하였다.

구성된 39문항을 의미있는 차원으로 축소하고 척도구성의 타당성을 검증하기 위하여 주성분 분석과 Varimax 직교회전법을 이용하여 요인분석을 실시한 결과 상급자, 불화 갈등, 학생지도, 업무부담, 인사 및 대우의 5개 요인으로 분류되었다. 이 5개의 요인들은 전체분산의 45.98%를 설명하고 있으며, 구체적인 요인들의 고유치, 공통분산, 누적분산치 및 Varimax 회전된 요인 행렬표는 <부록 I>에 제시되어 있다. 요인 분석결과로 본 직무스트레스 척도의 구성 타당도는 높은 것으로 나타났다.

또한 ‘직무스트레스’의 신뢰도를 검증한 결과, <부록 II>와 같이 모든 상관계수들의 범위는 .30~.63으로 나타나 한 요인내의 모든 항목들의 논리적 관련(문항동질성)이 높은 것으로 확인할 수 있었다. 전체 척도의 신뢰도는 .86로 높게 나타났으며, 하위요인별 신뢰계수도 .65~.84로 나타나 만족할 만한 수준이라고 판단하였다.

3) 생활만족도

생활만족도는 Medley(1976)가 개발하고 Ragheb와 Griffith(1982), Vaughan(1980) 등에 의해 신뢰도와 타당도가 검증된 Life Satisfaction Index(LSI)를 김승곤과 양명환(1995)에 의해서 5점 Likert 척도로 재구성하여 요인분석과 신뢰도 점증을 거쳐 타당도와 신뢰도를 입증한 척도이다. 본 표본의 신뢰도 계수(Cronback's Alpha)는 .94로 높게 나타났다.

설문지의 구성요인은 배경변인 9문항, 여가활동참여유형 및 참여정도에 관해 6문항, 직무스트레스에 관해 39문항, 생활만족도에 관해 8문항으로 총 62문항을 <표 2>와 같이 구성하고, 여가활동 참여수준은 '매우 적은 편이다' 1점에서 '매우 많은 편이다' 5점, 직무스트레스와 생활만족도는 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점 Likert 척도에 의해 5단계로 평정하였다.

<표 2> 설문지의 구성지표

구 분	구 성 내 용	문항수
배경변인	성별, 연령, 교직경력, 학교급별, 결혼유무, 근무지역, 전공과목, 소득수준, 직급.	9
여가활동참여유형	건강·스포츠활동, 취미·교양활동, 관람·감상활동, 오락·사교활동, 봉사·종교활동, 관심분야.	6
직무스트레스	상급자, 불화 및 갈등, 학생지도, 업무부담, 인사 및 대우	39
생활만족도	생활만족도	8
계		62

3. 연구 절차

설문지의 기재방식은 연구자 및 협조자가 표집 대상 학교를 직접 방문하여 대상자에게 배부하였고, 자기 평가 기록법으로 설문내용을 작성하도록 한 다음 현장에서 회수하였다.

4. 자료 처리

본 연구의 수집된 자료는 SPSS/win 프로그램을 이용하여 분석하였다. 분석기법은 다음과 같다.

첫째, 배경변인에 따른 직무스트레스와 생활만족도간의 차이를 분석하기 위하여 일원분산분석(one-way-ANOVA)을 실시하였고, 사후검정으로 Scheffe' 검증을 실시하였다.

둘째, 교사의 여가활동유형별 참여수준과 직무스트레스, 생활만족도간의 관계를 분석하기 위하여 일원분산분석(one-way-ANOVA)을 실시하였고, 사후검정으로 Scheffe' 검증을 실시하였다.

셋째, 교사의 직무스트레스와 생활만족도간의 관계를 분석하기 위하여 Correlation(상관관계)분석을 실시하였다.

넷째, 교사의 여가활동유형과 생활만족도간의 관계를 분석하기 위하여 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다.

다섯째, 교사의 여가활동유형과 직무스트레스 및 생활만족도간의 인과 관계를 살펴보기 위해 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다.

IV. 연구 결과

1. 배경변인에 따른 직무스트레스와 생활만족도

교사의 성별, 연령, 경력, 학교급별, 결혼유무, 소득수준, 직급에 따라 직무스트레스, 생활만족도의 차이를 살펴본 결과는 다음과 같다.

(1) 성별에 따른 직무스트레스, 생활만족도 정도의 차이

교사의 성별에 따라 직무스트레스, 생활만족도 정도를 살펴본 결과는 <표 3>에 나타난 바와 같다.

<표 3> 성별에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과

종속변인	성 별		자유도	F	P
	남 (n=322)	여 (n=360)			
상 급 자	21.68±4.95	22.53±5.23	1,680	4.700	0.031
불화/갈등	17.32±3.37	17.73±2.81	1,680	2.970	0.085
학생지도	16.66±3.54	16.29±3.40	1,680	1.939	0.164
업무부담	20.64±3.70	21.74±3.60	1,680	15.426	0.000
인사/대우	19.21±2.92	18.37±2.71	1,680	15.356	0.000
생활만족도	28.52±5.61	29.34±5.60	1,680	3.634	0.057

<표 3>에 나타난 바와 같이 상급자로 인한 스트레스(F=4.700, $p<.05$), 업무부담 스트레스(F=15.426, $p<.001$), 인사와 대우로 인한 스트레스(F=15.356, $p<.001$)에 있어서 성별에 따라 유의미한 차이를 보였다. 즉, 여자 교사가 남자 교사보다 상급자

로 인한 스트레스, 업무부담 스트레스를 더 느끼는 것으로 나타났다. 그런데 남자 교사가 여자 교사보다 인사와 대우로 인한 스트레스를 더 느끼는 것으로 나타났다.

그러나 불화와 갈등, 학생지도로 인한 스트레스에서 있어서는 성별에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았다.

그리고 교사의 성별에 따라 생활만족도 차이를 살펴본 결과 유의미한 차이를 보이지 않았다.

(2) 연령에 따른 직무스트레스, 생활만족도 정도의 차이

교사의 연령에 따라 직무스트레스, 생활만족도 정도를 살펴본 결과는 <표 4>에 나타난 바와 같다.

<표 4> 연령에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과

종속변인	연령				자유도	F	P
	20대 (n=60)	30대 (n=260)	40대 (n=268)	50대 (n=96)			
상급자	22.83 ±4.90	22.54 ±5.07	21.84 ±5.10	21.46 ±5.34	3,680	1.777	0.150
불화/갈등	17.93 ±2.40	17.49 ±3.15	17.56 ±3.08	17.39 ±3.31	3,680	0.428	0.733
학생지도	17.68 ±3.10 _b	16.43 ±3.31 _{ab}	15.99 ±3.50 _a	17.27 ±3.79 _b	3,680	6.006	0.000
업무부담	22.48 ±3.17 _c	21.69 ±3.74 _{bc}	20.89 ±3.62 _{ab}	20.03 ±3.63 _a	3,680	8.077	0.000
인사/대우	16.45 ±1.95 _a	18.67 ±2.69 _b	19.09 ±2.80 _b	19.57 ±3.06 _b	3,680	18.463	0.000
생활만족도	28.78 ±5.20	29.36 ±5.77	29.03 ±5.60	27.78 ±5.42	3,680	1.894	0.129

* abc 문자는 Scheffe'의 사후검증 결과로서 문자가 다르면 집단간 평균값이 차이가 있음

<표 4>에 나타난 바와 같이 학생지도 스트레스에 있어서 연령별로 유의미한 차이를 보였으며(F=6.006, p<.001), 20대 교사가 학생지도로 인한 스트레스를 가장 느끼고 있었으며, 40대 교사가 가장 적게 느끼는 것으로 나타났다. 사후검증을 실시한 결과, 20대 교사와 40대 교사, 40대 교사와 50대 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

업무부담 스트레스에서도 연령별로 유의미한 차이를 보였으며($F=8.077, p<.001$), 연령이 적을수록 업무부담으로 인한 스트레스를 더 느끼는 것으로 나타났다. 사후 검증을 실시한 결과, 20대 교사와 40대 교사, 20대 교사와 50대 교사, 30대 교사와 50대 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

인사와 대우로 인한 스트레스에 있어서 연령별로 유의미한 차이를 보였으며($F=18.463, p<.001$), 연령이 많을수록 인사와 대우로 인한 스트레스를 더 느끼는 것으로 나타났다. 사후 검증을 실시한 결과, 20대 교사와 30대 교사, 20대 교사와 40대 교사, 20대 교사와 50대 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

그러나 상급자와 불화와 갈등으로 인한 스트레스에 있어서는 연령별로 유의미한 차이를 보이지 않았다.

그리고 교사의 연령에 따라 생활만족도 차이를 살펴본 결과 유의미한 차이를 보이지 않았다.

(3) 경력에 따른 직무스트레스, 생활만족도 정도의 차이

교사의 경력에 따라 직무스트레스, 생활만족도 정도를 살펴본 결과는 <표 5>에 나타난 바와 같다.

<표 5> 경력에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과

종속변인	경 령			자유도	F	P
	10년 이하 (n=180)	11-20년 이하 (n=313)	21년 이상 (n=191)			
상급자	22.98±5.23 _b	22.35±4.86 _b	21.01±2.25 _a	2,681	7.497	0.001
불화/갈등	17.89±2.94	17.42±3.00	17.41±3.33	2,681	1.608	0.201
학생지도	17.42±3.32 _b	16.15±3.35 _a	16.16±3.68 _a	2,681	8.971	0.000
업무부담	22.01±4.08 _b	21.03±3.34 _a	20.76±3.74 _a	2,681	6.123	0.002
인사/대우	17.75±2.56 _a	18.87±2.78 _b	19.55±2.91 _c	2,681	20.119	0.000
생활만족도	28.95±5.61	29.26±5.70	28.49±5.48	2,681	1.111	0.330

* abc 문자는 Scheffe'의 사후검증 결과로서 문자가 다르면 집단간 평균값이 차이가 있음.

먼저, 상급자로 인한 스트레스에 있어서 경력별로 유의미한 차이를 보였는데 ($F=7.497, p<.01$), 경력이 적을수록 상급자로 인한 스트레스를 더 느끼는 것으로 나타났다. 사후 검증을 실시한 결과, 경력이 10년 이하 교사와 21년 이상 교사, 11-20년 경력의 교사와 21년 이상 경력의 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

학생지도로 인한 스트레스에 있어서도 경력별로 유의미한 차이를 보였는데 ($F=8.971, p<.001$), 경력이 적은 교사들이 학생지도로 인한 스트레스를 더 느끼는 것으로 나타났다. 사후 검증을 실시한 결과, 10년 이하 경력 교사와 11-20년 경력 교사, 10년 이하 경력 교사와 21년 이상 경력 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

업무부담으로 인한 스트레스에 있어서도 경력별로 유의미한 차이를 보였으며 ($F=6.123, p<.01$), 경력이 적을수록 업무부담으로 인한 스트레스를 더 느끼는 것으로 나타났다. 사후 검증을 실시한 결과, 10년 이하 경력 교사와 11-20년 경력 교사, 10년 이하 경력 교사와 21년 이상 경력 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

인사와 대우로 인한 스트레스에 있어서도 경력별로 유의미한 차이를 보였는데 ($F=20.119, p<.001$), 경력이 오래된 교사들일수록 인사와 대우로 인한 스트레스를 더 느끼는 것으로 나타났다. 사후 검증을 실시한 결과, 10년 이하 경력의 교사와 11-20년 경력의 교사, 10년 이하 경력의 교사와 21년 이상 경력의 교사, 11-20년 경력의 교사와 21년 이상 경력의 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

그러나 불화와 갈등으로 인한 스트레스에 있어서는 교사의 경력별에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았다.

그리고 교사의 경력에 따라 생활만족도 차이를 살펴본 결과 유의미한 차이를 보이지 않았다.

(4) 학교급별에 따른 직무스트레스, 생활만족도 정도의 차이

교사가 근무하는 학교급별에 따라 직무스트레스, 생활만족도 정도를 살펴본 결과는 <표 6>에 나타난 바와 같이 업무부담 스트레스에 있어서는 학교급별로 유의미한 차이를 보였는데($F=38.476, p<.001$), 초등학교에 근무하는 교사들이 업무부담으로 인한 스트레스를 가장 많이 느끼는 것으로 나타났다. 사후 검증을 실시한 결과, 초등학교 교사와 중학교 교사, 초등학교 교사와 고등학교 교사, 중학교 교사와 고등

학교 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

<표 6> 학교급별에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과

종속변인	학교급별			자유도	F	P
	초등학교 (n=228)	중학교 (n=211)	고등학교 (n=245)			
상급자	21.94±5.61	22.42±4.83	22.09±4.89	2,681	0.508	0.602
불화/갈등	17.57±2.89	17.25±2.83	17.77±3.44	2,681	1.636	0.196
학생지도	16.25±3.73	16.41±3.22	16.76±3.44	2,681	1.334	0.264
업무부담	22.80±3.27c	20.86±3.50b	20.04±3.69a	2,681	38.476	0.000
인사/대우	18.36±2.72a	19.01±2.61b	18.94±3.09ab	2,681	3.649	0.027
생활만족도	29.07±5.89	29.22±5.15	28.64±5.76	2,681	0.676	0.509

* abc 문자는 Scheffe'의 사후검증 결과로서 문자가 다르면 집단간 평균값이 차이가 있음.

인사와 대우로 인한 스트레스에 있어서도 학교급별로 유의미한 차이를 보였는데 (F=3.649, p<.05), 중학교에 근무하는 교사들이 인사와 대우로 인한 스트레스를 가장 많이 느끼는 것으로 나타났다.

그러나 상급자, 불화와 갈등, 학생지도로 인한 스트레스에 있어서는 학교급별에 따른 차이는 없는 것으로 나타났다. 그리고 교사가 근무하는 학교급별에 따라 생활만족도 차이를 살펴본 결과 유의미한 차이를 보이지 않았다.

(5) 결혼유무에 따른 직무스트레스, 생활만족도 정도의 차이

교사의 결혼유무에 따라 직무스트레스, 생활만족도 정도를 살펴본 결과는 <표 7>에 나타난 바와 같이 먼저, 상급자로 인한 스트레스(F=6.516, p<.05), 학생지도로 인한 스트레스(F=10.335, p<.01), 업무부담 스트레스(F=9.460, p<.01), 인사와 대우 스트레스(F=16.871, p<.001)에 있어서는 결혼유무에 따라 유의미한 차이를 보였다. 즉, 결혼하지 않은 교사는 결혼한 교사보다 상급자로 인한 스트레스, 학생지도로 인

한 스트레스, 업무부담으로 인한 스트레스를 더 느끼는 반면에 결혼한 교사들은 그렇지 않은 교사보다 인사와 대우로 인한 스트레스를 더 느끼는 것으로 나타났다.

그러나 불화와 갈등으로 인한 스트레스에 있어서는 결혼유무에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았다.

<표 7> 결혼유무에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과

종속변인	결혼유무		자유도	F	P
	결혼 유 (n=598)	결혼 무 (n=86)			
상급자	21.95±5.16	23.45±4.65	1,682	6.516	0.011
불화/갈등	17.45±3.16	18.14±2.43	1,682	3.721	0.054
학생지도	16.32±3.48	17.60±3.24	1,682	10.335	0.001
업무부담	21.05±3.70	22.35±3.39	1,682	9.460	0.002
인사/대우	18.93±2.82	17.60±2.66	1,682	16.871	0.000
생활만족도	29.11±5.67	27.95±5.18	1, 682	3.171	0.075

그리고 교사의 결혼유무에 따라 생활만족도 차이를 살펴본 결과 유의미한 차이를 보이지 않았다.

(6) 소득수준에 따른 직무스트레스, 생활만족도 정도의 차이

교사의 소득수준에 따라 직무스트레스, 생활만족도 정도를 살펴본 결과는 <표 8>에 나타난 바와 같이 먼저 상급자로 인한 스트레스에 있어서는 소득수준별로 유의미한 차이를 보였으며(F=3.406, p<.05), 소득이 150만원 미만인 교사가 상급자로 인한 스트레스를 가장 느끼는 것으로 나타났다.

학생지도로 인한 스트레스에서도 소득수준별로 유의미한 차이를 보였으며

($F=6.903, p<.001$), 소득이 150만원 미만인 교사가 학생지도 인한 스트레스를 가장 많이 느끼는 것으로 나타났다. 사후 검증을 실시한 결과, 소득이 150만원 미만인 교사와 150-200만원인 교사, 소득이 150만원 미만인 교사와 260만원 이상인 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

업무부담으로 인한 스트레스에 있어서도 소득수준별로 유의미한 차이를 보였으며 ($F=2.908, p<.05$), 소득이 적은 교사가 업무부담으로 인한 스트레스를 더 느끼는 것으로 나타났다.

<표 8> 소득수준에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과

종속변인	소득수준				자유도	F	P
	150만원 미만 (n=153)	150-200만원 (n=245)	210-250만원 (n=127)	260만원 이상 (n=159)			
상급자	23.13 ±4.74	21.62 ±5.20	22.51 ±4.92	21.69 ±5.38	3,680	3.406	0.017
불화/갈등	17.80 ±2.89	17.33 ±3.25	17.81 ±2.80	17.40 ±3.20	3,680	1.198	0.310
학생지도	17.37 ±3.52 _b	16.05 ±3.40 _a	16.95 ±3.43 _{ab}	15.92 ±3.40 _a	3,680	6.903	0.000
업무부담	21.97 ±3.60	21.03 ±3.50	21.11 ±3.30	20.85 ±4.23	3,680	2.908	0.034
인사/대우	17.99 ±2.76 _a	18.81 ±2.79 _{ab}	19.28 ±2.79 _b	19.04 ±2.89 _b	3,680	5.862	0.001
생활만족도	28.68 ±5.49	28.90 ±5.83	28.54 ±5.72	29.65 ±5.30	3,680	1.179	0.317

* abc 문자는 Scheffe'의 사후검증 결과로서 문자가 다르면 집단간 평균값이 차이가 있음.

인사와 대우로 인한 스트레스에 있어서도 소득수준별로 유의미한 차이를 보였으며 ($F=5.862, p<.01$), 소득이 많을수록 인사와 대우로 인한 스트레스를 더 많이 느끼는 것으로 나타났다. 사후 검증을 실시한 결과, 소득이 150만원 미만인 교사와 210-250만원 교사, 150만원 미만인 교사와 260만원 이상인 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

그러나 불화와 갈등으로 인한 스트레스에 있어서는 소득수준에 따라 유의미한 차이는 없는 것으로 나타났다.

그리고 교사의 소득수준에 따라 생활만족도 차이를 살펴본 결과 유의미한 차이를 보이지 않았다.

(7) 직급에 따른 직무스트레스, 생활만족도 정도의 차이

교사의 직급에 따라 직무스트레스, 생활만족도 정도를 살펴본 결과는 <표 9>에 나타난 바와 같다.

<표 9> 직급에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과

종속변인	직 급		자유도	F	P
	평교사 (n=524)	부장교사 (n=159)			
상급자	22.39±5.14	21.39±4.96	1,682	4.653	0.031
불화 갈등	17.64±3.07	17.24±3.11	1,682	2.038	0.154
학생지도	16.58±3.47	16.20±3.50	1,682	1.483	0.224
업무부담	21.26±3.71	21.11±3.58	1,682	0.188	0.665
인사/대우	18.55±2.80	19.48±2.86	1,682	13.132	0.000
생활만족도	29.08±5.72	28.56±5.27	1,682	1.061	0.303

<표 9>에 나타난 바와 같이 상급자로 인한 스트레스(F=4.653, p<.05)와 인사와 대우로 인한 스트레스(F=13.132, p<.001)에 있어서 직급별로 유의미한 차이를 보였으며, 불화와 갈등, 학생지도, 업무부담으로 인한 스트레스에 있어서는 직급에 따라 유의한 차이를 보이지 않았다. 따라서 평교사가 부장교사보다 상급자로 인해 스트레스를 더 느끼는 반면에 부장교사가 평교사보다 인사와 대우로 인한 스트레스를 더 느끼는 것으로 나타났다.

그리고 교사의 직급에 따라 생활만족도 차이를 살펴본 결과 유의미한 차이를 보이지 않았다

지금까지 교사의 성별, 연령, 경력, 학교급별, 결혼유무, 소득수준, 직급에 따라 직

무스트레스, 생활만족도와의 차이를 살펴본 결과, 교사의 배경변인에 따라 직무스트레스 정도는 차이가 있는 것으로 나타났으나 교사의 배경변인에 따라 생활만족도는 차이가 없는 것으로 나타났다.

2. 여가활동유형별 참여수준에 따른 직무스트레스, 생활만족도의 차이

1) 건강·스포츠활동 참여수준에 따른 직무스트레스, 생활만족도의 차이

건강·스포츠활동 참여수준에 따라 직무스트레스, 생활만족도의 차이를 살펴본 결과는 <표 10>에 나타난 바와 같다.

<표 10> 건강·스포츠활동에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과

종속변인	건강·스포츠활동			자유도	F	p
	하 (n=483)	중 (n=140)	상 (n=61)			
상급자	22.70 ± 5.23 _b	21.25 ± 4.40 _{ab}	19.77 ± 4.80 _a	2,681	11.917	0.000
불화/갈등	18.13 ± 2.89 _b	16.28 ± 3.21 _a	15.75 ± 2.78 _a	2,681	33.819	0.000
학생지도	16.65 ± 3.43 _b	16.32 ± 3.78 _{ab}	15.52 ± 2.99 _a	2,681	3.074	0.047
업무부담	21.94 ± 3.52 _b	19.66 ± 3.53 _a	19.02 ± 3.39 _a	2,681	35.960	0.000
인사/대우	19.12 ± 2.73 _b	17.89 ± 2.97 _a	18.00 ± 2.79 _a	2,681	12.969	0.000
생활만족도	28.38 ± 5.48 _a	29.79 ± 5.69 _a	31.62 ± 5.63 _b	2,681	11.270	0.000

* abc 문자는 Scheffe'의 사후검증 결과로서 문자가 다르면 집단간 평균값이 차이가 있음.

<표 10>에 나타난 바와 같이 상급자 스트레스(F=11.917, p<.001), 불화와 갈등 스트레스(F=33.819, p<.001), 학생지도 스트레스(F=3.074, p<.05), 업무부담 스트레스(F=35.960, p<.001), 인사와 대우 스트레스(F=12.969, p<.001) 모두 건강·스포츠 참여수준에 따라 유의미한 차이를 보였다. 즉, 건강·스포츠활동에 대한 참여도가 적

을수록 직무스트레스를 더 느끼는 것으로 나타났다.

또한 사후 검증을 실시한 결과, 상급자로 인한 스트레스, 학생지도로 인한 스트레스는 건강·스포츠활동 참여수준이 “하”인 교사와 “상”인 교사간에 유의미한 차이를 보였고, 불화와 갈등으로 인한 스트레스, 업무부담으로 인한 스트레스. 인사와 대우로 인한 스트레스 모두 건강·스포츠활동 참여수준이 “하”인 교사와 “중”인 교사와, 그리고 “상”인 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

건강·스포츠활동 참여수준에 따라 생활만족도는 유의미한 차이를 보였는데 (F=11.270, p<.001), 건강·스포츠활동 참여수준이 높을수록 생활만족도는 높은 것으로 나타났다. 또한 사후 검증을 실시한 결과, 건강·스포츠활동 참여수준이 “상”인 교사와 “중”인 교사, “하”인 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

따라서 건강·스포츠활동 참여수준에 따라 직무스트레스, 생활만족도에 영향을 미칠 것이라는 가설 2-1은 지지되었다.

2) 취미·교양활동 참여수준에 따른 직무스트레스, 생활만족도의 차이

취미·교양활동 참여수준에 따라 직무스트레스, 생활만족도의 차이를 살펴본 결과는 <표 11>에 나타난 바와 같다.

<표 11> 취미·교양활동에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과

종속변인	취미·교양활동			자유도	F	p
	하 (n=269)	중 (n=275)	상 (n=140)			
상급자	23.27±5.27 _b	21.54±4.84 _a	21.16±4.99 _a	2,681	11.396	0.000
불화/갈등	17.98±3.00 _b	17.49±2.89 _{ab}	16.79±3.47 _a	2,681	7.020	0.001
학생지도	16.98±3.54 _b	16.50±3.47 _b	15.50±3.17 _a	2,681	8.550	0.047
업무부담	22.16±3.46 _c	20.94±3.51 _b	19.94±3.98 _a	2,681	19.019	0.000
인사/대우	19.14±2.80 _b	18.68±2.77 _{ab}	18.22±2.96 _a	2,681	5.132	0.006
생활만족도	27.68±5.48 _a	29.26±5.51 _b	30.84±5.52 _c	2,681	15.941	0.000

* abc 문자는 Scheffe'의 사후검증 결과로서 문자가 다르면 집단간 평균값이 차이가 있음.

<표 11>에 나타난 바와 같이 상급자 스트레스($F=11.396, p<.001$), 불화와 갈등 스트레스($F=7.020, p<.01$), 학생지도 스트레스($F=8.550, p<.05$), 업무부담 스트레스($F=19.019, p<.001$), 인사와 대우 스트레스($F=5.132, p<.01$) 모두 취미·교양활동 참여수준에 따라 유의미한 차이를 보였다. 즉, 취미·교양활동에 대한 참여도가 적을수록 직무스트레스를 더 느끼는 것으로 나타났다.

또한 사후 검증을 실시한 결과, 상급자로 인한 스트레스, 학생지도로 인한 스트레스, 업무부담으로 인한 스트레스에 있어서는 취미·교양활동 참여수준이 “하”인 교사와 “중”인 교사, 그리고 “상”인 교사간에 유의미한 차이를 보였다. 불화와 갈등으로 인한 스트레스, 인사와 대우로 인한 스트레스에 있어서는 취미·교양활동 참여수준이 “하”인 교사와 “상”인 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

그리고 취미·교양활동 참여수준에 따라 생활만족도는 유의미한 차이를 보였는데 ($F=15.941, p<.001$), 취미·교양활동 참여수준이 높을수록 생활만족도는 높은 것으로 나타났다. 또한 사후 검증을 실시한 결과, 취미·교양활동 참여수준이 “하”인 교사, “중”인 교사, “상”인 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

따라서 취미·교양활동 참여수준에 따라 직무스트레스, 생활만족도에 영향을 미칠 것이라는 가설 2-2는 지지되었다.

3) 관람·감상활동 참여수준에 따른 직무스트레스, 생활만족도의 차이

관람·감상활동 참여수준에 따라 직무스트레스, 생활만족도의 차이를 살펴본 결과 <표 12>에 나타난 바와 같이 직무스트레스는 관람·감상활동 참여수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았다.

그러나 관람·감상활동 참여수준에 따라 생활만족도는 유의미한 차이를 보였는데 ($F=6.650, p<.01$), 관람·감상활동 참여수준이 높을수록 생활만족도는 높게 나타났다. 또한 사후 검증을 실시한 결과, 관람·감상활동 참여수준이 “하”인 교사와 “중”인 교사, “상”인 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

<표 12> 관람·감상활동에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과

종속변인	관람·감상활동			자유도	F	p
	하 (n=297)	중 (n=244)	상 (n=143)			
상급자	22.56±5.37	21.87±5.08	21.75±4.60	2,681	1.745	0.175
불화/갈등	17.68±3.17	17.36±2.97	17.55±3.10	2,681	0.735	0.480
학생지도	16.73±3.69	16.43±3.39	16.06±3.13	2,681	1.882	0.153
업무부담	21.54±3.69	21.01±3.62	20.89±3.75	2,681	2.101	0.123
인사/대우	19.03±2.80	18.66±2.88	18.39±2.80	2,681	2.752	0.064
생활만족도	28.08±5.85 ^a	29.57±5.30 ^b	29.76±5.43 ^b	2,681	6.650	0.001

* abc 문자는 Scheffe'의 사후검증 결과로서 문자가 다르면 집단간 평균값이 차이가 있음.

4) 오락·사교활동 참여수준에 따른 직무스트레스, 생활만족도의 차이

오락·사교활동 참여수준에 따라 직무스트레스, 생활만족도의 차이를 살펴본 결과는 <표 13>에 나타난 바와 같이 학생지도 스트레스($F=3.721, p<.05$), 인사와 대우 스트레스($F=4.290, p<.05$)만이 오락·사교활동 참여수준에 따라 유의미한 차이를 보였다. 즉, 오락·사교활동에 대한 참여도가 적을수록 불화와 갈등, 인사와 대우로 인한 스트레스를 더 느끼는 것으로 나타났다. 그러나 상급자, 불화와 갈등, 업무부담으로 인한 스트레스에서 있어서는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

그리고 오락·사교활동 참여수준에 따라 생활만족도는 유의미한 차이를 보였다 ($F=7.820, p<.001$). 따라서 오락·사교활동 참여수준이 높을수록 생활만족도는 높게 나타났다. 또한 사후 검증을 실시한 결과, 오락·사교활동 참여수준이 “하”인 교사와 “상”인 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

<표 13> 오락·사회활동에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과

종속변인	오락·사회활동			자유도	F	p
	하 (n=312)	중 (n=256)	상 (n=116)			
상급자	22.63±5.32	21.79±4.76	21.60±5.25	2,681	2.724	0.066
불화/갈등	17.73±3.03	17.56±3.20	17.00±2.91	2,681	2.369	0.094
학생지도	16.87±3.45	16.09±3.36	16.34±3.72	2,681	3.721	0.025
업무부담	21.49±3.87	21.07±3.41	20.78±3.72	2,681	1.897	0.151
인사/대우	18.88±2.78 _b	18.94±2.96 _b	18.07±2.62 _a	2,681	4.290	0.014
생활만족도	28.20±5.76 _a	29.16±5.44 _{ab}	30.55±5.25 _b	2,681	7.820	0.000

* abc 문자는 Scheffe'의 사후검증 결과로서 문자가 다르면 집단간 평균값이 차이가 있음.

또한 사후 검증을 실시한 결과, 인사와 대우로 인한 스트레스에 있어서는 오락·사회활동 참여수준이 “하”인 교사와 “상”인 교사, 그리고 “중”인 교사와 “상”인 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

따라서 오락·사회활동 참여수준에 따라 직무스트레스, 생활만족도에 영향을 미칠 것이라는 가설 2-3은 부분적으로 지지되었다.

5) 봉사·종교활동 참여수준에 따른 직무스트레스, 생활만족도의 차이

봉사·종교활동 참여수준에 따라 직무스트레스, 생활만족도의 차이를 살펴본 결과는 <표 14>에 나타난 바와 같다.

<표 14> 봉사·종교활동에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과

종속변인	봉사·종교활동			자유도	F	p
	하 (n=468)	중 (n=123)	상 (n=93)			
상급자	22.46±5.15	21.43±4.74	21.46±5.30	2,681	2.950	0.053
불화/갈등	17.75±2.95	17.07±3.30	17.11±3.37	2,681	3.506	0.031
학생지도	16.62±3.50	16.21±3.28	16.19±3.63	2,681	1.037	0.355
업무부담	21.47±3.66	20.68±3.58	20.62±3.82	2,681	3.631	0.027
인사/대우	18.89±2.83	18.82±2.93	18.09±2.69	2,681	3.138	0.044
생활만족도	28.38±5.63 _a	29.14±5.11 _a	31.62±5.45 _b	2,681	13.445	0.000

* abc 문자는 Scheffe'의 사후검증 결과로서 문자가 다르면 집단간 평균값이 차이가 있음.

<표 14>에 나타난 바와 같이 불화와 갈등 스트레스(F=3.506, p<.05), 업무부담 스트레스(F=3.631, p<.05), 인사와 대우 스트레스(F=3.138, p<.05)만이 봉사·종교활동 참여수준에 따라 유의미한 차이를 보였다. 즉, 봉사·종교활동에 대한 참여도가 적을수록 불화와 갈등, 업무부담으로 인한 스트레스, 인사와 대우로 인한 스트레스를 더 느끼는 것으로 나타났다. 그러나 상급자, 학생지도로 인한 스트레스에서 있어서는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

그리고 봉사·종교활동 참여수준에 따라 생활만족도는 유의미한 차이를 보였는데(F=13.445, p<.001), 봉사·종교활동 참여수준이 높을수록 생활만족도는 높은 것으로 나타났다. 또한 사후 검증을 실시한 결과, 봉사·종교활동 참여수준이 “상”인 교사와 “중”인 교사, “하”인 교사간에 유의미한 차이를 보였다.

따라서 봉사·종교활동 참여수준에 따라 직무스트레스, 생활만족도에 영향을 미칠 것이라는 가설 2-5는 부분적으로 지지되었다.

6) 여가활동유형에 따른 직무스트레스, 생활만족도의 차이

여가활동유형에 따라 직무스트레스, 생활만족도의 차이를 살펴본 결과는 <표 15>에 나타난 바와 같다.

<표 15> 여가활동유형에 따른 직무스트레스, 생활만족도에 대한 분산분석 결과

종속변인	여가활동유형					자유도	F	p
	건강·스포츠 활동 (n=233)	취미·교양 활동 (n=198)	관람·감상 활동 (n=128)	오락·사교 활동 (n=53)	봉사·종교 활동 (n=72)			
상급자	21.91 ±4.96	22.20 ±5.34	23.07 ±5.11	21.75 ±4.97	21.39 ±4.99	4,679	1.655	0.159
불화/갈등	17.21 ±3.17	17.77 ±3.09	17.88 ±3.02	17.17 ±2.93	17.67 ±2.97	4,679	1.575	0.179
학생지도	16.50 ±3.44	16.45 ±3.58	16.68 ±3.19	15.98 ±3.89	16.54 ±3.52	4,679	0.387	0.818
업무부담	20.82 ±3.71	21.14 ±3.85	22.09 ±3.30	21.68 ±3.42	20.76 ±3.77	4,679	3.012	0.018
인사/대우	18.99 ±2.87	18.79 ±2.95	18.32 ±2.69	18.94 ±2.78	18.63 ±2.69	4,679	1.260	0.284
생활만족도	28.82 +5.76ab	28.89 ±5.62ab	28.29 ±5.41a	28.83 ±5.47ab	30.90 ±5.32b	4,679	2.687	0.030

* abc 문자는 Scheffe'의 사후검증 결과로서 문자가 다르면 집단간 평균값이 차이가 있음

<표 15>에 나타난 바와 같이 업무부담 스트레스에서 여가활동유형에 따라 유의미한 차이를 보였다($F=3.012$, $p<.05$). 즉, 관람·감상활동에 관심이 있는 교사들이 업무부담으로 인한 스트레스를 가장 많이 느끼고 있었고, 건강·스포츠활동과 봉사·종교활동에 관심이 있는 교사들이 업무부담으로 인한 스트레스를 적게 느끼는 것으로 나타났다. 그러나 상급자, 불화·갈등, 학생지도, 인사와 대우로 인한 스트레스에 있어서는 여가활동 관심분야에 따라 유의미한 차이를 보이지 않았다.

그리고 여가활동유형에 따라 생활만족도는 유의미한 차이를 보였는데($F=2.687$, $p<.05$), 봉사·종교활동에 관심이 있는 교사들이 생활만족도가 가장 높았고, 관람·감상활동에 관심이 있는 교사가 생활만족도가 가장 낮았다.

3. 교사의 직무스트레스와 생활만족도 관계

교사의 직무스트레스와 생활만족도 관계를 살펴본 결과는 <표 16>에 나타난 바와 같이 생활만족도는 상급자 스트레스($r=-.269, p<.001$), 불화 및 갈등 스트레스($r=-.173, p<.001$), 학생지도 스트레스($r=-.364, p<.001$), 업무부담 스트레스($r=-.174, p<.001$), 인사 및 대우 스트레스($r=-.129, p<.001$)와 통계적으로 유의미한 부적 상관관계를 보였다. 즉, 생활만족도가 높을수록 상급자 스트레스, 불화 및 갈등 스트레스, 학생지도 스트레스, 업무부담 스트레스, 인사 및 대우 스트레스를 덜 느끼는 것으로 나타났다. 따라서 교사의 직무스트레스는 생활만족도에 영향을 미칠 것이라는 가설 3은 지지되었다.

<표 16> 교사의 직무스트레스와 생활만족도

구 분	생 활 만족도	상급자 스트레스	불화/갈등 스트레스	학생지도 스트레스	업무부담 스트레스	인사/대우 스트레스
생활만족도	1.00	-.269***	-.173***	-.364***	-.174***	-.129***
상급자 스트레스	-	1.00	.282***	.528***	.351***	.245***
불화/갈등 스트레스	-	-	1.00	.242***	.330***	.315***
학생지도 스트레스	-	-	-	1.00	.210***	.059
업무부담 스트레스	-	-	-	-	1.00	.258***
인사/대우 스트레스	-	-	-	-	-	1.00

*** $p<.001$

또한 교사 직무스트레스는 서로 유의미한 정적 상관관계를 보였는데, 즉 상급자 스트레스가 높을수록 불화 및 갈등, 학생지도, 업무부담, 인사 및 대우 스트레스가

높게 나타났다. 또한 불화 및 갈등 스트레스가 높을수록 학생지도, 업무부담, 인사 및 대우 스트레스가 높게 나타났다. 또한 학생지도 스트레스가 높을수록 업무부담 스트레스가 높게 나타났으며 업무부담 스트레스가 높을수록 인사 및 대우 스트레스가 높게 나타났다.

4. 여가활동유형과 직무스트레스

1) 여가활동유형과 상급자 스트레스

여가활동유형이 상급자 스트레스에 미치는 영향을 살펴본 결과는 <표 17>에 나타난 바와 같다.

<표 17> 여가활동유형이 상급자 스트레스에 미치는 영향

구 분	상 급 자			
	b	bata	t	p
건강 스포츠활동	-0.656	-0.135	-3.301	0.001
취미 교양활동	-0.724	-0.147	-3.025	0.003
관람 감상활동	0.220	0.045	0.934	0.350
오락 사교활동	-0.102	-0.020	-0.441	0.659
봉사 종교활동	-0.108	-0.024	-0.620	0.536
상 수	25.341			
R ²		0.053		
F		7.635		
(Signi F)		0.000		

<표 17>에 나타난 바와 같이 건강·스포츠활동과 취미·교양활동은 상급자 스트레스에 유의미한 영향을 미쳤으나 관람·감상활동, 오락·사교활동, 봉사·종교활동

은 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 따라서 건강·스포츠활동과 취미·교양활동을 많이 할수록 상급자로 인한 스트레스를 적게 느끼는 것으로 나타났다. 따라서 여가활동유형은 상급자 스트레스에 영향을 미칠 것이라는 가설 4-1은 지지되었다.

2) 여가활동유형과 불화·갈등 스트레스

여가활동유형이 불화·갈등 스트레스에 미치는 영향을 살펴본 결과는 <표 18>에 나타난 바와 같이 건강·스포츠활동 참여유형만이 불화 및 갈등으로 인한 스트레스에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 취미·교양활동, 관람·감상활동, 오락·사교활동, 봉사·종교활동 참여유형은 불화 및 갈등 스트레스에 유의미한 영향을 미치지 않았다. 따라서 건강 스포츠활동을 많이 할수록 불화 및 갈등으로 인한 스트레스를 적게 느끼는 것으로 나타났다. 따라서 여가활동유형은 불화 및 갈등 스트레스에 영향을 미칠 것이라는 가설 4-2는 지지되었다.

<표 18> 여가활동유형이 불화·갈등 스트레스에 미치는 영향

구 분	불화 및 갈등			
	b	bata	t	p
건강 스포츠활동	-0.635	-0.217	-5.355	0.000
취미 교양활동	-0.262	-0.088	-1.834	0.067
관람 감상활동	0.237	0.080	1.693	0.091
오락 사교활동	-0.160	-0.051	-1.158	0.247
봉사 종교활동	-9.683E-02	-0.036	-0.934	0.351
상 수	19.519			
R ²		0.074		
F (Signi F)		10.804 0.000		

3) 여가활동유형과 학생지도 스트레스

여가활동유형이 학생지도 스트레스에 미치는 영향을 살펴본 결과는 <표 19>에 나타난 바와 같다.

<표 19> 여가활동유형이 학생지도 스트레스에 미치는 영향

구 분	학 생 지 도			
	b	bata	t	p
건강 스포츠활동	-9.255E-02	-0.028	-0.678	0.498
취미 교양활동	-0.571	-0.170	-3.477	0.001
관람 감상활동	-8.480E-02	0.025	0.526	0.599
오락 사교활동	-0.101	-0.029	-0.636	0.525
봉사 종교활동	-1.924E-02	-0.006	-0.161	0.872
상 수	18.301			
R ²		0.034		
F		4.799		
(Signi F)		0.000		

<표 19>에 나타난 바와 같이 취미·교양활동 참여유형은 교사들의 학생지도 스트레스에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 건강·스포츠활동 참여유형과 관람·감상활동, 오락·사교활동, 봉사·종교활동 참여유형은 학생지도 스트레스에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 따라서 취미 및 교양활동을 많이 할수록 학생지도로 인한 스트레스를 적게 느끼는 것으로 나타났다. 따라서 여가활동유형은 학생지도 스트레스에 영향을 미칠 것이라는 가설 4-3은 지지되었다.

4) 여가활동유형과 업무부담 스트레스

여가활동유형이 업무부담 스트레스에 미치는 영향을 살펴본 결과는 <표 20>에 나타난 바와 같다.

<표 20> 여가활동유형이 업무부담 스트레스에 미치는 영향

구 분	업 무 부 담			
	b	bata	t	p
건강 스포츠활동	-0.741	-0.212	-5.287	0.000
취미 교양활동	-0.534	-0.150	-3.163	0.002
관람 감상활동	0.124	0.035	0.751	0.453
오락 사교활동	0.111	0.030	0.682	0.495
봉사 종교활동	-0.245	-0.076	-2.000	0.046
상 수	24.052			
R ²		0.093		
F		13.915		
(Signi F)		0.000		

<표 20>에 나타난 바와 같이 건강·스포츠활동 참여유형과 취미·교양활동, 봉사·종교활동 참여유형은 업무부담 스트레스에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 관람·감상활동 참여유형과 오락·사교활동 참여유형은 업무부담 스트레스에 유의미한 영향을 미치지 않았다. 즉 건강·스포츠활동과 취미·교양활동, 봉사·종교활동을 많이 할수록 업무부담으로 인한 스트레스를 적게 느끼는 것으로 나타났다. 따라서 여가활동유형은 업무부담 스트레스에 영향을 미칠 것이라는 가설 4-4는 지지되었다.

5) 여가활동유형과 인사 및 대우 스트레스

여가활동유형이 인사 및 대우 스트레스에 미치는 영향을 살펴본 결과는 <표 21>에 나타난 바와 같다.

<표 21> 여가활동유형이 인사 및 대우 스트레스에 미치는 영향

구 분	인사 및 대우			
	b	bata	t	p
건강 스포츠활동	-0.324	-0.120	-2.905	0.004
취미 교양활동	-6.015E-02	-0.022	-0.447	0.655
관람 감상활동	-0.141	-0.052	-1.071	0.284
오락 사교활동	-2.377E-02	-0.008	-0.183	0.855
봉사 종교활동	-7.553E-02	-0.031	-0.773	0.440
상 수	20.179			
R ²		0.028		
F (Signi F)		3.923 0.002		

<표 21>에 나타난 바와 같이 건강·스포츠활동 참여유형은 인사 및 대우 스트레스에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 취미·교양활동, 관람·감상활동, 오락·사교활동, 봉사·종교활동 참여유형은 인사 및 대우 스트레스에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 즉 건강·스포츠활동을 많이 할수록 인사 및 대우로 인한 스트레스를 적게 느끼는 것으로 나타났다. 따라서 여가활동유형은 인사 및 대우 스트레스에 영향을 미칠 것이라는 가설 4-5는 지지되었다.

5. 여가활동유형과 생활만족도

여가활동유형이 생활만족도에 미치는 영향을 살펴본 결과는 <표 22>에 나타난 바와 같다.

<표 22> 여가활동유형이 생활만족도에 미치는 영향

구분	생활만족도			
	b	bata	t	p
건강 스포츠활동	0.872	0.100	2.519	0.012
취미 교양활동	0.928	0.124	2.793	0.005
관람 감상활동	7.225E-02	0.010	0.225	0.822
오락 사교활동	0.468	0.061	1.447	0.148
봉사 종교활동	1.117	0.144	3.819	0.000
상수	23.522			
R ²		0.081		
F (Signi F)		11.999 0.000		

<표 22>에 나타난 바와 같이 건강·스포츠활동, 취미·교양활동, 봉사·종교활동 참여유형은 생활만족도에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 관람·감상활동, 오락·사교활동은 생활만족도에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 즉 건강·스포츠활동, 취미·교양활동, 봉사·종교활동을 많이 할수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났다. 따라서 여가활동 유형은 생활만족도에 영향을 미칠 것이라는 가설 5는 지지되었다

6. 여가활동유형, 직무스트레스 및 생활만족도

1) 여가활동유형과 직무스트레스

여가활동유형이 직무스트레스에 미치는 영향을 살펴본 결과는 <표 23>에 나타난 바와 같다.

<표 23> 여가활동유형이 직무스트레스에 미치는 영향

구 분	직무스트레스			
	b	beta	t	p
건강 스포츠활동	-0.2448	-0.212	-5.360	0.000
취미 교양활동	-2.152	-0.183	-3.910	0.000
관람 감상활동	0.524	0.045	0.971	0.332
오락 사교활동	-0.275	-0.022	-0.518	0.605
봉사 종교활동	-0.545	-0.051	-1.362	0.174
상 수	107.391			
R ²		0.113		
F (Signi F)		17.247 0.000		

<표 23>에 나타난 바와 같이 건강·스포츠활동 참여유형과 취미·교양활동 참여유형은 직무스트레스에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 관람·감상활동, 오락·사교활동, 봉사·종교활동 참여유형은 직무스트레스에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 따라서 건강·스포츠활동과 취미·교양활동을 많이 할수록 직무스트레스를 적게 느끼는 것으로 나타났다.

2) 여가활동유형, 직무스트레스와 생활만족도

여가활동유형 및 직무스트레스가 생활만족도에 미치는 영향을 살펴본 결과는 <표 24>에 나타난 바와 같다.

<표 24> 여가활동유형 및 직무스트레스가 생활만족도에 미치는 영향

구분	생활만족도			
	b	beta	t	p
건강 스포츠활동	0.178	0.033	0.852	0.394
취미 교양활동	0.590	0.109	2.363	0.018
관람 감상활동	-6.637E-02	-0.012	-0.274	0.784
오락 사교활동	0.333	0.058	1.395	0.163
봉사 종교활동	0.650	0.133	3.621	0.000
직무스트레스	-0.131	-0.283	-7.586	0.000
상수	37.533			
R ²		0.167		
F (Signi F)		22.593 0.000		

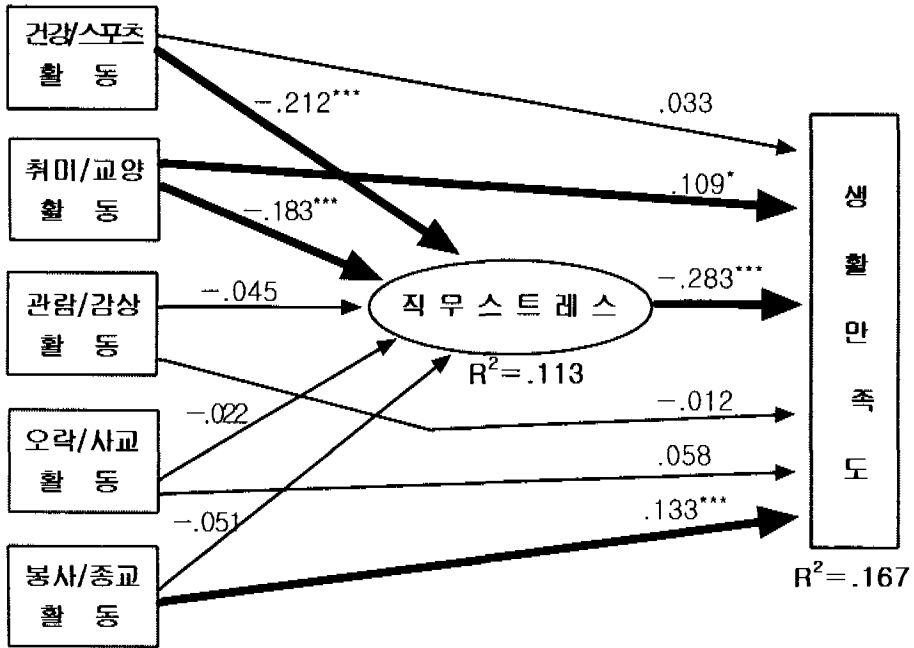


<표 24>에 나타난 바와 같이 취미·교양활동 참여유형과 봉사·종교활동 및 직무스트레스는 생활만족도에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 건강·스포츠활동, 관람·감상활동, 오락·사교활동 참여유형은 생활만족도에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 따라서 취미·교양활동, 봉사·종교활동을 많이 할수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났으며, 직무스트레스가 낮을수록 생활만족도는 높은 것으로 나타났다.

이상과 같이 교사의 여가활동유형, 직무스트레스 및 생활만족도는 인과관계가 있을 것이라는 가설 5는 지지되었다.

앞서 회귀분석의 결과를 기초로 나타난 바와 같이 여가활동유형, 직무스트레스 및 생활만족도 간의 인과관계를 도식화하면 <그림 2>와 같다.

<그림 2>와 같이 여가활동유형은 직무스트레스 및 생활만족도에 있어서 직·간접적으로 영향을 미치고 있는데 여가활동유형 중에서 건강·스포츠활동이 직무스



<그림 2> 여가활동유형, 직무스트레스 및 생활만족도간의 인과모형

트레스에 가장 많은 영향을 미치고 있으며, 취미·교양활동이 다음으로 영향을 미치고 있음을 보여주고 있다. 생활만족도에는 취미·교양활동과 봉사·종교활동이 영향을 미치는 것으로 나타나고 있다.

건강·스포츠활동은 생활만족도에 직접적인 영향을 미치고 있지는 않지만 직무스트레스에 직접적으로 영향을 미치면서 생활만족도에도 간접적인 영향을 미치고 있음을 나타내고 있다. 취미·교양활동은 직무스트레스와 생활만족도에 직접적인 영향을 미침으로서 여가활동유형중 가장 영향력이 큰 것으로 나타났다. 봉사·종교활동은 직무스트레스에는 영향을 미치지 않았으나 생활만족도에 직접적인 영향을 미치고 있음을 보여주고 있다. 그러나 관람·감상활동, 오락·사교활동은 직무스트레스와 생활만족도에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

이상에서 보는 바와같이 우리 일상 생활에 대한 만족을 높이기 위해서는 간접적으로 충분한 여가활동을 함으로써, 직무스트레스를 감소시키고 이러한 과정을 통하여 생활에 대한 만족을 충족시키는 것이 바람직할 것이다.

V. 논 의

본 연구는 제주도내 초·중·고등학교에 근무하고 있는 교사들의 여가활동 참여에 따른 직무스트레스 및 생활만족도의 관계를 실증적으로 파악하는 데에 그 목적이 있다. 이러한 연구목적을 달성하기 위해 제주도 소재 초·중·고등학교 684명을 대상으로 설문조사를 실시하였으며, 그 결과를 SPSS/win 프로그램을 이용하여 분석하였다.

분석기법으로는 배경변인에 따른 직무스트레스와 생활만족도의 차이, 여가활동 유형별 참여수준과 직무스트레스, 생활만족도간의 차이를 분석하기 위하여 일원분산분석(one-way-ANOVA)을 실시하고, 사후검정으로 Scheffe' 검증을 실시하였으며, 교사의 직무스트레스와 생활만족도간의 관계는 Correlation(상관관계)분석을 실시하였고, 교사의 여가활동유형과 생활만족도간의 관계, 교사의 여가활동유형과 직무스트레스 및 생활만족도간의 인과 관계는 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다. 이러한 연구방법을 통해 밝혀진 결과를 연구문제를 중심으로 논의해보면 다음과 같다.

우선, 배경변인에 따라 직무스트레스와 생활만족도는 차이를 살펴본 결과, 성별, 연령, 성력, 학교급별, 결혼여부, 소득수준, 직급별로 직무스트레스는 부분적으로 유의미한 차이를 보였는데, 윤병춘(1997)의 연구에서도 교사들의 직무스트레스는 성별 및 학교급별에 따라 차이를 보였고, 한상묵(1999)의 연구에서는 교사들의 직무스트레스는 교직경력 및 직위수준에 따라 유의미한 차이를 보였다. 이러한 결과는 개인적인 특성과 여러 가지 환경에 따라서 다양하게 스트레스를 받고 있음을 알 수 있다.

교사의 배경변인에 따른 생활만족도에 있어서는 성별, 연령, 경력, 학교급별, 결혼여부, 소득수준, 직급별로는 유의미한 차이를 보이지 않았는데, 박무철(1991)의 연구 결과에서는 직업, 결혼유무에 따라 차이가 있는 것으로 나타났다. 또한 서병갑(1996)의 연구에서도 성별과 긴장정도는 생활만족에 유의미한 영향을 미쳤으나 연령, 결혼여부, 근무경력, 소득수준은 유의미한 차이를 보이지 않았다.

다음으로 교사의 여가활동 유형별 참여수준에 따른 직무스트레스와 생활만족도에 미치는 영향을 살펴본 결과, 우선, 여가활동 유형별 참여수준에 따라 직무스트레스는 차이가 있는 것으로 나타났는데, 본 연구에서는 여가활동유형 중에서도 특히 건강·스포츠활동과 취미·교양활동이 직무스트레스에 특히 상급자 스트레스와 업무부담 스트레스에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 수동적이고 비활동적인 교사들 보다 능동적이고 적극적인 활동을 하는 교사일수록 여러 가지 상황에 대한 대처에 민감하기 때문에 나타나는 현상이라고 생각된다. 따라서 건강·스포츠활동과 취미·교양활동의 참여는 교사들의 직무스트레스를 감소시키는 역할을 하기에 생활스포츠 활동과 문화적 활동의 활성화를 위한 적극적인 노력이 필요하다고 생각된다.

윤병춘(1997)의 연구에서도 문화적 여가활동은 행정적 지원스트레스와 업무과다 스트레스에 유의미한 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 이러한 연구결과를 볼 때, 취미·교양과 같은 문화적 여가활동에 참여함으로써 업무과다로 인해 느끼는 스트레스는 감소됨을 알 수 있다. 따라서 여가활동에 대한 참여도는 직무만족도와 부적 상관관계가 있음을 알 수 있다.

이러한 연구결과는 김아진(1995)의 연구결과와 이명락(1997)의 연구결과와 일치한다. 즉, 김아진(1995)의 연구에서도 직무스트레스와 여가활동 만족도는 통계적으로 유의미한 부적 상관관계를 보였다. 즉, 여가활동에 대한 만족도가 높을수록 직무스트레스는 감소되는 것으로 나타났다. 또한 이명락(1997)의 연구결과에서도 직무스트레스가 적은 경우가 여가활동에 대한 인식도도 높았다.

여가활동과 생활만족도와의 관계를 살펴본 결과, 본 연구에서는 여가활동에 대한 참여도가 높을수록 생활만족도도 높은 것으로 나타났다. Kelly와 Steincamp(1987)의 연구를 보면, 생활만족도에 대한 여가활동의 영향 정도는 활동 유형에 따라 상이하였으며, 문화활동이 가장 높고, 다음으로 여행, 스포츠활동으로 나타났다. 본 연구에서는 취미·교양활동, 봉사·종교활동, 건강·스포츠활동, 오락·사교활동, 관광·감상활동 순으로 생활만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 이는 Kelly와 Steincamp 등의 연구결과와 유사한 결과를 보여주고 있다.

Peppers(1977)의 연구에서도 능동적이고 사회적인 활동의 참가자들이 가장 높은

생활만족도를 보였으며, 비활동적이고 고립된 활동의 참가자가 생활만족도가 낮은 것으로 보고하고 있다. 또한 이종길 외(1992) 연구에서도 여가활동유형과 생활만족도는 인과적 관계에 있는 것으로 밝혀졌다. 그런데, 그의 연구에서는 능동적 여가집단이 수동적 여가집단에 비해 생활만족도가 높았다.

이상에서 살펴본 바와 같이 직무스트레스는 성별, 연령, 경력, 학교급별, 결혼여부, 소득수준에 따라 차이를 보였으나 생활만족도는 성별, 연령, 경력, 학교급별, 결혼여부, 소득수준, 직급별로는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 여가활동유형 중에서도 특히 건강·스포츠활동과 취미·교양활동이 직무스트레스 감소에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 생활만족도에는 취미·교양활동, 봉사·종교활동이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 건강·스포츠활동과 취미·교양활동의 참여는 직무스트레스를 감소시킴으로써 생활만족도를 높임으로 문화적 여가활동을 위한 노력과 함께 생활스포츠 활동의 활성화를 위한 법적·제도적 뒷받침이 구체적이면서도 실현 가능하게 제시하여야 하며, 직장체육관련 법규 및 시행령이 성실성 있게 시행될 수 있도록 지도, 관리할 수 있도록 하는 것이 바람직하다고 생각된다.

이러한 연구결과를 보았을 때 여가활동에 대한 관심도와 참여도가 높을수록 직무스트레스는 감소되며, 생활만족도는 증대됨을 알 수 있다. 특히 직무스트레스의 감소와 생활만족도에는 여가활동유형 중 수동적인 여가활동보다 능동적인 여가활동이 많은 영향을 미침을 알 수 있다.

마지막으로 본 연구의 결과와 관련하여 후속 연구에서 고려하여야 할 문제점 및 과제를 다음과 같이 제시하고자 한다.

첫째, 교사들에게만 적용되는 직무스트레스의 척도를 측정할 수 있는 도구를 좀더 개발하여 직무스트레스 하위요인 중 어떠한 직무스트레스 하위요인이 교사들의 직무스트레스에 영향을 주는가를 도출한다면 교사들의 직무스트레스를 줄이는데 실질적인 도움이 될 것으로 사료된다.

둘째, 본 연구에서 설정한 사회인구학적 배경변인 외에 특정개인의 사회심리적, 생리적 특성과 환경적 요인, 그리고 개인의 직무에 대한 가치 및 태도 등과 같은 요인들이 직무스트레스와 생활만족도 또는 직무만족 등과 어떠한 관련성을 지니고 있는지에 대한 연구가 계속되어야 할 것이다. 이에 기초하여 관련 변인간의 영향

력의 강도와 방향성을 결정함으로써 실질적으로 교사들의 직무스트레스와 생활만족도 또는 직무만족 등의 방향을 유도할 수 있는 보다 구체적인 대안이 제시되어야 할 것이다.

셋째, 본 연구에서 적용한 설문조사 방법 외에 의사실험 방법이나, 참여관찰 또는 심층면접 방법 등과 같은 질적인 연구방법 등을 다양하게 적용할 때, 교사들의 직무스트레스나 생활만족도 등의 향상을 보다 구체적으로 설명할 수 있을 것으로 판단된다.

이상과 같은 후속 연구 문제의 수행을 통하여 구축된 이론이나 관련 정보는 교직 현장에서 실제적으로 적용되어야 한다. 이는 교사들의 심리적, 정서적 안정과 복지적 차원을 보다 양적으로 확충하고 질적으로 개선하는데 교사의 경험과 평가는 중요한 지표가 되기 때문이다. 따라서 연구 대상 및 전문직으로서의 교사의 직무스트레스 요인을 다양화하여 다각적인 측면에서 관련 연구가 수행되고 그 연구 결과를 현장에 적용할 수 있는 통로가 마련되어야 할 것이다.

그리고 위와 같은 문제들을 구체적으로 해결해 나갈 때 교사들의 건전한 여가활동 참여로 인하여 여가활동의 올바른 방향성을 제시하고, 일상 생활 뿐만 아니라 직무로 인한 각종 스트레스에 대한 대처 방법으로서 여가활동의 잠재적인 효과를 추정해볼 수 있으며, 교사들의 여가활동유형과 생활만족도 및 직무스트레스에 관한 관계를 분석함으로써, 교사들에게 이론적 지식 축적뿐만 아니라 실천적인 시사점을 제공할 수 있으리라 기대된다.

Ⅵ. 결 론

이상과 같은 연구결과를 바탕으로 얻어진 결론은 다음과 같다.

1. 배경변인에 따른 직무스트레스와 생활만족도의 차이

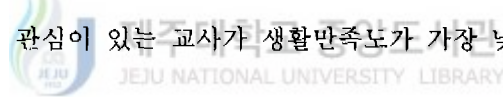
배경변인에 직무스트레스는 차이가 있는 것으로 나타났다. 여자 교사는 상급자, 업무부담, 으로 인한 스트레스를 느끼고 있었으며, 20대 교사는 학생지도와 업무부담로 인한 스트레스를, 50대 교사는 인사 및 대우로 인한 스트레스를 많이 느끼고 있었다. 경력별로는 경력이 10년 이하인 교사는 상급자와 학생지도, 업무부담으로 인해 스트레스를, 경력이 많은 교사가 인사와 대우로 인한 스트레스를 느끼고 있었다. 학교급별로는 초등학교 교사는 업무부담으로 인한 스트레스를, 중학교 교사는 인사 및 대우로 인한 스트레스를 느끼고 있었으며, 결혼하지 않은 교사는 상급자, 학생지도, 업무부담으로 인한 스트레스를, 결혼한 교사는 인사와 대우로 인해 스트레스를 느끼는 것으로 나타났다. 소득수준별로는 수입이 150만원 미만인 교사는 상급자, 학생지도, 업무부담으로 인한 스트레스를, 수입이 210-250만원인 교사는 인사와 대우로 인해 스트레스를 느끼고 있었으며, 직급별로는 평교사는 상급자로 인한 스트레스를, 부장교사는 인사와 대우로 인해 스트레스를 느끼는 것으로 나타났다.

교사의 배경변인에 따른 생활만족도 차이를 살펴본 결과에서는 유의미한 차이를 보이지 않았다.

2. 교사들의 여가활동 참여수준에 따른 직무스트레스와 생활만족도의 차이

- 1) 건강·스포츠활동 참여수준에 따라 상급자, 불화와 갈등, 학생지도, 업무부담, 인사 및 대우로 인한 스트레스의 차이가 있었으며, 참여수준이 “하”인 교사가 스트레스를 많이 느끼는 것으로 나타났다.
- 2) 취미·교양활동 참여수준에 따라 상급자, 불화와 갈등, 학생지도, 업무부담, 인

- 2) 취미·교양활동 참여수준에 따라 상급자, 불화와 갈등, 학생지도, 업무부담, 인사 및 대우로 인한 스트레스의 차이가 있었으며, 참여수준이 “하”인 교사가 스트레스를 더 많이 느끼는 것으로 나타났다.
- 3) 오락·사교활동 참여수준에 따라 학생지도와 인사 및 대우로 인한 스트레스의 차이가 있었으며, 참여수준이 “하”인 교사가 스트레스를 많이 느끼는 것으로 나타났다.
- 4) 봉사·종교 참여수준에 따라 불화와 갈등, 업무부담, 인사 및 대우로 인한 스트레스의 차이가 있었으며, 참여수준이 “하”인 교사가 스트레스를 많이 느끼는 것으로 나타났다.
- 5) 건강·스포츠활동, 취미·교양활동, 관람·감상활동, 오락·사교활동, 봉사·종교활동에 대한 참여수준에 따라 생활만족도는 차이를 보였다. 건강·스포츠활동, 취미·교양활동, 관람·감상활동, 오락·사교활동, 봉사·종교활동에 대한 참여수준이 높을수록 생활만족도는 높은 것으로 나타났다. 여가활동 관심분야별로는 봉사·종교활동에 관심이 있는 교사가 생활만족도가 가장 높았고, 관람·봉사 활동에 관심이 있는 교사가 생활만족도가 가장 낮은 것으로 나타났다.



3. 직무스트레스에 따른 생활만족도

상급자, 불화 및 갈등, 학생지도, 업무부담, 인사 및 대우로 인한 스트레스는 생활만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 상급자, 불화 및 갈등, 학생지도, 업무부담, 인사 및 대우로 인한 스트레스를 적게 느낄수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났다.

4. 여가활동유형에 따른 직무스트레스

건강·스포츠활동은 상급자 스트레스와 불화와 갈등 스트레스, 업무부담 스트레스, 인사 및 대우 스트레스에 영향을 미쳤으며, 취미·교양활동은 상급자 스트레스와 학생지도 스트레스, 업무부담 스트레스에 영향을 미쳤다. 따라서 건강·스포츠활동과 취미·교양활동이 직무스트레스에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

5. 여가활동유형에 따른 생활만족도

건강·스포츠활동, 취미·교양활동, 관람·감상활동, 오락·사교활동, 봉사·종교활동은 생활만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

6. 여가활동유형, 직무스트레스 및 생활만족도

건강·스포츠활동은 직무스트레스에 영향을 미쳤으며, 취미·교양활동은 직무스트레스와 생활만족도에, 봉사·종교활동은 생활만족도에, 직무스트레스는 생활만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이상에서 살펴본 본 바와 같이 건강·스포츠활동, 취미·교양활동, 관람·감상활동, 오락·사교활동, 봉사·종교활동의 여가활동유형 중 건강·스포츠활동과 취미·교양활동의 참여는 직무스트레스를 감소시킴으로써 생활만족도를 증대를 향상시킴으로 스포츠활동을 장려하고, 스포츠 시설의 확장, 스포츠 프로그램의 활성화 등 생활 스포츠 활성화를 위한 법적·제도적 뒷받침이 요구된다.



참 고 문 헌

1. 한국문헌

<단 행 본>

권이종(1994), 「사회교육개론」, 서울 : 교육과학사.

권이종(1996), 「청소년학개론」, 서울 : 교육과학사.

이종복(1989). 『직무스트레스의 원인, 결과 및 대책』. 서울 : 성원사.

신유근(1990), 「조직행위론」, 서울 : 다산출판사.

<논 문>

고수민(1998), “교사들의 여가활동 참여와 여가제약에 관한 연구,” 석사학위논문, 제주대학교 교육대학원.

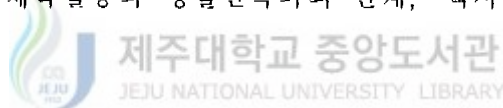
김봉호(1992), “스포츠 여가가 일반인의 스트레스에 미치는 영향에 관한 연구,” 석사학위논문, 전남대학교 대학원.

김성규(1997), “광역시 대학생의 여가활동과 여가장애의 관계,” 석사학위논문, 한국교원대학교 대학원.

김승근. 양명환(1995), “여가활동유형과 여가만족 및 생활만족도의 관계,” 『체육과학 논문집』, 창간호, 제주대학교.

김아진(1995), “직장인의 여가활동 만족동화 직무스트레스의 관계 연구,” 석사학위논문, 인하대학교 교육대학원.

- 김장균(1991), “국민학교 교사의 직무스트레스에 관한 일 연구,” 석사학위논문, 연세대학교 대학원.
- 김정휘(1993), “교사의 직무스트레스의 분석적 연구,” 춘천교육대학교, 논문집(33).
- 모창배(1993), “여가활동참여유형과 생활만족도에 관한 실증적 연구,” 박사학위논문, 국민대학교 대학원.
- 박무철(1991), “여가활동 참여가 직무만족 및 생활만족도에 미치는 영향,” 박사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 윤병춘(1997), “체육교사의 여가활동유형에 따른 여가만족과 직무스트레스의 관계,” 석사학위논문, 한국체육대학교 대학원.
- 이명락(1997), “스포츠와 비스포츠 여가활동 장교의 조직몰입도 및 직무스트레스에 관한 연구,” 인하대학교 교육대학원, 석사학위논문.
- 이종길(1992), “사회체육활동과 생활만족과의 관계,” 박사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 이종길, 이한규, 이병기, 원형중(1992), “여가활동유형별 생활만족도의 변화에 대한 분석,” 『체육과학논총』, 제3권, 제1호, 한국체육과학연구원.
- 임번장, 장영린(1995), “여가활동유형과 여가만족의 관계,” 『한국체육학회지』, 제34권, 제3호.
- 서병갑(1997), “초등교사의 여가활동참여유형과 생활만족도에 관한 연구,” 상지대학교 교육대학원, 석사학위논문.
- 진봉국(1993), “여가활동 참여와 생활만족의 관계,” 서울대학교 대학원, 석사학위논문.
- 최혜림(1986), “한국 대학생의 스트레스 현황과 인지-행동적 상담효과,” 박사학위논문, 이화여자대학교 대학원.



한상목(1999), “중등체육 및 일반교사의 직무스트레스 비교,” 「한국체육교육학회지」, 제4권, 제1호.

2. 서양문헌

Arnold, H. J.(1988). *Organizational Behavior*, N. Y., McGraw-Hill.

Blanton, G. C.(1985), “Occupational and general stress among teachers employed by selected school system in alabama,” *Unpublished Doctoral Dissertation*, The University of Alabama.

D’Arienzo, R. V.(1982). Stress in teaching: A comparison of perceived occupational stress fatoes between special education and regular classroom teachers, *Unpublished Doctoral Dissertation, Auburn University*.

Dumazedier, J.(1967), *Toward a Society of Leisure*, New York : The Free Press.

Greenberg, J. S.(1983), *Comprehensive Stress Management*, Iowa : Brown Company Publisher.

Gupta, N.(1981), “Some Source Remedies of Work Stress among Teachers,” *Southwest Educational Development Lab., Austic, Tex, ERIC Document Reproduction Service NO. ED 211-496*.

Iso-Aholas, S. E.(1980), *The Social Psychology of Leisure and Recreation*, Dubuque, Iowa : Wm. C. Brown Company Publishers.

Ivancevich, J. M. & Matheson, M. T.(1980), *Stress and Work : A Managerial Perspective*, Glenview IL : Scott, Foresman.

Kell, J. R. & Steincamp, M. W.(1987), “Later-life satisfaction : Does leisure contribute?” *Leisure Science*, 9m, 190-200.

- Lerner, B., V. Bengtson & J. Peterson(1972), "An Exploration of the Activity Types and Life Satisfaction Among in Movers to a Retirement community," *Journal of Gerontology*, 27.
- Leinsohn, P. M. & Amenson, C. S.(1978), "Some relation between pleasant and unpleasant events and depression," *Journal of Abnormal Psychology*, 87.
- Lutzin(1973), *Managing Municipal Leisure Service*, Washington D. C., The International City Management Association.
- Mckechnie, G. E.(1974), "The psychological structure of leisure : Past behavior," *Journal of Leisure Research*, 6, 17-45.
- Murphy, J. F.(1981), *Concepts of Leisure*, Englewood Cliffs, N. J. : Prentice-Hall, Inc.,
- Nelinger, J.(1981), *To Leisure : An Introduction*, Boston : Allyn & Bacon.
- Parker, S. R.(1971), *The Future of work Leisure*, London : MacGibbon and Kee.
- Peppers, L. G.(1977), "Leisure activity and adjustment to the retirement process," *Dissertation Abstracts International*, 35(10), University Microfilms No. 75-8858.
- Regheb, M. G. & Griffith, C. A.(1982), "The Condition of Leisure Participation and Leisure Satisfaction to Life Satisfaction of older Persons," *Journal of Leisure Research*, 14.
- Riddick, C. C.(1986), "Life satisfaction precursors," *Journal of Leisure Research*, 18(4).
- Steers, R. M.(1981). "Introduction to organization Behavior." *Organizational and Behavior and Human Performance*.
- Sweeny, P. D.(1982), "Pleasant events, nup : easants event, and depression," *Journal of personality and Social Psychology*, 43.

Weiss, P.(1974), *A Philosophical of Physical Education*, St. Louis : C. V. Mosby Co..

Wylson, A.(1980), *Design for Leisure Entertainment*, Boston : Butter Worth Inc..



An Analysis of the Relationship between Teacher's Leisure Activity Type, Job Stress and Life Satisfaction

Lee, Soo-Wan

Major in Physical Education

Graduate School of Education, Cheju National University

Cheju, Korea

Supervised by Professor Kim, Cheol-Won

The purpose of this study was to determine the relationship between teacher's leisure activity participation, job stress and life satisfaction in elementary, middle and high schools in Cheju Island. For attaining the purpose, questionnaire survey was conducted against 684 teachers who were serving at elementary, middle and high schools in Cheju Island. As a result of analyzing the collected data with SPSS program, the following findings were obtained :

1. The Influence of Background Variables on Job Stress and Life Satisfaction

1) Teacher job stress appeared to be different according to background variables. For gender, the female teachers got stress a lot from superior teachers, job burden, By age, the teachers in their twenties suffered stress much from student guidance, and those in their fifties felt a lot of stress because of job burden, personnel administration or treatment. For career, the teachers with 10-year or less career got stress due to superior teachers, student guidance or job burden, and those who had a longer teacher career felt more stress because of job burden. For school grade, the elementary school teachers suffered stress a lot from job burden, and the middle school

※ A thesis submitted to the Committee of the Graduate School of Education, Cheju National University in partial Fulfillment of the requirements for the degree of Master of Education in 2000. 8.

lot from job burden, and the middle school students got stress from personnel administration and treatment. The single teachers' stress came from superior teachers, student guidance or job burden, but that of the married teachers stemmed from personnel administration or treatment. For income level, those who earned less than 1,500 thousand won got stress from superior teachers, student guidance or job burden, but the teachers whose income was 2,100 to 2,500 thousand won suffered stress because of personnel administration or treatment. By position, the lay teachers' stress was caused by superior teachers, and that of the head supervisors resulted from personnel administration or treatment.

- 2) Teacher Life Satisfaction appeared to no difference according to background variables.

2. The Effect of Teacher's Leisure Activity on Job Stress and Life Satisfaction

- 1) The extent of participation in health or sports activities made a difference to their stress that resulted from superior teachers, disagreement, conflict, student guidance, job burden, personnel administration or treatment. Those who enjoyed such kinds of activities less felt more stress.
- 2) The degree of stress caused by superior teachers, disagreement, conflict, student guidance, job burden, personnel administration or treatment, was different according to the extent of enjoying hobbies or cultural activities. Those who enjoyed such things less suffered more stress.
- 3) How much they took part in entertainment or socializing made a difference to their level of stress caused by student guidance, personnel administration or treatment. The less participated teachers felt more stress.
- 4) Their stress that originated in disagreement, conflict, job burden, personnel administration or treatment, varied in accordance with to what extent they joined in service or religious activities. The less participated teachers got more stress.
- 5) Better life satisfaction was expressed by those who enjoyed the followings more: health/sports activities, hobby/cultural activities, viewing/appreciation, entertainment/socializing, or service/religious activities. Specifically, the teachers who had an interest in service or religious activities showed the highest life satisfaction, and the teachers who were

interested in viewing/service activities were least satisfied.

3. Job Satisfaction Affected by Life Satisfaction

The teachers who were more contented with their own lives got less stress from superior teachers, disagreement, conflict, student guidance, job burden, personnel administration or treatment.

4. Job Stress by Leisure Activity Type

The health/sports activities gave an impact on stress caused by superior teachers, disagreement, conflict, job burden, personnel administration and treatment. The hobby/cultural activities exercised an influence on stress caused by superior teachers, student guidance and job burden. Therefore, job stress was evidently under the influence of health/sports activities or hobby/cultural activities.

5. Life Satisfaction Affected by Leisure Activity Type

Life satisfaction was affected by health/sports activities, hobby/cultural activities, viewing/appreciation, entertainment/socializing, and service/religious activities.



6. Leisure Activity Type, Job Stress and Life Satisfaction

Job stress was affected by health/sports activities, job stress and life satisfaction were affected by hobby/cultural activities, life satisfaction was affected by service/religious activities and life satisfaction was affected by job stress.

부 록



<부 록 I >

주성분 분석과 Varimax회전에 의한 직무스트레스 요인 행렬표

설문분항 번호	요 인					h ²
	1	2	3	4	5	
36	.726	1.595E-02	.176	8.958E-02	.164	.593
26	.723	6.287E-02	.172	9.257E-02	5.266E-02	.568
21	.712	-4.904E-02	.226	.168	-1.046E-02	.589
19	.639	.223	1.825E-02	5.286E-02	.191	.497
25	.622	.275	-4.001E-02	.147	6.821E-02	.490
6	.612	.246	6.444E-04	.117	.155	.472
11	.592	.137	.138	.181	-4.259E-02	.423
33	.524	.428	2.143E-03	-3.672E-02	.126	.475
15	4.915E-02	.720	.192	1.313E-02	-.152	.581
14	1.970E-02	.656	.149	2.236E-02	9.213E-02	.462
31	.412	.573	6.910E-02	2.177E-02	-4.702E-02	.505
9	.289	.539	-8.675E-02	-8.671E-02	6.058E-02	.393
37	.383	.531	-3.306E-02	-8.884E-02	.170	.466
17	-7.812E-03	.473	.348	.207	-.292	.473
24	.282	.471	-.144	3.710E-02	.170	.352
1	3.236E-03	4.268E-02	.633	2.971E-02	-2.453E-02	.404
23	.130	.290	.603	4.811E-02	.164	.494
28	.136	3.374E-02	.592	.114	.183	.417
32	.212	.174	.533	7.232E-02	.172	.394
34	3.902E-02	-.215	.497	.149	.228	.368
18	.142	-2.086E-02	.106	.745	.217	.634
16	4.408E-02	2.309E-02	-2.477E-02	.655	9.916E-02	.442
12	.109	-3.768E-02	8.676E-03	.602	.351	.498
22	.129	.220	.257	.555	-.274	.514
3	.166	-6.113E-02	.121	.555	2.047E-02	.354
20	.121	.304	.294	.358	-2.483E-03	.321
29	8.741E-02	1.287E-02	.232	6.708E-02	.671	.516
27	.119	9.021E-02	.147	1.277E-02	.626	.436
4	3.189E-03	7.169E-02	8.701E-02	.166	.592	.391
8	.284	6.044E-02	-6.788E-03	.169	.502	.365
35	7.138E-02	-.221	.361	4.351E-03	.422	.363
교유치	6.470	2.837	1.959	1.691	1.297	
공통분산(%)	20.872	9.150	6.319	5.454	4.185	
누적분산(%)	20.872	30.022	36.342	41.796	45.980	

직무스트레스 척도의 신뢰도

문항 번호	항 목	Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha
요인 1. 상급자 (8문항)			.84
36	관리자의 획일적이고 일방적인 학교 운영 때문에 교직 수행에 자율권을 침해받고 있다.	.633	
26	학교운영에 교사들의 의견이 전혀 반영되지 않는다.	.631	
21	교무회의가 너무 일방적인 지시나 명령으로 진행된다	.583	
19	특정교사에 대한 상급자의 편애가 심하다.	.587	
25	상급자는 나의 권한 밖의 일을 시시한다.	.570	
6	업무관계로 상급자와의 관계가 불편하다.	.581	
11	상급자에게 의견개신이나 불만을 표현하지 못한다.	.525	
33	상급자와 의견충돌로 신분상의 불이익을 받을까 걱정이다.	.504	
요인 2. 불화 및 갈등 (7문항)			.74
15	동료 교사들은 내가 수업이나 업무를 잘 처리하지 못하고 있다고 생각한다.	.580	
14	학부모들은 내(교사)가 자녀들을 제대로 지도하지 못하고 있다고 생각한다.	.465	
31	상급자는 내가 하는 일을 담당하지 않게 여긴다	.533	
37	동료교사들간의 의견이 잘 맞지 않아 갈등이 많다.	.471	
9	동료교사들과의 관계가 원만치 못하다.	.450	
17	나는 훌륭한 수업지도를 못하고 있다고 생각한다.	.320	
24	학급간의 성적 평가 등 교사들간의 경쟁이 심하다.	.372	
요인 3. 학생지도 (5문항)			.65
1	공부하려고 하지 않는 학생들에게 농기를 부여하는데 어려움이 있다.	.352	
23	학생들이 말을 잘 듣지 않는다	.482	
28	수업시간에 같은 이야기만 반복해서 해야한다	.439	
32	소수의 문제학생 때문에 너무 많은 시간을 빼앗기고 있다.	.457	
34	학생들의 진로 및 생활지도를 해야한다.	.307	
요인 4. 업무부담 (6문항)			.68
18	정규수업 시간외의 보충수업의 부담이 너무 크다.	.585	
12	공문서 작성 등의 잡부가 너무 많다.	.410	
16	주당 수업시간이 너무 많다.	.411	
3	수업시간 사이에 휴식시간이 부족하다.	.372	
22	교제연구를 충분히 못하고 수업지도에 임하고 있다.	.390	
20	학생들의 답안이나 숙제를 관리를 충분히 못한다.	.303	
요인 5. 인사 및 대우 (5문항)			.65
29	승진 기회가 너무 적다.	.509	
27	장기 근속자에 대한 대우가 낮다.	.443	
4	사회경제적으로 낮은 대우를 받고 있다.	.373	
8	승진 및 인사이동 규정이 불합리하다	.376	
35	교육부정책이 너무 자주 바뀐다	.307	
전 체 (31문항)			.86

교사들의 여가활동참여유형, 직무스트레스 및 생활만족도의 관계분석 설문지

안녕하십니까?

매우 바쁘신 줄 알면서도 이렇게 어려운 부탁을 드리게 됨을 무척 죄송스럽게 생각합니다.

이 설문지는 교사들의 여가활동 참여의 유형, 직무스트레스 및 생활만족도의 관계를 알아보기 위한 것으로서 선생님의 소중한 의견을 듣고자 합니다.

각 문항을 잘 읽어보시고 선생님께서 평소 느끼시는 대로 빠짐없이 기록해 주시면 연구에 많은 도움이 되겠습니다.

이 자료는 본 연구를 위한 목적 이외에는 사용하지 않을 것을 약속드립니다.

감사합니다.

2000. 4.

제주대학교 교육대학원 체육교육전공

이 수 완 드립니다.

※ 다음에 제시된 문항은 선생님의 일반적인 사항을 알아보기 위한 것입니다. 각 문항에 대하여 해당되는 번호에 ○ 또는 내용을 기재하여 주시기 바랍니다.

1	성 별	① 남	② 여	
2	연 령	① 20대 ③ 40대	② 30대 ④ 50대 이상	
3	경 력	① 5년 이하 ④ 16~20년	② 6~10년 ⑤ 21~25년	③ 11~15년 ⑥ 26년 이상
4	학교급별	① 초등학교	② 중학교	③ 고등학교
5	결혼유무	① 유	② 무	
6	근무지역	① 제주시 ③ 남제주군	② 서귀포시 ④ 북제주군	
7	전공과목	() 과목		
8	월 평균 총가계소득수준	① 150만원 미만 ③ 210~250만원 정도 ⑤ 310~390만원 정도	② 150~200만원 정도 ④ 260~300만원 정도 ⑥ 400만원 이상	
9	직 급	① 평교사	② 부장교사	

※ 다음에 제시된 여가활동의 표는 선생님께서 여가가 있을 때 할 수 있는 가능한 여러 활동을 나타낸 것으로서 참고하시기 바랍니다.

여가 활동 유형	활 동 내 용
건강·스포 츠활동	축구, 조깅, 체조, 줄넘기, 볼링, 사이클, 수영, 홀라후프, 배드민턴, 송마, 탁구, 골프, 테니스, 에어로빅, 헬스클럽, 항공스포츠, 댄스, 해상스포츠, 스쿼시 등
취미·교양 활동	신문, 잡지구독, 수집, 체험, 그림그리기, 독서, 서예, 악기연주, 글 쓰기, 화초재배, 애완동물 기르기, 노래부르기, 공상, 상상, 낚시, 사진촬영, 현상, 인화 등

여가 활동 유형	활 동 내 용
관람·감상 활동	음악감상, 영화감상(극장), TV시청, 라디오청취, 비디오감상, 유적답사, 드라이브, 전시회, 운동경기시청(TV, 라디오), 산책, 여행, 유원지, 관광지방문 등
오락·사교 활동	만화읽기, 오락실, 낮잠, 게임기, 바둑, 장기, 사교장, 친구와 대화, 가족과 대화, 노래방, 민속놀이, 컴퓨터게임, 음주, 컴퓨터통신, 불꽃놀이, 찻집, 레스토랑 등
봉사·종교 활동	양로원방문, 경로당방문, 장애인이나 장애인 시설방문, 보육원방문, 아이 돌보기, 자원봉사단체 활동, 교회·절·성당, 각종 모금활동 참여 등

※ 위의 보기를 참고하시고 여가활동에 대한 참여정도를 ○로 표시해 주십시오.

번호	선생님께서서는	매우 적은 편이다	적은 편이다	보통이다	많은 편이다	아주 많은 편이다
		1	2	3	4	5
1	건강·스포츠활동에 얼마나 자주 참여하십니까?	1	2	3	4	5
2	취미·교양활동에 얼마나 자주 참여하십니까?	1	2	3	4	5
3	관람·감상활동에 얼마나 자주 참여하십니까?	1	2	3	4	5
4	오락·사교활동에 얼마나 자주 참여하십니까?	1	2	3	4	5
5	봉사·종교활동에 얼마나 자주 참여하십니까?	1	2	3	4	5
6	선생님께서 가장 많은 관심을 가지고 있는 분야는 무엇입니까?	건강·스포츠 활동	취미·교양 활동	관람·감상 활동	오락·사교 활동	봉사·종교 활동
		1	2	3	4	5

※ 다음 각 문항은 교직을 수행하는 과정에서 나타날 수 있는 사건들입니다. 각 문항에 대하여 선생님께서 과거 또는 현재 경험하고 있는 스트레스의 정도를 가장 잘 나타내주는 문항에 ○표를 하여 주시기 바랍니다.

번호	문항 내용	전혀 그렇지 않다	거의 그렇지 않다	그저 그렇다	약간 그렇다	매우 그렇다
1	공부하려고 하지 않는 학생들에게 동기를 부여하는데 어려움이 있다.	1	2	3	4	5
2	교사들이 학생들을 책임지고 지도할 수 있도록 자율성과 권한을 보장받지 못하고 있다.	1	2	3	4	5
3	수업시간 사이에 휴식시간이 부족하다.	1	2	3	4	5
4	사회경제적으로 낮은 대우를 받고 있다.	1	2	3	4	5
5	학생들간의 실력 차이가 있어 부담이 된다.	1	2	3	4	5
6	업무관계로 상급자와의 관계가 불편하다.	1	2	3	4	5
7	학교 내에 휴게실, 탈의실 등 편의시설이 부족하다.	1	2	3	4	5
8	승진 및 인사이동 규정이 불합리하다.	1	2	3	4	5
9	동료교사들과의 관계가 원만치 못하다.	1	2	3	4	5
10	학부모들이 학교 일에 지나치게 간섭한다.	1	2	3	4	5
11	상급자에게 의견개진이나 불만을 표현하지 못한다.	1	2	3	4	5
12	공문서 작성 등의 잡무가 너무 많다.	1	2	3	4	5
13	내가 지도하는 학생들 중에는 가정환경이 불우한 학생이 많다.	1	2	3	4	5
14	학부모들은 내(교사)가 자녀들을 제대로 지도하지 못하고 있다고 생각한다.	1	2	3	4	5

번호	문항내용	전혀 그렇지 않다	거의 그렇지 않다	그저 그렇다	약간 그렇다	매우 그렇다
15	동료 교사들은 내가 수업이나 업무를 잘 처리하지 못하고 있다고 생각한다.	1	2	3	4	5
16	주당 수업시간이 너무 많다.	1	2	3	4	5
17	나는 훌륭한 수업지도를 못하고 있다고 생각한다.	1	2	3	4	5
18	정규수업 시간외의 타 업무(잡무: 일지, 환경미화 등)의 부담이 너무 크다.	1	2	3	4	5
19	특정교사에 대한 상급자의 편애가 심하다.	1	2	3	4	5
20	학생들의 답안지나 숙제를 관리를 충분히 못한다.	1	2	3	4	5
21	교무회의가 너무 일방적인 지시나 명령으로 진행된다.	1	2	3	4	5
22	교재연구를 충분히 못하고 수업지도에 임하고 있다.	1	2	3	4	5
23	학생들이 말을 잘 듣지 않는다.	1	2	3	4	5
24	학급간의 성적 평가 등 교사들간의 경쟁이 심하다.	1	2	3	4	5
25	상급자는 나의 권한 밖의 일을 지시한다.	1	2	3	4	5
26	학교운영에 교사들의 의견이 전혀 반영되지 않는다.	1	2	3	4	5
27	장기 근속자에 대한 대우가 낮다.	1	2	3	4	5
28	수업시간에 같은 이야기를 반복해서 해야한다.	1	2	3	4	5
29	승진 기회가 너무 적다.	1	2	3	4	5
30	학급의 학생수가 너무 많다.	1	2	3	4	5

번호	문항내용	전혀 그렇지 않다	거의 그렇지 않다	그저 그렇다	약간 그렇다	매우 그렇다
31	상급자는 내가 하는 일을 탐탁하지 않게 여긴다.	1	2	3	4	5
32	소수의 문제학생 때문에 너무 많은 시간을 빼앗기고 있다.	1	2	3	4	5
33	상급자와 의견충돌로 신분상의 불이익을 받을까 걱정이다.	1	2	3	4	5
34	학생들의 진로 및 생활지도를 해야한다.	1	2	3	4	5
35	교육부정책이 너무 자주 바뀐다.	1	2	3	4	5
36	관리자의 획일적이고 일방적인 학교 운영 때문에 교직 수행에 자율권을 침해받고 있다.	1	2	3	4	5
37	동료교사들간의 의견이 맞지 않아 갈등이 많다.	1	2	3	4	5
38	업무처리 과정에서 남의 도움 없이 나 혼자서 처리할 수밖에 없다.	1	2	3	4	5
39	우리 학교는 학생지도에 도움이 될 수 있는 프로그램들이 부족하다.	1	2	3	4	5

※ 다음에 제시된 문항들은 선생님의 생활만족도에 관한 것입니다. 선생님이 생각하고 있는 의견을 해당란에 ○로 표시해 주십시오.

	문항내용	전혀 그렇지 않다	거의 그렇지 않다	그저 그렇다	약간 그렇다	매우 그렇다
1	현재 나의 생활은 보람이 있다.	1	2	3	4	5
2	현재 나의 생활은 즐겁다.	1	2	3	4	5
3	현재 나의 생활은 흥미롭다.	1	2	3	4	5
4	현재 나의 생활은 가치가 있다.	1	2	3	4	5

문항내용		전혀 그렇지 않다	거의 그렇지 않다	그저 그렇다	약간 그렇다	매우 그렇다
5	현재 나의 생활은 충만하다.	1	2	3	4	5
6	현재 나의 생활은 행복하다.	1	2	3	4	5
7	현재 나의 생활은 더 할 나위 없이 만족하다.	1	2	3	4	5
8	현재 나의 생활은 희망이 있다.	1	2	3	4	5

끝까지 참여해 주셔서 대단히 고맙습니다.

